

Moja duchowość

Wszystko zaczęło się od zauważenia duchowej sfery życia i to, że jest możliwość odkrycia tajemnicy własnego istnienia. Szukanie odpowiedzi na pytania o życie i jego sens, o zasadność myślenia roszczeniowego i nie tylko. Jak odczuwam emocje? To wszystko na dziś pozwala mi na dojrzałość wobec siebie i wobec innych jak i do otaczającej rzeczywistości.

Ostatnie lata pokazują nam zmianę naszego życia codziennego, ciągle gdzieś biegniemy, za czymś. Naszym wyznacznikiem stał się byt materialny. Pisząc te słowa nie mam zamiaru krytykować takiego sposobu życia, pragnę tylko pokazać jak ważna jest dla osób poszkodowanych, ofiar, osobom po traumie duchowości. Taka dojrzała, a rozwój duchowy powinien iść w pierwszym szeregu przed rozwojem materialnym.

Pustka duchowa prowadzi do egoizmu i życia płytkiego powierzchniowego. Zaakceptowanie faktu bycia osobą pokrzywdzoną, zobaczenie prawdy, zmierzenie się z nią pozwalają mi jak i innym osobom poszkodowanym osiągnąć swój cel. Cel nie bycia samotnym i odrzuconym, bycia zrozumiałym i akceptowanym, bez oceny innych.

Wyzwalając się z traumy sięgnąłem i starałem się nawiązać kontakt z Siłą Wyższą, wierzący nazywają ją Bogiem. Siła ta pozwala mi zdobyć mądrość życiową i daje możliwości działania.

Siłą wyższą mogą być osoby bliskie, znajomi, przyjaciele, osoby uduchowione itd. Nie szukajmy koniecznie bytu niematerialnego. Często osoby takie jak my po przejściach z dzieciństwa, poprzez swoje doświadczenia życiowe, mogą nam pokazać dobre strony życia codziennego, a co za tym idzie w miarę naszej otwartości spokoju wewnętrznego, bez odwiecznych pytań, po co? Dla czego?

W moim mienieniu duchowość jest wiedzą o życiu, a zastosowanie jej w życiu codziennym realizacją naszych pragnień i oczekiwań. Oczywiście sama duchowość nie wystarczy w konfrontacji z rzeczywistymi trudnościami życiowymi, bez względu na jej naturę czy to wewnętrzną, czy też zewnętrzną.

Duchowość pomaga uczciwie myśleć o sobie, osiągać spokój i pogodę ducha. Daje odpowiedź na pytanie o sens życia. Ukazuje hierarchię wartości i zasady postępowania. Uczy odróżniać dobro od zła, prawdę od kłamstwa, demaskuje wypaczenia. Także pomaga zobaczyć czy dany styl życia nie prowadzi ku cierpieniu i krzywdzie. Potrafi ukazać, że jest się na drodze niszczenia siebie i innych. Zrealizowanie takiej wiedzy w życiu nazywam właśnie dojrzałą duchowością.

Mój rozwój duchowy wynika z potrzeby i konieczności, jestem spełnieniem, poszukiwaniem, wszystko to płynie z głębi serca, poszukiwanie zaś ujawnia się na zewnątrz. Mimo że potrzeba duchowego rozwoju zawsze ma charakter indywidualny, przypadł nam w udziale przywilej wspólnej wędrówki ku duchowości

Do kiedy piłem i dlatego, że piłem, będąc wykorzystany seksualnie czułem się jakiś rozdarty i niepełny, pusty i bezwartościowy. Myślałem, że nie mam innym ludziom niczego do zaoferowania. Czułem się jak pusty dzbanek, czekając, aż go ktoś napełni. Dopiero poznanie duchowej sfery życia i rozwój osobisty w oparciu duchowość, pozwoliło mi spojrzeć na siebie inaczej. Nie tylko uwolniłem się od nałogu i traumy, ale też i przestałem czuć się zbędnym w tym czasem dziwnym świecie. Mam wrażenie, że stałem się uczestnikiem czegoś bardzo ważnego, potrzebnego. Wspólnie z Wami chcę nieść nadzieję, siłę oraz doświadczenie tym, którzy upadli nie ze swojej winy. Nie jesteście niczemu winni, to sprawca ponosi odpowiedzialność za pustkę. Szukajcie siebie w sobie.

Marek Lisiński