

8 Ιουνίου 2022

## **” Την ευτυχία δεν την αναλύεις αλλά την ζεις... “**

Ορθοδοξία και Ορθοπραξία / Θεολογία και Ζωή



Με ρωτάς πως θα γίνεις ευτυχισμένη, και διακρίνω ένα φόβο, ένα άγχος μια αγωνία στα λόγια, στα μάτια στο σώμα σου.



Η ευτυχία όμως δεν είναι στόχος, σκοπός, δεν είναι νους, αναλύσεις και νοητικές εξηγήσεις.

Είναι ζωή.

Εγώ μπορώ να σου λέω χίλιες φορές «σ αγαπώ» και να κάνω τα αντίθετα από αυτά που σημαίνουν αγάπη αληθινή, πραγματική και όχι χειριστική.

Εγώ μπορώ να λέω ότι «πιστεύω» στον Θεό κι όμως να ζω δίχως Θεό.

Δεν αρκεί να πούμε κάτι ή να σκεφτούμε, αλλά να ζήσουμε, να αφεθούμε να αισθανθούμε.

Την χαρά δεν την αναλύεις αλλά την ζεις.

Η ευτυχία είναι αποτέλεσμα ενός τρόπου ζωής και όχι σκέψης.

Δεν δηλώνεις ευτυχισμένος αλλά φαίνεσαι.

Μάλιστα θα πρέπει να φοβάσαι εκείνους που διαφημίζουν την ευτυχία τους.

Κάθε τι που γίνεται στόχος, εμμονή και άγχος χάνει την ουσία και ομορφιά του.

Εάν μέσα σε μια αίθουσα δέκα ή είκοσι ατόμων, πούμε ότι πρέπει σε ένα λεπτό να ηρεμήσουμε, σας διαβεβαιώ ότι δεν θα ηρεμήσει κανείς. Θα σκεφτόμαστε ότι πρέπει να το κάνουμε, θα σκανάρουμε τον εαυτό μας εάν τα καταφέραμε, και επιπλέον θα κοιτάμε τα ρολόγια μας εάν τελείωσε το λεπτό που είχαμε. Εάν πεις πρέπει να κοιμηθώ μέσα σε πέντε λεπτά δεν θα γίνει. Εάν ξεχάσεις ότι ξάπλωσες για να κοιμηθείς θα ξυπνήσεις το πρωί μετά από ένα βαθύ ύπνο.

Οπότε εάν θες να βρεις την ευτυχία, ξεκίνα από την επίγνωση ότι δεν χρειάζεται να την ψάξεις αλλά να την φτιάξεις. Δεν χρειάζεται να την σκέφτεσαι αλλά να την ζεις.

Άρχισε λοιπόν μικρά, ήμερα, αργά βήματα προς αυτήν. Άλλαξε ότι μπορείς σήμερα να αλλάξεις, αντέχεις και γίνεται. Αλλά να το κάνεις. Μην αναβάλλεις γι' αύριο αυτό που γίνεται σήμερα. Αποδέξου αυτά που δεν μπορείς ακόμη, και οραματίσου ότι αύριο, μεθαύριο με την Χάρη του Θεού θα γίνουν κι αυτά που δεν κατάφερες ακόμη.

Ζήσε κοντά στις πραγματικές σου ανάγκες, μάθε να ακούς την ψυχή, το κορμί σου. Να ακούς εσένα, όχι τις φωνές των άλλων μέσα σου. Μάθε αναγνωρίζεις την δική σου φωνή, τις δικές σου ανάγκες. Προσευχήσου, συνδέσου, γυμνάσου, έλα σε επαφή με το σώμα σου, ανοίξου στην κτίση του Θεού, συγχώρα μέσα σου τα πάντα και τους πάντες. Μάθε τα μαθήματα σου, αυτά που ο Θεός παραχωρεί γιατί τα έχει ανάγκη η ύπαρξη σου, πρέπει να τα μάθεις ώστε να εξελιχθείς πνευματικά, κατά Χριστό.

Πες φράσεις που απελευθερώνουν τραύματα και μπλοκαρίσματα, όπως, μπορώ, αξίζω, θέλω, επιτρέπω, πιστεύω. «Χριστέ μου παρόλο που φοβάμαι κι έχω ενοχές σου επιτρέπω και πιστεύω ότι μπορείς να με θεραπεύσεις. Παρόλο που φοβάμαι τις αλλαγές που πρέπει να κάνω, αξίζω, μπορώ και θέλω να είμαι ευτυχισμένη /ος .....».

Και πρόσεξε κάτι πολύ σημαντικό, κανείς δεν έγινε ευτυχισμένος αφού πρώτα έλυσε όλα τα προβλήματα του. Ξεκινάμε το ταξίδι προς την χαρά όχι επειδή είναι όλα τέλεια, αλλά για να γίνουν όμορφα και υπέροχα....

**Πηγή:** [plibyos.blogspot.com](http://plibyos.blogspot.com)