

Hayata Olumlu Bakmak

Olumlu düşünmek ruha zindelik verir.

Aklımızdaki düşünceler bizi anlatır. Ne olduğumuzu bize gösterir. Fakat çok az insan kendi durumunu görme yeteneği ve tevazusuna sahiptir. Genelde insanlar kendisinin olumsuz yönlerini görmek istemez. Kişi eğer kötü düşüncelere sahip ise, hayatı boyunca acı peşinde koşar, acılarla hayatını tüketir gider. Kişi temiz düşünceler taşıyorsa mutluluk bir gölge gibi onu izler. O kişi huzur içinde yaşar.

Şunu unutmamak lazım ki; huzursuzluk, acı ve üzüntü yaşamın bir parçasıdır. Dünyada keder çekmemiş kalp, dertlerin dehlizlerini ziyaret etmemiş insan yoktur. Her insanın gözleri kederden ıslanmıştır.

Öte yandan hayata olumlu bakmak, elindekilerle yetinme ahlakını kazandırır. Elindekilerle yetinmek ise bize mutluluğu sunar.

Hayata dair olayları yorumlamak da iyimserlik ve kötümserlik duygusunun gelişmesine yol açar. Hayata daima iyimser bakmalı, hayatı zorlaştırıcı değil bakış açısıyla kolaylaştırıcı olmalıdır.

Burada çok bilinen ama bu konuya uyan güzel bir hikâye ile örnek vermek istiyorum:

İki hasta adam aynı hastane odasında kalıyordu. Hastalardan birine akciğerlerindeki sıvının akması için öğleden sonraları bir saatliğine dik durmasına izin verilmişti. Onun yatağı odadaki tek pencerenin yanındaydı.

Diğer hasta ise tüm gününü yatağında uzanarak geçirmek zorundaydı. Birbirleriyle saatlerce konuşurlardı; eşlerinden, ailelerinden, askerlik anılarından, gittikleri tatil yerlerinden...

Pencerenin yanındaki hasta her öğleden sonra yatağında doğrulduğunda zamanını pencerenin dışındaki gördüğü her şeyi oda arkadaşına anlatarak geçiriyordu.

Diğer yataktaki adam ise bir saatlik bu dilimde dış dünyadaki tüm yaşantılarla ve renklerle kendi hayatını genişletiyor ve canlandırıyor.

Pencere güzel bir gölün yanındaki parka bakıyordu. Gölde çocuklar oyuncak gemilerini yüzdürürken, ördekler ve kuğular da suyun üzerinde oynuyordu. Genç âşıklar her renkten çiçeklerin arasında kol kola yürüyorlardı ve şehrin silueti uzakta görülebiliyordu.

Pencerenin yanındaki adam bunları en ince ayrıntısıyla anlatırken, diğer taraftaki adam gözlerini kapatıp bu hoş manzarayı hayal ediyordu.

Sıcak bir öğle sonrası, pencerenin yanındaki adam ilerleyen bir bando takımından bahsetti.

Diğeri bandoyu duymamasına rağmen pencerenin yanındakinin açıklayıcı kelimelerinin yardımıyla sesleri zihninde canlandırdı.

Günler, haftalar, aylar geçti. Bir sabah hemşire hastaların odasına banyo suyu getirdiğinde pencerenin yanındaki hastanın ölü bedenini buldu - sessizce ölmüştü.

Hemşire üzüldü ve ölü bedeni alması için hastane görevlilerini çağırdı. Yatağa mahkûm olan diğer hasta ise makul görülen en kısa zamanda pencerenin yanına taşınmak istediğini belirtti. Hemşire bu isteği mutlulukla yerine getirdi ve hastanın rahat ettiğinden emin olduktan sonra odadan ayrıldı.

Hasta, yavaşça ve acı çekerek dışarıdaki gerçek dünyaya bakmak için kendini dirseğiyle destekleyerek doğruldu. Yatağın yanından pencereye dönmeye çabaladı.

Onu boş bir duvar karşıladı.

Hemşireyi çağırıp ona pencerenin dışındaki öylesine harika şeylerden bahseden merhum oda arkadaşının neden böyle bir şeye gerek duyduğunu sordu.

Hemşire merhumun kör olduğunu, duvarı bile göremediğini söyledi ve **"Belki de sadece seni cesaretlendirmek istemiştir..."** dedi.

Başkalarını mutlu etmenin muazzam bir mutluluğu vardır, kendi halimize rağmen.

Olumlu bakış ve kederi paylaşmak hayatın yükünü hafifletir, ama paylaşılan mutluluk ikiye katlanır. Eğer zengin hissetmek istiyorsan paranın satın alamadığı, senin sahip olduğun her şeyi gözünün önüne getir.

Bugün bir hediyedir, bu yüzden ona Allah'ın lütfu denir.

Alıntıdır