

T. Ivančić: Za umorne

Autor Administrator

ZA ODMOR JE POTREBNO OBRAĐENJE

Iz knjige:

Za umorne, Tomislav Ivančić, Tevizija

...Suvremeni čovjek boluje

prvenstveno zbog toga što je neprestano u stresu, u okovima, nape-tostima, brigama i nesigurnostima. Život mu je posvuda ugrožen. U automobilu, na cesti, na ulici, ispod prozora zgrada, svagdje te netko može napasti, ne to ti se može dogoditi. Velike brzine u zrakoplovu, automobilu i drugdje također uzrokuju ok za naš organizam...

* * *

Svakome je

potreban odmor kao i posao, potreban mu je san kao i java, noć kao i dan. Na odmoru on prima snagu od Boga i iz prirode da bi mogao biti čovječiji i uspješniji.

Da bi se

čovjek mogao odmarati potrebno je načiniti obrađeno. Kao što noću svatko mora napustiti razmišljanje, hodanje i rad te potpuno uroniti u stanje sna, odmora, bezbrižnosti, prepuštenosti – tako je i u svakom odmoru. Potrebno je odreći se briga, prijatelja, roditelja, rođaka, svojih poslova, tjeskoba, bivših misli, uspjeha i neuspjeha. Čovjek treba ući u mir, ući tamo gdje sebe izgrađuje. On mora prestati imati, a početi postojati.

Odmor je

stoga prekid sa starim i stupanje u novo. U Svetom pismu se kaže da Bog govori svome

narodu da æe ga odvesti u pustinju i pro-govoriti njegovu srcu. Tad æe ga narod èuti, obratiti se i opet biti narod koji ima Boga, da bi Bog imao svoj narod. Osluškivanje Boga u srcu neæe uspjeti onome tko se najprije ne odrekne svega što ga uznemiruje. Da bismo na površini vode ogledali za svoje lice potrebno je èekati da se ona potpuno smiri. Želimo li sebe vidjeti u ogledalu potrebno je najprije obrisati prašinu s površine toga ogledala. Tako je i s dušom. Ona plaèe, nezadovoljna je, za neèim teži. Potrebno je najprije odagnati od sebe osjeæaj krivice, priznati grijehe i okajati ih, oprostiti svima koji su nam nanijeli rane i povrijedili nas, potrebno je svega se odreæi i prihvatiti nov život koji dolazi ususret. Tako odmor postaje novi zaokret, ali i nova krea-tivnost u nama.

Suvremeni

èovjek boluje prvenstveno zbog toga što je neprestano u stresu, u šokovima, nape-tostima, brigama i nesigurnostima. Život mu je posvuda ugrožen. U automobilu, na cesti, na ulici, ispod prozora zgrada, svagdje te netko može na-pasti, nešto ti se može dogoditi. Velike brzine u zrakoplovu, autmobilu i drugdje takoðer uzrokuju šok za naš organizam. Nov naèin života, pun napetosti i brzine, nova hrana, èesto neprirodna, nova piæa, buka, prejaka glazba, tablete – sve to stvara stres u organizmu i on traži pomoæ.

Za to je

potreban odmor. Ali zato je na odmoru nužno odreæi se prijašnjeg života i naèiniti zaokret. Na odmoru prvenstveno treba uvidjeti što ti je najvažnije u životu. Treba pronaæi stabilnu toèku, o što se možeš osloniti, pronaæi ono sigurno da bi sve oko toga postalo dobro. Želimo li se odmoriti neæemo moæi mimoiaèi Stvoritelja svijeta. Samo je on sigurno tlo. Sve ovisi o njemu, on vodi ljudsku povijest i o njemu ovisi kako æe nam biti u životu. Prepustiš li se sustavu, mehanizmu društva, nesigurnosti povijesti, posla i partnerstva s ljudima, tad æeš doživljabati šokove i sve veæu slabost organizma. Prepustiš li se Bogu tad æeš osjetiti da se sve slaže prema dobru jer »Bog s onima koji ga vole suraðuje na dobro«, kaže sv. Pavao.

Taj se

preokret treba dogoditi u duši i u tijelu. Potrebno se zato hraniti drugaèije, iaèi drugaèije na poèinak, drugaèije ustajati, mirno hodati, usporiti korak, pratiti disanje, zapažati oko sebe svaku sitnicu, zadržati se na njoj, uživati u prirodi i tako postupno dopuštati organizmu da dođe k sebi. No, još je važnije opustiti dušu. Treba s nje skinuti terete i brige, krive odluke, predrasude, negativne misli, strah od neuspjeha, od nevjernosti, strah od nesreæe i bolesti. Trebaš skinuti sa sebe sve što te tišti, svaku krivicu, umor, želju da svakako moraš uspjeti, biti prvi, da moraš u životu uèiniti nešto veliko, da moraš biti kao drugi – jer to nije tvoja narav. Bog te nije takvog stvorio. Biti savršen, u skladu s mehanizmima koje je Bog stavio u tebe, s inteligencijom i osjeæajima koji su tvoji, s tvojim životom i tvojom naravi – to znaèi odmarati se.

Opet æeš

morati oprostiti sebi, oprostiti i drugima, onda æeš zamoliti svoj organizam i

svoju dušu da ti oproste, zamoli i druge da ti oproste, a onda pođi onim putem kojega si na odmoru odabrao za svoj život, da te usreæuje i da svima oko tebe omoguæuje da nešto veliko i lijepo uèiniš i za njih.

Odmaraj se
èešæe da bi stalno mogao ispravljati svoj životni put.