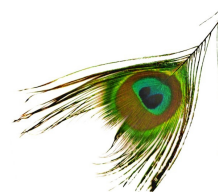
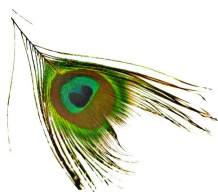


27 MAJA 2020

PODCAST 77

"Małe gesty miłości"



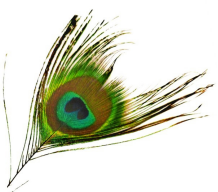
Cześć!

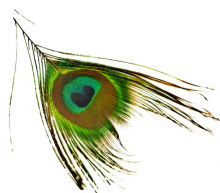
Dzisiaj chciałabym Wam opowiedzieć o miłości, nad którą trzeba pracować każdego dnia, od samego początku. Budzić się z uśmiechem, nie zaczepiać, nie wbijać szpil. Żeby kochać i czuć się kochanym należy balansować, należy wprowadzać harmonię, należy się obserwować w każdej minucie, żeby wyłapać te właśnie drobne szczegóły, które robią tak ogromne zmiany i które tak bardzo wpływają na jakość naszego życia.

Kiedy się poznajemy, głębiej, coraz bardziej, z zaciekawieniem obserwujemy, doskonale znamy. Wtedy się mówi, że znamy się jak 'łyse konie' i nic, i nikt tak naprawdę nie jest w stanie nam tego zepsuć i nas rozdzielić. Jeżeli kogoś kochasz, to wiesz co sprawia mu największą frajdę, wiesz co mówić, czego nie mówić. Wiesz o co pytać i JAK pytać przede wszystkim. Przecież my tak bardzo się różnimy, pomiędzy sobą, a mimo to dopasowujemy idealnie jak puzzle. Prawda? Nawet z ukochanym zwierzątkiem. Z kotkiem, psem, z chomikiem. Nawet z ulubionym kwiatkiem jesteśmy w stanie nawiązać odpowiednią relację, jeżeli naprawdę skupimy się, kochamy i wiemy co robić.

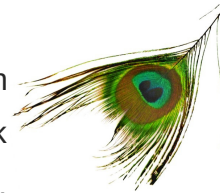
Obserwujemy, testujemy, ulepszamy. Bo zobaczcie, tak jak jestem w stanie na przykład nawiązać relację z kotem, miałam kiedyś chwilowo kota, i obserwuję go i próbuję zrozumieć i wiem, jak mu przestrzeń zorganizować, żeby czuł się kochany, i co się z nim dzieje kiedy tę miłość nagle traci albo czuje się niedoceniony. Przecież ma serduszko i on to wszystko czuje i wie. I jak się wtedy zachowuje, i co zrobić, żeby czuł się spokojny i spokojnie leżał, mrucał i czuł się szczęśliwy. Tak na przykład nigdy nie próbowałam nawiązać relacji z kwiatami. Dlatego u mnie są tylko te niezniszczalne. Chyba te, które nawet przesuszone będą pięknie rosły jak o nich zapomnę. Na szczęście mój mąż ma wspaniałą relację z kwiatami. Jest w stanie je przesadzić, wie jak to zrobić, wie jak je podlewać, i jak o nie dbać. Jak nie przesuszać, kiedy i co zrobić. Czyli każdy z nas ma dar miłości i nawiązywania relacji. Każdy z nas w innym kierunku i zupełnie z kim innym i czym innym. I jeżeli poświęcimy odpowiednią ilość uwagi i włożymy odpowiednią ilość miłości, duszy i radości i serca w to co robimy, to

każda z tych dziedzin, tak naprawdę, może się stać wyjątkowo piękną i wyjątkowo dorodną. To powinno nas trzymać tak naprawdę przy życiu. Ta umiejętność dzielenia się miłością i dobrem. To obserwowanie rezultatów.





Co jeśli to zrobię? Co się stanie i jak będzie wyglądał ten kwiat, jak będzie zachowywał się ten kot czy pies, jak będzie się rozwijało twoje dziecko, twój związek, twój mąż, chłopak, dziewczyna. Jak oni będą się zachowywali, jeżeli

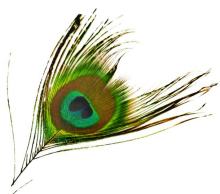


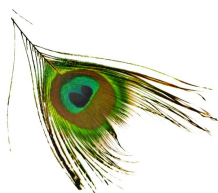
umiejętnie przekażesz im wszystko to, co w tobie najlepsze?

Kiedy nauczysz się bronić swoich granic i oddawać wszystko co piękne z całą mocą twojego serca i miłości...

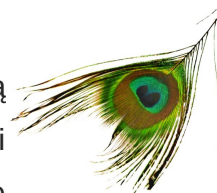
Pomyślcie nad tym, żeby nie tylko chcieć. Zdarza się wielokrotnie, że są osoby które tylko chcą. Chcą przyjaźni, chcą miłości, chcą dobra wokół, chcą radości. Chcą żeby im kwiatki pięknie rosły, ale tylko chcą. Siedzą i chcą. Nie dając w zamian nic, albo bardzo niewiele. Zupełnie daleko od harmonii. Spróbujmy zacząć ponownie od siebie. Spróbujmy zacząć dawać. Dać tą miłość, pogłaskać, powiedzieć ciepłe słowo, podlać, dmuchać... Zdjąć z liści kurz, kupić ulubione jedzonko czy po prostu wziąć na spacer albo pozwolić komuś poczytać książkę czy obejrzeć ulubiony serial czy po prostu pozwolić osobie którą się kocha na czas tylko i wyłącznie poświęcony jej samej. Samotny czas oczyszczający myśli. Zobaczcie jeżeli my zaczniemy dawać i nie myśleć o tym 'co ja w zamian będę miała' świat może stać się piękniejszy z dnia na dzień. I nie ten wielki, nie ten daleko poza zasięgiem naszej wyobraźni i naszego wpływu, tylko nasz maleńki świat, może się w końcu zacząć stawać czysty. I też oduczyć się tego 'ja ci się kiedyś odwdzięczę' po prostu usiąść, zastanowić się i w tej właśnie chwili odwdzięczyć się nie bezpośrednio, ale właśnie ucząc się rozdawać siebie.

Jakie to piękne słuchajcie. Taką mam dzisiaj refleksję, żeby przestać myśleć nad tym co ja chcę. Nie zastanawiać się długo nad tym, co będę miała w zamian, po prostu skupić się nad tym jak mogę drobnymi gestami pomóc komuś ulepszyć jego czas i chwilę. Pomóc najbliższemu, żeby się uśmiechał o poranku. Co ja mogę zrobić, żeby to wszystko w moim małym świecie stawało się coraz bardziej płynne, harmonijne, wypełnione szczerością i miłością.





Zabawa na dziś. Co ty możesz zrobić, jaką jedną maleńką rzecz, jeden malutki gest możesz zrobić, który uszczęśliwi ciebie i obdarowanego? Co możesz takiego zrobić, że robiąc to uśmiechniesz się. Co to będzie, ta jedna rzecz dzisiaj.



Ja na przykład ustawiłam wszystkie kwiatki pod prysznic i zrobiłam im porządną prysznic i zaczęłam do nich mówić, a one zaczęły mi dziękować. Zaczęły podnosić im się liście, było widać ożywienie. Więc jaki jest ten jeden gest dzisiaj, który możesz zrobić dla kogoś, czegoś, żeby poczuć się lepiej?

Cześć.



Transkrypt: Marta Liwak

Comunicullum

Maj 2020

