

8 Σεπτεμβρίου 2013

«Αγαπώ Τον Εαυτό Μου Αληθινά»

/ Γενικά / Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

image not found or type unknown



Όταν άρχισα να αγαπώ τον εαυτό μου πραγματικά, μπόρεσα να καταλάβω ότι ο συναισθηματικός πόνος και η θλίψη, απλώς με προειδοποιούσαν να μη ζω κόντρα στην αλήθεια μου. Σήμερα ξέρω ότι αυτό το λέμε ΑΥΘΕΝΤΙΚΟΤΗΤΑ.

Όταν άρχισα να αγαπώ τον εαυτό μου πραγματικά, κατάλαβα σε πόσο δύσκολη θέση ερχόταν κάποιος με το να του επιβάλλω τις επιθυμίες μου, παρότι ήξερα ότι ούτε ήταν κατάλληλη η στιγμή ούτε ο άνθρωπος ήταν έτοιμος, ακόμα κι αν αυτός ο άνθρωπος ήμουν εγώ. Σήμερα ξέρω ότι αυτό το λέμε ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ.

Όταν άρχισα να αγαπώ τον εαυτό μου πραγματικά, έπαψα να λαχταρώ μια άλλη ζωή και μπόρεσα να δω ότι τα πάντα γύρω μου με προκαλούσαν να μεγαλώσω. Σήμερα ξέρω ότι αυτό το λέμε ΩΡΙΜΟΤΗΤΑ.

Όταν άρχισα να αγαπώ τον εαυτό μου πραγματικά, κατάλαβα ότι βρίσκομαι πάντα και σε όλες τις περιστάσεις, την κατάλληλη στιγμή και στο σωστό μέρος και ότι όλα όσα γίνονται είναι σωστά. Από τότε κατάφερα να γαληνέψω. Σήμερα ξέρω ότι αυτό το λέμε ΑΠΟΔΟΧΗ.

Όταν άρχισα να αγαπώ τον εαυτό μου πραγματικά, έπαψα να στερούμαι τον ελεύθερο χρόνο μου και σταμάτησα να κάνω μεγαλόπνοα σχέδια για το μέλλον. Σήμερα κάνω μόνο ό,τι με ευχαριστεί και με γεμίζει χαρά, ό,τι αγαπώ και κάνει την καρδιά μου να γελά, με τον δικό μου τρόπο και στους δικούς μου ρυθμούς. Σήμερα ξέρω ότι αυτό το λέμε ΕΙΛΙΚΡΙΝΕΙΑ.

Όταν άρχισα να αγαπώ τον εαυτό μου πραγματικά, απελευθερώθηκα από ό,τι δεν ήταν υγιές για μένα. Από φαγητά, άτομα, πράγματα, καταστάσεις και από ό,τι με τραβούσε συνεχώς μακριά από τον ίδιο μου τον εαυτό. Στην αρχή το ονόμαζα «υγιή εγωισμό». Αλλά σήμερα ξέρω ότι είναι ΑΥΤΑΓΑΠΗ.

Όταν άρχισα να αγαπώ τον εαυτό μου πραγματικά, έπαψα να θέλω να έχω πάντα δίκιο. Έτσι έσφαλλα πολύ λιγότερο. Σήμερα κατάλαβα ότι αυτό το λέμε ΑΠΛΟΤΗΤΑ.

Όταν άρχισα να αγαπώ τον εαυτό μου πραγματικά, αρνήθηκα να συνεχίσω να ζω στο παρελθόν και να ανησυχώ για το μέλλον μου. Τώρα ζω περισσότερο τη στιγμή όπου ΟΛΑ συμβαίνουν. Έτσι σήμερα, ζω την κάθε μέρα και αυτό το λέω ΠΛΗΡΟΤΗΤΑ.

Όταν άρχισα να αγαπώ τον εαυτό μου πραγματικά, συνειδητοποίησα ότι η σκέψη μου μπορεί να με κάνει μίζερο και άρρωστο. Όταν όμως επικαλέστηκα τις δυνάμεις της καρδιάς μου, η λογική απέκτησε έναν πολύτιμο σύντροφο. Αυτή τη σχέση την ονομάζω σήμερα ΣΟΦΙΑ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΣ.

Δεν υπάρχει λόγος να φοβόμαστε τις αντιπαραθέσεις, τις συγκρούσεις και τα προβλήματα με τον εαυτό μας και τους άλλους γιατί καμιά φορά, ακόμα και τα άστρα εκρήγνυνται και δημιουργούνται νέοι Γαλαξίες. Σήμερα ξέρω ότι ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ Η ΖΩΗ!

Τσάρλι Τσάπλιν.... Γεννήθηκε στις 16 Απριλίου 1889 στο Walworth μια γειτονιά του Λονδίνου και πέθανε στις 25 Δεκεμβρίου 1977 στην Ελβετία.

Πηγή:

http://www.dkaravasilis.gr/2013/09/%CE%B1%CE%B3%CE%B1%CF%80%CF%8E-%CF%84%CE%BF%CE%BD-%CE%B5%CE%B1%CF%85%CF%84%CF%8C-%CE%BC%CE%BF%CF%85-%CE%B1%CE%BB%CE%B7%CE%B8%CE%B9%CE%BD%CE%AC/?utm_source=feedburner&