

# Mira, descobreix, implica't

Setmana del 3-7 de febrer de 2020

**Dilluns, dia 3** Feliz aquel <https://www.youtube.com/watch?v=0Xi09t-TSvE>

La «felicitat interior» és un dels millors indicadors per saber si una persona està encertant en el difícil art de viure. El nostre problema és que la societat ens programa per buscar la felicitat per camins equivocats.

**Una de les instruccions errònies diu així: «Si no tens èxit, no vals».** Per aconseguir l'aprovació dels altres cal triomfar. La persona així programada difícilment serà feliç. La persona val per si mateixa abans que se li afegeixin èxits o assoliments personals.

**La segona equivocació és aquesta: «Si vols tenir èxit, has de sobresortir més que els altres». “Cal ser sempre més que els altres, dominar”.**

La persona així programada està cridada a patir. Viurà sempre envejant als que han aconseguit més èxit: i sorgirà la insatisfacció, l'enveja oculta, el ressentiment. No sabrà gaudir del que és i del que té. Així, difícilment es pot ser feliç.

**Una altra consigna equivocada: «Si no resons a les expectatives, no pots ser feliç».** “Has de respondre al que s'espera de tu la societat, ajustar-te als seus esquemes”.

La persona així programada s'espantja inevitablement. Només busca el que busquen tots, encara que no sàpiga exactament per què ni per a què.

Les Benaurances ens conviden a preguntar-nos si tenim la vida ben plantejada o no, i ens urgeixen a eliminar programacions equivocades. Sigueu lliures! Que del vostre cor neixi la bondat, l'estimació... Aquest és l'èxit i la felicitat autèntica.

**Dimarts, dia 4**

Avui en dia, no ens adonem de en quin món vivim. Creiem que ens adonem de tot el que passa, però no és veritat. La societat ens encega i ens ensenya el que vol que veiem. Aquest vídeo ens mostra el que no veiem.

<https://www.youtube.com/watch?v=cvOGuBsiPHo>

**Dimecres, dia 5**

Tots en algun moment de la nostra vida ens hem posat excuses per no fer alguna cosa. Aquest vídeo ens vol transmetre que si vols ser el millor en alguna cosa has de treballar i no posar-te excuses, simplement implicant-hi i fer-ho amb ganes que és el més important.

<https://www.youtube.com/watch?v=e9pOwBBrhOY>

**Dijous, dia 6**

Aquest vídeo ens fa reflexionar sobre el nostre dia a dia i molts ens podem sentir identificats. Ens em d'esforçar per aconseguir el que volem i per aconseguir als que ens envolten. Hem de mirar-nos sense prejudicis els uns als altres per què en el fons som més semblants del que pensem.

<https://www.youtube.com/watch?v=-VFIDegW0mM&feature=youtu.be>

**Divendres, dia 7**

Aquesta cançó, per molt que sembli una cançó alegre, en el fons el missatge que vol transmetre és que les persones d'avui en dia ens preocupem molt de la nostra imatge a les xarxes socials i en el que dirà la gent i no gaudim del dia a dia.

<https://www.youtube.com/watch?v=s0VcRAfXzLY>