Odihna sufletului: sacul cu pietre și creanga de peste gard

Așteptăm weekendul ca să ne relaxăm, concediul ca să ne deconectăm și seara ca să ne refacem după o zi grea. Toate sunt bune și necesare, dar rezolvă doar o parte a problemei. Omul are nevoie nu doar de odihna trupului, ci și de odihna sufletului: să fie liber de conflictul interior, de vinovăție, de teamă și de senzația că îi lipsește ceva esențial.

Odihna sufletului nu vine de la sine și nu se poate cumpăra. Așa cum setea nu se potolește privind apa, ci bând din ea, tot așa odihna nu vine doar din a cunoaște binele, ci din a-l trăi. Această odihnă are câteva izvoare. Primul este conștiința curată: omul care trăiește drept nu are nimic de ascuns și nimic de care să se teamă. De aici și vorba din popor: „Nu fura, ca să dormi liniștit pe pernă.” Celelalte trei izvoare sunt iertarea, pacea cu cei din jur și mulțumirea.

Iertarea

Doi frați s-au certat pentru o bucată de pământ rămasă de la părinți. Au trecut zece ani de atunci și nu și-au mai vorbit. Trec unul pe lângă altul pe uliță fără să se salute, iar la sărbători se ocolesc. Fiecare se gândește aproape zilnic la nedreptatea pe care crede că a suferit-o, își repetă în minte vorbele grele și se tulbură doar auzind numele celuilalt. Pământul acela le-a adus mult mai multă amărăciune decât folos.

Neiertarea este ca un sac cu pietre pe care omul îl cară zi de zi în spate. Fiecare jignire păstrată în inimă mai adaugă o piatră, iar povara crește, deși celălalt nici măcar nu o simte. Când omul iartă, lasă jos o greutate care îl apăsa de multă vreme.

Să ne închipuim că într-o zi unul dintre frați face primul pas: bate la poarta celuilalt și îi întinde mâna. Poate că pământul nu se va mai întoarce la el, dar câștigă ceva mult mai de preț: își regăsește fratele. Cei doi stau din nou la aceeași masă, copiii lor se joacă iarăși împreună, iar sărbătorile își recapătă bucuria. Niciun hotar nu valorează cât un frate, iar liniștea care urmează nu se poate cumpăra cu niciun pământ din lume.

Pacea în locul luptei

Doi vecini se ceartă de ani de zile pentru lucruri mărunte: o creangă care trece peste gard, o mașină parcată prea aproape de poartă, apa care se scurge din curtea unuia în a celuilalt. Fiecare ceartă se termină cu o nouă supărare și cu dorința de a avea ultimul cuvânt data viitoare. Fiecare îl pândește pe celălalt, fiecare își caută dreptatea, iar căutarea dreptății s-a transformat într-un război fără sfârșit. Niciunul nu mai iese liniștit în curte. Casa, care ar trebui să fie locul odihnei, a devenit un câmp de luptă.

Totul se schimbă în ziua în care unul dintre ei hotărăște să nu mai răspundă cu aceeași monedă. Nu se mai supără pe creanga care îi trece peste gard, ci se bucură de umbra ei. Își mută mașina

mai încolo, iar data viitoare când celălalt ridică tonul, îi răspunde liniștit. La început, vecinul nu știe ce să creadă. Încet-încet însă, cearta se stinge, pentru că nu mai are cine s-o întrețină. Peste o vreme, cei doi își dau bună ziua peste gard, își împrumută unelte și se ajută la nevoie.

Cel care a renunțat să aibă ultimul cuvânt n-a pierdut nimic. A câștigat liniștea propriei case – și un vecin.

Mulțumirea

O bătrână are o casă mică, o grădină și câteva găini. Dimineața își bea cafeaua în pragul casei și privește cum răsare soarele. Se bucură de lumina lui și de aerul proaspăt al dimineții. Nu se compară cu nimeni. Are mai puțin decât mulți alții, dar este mult mai liniștită decât ei. Fericirea nu stă în a avea tot ce îți dorești, ci în a te bucura de ceea ce ai.

O pace care nu depinde de împrejurări

Mulți cred că pacea vine din bani, din sănătate și din succes. Dar o pace clădită pe astfel de lucruri dispare de îndată ce împrejurările se schimbă. Izvoarele despre care am vorbit – conștiința curată, iertarea, pacea cu cei din jur și mulțumirea – sunt de altă natură. Ele nu depind de ce ni se întâmplă, ci de felul în care alegem să trăim. Omul care trăiește în adevăr nu are de ce să se teamă. Omul care a învățat să ierte nu mai este stăpânit de resentimente. Omul care nu răspunde răului cu rău nu mai trăiește în conflict. Iar omul mulțumit cu ce are nu mai este ros de invidie. Un astfel de om nu are nevoie de împrejurări favorabile ca să fie liniștit, pentru că pacea lui vine dinăuntru. De aceea nimeni și nimic nu i-o poate lua.

Odihna sufletului nu privește însă doar viața de acum. Ea nu este un adaos frumos la viața veșnică, ci însăși condiția ei. Mulți își imaginează viața veșnică doar ca pe o viață fără sfârșit. Dar dacă fiecare zi ar fi o povară, ce ar însemna un număr nesfârșit de zile? Fără odihnă, veșnicia ar fi un chin. Cu ea, devine o bucurie fără sfârșit.

Din broșura gratuită „Rostul Vieții”, capitolul 4. Broșura întreagă se găsește la Resurse.

Sursa: *Odihna sufletului: sacul cu pietre și creanga de peste gard* — Scopul Vieții
scopulvietii.ro/articole/odihna-sufletului-sacul-cu-pietre-si-creanga-de-peste-gard