[**π. Λίβυος**](https://www.facebook.com/p.libyos?__cft__%5b0%5d=AZXNZgAdUbrwVaWNO6ywE9ZxQoJaqaSHi7ZvUxCltBHWRB_gOb7vbq5LoQ7yY3HoubyVU9Ar9reLxtZWfr9p83aaKFIfX1Pjon2y_2O6WIdtVYJYzx8Qc8PLLUAqQunedTa6G44NPQxJ1qSsxnz02842fOjzrFw7hHufJeQeqNYn2AyFWOrsdNcHquXqq4c8gr-oNg3XP1uafhdNQ4wOX7jn&__tn__=-UC%2CP-R)

Το μυαλό δεν έχει απαντήσεις και η καρδιά δεν έχει ερωτήσεις…

-KOHEN ALAN-

Πρέπει να μάθουμε να ακούμε την καρδιά μας.

Να φύγουμε από την δυναστεία του μυαλού, να αντιληφθούμε ότι ο Θεός δεν έφτιαξε ένα νου αλλά έναν άνθρωπο που δεν είναι μόνο σκέψη αλλά είναι κι αίσθηση, βίωμα και εμπειρία. Δεν σκεφτόμαστε μόνο αλλά νιώθουμε κι όλας. Η όχι;

Διότι πολλοί νεκρώνουν το συναίσθημα τους. Για να μην πονέσουν επιλέγουν να μην νιώθουν. Ναι, αλλά κάνουμε ένα φρικτό λάθος. Όταν αρνείσαι ένα συναίσθημα και το παγώνεις από φόβο να το βιώσεις, τότε τα παγώνεις όλα. Δεν μπορείς να απομονώνεις ένα συναίσθημα. Στο τέλος τα έχεις καταστρέψει όλα, δηλαδή έχεις γίνει ένας κενός και άδειος άνθρωπος που δεν νιώθει και δεν αισθάνεται τίποτα, πέρα από το να σκέφτεται όλη μέρα.

Λιώσε λοιπόν το πάγο της καρδιάς σου.

Μαλάκωσε το υλικό με το οποίο έχεις απομονώσει τα συναισθήματα σου.

Αφήσου να νιώσεις, να πονέσεις, να κλάψεις, να πενθήσεις και να αναστηθείς.

Μην φοβάσαι να ζήσεις επειδή, ίσως μπορεί να πονέσεις.

Άρχισε να προσεύχεσαι, να μιλάς στον Χριστό, να φέρεις φως μέσα σου.

Να μην απαντάς με το νου που φοβάται, αλλά με την καρδιά που ελπίζει και ονειρεύεται. Έχει την δύναμη της αγάπης και της πίστης.

Άρχισε να την εμπιστεύεσαι. Να την ακούς.

Να της δίνεις λόγο και ρόλο στην ζωή σου.

Κι ας κάνεις και λάθη, είναι μέρος της διαδικασίας.

Δεν θα ζήσεις την ζωή ρωτώντας το μυαλό αλλά ακούγοντας την καρδιά.

.................................................................................................

Λίγες σκέψεις για το πως εισερχόμαστε στην καρδιά μας. <https://www.youtube.com/watch?v=ezsC_7equl8>

