

ΚΕΙΜΕΝΑ ΓΙΑ ΣΚΕΨΗ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΗ

ΟΡΘΕΣ ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ

ΤΟΥ

Σουάμι Παραμάναντα

Περιεχόμενα

ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ.....	4
ΟΡΘΕΣ ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ.....	5
I. Σκέψεις.....	6
II. Λόγοι.....	9
III. Πράξεις.....	12
ΕΠΙΛΟΓΟΣ.....	15

*Μετάφραση
Γιάννη Μανέττα*



**Κύκλος Μελέτης της Βεδάντα
Αθήνα, 1993**

Τίτλος πρωτοτύπου:
RIGHT RESOLUTIONS

Εκδότης:
VEDANTA CENTRE
COHASSET, MASS. USA

Copyright © Γιάννης Μανέττας
για την παρούσα μετάφραση στην ελληνική γλώσσα
σε όλο τον κόσμο.

Προσφορά του:
Γιάννη Μανέττα
Μπέλες 28 (Κουκάκι)
117 41 Αθήνα
Τηλ: [+30] 210 923 4682
email: jmanveda@otenet.gr
website: www.vedanta.gr

ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

Αυτό το μικρό τεύχος προσφέρει μερικές σκέψεις που μπορούν να μας εμπνεύσουν να ζήσουμε πιο αρμονικά.

Είναι του Σουάμι Παραμάναντα, μια πολύ ωραία πνευματική μορφή που εργάστηκε κυρίως στη Βοστώνη από το 1909 μέχρι το θάνατό του το 1940.

Ο Σουάμι Παραμάναντα, μαθητής του Σουάμι Βιβεκάναντα (του αποστόλου του Σρι Ραμακρίσνα), είχε εκπαιδευτεί από τον Σουάμι Ραμακρισνάναντα που κι αυτός ήταν μαθητής του Σρι Ραμακρίσνα.

Ομιλητής, συγγραφέας, ποιητής και προπάντων φωτισμένος πνευματικός δάσκαλος, ο Σουάμι Παραμάναντα χαρακτηρίζεται για τη γλυκύτητα, την ποιητικότητα και την απλότητα του λόγου του, που αγγίζει και εμπνέει.

Όποιος αποστηθίσει αυτές τις σκέψεις, σίγουρα θα έχει ένα χρήσιμο εργαλείο για να αντιμετωπίζει τη ζωή.

Γιάννης Μανέππας
Αθήνα, Ιούνιος 1993

ΟΡΘΕΣ ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ

Θ' αρχίσω αυτήν την ημέρα με την απόφαση, να κάνω τον εαυτό μου με κάθε τρόπο έναν ανοιχτό αγωγό, για να εκδηλωθεί μέσα από μένα η αγάπη του Θεού.



Θ' αρχίσω αυτήν την ημέρα με την απόφαση να προσπαθήσω, με τη σκέψη μου, με το λόγο μου και με την πράξη μου, να νικήσω οποιοδήποτε εμπόδιο συναντήσω.



Θ' αρχίσω αυτήν την ημέρα με την απόφαση να μη βλάψω κανένα έμβιο πλάσμα, με τη σκέψη μου, με το λόγο μου, και με την πράξη μου.



Θ' αρχίσω αυτήν την ημέρα με την απόφαση να είναι όλες μου οι σκέψεις, όλοι μου οι λόγοι και όλες μου οι πράξεις, θετικές, εξυπηρετικές, και δημιουργοί μεγάλου καλού.



Θ' αρχίσω αυτήν την ημέρα με τη συνείδηση ότι αποτελώ ένα τμήμα Εκείνου του Ενός που είναι Πάνσοφος, Παντοδύναμος και γεμάτος αγάπη για όλους.



I.

Σκέψεις

Πρώτα απ' όλα, θα προσπαθήσω μ' όλη μου τη δύναμη να απαλλάξω τη σκέψη μου από κάθε στοιχείο που δεν εκφράζει την αγνή και αναλλοίωτη αγάπη.

Στα τρίςβαθα της καρδιάς μου ξέρω, ότι αυτό το έργο είναι εξαιρετικά δύσκολο, γιατί υπάρχουν άνθρωποι, τόποι και περιστάσεις που μπορούν να μου προκαλέσουν συναισθήματα ψυχρότητας, αλλά εγώ θα κρατηθώ σ' αυτήν την αρχή με όλη μου τη δύναμη και θα υπενθυμίζω πειστικά στον εαυτό μου ότι:

Η αγάπη είναι δυνατότερη από το μίσος,

Η αγάπη είναι δυνατότερη από την αμφιβολία.

Η αγάπη είναι δυνατότερη από το φόβο.

Η αγάπη είναι δυνατότερη από την οργή.

Η αγάπη είναι δυνατότερη από την ανυπομονησία.

Η αγάπη είναι δυνατότερη από τη μεμψιμοιρία.

Η αγάπη είναι δυνατότερη απ' όλες τις νοσηρές σκέψεις.

Η αγάπη είναι δυνατότερη απ' όλα τα βάσανα του σώματος και του νου.

Γι' αυτό, παίρνω τη σοβαρή απόφαση να κάνω προσπά-

θεις να κλείσω την πόρτα σε κάθε σκέψη, σε κάθε εικόνα και ανάμνηση που γεννάει οτιδήποτε άλλο εκτός από την αγάπη στην καρδιά μου.

Δε θα επιτρέψω στην αποθάρρυνση και στην κατάθλιψη να με κυριέψουν στον αγώνα μου να σταθεροποιηθώ σ' αυτό το θεϊκό ρυθμό.

Αν τύχει, καμιά φορά, η προσπάθειά μου να επισκιαστεί από κάποια περαστική αμφιβολία ή αποθάρρυνση, θα ξαναρχίσω με ανανεωμένη πίστη και ελπίδα και, με ψυχή γεμάτη λαχτάρα, θα παρακαλέσω την Υπέρτατη Δύναμη να με ξαναεδραιώσει στην απόφασή μου.

Ο πρώτος μου στόχος θα είναι πάντοτε να περιβάλλομαι από σκέψεις τόσης αγάπης που κάθε πτυχή της διανοητικής μου ζωής θα είναι καλά θεμελιωμένη, έτσι που να μη μπορεί να επιτεθεί καμιά ξένη επιρροή. Αυτό θα το κάνω πιστά, ειλικρινά και με ολόκαρδη και αδιάσπαστη αφοσίωση.

Θα ενώσω ολόκληρό μου το είναι γι' αυτό το σκοπό, γιατί ξέρω πως αν δεν έχω την απόλυτη συνεργασία του συνολικού μου είναι, δε θα μπορέσω να επιτύχω σ' αυτήν την ευγενική μου προσπάθεια.

Θα είμαι σιωπηλός, ήρεμος, στοχαστικός και αποτραβηγμένος, για να μπορέσουν όλες οι ικανότητές μου: να συντονιστούν, να σταθεροποιηθούν, να γίνουν ρυθμικές και αποφασιστικές.



Είθε η Υπέρτατη Δύναμη
που κάνει το καθετί δυνατό,
να με προστατεύσει από τον εαυτό μου,
έτσι ώστε να μην ξυπνάει ποτέ μέσα μου
η συναίσθηση ότι είμαι σπουδαίος
κι ότι κάνω σπουδαία έργα,
αλλά να με κάνει να είμαι, πάντα,
ένα ταπεινό, ρυθμικό, ευέλικτο
και αξιόπιστο εργαλείο μέσα στα χέρια Του.



II.

Λόγοι

Ο λόγος μου και ο χαιρετισμός μου θα είναι χαρούμενος, γιατί ξέρω πως όταν οι σκέψεις μου διαποτίζονται από την ευγενική αρχή της αγάπης, οι λόγοι μου δε θα μπορούν να είναι παρά φορείς της χαράς, της γλυκύτητας και της αλήθειας, που είναι οι ιδιότητες της αγάπης!

Αν τύχει κάποιος να μου προκαλέσει εκνευρισμό, ανυπομονησία ή οργή, εγώ θα θυμίσω στον εαυτό μου ότι αυτά είναι μη-πραγματικά και θα επαναφέρω τον εαυτό μου στην τάξη, ψιθυρίζοντας μέσα μου:

«Μείνε ήρεμος!

»Μείνε υπομονητικός!

»Μην ξεχνάς την απόφασή σου να αγαπάς!».

Αν δεν είμαι σε θέση να πω ένα καλό, έναν γεμάτο αγάπη ή θετικό λόγο, δε θα πω τίποτα.

Αν δεν είμαι σε θέση να προσφέρω έναν ενθαρρυντικό λόγο ή έναν λόγο που θα εμπνεύσει, τότε θα μείνω σιωπηλός.

Αν με αγνοήσουν ή με προσβάλλουν, θα μάθω να το θεωρώ σαν ιερό μάθημα ταπεινοφροσύνης.

Δε θα επιτρέψω στη γλώσσα μου να με προδώσει μήτε θα έχω τύψεις για τις ανυπόμονες και σκληρές μου εκφράσεις· δε θα οδηγήσω τον εαυτό μου στην κατάθλιψη.

Αν από απερισκεψία κάνω το λάθος να εκφραστώ ασυνάρτητα και ανυπόμονα, θα υπενθυμίσω στον εαυτό μου ότι μ'έναν καλύτερο εσωτερικό ρυθμό, όλες αυτές οι αδυναμίες, με τον καιρό, θα εξαφανιστούν.

Θα σχηματίσω τη συνήθεια να μιλάω χαρούμενα επί του θέματος και μόνο για ευνοϊκά πράγματα. Αν οι άλλοι μου μιλήσουν σκληρά, εγώ θα μιλάω με πραότητα ή θα παραμένω σιωπηλός.

Αν κάποιος μιλήσει με κακή πρόθεση, εγώ καρτερικά θα κρατήσω τη γλώσσα μου και θα υπενθυμίσω στον εαυτό μου ότι η αλήθεια είναι ισχυρότερη από την αναλήθεια και θα επαναλάβω:

- «Η Αλήθεια είναι αιώνια.
- «Η Αλήθεια είναι η δύναμή μου.
- »Η Αλήθεια είναι ο φύλακός μου.
- »Η Αλήθεια πάντοτε νικά.
- »Είμαι οπλισμένος με την Αλήθεια».

Θα προσπαθήσω να πραγματώσω με ήρεμο πνεύμα ότι η Αλήθεια είναι πάνω από το ψεύδος.

Ποτέ δε θα εκφράσω την παραμικρή εκτίμηση ή υποτίμηση για τον εαυτό μου. Ποτέ δε θα κατηγορήσω κανένα έμβιο πλάσμα και θα προσπαθήσω, όσο μπορώ, να μην ακούω κακές φήμες, επειδή ξέρω ότι αυτά τα πράγματα πάντοτε αφήνουν θλιβερές σκιές.

Θα συντηρήσω μια ατμόσφαιρα αλήθειας, ιερότητας και ωραίου λόγου, και πάντα θα υπενθυμίζω στον εαυτό μου ότι όσο η καρδιά μου είναι γεμάτη με θεία και ευγενικά ένστικτα αγάπης, το στόμα μου θα είναι ανίκανο να προφέρει την παραμικρή μη-ρυθμική και μη-λυρική έκφραση.

Είθε Εκείνος,
που χαρίζει τη δύναμη για κάθε καλό,
να κάνει τους λόγους μου πράους,
αληθινούς, ευεργετικούς και χαρούμενους.



III.

Πράξεις

Θα αντιμετωπίζω κάθε δραστηριότητα που θα μου ανατεθεί χωρίς να τη χαρακτηρίζω ως ανώτερη ή κατώτερη, κατάλληλη ή ακατάλληλη, αξιόλογη ή αναξιόλογη.

Θα αντιμετωπίζω κάθε έργο που βρίσκω μπροστά μου με αίσθηση εμπιστοσύνης στο Θείο και θα το εκτελώ με ολόψυχη αφιέρωση.

Αν τύχει να με επισκεφτούν η επιτυχία και η δόξα, εγώ, με ολόψυχη ειλικρίνεια και εντιμότητα, θα τις αφιερώνω σ' Εκείνον που είναι η πηγή όλης μου της δύναμης.

Θα υπενθυμίζω στον εαυτό μου, επίσης, ότι σ' Εκείνον οφείλεται η λειτουργία των μελών του σώματός μου, του νου μου και του μυαλού μου, χωρίς τα οποία τίποτα δεν επιτυγχάνεται στη ζωή.

Όταν το έργο μου θα αποτυγχάνει να φέρει τους προσδοκώμενους καρπούς ή με οδηγεί στην ήττα, θα προσπαθώ να διακρίνω σ' αυτό τη Θεία Βούληση, που όλο και προσπαθεί να μου χαρίσει την κατανόηση μέσα από τον πόνο και τη λύπη.

Όταν θα αντιμετωπίζω δυσκολίες και θα βρίσκομαι σε αμηχανία, θα προσπαθώ να είμαι ήρεμος και να διακρίνω τη σημασία των γεγονότων.

Αν υπάρξουν στιγμές στις οποίες θα μου προκληθεί η

υπομονή, θα φυλαχτώ καρτερικά και επίμονα.

Αν κάνουν δυσμενή κριτική σε βάρος μου, θα προσπαθήσω να μην νιώσω πληγωμένος και στεναχωρημένος, γιατί μήπως από την κακοτυχία δεν έχω συχνά βοηθηθεί και παρακινηθεί!

Αν συμβεί να νιώσω αγανάκτηση για την έλλειψη δικαιοσύνης και δικαίου, θα προσπαθήσω να ξεπεράσω αυτά τα συναισθήματα με την ηρεμία.

Θα προσπαθήσω να θυμίσω στον εαυτό μου ότι Εκείνος, ο Πάνσοφος Θεός Απονεμητής, είναι πάντα δίκαιος.

Κανένα τυχαίο, καμιά αναρχία και αδικία δεν μπορεί να διαπραχθεί από Εκείνον — επομένως, θα μάθω να μην παραπονειέμαι ποτέ.

Δε θα ανυπομονώ για τους καρπούς των έργων μου, αλλά θα προσπαθώ να βάζω την καρδιά μου και την ψυχή μου στη δουλειά μου· επίσης, θα θυμίζω στον εαυτό μου ότι το σωστό αποτέλεσμα δεν μπορεί να έρθει πριν την ώρα του, το ίδιο όπως και ένας καρπός δεν μπορεί να ωριμάσει πριν την εποχή του.

Θα προσπαθώ, πάντα, με όλο και μεγαλύτερη αποφασιστικότητα, να νικώ κάθε διασπαστική σκέψη και συναίσθημα, με το να βάζω μεγαλύτερο ζήλο, απόφαση και αφιέρωση στο έργο μου.

Όσο περίπλοκα και δύσκολα κι αν είναι τα προβλήματα που

θα αντιμετωπίζω, θα προσπαθώ να τα σκορπίσω με τη βοήθεια του φωτός της Θείας Διάνοιας.

Θα προσπαθώ να θυμίζω διαρκώς στον εαυτό μου ότι η ζωή μου είναι ένα χωριστό τμήμα Εκείνου του ανεξάντλητου φωτός κι ότι αν επιτύχω να εναρμονιστώ, Εκείνο θα λάμψει μέσω μου σ' όλη τη διάρκεια του μερόνυχτου.

Θα προσπαθώ να ξεπερνάω την επίδραση των λαθών μου. Θα προσπαθώ να σβήνω από τη μνήμη μου κάθε ίχνος που άφησαν οι αποτυχίες μου.

Θα προσπαθώ, με αισιοδοξία, να αφαιρώ προσεκτικά όλα τα ερείπια του παρελθόντος και θα προσπαθώ να χτίζω πάνω τους ένα πιο στερεό και ασφαλές οικοδόμημα.

Έτσι, όταν θα τελειώνει η δραστηριότητα της ημέρας και θα πέφτει το πέπλο του σούρουπου για να μου θυμίσει την ανάγκη ξεκούρασης από το μόχθο, θα νιώθω στο σώμα και στο νου μου, τον αδιάσπαστο ρυθμό της αγάπης και της πρακτικής εφαρμογής της σ' όλη τη διάρκεια της ημέρας, να αποπερατώνεται στη μεγάλη ηρεμία και την τέλεια γαλήνη.



ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Γνωρίζω στα τρίςβαθα της καρδιάς μου, ότι όσο αποφασισμένος και επίμων κι αν είμαι, δε θα μπορέσω να επιτύχω τίποτα χωρίς τη βοήθεια του Θεού.

Γι' αυτό, πάντοτε και με πνεύμα ταπεινότητας, θα επικαλούμαι εκείνη τη μεγάλη δύναμη για να με κατευθύνει και να με στηρίζει σε κάθε βήμα του δρόμου μου.

Θα προσευχηθώ επίσης, να με προστατεύει και να με διαφυλάττει από την υπερβολική χαρά, κάθε φορά που θα με επισκέπτεται η επιτυχία και η δόξα.

Θα προσευχηθώ επίσης, μ' όλη μου τη δύναμη, να αντιμετωπίζω κάθε δυσκολία, κίνδυνο και ήττα, χωρίς να χάνω την εμπιστοσύνη στον εαυτό μου, στο Ιδανικό μου και στο έργο που μου έχει ανατεθεί.



Είθε Εκείνος, ο Πάνσοφος,
που γνωρίζει τις εσώτερές μου σκέψεις
και ακούει τα ανέκφραστά μου λόγια,
να με κάνει παντοτινά άξιο.

Είθε Εκείνος, ο Παντοδύναμος,
που είναι η Ψυχή της ψυχής μου,
η Ζωή της ζωής μου,
η Δύναμη και η Ζωτικότητα

του σώματος και του νου μου
να με κάνει παντοτινά αληθινό
—σ' όλες μου τις σκέψεις,
σ' όλους μου τους λόγους
και σ' όλα μου τα έργα.



**ΤΕΛΟΣ
ΟΡΘΩΝ ΑΠΟΦΑΣΕΩΝ
ΤΟΥ
Σουάμι Παραμάναντα**

Δείτε του ιδίου
στις Εκδόσεις Κονιδάρη, Αθήνα:

ΣΚΕΨΕΙΣ ΚΑΙ ΣΤΟΧΑΣΜΟΙ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ

*Μια σκέψη, ένας στίχος, ένα μάθημα
και μια προσευχή
για κάθε μέρα του έτους*

Επισκεφτείτε τον ιστοχώρο μας
www.vedanta.gr