

# A SZENVEDÉS A LEGNAGYOBB SEGÍTSÉG

Az emberiség 90 százaléka szenved valamitől, és kínlódva éli életét. Keményen küzd a fájdalom ellen; mindent megtesz azért, hogy ezt az érzést elnyomja, és akár látszólag is megint a középpontjában legyen. Sokan menekülnek, úgy érzik, hogy a sors büntetése, de ez nem igaz. A szenvedés nem más, mint jelzés arra, hogy itt az idő a változásra és a változtatásra.

A szenvedés az egyedüli dolog, ami az ember javát szolgálja. Sajnos kegyetlen, és sokszor az ember úgy érzi, hogy legszívesebben meghalna, de mégis, ez az egyetlen módja, hogy kizökkentsen az addigi rossz állapotból. A szenvedés a határtalanságig tud fokozódni akkor, ha valaki csak a saját fájdalmával foglalkozik, és csak azt nézi, hogy most mennyire kínlódik. Sajnos sokan vannak, akik így élnek meg, és ezért csak a düh, a harag, a bosszú vagy épp az önsajnálát fog erősödni bennük, ami végül az élet feladásához, további hibák elkövetéséhez vezethet. Ez a hozzáállás csak a primitív ember eszköze.

**A szenvedés a legnagyobb segítség, amit át kell élni ahhoz, hogy egy magasabb szintű és boldogabb életszakaszba jussunk.**

Mitől szenvedünk, az mindegy, a kilábalás menete mindig ugyanaz. A szenvedés fájdalommal és elégedetlenséggel járó érzés, ami végül is nem más, mint hogy nem tudjuk elfogadni az újonnan kialakult helyzetet, és mindenképp a régivel szeretnénk folytatni.

Az ember hajlamos belekényelmesedni a helyzetekbe – legyen az munka, szerelem, maga az élet –, és senki nem szeret kilépni a kényelmi zónájából, minek egyenes következménye, hogy előbb vagy utóbb kezdenek jelentkezni a problémák. A probléma az első jelzés arra, hogy valami már elmúlt, és itt az ideje elgondolkozni azon, hogyan tegyünk valamit jobbra, sikeresebbé, vagy épp csak fejlődést tegyünk a dologba. Köztudott, hogy csak az működik, ami fejlődik, tehát mindennek és mindenkinek szükséges fejlődnie. Maga a fejlődés azt jelenti, hogy mindent folyamatosan egy magasabb minőségre emelni, és minél magasabb szintű valami, annál tökéletesebb és csodálatosabb eredményeket élünk meg. A fejlődés viszont megkívánja mindenkitől a folyamatos vizsgáldást és elemzést, illetve hogy kilépjünk a kényelmi zónánkból, és megtegyünk olyan dolgokat is, amelyeket előtte még sohasem.

Mindenkinek el kell fogadnia azt az egyszerű tényt, hogy az életünk során minden változik, és ehhez nekünk is változunk kell, ha azt akarjuk, hogy folyamatosan egységben legyünk, és boldogan éljük az életünket. Mindig minden csak egy időre szól, és ahhoz, hogy valami folyamatos legyen, folyamatos változás szükséges. A magtól, amit elültetek, nem várhatom el, hogy mindig mag maradjon, mert akkor el fog pusztulni. Ahhoz, hogy eredményét tapasztalhasam – vagyis lássam szárba szökkeni, majd gyönyörű virággá fejlődni –, engednem kell, hogy változzon, és hogy a változásával én is másként álljak hozzá.

Míg a magot földbe ültetem és táplálom, elősegítem, hogy csírázzon, de mikor már csírázik és kihajt, arról is gondoskodnom kell, hogy fényt kapjon, ne csak vizet. Mikor bimbót fakaszt, nemcsak fény és víz kell neki, hanem a levegőre is ki kell tennem, hogy pompázni tudjon, és azt is el kell fogadnom, amikor hervadni kezd. Nem lehet mindig a pompában gyönyörködni, mert a körforgás elengedhetetlen része az életnek. Mikor elhervad a virág, akkor épp átalakul megint: elhullajtja magját, hogy újra kikeljen, és még gyönyörűbb színekben pompázhasson. Amikor az élet hervadni kezd, akkor kezdenek a problémák jelentkezni, hogy időben észrevegyük: az átalakulás időszaka közeledik. De sajnos az emberek nem akarják elfogadni, hogy muszáj változni, muszáj az új időszakhoz átalakulni, mert a régi gondolkodás és viselkedés nem elegendő ahhoz, hogy a boldogságot fenntartsa.

Ez az, amit mindenkinek fel kell ismernie. Amikor valaki nem akarja a változást, akkor megindul a széllel szembeni harc, mely szenvedést és kínlódást fog hozni. Az életben mindig tőlünk függ, meddig lesz valami a miénk. Addig, amíg együtt tudok valamivel haladni, addig rengeteg örömet élhetek meg, természetesen nekem is tenni kell érte, hiszen ezt jelenti az együtt haladni valamivel.

Mikor nem teszek semmit, csak maradok (nem akarok szárba szökkenni), akkor előbb vagy utóbb bekövetkezik a megrekedés állapota, ami kínokkal jár. Növekedés kell, és menne, de én megfeszülök, és nem engedem, ennek egyenes következménye a szakítóerő. Ez fájni fog! De ha engedem a fejlődést – és én is fejlődök –, akkor minden a legjobban együttműködik, és nincs probléma.

A lényeg: amikor az ember szenved, nem a fájdalmával kellene foglalkoznia, hanem azzal, hogy mi az, amit nem tett meg. Hol és mit kellett volna tennie, hogy ne állítsa le a változási (fejlődési) folyamatot. Mikor és mit nem akart megtenni, mi volt az, ami nehéz lett volna számára. Mi az a viselkedési forma, amit már el kellett volna engednie ahhoz, hogy a dolog tovább folytatódjon. Mik azok a dolgok, amelyeket el kellett volna fogadnia és megértenie: attól, hogy eddig nem volt jelen, most már épp ideje, hogy így legyen. Megérteni, hogy valami másként van, az még nem azt jelenti, hogy akkor nem működik. Épp ellenkezőleg: a mástól még jobban működik.

Láthatjuk, hogy addig, míg valaki nem szenved, addig sajnos sokan nem foglalkoznak ezekkel a kérdésekkel. A szenvedés rávilágít arra, hogy miben, hogyan és hol kell változtatnunk ahhoz, hogy a szeretett dolog magasabb szinten működjön tovább, ahol minden még jobb és még inkább megélhető a kiteljesedése.

Minden, ami létrejön, előbb-utóbb a megnyilvánulásra, majd pedig a tökéletességre törekszik. Ezért folyamatos változásokon megy át addig, míg nem érte el a tökéletes állapotot. A tökéletes állapot, mikor visszatér önmagába, és megnyugszik.

