

Apie puikybę

Puikybė – tai viena iš daugybės baimės apraiškų. Puikybės pavidalu reiškiasi amžinas žmogaus siekis būti tobulu. Žmogus tarsi suvokia, kad yra apdovanotas dieviškuoju tobulumu, bet jis neteisingai supranta šį tobulumą ir siekia visada būti teisiu, net jeigu taip daro žalą kitiems.

Yra dvi puikybės formos: mentalinė ir dvasinė.

Mentalinė puikybė – tai požymis tų, kurie galvoja, kad viską žino. Kai tik mes suabejojame jų žinojimu, puikybė ima viršų ir žmogus užsispiria, siekdamas įrodyti savo teisumą. Susidaro įspūdis, kad vienintelis nugalėtojas čia gali būti jis, o kiti neišvengiamai ir visuomet bus pralaimėtojų vietoje. Jėga ir įtaka, kuriomis, regis, apdovanoja puikybė, yra tiesiog iliuzija, nes vienintelis pralaimėjęs čia yra tas, kurį užvaldo puikybė...

Jeigu jūs suvokiate, kad vienoje ar kitoje situacijoje užsispyrėte, žvilgtelėkite – ar tik ne puikybė dabar su jumis šoka tango? Paklauskite savęs, kas jus skatina taip elgtis? Paprastai, jeigu žmogus turi kitokią nuomonę ir nėra įkalintas baimių nelaisvėje, jis lengvai priima kitų nuomonę ir neužsispiria. Kai užsispyrimas ima viršų, dažniausiai jūs esate valdomi baimių. Paklauskite savęs: „Kas blogo su manim atsitiks, jeigu aš leisiu kitam žmogui turėti kitokią nuomonę?“ Taip neleisite puikybei užvaldyti jūsų. Puikus būdas liautis spyriotis – pasakyti: „Ar mes galime abu priimti tai, kad šiuo klausimu mūsų nuomonės skiriasi?“

Darbas mentalinėje srityje reikalingas tam, kad pakiltumėte, o ne tam, kad žemintumėte save ir menkintumėte kitų žmonių vertę. Paprastumas ir nuoširdumas suteikia daug didesnę laimę, nei siekis būti teisiu – tai ir yra puikybė!

Būkite atsargūs su dvasine puikybe. Mentalinė puikybė remiasi pozicija „aš žinau geriau, nei tu“, o dvasinę puikybę maitina mintis „aš esu geresnis už tave“. Kuo daugiau žmogus domisi asmenine saviugda, tuo sąmoningesis jis tampa ir tuo didesnis kyla pavojus įkliūti į dvasinės puikybės pinkles. Dažniausiai, veikiamas dvasinės puikybės, žmogus jaučiasi pranašesnis už kitus. Jis galvoja: „Jeigu tu ne tiek pažengęs, kiek aš, reiškia, aš esu geresnis už tave...“

Kai jūs tampate sąmoningesi, būkite budrūs. Net jeigu esate aukštesniame sąmonės lygmenyje, tai nereiškia, kad kito žmogaus vertė yra žemesnė. Žemesnis yra jo sąmoningumas, bet jo siela tokia pat švari, kaip ir jūsų. Jeigu į kitus žiūrite taip, tarytum jie būtų žemiau, jūs lyginate save su drambliu, o kitus matote pelės vietoje. Bet... ar dramblys tikrai yra svarbesnis gyvūnas už pelę?

Kai kurie žmonės negalvoja, kad jie puikuoja ir kaltina tuo kitus. Jeigu taip galvojate, jūsų puikybė yra daug stipresnė nei kitų, net jeigu savo noro būti teisiu nedemonstruojate. Vien mintis, kad esate teisi, o kitas klysta, yra puikybė, net jeigu to ir neišsakote garsiai. Besipuikuojantys savimi retai pripažįsta, kad puikybė liejasi per kraštus. Jie tokie arogantiški, kad bet kokią užuominą apie puikybę ignoruoja. Jie nieko nenori girdėti. Jie nepakenčia pasipriešinimo ir kliūčių.

Kai puikybė užima pirmą vietą, jūs liaujatės būti savimi, o jūsų vidinis Dievas pasislepia. Jūs pasiduodate puikybės įtakai. Ir daug prarandate: meilę, santykius, sveikatą, laimę! Ar puikybė verta viso to?

Puikybė priešinas visiems vidiniams pokyčiams. Ji nuolat stengiasi mums sutrukdyti pamatyti kituose vidinį Dievą, atleisti, išreikšti jausmus ar emocijas, būti tikru, pažinti save skaitant knygas ar lankant seminarus.

Jeigu dabar pykstate ir negalite net įsivaizduoti, kaip įmanoma paprašyti atleidimo kito žmogaus už tai, kad pykote ant jo, už tai, kad jo poelgiuose ar žodžiuose nematėte meilės, jums trukdo puikybė.

Paprašyti atleidimo ir parodyti meilę nereiškia „pralaimėti“ ar „laimėti“.

Visuomet sugrįžtame ten pat: į meilę. Kiekviena meilės apraiška sprendžia problemas ir keičia gyvenimus. Meilė turi stebuklingą gydymo dovaną fiziniame, emociniame ir mentaliniame lygmenyse. Kaip buvo minėta anksčiau, už puikybės slepiasi baimė. Baimė, kad jūsų nemylės, baimė būti atstumtam, smerkimo, kritikos baimė, baimė pasirodyti ne taip, baimė prarasti...

Pirmas žingsnis dirbant su puikybe – pripažinti jos egzistavimą. Prisipažinkite, kad jūsų viduje gyvena atstūmimo baimė. Šis supratimas padės pajusti, kaip stipriai jūs kenčiate dėl minties, kad kiti liausis jus mylėję...

Išgyti nuo puikybės, kuri keliauja kartomis ir gyvenimais, per vieną akimirką nepavyks. Tai padaryti

galima palaipsniui, mažomis kasdieninėmis pergalėmis, meilės kuriama poelgiais.

Kai jūs sutinkate žmogų, norintį bet kokia kaina būti teisiu – nesipriešinkite. Supraskite, kad šią akimirką jis žino tiesą, kuri jam labai svarbi. Pasakykite jam: „Aš priimu tavo požiūrį, net jeigu jis kitoks nei mano“.

Kai jūs suprasite, kad bendraujant puikybė nugalėjo, pasikalbėkite su tuo žmogum, prieš kurį puikavotės. Jeigu reikia – atsiprašykite. Pasakykite jam, kad jūs norėjote bet kokia kaina būti teisiu ir paprašykite, kad jis būtų kantrus, nes išsiskirti su puikybe per vieną akimirką neįmanoma.

Jeigu jūs sutikote žmogų, kurio puikybė trykšta fontanais, pasistenkite jo elgesyje pamatyti kančią ir baimę. Gali būti, kad šis žmogus norės jus pakeisti, įbauginti grubiais žodžiais ar valdingu balsu.

Nekreipkite dėmesio, nes iš tiesų jis bijo labiau nei jūs...

Gali būti, kad skaitydami šias eilutes, jūs nustebsite, kokią stiprią įtaką daro puikybė. Niekas nesistengia jūsų sugluminti ar sukelti kaltės jausmo. Tiesiog norisi, kad būtumėte sąmoningesni, leistumėte sau pamatyti savo puikybę ir priimtumėte atitinkamus sprendimus. Kai suvoksite savo puikybę, teks su ja tvarkytis, nes būtent ji trukdo mylėti, o gal – ir būti mylimam. Pagalvokite, ar puikybė verta jūsų sveikatos, vidinės ramybės, santykių, laimės, meilės?

/Lise Bourbeau/