

Legyünk örvendező keresztények!

A mai világban igen sok a depressziós ember. Ne hagyjuk magunkat, küzdjünk ellene! Legyünk az öröm embere, Krisztus erre tanít minket. Néhány tanácsot szeretnék adni arra vonatkozóan, hogy miként küzdhetünk azért, hogy valóban az öröm emberei legyünk.

Egyszer egy tanár a diákok elé tartott egy 1x1 m-es fehér lapot, melyen egy kis fekete pont volt, és megkérdezte, hogy mit látnak. Lelkesen jelentkeztek, hogy egy kis fekete pontot a lap közepén. Az ilyen ember depressziós, nem azt veszi észre, hogy majdnem az egész lap szép, tiszta fehér. Vegyük észre a sok tisztaságot, ami a mocsok körül van, a sok jót, ami a rossz mellett ott van!

Az emberek sokszor szomorúak, és rossz hangulatúak. De ezekre általában van „gyógyszer”. Használjuk ki! Itt van néhány példa erre.

Amikor szomorú vagy, mert túl vagy terhelve, akkor ne panaszkodj, hanem keresd annak lehetőségét, hogy minél hamarabb pihenj egy nagyot! Kell az embereknek a 8 óra pihenés, Isten így teremtett minket. Csak kipihenten lehet örömteli valaki.

Amikor szomorú vagy, mert észreveszed, hogy már megint bűnt követtél el, akkor ne legyintsél, hogy úgysem tudok kimászni belőle. Vedd észre az Egyházban adott lehetőségeket: gyóntatószék, ima és böjt, szenteltvíz. Már csak jól kell használnod! Ha ezeket nem használod föl, hasonlítasz a vadászhoz, akit mikor megtámad egy vadállat, bár ott van a keze ügyében a puskája, mégsem használja. Gondolj arra is, hogy vannak szabadító szentmisék. A rendszeres szentmisére járás is már sokat tud segíteni a bűnben vergődő léleknek. *Úgy éljünk, hogy a gonosz lélek féljen tőlünk, ne pedig mi féljünk a gonosztól!*

Amikor szomorú vagy, mert beteg vagy, ne zárkózzál be! Ajánld föl betegségedet, fájdalmadat szeretteidért, a körülötted élőkért, embertársaidért, vagy egyszerűen az égiek szándékára. Tudtad, hogy ez a legdrágább ajándék Istennek? Használd ki!

Amikor negatív gondolataid támadnak, vagy harag, fájdalom emészt belülről, akkor ne rágódj ezen, hanem menj Isten elé és kérd a megbocsátás kegyelmét! Küzdj azért, hogy eljuthass a megbocsátásig, hogy belülről fakadó örömben lehessen részed.

Amikor múltbeli rossz események jutnak eszedbe, melyeket már egyszer Isten elé letettél a gyóntatószékben, akkor ne rágódj azon! A tehén öklendezi vissza a szénát, hogy újból megrágja azt. De mi nem tehenek vagyunk! Mi emberek vagyunk, méghozzá keresztény emberek!

Amikor túl sokat nyalogatjuk sebeinket, az megsebzetté tesz. A sebeket fel kell ajánlanod Istennek, rakd át a tenyerébe és fogadd be helyette Isten örömét! Ne magunk körül forogjunk, hanem Jézus, Mária és mások, embertársaink körül.

Amikor aggódsz, hogy a politikai helyzet egyre rosszabb körülötted, a bőrödön érzed már a szorongatást, akkor köszönd meg! Hiszen a szegények többet imádkoznak! És ne feledd a tanítást: „Az Istent szeretőknek minden a javukra válik!”

Az emberek hajlamosak arra, hogy állandóan elégedetlenek legyenek. Dohognak, hogy „csak egy van és kettő kellene...” Vigyázz! Ez ördögi kör. Így sosem leszel elégedett! Inkább köszönd meg azt, amid van! Ha meg tudod köszönni, boldog leszel. Légy elégedett! Hiszen ha járn tudsz, ha éjszaka meg tudsz fordulni az ágyban stb. már örvendezhetsz. Ne azokhoz viszonyítsd magad, akik jobban élnek, hanem a kukásokhoz, a magatehetetlen betegekhez! Máris van mit megköszönnöd, betöltheti szívedet a hála!

Sokszor szomorú vagy és bezárkózol. Nem foglalkozol semmivel és senkivel. Nem ismered a szomszédaidat, a körülötted élőket. Ez nem a Jóistentől van. Nyíl ki! Nyíl ki a Jóisten felé és a körülötted levő emberek felé! Ennek egyik jó példája, amikor a románok és magyarok együtt engesztelnek. Ez és ehhez hasonló cselekedetek kedvesek az Isten előtt. Meglátod, ez örömet fog adni a te lelkednek.

Legyen vidám a lelked! Legyen mosolygós az arcod!

Örvendező keresztények legyünk, lelkünk mélyén örvendező engesztelők!