

Rev. Sun Myung Moon

Essere Grati

18 giugno 1978 - Londra

Nessuno ha deciso di nascere. Voi vi siete semplicemente trovati ad esistere, ed anche se i vostri genitori vi hanno dato la vita non potevano certamente stabilire che tipo di personalità avreste avuto.

Ora col progresso della scienza, i genitori possono sapere il sesso del loro bambino prima che nasca, ma questo un tempo non era possibile. Vi è mai capitato di pensare come avreste potuto essere se aveste potuto progettare la vostra nascita?

Ora state crescendo ed avete una certa concezione della vita, ma se avreste potuto decidere la vostra immagine prima di nascere sareste stati senza dubbio dei bambini speciali.

Pensate però che se i vostri desideri si fossero realizzati, sareste stati soddisfatti per molto tempo? Anche se ciò fosse accaduto non sarebbe bastato a farvi contenti perché ci sarebbero state ancora moltissime cose che non vi avrebbero soddisfatto.

Il concepimento inizia con due cellule che continuano a dividersi e col tempo, diventando adulti, il numero delle cellule sale ad una cifra veramente astronomica. L'intero essere poco alla volta prende forma.

Immaginate che gli occhi, non trovino il loro giusto posto e finiscano invece dove c'è l'ombelico, o che un palmo risulti girato verso l'alto mentre l'altro sia normale, che il naso sia storto a causa di un errato allineamento di cellule o che i denti crescano sulla punta delle dita.

Pensate come le varie parti del vostro corpo avrebbero potuto facilmente avere una posizione sbagliata. Invece non è così perché ognuna ha preso il suo giusto posto. Anche se non vi sentite belli potete essere contenti di essere normali.

Molte madri confessano che il dolore che devono sopportare durante il parto è così grande che preferirebbero che il bambino fosse piccolo come un pugno per alleviare la fatica della nascita. Ma una volta che il bambino è nato l'attenzione della madre si rivolge immediatamente verso di lui e lo esamina attentamente per assicurarsi che sia del tutto normale. Esamina gli occhi, le orecchie, il naso, le mani e i piedi e gli apre la bocca per accertarsi che ci sia la lingua. Tutto ciò può sembrare ridicolo, ma non per la mamma.

Riuscite a capire ciò o pensate che quella preoccupazione sia eccessiva?

Dovete sapere che qualcuno fu felice di trovare i vostri occhi dove sono e ogni parte del vostro corpo così com'è. Soltanto dopo che il bimbo ha preso per la prima volta il latte la madre si sente tranquilla e sicura di avere un figlio perfettamente normale.

Fu proprio vostra madre la prima ad essere felice di come voi eravate.

E vostro padre? Egli fu felice nel vedere vostra madre contenta e soddisfatta. Quando allatta il suo bambino, una madre pensa forse che sarebbe meglio se una parte del viso del suo bimbo fosse differente? Anche se il neonato dovesse essere palesemente sproporzionato non penserebbe mai in quel modo perché la cosa più importante è che sia sano.

C'è forse qualche padre che prendendo in braccio la sua bambina pensa che avrà bisogno di una plastica chirurgica quando sarà grande, perché non è abbastanza carina? No, al contrario, pur non pensando che sia bella, il padre continuerà a credere che sua figlia assumerà delle giuste proporzioni non appena sarà cresciuta.

I vostri genitori furono i primi ad interessarsi del vostro aspetto, e quando vostra madre fu soddisfatta perché tutto era a posto, pregò e si occupò di ogni vostra esigenza.

Ora che siete completamente cresciuti che diritto avete di lamentarmi delle vostre sembianze? È ingiusto lamentarsi di questo.

Se voi mantenete bella la vostra mente crescendo allora il vostro aspetto fisico continuerà a migliorare e anche se gli anni passeranno, diventerete sempre belli. Coloro che riescono a sentirsi grati anche nelle più difficili circostanze si troveranno nella posizione più alta.

Non esistono due petali simili tra di loro, e se voi esaminate attentamente le pietruzze e i ciottoli di una montagna noterete che sono tutti differenti. Questa è una delle caratteristiche che rendono la natura affascinante e anche voi siete nati secondo questo principio. Prima di tutto, dovremmo sentirci grati perché siamo nati normali; perché i nostri occhi non hanno alcun difetto e si trovano nel loro giusto posto come nelle altre persone e non preoccuparsi di avere un aspetto attraente.

Se non siamo grati di essere nati allora dobbiamo continuare dimostrando gratitudine nei confronti dei nostri genitori. Come potete essere grati ai vostri genitori se non siete contenti dell'aspetto che avete?

Potreste chiedervi a chi assomigliano i vostri occhi. C'è solo una persona a cui potete assomigliare Dio. Nessun altro. Il vostro naso, le orecchie, le labbra ogni cosa deriva da Dio. Ci sono persone alte, basse, grandi o magre, ma nel mondo di Dio ognuno ha una sua funzione.

Abbiate fiducia perché venite da Dio

Anche se vi sembra di non avere nessun talento particolare non invidiate mai la persona che considerate più dotata di voi. Nascere senza una particolare capacità può essere a

sua volta considerato un dono, infatti molte persone hanno difficoltà proprio a causa dei loro così detti talenti. Nella vostra vita dovrete far tesoro di ogni cosa.

Non si tratta semplicemente di imitare, ma di trovare un proprio modo di essere che sia diverso e migliore dell'atteggiamento e del modo di vita che una persona con molti talenti può avere.

Molte donne non vogliono cantare perché pensano di non essere molto belle, ma ciò non è giusto. Non importa ciò che pensate di voi stessi. Voi siete comunque persone meravigliose e dovrete essere sempre desiderosi di cantare. Dovete avere sempre questa attitudine.

La persona che canta ed è ottimista, è simpatica a tutti, anche a Dio, ed Egli è più stimolato ad aiutare questo tipo di persone piuttosto che coloro che sono sempre solenni e depressi. Nessuno e neanche Dio ama sentire continuamente critiche e lamentele.

Una ragazza carina può avere un sorriso ammirato da tutti, ma anche se voi avete un aspetto comune il vostro sorriso può essere un'attrazione particolare che vi è propria. La ragazza carina non potrà mai sorridere nello stesso modo in cui voi sorridete perché soltanto voi potete ridere in un modo così particolare.

Siate sereni dentro di voi

Se voi stessi non vi piacete, pensate di poter essere graditi a qualcun altro? Chi odia sé stesso sarà odiato anche dagli altri. In nessun modo la gente potrà amarlo. È anche naturale che se io mi amo tanto, io amo di conseguenza mio padre e mia madre. Poiché io amo me stesso, allo stesso modo qualcun altro può amarci e io posso amare altre persone. Se voi realmente introducete un elemento di luce nella vostra vita di 70 o 80 anni sulla terra allora vivere diverrà davvero abbastanza semplice.

Quando vi sentite bene e andate verso Dio, anche Lui si sentirà bene. Quando vi sentite bene e portate questo vostro star bene ad altre persone, allora anche loro staranno ugualmente bene. Questa è la vera vita religiosa.

Dobbiamo essere grati per ciò che ci viene donato. Quando vi svegliate alla mattina e vedete splendere il sole dovete essere sicuri che il sole splende per voi e non solo per qualcun altro. Potete perciò pensare che se voi non c'eravate, il sole non avrebbe avuto più ragione di esistere.

Gli uccelli cantano e persino gli insetti ronzano per far piacere a voi più di chiunque altro. Dovete sentire: "Le stelle luccicano e la luna splende proprio per me". Ogni persona dovrebbe avere come abitudine di essere grata per le molte cose che invece pensa gli siano dovute.

"Questo esiste unicamente per me e se io non l'apprezzo tutto va sprecato e ciò non è giusto".

Ovunque andate, sentite gratitudine per queste cose che esistono per voi. Anche se vi costa uno sforzo arrivare a capirlo, dovete imparare questo insegnamento di essere grati per ogni situazione.

La maggior parte delle chiese hanno comodi banchi e meravigliosi organi, ma qui noi ci siamo abituati a sedere per terra. Dopo essere rimasti seduti per tre, quattro, cinque ore, le vostre gambe vi fanno male e i vostri piedi sono intorpiditi. Se voi pensate che questa è una situazione positiva allora state cominciando a comprendere la gratitudine.

Molta brava gente è stata mandata in prigione senza aver fatto nulla di male. Se voi vi trovate in prigione, anche se non avete commesso nessuna azione sbagliata, quella può essere per voi una nuova e utile esperienza.

Questo dovrebbe servire anche come fonte di gratitudine.

Se state andando da qualche parte e qualcuno vi ferma per chiedervi un'indicazione, non pensate che è una cosa noiosa. Fermatevi un momento e spiegategli come può arrivare a destinazione. Durante quel momento voi esistete per quello scopo soltanto; è con questo sentimento che dovete rispondere.

Una cosa è sicura; facendo così non sarete mai perdenti anzi con questo genere di situazione e attitudine guadagnerete molto. Non perderete mai perché questa è la natura dell'universo.

Un'attitudine di lamentela può far scappare qualcuno che sta cercando di aiutarci molto. È possibilissimo che egli vi sia di grande aiuto, ma a causa delle lamentele rischiate di mandarlo via.

Quando sentite qualcosa dovete ascoltare con un'attitudine positiva pensando che è qualcosa che vi gioverà. Anche se sentite qualcuno lamentarsi, pensate che si sta liberando dei suoi problemi: non lasciatevi mai scuotere da questa situazione.

Vivete una vita di gratitudine

Quando i vostri occhi vedono qualcosa, guardate sempre a quel qualcosa in maniera positiva. Se vedete qualcuno che non fa nulla di giusto allora pensate: "Sta cercando di liberarsi dei suoi problemi in questo modo". Cambiate tutto in qualche cosa di positivo e allora potrete guardare tutto con occhi generosi. Sentite che una persona farà o non farà una certa cosa a seconda che voi lo guardiate con generosità o no.

Quando parlate, parlate come se steste cantando. Quando avete da compiere qualche lavoro pesante, accettate il fatto che una volta ogni tanto dovete fare anche qualcosa di difficile.

Se vi sentirete contenti, allora diventerete molto generosi. Dal mattino presto alla sera guardate tutti in modo positivo e non offendete mai nessuno. Allora alla sera non vi sentirete stanchi ma sarete ancora più ispirati a parlare con gli altri.

Se fate l'esperienza di vivere con questa attitudine una giornata allora avrete un grande successo nella vostra testimonianza. Anche se quel giorno non avrete nessuna risposta dalle persone, il vostro sentimento avrà messo radici nel cuore di tutti e crescerà.

Quando ero in prigione, in genere pregavo sette ore al giorno. Un giorno qualcuno disse qualcosa che mi turbò così tanto che non seppi far altro che gridare una parola di rabbia. Con mio stupore mi ci vollero due settimane intere per riprendermi da quell'episodio. Alle volte è così difficile.

Essere frustrati o arrabbiati incide molto sulla vita religiosa, danneggia la serenità della vita interiore. Voi sapete che è solo nei giorni caldi che i fiori sbocciano, non nei giorni freddi o di tempesta. Allo stesso modo la nostra mente dovrebbe creare questo clima caldo in cui sbocciare.

Coloro che non sentono mai appagamento, o pace, o gratitudine nella loro mente non potranno mai aiutare gli altri.

Voi potete essere grati perché incontrate difficoltà. Le persone spesso si lamentano con me perché nulla sembra andare liscio e devono fare l'impossibile per realizzare qualcosa. Se potete superare le situazioni più difficili e essere grati per queste, allora non avete davanti a voi nient'altro che successo.

Un uomo brutto che cerca di essere grato anche quando ha tante ragioni per lamentarsi ha più merito di un uomo bello.

Coloro che non sono belli, ma hanno un'attitudine di gratitudine sono mille volte migliori di un uomo o una donna belli che fanno solo lamentarsi.

Siate determinati a far vergognare con la vostra costante gratitudine un uomo bello o una donna affascinante. Vivendo in questa maniera potete far vergognare persone che hanno uno standard terreno molto elevato.

Se questi saranno i vostri sentimenti allora per voi sarà come vivere in un giorno di sole, pieno di fiori e ovunque ci sarà pace e serenità. I vostri sentimenti possono portarvi ad essere questo tipo di persona.

Se vivete così allora anche se siete molto stanchi dopo essere tornati da un giorno di testimonianza voi apparirete ancora più freschi tornando a casa di quando siete usciti alla mattina dopo una bella dormita.

Se ancora non potete tollerare qualcosa e state per scoppiare, invocate sempre il nome di Dio. Allora uscirete fuori da quella situazione perché Dio l'ha superata lungo molte migliaia di anni. Se avete questo sentimento allora potete immediatamente superare il problema.

Non prendete alla leggera ciò vi ho detto. Io ho sentito che avevo bisogno di questo più di ogni altra cosa. Guardandovi pensavo che questo fosse ciò di cui avevate più bisogno ... essere grati in ogni situazione.