

"ÄLÄ UNOHDA HYMYÄ" - SHUBAMRITA VIERAILI HELSINGISSÄ

Äiti Amman pitkäaikainen oppilas brahmachari Shubamrita tuli tuomaan valoa marraskuun pimeyteen. Hän piti perjantaina 25.11. Helsingissä Kirjantalolla iltatilaisuuden, jonka otsikkona oli "Älä unohda hymyä".

Iltatilaisuuden aluksi katsottiin noin puoli tuntia uusinta Embracing the World –videota, jossa kerrotaan laajasti Amman hyväntekeväisyystoiminnasta.

Videon jälkeen Shubamrita piti hauskoilla esimerkeillä elävöitetyn puheen siitä, miten tärkeää on muistaa hymyillä. Tällä ei tarkoiteta pelkästään ulkoista hymyä vaan myös sisäistä hymyä. Shubamrita kiteytti sanottavansa neljään pääkohtaan.

Ensimmäiseksi meidän olisi syytä asioiden vastustamisen sijaan hyväksyä ne sellaisina kuin ne ovat. Kun vastustamme jotain asiaa saa se aikaan sen, että ärsyynnymme sisäisesti. Mikäli sen sijaan hyväksymme nykyisen tilanteen, on meidän helpompi hymyillä sille. Asioiden ja ihmisten hyväksyminen sellaisina kuin ne ovat, ilman tuomitsemista on jalo taito, joka pitää meidät sisäisesti tyynenä.

Toiseksi meidän tulisi pyrkiä omistamisen halusta takertumattomuuteen. Mikäli ymmärrämme oikein ympäröivän maailman luonteen, on meidän helpompi hymyillä. Meidän ei ole tarpeen omistaa mitään, sillä kaikki asiat tässä maailmassa ovat vain hetken lainassa meillä. Kun viljelemme tätä asennetta, emme ole liian omistavia asioiden tai ihmisten suhteen. Ainoa asia, mikä on varmaa on se, että ulkoinen maailma muuttuu koko ajan. Ainoa muuttumaton asia koko luomakunnassa on meidän todellinen sisäinen Itsemme. Kun keskitymme siihen, ulkoisten muutosten kohtaaminen ei ole enää niin tuskallista.

Kolmanneksi meidän tulisi kasvattaa epäuskon sijaan uskoa. Kun uskomme siihen, että meidän sisimmässämme on Korkein Voima, ja sen vuoksi en ole koskaan yksin tai voimaton, voimme kohdata millaisen elämän myrskyn tahansa. Tavallisesti kun ongelmia tulee, kerromme Jumalalle kuinka suuria ne ovat. Sen sijaan meidän tulisi kertoa ongelmillemme kuinka suuri Jumalamme on. Usko on kuin wifi. Sitä ei näe, mutta sillä on voima kytkeä sinut juuri siihen mitä todella tarvitset.

Neljäs ja viimeinen asia on murehtimisen sijaan osoittaa kiitollisuutta. Yksi vaikuttavimmista mantroista on "Kiitos". Olkaamme kiitollisia elämälle. Kun tarkkailemme kiitollisten ihmisten elämää, näemme paljon hymyä heidän jokapäiväisessä elämässään. He näkevät jokaisen hetken lahjana ja jokaisen kokemuksen viestinä. Kiitollisuus on kuin lihas, mitä enemmän sitä käytät sitä vahvemmaksi se kasvaa.

Shubamrita päätti puheensa toivomalla, että me olisimme syy jonkun hymyyn. Älkäämme olko kitsaita tämän lahjan antamisessa. Minne tahansa menemme ja olipa sää millainen tahansa, antakaamme sisäisen aurinkomme paistaa muillekin. Antakaamme hymymme muuttaa maailmaa, älkäämme koskaan antako maailman sammuttaa hymyämme.