

Decisioni

Recentemente mi è stata rivolta questa domanda: "Quando la vita diventa una sfida continua, e dobbiamo prendere delle decisioni – che siano cruciali o poco importanti – come facciamo a capire in quale direzione andare? Dovremmo guardare nel nostro cuore oppure usare la mente per sapere cos'è giusto o sbagliato?"

Ecco la mia risposta: prima di tutto, nella nostra vita dobbiamo distinguere fra queste due possibilità: quando si presentano delle occasioni e quando invece ci succedono delle cose.

Accadono cose negative. A volte sono davvero pessime e ci chiediamo, "Perché mi sta succedendo questo?".

Quale sia la strada migliore da seguire, può deciderlo soltanto una persona calma e sicura di sé, non certo qualcuno in preda al panico. Non dobbiamo scegliere a caso: "Bene, lanciamo una moneta".

Cos'è la calma? Immaginate uno stagno dove potete vedere la vostra immagine riflessa. Se gettate un sasso nello stagno, si formeranno delle onde concentriche e non riuscirete più a vedere il vostro riflesso. Adesso ci sono le onde ma il riflesso è scomparso. Quando l'acqua dello stagno è calma, le onde scompaiono ed il riflesso ritorna. Dovete restare immobili per vedere come stanno le cose veramente.



Connettervi interiormente, essere calmi, è la cosa migliore che possiate fare per essere in una posizione neutra che vi permetterà di vedere l'intera immagine e non le onde, perché le onde non vi mostreranno la situazione così com'è.

Come pilota d'aereo, ogni sei mesi devo fare un corso d'aggiornamento, servendomi un simulatore. E, naturalmente, accadono delle cose. Quando perdi un motore, devi restare molto calmo. Non puoi cominciare a spingere bottoni o fare un'infinità di altre cose. Devi solo stare calmo e pensare, "Cosa devo fare adesso? Mi servirò della lista di controllo per riavviare il motore". Quando siamo confusi e ci lasciamo prendere dalla fretta, perdiamo di vista le cose importanti e la loro priorità. In un centro commerciale affollatissimo ho visto una madre carica di borse della spesa; il suo bambino piangeva a dirotto, "Mamma, aiutami". E la madre si sentiva frustrata, "Se appoggio le borse della spesa per terra, qualcuno potrebbe rubarle". Sì, ma se qualcuno rapisse il

vostro bambino, sarebbe molto peggio. Qual'è la vostra priorità?

In questa vita, qual'è la vostra priorità? Non importa quale sia il problema e il modo per risolverlo, l'importante è essere calmi. La calma non ha origine nella testa. Proviene da un solo posto – dentro di voi.

Questa calma può darvi il tempo di capire, "Scegliere cosa fare, secondo le priorità". Nei miei corsi d'aggiornamento, quando entriamo nell'aeroplano, gli istruttori ci bombardano con situazioni assurde – addirittura due motori fuori uso. Qual è la mia priorità? Restare vivo.

Avete visto il comportamento di alcuni automobilisti sull'autostrada?

Ad un tratto si accorgono che stanno per passare oltre l'uscita. All'improvviso – bang! Perdono la loro priorità. Potreste anche sbagliare l'uscita, ma guidate con prudenza. Uscite alla prossima, girate e tornate indietro, invece di sterzare bruscamente, attraversando tutte le corsie fino alla rampa. La calma proviene dal cuore. Questa testa non potrà mai essere calma. Vi farà impazzire – come una pallina da ping pong. "Se fai questa cosa, come conseguenza ne otterrai un'altra, ma se questo succede..." Cos'è importante?

Solo attraverso uno stato di calma si possono percepire le priorità, non attraverso il caos. La testa è molto brava a creare caos. E questo cuore è molto bravo in fatto di calma. Quindi provenite da qui, dal cuore, poi decidete.



Prem Rawat