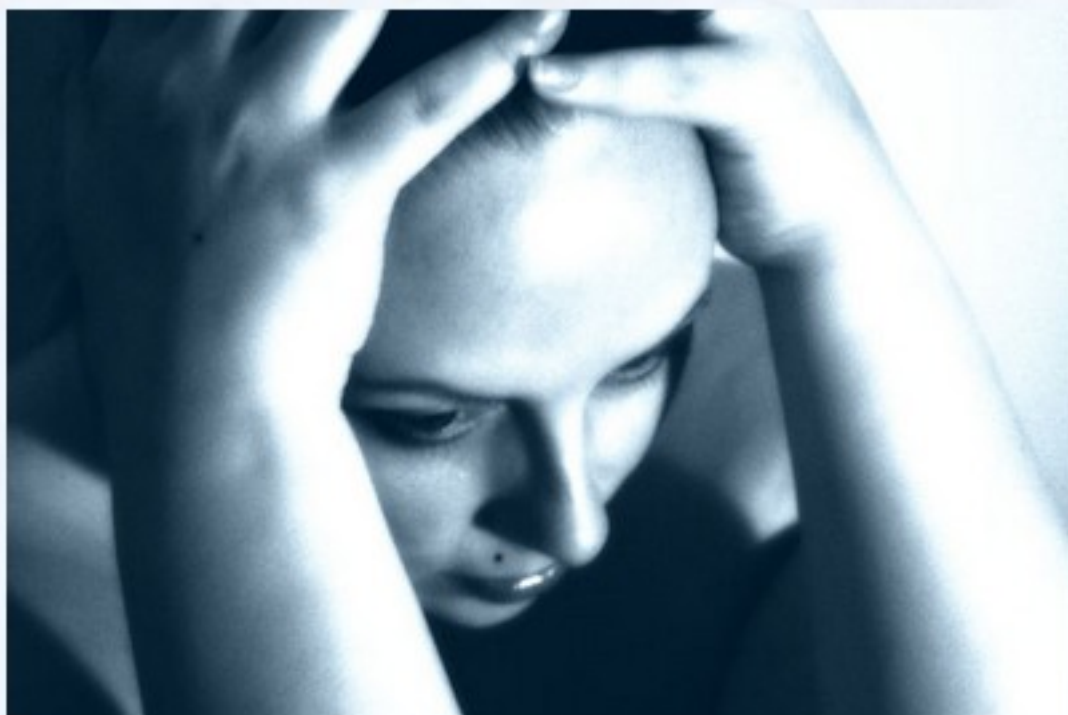


Robert Trafny

Ucz się na błędach



Niniejszy e-book pochodzi ze strony www.chomikuj.pl/e-Darmo

Licencja: Creative Commons BY-NC-SA 3.0 PL

Edycja 2018-2019

Ucz się na swoich błędach

Życie jest tak skonstruowane, że zawsze uczymy się na błędach. Nie da się ich uniknąć. Najwięcej błędów popełniamy w młodości oraz w pierwszych latach życia dorosłego. Brakuje nam wiedzy i doświadczenia, aby uniknąć pułapek życia lub ludzi, którzy są dla nas nieprzychylni, chcą nam zaszkodzić lub oszukać. Nie brakuje także błędów i złych decyzji w późniejszym czasie. Nie bez kozery mówi się przecież, że „człowiek rodzi się głupi, głupi żyje i głupi umiera”. Wydawać by się mogło, że po kilkudziesięciu latach życia posiadamy już wystarczające doświadczenie życiowe, aby więcej błędów nie popełniać. Niestety tak nie jest. Wciąż uczymy się na swoich kolejnych błędach. Istnieje kilka przyczyn takiego stanu rzeczy. Oto one:

- Pomimo swego zaawansowanego wieku mamy małe doświadczenie życiowe,
- Nie wyciągamy wniosków ze swoich poprzednich błędów,
- Nie posiadamy dostatecznej wiedzy, aby rozpoznać zagrożenie,
- Nie przewidujemy konsekwencji swojego działania,
- Ulegamy wpływom niekorzystnych dla nas ludzi,
- Jesteśmy zaślepieni przez uczucia i emocje,
- Nie myślimy jasno pod wpływem alkoholu lub narkotyków.

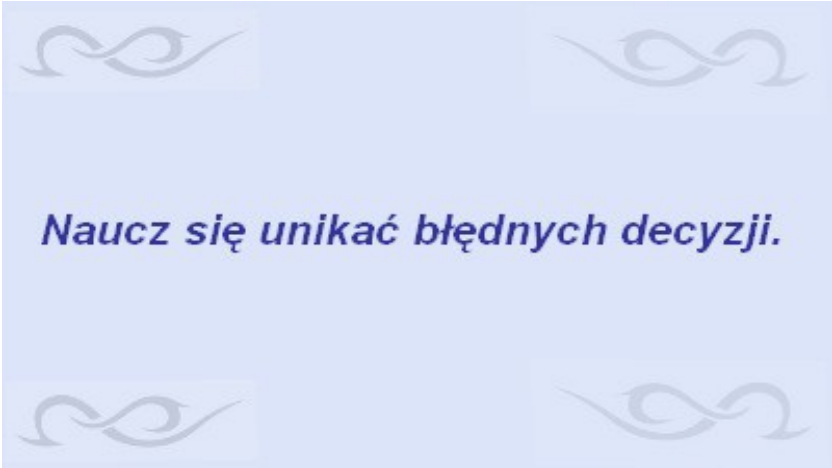
Poniżej postaramy się nieco przybliżyć każdą z tych przyczyn i wykazać jak wiele jednak od nas zależy, że rzeczywiście to my jesteśmy kowalem swojego losu.



Jesteś kowalem swojego losu.

Małe doświadczenie życiowe

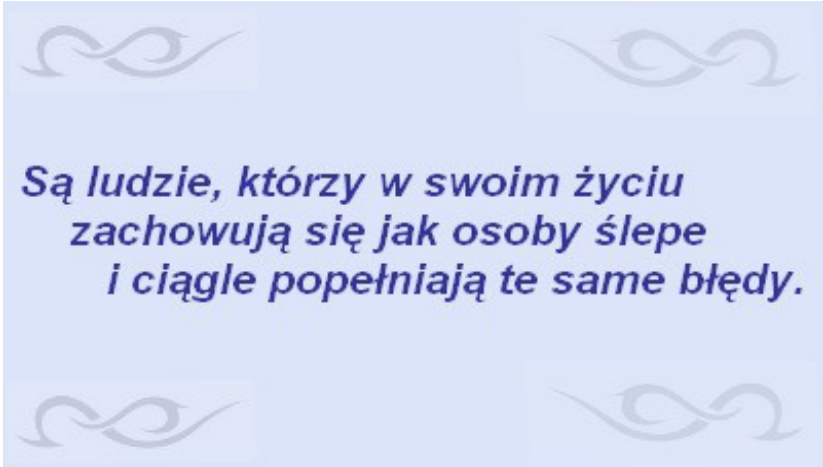
Doświadczenie życiowe nie zawsze idzie w parze z naszym wiekiem fizycznym. Jeżeli nie udzielamy się często towarzysko, a i w pracy – stojąc przy maszynie – jesteśmy niejako odizolowani od życia, trudno oczekiwać, abyśmy nabrali dużego doświadczenia życiowego. Najwięcej uzyskamy go wtedy, kiedy „z niejednego pieca chleb będziemy jedli”, a więc, kiedy życie i ludzie postawią nas w wielu, różnorodnych sytuacjach, w których będziemy musieli się odnaleźć. Im więcej takich sytuacji będziemy mieli, tym potencjalnie więcej też błędów popełnimy, ale w końcu w ten sposób nabywa się właśnie doświadczenie życiowe. Z jednej strony więc, unikanie życia chroni nas przed błędami i pomyłkami, ale z drugiej pozbawia nas tej naturalnej ochrony, jaką jest doświadczenie życiowe. Prędzej, czy później zdarzy się w naszym życiu sytuacja, w której – z braku tego doświadczenia – popełnimy błąd. Nie da się tego uniknąć. Nawet będąc zamkniętym w klasztorze, oddawszy się całkowicie Bogu, nie jesteśmy wolni od błędów i zdarzają się przypadki – jak donoszą czasem media –, że ktoś zagubi się w swoim życiu nawet tam. Nie bójmy się więc doświadczać nowym sytuacji w życiu, lecz nauczmy się unikać błędnych decyzji. Zajmiemy się tym w dalszej części książki.



Naucz się unikać błędnych decyzji.

Nie wyciągamy wniosków ze swoich dotychczasowych błędów

Są ludzie, którzy w swoim życiu zachowują się jak osoby ślepe i nieustannie popełniają te same błędy. Przykre doświadczenia niczego ich nie uczą i wydaje się, że w ogóle tego nie rozumieją. Najlepszym takim przypadkiem jest nadużywanie alkoholu. Skoro wiemy, że po alkoholu nie panujemy nad swoją agresją i często jest ona przyczyną naszych problemów z prawem lub problemów finansowych, to kolejne nadużywanie alkoholu jest przecież irracjonalne i świadczy o tym, że nasze dotychczasowe kłopoty niczego nas nie nauczyły. Będziemy więc nieustannie doświadczać wciąż nowych problemów w życiu i trudno będzie je sobie dobrze poukładać. Znam mężczyznę, który po alkoholu roznosi swój dom na strzępy, łącznie z rozwalaniem mebli i stołów. Następnego dnia wszystko naprawia i doprowadza do ładu. Po którymś razie żona z dzieckiem postanowiła od niego odejść. Jednak jego nic to nie nauczyło. Nadal pod wpływem „białej gorączki” demoluje cały dom. Dlatego ważne jest, aby pamiętać o swoich dotychczasowych błędach życiowych, oraz o konsekwencjach, jakie one przyniosły i więcej tego nie robić. To jest właśnie prawdziwa mądrość życiowa.



*Są ludzie, którzy w swoim życiu
zachowują się jak osoby ślepe
i ciągle popełniają te same błędy.*

Brakuje nam wiedzy, aby rozpoznać zagrożenie

Bywają sytuacje, kiedy samo doświadczenie życiowe nie wystarczy. Dzięki niemu możemy uniknąć tylko te zagrożenia, które poznaliśmy. Aby uchronić się przed nowymi zagrożeniami takimi, z którymi jeszcze nie mieliśmy styczności, potrzebujemy wiedzy. Im głębsza i szersza wiedza, jaką posiadamy, tym bardziej będzie potrafiła nas obronić przed złą decyzją. Powinniśmy zatem zapoznać się choćby z podstawową wiedzą z takich dziedzin jak:

– Ekonomia

Dzięki niej unikniemy naciągaczy i oszustów finansowych.

– Psychologia

Pozwoli nam ona rozpoznawać kłamców, ludzi fałszywych i nieszczerých.

– Medycyna i żywienie

Aby wiedzieć, że nie wszystkie produkty spożywcze można ze sobą łączyć, zwłaszcza przy przyjmowaniu leków.



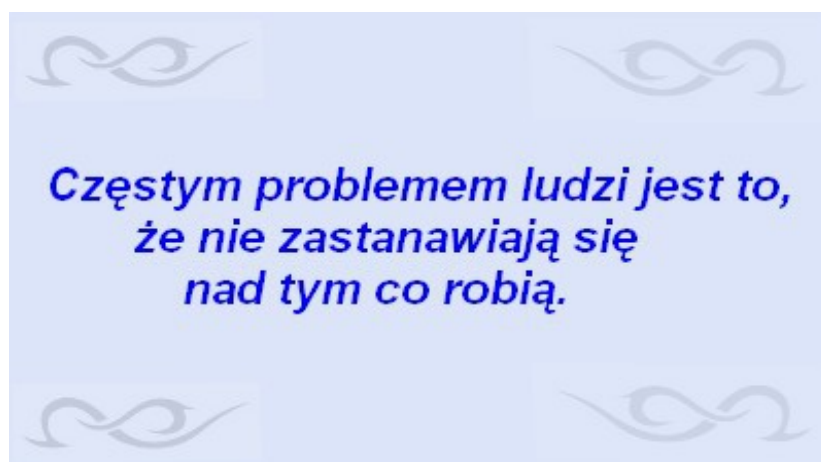
Aby uchronić się przed nieznanymi zagrożeniami, potrzebujemy wiedzy.

Poza tą wiedzą empiryczną, naukową warto także mieć wiedzę wynikającą z doświadczeń życiowych poprzednich pokoleń, a która jest przekazywana od zarania dziejów. Prosty przykład: Mama mówi dziecku w kuchni: „Nie dotykaj garnka, kiedy gotuje się w nim woda, bo się oparzysz”. Nie musimy więc tego doświadczać osobiście, aby się o tym przekonać. Możemy skorzystać z wiedzy, którą już ktoś przed nami nabył. Często jednak dziecko nie rozumie tego dobrze i oczywiście dotyka. Ból, jaki doznaje, sprawia, że w ten sposób nabył kolejne doświadczenie: „Nie dotykać gorącego garnka”. Wiedzę tę przekazuje później swojemu dziecku. W ten sposób, korzystając z wiedzy, jesteśmy w stanie uniknąć wielu zagrożeń czyhających na nas w życiu.

Nie przewidujemy konsekwencji swoich czynów

Częstym problemem ludzi jest to, że nie zastanawiają się nad tym, co robią. Nie potrafią zrozumieć, że każde ich działanie niesie ze sobą konsekwencje, które prędzej, czy później się objawią. Szczególnie kobiety, jak wynika z moich obserwacji, wydaje się, że tej prawdy nie rozumieją i w ogóle nie łączą tego, że ich obecna zła sytuacja życiowa jest w prostej linii wynikiem ich wcześniejszych błędnych decyzji. Dla nich są to dwa odrębne, niezwiązane ze sobą zdarzenia. Czasami odległość czasowa między działaniem a pojawieniem się konsekwencji tego działania jest bardzo duża, nawet i dziesięć lat. Może dlatego

niektórym trudno powiązać to wszystko w całość. Jest to tak, jakby ktoś podszedł do stołu, na którym ułożone są, jedna obok drugiej kostki domina, przewrócił pierwszą i widząc, jak po kilku minutach ostatnia z nich uderza w gong, nie wiązał tych dwóch zdarzeń razem, a przecież jest to konsekwencja jego wcześniejszego działania. Tak samo jest w życiu. Warto więc, będąc uzbrojonym w doświadczenie i wiedzę, umieć przewidzieć jakie skutki w bliższej, lub dalszej przyszłości może przynieść nasza obecna decyzja. Gdyby wiele kobiet mogło zawczasu o tym pomyśleć, zanim z obcym mężczyzną poszły do jego mieszkania... Ile to by im bólu i cierpienia oszczędziło. Tak samo mocno wypity chłopak, gdyby mógł przewidzieć, że alkohol osłabi jego czujność, wielu nie byłoby dzisiaj młodymi ojcami i partnerami nieciekawych kobiet, które miały być tylko na jedną noc. To wszystko wynika z braku zastanowienia się nad tym, jakie skutki mogą wyniknąć z naszego obecnego działania. Warto także pamiętać o cudzych doświadczeniach i wiedząc, czym to się może skończyć, niepotrzebnie nie ryzykować.

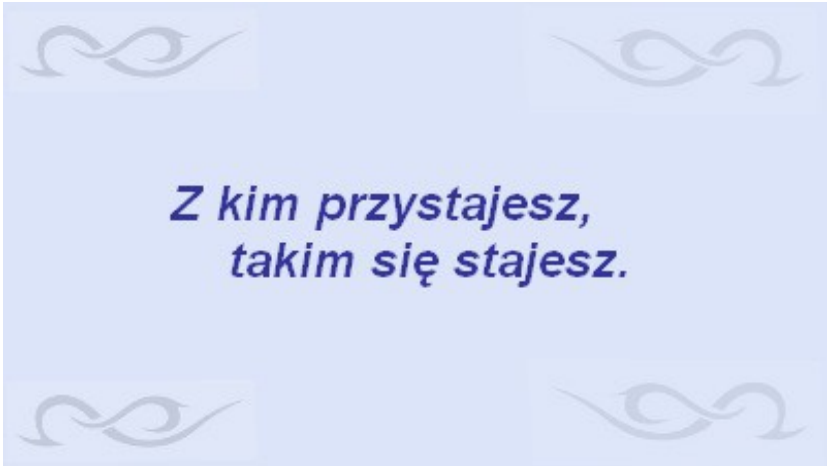


Ulegamy wpływom niekorzystnych dla nas ludzi

Kim są ci „niekorzystni” dla nas ludzie? Może to być każdy: obcy, znajomy, rodzina... Jest to każdy człowiek, pod którego wpływem podejmujemy złe decyzje życiowe, które często potem bardzo komplikują nam życie na wiele, wiele lat. Zazwyczaj

ludzi takich znajdziemy w gronie swoich „przyjaciół”. Ich głupie wybryki, w których bierzemy udział, sprawiają, że zamiast rozwijać się, następuje degradacja naszej moralności i zdrowego rozsądku. Nie chciałbym wyjść na kogoś, kto ma jakąś obsesję na punkcie alkoholu, ale niestety prawda jest taka, że nasi przyjaciele i znajomi, którzy ciągną nas do kieliszka, rzeczywiście często sprawiają, że pod wpływem alkoholu robimy coś, czego normalnie byśmy nie zrobili. Tacy ludzie nie są więc dla naszego rozwoju korzystni. Ile ja się napatrzyłem na tego typu sytuacje, pracując swego czasu jako barman... Aż się nie chce wierzyć, jak bardzo można się pod wpływem alkoholu upodlić i skomplikować sobie życie. Być może kiedyś opiszę te sytuacje w jakiejś książce, bo nie ma lepszych historii, jak te z życia wzięte.

Nie tylko do alkoholu ciągną nas nasi „przyjaciele”. Często także do rozrób, kradzieży, czy innych zachowań sprzecznych z prawem. Nie należy także zapominać o tym, że poziom intelektualny, duchowy i moralny takich ludzi jest niski, a przebywając często w ich towarzystwie, zaczynamy powoli upodabniać się do nich. Jest to zjawisko bardzo proste do udowodnienia. Wystarczy tylko zastanowić się nad swoim życiem i swoją naturą, które ich elementy nie są nasze, tylko zostały przejęte od innych. Widać to dobrze po specyficznych odzywkach, wypowiedziach, gestach, czy zachowaniu, które używamy nieświadomie jako swoje, a tak naprawdę nie są nasze, tylko kogoś innego, który je używa. Spotykając się często z taką osobą, po prostu nieświadomie przejęliśmy niektóre cechy jego osobowości. Dobrze to widać także w rodzinie, jak dzieci przejmują tego typu cechy od swoich rodziców. Tak, jak mówi mądrość ludowa: „z kim przystajesz, takim się stajesz”. Zwracajmy więc baczna uwagę na to, czy nasi „przyjaciele” nie ciągną nas za bardzo w dół. Celowo słowo „przyjaciele” umieściłem w cudzysłowie, ponieważ praktyka pokazuje, że w dużej mierze, większość z nich, z prawdziwymi przyjaciółmi nie mają nic wspólnego, o czym łatwo przekonać się będąc w potrzebie.



*Z kim przystajesz,
takim się stajesz.*

Jesteśmy zaślepieni przez uczucia i emocje

Drugim, poza alkoholem ważnym, a może nawet najważniejszym czynnikiem naszych błędów życiowych są nasze uczucia i emocje. To pod ich wpływem często nie jesteśmy w stanie zapanować nad sobą i robimy coś, czego nie chcemy, żałując potem tego bardzo. Nie bez kozery mówi się, że naszym największym przeciwnikiem stojącym nam na drodze rozwoju jesteśmy my sami.

Uczucia i emocje mogą być zarówno pozytywne, jak i negatywne, ale okazuje się, że nawet te pozytywne i dobre mogą być przyczyną naszych życiowych błędów. Zdemaskujmy zatem je.

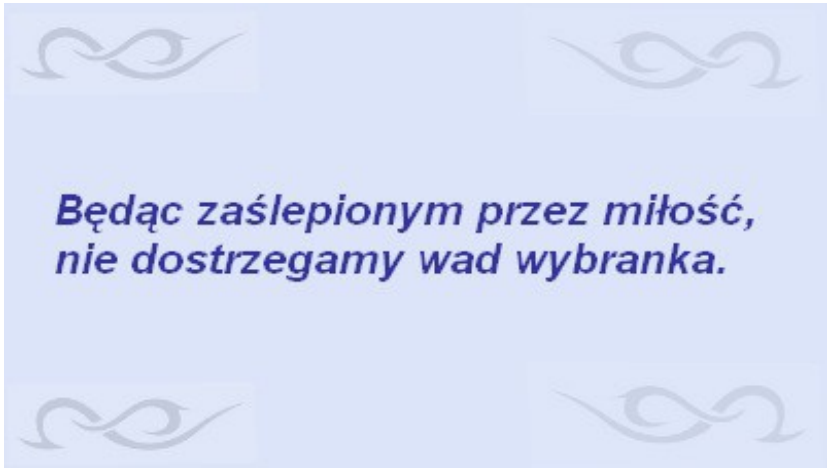
Uczucia i emocje pozytywne

Miłość

Najbardziej powszechnymi przypadkami toksycznej miłości, w przypadku kobiet jest miłość do mężczyzny, który je nie szanuje, bije i wyzywa. Życie z takim człowiekiem jest drogą przez mękę, a mimo to kobiety trwają przy nim czasem nawet kilkanaście lat. Miłość sama w sobie jest piękna, ale często nas oślepia i zniewala. Inny przykład: Mężowi żyć się już nie chce, mając tak wrzaskliwą, wybuchową i skorą do kłótni żonę, ale

kocha ją i, choć często swoim zachowaniem wzbudza w nim obrzydzenie, nie potrafi bez niej żyć.

Często na miłości tracą kobiety, ponieważ są w stanie w jej imię zrobić wszystko, często więc są w związku z tym w różny sposób wykorzystywane przez mężczyzn, głównie seksualnie lub finansowo. Tak samo przy dobieraniu partnera życiowego, miłość bardziej jest przeszkodą niż pomocą. Będąc zaślepionym przez miłość, ignorujemy lub wręcz nie dostrzegamy wad naszego wybranka. Uważamy, że miłość zwycięży wszystko. To bzdura. Owszem, miłość ma taką moc, ale w życiu codziennym zazwyczaj się ona nie sprawdza. Jeżeli przed małżeństwem nie zwracamy uwagi na wady to, w którymś momencie życia budzimy się i stwierdzamy, że nie jesteśmy w stanie dłużej z taką osobą wytrzymać. Pojawiają się wtedy klasyczne słowa, które często między ludźmi padają, na przykład: „Co ja w tobie widziałem?”, „Gdzie ja miałam oczy?”, „Już ciebie nie Kocham”. Jest to jedna z przyczyn tylu rozwodów w naszych czasach: źle dobrane małżeństwa.



*Będąc zaślepionym przez miłość,
nie dostrzegamy wad wybranka.*

Przyjaźń

Czasami w imię przyjaźni robimy coś, czego normalnie nie zrobilibyśmy. Klasycznym przykładem jest zapewnienie alibi przyjacielowi przed żoną lub policją. Czasami przyjacielowi po-

życzymy pieniądze lub bierzemy dla niego kredyt, a potem okazuje się, że tyle warta była ta przyjaźń, co te pieniądze.

Nie wszyscy też przyjaciele są nimi naprawdę i wielokrotnie już w dziejach świata, a także w życiu zwyczajnych ludzi błyszczało ostrze noża wbijane w plecy przez przyjaciela. Aż ciśnie się samo na usta, aby przywołać tu najstraszniejszą zdradę przyjaciela i wypowiedziane wtedy słowa przez Juliusza Cezara: „I ty Brutusie przeciw mnie?”. Takich zdrad było wiele. Podobna sytuacja miała miejsce 2500 lat wcześniej w starożytnym Egipcie. Po zamordowaniu faraona Senusereta I przez spiskowców, z jego przyjacielem na czele, kapłan pisze dla następcy tronu, syna zamordowanego następujące słowa:

*Nie ufaj bratu,
nie znaj przyjaciół
i nie stwarzaj sobie zaufanego,
z tego nie ma pożytku.*

Jak widzimy, w ciągu tych kilku tysięcy lat nic się nie zmieniło. Natura ludzka wciąż jest taka sama. Dlatego tak ważne jest, aby korzystać z doświadczeń i mądrości poprzednich pokoleń. Nie musimy przecież powtarzać tych samych błędów co oni.



*W ciągu kilku tysięcy lat
natura ludzka nie zmieniła się.*

Współczucie

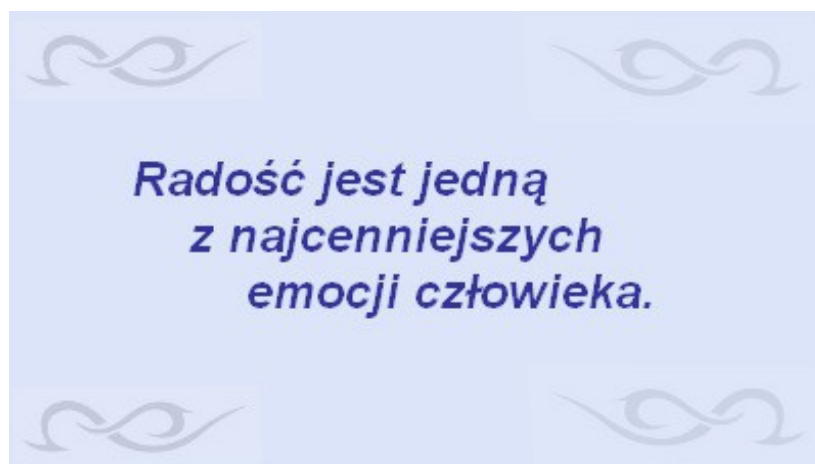
Od zarania dziejów człowiek, jako istota wysoko rozwinięta korzystał ze współczucia, które jest przejawem wyższych uczuć. Zwierzęta tej cechy nie posiadają. Co by to było, gdyby lew litował się nad swoją ofiarą i puszczał ją wolno. Musiałby zostać zwierzęciem roślinożernym. Wraz z rozwojem duchowym człowieka pojawiły się też takie uczucia jak współczucie. Jest to ważny element naszej duchowości. Niestety zdarza się, że inni wzbudzają w nas współczucie po to, aby przeprowadzić swój nieczyny plan. Zazwyczaj wykorzystują nas do swoich celów lub naciągają na coś. Nie należy jednak hamować swojego współczucia, wręcz przeciwnie: Jeżeli chcemy, aby nasz rozwój był pełny, wzbudzanie w sobie współczucia pomoże nam rozwinąć duchowość, która jest sferą o wiele potężniejszą w życiu człowieka, niż sam tylko rozwój świadomości i intelektu.

Aby uniknąć błędów wywołanych przez swoje współczucie, należy korzystać ze swojej wiedzy psychologicznej i na chłodno oceniać intencje człowieka, który prosi nas o pomoc. Za pomocą wskazówek psychologicznych typu „Techniki czytania z twarzy” lub „Mowa ciała”, a także korzystając z własnego doświadczenia, próbujemy ocenić sytuację na chłodno. Jak mówi Stary Testament: „Nie o to chodzi, aby komuś dać i samemu zostać biednym, ale o to, aby między wami była równość”. Z drugiej strony chrześcijaństwo idzie dalej i poprzez współczucie dopuszcza naruszenie tej proporcji na swoją niekorzyść.

Radość

Radość jest jedną z najcenniejszych emocji w życiu człowieka, jednak nadmierna chwilowa radość osłabia naszą czujność i możliwość logicznego myślenia. Będąc zanurzonym w euforii, chcemy dzielić się tym uczuciem z innymi. Niektórzy wykorzystują to przeciwko nam. Najczęściej jest to wyłudzenie pieniędzy, choć zdarza się – zwłaszcza kobietom –, że pod wpływem tych emocji ulegają amatorom mężczyzny i oddają mu

się, chociaż prędzej nigdy by się na to nie zgodziły. Podczas intensywnej nawet radości nie powinniśmy więc nigdy tracić głowy, ale chłodno powinniśmy oceniać bieżącą sytuację.



Najwięcej szkody w naszym życiu przynoszą, jak się łatwo domyśleć, uczucia i emocje negatywne. Omówmy zatem i je.

Uczucia i emocje negatywne

Zazdrość

Nadmiar tego uczucia jest dla nas bardzo niebezpieczny. Wyniszcza nas od środka. Możemy być zazdrośni o swojego życiowego partnera, ale równie dobrze może to być zazdrość materialna lub każda inna. Zazdrościć można wszystkiego: domu, samochodu, telewizora, a nawet bluzki, czy kariery zawodowej, biznesowej, politycznej... Najmocniejszym uczuciem zazdrości jest to, w stosunku do ukochanej osoby. W typowej sytuacji niszczy ona związek, miłość, ale często też pod jej wpływem możemy przecież skrzywdzić fizycznie lub nawet zabić bliską osobę. Przypadków tego typu jest bardzo dużo.

Mniejszego kalibru jest zwykła zazdrość o coś, bo ktoś ma, a ja nie. To czasami popycha nas do nagannego zachowania jak na przykład kradzieże w sklepie. Skoro nie stać nas na coś, więc – owładnięci tym uczuciem – dopuszczamy się tego proce-

deru. W końcu ktoś nas przyłapuje i kolejny punkt naszego nieszczęśliwego życia mamy zaliczony. Z braku dostatecznej ilości pieniędzy nieobce stają się nam także kłamstwo, oszustwo i naciąganie innych.

Podęjrziwość

Uczucie to idzie przeważnie w parze z zazdrością i jest jej ogniem podsycającym. Niszczy ona relacje międzyludzkie i nas samych. Jest elementem składowym większej całości, który razem z pozostałymi złymi uczuciami sprawia, że czujemy się w życiu nieszczęśliwi.

Nienawiść

Nienawiść, podobnie jak zazdrość doprowadzić nas może nawet do zabójstwa. Daje ona usprawiedliwienie umysłowi i moralności, że zło, które oferuje, jest dobre lub konieczne. Należy wystrzegać się jak ognia tego uczucia, gdyż pod jego kierownictwem nigdy szczęścia nie osiągniemy, a nasze życie będzie wręcz najeżone atakami złego, bądź ze strony świata, ludzi, bądź ze strony własnych myśli. Należy zawsze pamiętać o tym, że tam, gdzie jest nienawiść, nie ma miłości, i odwrotnie. Łatwo się o tym przekonać. Wystarczy tylko przypomnieć sobie chwile, w których byliśmy pozbawieni miłości, kiedy bliska osoba odchodziła lub umierała. Kiedy miłość zniknęła, pojawiały się zaraz negatywne uczucia, włącznie z nienawiścią do innych ludzi, zwłaszcza do szczęśliwych par. Tak samo osoby samotne, niekochane przez nikogo często doświadczają uczucia nienawiści i często mocno negatywnie reagują na widok ludzi szczęśliwych. Podobnie więc jak pozostałe negatywne uczucia wyniszcza ona nas od środka całkowicie.



Nienawiść wyniszcza nas od środka.

Gniew

Bez wątpienia gniew jest jedną z najbardziej szkodliwych emocji w naszym życiu. Pod wpływem gniewu bardzo często mówimy lub robimy coś, czego później żałujemy. Zazwyczaj nie sposób potem tego naprawić. Są to szkody nie do naprawienia. Zdarza się, że owładnięci nagłym gniewem tracimy całkowicie kontrolę nad swoimi czynami. Jesteśmy w stanie wtedy kogoś pobić lub zabić. Szczególnie młodzi ludzie są tutaj narażeni, gdyż nie zdołali jeszcze „oswoić” do końca swojej emocjonalności. Człowiek starszy jest bardziej stonowany i nie pozwala tak bardzo, aby kierowały nim emocje. Mądrość ludowa mówi, że gniew nie jest dobrym doradcą, dlatego planując zmianę swojego życia, należy szybko zrobić z tym porządek.

Wybuchowość i agresja

NieZRównoważenie emocjonalne szkodzi nam przede wszystkim w relacjach międzyludzkich, odsuwając od nas życzliwych nam ludzi i sprawiając, że często na polu bitwy, jakim jest życie, zostajemy sami. Trudno też potem, kiedy chcemy zmienić swoje życie, korzystać z pomocy innych, gdyż w ich oczach jesteśmy kipiącym wulkanem, do którego lepiej nie podchodzić.

Wszystkie emocje i uczucia, jakie nam towarzyszą, mają istotny wpływ na nasze życie i poczucie szczęścia. Tutaj ogra-

niczyliśmy się tylko do kilku najważniejszych, od których szczególnie dużo zależy. Opisaliśmy je pokrótce, ponieważ nie jest to temat tej książki. Dokładniej zajmiemy się tym tematem w drugiej książce poświęconej zmianie siebie samego.

Nie myślimy jasno pod wpływem alkoholu lub narkotyków

Nic tak nie psuje naszego życia, jak nasze zachowanie i czyny pod wpływem alkoholu lub narkotyków. Jest to temat-rzeka. Nie będziemy się jednak długo nad tym rozwodzić, gdyż każdy widzi na co dzień, ile zła alkohol może uczynić w życiu człowieka: wypadki samochodowe, zabójstwa, pobicia, wandalizm itp. Tak samo, jak w przypadku niektórych negatywnych emocji zdolność do naszego racjonalnego myślenia i podejmowania decyzji jest mocno ograniczona i często robimy coś, czego normalnie byśmy nie zrobili. Życie jest pełne tego typu przykładów. Nie mówię tutaj o tym, aby całkiem pozbyć się alkoholu, ale zdecydowanie zalecane jest, aby był on dodatkiem, a nie sensem naszego życia.

Jak rozpoznać moment, w którym już przesadzamy? Jest na to bardzo prosty sposób. Jeżeli nazajutrz odczuwamy kaca, jest to dla nas informacja od organizmu, że przesadziliśmy. Należy także wystrzegać się picia do oporu, bo właśnie wtedy najłatwiej zrobić coś, za co będziemy potem płacić czasem do końca życia. Sygnałem ostrzegawczym powinien być dla nas moment, w którym czujemy, że za bardzo nam już „szumi” w głowie. Nie podajemy tu konkretnych ilości alkoholu, ponieważ zależy to od „głowy” człowieka. Jeden wypije pół litra i nic mu nie będzie, a drugiemu wystarczy sto gram, by się upić. Kiedy czujemy, że zaczyna nas za bardzo „rozbierać”, lepiej zrezygnować z dalszego picia. W ten sposób mądrze kieruje się swoim życiem. Samo nic nie przyjdzie. To nasze wybory decydują o jakości naszego życia.

*Nic tak nie psuje naszego życia,
jak alkohol i narkotyki.*

Podsumowanie

Wyciąganie wniosków ze swoich dotychczasowych błędów jest bardzo ważnym elementem w układaniu sobie życia. Dzięki temu każdy kolejny rok staje się bardziej stabilny i przyjemniejszy. Bez uczenia się na swoich błędach jesteśmy jak kierowca samochodu, który jadąc przed siebie, nigdy nie patrzy we wsteczne lusterko, aby sprawdzić, czy nie zbliża się niebezpieczeństwo. W ten sposób trudno zapewnić sobie bezpieczną jazdę drogą, która zwie się życiem. Tylko od nas zależy, jakim będziemy w swoim życiu kierowcą.

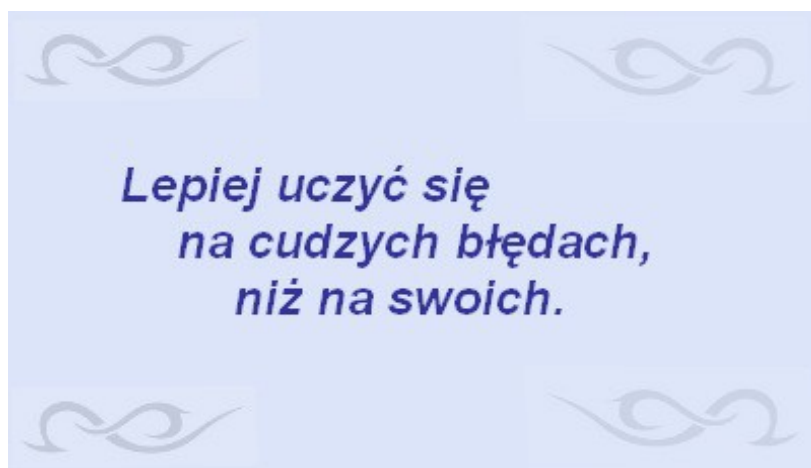


Jeżeli podoba Ci się ta książka, wesprzyj finansowo Autora.
Sam ustal wysokość datku. (patrz szczegóły na końcu książki)



Ucz się na cudzych błędach

Uczenie się na swoich błędach, jak wykazaliśmy w poprzednim rozdziale, jest mądrym postępowaniem, ale uczenie się na cudzych błędach jest praktyką o wiele mądrzejszą. Czy można uczyć się na cudzych błędach? Przecież każdy z nas jest inny, żyje w innych warunkach, doświadcza innych zdarzeń, ma różne marzenia i cele w życiu... Czy jest w ogóle sens uczyć się na przykładach innych ludzi? Pewnie, że jest. To prawda, że każdy z nas jest inny i ma inne warunki „startowe” wchodząc w życie, ale jak głębiej zastanowimy się nad tym, to stwierdzimy ze zdziwieniem, a może nawet ze zgrozą, że tak naprawdę bardzo niewiele różni nas od siebie. Bez względu na kolor skóry, wyznanie, wykształcenie, zamożność, czy zakątek świata, w którym mieszkamy, każdego z nas można sprowadzić do prostego schematu, którym kierują cztery siły: popędy, uczucia, emocje i cele. Oto ich krótka charakterystyka:



Popędy:

Popęd seksualny

Popęd seksualny jest najsilniejszym popędem człowieka i większości zwierząt. To on sprawia, że gatunki mogą przetrwać miliony lat. Jak każdy popęd ma on dosyć dużą autonomię i nie

daje się w pełni kontrolować przez naszą wolę. Jak duża jest to siła, pokazują badania na szczurach. Otóż wykazały one, że samce gotowe są narażać nawet swoje życie, aby tylko dostać się do samicy, a już takiej ochoty do ryzyka nie wykazywały, kiedy chodziło o zdobycie pożywienia, nawet wtedy, gdy byli bardzo, bardzo głodni.

Popęd życia

Drugi z najsilniejszych popędów żywych istot. Każde stworzenie, bez względu na to, czy będzie to człowiek, czy zwierzę nie chce umierać, chce żyć i, gdy ktoś próbuje mu je odebrać, broni się ze wszystkich sił lub ucieka przed agresorem. Tylko wśród ludzi zdarzają się samobójcy, ponieważ będąc ofiarą cywilizacji, zatracili w sobie naturalny system wartości.

Dlaczego ludzie popełniają samobójstwa? Istnieje tylko kilka klasycznych powodów:

- problemy finansowe
- problemy miłosne
- problemy z prawem
- problemy psychiczne

To są główne powody, a każdy z nich jest produktem cywilizacyjnym, nawet miłość. Obiektywnie przecież patrząc, nie jest prawdą, że bez osoby ukochanej nie możemy żyć. Możemy żyć, a nawet po jakimś czasie ponownie się zakochać w kimś innym, co też pewnie większość Czytelników potwierdzi z własnego doświadczenia. Odbierane sobie życia z powodu odrzuconej miłości nie jest więc zachowaniem naturalnym, tylko sztucznym, wytworzonym przez zaślepiiony umysł człowieka.

Uczucia:

Miłość

Nie ma człowieka, który nie chciałby kochać i być kochany. Można mieć władzę, sławę, pieniądze, ale miłość bije to wszystko na głowę, czego niezliczone dowody odnajdujemy w życiu codziennym, tym małym i tym wielkim. Ile to już gwiazd, czy ludzi bogatych zapilo się na śmierć lub utopiło w odmętach narkotyków... Ich sława, pieniądze jakoś im szczęścia ani sensu życia nie dały. Każdy z nich oddałby wiele za odrobinę prawdziwej, szczerzej i bezinteresownej miłości.

Radość

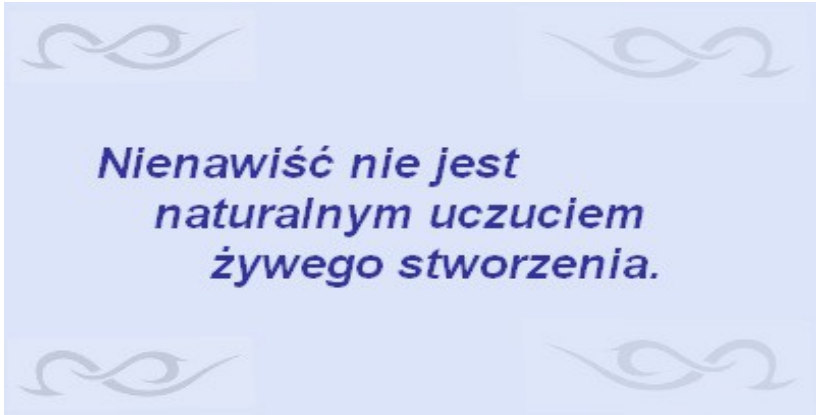
Żadna istota żywa nie lubi cierpieć. Jedynie znowu tylko niektórzy odnaturalnieni ludzie, zwani masochistami znajdują w tym przyjemność. Naturalnym stanem człowieka i każdego zwierzęcia jest spokój i radość. Wystarczy spojrzeć na dzieci, które nie mają jeszcze „na głowie” cywilizacyjnych problemów takich jak „nie mam z czego spłacić kredytu”, czy „ktoś mi ukradł lusterko w samochodzie”.

Wiara

Od zarania dziejów prawie każdy człowiek wierzy w swojego boga lub w jakąś bliżej nieokreśloną wyższą siłę sprawczą, która gdzieś tam w „niebie” jest.

Nienawiść

Nienawiść nie jest naturalnym uczuciem żywego stworzenia. Tylko ludzie potrafią wyzwolić w sobie to uczucie, często o wiele łatwiej nawet niż miłość. Każdy też zna je bardzo dobrze, bo często dawał się przez nie opanować.



*Nienawiść nie jest
naturalnym uczuciem
żywego stworzenia.*

Zazdrość i zawiść

Uczucia znane człowiekowi chyba od zawsze. Występują one także u innych wyżej rozwiniętych zwierząt, przeważnie u naczelnych.

Emocje:

Strach

Jest to jeden z systemów zabezpieczających żywego stworzenia mający na celu ochronę życia. Dzięki niemu organizm unika zbędnego zagrożenia lub mobilizuje swoje siły do ucieczki. Jak każda emocja towarzyszy nam przez całe życie.

Gniew

Bardzo częsta emocja, która jest częścią naszej osobowości. Ciężko znaleźć człowieka, który by nie ulegał jej wpływowi.

Śmiech

Poczucie humoru jest jedną z tych rzeczy, które różnią nas od innych zwierząt. Czasem kanony poczucia humoru zmieniają się w różnych epokach, ale nie zawsze, dzięki temu komedie

Szekspira czy Moliera śmieją ludzi na całym świecie od kilkuset lat.

Płacz

Razem ze śmiechem stanowi drugą, skrajną emocję człowieka, pozwalającą na pełną ekspresję natury ludzkiej.

Cele w życiu:

Osiągnąć szczęście

Czy jest ktoś, kto nie stawia sobie takiego celu w swoim życiu? Chyba nie. Każdy z nas chciałby być szczęśliwy. Jest to jeden z najbardziej pożądanых celów.

Założyć rodzinę

Zdecydowana większość ludzi stawia sobie taki cel. U zwierząt jest on realizowany w sposób dosyć prosty i naturalny. Ludzie obarczeni „szkodami cywilizacyjnymi” mają z tym często większy problem. Innym wariantem tego jest ogólna stabilizacja rodzinno-życiowa.

Wyróżnić się spośród tłumu

Większość ludzi chce w pracy awansować, cieszyć się większą wypłatą, szacunkiem, autorytetem, poważaniem, być sławnym, znanym lub uznanym w tym, co robi, czym się zajmuje. Chce dostępować zaszczytów i poklasku. Kto z nas nie lubi, kiedy łąchce się jego próżność, chwali lub uwielbia... To taki przecież miód na serce...

Jak widzimy, w każdym z nas są te same elementy natury

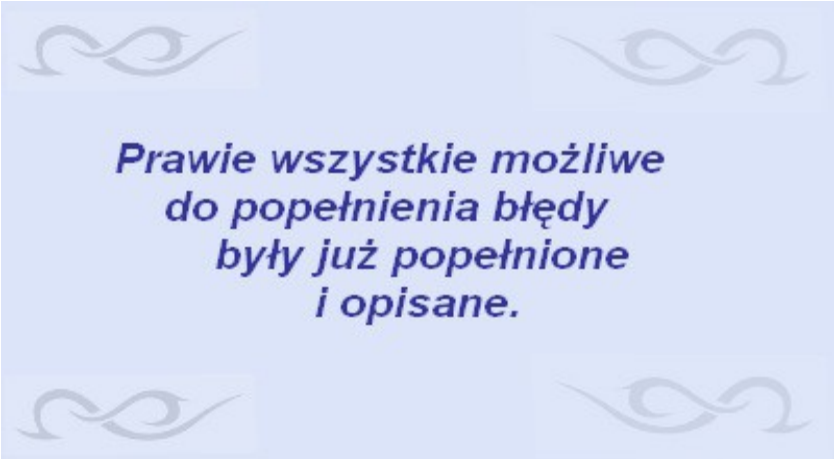
zwanej ludzką. Jeżeli chcemy być kochani, to wiemy, że w tym samym czasie tak samo inni ludzie na całym świecie także tego pragną. Jeżeli odczuwamy rozterki miłosne lub doświadczamy uczucia zawiści, możemy być pewni, że z podobnymi problemami borykali się także nasi rodzice, dziadkowie, pradiadkowie, a nawet ludzie żyjący dwa lub cztery tysiące lat temu, o czym wspominaliśmy już w poprzednim rozdziale, przytaczając słowa kapłana dla faraona Senusereta I. Od tysiący lat nic się nie zmienia. Natura ludzka wciąż jest taka sama. To, co przeżywali nasi przodkowie, teraz my przeżywamy. Dokładnie to samo.



*To, co przeżywali nasi przodkowie,
teraz my przeżywamy.*

Bez wątpienia jednym z największych wynalazków człowieka jest pismo. Dzięki niemu można było zapisywać swoją wiedzę i doświadczenia, a także dzielić się nimi z innymi. Spowodowało to szybki rozwój cywilizacji ludzkiej, gdyż następne pokolenia nie musiały po raz drugi odkrywać te prawa przyrody, które w poprzednich epokach ktoś już odkrył, ale – niejako kontynuując dzieło – korzystając z tej wiedzy, mogli skupić się na nowych wyzwaniach. Pismo posłużyło nie tylko do zapisu wiedzy naukowej. W każdej epoce odnajdujemy bowiem także ludzi, którzy spisywali nauki moralne, duchowe i etyczne, tak zwaną mądrość pokoleń. Ich dzieła obfitują w niezmierną ilość wiedzy, porad i ostrzeżeń życiowych sprawdzanych do-

świadczalnie przez wiele pokoleń. Skoro tak, to tylko głupi by z tego nie skorzystał. Po co prowadzić swoje życie na ślepo i uczyć się na swoich błędach skoro prawie wszystkie możliwe do popełnienia błędy były już tysiące razy popełnione i opisane przez innych? Czy nie lepiej zatem skorzystać z doświadczeń innych? Przecież to takie proste... Czy naprawdę chcemy koniecznie uczyć się na swoich błędach? Chyba tak, skoro większość ludzi nie wykorzystuje tego w swoim życiu. Nie chodzi tutaj tyle o czytanie tych, skądinąd bardzo cennych dzieł, ale pewnego rodzaju praktykę uczenia się na błędach innych. Przecież nasze otoczenie aż roi się od niczego nieświadomych „nauczycieli”. Każdemu z nas zdarzyło się w swoim życiu popełnić jakieś błędy, które źle się dla nas skończyły. Nasz przypadek może być zatem świetną nauką dla innych, tak samo, jak ich przypadki powinny być nauką dla nas. Wystarczy tylko rozejrzeć się wokół, umieć słuchać, obserwować, wyciągać wnioski i zapamiętywać je jako przestrozę dla siebie. Jest to wspaniałe zadanie móc w ten sposób chronić swoje życie przed niepotrzebnymi błędami, a także wspaniałe uczucie w sytuacjach, w których dostrzegamy, iż dzięki tej wiedzy udało się nam uniknąć czegoś złego. Ponieważ wiedzy nigdy nie jest za dużo, chcąc lepiej kierować swoim życiem, powinniśmy więc połączyć wiedzę poprzednich pokoleń z wiedzą żywych, chodzących w naszym otoczeniu „nauczycieli”.



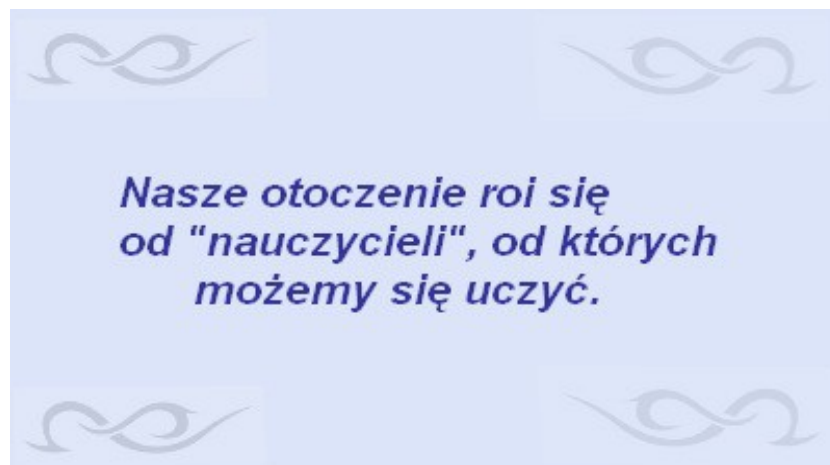
*Prawie wszystkie możliwe
do popełnienia błędy
były już popełnione
i opisane.*

Zapoznajmy się bliżej z tym dobrodziejstwem, jakie daje nam wiedza uzyskana na podstawie doświadczeń innych ludzi. Tak się jakoś układa, że poznając przypadki życia ludzi wokół nas, uzyskujemy wiedzę bardziej praktyczną, sprecyzowaną do konkretnego przypadku, na przykład mama mówi dziecku: „załóż czapkę, bo będziesz chory”. Kiedy dziecko mimo to nie chodzi w czapce i przezięb się, otrzymuje dzięki temu konkretną wiedzę: „Jak nie będę nosił czapki, to może mnie złapać przeziębienie”. Jest to wiedza bardzo konkretna, ograniczona do tego przypadku, ale równie dobrze możemy się przecież przeziębnić, chodząc w zimnym pomieszczeniu na bosaka lub pijąc zimny napój. Możliwości jest wiele, dlatego poza taką skonkretyzowaną wiedzą potrzebujemy jeszcze wyrobić w sobie odpowiednie zachowania i sposoby postępowania w życiu, aby stały one na straży przed zagrożeniami nieznanymi, takimi, które nie zdarzyły się jeszcze nikomu w naszym otoczeniu. Domeną tego typu wiedzy jest właśnie wiedza spisana w książkach, w których na podstawie mądrości pokoleń definiuje się konkretny styl życia lub zachowania.

Warto w tym miejscu przytoczyć słowa poety, Antoniego Słonimskiego: *„Kiedy nie wiem jak się zachować, na wszelki wypadek zachowuję się przyzwoicie”*. Jest to przykład zachowania chroniącego nas przed różnymi, nawet tymi nieznanymi zagrożeniami. Zamiast zbierać wiele różnorodnych nauk z konkretnych doświadczeń innych ludzi, dzięki takiej postawie zabezpieczamy się na niezliczoną ilość różnych okoliczności. Rozumiemy teraz dlaczego, poza uczeniem się na cudzych błędach, potrzebna jest także mądrość pokoleń, aby wyrobić w sobie odpowiednie zachowania i nawyki. Warto pamiętać także o tym, że czasem jesteśmy zmuszeni działać szybko, często pod wpływem różnorodnych emocji, które jak wiemy, bardzo nas ograniczają. Trudno w takich chwilach korzystać z konkretnej wiedzy, jaką uzyskaliśmy z doświadczeń innych ludzi, ale jeżeli zawczasu wyrobimy w sobie odpowiednie zachowania i metody działań, w nagłej sytuacji postąpimy w sposób intuicyjny, zgodnie ze schematem odpowiadającym danej postawie. Jeżeli na

przykład nauczymy się szybko redukować emocje, to w sytuacji nagłej, w której wyzwala się ogromna ilość negatywnych emocji, jak chociażby gniew, możemy w sposób praktyczny uchronić się przed wieloma niekorzystnymi dla naszej przyszłości sytuacjami, a pamiętajmy, że przecież w przypiływie nagłego gniewu człowiek może nawet zabić w skrajnych przypadkach. Nigdy więc nie należy gardzić mądrością pokoleń, choćbyśmy nawet wszystkiego nie rozumieli, ponieważ mądrość ta zebrana została z doświadczeń i praktyk życiowych wielu, wielu pokoleń.

Aby nieco przybliżyć, jak wielką pomocą jest dla nas wiedza wynikająca z doświadczeń innych ludzi, przedstawiamy kilka „klasycznych” błędów, które moglibyśmy uniknąć, gdybyśmy tylko wcześniej poznali tę wiedzę z doświadczeń innych ludzi.



Nauka 1- Branie kredytów ponad swoje możliwości.

Często zdarza się, że człowiek kupuje kolejną rzecz na raty lub bierze kolejny kredyt, lekceważąc fakt, że już w tej chwili ma problemy z terminowym płaceniem rat, które posiada. Przyczyn tego może być kilka:

1. Lekceważy problem, uważając, że jakoś to będzie. Jest to przeważnie domena kobiet.

2. Daje się skusić „atrakcyjnym” warunkom, np. nowy telewizor z ratą 50 zł miesięcznie. Niezbyt dużo, ale po zsumowaniu pozostałych rat, jakie w miesiącu musi płacić to dużo. Skoro już teraz nie jest w stanie podołać spłatom, to dokładanie do tego kolejnych pięćdziesięciu złotych tylko problem pogłębi. To chyba oczywiste.
3. Brak realizmu życia. Nigdy nie należy wykorzystywać swojej zdolności kredytowej do końca. Mając nawet dobrą pracę, nie jesteśmy w stanie przewidzieć, co stanie się za pół roku, a nawet jutro. Powinniśmy skupić się na jednym, dwóch kredytach obciążających nasze domowe finanse niezbyt mocno. Przy większym obciążeniu, w sytuacji, kiedy stracimy pracę lub ulegniemy wypadkowi i nasze dochody diametralnie się zmniejszą, zbyt duża ilość kredytów pociągnie nas na dno.

Powstające coraz większe zadłużenie jest dopiero początkiem problemów. W kolejnym czasie wywołana zostanie samopodtrzymująca się reakcja łańcuchowa. Ponieważ nie mamy wystarczających pieniędzy na obsługę swoich zobowiązań, zaczynają pojawiać się przypomnienia i upomnienia ze strony instytucji finansowych, w których zaciągnęliśmy kredyty, czasem odwiedzają nas windykatorzy. Każdy list z upomnieniem, telefon, czy wizyta pana od długów generuje dodatkowe koszty (od kilku do kilkudziesięciu złotych za każdym razem), które zwiększają nasze zadłużenie. Banki są w tym mistrzem, dzwoniąc co kilka dni, a czasem kilka razy dziennie. Za każdym razem pobierana jest opłata. Do tego oczywiście dochodzą jeszcze odsetki za każdy dzień zwłoki. W sytuacji kryzysowej bierzemy kolejny kredyt, aby uregulować zadłużenie. W ten sposób do naszego i tak ciężkiego już koszyka dokładamy kolejny kamień, który za jakiś czas da o sobie znać. Kolejna rata nie poprawi naszej sytuacji. Jeżeli mamy możliwość wzięcia kredytu konsolidacyjnego i rozłożenie swoich zobowiązań na dłuższy czas, może nam to pomóc, kosztem jednak przedłu-

żenia swojego mniejszego budżetu domowego o kilka lat.

Kiedy wykorzystamy tego typu możliwości, znowu zaczną się pożyczki od ludzi i branie kolejnych kredytów, aby spłacić poprzednie. W którymś momencie w naszym życiu pojawi się komornik. To dopiero kamień ciągnący nas z zawrotną szybkością na dno. Nie tylko dlatego, że koszty sądowe i komornicze wysokie, ale także dlatego, że komornik z tych pieniędzy, które od nas pobierze, płaci sobie pensję! Nie wszystkie więc pieniądze, które od nas weźmie, pójdą na spłatę naszego faktycznego zadłużenia.

Przy braniu kolejnego kredytu lub rzeczy na raty należy trzeźwo ocenić swoją sytuację finansową i zdolność do późniejszych spłat pamiętając, że wypadki chodzą po ludziach i nigdy nie wiadomo co przyniesie nam przyszłość. Powinniśmy wziąć to pod uwagę i nie zadłużać się zanadto.

Nauka 2

Wszystko jest dla ludzi, także alkohol. To prawda, jednak nadmiar alkoholu, kiedy tracimy świadomość tego, co robimy to, poza bezmyślnością, jeden z najczęstszych sprawców zła w naszym życiu: niechciane ciążę, rozboje, bijatyki, problemy z prawem, problemy w pracy itd. Najgorzej w tym zakresie mają kobiety, gdyż jak mówi mądrość ludowa: „baba pijana, dupa sprzedana”. Mężczyźni zresztą często raczą nowo poznane kobiety alkoholem, aby je „zmiękczyć”, „oswoić”. Jest to metoda stara jak świat. Potem można przystąpić do ataku. Czasem pamiątkę takiego spotkania kobieta ma na całe życie. Mężczyzna ulotni się lub zrzuci z siebie odpowiedzialność. Jeżeli pracuje, można wywalczyć od niego alimenty, ale często tacy mężczyźni, unikając ich płacenia, oficjalnie nie pracują, więc kobieta zostaje na lodzie sama. Wielokrotnie spotykałem ludzi, którzy pytali, czy poprzedniego dnia zbyt mocno nie narozrabiali, bo za dużo wypili. Taka sytuacja dla człowieka świadomego jest nie do przyjęcia.

Nauka 3

Nie ryzykujemy niepotrzebnie. W myśl powiedzenia: „Kto igra z ogniem, ten się oparzy”. Ludzie często narażają swoje zdrowie lub życie, aby przeżyć chwile ekscytacji lub poczuć adrenalinę. Niektórzy z nich płacą potem za to bardzo wysoką cenę. Ostatni głośny przykład polskich himalaistów: Jako pierwsi zdobyli zimą jeden z ośmiotysięcznych szczytów (Broad Peak). Ich radość i chwała nie trwała jednak długo. Przy schodzeniu z góry dwóch z nich odpadło od ściany i zginęli. Zostawili swoje domy, rodziny, dzieci... Czy warto było? Człowiek często bzdurnie uważa, że owszem, nieszczęścia zdarzają się, ale tylko innym, im się to nie przydarzy. Ta mentalność widoczna jest w wielu aspektach ludzkiego postępowania.

Nauka 4

Najpierw myślimy, potem mówimy. Nigdy na odwrót. Przykładów na potwierdzenie tego zalecenia każdy z nas zapewne znajduje niezliczoną ilość. „Mowa srebrem, ale milczenie złotem” mówi stara maksyma i nie są to puste słowa. Nic się naszemu rozmówcy nie stanie, jeżeli trochę dłużej poczeka na odpowiedź. Każda nasza wypowiedź, a zwłaszcza ta, która jest z naszego punktu widzenia istotna, powinna być najpierw przemyślana. Nic tak nam nie szkodzi, jak nasze własne usta i słowa, jakie nieodpowiedzialnie wypowiadają. Jest to nasz największy przeciwnik. Wielokrotnie każdemu z nas zdarzało się powiedzieć coś, czego tak naprawdę powiedzieć nie chcieliśmy. Zazwyczaj dzieje się to w sytuacjach, w których jesteśmy wzburzeni lub jesteśmy pod wpływem innych emocji, lub środków, które ograniczają naszą samokontrolę, jak chociażby alkohol.



*Nic nam tak nie szkodzi,
jak słowa, które wypowiadamy.*

Wiele złych rzeczy myślimy na temat innych ludzi, ale wypowiedzenie tego na głos zazwyczaj przyniesie nam więcej szkody niż pożytku. Zupełnie inna sytuacja jest, kiedy mówimy coś przeciwnego do tego, co uważamy. Dzieje się tak często podczas kłótni, kiedy z braku lepszych argumentów, chcąc być w niej zwycięzcą, mówimy różne nieprzyjemne słowa tylko po to, aby zaboląły, aby sprawiły przykrość i ból rozmówcy. Potem, w czasie godzenia się, kiedy wycofujemy się z tych słów, jesteśmy na pozycji przegranej. Po pierwsze stajemy się w oczach innych ludźmi nieszczerymi, głupimi i niezrównoważonymi, po drugie, możemy być pewni, że nawet jeżeli rozmówca wybaczy nam te słowa i wszystko między nami wróci do normy, to jednak w jego pamięci ta zadra pozostanie. Będzie już inaczej (czytaj: gorzej) o nas myślał, a jeżeli ma naturę mściwą, kiedy nadarzy się okazja, odpłaci się pięknym za nadobne. Jakby nie patrzeć zawsze na tym stracimy. Tak samo, jeżeli rozpowiadamy czyjeś tajemnice, sprawiamy, że inni zaczynają inaczej już nas postrzegać. Zdradzamy bowiem cechy osób niegodnych zaufania, czasem wręcz zdrajców. Lepiej więc trzymać się od takich ludzi z daleka albo przynajmniej trzeba uważać na to, co się mówi, bo skoro osoba ta zdradza nam czyjeś tajemnice, więc nie będzie miała oporów, aby rozpowiadać o naszych sprawach. W ten sposób dzięki temu, co mówimy, budujemy swój wizerunek w oczach innych. Trzeba też pamiętać o tym, że w potoku słów trudno utrzymać kontrolę nad wszystkim, co się mówi, zatem prawdopodobieństwo wypsnię-

cia się czegoś, co nie powinno być powiedziane, jest duże. Lepiej więc mówić trochę wolniej, ale za to bardziej przemyślnie. Zawsze wyjdzie nam to tylko na korzyść.



Jeżeli podoba Ci się ta książka, wesprzyj finansowo Autora. Sam ustal wysokość datku. (patrz szczegóły na końcu książki)



Nauki płynące z mądrości pokoleń

1. Nauka starożytnych

1.1- Ptahotep (starożytny Egipt)

*Nie zwierzaj się komuś
kto jest twoim wrogiem.*

(Nauki Ptahotepa)

W naszych relacjach z innymi ludźmi przeważnie jest tak, że z jednymi lepiej się rozumiemy, a z drugimi mniej. Często wręcz kogoś nie lubimy ze względu na jego nieodpowiednie zachowanie, niestałość, plotkarstwo lub za to, że dokucza nam bez powodu. Pomimo tego, że takie osoby potrafią być czasem bardzo miłe, to jednak nie powinniśmy zapominać o tym, że w ich oczach znajomość z nami nie jest wiele warta. Nie powinniśmy zatem dopuszczać ich do swoich tajemnic czy osobistych

spraw, ponieważ bardzo często zdarza się, że uzyskane od nas informacje wykorzystają przeciwko nam. Szczególnie należy uważać na ludzi wścibskich i plotkarzy. Oni wykorzystują każdą okazję, aby wyciągnąć od nas intymne informacje, zwłaszcza w momencie, kiedy przechodzimy w życiu trudne chwile i potrzebujemy czyjś wsparcia. Udają wtedy bardzo zatroskanych i nakłaniają nas do zwierzeń, do wyrzucenia wszystkiego z siebie, bo to „pomaga”. Uzyskane w ten sposób informacje rozpowiadają potem wśród innych, nawet jeżeli przysięgali, że nikomu o tym nie powiedzą. Trudno takich ludzi uznać za przyjaciół. Bardziej są to nasi wrogowie, którzy żerują na naszym nieszczęściu. Należy więc nawet w tych trudnych dla nas chwilach, powstrzymać się od zwierzeń przy osobach, o których wiemy, że mają za długi język.

1.2- Menander (starożytny Rzym)

*Wskutek złych rozmów
psują się dobre obyczaje.*

Każdy człowiek rodzi się z pewną swoją naturalną niewinnością. W trakcie dochodzenia do wieku dorosłego niewinność ta jest poddawana większym lub mniejszym zniekształceniom, głównie poprzez obcowanie z innymi ludźmi. Dobrze to widać u dzieci, które zaczęły chodzić do przedszkola. Od razu zauważamy różnicę, kiedy dziecko zaczyna mówić brzydkie słowa lub zachowuje się źle. Nie oznacza to przecież, że dziecku nagle coś się odwidziało w jego dotychczasowej niewinności, tylko przejęło negatywną cechę od innego dziecka. Także w wieku późniejszym, a nawet w dorosłym oddziałujemy jedni na drugich, przejmując od siebie pozytywne lub negatywne cechy. O ile dziecku można to nieświadome przejęcie wybaczyć (jakoś ta nasza ludzka natura jest taka, że o wiele chętniej i łatwiej przejmujemy negatywne cechy niż pozytywne), o tyle dorosły czło-

wiek powinien już strzec się tych negatywnych wpływów. Pierwszym tego warunkiem jest środowisko, w jakim przebywamy oraz ludzie, z którymi się często spotykamy. Od nich też zależy będzie, jaką energią będziemy bombardowani. Trudno oczekiwać od ludzi zdemoralizowanych, aby rozmawiali o uczciwej pracy, o rozwoju osobistym, o doskonaleniu się itp. Będą rozmawiali o tym, co ich zajmuje, a więc co można by ukraść, kogo naciągnąć na pieniądze, bo pić się chce, a żaden z nich przecież nie pracuje i nie ma zamiaru pracować. Zamiast słów budujących będą używać wyzwisk i wulgaryzmów. Trudno więc w takim towarzystwie zadbać o swoje życie, ponieważ działania nasze będą przez nich dyskredytowane. Po pewnym też czasie sami zaczniemy się do nich upodabniać. Nasze dobre cechy będą zanikać, a złe będą się rozwijać, gdyż tylko one w takim środowisku będą akceptowane i odpowiednio wzmacniane.

Biorąc udział w niemoralnych rozmowach, po którymś razie przestaną nas już te tematy razić, będą czymś normalnym. Nasza moralna intuicja zostanie przytępiona. Stąd już krok do działania. Tak przeważnie się zaczyna. W ten sposób właśnie zło wchodzi do naszego życia i postępuje potem coraz śmieiej. Kiedy zostaniemy oswojeni w myślach z danym złem, nie będziemy mieli już większych problemów, aby wykonać je w czynach.

1.3- Seneka (starożytna Grecja)

*Jutro, jutro i zawsze jutro,
i tak trwoni się życie.*

Od razu możemy do tego dopisać słowa innego autora:

*Życie jest czymś, co przydarza się nam w czasie,
gdy jesteśmy zajęci planowaniem innych rzeczy.*

Bardzo ważne jest umiejętne planowanie swojego życia,

swojej przyszłości jednak tak, jak we wszystkim, nie należy przesadzać. W przeciwnym wypadku nabawimy się tzw. syndromu „japońskiego turysty”. Głównym zadaniem turystów japońskich jest dokładne obfotografowanie swojej wizyty w danym państwie. Nie mają czasu, aby przyjrzeć się tej rzeczywistości, w której się znaleźli, nie delektują się smakiem, zapachem nowego miejsca. Robią kilka fotek i szybko udają się w inne miejsce, aby i tam swój pobyt uwiecznić na fotografii. Potem w domu, z rodziną oglądają zdjęcia miejsc, w których tak naprawdę ich nie było. Był tylko przyłożony do oka aparat, który zasłaniał widok. Podobnie zachowują się niektórzy ludzie w swoim życiu. Rano rozmyślają o tym, co będą jedli lub robili po południu, po południu myślą o tym, jaki film wieczorem obejrzą, a wieczorem zastanawiają się, co będą robili następnego dnia, albo podczas wolnego weekendu. W ten sposób życie przemyka im między palcami, ponieważ oni zawsze zajęci są myśleniem o wszystkim, tylko nie o chwili bieżącej. Nie delektują się życiem, tylko w swoim pośpiechu, świadomość pstryka fotki rzeczywistości, podobnie jak japoński turysta uwiecznia miejsca, w których podobno był, ale jakoś nic z nich nie pamięta i nic o nich z własnego doświadczenia powiedzieć nie może.

Trzeba, jak najbardziej, rozsądnie i planowo podchodzić do swojego życia, ale nie można zapominać także o chwilach zabawy i relaksu. Nie stawajmy się żywymi automatami. Uczmy się cieszyć bieżącą chwilą tak, jak dziecko, które zawsze jest „tu” i „teraz”. Nie myśli więc zawczasu o tym, co wieczorem będzie jadło na kolację. Jest zbyt pochłonięte smakowaniem teraźniejszości.



*Nie stawajmy się automatami,
uczmy się cieszyć bieżącą chwilą.*

1.4- Konfucjusz (starożytne Indie)



*Ten, który stale jest szczęśliwy,
musi się często zmieniać.*

Taka jest nasza ludzka przypadłość, że za bardzo przywiązuje się do różnych rzeczy, sytuacji czy nawet wyobrażeń. One nas w późniejszym czasie zniewalają, trzymają w więzach. Kiedy życie się zmienia, one trzymają nas wciąż w tym samym miejscu, powodując napięcia, złość i agresję. Kilka przykładów:



1. Zostajemy przydzieleni w pracy do pewnego stanowiska, do którego się przyzwyczailiśmy, a nawet polubiliśmy. Po pewnym czasie kierują nas na inne stanowisko ani lepsze, ani gorsze. Wzbudza to w nas złość, gniew... Ktoś śmiał zaburzyć nasz spokój.
2. Bardzo lubimy chodzić w swoich butach, bo są bardzo wygodne. Kiedy w którymś momencie odleci podeszwa, prawie że rozpaczamy z tego powodu. Musimy się z nimi rozstać... Co za niepowetowana strata...
3. Moglibyśmy być szczęśliwi, ale negatywne wspomnienia z przeszłości uniemożliwiają nam to. Nie mamy negatywnych wspomnień? To może zbytnie troski o przyszłość nie pozwalają nam cieszyć się chwilą obecną? W jednym i drugim przypadku niepotrzebne myśli trzymają nas z dala od smakowania życia w teraźniejszości.
4. Bardzo dobrze czujemy się w towarzystwie kogoś z rodziny, znajomych, przyjaciół... Kiedy osoba ta opuszcza nas, nie chce już z nami tak często przebywać, wywołuje to w nas ból, cierpienie i rozpacz. Za bardzo przyzwyczailiśmy się do tej osoby. Za bardzo się jej uczepiliśmy. Przychodząca zmiana sprawia, że nagle czujemy się nieszczęśliwi.

Zawsze, ilekroć przywiążemy się do czegoś, narażamy się na ból i cierpienie. Nic nie jest wieczne. Ludzie w końcu umierają, sytuacje kończą się tak samo, jak przychylność fortuny. Zmiana wpisana jest w nasze życie. Zauważyli to już starożytni, zamykając swoje spostrzeżenie w słynnej maksymie „Pantarei” (Wszystko płynie). Skoro wszystko podlega w życiu zmianie, musimy także i my nauczyć się często zmieniać. Kiedy przychodzi w życiu zmiana zamiast rozpacz, która i tak niczego nie zmieni, musimy jak najszybciej przystosować się do nowych warunków i znaleźć w nowej rzeczywistości swoje nowe szczęście.

Przypatrzcie się mrówkom, kiedy rozburzycie ich mrowisko. Żadna z nich nie oddaje się rozpacz ani złorzeczeniom pod naszym adresem, tylko z miejsca zabierają się za odbudowę swego domu. Tak samo ptak, gdy ujrzy swoje zniszczone gniazdo, nie robi nic innego, jak zaraz odbudowuje je lub zakłada nowe. Co innego może uczynić? Napisać skargę? Pożalić się? Do kogo? Takie jest po prostu życie. Czasem nam sprzyja, a czasem nie. W tych warunkach, jakie mamy i w tych możliwościach, jakimi dysponujemy, musimy odnajdywać wciąż na nowo swoje szczęście. Na czym polega mądrość przetrwania trzciny nad jeziorem? Na tym, że kołysze się wraz z kierunkiem wiatru. Gdyby tego nie robiła, wiatr zaraz by ją złamał. Niech będzie to więc alegoria naszej życiowej postawy. Trzeba płynąć razem z życiem, bez oglądania się za siebie, ani bez przywiązywania się do kogoś lub czegoś na stałe.



*Zawsze, ilekroć przywiążemy się
do czegoś,
narażamy się na ból i cierpienie.*



1.5- Marek Aureliusz (starożytny Rzym)

Zaczynając dzień, powiedz sobie:

*zetknę się z ludźmi natrętnymi, niewdzięcznymi,
zuchwałymi, podstępными, złośliwymi, niespołecznymi.*

*Wszystkie te wady powstały u nich z powodu
braku rozeznania złego i dobrego.*

*Mnie zaś, którym zbadał naturę dobra, że jest piękne,
i zła, że jest brzydkie, i naturę człowieka grzeszącego,
że jest mi pokrewnym, nie dlatego że ma w sobie krew i
pochodzenie to samo, ale że ma i rozsądek, i boski pierwiastek,
nikt nie może wyrządzić nic złego.*

Nikt mnie bowiem nie uwikła w brzydotę.

Nie mogę też czuć gniewu wobec krewnego ani go nienawidzić.

*Zrodziliśmy się bowiem do wspólnej pracy tak jak nogi,
jak ręce, jak brwi, jak rzędy zębów górnych i dolnych.*

*Wzajemne więc szkodzenie sobie jest przeciwne naturze,
wzajemnym zaś szkodzeniem jest uczucie gniewu i nienawiści.*

(Rozmyślania, 1)

Jest to świetny sposób na rozpoczynanie nowego dnia. Pamiętając o tym, że w nadchodzącym dniu spotkamy się z różnymi ludźmi, także i tymi, którzy będą dla nas niemili lub będą chcieli nam zaszkodzić, uchronimy się przed wieloma przykrościami z ich strony. Kiedy rano uzmysłowimy sobie, że ludzie są różni, mają inne podejście do życia i inny sposób bycia, pomoże to nam w sposób bardziej łagodny i wyrozumiały podejść do ich inności.

Często ludzie są agresywni, niemili, wulgarni nie dlatego, że są źli, ale z braku pewności siebie, ze strachu, bólu, poczucia winy, osamotnienia, rozpacz, czy po prostu z braku miłości. Ich złe zachowanie jest reakcją na ich wewnętrzne problemy. Patrząc pod tym kątem na człowieka bardziej nam go żal, niż złościmy się na niego. Pustka emocjonalna lub zaburzenie ży-

cia emocjonalnego objawia się w zachowaniu bardzo wielu ludzi. Innym powodem ich złego lub nieodpowiedniego zachowania jest zwyczajna głupota. Człowiek stojący na niskim poziomie rozwoju nie zastanawia się nad tym, co robi ani jakie konsekwencje przyniosą jego czyny. Brakuje mu także empatii, aby zrozumieć, że jego słowa lub postępowanie sprawiają komuś przykrość czy ból.

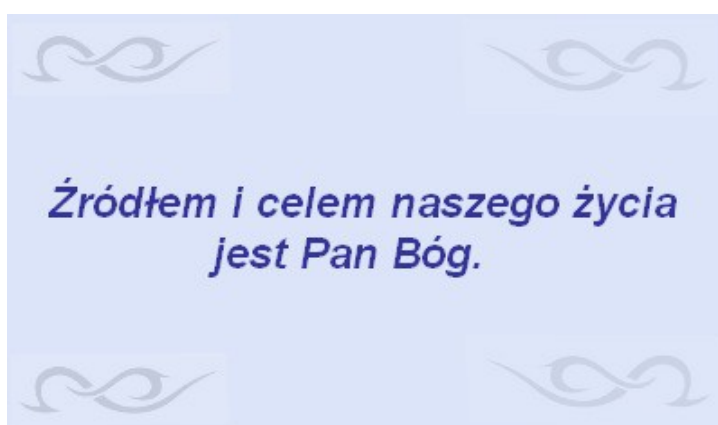
Kiedy zaczniemy sobie w podobny sposób tłumaczyć, dlaczego ten człowiek zachowuje się tak, a nie inaczej, przestanie być już dla nas taki ohydny. Stanie się kimś godnym współczucia. Warto sobie przypomnieć, że my swego czasu, zanim zaczęliśmy dbać o swój rozwój, także czasami źle postępowaliśmy. Teraz tego nie robimy, ponieważ dojrzeliliśmy do wyższej formy rozumienia i odczuwania życia. Nie złościmy się więc tak bardzo na ludzi, którzy tego jeszcze nie osiągnęli. Kiedyś może i oni dojrzeją i zmienią się tak, jak my zmieniliśmy się swego czasu. Możemy nawet poczuć w tym momencie jedność z nimi, jako „młodszy braćmi w wierze”. W końcu tak bardzo od siebie się nie różnimy.

2. Nauka dalekowschodnia

Cała filozofia dalekowschodnia i jej nauka na temat tego, jak żyć, w jaki sposób rozwijać swój umysł i duchowość jest niezmiernie interesująca i pożyteczna. Od ponad pół wieku zachwycają się nią Amerykanie, chłonąc jej naukę w każdej formie. Pod wieloma względami nauka duchowa, jaką głosi Daleki Wchód, jest zbieżna, a nawet w wielu punktach tożsama z nauką mistyczną Kościoła katolickiego i jego świętych. Nie należy jednak nigdy zapominać o istotnych różnicach, które sprawiają, że Kościół nie zaleca studiowania tej filozofii.

Filozofia dalekowschodnia może być dla nas bardzo pożyteczna w pierwszym okresie zmiany swojego życia, ale podczas rozwijania swojej religijności, będzie dla nas szkodliwa, jeżeli będziemy brnęli w jej teologiczne i religijne nauki. Celem i źród-

dłem życia chrześcijanina jest Pan Bóg i tylko w Nim powinien upatrywać wszelką nadzieję i mądrość na temat tego, jak żyć. Celowe jest także zwrócić się bezpośrednio do Niego o pomoc. Pismo Święte zawiera wystarczające wskazówki na temat tego, jak żyć, aby „było dobrze”, co w połączeniu z łaską Bożą powinno nam wystarczyć do zmiany swojego życia. Rozumiejąc jednak, iż nie wszyscy chcą zbliżyć się do Boga, przedstawiamy obiektywnie naukę także niekatolickich środowisk. Warto nie mniej jednak zauważyć, że wiedza pokoleń na temat tego, jak żyć, jest w gruncie rzeczy bardzo podobna i w każdym miejscu i epoce nauki te powtarzają się, jak nie w tej, to w innej formie. Świadczy to niezbicie o tym, że ludzie doszli do tych samych konkluzji. Możemy różnić się kolorem skóry, wiarą, miejscem zamieszkania, ale nasze serca i umysły są takie same. Naszym życiem kierują takie same uczucia i myśli. Nauki przedstawione zatem poniżej odnajdziemy także w Biblii i w pismach innych kultur.



Nauka 1

*Umysł poprzedza wszelkie myśli.
Umysł jest ich zwierzchnikiem; umysł je kształtuje.
Gdy ktoś mówi lub działa z nieczystym umysłem,
cierpienie podąża w ślad za taką osobą
niczym koła wozu za kopytami wołu.*

(Budda – Dhammapada, 1)

Podstawowa prawda duchowa człowieka. Myśli kształtują nasze życie w sposób realny. Kto podsyca w sobie zło i nienawiść, tak też będzie postępował na zewnątrz, odpychając od siebie ludzi, a z nimi dobro, które mogłoby przyjść. Otrzyma za to cierpienie i ból, bo nie jest gotów przyjąć niczego innego. W życiu takiego człowieka zaczyna brakować miłości i szczęścia, są tylko wciąż pojawiające się nowe problemy. Wynikają one z dwóch źródeł:

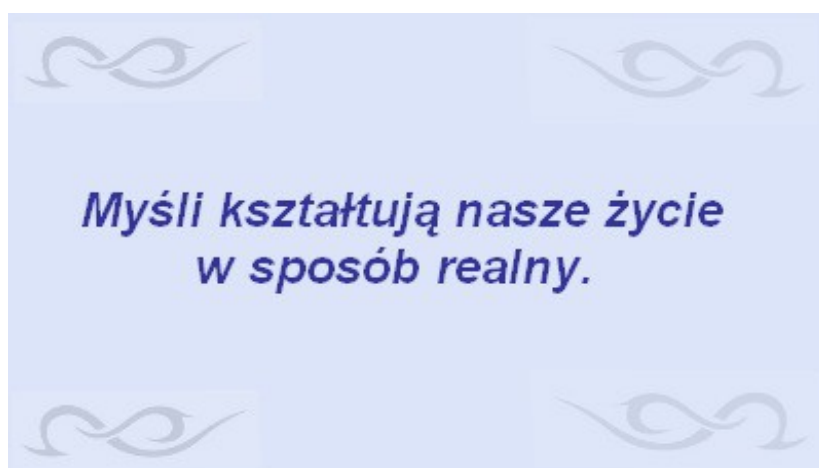
1. Czyny człowieka

Złe czyny sprowadzają na nas kolejne zło będące konsekwencją naszych wcześniejszych działań.

2. Myśli człowieka

Na poziomie metafizycznym nieczyste myśli przyciągają do nas, w świecie realnym coraz więcej zła, bo swój ciągnie do swego. Podobnie też dobro przyciąga dobro.

Nasz umysł jest jakby takim generatorem, który produkując myśli, sprawia, że są one zaczątkiem naszych zamierzeń, a potem działań. Najwięcej więc od niego zależy. Stąd też poza zmianą swojego życia trzeba także zmienić siebie, swój umysł, aby generował myśli bardziej dla nas korzystne.



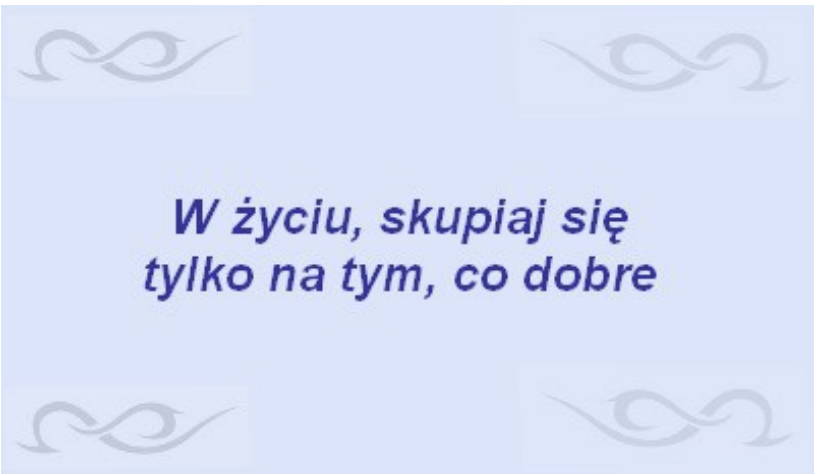
Nauka 2

*Spostrzegaj to, co jasne wokół ciebie,
Lecz pamiętaj, że kryje ono niepoznaną ciemność.*

(Lao Tsy, Droga, 28)

Naukę tę możemy odczytać na dwa sposoby:

1. W życiu skupiaj się tylko na tym, co dobre, ale nigdy nie zapominaj, że obok dobra zawsze jest także zło. Bądź więc czujny w swoim postępowaniu, bo nie wiesz, kiedy zło może cię zaatakować.
2. Unikaj złego jak ognia. Biblia w tym miejscu idzie jeszcze dalej, mówiąc: „Unikaj wszystkiego, co ma choćby pozór zła!”. Wybieraj zawsze dobro, pamiętając jednak o tym, że tak, jak noc związana jest z dniem, a orzeł z reszką, tak samo dobro związane jest ze złem. Każdy z nas ma w sobie tę dwoistość i w niesprzyjających warunkach może to zło w nas się uaktywnić. Musimy więc kontrolować siebie pod tym kątem, w którą stronę zmierzamy.



*W życiu, skupiaj się
tylko na tym, co dobre*

Nauka 3

*Nie lekceważ zła, myśląc: „To mnie nie dotknie”.
Kropla po kropli napętnia się dzban wodą, i podobnie głupiec,
gromadząc zło po trochu, cały się nim wypełnia.*

(Budda – Dhammapada, 121)

Nasze życie można przyrównać do wielkiej, szerokiej rzeki. Rzeka ta ma swój początek w małym źródle i płynąc, zbiera po drodze wodę ze strumieni, które do niej wpadają. Dzięki temu rzeka zwiększa swoją objętość i moc. Z każdym nowym strumieniem staje się coraz większa. Podobnie jest z naszymi czynami. One nie giną, ale ich następstwa gromadzą się w nas i wokół nas. Każda zła myśl, zachowanie są jak krople, które powoli nas wypełniają i zmieniają w ludzi zawistnych, nieczułych, złośliwych... Im więcej tego zła nagromadzimy w sobie, tym mniej będzie ludzkich odruchów. Nasze życie stanie się ciemne, bezbarwne a my będziemy czuć się w nim coraz bardziej nieszczęśliwi. Rada jest więc taka, aby gromadzić w swoim życiu tylko to, co będzie dla nas korzystne, a więc przede wszystkim dobro. Tylko wtedy rzeka naszego życia płynąć będzie spokojnie, nie powodując niszczących nas powodzi.

Nauka 4

*Zajmij się wielką sprawą,
kiedy jest jeszcze mała.*

(Lao Tsy, Wielka Księga Tao, LXIII)

Bardzo często ludzie popełniają błąd (zwłaszcza kobiety), myśląc, że niewygodne dla nich sprawy same się rozwiążą. Nic bardziej mylnego. Sprawy pozostawione same sobie zazwyczaj

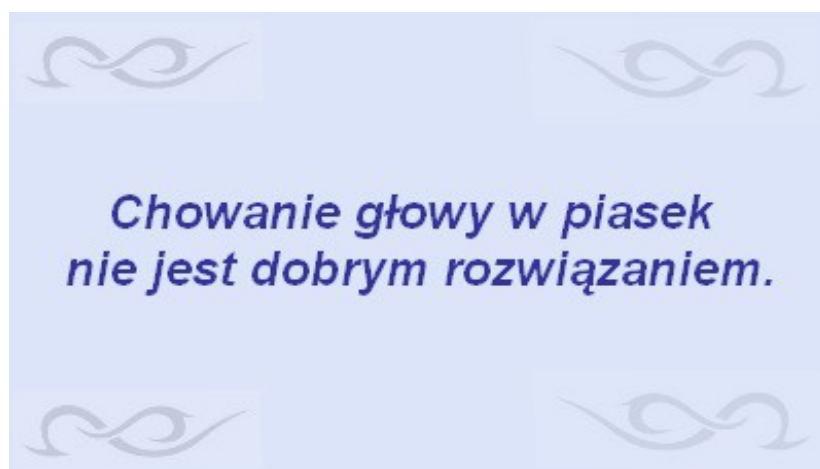
źle się kończą. Oto przykład:

Zalegamy ze spłatami kredytu w banku. Nie płacimy także bieżących rat. Pojawiają się pierwsze telefony z przypomnieniami oraz listowne monity. Nic w tej sprawie nie robimy, żadnego odzewu z naszej strony, ponieważ nie mamy z czego dalej spłacać. Nasza sytuacja finansowa pogorszyła się bowiem. Pojawiają się kolejne przypomnienia, aż w końcu przyjeżdża do nas windykator z banku. Musząc z nim rozmawiać, tłumaczymy, że mamy ciężką sytuację finansową i stąd nasze problemy z opłacaniem rat. Przyrzekamy, że postaramy się cokolwiek płacić. Oczywiście nie robimy tego, bo nie mamy na tyle pieniędzy. Uzbrojeni w nowe doświadczenie, na wszelki wypadek nie otwieramy już drzwi, póki nie dowiemy się najpierw kto za nimi stoi. Nie mamy przecież ochoty drugi raz przechodzić takiej nieprzyjemnej wizyty. To samo już wcześniej zrobiliśmy z odbieraniem telefonów. Żadna przyjemność tłumaczyć się komuś, dlaczego nie płacimy rat. Nie odbieramy więc telefonów, gdy dzwoniący numer jest zastrzeżony lub nieznany. Po wielu miesiącach, czasem po roku, cieszymy się, że w końcu przestali do nas wydzwaniać i wysyłać listowne wezwania do zapłaty. Nasza radość nie trwa długo, gdyż za chwilę przychodzi pismo od komornika o zajęciu wynagrodzenia w pracy, oraz o naliczeniu kosztów sądowych i komorniczych. Te kwoty, które sami mogliśmy przekazywać bankowi, teraz przekazuje za nas komornik, naliczając sobie swoje koszty. Do naszego zadłużenia w banku doszły jeszcze odsetki od długu, koszty sądowe oraz utrzymanie komornika.

Czy dobrze zrobiliśmy, zostawiając nieprzyjemny dla nas problem samemu sobie? Oczywiście, że nie. Wystarczyło tylko odpowiedzialnie podejść do tematu. Banki rozumieją, że czasem zdarzają się różne sytuacje w życiu człowieka. Wystarczyło więc od razu, na samym początku dogadać się z nimi jak tylko pojawiły się pierwsze problemy ze spłatą rat. Jeżeli nie udałooby

się rozbić kredytu na mniejsze raty lub chwilowo wstrzymać jego spłacanie, można było wpłacać tyle, ile byliśmy w stanie. Po pierwsze, nasz dług wobec banku byłby mniejszy, a po drugie bank, widząc nasze starania, prawdopodobnie nie oddawałby sprawy do komornika. Już na tym zaoszczędzilibyśmy sporo pieniędzy.

Jak widać z powyższego przykładu, chowanie głowy w piasek nie jest dobrym rozwiązaniem. Trudno wyobrazić sobie co by się stało, gdybyśmy nie gasili ognia w jego zarodku, tylko czekali na rozwój wypadków. Może sam się ugasi... A może spadnie deszcz... Kiedy pojawia się w naszym życiu problem, zajmijmy się nim czym prędzej. Nie podchodźmy do niego z myślą „jakoś to będzie”. To jest domena ludzi nieroztropnych. Człowiek roztropny wie, że problemy same nie znikają. Potrzebują naszego zaangażowania, aby się rozwiązać. Im szybciej się nimi zajmiemy, tym lepiej.



Nauka 5

*Kiedy mędrzec wskazuje na księżyc,
idioci patrzą na palec.*

(powiedzenie dalekowschodnie)

Na zakończenie tego fragmentu nauk przedstawiamy hu-

morystyczne podsumowane niewiedzy człowieka. Czytając nauki i mądrości pokoleń, dbajmy o to, abyśmy nie byli jak ci głupcy, lecz, abyśmy poprzez zastanowienie i rozeznanie dobrze zrozumieli doniosłość każdej z ich nauk. Wymaga to z naszej strony zaangażowania, ale tak to już w życiu jest, że im większy trud i zaangażowanie w przygotowanie czegoś włożymy, tym później lepsze tego będą efekty. Najlepszy przykład: nauka przed egzaminem. Im więcej naszych starań i czasu poświęcimy nauce, tym lepiej pójdzie nam na egzaminie. Podobnie jest w każdej innej sferze naszego życia.

3. Nauka Pisma Świętego

Wbrew powszechnie panującemu mniemaniu Biblia nie jest tylko księgą religijną, opisującą boski plan względem człowieka. Można ją raczej podzielić na pięć głównych części:

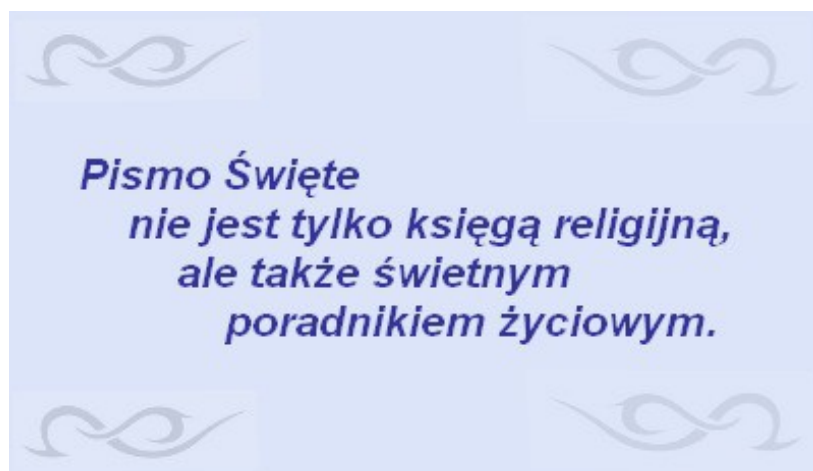
- Księgi religijne
- Księgi historyczne
- Księgi mądrościowe
- Księgi proroków
- Księgi chrześcijańskie

W księgach mądrościowych zawarta jest cała nauka pokoleń na temat tego, jak żyć i w jaki sposób prowadzić siebie przez życie. Nauka ta w pewnym stopniu oparta jest na Bogu, jako najważniejszym celu człowieka, jednak rady, jakie te księgi zawierają, są pomocne i przydatne dla każdego, nawet dla osoby niewierzącej. Nie ma osobnych porad życiowych dla ludzi wierzących i niewierzących. Jest tylko jedna prawda, ponieważ wszyscy jesteśmy tak naprawdę do siebie podobni, jeżeli chodzi o budowanie swojego życia. Różnica polega tylko na tym, że osoba niewierząca w pewnym momencie zatrzymuje się w tym budowaniu. Osoba wierząca rozwija swoje życie da-

lej, pogłębiając je od strony duchowej, zbliżając się do Boga i czerpiąc z tego realne korzyści. Najbardziej przydatnymi będą dla nas następujące księgi:

- Mądrość Syracha (Syr)
- Księga Mądrości (Mdr)
- Księga Koheleta (Koh)
- Księga Przysłów (Prz)

Z ksiąg tych mogą korzystać także osoby niewierzące, ponieważ wiedza w nich zawarta jest pod względem budowania swojego życia bardzo uniwersalna. W końcu jest to mądrość pokoleń, ludzi, którzy żyli dawno przed nami i przeżywali dokładnie to samo, co my teraz. Przedstawmy zatem kilka z ich porad i nauk na temat tego, jak żyć.



Nauka 1: Bądź niezależny (Syr 33,20-24)

*Ani synowi, ani żonie, ani bratu, ani przyjacielowi
nie dawaj władzy nad sobą za życia,
nie oddawaj też twoich dóbr komu innemu,
abyś pożałował tego, nie musiał o nie prosić.
Póki żyjesz i tchnienie jest w tobie,
nikomu nie dawaj nad sobą władzy.
Lepszą jest bowiem rzeczą, żeby dzieci ciebie prosiły,*

*niż żebyś ty patrzył na ręce swych synów.
W każdym czynie bądź tym, który góruje,
i nie przynoś ujmy swej sławie!
W dniu kończącym dni twego życia i w chwili śmierci
rozdaj [swoje] dziedzictwo!*

Jest to nauka w dalszym ciągu jak najbardziej aktualna. Będąc pod każdym względem niezależnym, możemy kierować swoim życiem według swojej woli, nie będąc w tym względzie od nikogo zależnym. Kilka klasycznych przykładów:

Przykład 1

Mąż oddaje żonie całą wypłatę, a potem chcąc kupić papierosy, czy pójść na piwo prosi się żony o pieniądze, będąc całkowicie zależnym od jej woli i kaprysów, często też kończąc to wzburzeniem i kłótnią.

Przykład 2

Rodzice przepisują gospodarkę lub dom dziecku na zasadzie dożywotniej służebności, to znaczy, że dziecko lub inny obdarowany (może to być nawet człowiek obcy) staje się właścicielem tego majątku, ale w zamian ma opiekować się nimi do końca ich dni. Jak wielki może być to błąd, niejeden już się przekonał. Każdy, kto ogląda w telewizji programy reporterskie, zna mnóstwo tego typu historii. Jesteśmy wtedy na łasce i niełasce opiekuna, całkowicie od niego uzależnieni. Okazuje się, że prawo niewiele nas w tym względzie zabezpiecza. Jeżeli opiekun (zazwyczaj nasze dziecko) źle z nami postępuje, odkręcenie tego wszystkiego jest bardzo trudne.

Więzy rodzinne, jak pokazują niezliczone przypadki, nie są gwarancją naszej spokojnej starości. Oddając dziecku władzę

nad sobą, więcej wyzwalamy w nim negatywnych uczuć, niż pozytywnych. Póki dziecko jest od nas zależne, musi się w pewien sposób hamować, chcąc korzystać z naszej szczodrości. Kiedy oddajemy się pod jego władzę, przepisując na niego cały majątek, nie musi już niczego udawać. Dopiero wtedy potrafi wyjść z niego cała zła natura.

Przykład 3

Czy ktoś widział grabie, które grabiłyby od siebie? Tak, jak grabie, tak i człowiek zawsze będzie grabił przede wszystkim do siebie. „Bliższa ciału koszula...” jak mówi przysłowie. Myśląc, że ktoś zadba o nasze dobro bez naszego udziału, popełniamy błąd. Często objawia się on w spółkach biznesowych, w których jeden z partnerów, z braku kontroli nad swoim działaniem defrauduje wspólne pieniądze. Powinniśmy więc postępować w myśl zasady: „Ufaj, ale kontroluj”.

Nauka 2: Ciesz się pracą (Koh 5,17 + Koh 3,22)

*Oto, co ja uznałem za dobre:
że piękną jest rzeczą jeść i pić,
i szczęścia zażywać przy swojej pracy,
którą się człowiek trudzi pod słońcem,
jak długo się liczy dni jego życia,
których mu Bóg użyczył: bo to tylko jest mu dane.*

*Zobaczyłem więc, że nie ma nic lepszego nad to,
że się człowiek cieszy ze swych dzieł,
gdyż taki jego udział. Bo któż mu pozwoli widzieć,
co stanie się potem?*

Oba cytaty są skrótem i myślą przewodnią całej księgi. Dowodzi w niej autor, że nic poza tą konkluzją nie będzie dla człowieka gwarancją szczęścia. W różnych sytuacjach to, co wyobrażamy sobie, że dałoby nam szczęście, wcale nie daje go. Pisaliśmy już zresztą o tym na przykładzie nieszczęśliwego, osamotnionego bogacza. Jedyne pewne szczęście człowieka to czerpać radość ze smakowania pożywienia oraz wykonywać pracę, która daje nam satysfakcję. Tylko to wydaje się dawać trwałe szczęście. Wszystko inne uzależnione jest od losu, który czasem daje, a czasem zabiera. Odczuwając przyjemność z wykonywania pracy, jakby nie było trzeciej części całego naszego dnia, oraz mając co jeść, czegoż może nam – poza miłością – więcej być potrzeba? Aby to zrozumieć i docenić wystarczy przypomnieć sobie chwile, w których już wieczorem myśleliśmy z odrazą o tym, że następnego dnia znowu musimy iść do naszej beznadziejnej pracy, a rano z niechęcią wstawaliśmy i szliśmy do niej jak na skazanie. Trudno w takich okolicznościach czerpać radość z życia i pielęgnować swoje szczęście.

Nauka 3: Łagodna wypowiedź (Prz 15,1)

*Odpowiedź łagodna uśmierza zapalczywość,
słowo raniące pobudza do gniewu.*

Prawda stara jak świat, przekazywana przez naszych przodków w wielu wariantach, żeby przytoczyć tylko niektóre przysłowia i powiedzenia: „Pokorne ciele dwie matki ssie”, „Kto mieczem wojuje, ten od miecza ginie”, „Agresja wzbudza agresję”.

Nie sposób wyciszyć czyjąś złość i agresję, odpowiadając na nią taką samą agresją. W ten sposób sytuację można tylko jeszcze zaognić, włącznie z rękoczynami. Tak, jak dzikie zwierzę uspokaja się spokojnym, delikatnym głosem, tak samo nasz głos podziela na człowieka agresywnego. Trzeba zawsze o tym pamiętać, że nasza agresywna reakcja na kogoś agresywnego

wywoła w nim jeszcze większą agresję.

Nauka 4: Zaprzestać sporu (Prz 20,3)

*Zaprzestać sporu — zaszczytem dla męża,
bo każdy, kto głupi, wybucha.*

Kolejna nauka, niejako kontynuacja poprzedniej. Mówi ona o tym, że najlepszym rozwiązaniem dla nas jest załagodzenie sporu oraz przemilczenie wyzywających czyiś słów. Kiedy damy się wciągnąć w słowne utarczki, dalej będzie już tylko gorzej. Będą padały coraz boleśniejsze słowa i wyzwalala się coraz większa agresja, która może doprowadzić do niebezpiecznej już sytuacji. Gdy się zastanowimy, to stwierdzimy, że większość przejawów fizycznej agresji miała swoje początki właśnie w wymianie obraźliwych i nieprzyjemnych słów. Nie dając się wciągnąć w tego typu samo nakręcającą się spiralę agresji, wykazujemy swoją życiową mądrość. Po zachowaniu się człowieka możemy przecież od razu rozpoznać z kim mamy do czynienia. Człowiek mądry i doświadczony jest zazwyczaj opanowany i bezkonfliktowy. Ludzi prostych lub niemądrych poznajemy właśnie po tym, że nie panują nad swoimi emocjami, a ich normalnym językiem jest język agresji. Do głowy im nie przyjdzie, aby zacząć kontrolować swoje negatywne emocje. Postępują w sposób zgodny ze swoją naturą, czyli wybuchają. Człowiek mądry jednak zdaje sobie sprawę ze swoich mankamentów i stara się je zmienić w sobie. W ten sposób rozwija się on w ciągu całego swojego życia, czego nie można powiedzieć o ludziach prostych.

*Kiedy damy się wciągnąć
w słowne utarczki,
dalej będzie już tylko gorzej.*

Nauka 5: Gorzkość kobiety (Koh 7,26-29)

*I przekonałem się, że bardziej gorzką niż śmierć jest kobieta,
bo ona jest siecią, serce jej sidłem, a ręce jej więzami.*

*Kto Bogu jest miły, ten się od niej ustrzeże,
lecz grzesznika ona usidli.*

*Oto, do czego doszedłem – powiada Kohelet –
jedno z drugim porównując, by znaleźć słuszną ocenę,
której nadal szukam, a nie znajduję.*

*Znalazłem jednego [prawego] mężczyznę pośród tysiąca,
ale kobiety [prawej] w tej liczbie nie znalazłem.*

*Tylko, oto co stwierdziłem: Bóg uczynił ludzi prawymi,
lecz oni szukają rozlicznych wybiegów.*

Na temat kobiety w życiu mężczyzny można by długo mówić. Z pewnością jest ona czymś najlepszym, czego możemy w naszym ziemskim życiu doświadczyć. Warunek jednak jest taki, że musi to być odpowiednia kobieta. Musi odznaczać się życiową mądrością i delikatnością. Jak bowiem mówi stara mądrość ludowa: „Mądra żona, męża korona”.

Nie ma piękniejszego uczucia jak miłość między mężczyzną a kobietą, ale jednocześnie nikt inny nie może tak bardzo uprzykrzyć życie mężczyzny, jak ona. Aby zapewnić sobie jej względy mężczyzna, gotów jest na wszystko, nawet ze szkodą dla siebie.

Kobieta, jako istota o wiele bardziej emocjonalna od mężczyzny, bardzo mocno podlega wpływom chwilowych emocji, dzięki którym nie zawsze postępuje rozsądnie. Stąd też jej osławiona zmienność: „La donna e mobile” – kobieta zmienną jest, jak śpiewają Włosi. Trudno więc oczekiwać od niej stałości i rozsądku. Nigdy do końca nie wiadomo jak się zachowa, nawet ona sama, bo to będzie zależało od jej aktualnej emocjonalności. Dlatego też potrafi ona w jednym dniu powiedzieć do mężczyzny: „Jesteś mężczyzną mojego życia”, a za tydzień opuścić go dla innego i jemu mówić to samo.

Nie mądrze postępuje ten, kto daje nad sobą władzę kobiecie. Kobieta potrafi dać nam przeogromne szczęście, ale nie powinniśmy dawać jej wyłączne prawo do kierowania naszym związkiem, czy naszym życiem. W tej roli lepiej sprawdzi się mężczyzna. Na poparcie tych słów przywołajmy kolejną mądrość ludową: „Mężczyzna widzi dalej, a kobieta głębiej”. Jako osoba mniej emocjonalna a bardziej logiczna, mężczyzna dostrzega potencjalne zagrożenie lub przewiduje konsekwencje podejmowanych działań o wiele łatwiej i szybciej od kobiety. Kobieta w swoim postępowaniu kieruje się przede wszystkim tym, co mówią jej uczucia i emocje, zdając się w ogóle nie dostrzegać konsekwencji, jakie przez to będą. Trudno w taki sposób budować swoją przyszłość i szczęście. W boskim planie stworzenia lub, jak kto woli, na drodze ewolucji, tworząc związek, mężczyzna z kobietą doskonale uzupełniają się. Mężczyzna wnosi do związku logikę, siłę i zaradność, a kobieta emocjonalność, delikatność i rodzinność. Na zakończenie przytoczmy jeszcze jedną mądrość ludową: *„Kobieta bez mężczyzny więdnie, a mężczyzna bez kobiety szaleje”*.

4. Nauka współczesnych ludzi

4.1 Anthony de Mello

Anthony de Mello to hinduski jezuita, który doskonale zro-

zumiał, że życie człowieka w dużej mierze uzależnione jest od jego zaangażowania w swój rozwój duchowy. Jego książki, zwłaszcza te najbardziej znane, „Przebudzenie” i „Wezwanie do miłości” powinien przeczytać każdy, kto poszukuje trwałego szczęścia w życiu. Jest to także literatura niezbędna dla wszystkich osób zajmujących się rozwojem osobistym i duchowym. Poniżej przedstawiamy kilka z jego nauk:

Nauka 1

*Jeśli jesteś nieszczęśliwy,
to dlatego, że cały czas myślisz raczej o tym, czego nie masz,
zamiast koncentrować się na tym co masz w danej chwili.*

(Wezwanie do miłości)

Jak uzupełnia autor w innym miejscu:

*Choćbyśmy zaspokoiли wszystkie swoje pragnienia,
nawet te największe, a pozostało by jedno niespełnione,
to nie będziemy odczuwać szczęścia.
Przestaną mieć wartość te poprzednie,
a całą uwagę skupimy na tym jednym.*

To niespełnione pragnienie będzie nas zżerało od środka i nie pozwoli czerpać radości ani być szczęśliwym z tego, co uzyskaliśmy do tej pory. Dlatego tak ważne jest, aby razem ze zmianą swojego życia zmieniać także siebie, swoje myślenie i swój umysł, bo od niego bardzo dużo zależy w naszym życiu. Mówi o tym kolejna nauka przedstawiona poniżej:

Nauka 2

To nie świat i ludzie wokół ciebie czynią cię szczęśliwym

lub nieszczęśliwym, ale twoje myślenie.

(Wezwanie do miłości)

Rzeczywiście, od naszego myślenia i sposobu percepcji w ogromnej mierze uzależnione jest to, w jaki sposób widzimy i oceniamy świat, ludzi, swoje życie... Ma to bezpośrednie przełożenie w odczuwaniu lub nieodczuwaniu przez nas szczęścia. Do tej nauki można zestawić słowa uwięzionego Sokratesa, który powiedział: „*Są ludzie, którzy nawet w więzieniu pozostają wolnymi, ale są też i tacy, którzy na wolności czują się tak, jakby byli zamknięci w więzieniu*”. Czym może być to więzienie na wolności, o którym mówi Sokrates? Może to być praca, której się nie lubi, apodyktyczni rodzice lub współmałżonek, poczucie winy, kompleksy, negatywne wspomnienia sprzed wielu lat, które wciąż dręczą naszą duszę. Możliwości jest wiele. Lepiej to zrozumiemy, zajmując się rozwojem osobistym i duchowym. Tutaj przytoczymy tylko jeden z przykładów Anthonego de Mello pokazujący jak poprzez swoje myśli i nastawienie realnie zmieniamy swoje życie i świat wokół siebie:

*Kiedy jesteś zakochany,
wszystko zaczynasz widzieć w nowym świetle,
stajesz się hojny, przebaczący i miły w sytuacjach,
w których wcześniej bywałeś twardy i podły.
W sposób nieunikniony ludzie zaczną podobnie reagować i
wkrótce przekonasz się, że żyjesz w świecie ogarniętym
miłością, którą ty sam stworzyłeś.
Albo przypomnij sobie okresy,
kiedy byłeś w złym humorze i jak wszystko cię denerwowało.
Stawałeś się podejrzliwy, podły i wręcz paranoidalny.
Widziałeś jak inni ludzie reagowali na twoje zachowanie w
podobnie negatywny sposób i nagle zdałeś sobie sprawę,
że żyjesz we wrogim świecie
stworzonym przez twoje myśli i twoje uczucia.*

Nauka 3

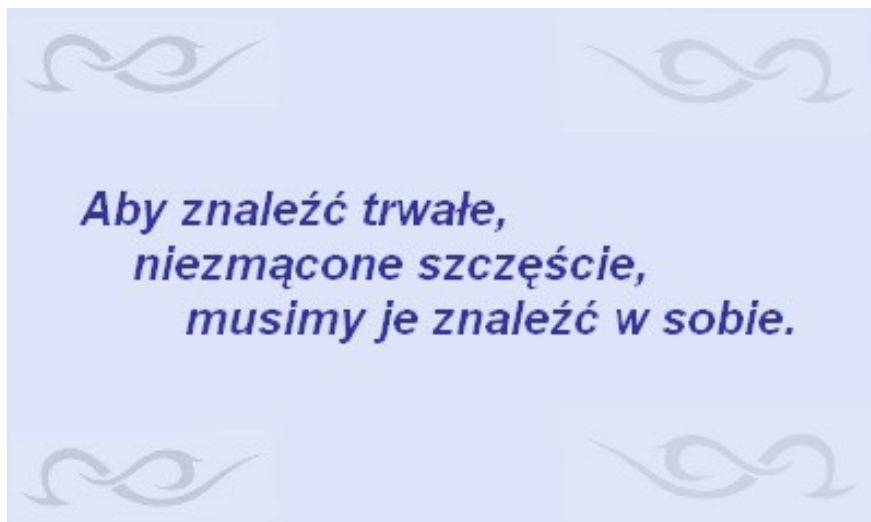
*Przypatrz się swemu życiu i zobacz,
jak jego pustkę wypełniłeś innymi ludźmi.
W konsekwencji dusisz się nimi,
zauważ jak oni kontrolują twoje zachowanie
poprzez akceptację albo wyrazy dezaprobaty.
Dzięki swej obecności łagodzą poczucie osamotnienia i
podnoszą cię na duchu przez pochwały
i stają się przyczyną rozpaczki poprzez krytyki i odrzucenie.*

(Wezwanie do miłości)

Kolejna bardzo ważna nauka płynąca z rozwoju duchowego człowieka. Dopóki będziemy uzależniali swoje szczęście od innych ludzi, dopóty będziemy targani na przemian raz pozytywnymi, raz negatywnymi emocjami i uczuciami. Mówi się przecież, że słowem możemy zranić kogoś nawet bardziej niż nożem. Uzależniając swoje szczęście od tego, co myślą o nas inni zdajemy się całkowicie na ich łaskę. Przykłady znajdziemy bez problemu w swoim życiu, jak łatwo można sterować nastrojem drugiego człowieka. Wystarczy jedno słowo (obraźliwe), aby wyprowadzić kogoś z równowagi i popsuć jego nastrój. Tak samo poprzez jedno słowo (pochwała, komplement) sprawiamy, że ktoś nagle poczuje się lepiej i będzie opiewał, jak piękny jest świat.

Swojego szczęścia w życiu nie powinniśmy szukać ani w tym, co ktoś o nas myśli lub mówi, ani w towarzystwie innych ludzi. Bardzo wiele dramatów rozegrało się od zarania ludzkości, kiedy ktoś marnował swoje życie tylko dlatego, że został opuszczony przez swoją ukochaną, przyjaciela czy rodzinę. Aby znaleźć trwałe, niezmacone szczęście musimy zatem znaleźć je w sobie, w głębi serca. Tym między innymi zajmuje się wła-

śnie rozwój duchowy człowieka.



Nauka 4

Oto jedna z opowieści Anthonego de Mello z lubością przez niego zbieranych i publikowanych:

- *Dlaczego wszyscy tutaj są tak szczęśliwi, a ja nie?*
- *Dlatego, że nauczyli się widzieć dobro i piękno wszędzie*
- *odrzekł Mistrz.*
- *Dlaczego więc ja nie widzę wszędzie dobra i piękna?*
- *Dlatego, że nie możesz widzieć na zewnątrz siebie tego, czego nie widzisz w sobie.*

(Minuta Mądrości, 66)

Zawsze i wszędzie postrzegamy i odczuwamy świat, życie i ludzi poprzez swoje wewnętrzne nastawienia, myśli, poglądy, stereotypy i lęki. Łatwo to zrozumieć wyobrażając sobie, że w tej samej sytuacji życiowej jeden człowiek może być zadowolony, a drugi nie. Oto klasyczny przykład: Widząc szklankę napełnioną do połowy, jeden będzie narzekał, że tak mało, a drugi będzie się cieszył, że choć tyle może się napić. Zatem szczę-

ście i radość człowieka nie są uzależnione od świata, tylko od naszego myślenia. Tak samo świat. Nie jest ani dobry, ani nie dobry. To, jaki jest, zależy od postrzegania i nastawienia konkretnego człowieka. Jeden będzie widział tylko to, co jest w nim złe, a drugi to, co jest w nim dobre, aczkolwiek i tu, to samo zdarzenie dla jednego będzie czymś dobrym, a przez drugiego może być uznane za coś złego. Jest to więc kwestia tylko naszych wewnętrznych myśli i odczuć.

Nauka 5

*Młody człowiek przychodzi i żali się,
że jego dziewczyna odeszła, że grała nieuczciwie.
Na co się żalisz? Spodziewałeś się czegoś lepszego?
Spodziewaj się zawsze najgorszego,
masz do czynienia z egoistycznymi ludźmi.
To ty jesteś idiotą – idealizowałeś ją, czyż nie tak?
Sądziłeś, że jest księżniczką.
Myślałeś, że ludzie są bardzo mili. Nie są! Nie są mili!
Są równie źli, jak ty – źli, rozumiesz? Śpią tak jak i ty.
A o co według ciebie mają zabiegać?
O własny interes, tak jak i ty to czynisz.
Nie ma między wami żadnej różnicy.*

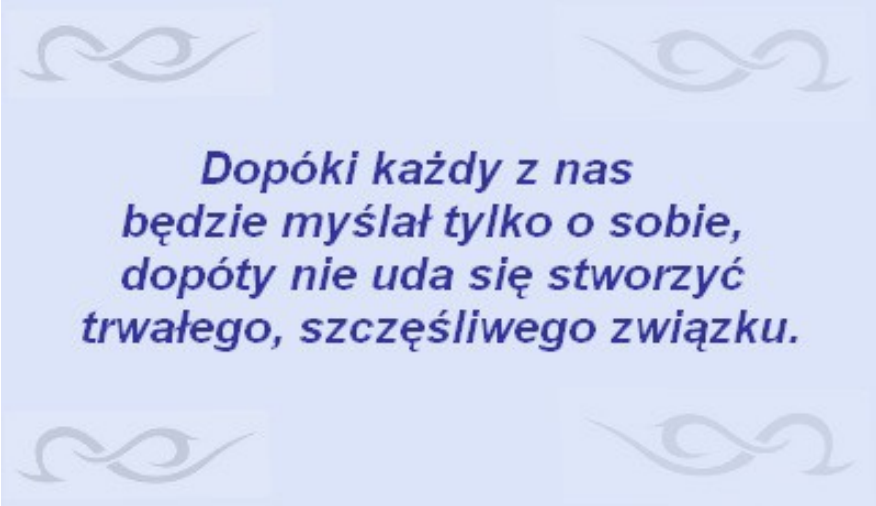
*Czy potrafisz sobie wyobrazić, jaka to ulga,
że już nigdy nie dasz się zwieść,
nie będziesz już nigdy rozczarowany?
Już nigdy nikt nie doprowadzi cię do rozpacz.
Nie będziesz czuł się odrzucony. Chcesz się obudzić?
Pragniesz szczęścia? Chcesz wolności? Proszę bardzo –
odrzuć tylko fałszywe idee. Przejrzyj grę ludzi.
Jeśli przejrzysz własną grę, przejrzysz grę innych.
Wówczas ich pokochasz.*

*W przeciwnym razie spędzisz życie szarpiąc się ze swymi
fałszywymi pojęciami na ich temat, ze swymi iluzjami,*

które notorycznie rozpadają się w zderzeniu z rzeczywistością.

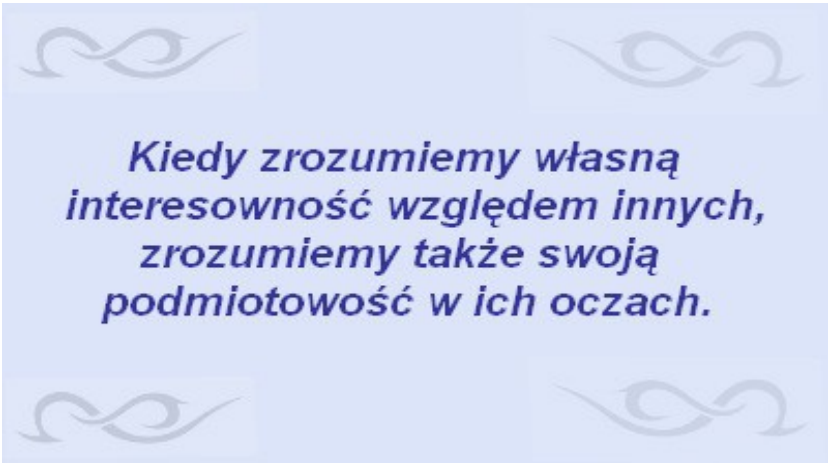
(Przebudzenie, 37)

Jeden z klasycznych przykładów braku świadomości w kontaktach międzyludzkich. Na nasze nieszczęście, zawsze pod wpływem miłości lub zauroczenia idealizujemy obiekt naszych uczuć. Nie dopuszczamy nawet głosów z zewnątrz sugerujących nam, że nie jest to osoba dla nas. Dopiero po pewnym czasie, gdy opadną nam z oczu łuski, dziwimy się, jak mogliśmy w ogóle zwrócić na taką osobę uwagę. Warto w tym miejscu zaznaczyć, że tak samo, jak my pragniemy przede wszystkim swojego szczęścia, tak samo każdy z pozostałych ludzi na świecie pragnie tego samego dla siebie. Zapoznając się z drugą osobą mamy więc naprzeciwko siebie istotę, której zależy przede wszystkim na swoim szczęściu. Dopóki każdy z nas będzie myślał tylko o sobie, dopóty nie uda się stworzyć trwałego, szczęśliwego związku. Aby to uczynić, jedynym rozsądnym rozwiązaniem wydaje się obopólne zrezygnowanie z egoizmu. Kiedy partner będzie dbał tylko o to, aby jego wybrance było z nim dobrze, a wybranka będzie dbała o to, aby to jemu było z nią dobrze, to wtedy jest szansa na szczęśliwy związek. Żaden z nich nie myśli o swoim szczęściu, tylko o tym, jak uszczęśliwić stronę przeciwną. W momencie, kiedy pojawi się egoizm, myślenie o swoim szczęściu zamiast ukochanego, związek zacznie się psuć, a bliskie do tej pory osoby zaczną się emocjonalnie od siebie oddalać. Stąd przede wszystkim pochodzą przyczyny, dlaczego po pewnym czasie cudowna, idealna jak nam się to tej pory wydawało osoba, staje się nagle w naszych oczach zwyczajną albo wręcz beznadziejną.



*Dopóki każdy z nas
będzie myślał tylko o sobie,
dopóty nie uda się stworzyć
trwałego, szczęśliwego związku.*

Podobna mentalność panuje także w pozostałych relacjach międzyludzkich, nie tylko w miłości. Nikt z nas przecież nie zgodzi się, aby ktoś budował swoje szczęście kosztem naszego. Z drugiej jednak strony tego właśnie oczekujemy od innych, aby poświęcili się dla nas. Kiedy zrozumiemy własną interesowność względem innych, zrozumiemy także swoją podmiotowość w ich oczach. Tak, jak oni służą nam do zaspokajania naszych potrzeb i celów, tak samo my dla nich jesteśmy takim środkiem, z którego korzystają. Nie jest to oczywiście reguła, ale jest to zjawisko na tyle częste, że powinniśmy mieć tego świadomość i w kontaktach z drugim człowiekiem warto zastanowić się, czy nie jesteśmy częścią jego gry.



*Kiedy zrozumiemy własną
interesowność względem innych,
zrozumiemy także swoją
podmiotowość w ich oczach.*

4.2 Inni myśliciele

Nauka 1 – Aleksander Pope

*Błogostawieni, którzy niczego nie oczekują
albowiem nigdy się nie rozczarują.*

Oczekiwania, które stawiamy wobec świata, życia lub ludzi, często są powodem naszego psychicznego rozstroju, gdyż trudno nam znieść fakt, że nie wszystko układa się tak, jakbyśmy chcieli. Wywołuje to w nas gniew, złość, agresję, depresję... W efekcie przez większą część życia targani jesteśmy negatywnymi uczuciami, które ograniczają poczucie naszego szczęścia lub całkowicie je blokując. A gdyby tak nie myśleć w ten sposób? Robić wszystko, co jest w naszej mocy i z pokorą przyjmować to, co przynosi los... Czy nie zaoszczędziłoby to nam wielu niepotrzebnych rozczarowań i stresów? A przecież nie wiemy tak do końca, która droga w danym momencie naszego życia będzie najbardziej odpowiednia. Czytelnicy o większym stażu życiowym zapewne przypominają sobie sytuacje z przeszłości, w których coś, co miało być dla nich korzystne, okazało się po jakimś czasie przekleństwem. Podobnie z sytuacjami, które na początku wydawały się być złe dla nas, w efekcie okazały się później być czymś bardzo dobrym.

Nie mamy recepty na mądre prowadzenie swojego życia. Nie zawsze to, co wydaje się być dla nas dobre, będzie nim w rzeczywistości. Najlepszym przykładem będzie chyba poznawanie nowych partnerów. Ilu z nich okazało się później życiową pomyłką? Bardzo wielu. Z początku jednak byliśmy pewni, że są oni czymś najlepszym, co mogło nas spotkać. Czy warto zatem wikłać się w swoje oczekiwania wobec życia i ludzi nie mając większego wpływu na to? Chyba nie. Bierzmy życie takie, jakie do nas przychodzi bez żadnych wcześniejszych oczekiwań. W konkretnych sytuacjach róbmy wszystko, co jest w naszej mocy, aby przeciwdziałać złu, które próbuje przeniknąć

do naszego życia i cieszymy się tym, co mamy, nawet jeżeli nie wiele tego mamy. Do naszego szczęścia naprawdę niewiele potrzeba. Jest to tylko kwestia naszych przerośniętych oczekiwań.

Nauka 2 – Prentice Mulford

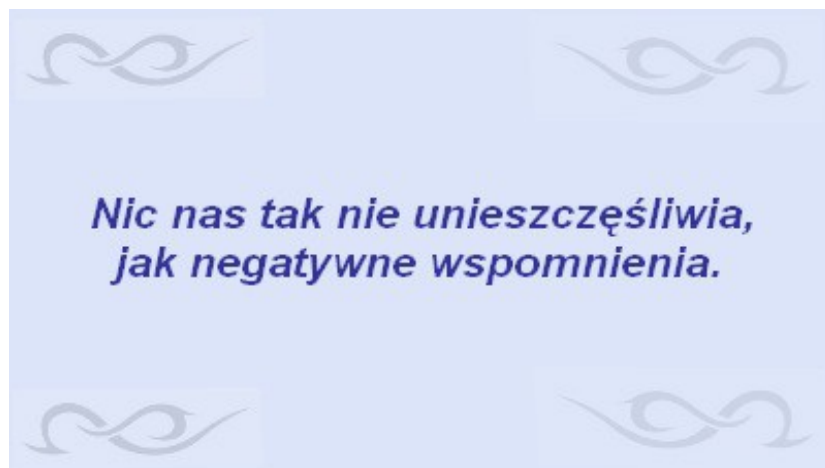
- 1. Nauka zapominania jest sztuką równie ważną, jak nauka zapamiętywania.*
- 2. O wszelkim złym tak tylko długo pamiętać trzeba, póki jest to konieczne, aby je wyplenić.*

(Moc ducha, moc życia)

Dla wielu „nieszczęśliwych” ludzi jest to bardzo ważna wskazówka, będąca zarazem punktem wyjścia dla odmiany ich życia. Nic tak nas nie tłamsi, jak negatywne wspomnienia z przeszłości, które dzień w dzień przychodzą i dręczą nas. Choć to brzmi nieprawdopodobnie, jednak mogą to być wspomnienia nawet sprzed kilkunastu lat! Przez cały ten czas człowiek z każdym dniem rozpamiętuje to zło, które go dotknęło wciąż na nowo, karmi się tą negatywną energią. To od człowieka zależy, gdzie przekieruje swoją energię życiową. Negatywne myśli i wspomnienia nie istnieją same z siebie. Potrzebują energii, którą z nas wysysają. Muszą przecież czymś zasilić swoje produkty: smutek, żal, złość, płacz, nerwicę... To wszystko potrzebuje energii, naszej energii. W którymś momencie stwierdzamy, że nie mamy ochoty na życie, na kontakty i rozmowy z ludźmi, jesteśmy ospali i zniechęceni do wszystkiego, nic nas nie ożywia i nie napędza. Wywołane jest to brakiem wolnej energii, którą moglibyśmy wykorzystać, ponieważ większość jej poszła na „obsłużenie” negatywnych wspomnień i reakcji, jakie one wywołują w naszym organizmie.

Aby potwierdzić powyższą tezę, zauważmy co dzieje się w

nas, w naszym życiu, w momencie, kiedy uwalniamy się od takiego negatywnego wspomnienia. Czujemy w sobie większą energię i siłę, czujemy się bardziej „ożywieni”. Nie przypadkowo też religia kładzie tak duży nacisk na wybaczenie innym. Nic nas tak nie unieszczęśliwia, jak nasze własne negatywne wspomnienia. Należy więc nauczyć się wybaczać, pamiętając o tym, że przecież i my nie jesteśmy bez winy i w swoim życiu, świadomie czy nieświadomie, wyrządzamy komuś krzywdę lub sprawiamy przykrość. Bądźmy więc bardziej miłosierni, bo sami do świętych nie należymy. To jest bardzo ważna konkluzja. My także wyrządzamy innym zło, chociaż czasem tego nawet nie chcemy.



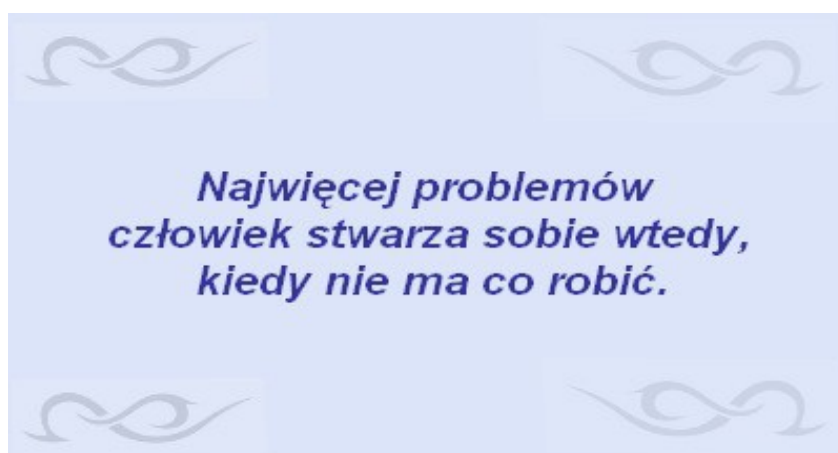
Nauka 3 – Prentice Mulford

*Nowe myśli stanowią źródło nowego życia.
Gdy pomysł wynalazku jakiegoś lub
odkrycia zaświta w głowie twórcy,
radością go napełnia, rozkoszą i zachwytem;
krew w jego żyłach w nowym krąży rytmie
i każda komórka zda się odrodzona.*

(Moc ducha, Moc życia)

Nauka ta jest niejako remedium na opisywane w poprzedniej nauce problemy. Stanowi także wartościową sugestię dla tych, którzy odczuwają w swoim życiu pustkę, nudę lub monotonię. Nic tak nie ożywia naszego życia, jak zakochanie i nowa idea, cel, do którego możemy zmierzać lub zdobywać. Nie muszą to być oczywiście wynalazki i odkrycia, ale jak wykażemy w kolejnych rozdziałach, mogą to być nasze zainteresowania, hobby, czy nowe zajęcia, które wleją w nas nowe ilości energii. Najwięcej problemów człowiek stwarza sobie wtedy, kiedy nie ma co robić. Siedzi wtedy i myśli, szybko dochodząc do przekonania, że jego życie jest beznadziejne, a on sam bardzo niešťczęśliwy.

Ludzie pochłonięci swoimi zajęciami, zainteresowaniami nawet o tym nie pomyślą. Energia, która wyzwala się podczas zajmowania się tym, co ich pasjonuje, sprawia, że ich życie wypełnia się światłem i radością.



Nauka 4 – Abd-ru-shin

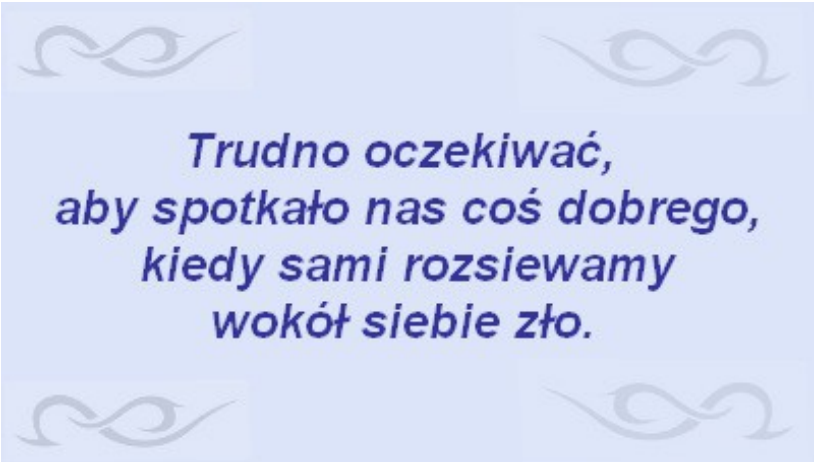
*Nieustanne dążenie do dobra
musi w końcu spowodować
nadejście końca wszelkiej pokuty,
ponieważ kto pragnie dobra i dąży do dobra,
nie daje już nowej potrawy
dla powtarzającej się konieczności pokutowania.*

*W ten sposób nastaje oswobodzenie, wyzwolenie,
które jedyne pozwala wzlecieć ku Światłu.*

(W świetle Prawdy t.1)

Jedną z podstawowych nauk zaczerpniętą z rozwoju duchowego człowieka, którą można zestawić z inną: „*Chcesz zmienić swoje życie? Zmień najpierw siebie*”. Trudno oczekiwać, aby spotkało nas w życiu coś dobrego, kiedy sami rozsiewamy wokół siebie zło. Jedną z prawd mówi: „*Kto zło sieje, zło też będzie zbierał, a kto dobro – dobro będzie zbierał*”. Potwierdzają to nasze spostrzeżenia i doświadczenia życiowe. Jeżeli uderzymy człowieka, nie możemy spodziewać się od niego uśmiechu. Spotka nas raczej z jego strony gniew i agresja. Zamiast patrzeć na niego z nienawiścią, uśmiechnijmy się do niego i życzymy mu miłego dnia. Czy odpowie nam pięścią? Nie. Zazwyczaj także się uśmiechnie i zrewanżuje podobnym życzeniem. W ten sposób budujemy swój świat. Kto rozsiewa wokół siebie zło, będzie żył w świecie zła, a kto obdarowuje świat dobrem, będzie także zbierał dobro ze świata.

Uważamy, że życie wokół nas jest złe? Zastanówmy się więc, co my sami w nie wkładamy. Więcej dobra, czy więcej zła? Aby „pomóc” w obiektywnej ocenie samego siebie przedstawiamy kilka pytań, na które warto dać sobie szczerą odpowiedź. Jeżeli rozpoznajemy jakieś zachowanie w sobie, zaznaczymy je.



*Trudno oczekiwać,
aby spotkało nas coś dobrego,
kiedy sami rozsiewamy
wokół siebie zło.*

Zło rozsiewane przez nas:

- Krzyczymy na innych,
- Złościśmy się na innych,
- Wyzywamy lub przeklinamy kogoś,
- Wyśmiewamy się z innych,
- Zazdrościmy komuś czegoś,
- Szkodzimy innym,
- Myślimy źle o innych,
- Patrzymy z nienawiścią na innych,
- Jesteśmy agresywni, aroganccy, zarozumiali, przemądrzali.

Dobro rozsiewane przez nas:

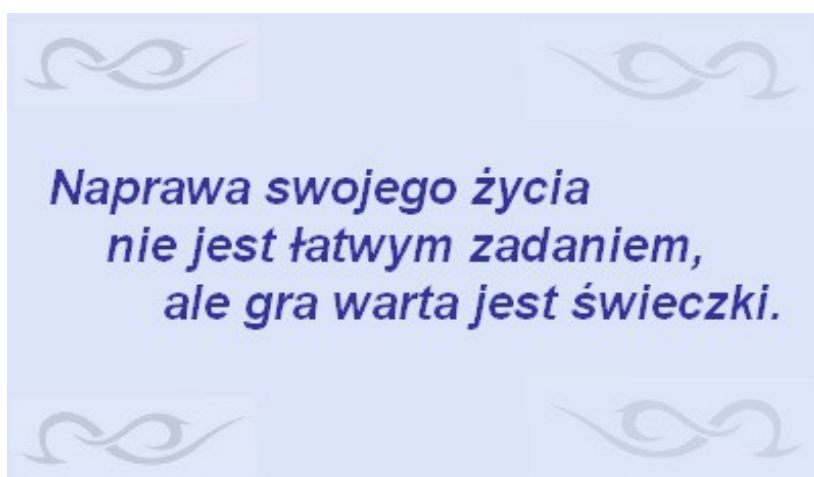
- Uśmiechamy się do innych,
- Pomagamy innym w potrzebie,
- Odzywamy się do kogoś w sposób miły i uprzejmy,
- Myślimy o ludziach dobrze,
- Chętnie wybaczymy nasze krzywdy,
- Podchodzimy do ludzi z miłością i życzliwością,
- Załagadzamy spory.

Im więcej będziemy mieli zaznaczonych pozycji w jednej lub drugiej grupie, takie też i życie mieć będziemy. Nawet jeżeli uzyskamy tyle samo odpowiedzi „za” co „przeciw”, należy uznać to za naszą porażkę. Chcąc mieć dobre życie, sami musimy wnieść w nie przynajmniej dwa razy więcej dobrych elementów niż złych. Wcale nie muszą to być skrajne przypadki jak zabicie człowieka, czy uratowanie mu życia. Zazwyczaj w życiu rozsiewamy wiele drobnych złych lub dobrych elementów jak nasze uczucia, emocje, stosunek do innych ludzi, traktowanie ich i nasze czyny względem nich. To wszystko są cegiełki, z których buduje się później nasze życie i nasz świat.

Zło, podobnie jak słowo, kiedy zostanie przez nas wypu-

szczone, nie sposób już go cofnąć ani zatrzymać. Tak, jak głos odbija się od przeszkody i wraca do nas w postaci echa, tak samo każde zło wróci do nas po jakimś czasie, aby zażądać zapłaty, w postaci konsekwencji lub wyrzutów sumienia. My sami w tym czasie możemy być już inni, lepsi, jednak konsekwencje zła, jakie od nas do tej pory wychodziło będą jeszcze wracać przez dłuższy czas. Zmieniając więc swoje życie, trzeba o tym pamiętać i nie zrażać się tym, że po wielu miesiącach starań wciąż doświadcza nas w życiu zło. Sytuacja taka może trwać nawet kilka lat, w zależności od naszego aktualnego zaangażowania oraz od tego zła, które było naszym udziałem wcześniej.

Naprawa swojego życia nie jest łatwym zadaniem, ale gra warta jest świeczki. Szybko też przekonamy się, jak wielką radością będzie dla nas każde kolejne, małe zwycięstwo, każda cecha lub zachowanie, które uda się nam w sobie zmienić lub poprawić. Odzyskana w ten sposób energia zwiększy naszą ogólną moc i siłę do dalszych zmian.



Nauka 5 – Khail Gibran

*Mówiono wam także, że życie to ciemność,
i w znużeniu swoim słowa,
owego życiem znużonego, powtarzacie.*

*Ja wam zaś powiadam, że życie istotnie ciemnością jest,
o ile pragnień i dążeń w nim nie ma,
A każde dążenie ślepe jest, o ile wiedzy nie staje,
A wszystka ta wiedza próżna jest i daremna,
o ile jej praca nie wspiera,
A cała ta praca jałowa jest, o ile miłością nie jest wypełniona,
A kiedy miłości pełen pracujesz
z sobą samym się jednoczysz i z innymi, i z Bogiem.*

*A cóż to znaczy z miłością pracować?
To szatę tkąć nićmi z serca własnego wysnutymi,
tak jakby ukochany twój ją nosić zamierzał.
To dom budować z czułością tak,
jakby ukochanej twojej zamieszkać w nim przyszło.
To ziarno rzucać z tkliwością i plony z radością zbierać,
tak, jakby ukochana twoja owoce z pola tego spożywać miała.
To rzeczy wszystkie przez ciebie kształtowane
oddechem ducha własnego napełniać,
I również wiedzieć, że wszyscy błogosławieni zmarli
przy tobie stoją i na cię spoglądają.*

(Prorok)

Trudno do tej nauki jeszcze coś dodać. Jest to już wyższe rozumienie i odczuwanie swojej roli w życiu. Powinniśmy być nieskazitelni w tym, co robimy, myślimy i mówimy, także w pracy, powinniśmy wkładać w nią całe serce. Praca wykonywana z miłością daje nam wewnętrzny spokój i radość. Zauważmy znaczący fakt, że inaczej wykonujemy pracę dla siebie czy bliskiej nam osoby, a inaczej dla obcego, niezwiązanego z nami emocjonalnie człowieka. Nie będziemy już tak bardzo się starać, jak dla siebie. Wykonanie nie będzie już tak dokładne i rzetelne jak mogłoby być. Wykonując pracę dla obcego człowieka ciężko nam się w stu procentach zaangażować. Trudno więc

też czerpać radość ze swojej pracy. Bardziej traktujemy ją jak przykry lub niemiły obowiązek.

Rozwijając swoją osobowość i duchowość, stwierdzimy, iż możliwość wykonania dla kogoś pracy, oddanie komuś części siebie poprzez swój zamysł i trud pracy, aby ubogacić jego życie, daje nam satysfakcję, przyjemność, a w bardziej zaawansowanym stadium wręcz radość. Poprzez swoją wiedzę i umiejętności stajemy się częścią jednego organizmu, w którym nieustannie każdy z elementów korzysta z pomocy innych, bratnich dusz, służąc sobie nawzajem tym, co mają najlepsze. Nie ma wtedy problemu z niekompetencją czy nierzetelnością w pracy, ponieważ zawsze wykonujemy pracę najlepiej, jak możemy, bo robiąc coś dla innych, robimy to jednocześnie dla siebie. O wyższym poziomie rozumienia życia i świata będziemy szerzej mówili w książce poświęconej rozwojowi duchowemu.

Więcej darmowych e-booków znajdziesz na stronie www.chomikuj.pl/e-Darmo

Szanowny Czytelniku,

Niniejsza publikacja elektroniczna jest darmowa, niemniej jednak, gdybyś zechciał wesprzeć finansowo autora, proszę o przelew w dowolnej wysokości (wg uznania) na konto:

Robert Trafny

nr konta: 72 1140 2004 0000 3702 6043 7322

W tytule przelewu proszę wpisać "datek" lub "darowizna".

Zgodnie z ideą Uwolnionej Książki sam decydujesz, w jakiej wysokości złożysz datek. Może to być nawet 1 zł, to od Ciebie zależy, od tego, jak bardzo podobała Ci się książka, oraz od Twojej hojności.

Pamiętaj, że Autor poświęca swój czas, a niejednokrotnie także pewne koszty na przygotowanie książki. Kiedy otrzyma od Ciebie datek, będzie mu miło, że ktoś docenił jego starania, a i przecież "szczodrego dawcę wspiera Pan Bóg swoją hojnością".

(Prawo Dawania)

Za wszelkie datki serdecznie dziękuję. Bóg zapłać!

Autor

Zapraszamy na strony internetowe:



Darmowe pliki do pobrania

www.chomikuj.pl/e-Darmo

e-booki w pełnych wersjach, audio-booki, zdjęcia (także do komercyjnego wykorzystania), prezentacje, czasopisma i wiele innych...



Wiedza jest super!

www.wiedza-jest-super.blogspot.com/

Blog tematyczny o szeroko rozumianej wiedzy: wiedzy zarówno praktycznej, doświadczalnej, naukowej, jak i wiedzy duchowej, religijnej i metafizycznej.



Zmień swoje życie

www.jakzmienic swojezycie.blox.pl/

Blog poświęcony rozwojowi osobistemu, duchowemu i religijnemu prowadzony przez wieloletniego praktyka.



Samobójca z depresją

Samobójca z depresją

www.samobojcazdepresja.blogspot.com

Blog adresowany do osób zmagających się z myślami samobójczymi, depresją i własną niemocą, pisany przez wieloletniego Praktyka.



Wiara jest super

Wiara jest super

www.wiara-jest-super.blogspot.com

Blog adresowany do osób, które chcą rozwijać swoją wiarę i zbliżyć się do Pana Boga pisany przez wieloletniego Praktyka.



Zabawne obrazki

www.funny-bob.blogspot.com

Strona z zabawnymi obrazkami.

Zapraszamy!

Kontakt z Autorem: robert-trafny@wp.pl

Zapisz się na newsletter.

Jeżeli chciałbyś otrzymywać informacje o moich nowych książkach i publikacjach, proszę o wiadomość zwrotną z wyborem kategorii tematycznej i adresu e-mail, na jaki informacja ma trafiać. Można podać kilka kategorii. Będzie to tylko informacja na e-maila, bez przymusu i żadnych zobowiązań.

W temacie listu wpisz: Zapisz do newslettera

Oto kategorie do wyboru:

1. Wszystkie książki
2. Tylko darmowe książki
3. Książki dla dzieci
4. Sztuki teatralne
5. Poezja
6. Proza
7. Książki popularno-naukowe
8. Poradniki
9. Inne kategorie

e-mail kontaktowy: robert-trafny@wp.pl

LICENCJA:

Niniejszy e-book jest całkowicie darmowy do niekomercyjnego użytku. Możesz go w niezmienionej postaci pobrać na swój komputer, stronę internetową, bloga, a także nieodpłatnie rozprowadzać dalej.