

# Kendini Hafife Alma

Mutlu ve huzurlu bir yaşam sürdürmek istiyorsak ilk olarak, kendimizi nasıl ki güçlü yönlerimizle kabul ediyorsak mevcut eksikliklerimizle de kabul etmemiz gerektiğinin farkına varmalıyız... Kendimizi iyi, kötü, zayıf ve hata yapabilen bir insan olarak görmeli, varsa fiziksel bir engelimiz onu da kabul etmeyi seçmeliyiz... İnsan güçleriyle, zayıflıklarıyla, yetenekleriyle, eksiklikleriyle kısaca tüm özellikleriyle bir bütündür. Önemli olan kendimizi kabullenme düzeyimiz ve bu düzeyi artırma gücümüzdür...

Bir ülkede boynuna astığı uzun sopanın uçlarına taktığı iki kovayla dereden doldurduğu suyu çiftliğe taşıyan bir adam varmış. Adamın kovalarından bir tanesi "çatlakmış." Sağlam olan kova her seferinde dereden çiftliğe kadar uzanan yolu dolu olarak tamamlarken çatlak kovanın içindeki su gelene kadar döküldüğünden sucu suyun ancak yarısını eve ulaştırabiliyormuş. Bu durum aylarca böyle devam etmiş.

Bu arada sağlam kovanın bu durum çok hoşuna gidiyor, kendi kendine gururlanıyormuş, çatlak kova ise suyun yarısının yola dökülmesine sebep olduğu için suçluluk duygusuna kapılıyor işe yaramadığını düşünüyormuş...

Bir gün çatlak kova dayanamamış dile gelmiş ve sucuya seslenmiş "Kendimden utanıyorum ve senden özür dilemek istiyorum..." "Neden" diye sormuş sucu şaşkınlıkla "utanacak ne var ki?" Çünkü demiş çatlak kova; "Kaç yıldır çatlağımdan su sızdığı için ancak yarısını çiftliğe getirebiliyorsun. Benim bu kusurumdan dolayı sende zor durumda kalıyor bu yüzden de emeğinin tam karşılığını alamıyorsun..."