„Az öröm halálosan komoly dolog”

Mindennapi életünk során nap mint nap használjuk a szót, „öröm”. Mégis ritkán állunk meg és gondolkodunk el azon, mi az ami igazán boldoggá tesz minket, mit is jelent számunkra az öröm?

Két nappal ezelőtt, amikor hazamentem, a kutyám nagy örömmel fogadott. Többnyire jókedvét azzal fejezi ki, hogy **ugródeszkának nézi a betont,** és hatalmasakat dobva saját testén próbálja elérni kezem, ezzel elnyerni a figyelmemet. Amikor be akartam menni a házba, a lábaim között megpróbált besurranni az előszobába, de nem engedhettem be. Résnyire nyitva hagytam az ajtót és figyeltem mit csinál. Észrevette, hogy figyelem, én pedig elmosolyodtam. Csak nézett rám, a fogai kicsit kivillantak, ahogy nekem is szokott, ha nevetek. Ebből tudtam, hogy ő is nevet. Ezután pár percig csak fülig érő szájjal mosolyogtam. Utólag tudatosult bennem, hogy mekkora öröm volt ez nekem. Ezután fülemben csengett a sokszor elhangzott mondat: **„Fifinek az udvaron a helye!”.** Az örömteli percekkel párhuzamosan a fejemben ott volt a tiltás, hogy a kutyát ki kell küldenem.

Vajon az öröm komoly vagy komolytalan dolog? Ancsel Éva szerint „**az öröm komoly dolog, halálosan komoly”** – ezt én is így gondolom. Ha nem tudunk komolyak lenni, akkor nagyon nehezen vagy egyáltalán nem tudjuk megtalálni az igazi örömhöz vezető utat. De mi az igazi öröm?

Az öröm lehet szívből jövő, vagy mű. Szívből jövő öröm, amikor **önkéntelenül mosolyra áll a szám** és nem tudom visszafojtani. Műörömöt lehet vásárolni pénzért, de ez nem ad valódi boldogságot. Ez egy ideiglenes „kezelés”, mellyel megpróbáljuk eltüntetni az aktuális rossz kedvünket. Jobban érezzük magunkat, de ez a jó érzés csak felületes, hiszen újra és újra boldogságot kell „vásárolnunk”, hogy ismét eljöjjön ez az érzés…

Az öröm iránti vágyunk nagyon erős motiváló tényező. S ezeket a motiváló tényezőket oly módon használhatjuk ki, ha olyan örömforrásokat választunk amelyek közelebb visznek céljainkhoz. Ha ezt megtettük, akkor kezdhetjük el keresni, miként érhetjük el, hogy boldogok legyünk. Fontos az öröm eléréséhez **a saját magunkkal való harmónia**. Ha saját magunkkal nem vagyunk barátságban, hogyan tudnánk örömünket lelni bármiben is? Végül odajutunk,hogy mindent magunkban kell keresnünk…

És mit jelent a komolyság? A komolyság nem azt jelenti, hogy komornak kell lenni, inkább azt, hogy az örömben ott kell lennie a komolyságnak. Mint az öröm, **a komolyság is tőlünk függ**. Az emberre ugyanakkor a neveltetése is nagy hatással van. A családi közeg meghatározza jellemünk alapvető vonásait. Mint arcunk vonásait, úgy viselkedésünk egyes sémáit is megörököljük. Ezek az öröklött tulajdonságok behatárolják azt, hogyan is tudjuk értelmezni a komolyságot és az örömöt.

Németh László azt mondja: „**Milyen öröm örömet okozni!** S az emberek mégis milyen ritkán szánják rá magukat.” Na megyek, várnak rám, ott mosolyog valaki fülig érő szájjal.

Kocsis Nelli