

PRAŠTANJE

Da li ste bili u situaciji kada vas je neko jako povredio? Šta ste tada želeli? Da se odmah osvetite? Bol je bio prevelik, prosto parališući. Osveta nije rešenje za vas. Ako vam kažem da je praštanje, čin koji će vam doneti olakšanje, možda će te pomisliti da je to ne moguće. Iz tih razloga evo nekoliko reči o praštanju.

Praštanje je uzvišen ljudski čin.

Podrazumeva eliminisanje okrivljavanja, kritikovanja, ocenjivanja, osuđivanja kao i poređenja sa drugim.

Svako od nas u svakom trenutku radi ono što najbolje ume u skladu sa svojim znanjima, programima koje ima u podsvesnom, kao i u skladu sa nivoom svesti koje ima u datom trenutku. Ako prihvatimo taj princip, onda ćemo uspeli da poboljšamo komunikaciju sa samim sobom, drugima i sa svetom oko nas.

Praštanje podrazumeva toplinu, snagu i oslobađanje. Praštanje može da izleči, uteši, ponovo spoji i stvara. Praštanje je proces koji uključuje osećanje samilosti, dubokog razumevanja i mudrosti.

Ako ne oprostimo ne možemo iskusiti, promenu, lični razvoj i slobodu. Praštanje je stvar slobodnog izbora. Dobijanje oprostaja i praštanja su povezani.

Ukoliko želimo da nam bude oprošteno, moramo oprostiti drugima. Ukoliko nismo sposobni da oprostimo drugima, ne možemo očekivati da drugi oprostite nama. Do opraštanja ne može doći u atmosferi optuživanja, osuđivanja, besa i straha. Oprostiti možemo tek onda kada sebe posmatramo u svetlu onih koje okrivljujemo.

Ljude delimo na dobre i loše. Sebe vidimo među dobrima dok se od loših distanciramo. Razumevanje drugih ljudi i njihovih postupaka koje smatramo pogrešnim je uslov za započinjanje procesa praštanja. Razumećemo i oprostiti tek onda kada ljude počnemo da posmatramo sa samilošću. Počinjemo da shvatamo da su i oni ranjivi, da su imali slabosti, mane, da su imali zbunjujuće ideale, osećanje straha, panike, kukavičluka.

Važno je da sa drugom osobom saosećamo srcem i umom, da dostignemo viši stepen razumevanja i postanemo svesni da je ljubav jedini izvor praštanja. Ljubav nam omogućava da one koje okrivljujemo sagledamo ponovo kao sebe, osobe dostojne poštovanja. Ljubav nam omogućava da učinjene greške odvojimo od same osobe. Umesto da burno reagujemo nastojimo da prevaziđemo neželjeno ponašanje osobe, da postavimo granicu između osobe koja je pogrešila i same greške. Da razlikujemo osobu od same greške čak i kada ne možemo da razumemo njeno ponašanje. Ovim procesom obnavljamo svoju veru, bolje shvatamo i jačamo svoj život i sa poverenjem idemo napred.

Praštanjem ispravljamo nesporazume. Ono nam omogućava da sagledamo ljubav u drugima i u sebi. Praštanje predstavlja odraz ljubavi. Stav oprostiću ti AKO ili KADA nije praštanje. Praštanje znači oprostiću ti kako bi mogao da živim ispunjeno i srećno.

Praštanje nema uslova. Praštanje ne znači da greške treba opravdati, već naglašava da su one stvar prošlosti i da ih se u ime budućnosti moramo osloboditi kako bismo mogli nastaviti da živimo. Ukoliko ne prevaziđemo prošlost nikada se nećemo osloboditi njene moći da ponovo probudi povređenost, mržnju i bol. Moramo da učimo na bolnim životnim iskustvima kako bismo ih se lakše oslobodili i mudriji krenuli u budućnost.

Zašto bismo praštali? Treba da oprostimo jer je bol zbog neopraštanja prevelik.

Optuživanje, mržnja, osveta, poražavaju nas i ne vode ničemu. Ova osećanja ne donose zadovoljstvo i ne leče. Izcrpljuju nas i sprečavaju da počnemo od početka i da napredujemo u svom ličnom razvoju. Zbog ovih osećanja smo sumnjičavi i oklevamo da ponovo poklonimo nekome poverenje. Uništavaju našu kreativnost i usporavaju naš lični rast i razvoj. Ne postoji trenutak koji donosi veću ličnu nagradu od onoga kada možemo istinski oprostiti. Istinsko praštanje predstavlja čin najuzvišenijeg ljudskog ponašanja. Tog trenutka postajemo istinski slobodni .

Pobednici praštaju. Gubitnici se svete. Nemogućnost praštanja vezuje nas za patnju i čini žrtvom povrede koju smo nekad doživeli i koja se neprekidno obnavlja.

Zapamtite - praštanjem se oslobađa onaj koji prašta!

Ljiljana Trlaja

Stav oprostiću ti AKO ili KADA nije praštanje. Praštanje znači oprostiću ti kako bi mogao da živim ispunjeno i srećno.