

1. Lassíts!

A Tökéletes boldogság keresése

Volt egy ember, Szirkó, aki elhatározta, hogy ő lesz a világon a legboldogabb. Nem apró örömeket fog gyűjteni, hanem a Tökéletes Boldogságot szerzi meg. Az a hír járta, ezt csak egyetlen helyen lehet megszerezni, Jelen városában, ott őrzik egy kincseskamrában. Szirkó úgy gondolta, ez a város nagyon-nagyon messzi földön lehet, elindult hát vándorútra. Hosszú napokon át csak ment és ment, nem állt meg sehol, semmi apró örömeért, mert tudta, rá egy sokkal nagyobb öröm vár valahol messze.

Már hónapok óta csak ment előre, egyre gyorsabban haladva és egyre ritkábban állva meg egy-egy rövid pihenőre. Volt olyan ország, amit észre sem vett, csak átrohant rajta. De minél gyorsabban ment, az áhított cél annál messzebb került tőle. Ha sietősen kérdezősködött, csak furcsán néztek rá, vagy kinevették, és egyre csak azt mondták neki: „Ha így halad, bizony igen messze van a céltól.” Erre mérges lett, és még jobban megszaporoztatta lépteit, mert mindenképp oda akart érni Jelenbe.

Történt egyszer, hogy Szirkó a nagy szaladásban megbotlott egy kőben, és elesett. El is ájult menten. Mikor magához tért, mennyei virágillatot érzett. Óvatosan kinyitotta a szemét, látta, hogy egy virágos mezőn, illatos ibolyák és mézvirágok közt fekszik. Milyen régen érzett ilyen csodás illatot! Mikor nagy nehezen a hátára fordult, meglátta maga fölött az eget és a felhőket. Micsoda színek és formák! Csak bámulta az égen úszó, felhők rajzolta tündérmesét. Aztán eszébe jutott, hogy neki sietnie kéne, a Tökéletes Boldogságot keresi, de az nem itt van. Nagy nehezen lábra állt, de sajgott mindene.

Elindult, de alig bírta lépni a fájdalomtól. Nem tudott már sietni többet Szirkó, végtelenül lassan haladt. Mi lesz így a Boldogsággal? – kesergett. A virágok illatával, a madarak énekével, a felhők látványával vigasztalódott. Este lett, mire elért a mező szélén egy házhoz. Bekopogott, hogy megkérdezze, messze van-e még a Tökéletes Boldogság.

- Messze-e? – nevetett a gazda – hiszen éppen itt találsz!

- Az nem lehet! Azt egyetlen helyen őrzik, Jelenben, annak is a kincseskamrájában.

- Jaj, fiam! Te azt hiszed, messzi földre kell menned érte. De te már meg is érkeztél, itt állsz a kincseskamra közepében. Nem őrsz annak kapuját senki, egyedül te magad tartottad távol magadat a kincsektől.

Szirkó hirtelen megértett mindent: - Amíg siettem, egyre messzebb kerültem a jelentől, amíg kerestem, nem találtam meg a Boldogságot. De amint nem kergettem már a céltom, abban a pillanatban máris megtaláltam.

Így találta meg végül Szirkó a Tökéletes Boldogságot.

A rohanásból való kilépés, a lelassulás a hétköznapiakban is gyakorolható.

Észreveszem-e, amikor sietek? Tényleg mindig indokolt a rohanás?

A sietséget igénylő dolgaim előtt meg tudom-e tenni egy-egy rövid pillanatra, amit ez a mondat tanácsol: „Mielőtt bármit teszel, ne tégy semmit!”

Van-e időm – akár csak pár perc naponta – arra, hogy lelassuljak, megálljak, kilépjek a hétköznapi rutinból?

Észreveszem-e magam körül a pillanat apró örömeit, megengedem-e magamnak, hogy elidőzzek a 'lényegtelen' dolgok szépségén?