

Ako vnímam šťastie

Každý človek bol stvorený, aby bol milovaný a aby vo svojom živote miloval a rozdával šťastie. Správne vychovávajúci rodičia vedú dieťa od svojho narodenia touto cestou. Nešťastným ľuďom sa stala v živote nejaká chyba alebo trauma, s ktorou sa nevedia dlhodobo vyrovnáť. Všetci sme vo svojom živote zodpovední za svoj život svojimi činmi čiže aj za svoje šťastie či osud. Slávny grécky filozof Epiketos raz napísal : „Ak chceš byť šťastný, vedz, že to záleží len od teba.“ Alebo : „Je len jediná cesta k šťastiu - prestať sa trápiť nad tým, čo je mimo našej moci.“

Všetci máme nejaké vlastnosti, schopnosti, talent a koníčky. Tieto sa dajú využiť pre budovanie vlastného šťastia. V prvom rade musíme prijať sami seba a spoznať sa do hĺbky. Potom môžeme prijímať výzvy života a napredovať. Po tom čo spoznáme a prijmem seba dokážeme prijať aj iných ľudí, milovať ich a byť šťastní. Jedno staré čínske príslovie hovorí : Šťastný je človek, ktorý vie, že je šťastný.

Pre každého však šťastie znamená niečo iné. Jedni vidia šťastie v peniazoch, iní v zdraví a iní v priateľstve a láske. Pre mňa je šťastím hlavne pocit bezpečia a lásky mojich rodičov. Pociť, keď sa vraciam domov a viem, že sa môžem vo všetkom spoľahnúť na svojich rodičov. **Ja som šťastná, lebo si uvedomujem, že mám dobrých rodičov, ktorí sa o mňa starajú.** V náročných chvíľach mi pomôžu, podržia a podporia ma. Už len príjemný pocit, keď môžem oznámiť rodičom dobrú známku, ktorú som v ten deň dostala v škole, ma zahrieva šťastím.

Šťastie nepredstavuje len hmotné veci, ale aj napríklad to, že spolu trávime každú voľnú chvíľu. Môžem povedať, že naozaj mám šťastie. Mám kde bývať, mám čo jesť a som zdravá. Toto mnohým deťom na svete chýba.

Šťastie je aj keď nás príbuzní a priatelia berú takými akými sme bez pretváranky a kritiky. Šťastie sa nedá kúpiť ani vyhrať. Je to úžasný pocit, ktorý nás zalieva, keď napríklad zaslúžené uspejeme po trpezlivom úsilí, ktoré sme venovali nejakej úlohe.

Mnoho ľudí si svoje šťastie neuvedomuje a berú ho ako samozrejmosť. Nie je to správne, pretože, keď raz oňho zrazu prídu už je neskoro a až vtedy zistia akí v skutočnosti šťastní boli. Je to tak napríklad so zdravím. Ľudia majú rôzne zlozvyky ako fajčenie a pitie alkoholu. Pokiaľ sú zdraví, nič ich neobmedzuje a nezabrdí. No raz príde ten deň, kedy si úplne zničia dovtedy zdravé telo. Mnoho ľudí berie ako samozrejmosť, že vidia, počujú a môžu chodiť. No tí ktorí už nemôžu, berú to ako vzácnosť, ktorú by chceli vo svojom živote dostať.

O šťastí v dávnych časoch písal aj grécky filozof Epikuros. Tvrdil, že

každý človek môže byť šťastný, len musí šťastie hľadať na správnom mieste. Podľa Epikura ľudia nechápu a nevedia, čo k šťastiu potrebujú. Mnoho ľudí si predstavuje, že ide hlavne o peniaze a moc. No šťastie, radosť ani láska sa kúpiť nedajú. Práve naopak, peniaze a moc šťastie nikdy neprinesú. Spojené sú s veľkým stresom a starosťami.

K skutočnému šťastiu patrí aj sloboda za ktorú sa bojuje v mnohých krajinách sveta. Život bez slobody nemá zmysel a je to len trápenie. Ak nie sme slobodní, nemôžeme ani zdieľať šťastie s inými ľuďmi.

A na záver Budhov krásny citát o šťastí, ktorý sa mi veľmi páči :

„Z jednej sviečky je možné zapáliť tisíce sviečok a životnosť sviečky sa neskracuje. Zdieľaním sa šťastie nikdy nezmenší. “