

Čo pre mňa znamená šťastie?

(esej)

„Ľudia dokážu byť tak šťastní, ako si len ich myseľ zaumieni.“(Abraham Lincoln)
Každý z nás vníma šťastie úplne odlišne. Pod slovom šťastie sa skrýva mnoho významov. Prioritou šťastia je pre mňa moja rodina, ktorá ma vždy podrží a podporí, priatelia, o ktorých sa môžem oprieť, láska, ktorá je zmyslom života a zdravie, ktoré je to najcennejšie. No nie všetci máme rovnaké priority, rovnaký hodnotový rebríček. Usporiadanosť je u každého odlišná. Niekomu stačí strecha nad hlavou a čo to do úst, inému nový model auta, mobilného telefónu, krásny dom a pod. Pre mňa najväčším pocitom šťastia sú zážitky, tie vám nikto nevezme. Ponúkajú vám vidieť veľa krásnych miest, stretnúť milých ľudí, získať nových priateľov a skúseností. I ja sa snažím o život plný zážitkov. Druhým podstatným prvkom v mojom živote je úsmev. Stávam s úsmevom, prináša mi totiž chuť do života a vďaka nemu sa mi úsmev vracia i od ostatných. Život bez úsmevu je len každodenné prežívanie v utópii.

Šťastie je túžbou, ktorú chce každý dosiahnuť. No pravé šťastie si nemožno vynútiť, nik nám ho nedokáže darovať. To pravé šťastie plynie z nás, z našej duše. Teda, ak sa pýtate na nejaký overený recept na šťastie, ten má každý v sebe. Každý nosí v sebe kľúč od vlastného šťastia. No určite nie je spojené s pasivitou. Len malými krokmi dosiahneme veľké šťastie!

Prečo sa cítíme tak zle, keď sa máme tak dobre? Prečo sme negatívne naladení, že zajtra je už pondelok a musíme do práce či školy? Prečo sa, naopak, netešíme z toho, že sme zdraví, že môžeme vstať, že stretieme priateľov, kolegov, získame nové rady, nové informácie? Žijeme v dobe, kedy nikto nie je s ničím spokojný! No takto nikdy títo ľudia nebudú šťastní. Týchto ľudí nám je skôr ľúto. Mnohí z nich chcú veľa, vlastniť veľa. Ich šťastie spočíva v slovíčku VELA. No smutné je, že stačí im len vlastniť. To, či to v živote vôbec využijú, na tom im vôbec nezáleží. Sú šťastní len preto, že niečo majú, vlastnia. Takíto ľudia vedia, čo je moc, peniaze, prepych. No vedia aj to, ako chutia pravé hodnoty života ako láska, porozumenie, rodina?

Na druhej strane je veľa takých ľudí, ktorí si úprimne želajú šťastie pre tých druhých. Ako prvá ma napadla moja mama. Mamy nehládajú na seba, chcú to najlepšie pre vlastné deti. Chcú, aby ich synovia či dcéry boli šťastní! Obetujú sa, strachujú, učia ich, a to všetko za cenu svojho šťastia.

Všetci dobre vieme, že šťastie nie je nič hmotné, hmatateľné. Šťastie je splnenie túžob, je to vec náhody, ktorú dostávame ako dar, je to dar ľudského úsilia. Mnohí sa vieme tešiť aj

zo šťastia druhých, aj vtedy dosahujeme istú dávku šťastia, lebo nezávidíme, ale prajeme. To z nás robí šťastných. Šťastie je vnútorná emócia, no keď sme šťastní, pociťuje to okrem našej duše i naše telo. Aj po fyzickej stránke sa cítime lepšie, silnejšie, máme viac energie a odolnejší je i náš imunitný systém. Všimli ste si, že ľudia po istom fyzickom výkone sa cítia lepšie? Áno, cítia sa šťastnejší, majú väčšiu chuť do života, chuť po ďalšom takom pociťe.

Skúsme sa zamyslieť aj nad tým, čo si prajeme, keď má niekto sviatok. Nie je to práve zdravie, šťastie a láska? No je veľká škoda, že mnohí používajú tieto slová už len ako kliše, lebo sa to patrí, lebo to je slušné, no pravá hodnota týchto vzácných slov akosi uniká. Preto vás prosím: „Žime život podľa seba, žime ten svoj život! Nežime podľa toho, čo si myslia ostatní! Nežime život iných, žime ten svoj! Uvidíte, že všetci ľudia budú šťastnejší! A o to nám predsa ide, nie?“

„Život je: šanca - využi ju; krása - obdivuj ju; blaženosť - užívaj ju; sen - uskutočni ho; výzva - príjmi ju; povinnosť - naplň ju; hra - hraj ju; láska - poteš sa ňou; splň ho; smútok - prekonaj ho; hymna - spievaj ju; boj - príjmi ho; šťastie - zaslúž si ho; život - bráň ho.“
(Matka Tereza)