

PREMIUL III

Traieste cu masura

“Traieste cu masura!” Un slogan care iti trezeste sentimente de frustrare, de furie, de fericire, simpatie, iubire? Oare cat de mult stie fiecare sa respecte acest slogan? Si oare chiar e vorba de a-l respecta? Avem reteta pentru a putea face acest lucru? Putem afirma cu certitudine ca «Da, domnule, asa e bine, asa trebuie sa faca si sa traiasca toata lumea, altceva iesit din tipar va fi pedepsit !»?

Nu putem spune unei persoane «Traieste cu masura!» intrucat cu siguranta nu va stii ce dorim sa-i transmitem! Oare trebuie sa cantarim de fiecare data ceea ce spunem, facem, intreprindem, mancam, visam, analizam? Nici macar psihologul nu stie cum sa traiasca intr-adevar cu masura, si nici chiar doctorul sau judecatorul; subiectivitatea ii poate determina uneori sa ia decizii nepotrivite cazului in care se afla! Meseria pe care o ai, atributiile pe care trebuie sa le indeplinesci zi de zi, nu te ajuta sa traiesti cu masura, ci sa iti formezi o imagine de ansamblu asupra ta, asupra vietii tale si a celor din jurul tau, asupra nevoilor proprii si a celorlalti. La toate aceste elemente trebuie sa fim atenti pentru a invata cu adevarat cum sa traim cu masura! Atunci cand vom invata sa ne raportam la nevoile noastre atat prin prisma noastra cat si a celorlalti, vom putea avea certitudinea ca traim cu masura, intrucat cand esti atent la aceste detalii, automat nu cauti raul in viata ta sau a celor din jur.

O gramada de tentatii exista in jurul nostru in fiecare zi, in orice moment, dar daca avem acel minim necesar de educatie si cultura, vom stii cum sa trecem peste ele! Drogurile, jocurile de noroc si bautura sunt cele mai periculoase vicii. Degeaba spun unii ca vor doar sa incerce macar o data aceasta “activitate”, dupa care vor renunta, pentru ca in majoritatea cazurilor, dependenta apare, inevitabil! Fie suntem prea slabi, fie apare frustrarea pentru ca am incercat doar o data, fie incepe sa ne placa...indiferent despre ce este vorba, iesirea din lumea respectiva este foarte dificila si fara ajutorul prietenilor si a vointei persoanei in caz, vindecarea problemei nu va fi posibila! Important de mentionat este faptul ca nimic bun nu este realizat in cazul unui viciu, daca persoana direct implicata nu are toata vointa aceea necesara pentru a iesi din starea in care se afla.

Mediul in care traim, prietenii din jurul nostru au o influenta extrem de puternica asupra personalitatii noastre, mai ales atunci cand vorbim despre o varsta frageda, pentru ca suntem mult mai influentabili. De asemenea, presa si media ne poate influenta in ceea ce intreprindem; de obicei, tindem sa facem exact ceea ce ne este interzis, si trebuie sa invatam sa incetam a proceda in acest fel...vorbesc aici in special despre droguri, tutun si alcool...Specificile «tutunul dauneaza grav sanatatii» sau campaniile antidrog si anti-alcool trezesc interesul doar acelor persoane care nu au nici o legatura cu aceste vicii,

restul revoltandu-se ca lumea se ia de ei, considerand, gresit, ca detin controlul situatiei. Eu am insa certitudinea ca intr-o zi vor fi majoritari cei care intr-adevar detin controlul situatiei!

Inca din clipa in care ne nastem, avem o misiune extrem de importanta de realizat, aceea de a ne forma propriul viitor intr-un mod corespunzator, corect, moral si benefic! La inceput, fiind mici, nu suntem capabili sa realizam ce ni se intampla si sa luam decizii; parintii sunt cei care se ocupa de noi in modul in care au fost si ei la randul lor invatati si educati sau in modul in care ei insisi s-au auto-educat! Dupa o anumita varsta insa, indiferent din ce familie provenim, avem puterea de a ne revolta daca este cazul, sau de a iesi singuri in fata, pentru a ne forma propriile ganduri, credinte, visuri, dorinte... Avem puterea de a alege ceea ce este bine pentru noi si ni se potriveste, posibilitatea de a face tot ceea ce putem pentru noi insine si de a ne alege persoana alaturi de care sa traim.

In momentul in care ne confruntam cu o situatie problema, trebuie facut in asa fel incat sa nu cadem, ci sa ne ridicam! Nimic nu ne poate dobori daca stim ce sa alegem...si chiar daca la inceput lucrurile nu par roz, ele vor deveni roz la un moment dat, intr-un fel sau altul...Rabdarea, credinta si increderea de sine, sunt principalele insusiri de care trebuie sa tinem cont clipa de clipa!

Trebuie sa stim ce sa luam, de la cine, cat si pentru ce...conteaza foarte mult intrucat sunt actiuni care noua ne influenteaza viitorul! O decizie gresita poate provoca noi, lungi si interminabile probleme! Daca reusim sa trecem mai departe cu fruntea sus si optimismul in oase, totul va fi bine pentru noi si cei din jurul nostru. Si marea problema atunci cand vorbim despre masura , este «cat», stim oare «cat»? Cat sa vorbim, cat sa lucram, cat sa glumim, sa ne distram, cat sa mancam, cat sa fumam, sa bem, sa pariem, cat sa dormim si lista poate continua. «Cat-ul» acesta difera de la o persoana la alta , iar noi trebuie sa invatam de-a lungul vietii, pe cat de mult posibil, masura dupa care se ghideaza acest «cat» ; al nostru ca si persoana individuala in primul rand, dar si al celorlalti, intrucat noi traim in primul rand in functie de ceilalti! Daca noi putem face fata unei situatii si traim intr-un anume fel, nu inseamna ca si cel de langa noi pot. Am mai spus, conteaza mediul, educatia si cultura fiecaruia pe care si-i le-a insusit!

Sa incepem prin a ne alcatui propriile principii pentru a stii cum trebuie sa ne desfasuram pentru a fi bine pentru toata lumea, iar apoi sa continuam prin a-i invata si pe ceilalti; astfel putem forma un lant prin care toata lumea «Traieste cu masura». «Masura» se poate deci si imprumuta in cazul in care noi nu stim sa ne-o alcatuim, binenteles, cu conditia sa luam ceea ce ni se potriveste...o insusire de la o persoana, alta de la urmatoarea si tot asa, pana ne formam noi insine; este foarte important sa facem acest lucru, practic imprumutam din «masura» celor care ne-au crescut si ne-au influentat intr-un fel sau altul, alcatuindu-ne in final propria «masura». Masura = principii; principii = elemente dupa care ne ghidam in viata; viata sanatoasa = principii sanatoase; principii sanatoase = masura sanatoasa, iar masura sanatoasa = viata traita cu masura. E vorba despre un ciclu care nu trebuie sa inceteze a se dezvolta si dupa care sa invatam sa traim!

«Principala sarcina din viata unui om este sa se nasca, sa devina ceea ce ii permite potentialul. Cel mai important produs al efortului sau este propria personalitate», Erich Fromm; o personalitate puternica si un caracter pe masura ne ajuta enorm de mult...sa invatam sa ne respectam pe noi insine si pe ceilalti, sa ne intelegem dorintele si idealurile si sa ne comportam in functie de cei din jurul nostru! Cand vom reusi, renuntand la toate

viciile care ne acapareaza negativ viata, ne vom bucura de privilegiul de a avea o viata traita cu «masura»!