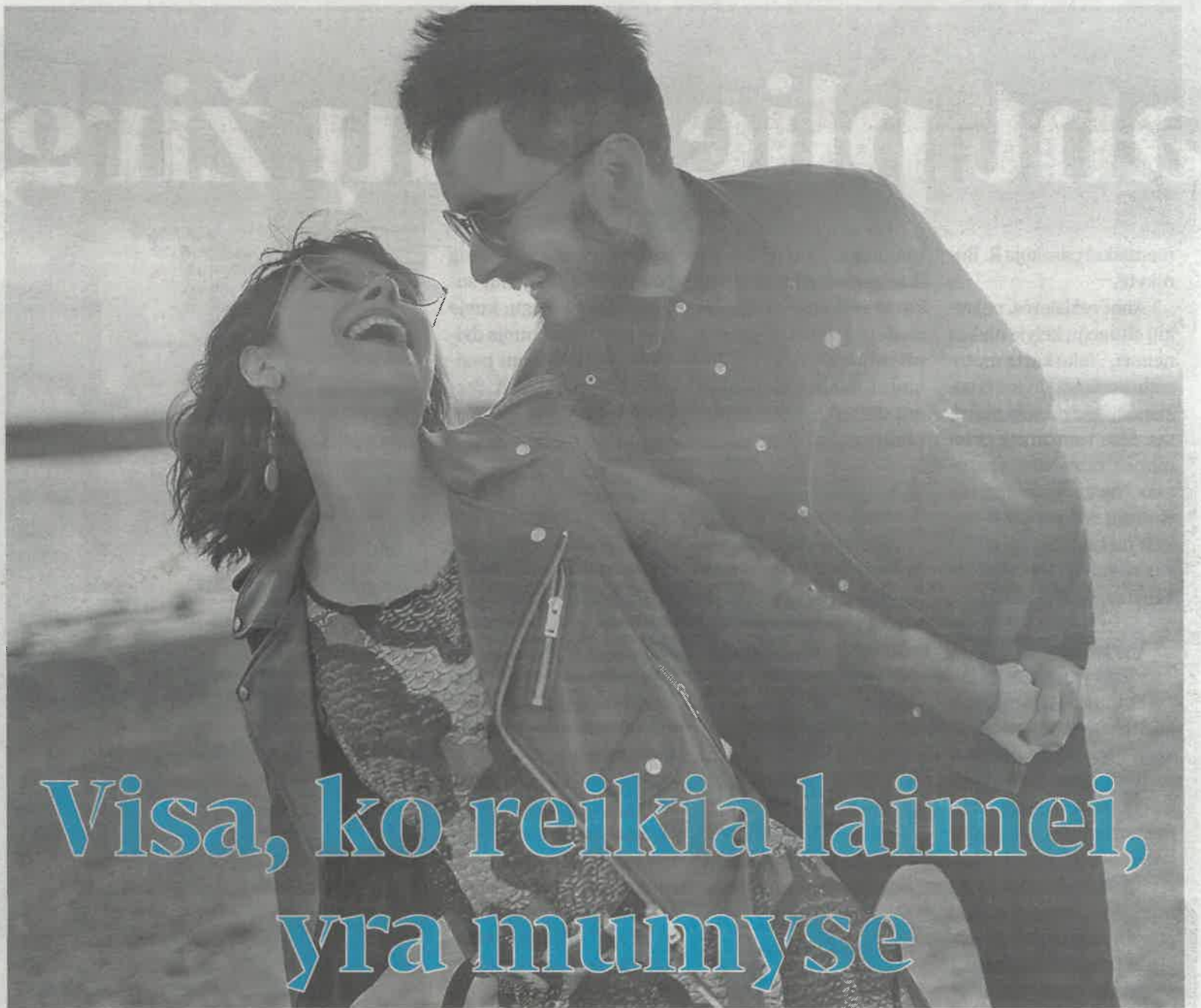


Laimė yra nutarimas, kurį priimame savaip patyrę situaciją. Ir tai nėra koks apdovanojimas, siūstas mums iš išorės. Ji atsiranda mumyse ir reiškiasi iš vidaus į išorę. Sykiu nelaimė nėra primateama iš išorės – ji taip pat yra mūsų vidinis pasirinkimas.



Vilma MAŽEIKIENĖ, Klaipėdos pedagoginės psichologinės tarnybos psichologė, psichoterapeutė



Visa, ko reikia laimei, yra mumyse

Pabaiga. Pradžia „Savaitės eksprese“ Nr. 43.

Taigi laimė, kurios mes visi ieškome, yra pasiekama bet kuriuo metu. Ji yra čia pat, jau dabar. Mes viliamės, kad laimę atneš kažkas iš išorinio pasaulio, kad galėsime pasinaudoti suteikta proga ir patirti ją, tačiau sugebėjimas būti laimingu yra mumyse visą laiką.

Iš tikrųjų laimę įmanoma pasiekti tik savo viduje. Niekas negali padaryti mūsų laimingu be mūsų leidimo. Niekas negali padaryti mūsų nelaimingu be mūsų leidimo.

Visa, ko reikia mūsų laimei, yra mumyse. Tai vidinis pasitikėjimas savimi, kuris lyg vidinis inkaras (kas benutiktų) padeda išlaikyti tvirtą sąsają su savo vidine tvirtybe ir ramybe. Taigi, jis suteikia mums galią nuspręsti: būti ar nebūti laimingu. Taip, mes patys kuriame savo rojų arba savo pragarą, pasitenkinimą ar sielvartą ir taip nuo vienos akimirkos iki kitos.

Yra pasakojimas apie tai, kaip Dievas paslėpė laimės paslaptį žmogaus širdyje. Dievas padėjo moteriai surasti tą paslaptį jos širdyje, bet tik tuomet, kai ji liovėsi jos ieškoti išoriniame pasaulyje.

Didžiausias troškimas.

Kartą mažame Indijos kaimelyje gyveno varginga, bet pamaldi moteris, garbinanti Višnu – Dievą, globojantį visą pasaulio kūriniją. Kas rytą, prieš pradėdama bet kokią darbą, ši dievobaiminga moteris atlikdavo religinį ritualą prie Dievo statulėlės, kurią turėjo namelyje. Šiai statulėlei ji padėdavo gėlių, vaisių ir smilkalų, prausdavo ją ir rengdavo, giedodama meilės ir dėkingumo giesmes. Kadangi ji mylėjo Viešpatį tokiu simboliniu atvaizdu, moters širdis prisipildydavo džiugesio ir stebuklingo jausmo.

Vieną dieną Višnu, sujaučintas tos moters pasiaukojimo ir pamaldumo, nutarė apsireikšti jai. Moterį ištiko ekstazė, išvydus jos mylimą Viešpatį, iš džiaugsmo ji net apsiverkė.

„Tu maloninai mane uoliu garbinimu, – tarė Viešpats savo ištikimai garbintojai. – Taigi dabar noriu tau atsilyginti. Prašyk, ko norėtum, įvykdysiu bet kokią tavo troškimą“.

Moteris negalėjo patikėti tuo, ką išgirdo. Kokia nepaprasta proga! Pats Viešpats siūlo jai viską, ko ji panorės! Jos mintys ėmė sukintis: „Ko gi turėčiau prašyti? Turtų? Daug sveikų vaikų? Didelio prabangaus namo? O gal nevystančio grožio?“ Moteris taip įsigilino į savo norus, rinkdamasi didžiausią troškimą, jog beveik pamiršo Višnu, stovintį prieš ją.

„Prašau, Dieve, – maldavo ji virpančiu balsu, – leiskite dar šiek tiek pagalvoti. Regis, niekaip negaliu apsispręsti“.

„Galvok, kiek prireiks“, – užjaučiamai atsakė Višnu ir šyptelėjęs pranyko.

Moteriškė baisesiausiai suglumo. Ką jai daryti? Kaip priimti tokį svarbų sprendimą? Ji nutarė paklausti draugų patarimo, ko jai pageidauti, jausdama, kad jie galbūt aiškiau suvoks visa, kas nutiko.

Kitą dieną ji sukvietė visus draugus ir pateikė jiems klausimą: Kokį troškimą jai pasirinkti?

„Prašyk pinigų, – ragino vienas draugas. – Jei turi pinigų, gali pirkti, ką panorėjęs.“

„Ne, tik neprašyk pinigų, – prieštaravo kitas, – kokia nauda yra turtai, jei neturi sveikatos? Negalėsi jais pasimėgauti. Sakau tau, turėtum prašyti geros sveikatos“.

„Gera sveikata nėra pakankamai tikslus troškimo apibūdinimas,

– rimtai patarinėjo trečiasis, – prašyk ilgo gyvenimo, ne tik sveikos gyvensenos, be to, nurodyk Viešpačiui tikslus metus.“

Pamaldžios moters vyras, kuris nepasižymėjo ypatingu pamaldumu ir dvasinių reikalų išmanymu, klausėsi tokių patarimų. „Visi tavo draugai yra kvaili, – pareiškė jis susierzinęs, – jei šis Viešpats sakė, jog gali prašyti bet kokios jo malonės, palaimos, tad kodėl nepaprašius skirti daugiau malonių“.

Visą tą laiką moteris nerimastingai klausėsi visko, ką jos draugai ir jos vyras turėjo išsakyti, tačiau nė vienas atsakymas jos netenkino.

Praėjo savaitės, mėnesiai, ir moteris nieko kito nebegalvojo, tik ko paprašyti Višnu. Ši dilema taip apraizgė jos mintis, jog ji, pati to nesuvokdama, liovėsi garbinti Viešpatį rytinėmis maldomis, kurias skyrė Višnu visą gyvenimą. Ji liovėsi galvoti apie tai, kaip mylėjo jį. Ji liovėsi giedoti garbinimo giesmes. Užuoat garbinusi Viešpatį, ji nuolat galvodavo, ką Viešpats turėtų jai duoti. Netrukus ji prarado širdies džiaugsmą ir netgi meilę Višnu pamažu blėso. Galiausiai atėjo diena, kai moters sielą apleido paskutinė vidinio pasitenkinimo gija. Apimta panikos, ji parklupo ir aistringai meldėsi: „Ak, Viešpatie Višnu! Padėk man! Pažadėjai suteikti man malonę, didelę palaimą, ir klausei, ko aš trokštu, kad išpildytum mano troškimą. Tačiau negaliu pati atsakyti į tavo klausimą ir apie nieką daugiau nepajėgiu galvoti. Prašau, maldauju tavęs, pasakyk, ko aš turėčiau prašyti!“

Dar nespėjo ji baigti maldos, Viešpats Višnu apsireiškė jai visoje puikybėje. „Jau maniau, kad niekad manęs nepaprašysi: Prašyk, kad būtum laiminga gyvenime, nesvarbu, ką gautum.“

Moteris linktelėjo galvą suprasdama Viešpaties Višnu mokymo išmintį, ir tada ji darė taip, kaip jis mokė: ji paprašė ir gavo tą dovaną. Nuo to laiko ji kiekvieną savo gyvenimo dieną Žemėje gyveno su didžiule ramybe ir džiaugsmu, nesvarbu, ar ji gaudavo ką ar ne, ji visuomet buvo laiminga.

Štai didžiausias troškimas – kaip ir toji moteris mūsų pasakojime, prisiminkime, kad laimės šaltinis yra mumyse, teikiantis mums visa, ko reikia patirti tikrąjį džiugesį šią ir kiekvieną akimirką.