Odpoczynek duszy: worek kamieni i gałąź nad płotem

Czekamy na weekend, żeby odpocząć, na urlop, żeby się oderwać, i na wieczór, żeby dojść do siebie po ciężkim dniu. Wszystko to jest dobre i potrzebne, ale rozwiązuje tylko część problemu. Człowiek potrzebuje nie tylko odpoczynku dla ciała, ale i odpoczynku dla duszy: wolności od wewnętrznego konfliktu, od poczucia winy, od lęku i od wrażenia, że brakuje mu czegoś najważniejszego.

Odpoczynek duszy nie przychodzi sam z siebie i nie można go kupić. Tak jak pragnienia nie gasi się patrzeniem na wodę, lecz piciem, tak odpoczynek nie przychodzi tylko z tego, że znamy dobro, lecz z tego, że nim żyjemy. Ten odpoczynek ma kilka źródeł. Pierwszym jest czyste sumienie: kto żyje uczciwie, nie ma nic do ukrycia i niczego nie musi się bać. Jak mówi przysłowie: „Czyste sumienie to najlepsza poduszka". Pozostałe trzy źródła to przebaczenie, pokój z innymi i zadowolenie.

Przebaczenie

Dwaj bracia pokłócili się o kawałek ziemi po rodzicach. Od tamtej pory minęło dziesięć lat, a oni nie zamienili ze sobą słowa. Mijają się na wiejskiej drodze bez powitania, a w święta omijają się nawzajem. Każdy z nich niemal codziennie myśli o krzywdzie, której jego zdaniem doznał, powtarza w myślach ostre słowa i denerwuje się na sam dźwięk imienia brata. Ta ziemia przyniosła im o wiele więcej goryczy niż pożytku.

Brak przebaczenia jest jak worek kamieni, który człowiek dzień po dniu dźwiga na plecach. Każda zachowana w sercu obraza dokłada kolejny kamień, a ciężar rośnie, choć ten drugi nawet go nie czuje. Kiedy człowiek przebacza, zrzuca ciężar, który przygniatał go od dawna.

Wyobraźmy sobie, że pewnego dnia jeden z braci robi pierwszy krok: puka do furtki drugiego i wyciąga do niego rękę. Może ziemia już do niego nie wróci, ale zyskuje coś o wiele cenniejszego: odzyskuje brata. Znowu siadają przy jednym stole, ich dzieci znów bawią się razem, a święta odzyskują swoją radość. Żadna miedza nie jest warta tyle, co brat, a spokoju, który przychodzi potem, nie da się kupić za żadną ziemię na świecie.

Pokój zamiast wojny

Dwaj sąsiedzi od lat kłócą się o drobiazgi: o gałąź, która przechodzi nad płotem, o samochód zaparkowany za blisko bramy, o wodę spływającą z jednego podwórka na drugie. Każda kłótnia kończy się nową urazą i chęcią, by następnym razem mieć ostatnie słowo. Każdy pilnuje drugiego, każdy dochodzi swoich racji, a dochodzenie racji zamieniło się w wojnę bez końca. Żaden z nich nie wychodzi już spokojnie na podwórko. Dom, który powinien być miejscem odpoczynku, stał się polem bitwy.

Wszystko zmienia się w dniu, w którym jeden z nich postanawia, że nie będzie już odpłacał pięknym za nadobne. Nie złości się już na gałąź nad płotem, tylko cieszy się jej cieniem. Przestawia samochód trochę dalej, a kiedy następnym razem sąsiad podnosi głos, odpowiada mu spokojnie. Na początku sąsiad nie wie, co o tym myśleć. Powoli jednak kłótnia gaśnie, bo nie ma już kto jej podsycać. Po jakimś czasie obaj mówią sobie dzień dobry przez płot, pożyczają sobie narzędzia i pomagają sobie w potrzebie.

Ten, który zrezygnował z ostatniego słowa, niczego nie stracił. Zyskał spokój we własnym domu – i sąsiada.

Zadowolenie

Pewna starsza kobieta ma mały dom, ogródek i kilka kur. Rano pije kawę na progu domu i patrzy, jak wschodzi słońce. Cieszy się jego światłem i świeżym porannym powietrzem. Z nikim się nie porównuje. Ma mniej niż wielu innych, ale jest o wiele spokojniejsza niż oni. Szczęście nie polega na tym, by mieć wszystko, czego się pragnie, lecz na tym, by cieszyć się tym, co się ma.

Pokój, który nie zależy od okoliczności

Wielu uważa, że pokój pochodzi z pieniędzy, zdrowia i sukcesu. Ale pokój zbudowany na takich rzeczach znika, gdy tylko zmieniają się okoliczności. Źródła, o których mówiliśmy – czyste sumienie, przebaczenie, pokój z innymi i zadowolenie – są innej natury. Nie zależą od tego, co nas spotyka, lecz od tego, jak postanawiamy żyć. Kto żyje w prawdzie, nie ma się czego bać. Kto nauczył się przebaczać, nie jest już we władzy urazy. Kto nie odpłaca złem za zło, nie żyje już w konflikcie. A kto jest zadowolony z tego, co ma, nie jest już trawiony przez zazdrość. Taki człowiek nie potrzebuje sprzyjających okoliczności, by mieć spokój, bo jego pokój pochodzi z wnętrza. Dlatego nikt i nic nie może mu go odebrać.

Odpoczynek duszy nie dotyczy jednak tylko obecnego życia. Nie jest pięknym dodatkiem do życia wiecznego, lecz jego warunkiem. Wielu wyobraża sobie życie wieczne jedynie jako życie bez końca. Ale jeśli każdy dzień byłby ciężarem, czym byłaby nieskończona liczba dni? Bez odpoczynku wieczność byłaby udręką. Z nim staje się radością bez końca.

Z bezpłatnej broszury „Sens życia”. Broszurę znajdziesz w dziale Zasoby.

Źródło: *Odpoczynek duszy: worek kamieni i gałąź nad płotem* — Sens Życia
prawdziwysenszycia.pl/articole/odpoczynek-duszy-worek-kamieni-i-galaz-nad-plotem