

Naučite istinski cijeniti sebe

Kada počnete cijeniti sebe, to znači cijeniti svaki svoj atom - atom vremena, energije, osobnosti... To ne znači biti umišljen, sebičan ili egocentričan: dapače, to znači živjeti sa stavom zahvalnosti prema kreaciji i sebi kao jedinstvenom izrazu te kreacije

Samopoštovanje je prirodan korak na putu samoosvještenja. Zapravo, susret sa sobom, poznat kao „rad na sebi“ cjeloživotni je proces. To nije nešto što se odradi za x vremena - s nekoliko knjiga, tečajeva ili radionica. Da, vanjski okidači su dragocjeni pokretači potrebe za upoznavanjem sebe, no to je stalan posao, kao pranje zuba, recimo. Uglavnom, ključna faza - svojevrsna prekretnica u tom procesu - jest trenutak spoznaje u kojem vam jednostavno sine da vrijedite. Ne onako prepotentno, nego iskonski - uvidite da u životu nije stvoren novi Isus, Budha ili Majka Tereza, nego vi, jedni jedini i neponovljivi u svojoj inkarnaciji. Istina, vaša je duša prošla mnoga putovanja i mnoga hoće, no u ovom specifičnom obliku u kojem ste sada, s ovom osobnosti, svim svojim osobinama (vrlinama i tzv. manama), vi ste jedinstveni, i kao takvi savršeni. Savršeni jer svatko, baš svatko, baš takav kakav jest, savršeno pristaje u trenutni mozaik života. I u tom je smislu svaka vaša mana savršena jer vam je pokretač razvoja.

Osviještenje osobne vrijednosti

Dakle, kada polako iznutra krene izranjati ta spoznaja, počinje promjena. Činjenica je da toj spoznaji treba dugo da izroni. Zapravo, često su joj potrebna vanjska povlačenja. Jer su mnogi odabrali sistem učenja prema principu negativne definicije: to znači da uče tako što prvo iskuse što neće, kroz neka neugodna iskustva, a na temelju njih izgrade sliku onoga što hoće (jednostavno, kao negaciju prvog). Primjerice, netko tko je jedva izvukao živu glavu iz braka s posesivno-agresivnim muškarcem, ima sasvim jasnu sliku onoga što ne želi, ali i želi - recimo, otvorenog i pitomog čovjeka uz sebe. Sve u svemu, okolnosti potiču na uvid o osobnoj vrijednosti, nekoga na brutalan, nekoga na nježan način. Netko proživi godine i godine u ropskom odnosu sa svijetom, prvenstveno iz svog osobnog stava necijenjenja, i prateće karme te učenja.

Cijeniti sebe nije samo duhovna maksima. Ona je način življenja i zapravo se osobna uvjerenost u nju vidi vrlo konkretno - u praktičnim situacijama. To znači da će osoba koja osvijesti cijenjenje sebe (kao nužan i potreban korak), biti suočena sa životnim

situacijama i ljudima koji je provociraju na djelovanje: ili po starom principu, gdje je bila nesvjesna žrtva okolnosti, ili po novom, gdje staro odbacuje radikalno. U tom smislu, burno je vrijeme pred nama. Otpadati će iz života svi oni koji su, makar i milimetar, ugrožavali vašu vrijednost. Nemojte se bojati, čak ako se radi i o najbližim suradnicima ili prijateljima. To je normalna faza cjelovitog zrenja.

Jer, o čemu je riječ? Ljudi su skloni iz kojekakvih motiva -uglavnom straha od neprihvaćenosti i nedostatka inicijalne ljubavi (uslijed čega je „kupuju" izvana pristankom na kompromis) - zatomiti sebe. Ili sebe/sebstvo čak ne razviti, tako što se ne usude iskazati što žele i kako, opet kako ne bi drugog povrijedili ili izgubili. U cijelom tom kaosu izgube sebe. No, dobra stvar je da je sebstvo nemoguće dugoročno potisnuti ili izgubiti. Ono, jednostavno, vreba i, ako treba, inscenira najveću životnu dramu, samo da se čovjek sjeti samoga sebe. U tom smislu, netko može živote i živote provesti učeći o tome kako je ne cijeniti se, ali će prije ili kasnije doći do točke da to presječe i shvati koliko vrijedi. Koliko vrijedi svako njegovo iskustvo, pa čak i ona bolna, svaka misao (čak i one glupe), te sama činjenica da je živ. Naravno da svi oni koji su naučili da mogu nasjesti na kičmu skoče na zadnje noge kada se dojučerašnja žrtva pobuni i više ne želi robovati. Krenu je uhvatiti, na svaki način. Sve se ovo, jasno, događa suptilno - emotivne ucjene su „najnježnija" varijanta, a zatim slijedi manipulacija strahom kroz financijske i/ili čak fizičke prijetnje te ostali oblici zastrašivanja. Uvijek im je u potki zajednički mehanizam izazivanja straha.

Primate se samočišćenja

Zato, primite se samočišćenja. Osjećaj čistoće će vam pomoći da se vratite k sebi i poštujete kriterije. Jer, kriteriji su ključni. Svatko ima svoje i treba ih poštovati. Sloboda je dopuštena, ali ako su temeljni kriteriji zadovoljeni: znači, temeljni kriterij je da, recimo, muškarac kojeg želite u svom životu treba biti uljudan, pažljiv, brižan, suosjećajan... Svi koji nisu, ne zadovoljavaju i automatski u startu otpadaju. A, kada su ovi kriteriji zadovoljeni - sve je dopušteno, konkretno, svejedno je ima li plavu ili crnu kosu.

Zapamtite, u poštivanju sebe nema kompromisa. Ljudi često pogriješe pa pomiješaju isključivost s poštivanjem sebe. To je krivo: isključivost i dosljednost su različite stvari. Biti dosljedan znači poštovati sebe, i ustrajati na svojim kriterijima, dopuštajući raznolikosti varijabli da se iskaže. Biti isključiv znači ne dopuštati postojanje ničega osim svojih kriterija te, u stvari, biti agresivno egoističan. Mnogi se zabune da to znači voljeti sebe, ali nije. Voljeti sebe, zapravo, znači prihvaćati sebe (da, i svoje vrline i mane) te se poštovati.

Duša svoje lekcije treba proći, ali scenarij je podložen promjeni. One događaje koji su vam već aktualni u materijalizaciji, prihvatite i propustite, bez kajanja - jer čišćenje podrazumijeva rušenje staroga, da bi na zdravim temeljima stasala zdrava struktura.

Samopoštjuća.

www.elementi.hr