

Maitasunaren indar handia

Gutako bakoitzaren bizitza koloreak harmonia handiz nahasten diren kutxa zoragarri bat da. Baina askotan kutxa hautsi egiten da eta koloreen harmonia galdu, batez ere Gorputza, Adimena eta Espirituaren arteko funtsezko batasun hori galdu delako.

Guзtiok ditugun bizi-premietan modu nabarmenean adierazten diren funtsezko hiru osagai, baita gure beharrak asetzen direnean edo ez direnean bizi ditugun sentimenduetan, eta, azkenik, sentitzen dugunak zehazten dituen portaeretan.

Bizi-premia asegabeek ondoeza, samintasuna, frustrazioa, erremina eta abar pizten dizkigute eta sentimendu horiek egoskorkeria, areriotasuna eta agresibitatea eragin diezazkiguke edo gaitzespenez eta gorrotoz jokatzera eramán.

Aitzitik, gure autonomia-, zinezkotasun-, sormen-, konfiantza-, babes- eta enpatia-beharrak aseta badaude, maitasun, lasaitasun, gogo bizi, askatasun... sentimenduak esperimentatuko ditugu, eta besteekiko gure portaera beti maitagarriagoa izango da.

Maitasunaren indar handia gudan eta gure baitan beti bizi dadin, beharrezkoa da, Chiara Lubichek bere "Maitatzeko artea" liburuan dioen bezala, albokoarekin bat egitea, hau da, bestearen mundua ulertzea, pentsamenduak eta ametsak partekatzea, eta ahalik eta gardentasun handienarekin elkar onartzea.

Inoiz edo behin besteen konfiantza eta estimu ezak urduri edo haserre, nahastuta edo axolagabe, bihurtzen bagaitu, adorez jokatu behar dugu eta besteei adierazi maitatuak sentitzeko dugun premia, besteen konfiantzaz gozatzekoa, eta, apaltasunez, laguntza eskatu desagertua zirudien ulermen hori berriro aurkitzeko.

Era berean, gu baldin bagara bestearengan gorrotoa, haserrea eta erremin sentimenduak piztu ditugunak, adorea izan behar dugu barkamena eskatzeko eta besteari gure hauskortasuna ulertzen laguntzeko.

Delituak egiten dituztenekiko eta gorrotoz jokatzén dutenekiko ere, iritzi moralistak (onak/txarrak, errudunak/errugabeak, gai/ezgai, gorrotagarri/maitagarri), zuzenean adieraztea saihestu behar dugu eta, gure esperientziatik abiatuta, balio-iritziak egin, jakinda beti ere, injustizia, prebrikazio, pilaketa eta indarkeriazko egoeren aurrean, gu guztiongan sentimendu eta judizio erreaktiboak sor daitezkeela.

Marshall B. Rosenbergeк bere liburuan "*Non violent communication- A language of life*" ("*Le parole sono finestre oppure muri*") ["Hitzak leihoak edo hormak dira"] italiar edizioa) dio, amerikar izate hutsagatik nola palestinar batek hiltzaile deitu zion. Gizonaren barne-sufirimenduaz ohartuta, sakon entzun zion eta hainbat galdera egin, ulertzeko zein indarkeria eta bidegabekeria sakonak bultzatu zuen bere herriarekiko hitzezko eraso hori egitera... Gizona ulertua sentitu zen eta bihotza ireki zuen eta amerikarrak bidegabeko politika baten aldekoak zirela sinestera eramán zuen guztia adieraziz. Haien artean benetako harremana sortu zen, eta egun hartan, Ramadanaren amaieran, gizonak afaltzera gonbidatu zuen, eta lagun izaten jarraitu zuten.

Haserreak, erreminak eta gorrotoak eraginda gizaki batek beste bati bizitza kentzen badio,

HILEKO IDEIA

Martxoa 2024

sentimendu bortitz horiek, barne-harmonia asaldatu eta hain ondorio suntsitzaille eta kaltegarriak sortzeko gai direnak, nondik, zein asegabeko bizi-premiatek sortu diren ulertzeko betebeharrak morala dugu.

Eta hori da, hain zuzen, gaur egun presondegi eta berreziketa erakunde (gutxi) batzuetan saiatzen ari dena, sentimendu negatiboek itsututa delitu larriak egin dituztenen giza errehabilitazioa eta errehabilitazio espiritualak jarri baitute beren jardunaren oinarrian.

Prozesu horren ondoren bakarrik egon daiteke egindako akatsaren kontzientzia, eta, beraz, pertsonaren gaixotasun psikologikoa sendatzeko aukera, eta gero elkarrekin poztu, egin duten gaitzagatik barkamena eskatzen dutenean.

Viktor Frankl logoterapiaren abiarazleak "Sufritzen duen gizona" liburuan idatzi zuenez, *"alderdi negatiboetatik ere, eta agian batez ere horietatik, zentzu bat "atera" daiteke, eta horrela positiboa den zerbaitetan bihurtu: sufrimendua, zerbitzuan; errua, aldaketan; heriotza, ekintza arduratsurako motibazio gisa"*, eta horrela norberaren errua gainditu.