



Viaggio nella Mente

Pubblicato on-line 03/06/2008



La Bottega della Felicità

di Antonio Sammartino

Sei triste, debole e insicura, pensi di non riuscire ad essere felice. Invia un elenco dei tuoi desideri e dei tuoi problemi e riceverai la porzione magica che cancella la tua infelicità, la tua sofferenza. Alla Bottega della Felicità tutto è gratis anche la spedizione. Per ogni acquisto riceverai regali, regali, regali e tanti buoni propositi per l'inizio dell'anno.

A volte, per essere felici, è sufficiente chiudere gli occhi e donarsi un sorriso, aprirsi alle ragioni dell'altro, senza rinchiudersi nelle proprie convinzioni. L'esistenza non è una lotta contro qualcuno. E' stupido condannare e ridurre la vita ad un perenne sacrificio. Occorre cercare la gioia in chi vuole essere vicino e non lasciarsi condannare dalla paura, non cadere vittima della rassegnazione, per cercare nell'accettazione il principio della consapevolezza.

Se scegli il giorno giusto, nella Bottega della Felicità, poi incontrare il Venditore dei Sogni. Lui non ti chiede perché sei infelice, non vuole conoscere i tuoi complessi, le tue difficoltà, non ti promette ciò che è impossibile, non vuole esaltare le tue ambizioni. Lui sa che nessuno può donarti la felicità, per questo, con cinismo vende sogni. La felicità è una conquista personale. Il timore, la paura, lo smarrimento sono stati d'animo che spesso accompagnano la nostra esistenza, occorre imparare a convivere con loro, con serenità e meditazione.

Conoscere i motivi di una fuga non aiuta a superare il dolore dell'abbandono, non aiuta a comprendere gli errori, non serve a sperare in un ritorno. E' un episodio della vita che si è chiuso, non serve lasciarsi dominare da tristi pensieri o da una percezione di inganno, ma occorre iniziare a correre verso un nuovo futuro, senza rancori e senza rimpianti. Una relazione termina perché si scopre che l'attore, non recita la parte che l'altro desiderava, la sceneggiatura non è quella adatta a rappresentare il copione di una vita.

La consapevolezza può maturare in un istante, a volte richiede del tempo. Nei periodi in cui la gioia e la felicità abbandonano la nostra dimora, siamo più inclini a guardare a ciò che condanna l'esistenza, piuttosto che alimentare le nostre potenzialità, sviluppare le nostre risorse, assecondare ciò che di buono è presente in noi, per realizzarlo in armonia con il nostro vivere quotidiano. Ciò può essere facilmente ottenuto semplificando i nostri atteggiamenti, guardando al presente piuttosto che sognare un futuro che non esiste.

Ci sono persone che scelgono di vivere di rimpianti e di rimorsi, di puntare tutto sulla famiglia e sul denaro, mentre sarebbe più opportuno vivere di amicizia, ottimismo, relazione, amore, creatività e senso dell'umorismo, perché la vita si pone verso di noi come noi ci poniamo verso di lei.