

13 gyöker egy gyökértelen kornak

1. Szánj időt az önévelésre. Ne töltsd ki minden órát feszült teljesítményhajszólvó tevékenységgel, vagy ami még rosszabb, eltompító, unalmas semmittevéssel.
2. Fedezd fel azokat a neked leginkább megfelelő szellemi gyakorlatokat, amelyek növekedésedben segíthetnek: imádkozás vagy meditáció, csendes szemlélődés, sétálás, zenehallgatás stb.
3. Elszánt törekvéssel menj elébe mindannak, aminek megvalósulását szeretnéd: ezzel valószínűleg már be is ütemezted a megvalósulását.
4. Tedd jellemed részévé a nagylelkűséget. Inkább légy naiv, mintsem gyanakvó a világgal szemben. Az életben kevés alkalom kínálkozik, amikor önmagadat és javaidat megoszthatod. Egyet se mulassz el. A cserkészek azon eszménye, hogy minden nap tégy valami jót, nem is volt egy rossz ötlet.
5. Keresd azoknak a társaságát, akiknek jelenlétében nagyobbá válsz, mintsem azokét, akik lehúznak. Gondoskodj arról, hogy legalább hetente egyszer legyen részed ebben. Ha nem ismeresz ilyen személyeket, kutassd fel őket.
6. Tanulj! Nem elég az, hogy jól érzed magad, annak fenntartásáért a helyes megoldásokat gyakran elutasítod. A kételkedés kihagyott töre, a rákérdezni tudás kielezett szikéje, a tudás átvilágító fénye - csak ezekkel indulhatsz neki a hit nagy kalandjának.
7. Időnként válassz más környezetet, a legalkalmasabb erre az utazás. Ilyenkor lépd át a megszokás rítusait, nézz úgy a világra, mintha először látnál benne mindent; ismerkedj új helyzetekkel, e kihívás által serkentethed elmédet és szellemedet.
8. Végy birtokba minden lehetőséget. Műveld érzelmeidet: olvass verseket, nézz műalkotásokat, hallgass igazi jó zenét, álmodj. És műveld értelmeket: olvass rejtélyes, provokatív könyveket, jegyzetömbön elemezz egy helyzetet, hallgass előadásokat olyan témákról, amelyekről szereted a többit megdudni.
9. Rendszeresítsd életedben egy olyan időszakot, amelyet a mások szolgálatának ajánlasz. Ezzel megszabadulhatsz a folyton magaddal foglalkozás terhétől. Tudatosítsd magadban, hogy sokan vannak, akik nálad súlyosabb terheket cipelnek. Ezzel ugyanakkor valami jót is tehetsz az emberi dráma előmozdításáért.
10. Hozz anyagi áldozatot azon kezdeményezésekre támogatására, amelyek saját eszméidhez a legközelebb állnak. Halhatatlan mivoltunk számára ez a legbiztosabb megnyilvánulási lehetőség, lejárt éveink után itt valami továbbfolytatódik belőlünk. Ez részévé tesz a folytatálagos emberi láncolatnak. Méltó az emberhez. 10% a teljes jövedelmedből már egy jó arány. Ha messze az átlagon felül keresel, ez lehet 20% is.
11. Amikor rendeztetnek érzed magad, de unottnak és bágyadtnak, dolgozz önmagad határain. Jelölj meg olyan területeket, amelyeken még növekedned kell (pl. valamely csoport elfogadása, a csend felfedezése, nagylelkűség), aztán válassz ki magadnak egy olyan helyet, ahol kis kockázattal lehetsz nyitott azokra a tapasztalásokra.
12. Adj hálát rendszeresen közösségekben is. A megerősítés fontos. Az, hogy egyszerre váljunk egymás számára támaszokká, még fontosabb. A mindennapi élet mindannyiunkat kikezdett. Szükségünk van arra, hogy saját értékeinket szemünk előtt tartsuk, és időről-időre megerősödjünk azokban.
13. Légy része egy tartalmas közösségnek. Nem kell teljesen benne élned, még csak naponkénti részvételt sem jelent, de egy olyan közösséget, amely több mint véletlenszerű, több mint egy klub, vagy mint egy érdektömörülés. Egy közösség, amelyben a minden emberben adott lényeg vonalán vagy másokkal összekötve. Egy közösség, mely meghatározott értékei vannak. Egy közösség, mely felkínálja számodra a növekedés és a szolgálat lehetőségeit. Egy közösség, mely esélyt ad számodra a szenttel való találkozásra.
Egy egyház esetenként megfelelő lehet.

A felsoroltakhoz hozzáadhatsz vagy elvehetsz, vagy alkossd meg a sajátodat. A lényeg egyszerű: légy több általa azoknál, akik végzetüket siratják, az idő elmúlását, melyben élünk adatott, vagy azoknál, akik esendőségükön keseregnek.

PETER RAIBLE nyomán (C.Sz)