

Draugystės kalba – tai šventumo kelias Id.

„ Viešpaties ranka nesutrumpėjo gelbėti ir Jo ausis neapkurto girdėti. „ (Iz 59,1) Kiekvienas žmogus turi galimybę prabusti , susigrąžinti psichinę ir dvasinę sveikatą. Būti draugais – tai būti drąsiems. Tai reiškia įveikti baimę , kad esi toks , koks esi. Nebijoti savęs. „ Kas nori turėti draugų, turi pats būti draugiškas; būna draugų, artimesnių už brolių. „ (Pat 18,24) Paklausk savęs, kaip įsivaizduoji draugą? Nesuklysiu sakydamas, kad kaip drąsų ir taurų žmogų . Kiekvienas trokštame juo būti, siekiame išsivaduoti iš egoizmo, bijojimo savęs. Mes svajojame veržtis pirmyn. Tai yra norime atrasti savyje kažką gerą, ką galime pasiūlyti kitiems ir norime išsilaisvinti iš primetimo kitam savo teisių, idėjų bei mąstymo būdo.

Privalome pažinti savo pozityviasias ir negatyviasias patirtis ir pasidalinti su kitais ko išmokome tų patirčių dėka. Pripažinkime, kad nepaisant ydų, kančių, neurozių, iškreiptų vaizdinių ir prievartos, mumyse yra daug gero. Taip, taip, taip - sutinku, kad šiandiena labai nepopuliaru klabėti apie *gerumą ir švelnumą* . Bet, kas yra gerumas ir švelnumas ? Abstrakcija ?

Ne. Gerumas – tai sugebėjimas įvertinti gerus dalykus. Kai gėriuosi harmoningais muzikos garsais, spalvų grožiu, kai įkvepiu gryno oro, išgyvenu gerumo, švelnumo jausmą. Šitą gerumą patiriu realybėje, o ne iliuziniame pasaulyje.

Turėtume daugiau dėmesio skirti tiems kasdieniams gerumo darbams, jei norime užmegzti autentišką ryšį su ypatingu Draugu – Jėzumi, kuris beldžiasi į mūsų vidines duris ir nori pažadinti mumyse jėgą, kuri mus taurina, paverčia asmenybėmis ir augina bei tobulina pranokdama mus pačius.“ Pasilik pas mane, nebijok. ... su manimi tu esi saugus. „ (1Sam 23,22) Pradžiuginkime Jėzų, išdrįsdami Jame gerbti save, gyventi pasitikėjimą, simpatiją ir švelnumą sau, bei vidinę ramybę ir darną. Jėzus sako: „ Prašau, susivienyk, su savo viduje esančiu *Gerumo* branduoliu.“

Kūnas ir protas suvienyti su dvasia yra neįkainojamos vertybės. Šios vienybės dėka galime visapusiškai suvokti pasaulį ir gyvenimą. „Aš palieku jums ramybę, duodu jums savo ramybę. Ne kaip pasaulis duoda, Aš jums duodu. Te nebūgštuoja jūsų širdys ir te neišsigąsta.“ (Jn 14,27) Štai kodėl, mano manymu, savianalizės nepakanka. Reikia , kai ko daugiau. Reikia medituoti ir melstis. „ Ir štai kokį pasitikėjimą mes turime Juo: jei ko tik prašome pagal Jo valią , Jis girdi mus. O jeigu žinome, kad Jis girdi mus, ko tik prašome, tai ir žinome, kad turime tai, ko Jo prašėme. „ (1 Jn 5,14- 15)

Medituodami panyrame į save, apmąstome tam tikrą klausimą, situaciją, santykį, bei pačią draugystę. Tai suteikia man jėgų ir ryžto veikti. Spęsti problemą.

Tyla man pasitarnauja ir tam, kad panirčiau į dvasios erdvę, melsčiausi, kalbėčiau su Dievu. Per tylą ir maldą galiu išsivalyti, išsivaduoti iš saviapgaulės, būti iš tikrųjų gyvas, tikras, natūralus. Su savimi ir kitais. „ Niekuo nesirūpinkite, bet visuose reikaluose malda ir prašymu su padėka jūsų troškimai tesidaro žinomi Dievui. „ (Fil 4,6)

Gyvenimas - tai kelionė, kurioje pakilimai ir nuosmukiai neišvengiami, tačiau Eucharistija, išpažintis, malda ir tylą leidžia pilnavertiškai išgyventi visus kelionės etapus. Šioje dvasinėje treniruotėje, Dievas padeda suvokti, kad užuot kaltinus kitus ar laikant save teisiu, pirmiausia reikia įsižiūrėti į savo vidų. Sakramentuose ir maldoje įkvepiame švaraus oro, gyvybės ir esame pajėgūs vienyti su kitais, su pasauliu. Įkvėpdami - gauname, imame . Iškvėpdami - duodame, skleidžiame. „ O aš meldžiuosi Tau, Viešpatie, ... Dieve, dėl savo beribio gailėstingumo išklausk mane, dėl savo išgelbėjimo tiesos. „ (Ps 69,13)

Supraskime, kad gerumas nėra silpnumas, pasyvumas ar vergiškas paklusnumas. Tai nėra savojo orumo netektis. „ Be to, mes žinome, kad mylintiems Dievą viskas išeina į gera, būtent Jo tikslu pašauktiesiems. „ (Rom 8,28) Draugystė išreiškia visą gerumo dalį ir negalime jos įgyti tarsi nuosavybės. Nes draugystė ir gerumas priklauso buvimui, o ne turėjimui. Jie yra asmens psichinio ir dvasinio matmens dalis, kuri mane, kaip asmenį

išlaisvina nuo ydos pasiglemžti. „ Kas tarp jūsų išmintingas ir sumanus? Teparodo geru elgesiu savo darbus su išmintingu romumu. „ (Jok 3, 13)

Viešpats ragina mus, mokytis išlaikyti atstumą , savo pačių ir aplinkos, atžvilgiu. Patiriame visi , kad kasdienybę dažniau išgyvename paviršutiniškai, o ne visavertiškai, joje daugiau chaoso ir mažiau tikrovės. Ką tai reiškia? Paprastas pavyzdys.

Mūsų aprangos stilius, eisena, žvilgsnis, manieros - tai tarsi išorinis lukštas to, kas esame viduje, kaip elgiamės su žmonėmis, su tikrove, su tiesa. Drabužis, žinoma, lieka drabužiu, bet pats jo pasirinkimas ir dėvėjimo būdas atspindi mūsų asmenybę, mano „aš“, parodo tai, ko noriu iš kitų, kaip į juos reaguojau , ko iš jų laukiu.

Atstumas, kurį išlaikome savo pačių atžvilgiu, tai yra , kai pažvelgiame į save iš šalies, mums leidžia gerai suprasti savo santykį su kasdiene tikrove.

Be to, tai leidžia stebėti kitus, matyti juos tokius, kokie jie yra iš tikrųjų, be veidmainysčių ir apgaulės. Išlaikytas atstumas mums neleidžia įkliūti į žabangas. Neleidžia pasiduoti kitų gundymams ar jų pastangoms mus užvaldyti, kontroliuoti, mums kenkti. „ Viešpatie, koks didis yra Tavo gerumas Tavęs bijantiems, kurie pasitikti Tavimi žmonių akivaizdoje. „ (Ps 31,19)

Reikiamas atstumas nuo savęs padeda įžengti į sąmoningumą suvokiant, kad turime teisę gyventi, kadangi gimėme ir tai Dievo noras kiekvienam iš mūsų.

Paklausk savęs.

Ar noriu priimti šitą Dievo norą , kurį Jis dovanoja man ? Jei taip, tai ko pirmiausia man reikia? Atsakymas - ryšio su širdimi.

Suskaičiuok, kiek kartų bėgai nuo savęs, nes bijojai savyje aptikti kažką baisaus?

Suskaičiuok, kiek kartų bėgai nuo savęs, sutikdamas su veidmainiškomis visuomenės vertybėmis ?

Suskaičiuok, kiek kartų bėgai nuo savęs, akiai paklusdamas kitiems ?

Suskaičiuok, kiek kartų iš tikrųjų esi bendravęs su savimi?

Gali būti, kad išgyveni, jog tu pats išdavei save.

Bet nebijokime , o ir bijodami tikėkime , kad Jėzus drąsina mus ir padeda kiekvienam prižadinti savo širdį, sąmoningumą , gerumą, draugystę. „ Viešpats nedelsia ištesėti savo pažado, kaip kai kurie mano, bet kantriai elgiasi su mumis, nenorėdamas, kad kuris pražūtų, bet kad visi atsiverstų. „ (2 Pt 3,9)

Ar sutinki , kad bijai tai daryti, nes labai gerai žinai , jog tai yra *savo širdies apnuoginimas?*

Per sąmoningumą, per gerumą, per draugystę esame Dievo įpareigoti parodyti sau ir kitiems tokią širdį, kokia ji yra.

Pirmiausia - įsiklausykime, kokia ji švelni, gležna, gera. Ir tuščia .

Jei taip nėra, vadinasi ji kupina apmaudo, pavydo, noro konkuruoti, neurozių, piktavališkumo, blogio.

O jei širdis tuščia , tada pajusime baimę, nerimą, išgąstį. Ką daryti ? Paprasta, galime ieškoti atsakymo pripildydami ją įvairia informacija, visuomenės padiktuotais tikslais ir kitais dalykais. Taipogi galime, nes esame krikščionys, nepripildyti ją vien pasaulio dalykais, bet leisti jai prisipildyti dvasingumo ir Dievo.

„ Ieškokite Viešpaties ir Jo jėgos. Ieškokite nuolat Jo veido. „ (1 Krn 16,11) Ar išdrįsiu pasidalinti savo širdimi su Dievu ir kitais ? Nes norėti galiu, bet galiu būti ir nepajėgus. Kodėl? Nes pirmiausia turime savyje atpažinti baimę ir nerimą. Jei neatpažįstame ir neįvardijame šių nemalonių jausmų, tai ir toliau liekame jų prislėgti, kamuojami.

Mes žinome visi, kad turėsime mirtį. Natūralu, kad nerimaujame išgyvendami savo trapumą. Daug savęs išseikvojame veikdami, kad atitolintume mirties baimę ir nerimą. Taip , tu gali prieštarauti „ esu jaunas ir net negalvoju apie mirtį.“ Geriau įsiklausyk savęs ir atsakyk sau, kas viešpatauja tavyje?

1. Perdėtas atsidavimas darbui, pasidavimas internetui , televizijos hipnozei, siekimas kelionių, veiklos, naujo mobilaus telefono.

2. Neveiklumas, nejudrumas, tylą, malda.

Antras punktas primena mirtį . Dabar medicina ir technologijos sukuria ne mirtingumo iliuziją. Bet ji nepadedą nugalėti mirties baimę. Todėl mums labai reikia neveiklumo, nejudrumo, tylos, maldos, nes tada atpalaiduojame savo kūną ir nervų sistemą. Pajuntame, kad mūsų širdis vieniša ir tuščia, pradedame net verkti. O tai reiškia, kad pasukome teisingu keliu – drąsos, draugystės, sąmoningumo keliu. Sugebėjimas

nugalėti baimę gimsta, kai puoselėjame širdyje švelnumą, jautrumą ir gerumą. Bet nepainiokime švelnumo ir prielankumo su visuomenėje priimtomis elgesio normomis, gero tono reikalavimais, išsiauklėjimu. Švelnumas ir prielankumas nėra išorinio įvaizdžio dalis. Jie priklauso būties sričiai.

Švelnumas ir prielankumas, apie kuriuos kalbu, susieti su širdimi. Tai stiprūs jausmai, tikri, konkretūs, energingi, gyvi.

Tai ne silpnumas. Ir jie nekyla iš paklusnumo kažkam, bet jie atsiranda iš pasitikėjimo savo širdimi, kurioje sutinku Kitą – savo gyvenimo Draugą. Iš šios šaknies gimstame draugu kitam. Šių jausmų dėka galime matyti daugiau nei tik tai, kas mums prieš akis. Matyti kitą žmogų prisiliečiant prie jo širdies, branginant jį. Nežeminant ir pernelyg neaukštinant. Matyti tokį, koks iš tikrųjų yra. Ir daugiau nebijosime.

Išdrįskime gyventi viltį!

Gal vieną dieną mes - žmonija didžiuosimės savo gerumu ir draugiškumu. Gal susižavėsime švelnia ir prielankia savo širdimi, gal tada mes - žmonės atsiversime vieni kitiems. Išmoksime bendrauti. Draugauti. Labiau branginti pasaulį ir gyvenimą. Jausmai taps stipresni ir niekas jų neslėps.

Naujai pažvelgsime į dalykus, kurie visada mums buvo prieš akis. Suteiksime jiems naują prasmę. Jie atrodys pasikeitę, kitokie. Nes mūsų žvilgsnis bus susietas su širdimi.

Mūsų pačių, kitų žmonių ir viso pasaulio gyvenimas mums atrodys be galo paprastas ir aiškus. Mūsų veiksmai taps švelnūs ir prielankūs. Turėdami švelnią ir prielankią širdį tapsime drąsūs ir stiprūs. Daugiau nebūsime susiskaldę. Nieko nebijodami irsimės gyvenimo jūra. Ir tada, kai siaus bangos, ir tada, kai vandens paviršius bus lygus it veidrodis.

Būsime tapę asmenimis.

Taigi, ar noriu priimti šitą Dievo norą, tapti asmeniu, kurį Jis dovanoja man? Jei taip, tai ko pirmiausia man reikia?

Parengta pagal V.Albiseti „Būti draugais“