

Να λες “ευχαριστώ” για αυτά που έχεις. Γιατί τελικά στη ζωή τίποτα δεν είναι δεδομένο

truelife.gr/na-les-efcharisto-gia-afta-pou-echeis-giati-telika-sti-zoi-tipota-den-einai-dedomeno/

November 30, 2020



Ευχαριστώ: Μια λέξη ευγνωμοσύνης που πρέπει να λέμε κάθε μέρα γιατί η ζωή δεν έχει δεδομένα

Να μετράς τις ευλογίες σου. Καθημερινά. Να είσαι ευγνώμων για τα μικρά γιατί, δια μέσω τους, φτάνεις στα μεγάλα.

‘Μεγάλα’ δεν σημαίνει απαραίτητα και ακριβά. Μπορεί να ακούγεται κλισέ αλλά, ναι, τα καλύτερα πράγματα στη ζωή είναι δωρεάν. Η ευτυχία βιώνεται, δεν αγοράζεται, έτσι φρόντισε να ζεις στη στιγμή, να εισπνέεις κάθε μόριο από τον αιθέρα της, είτε κάθεσαι, είτε στέκεσαι, είτε περπατάς, είτε τρέχεις. Η ζωή σου δίνεται μόνο όταν της δωθείς εσύ πρώτος, απόλυτα και ολοκληρωτικά.

Γιατί πρέπει να λέμε “ευχαριστώ” κάθε μέρα

Οι περιορισμοί στη ζωή, ανεξαρτήτως αν είναι ενδογενείς ή εξωγενείς, βλάπτουν την όλη εμπειρία του να ζεις. Γιατί το να ζεις είναι εμπειρία, μοναδική μάλιστα, και όχι διαδικασία ρομποτική, όπως οι πλείστοι το βιώνουν. Μην αφήσεις κανέναν να σου πει το αντίθετο. Από την ώρα που ξυπνάμε μέχρι την ώρα που πάμε να κοιμηθούμε, έχουμε στη διάθεση μας μια χούφτα ώρες, οι οποίες κρύβουν μέσα τους άπειρους εμπειρικούς συνδυασμούς.

Κοίτα να αξιοποιήσεις σοφά αυτές σου τις ώρες. Αν τις αφήσεις να περάσουν στο έτσι, κούφιος και νεκρός, θα έχεις θυσιάσει όλες εκείνες τις ευκαιρίες που θα σου επέτρεπαν να ζήσεις τη ζωή σαν την εμπειρία που είναι, την εμπειρία που της αξίζει.

Τι αποτρέπει όμως τους παραπάνω από το να ζουν μια ζωή γεμάτη, μια ζωή ολοκληρωμένη, ζωή γεμάτη εμπειρίες; Οι αρνητικές σκέψεις, να τι. Η λανθασμένη πεποίθηση του ότι δεν μπορούν να πετύχουν τους στόχους τους, ξεχνώντας την ίδια στιγμή πως, μόνο και μόνο που ζουν και αναπνέουν, κι αυτό επίτευξη στόχου είναι, από τις μεγαλύτερες μάλιστα.

Η ζωή δεν σηκώνει αρνητισμό, θέλει θετικότητα. Κι αυτό, γιατί η τελευταία είναι το καύσιμο για να πάει κάποιος παρακάτω, να σπάσει την παράλυση που επιφέρει ο αρνητισμός και να αρχίζει να ζει, να μιλά, να γελά, να αστειεύεται, να αγκαλιάζει, να κάνει έρωτα, και γενικά όλα εκείνα που πρέπει να κάνει για να τιμά τον τίτλο του ως άνθρωπος πάνω σε αυτή τη γη. Γιατί, αν δεν τα κάνει όλα αυτά, τότε ποιος ο λόγος της ύπαρξης του; Γιατί να ζει;

Πίσω στις ευλογίες. Να τις μετράς. Καθημερινά, και με ευλάβεια. Μόνο έτσι θα συνειδητοποιήσεις πως ήδη έχεις στην κατοχή σου ότι ακριβώς χρειάζεσαι για να πας παρακάτω, να ταξιδέψεις στους συναρπαστικούς αιθέρες της ζωής, πάντα ψηλά, πάντα μπροστά.

Έτσι είναι η ζωή. Και την βιώνουμε καθημερινά, στιγμή προς στιγμή.

Πηγή: enimerotiko.gr