

Amikor ő ott kopogtat az ajtódon, és te valamiért mégis nehezen engeded be. Felbukkan egy pillanatra, de nem hiszed el. Ez lenne az egyszerűbb út? Legyinteni rá. Figyelmen kívül hagyni. Miért is éljem bele magam, hogy megtörténhet? De vajon tudod-e, ezekkel a gondolatokkal mit vonsz meg magadtól?

Talán túl sok negatív dolog vesz minket körül, ami miatt már ritkábban vesszük észre az életünkben azt a sok *jót* és *jóságot*, amivel nap mint nap találkozhatunk. Feltételezünk. Ítélezünk. Mindezt elég gyorsan. Ha már vagyunk olyan szerencsések, hogy mi dönthetjük el, milyen szemüveget veszünk fel reggelente, mi lenne, ha minden nap úgy döntenénk, hogy a jót feltételezzük, hisszük?

Ismerős az a helyzet, amikor belekerülsz egy végtelennek tűnő negatív spirálba, és hiába történnek jobb dolgok is körülötted, te csak a rosszat veszed észre? Nem könnyű, ha saját magad akadálya vagy. Talán a legnagyobb kihívás – felülkerekedni önmagunkon és a cselekedeteink által közvetítve hirdetni a jót, hirdetni a létezés örömét.

*Hönich Heléna, Budapest*