

Articolo per il Blog www.massimocreati.it

Titolo: M'impegno a stare bene

di Massimo Creati

Quando mi chiedono *“Come stai?”*, io rispondo:
“M'impegno a stare bene.”

Non è una frase fatta, non è una risposta da copione. È un impegno, un atto di responsabilità verso me stesso e verso gli altri. È un sì alla vita, anche quando la salita sembra ripida e le gambe tremano.

Questa risposta è maturata nel tempo. È frutto di anni di riflessioni, errori, tentativi. Di meditazioni lunghe e silenzi profondi. Perché sì, ci ho pensato a lungo:

Cosa posso rispondere per incoraggiare al bene, per portare un po' di pace, per ispirare qualcuno a curarsi davvero?

La verità è che ognuno di noi può fare del bene a se stesso e agli altri. Ognuno deve amare per stare bene.

Affinchè questo si possa realizzare, per prima cosa dobbiamo prenderci cura di noi stessi in modo olistico: “mente, cuore, corpo, perchè prendendoci cura di noi stessi possiamo essere solidali con gli altri.

Siamo parte di un sistema vivo, pulsante: la comunità. E la comunità ha bisogno di testimoni credibili, non di profeti isolati. Testimoni che si impegnano, ogni giorno, a stare bene ed essere in pace con se stessi.

Affinchè tutto questo si possa realizzare dobbiamo lasciarci avvolgere dall'amore divino che ci viene offerto in ogni circostanza della vita e ringraziare Dio, amando gli altri senza riserve.

Tagore diceva: “L'amore si nutre dell'amore”.

Quindi sì, se ti va, la prossima volta che qualcuno ti chiede: “Come stai?”

Prenditi un respiro, guarda negli occhi, sorridi e rispondi con il cuore:

“M’impegno a stare bene.”

Perché questa risposta non è solo per te. È un invito per chi ascolta.

È un piccolo seme che può crescere in chiunque abbia il coraggio di coltivarlo.

Con te,

Massimo

**#massimocreati #consapevolezza #sapereperdecidere #unideacondivisa libertà attraverso il sapere
#economidellasalvezza #Gesù**