Jesień życia
piękno przemiany (część 1)

SPIRITUALE PODCAST

Wprowadzenie:

Jesień ma niezwykłą zdolność do spowolnienia. Kolory drzew zmieniają się, poranki stają się chłodniejsze, dni się skracają, a natura powoli przygotowuje się do odpoczynku. Mimo to właśnie jesień jest jedną z najpiękniejszych pór roku. Być może dlatego, że przypomina nam o czymś ważnym: piękno nie zawsze wiąże się z rozwojem, młodością i nowymi początkami. Piękno tkwi również w dojrzałości, doświadczeniu i umiejętności pozwolenia, by niektóre rzeczy odeszły.

Dzisiaj wspólnie zastanowimy się nad tym, czego jesień może nas nauczyć o życiu. O przemianach, które nas spotykają, o rzeczach, których czasami zbyt mocno się trzymamy, a także o tym, jak przyjmować poszczególne etapy życia z większym spokojem.

Rozmowa:

Kiedy jesienią spoglądamy na drzewa, co widzimy… Liście przybierają najróżniejsze odcienie. Żółte, pomarańczowe, czerwone, brązowe. Każde drzewo wygląda nieco inaczej. I choć wiemy, że wkrótce liście opadną, nie traktujemy tego jako błędu natury. Postrzegamy jej naturalny rytm. Czy wykazujemy podobny stopień zrozumienia wobec samych siebie? Tak czy nie… Przecież chcemy być zawsze wydajni, zawsze młodzi – duchem i ciałem. Ciągle musimy sobie coś udowadniać. A kiedy słabną nasze siły, zmieniają się relacje lub okoliczności życiowe, mamy poczucie, że tracimy coś ważnego. Że po prostu nie jesteśmy już tymi, kim kiedyś byliśmy.

Ale przecież nie musimy za wszelką cenę wracać do przeszłości! A co, jeśli każdy etap naszego życia ma swoje własne piękno?

Młodość przynosi odwagę, energię i otwarte możliwości. Dojrzałość może dać nam umiejętność rozróżniania tego, co jest naprawdę ważne. Doświadczenie pozwala nam patrzeć na niektóre sprawy z większym dystansem. Z czasem odkrywamy, że nie musimy już być obecni we wszystkim, nie musimy wszystkiego kontrolować ani znać odpowiedzi na wszystkie pytania. To nie jest rezygnacja. To przemiana życiowa.

Jesień. W naturze. I jesień w życiu. Uczy nas odpuszczania i przebaczania. Drzewo nie trzyma się każdego liścia tylko dlatego, że miało go przez całe lato. Po prostu pozwala mu odejść. To tylko my trzymamy się dawnych krzywd, dawnych wyobrażeń o sobie. Boimy się, że gdy coś odpuścimy, pozostanie po tym pusta przestrzeń.

>>>



Jesień życia piękno przemiany (część 1)

SPIRITUALE PODCAST

A przecież właśnie to zwolnione miejsce często stanowi początek czegoś nowego. Nie musi od razu nastąpić wielka zmiana. Wystarczy przestać wyrzucać sobie, że nie jesteśmy już tacy jak kiedyś. Zaakceptować, że mamy inne potrzeby, inne tempo, a być może nawet inne spojrzenie na świat.

Życie to nie tylko nieustanna droga w górę. Jego częścią jest zarówno rozwój, jak i odpoczynek, radość i strata, początki i pożegnania. A wiara pomaga nam ufać, że nasza wartość nie zależy wyłącznie od tego, co obecnie potrafimy osiągnąć, ile jesteśmy w stanie zrealizować ani jak bardzo jesteśmy przydatni dla innych.

I właśnie wtedy, gdy przestaniemy niepotrzebnie walczyć z czasem, zaczniemy lepiej dostrzegać własną teraźniejszość. Zauważymy piękno, które wcześniej nam umykało. Bardziej docenimy ludzi, którzy są przy nas. I potrafimy być wdzięczni nie tylko za to, co nas czeka, ale także za wszystko, czego już doświadczyliśmy.

Nie musimy zawsze być wiosną. Jesień też ma swoje barwy. I są one naprawdę piękne. Cieszmy się więc nimi w pełni.

Podsumowując:

Dzisiaj, podczas spaceru po jesiennym krajobrazie, spróbujcie zatrzymać się na chwilę. Spójrzcie na drzewa, na kolory liści, na światło, które o tej porze roku jest zupełnie inne – nowe. I zadajcie sobie proste pytanie: Co właśnie teraz zmienia się w moim życiu – i czy potrafię zaakceptować tę zmianę?

I nie obawiajcie się, czasami nie mamy odpowiedzi od razu. Wystarczy jednak przestać opierać się przemianom i dać sobie trochę czasu.

Życzymy Państwu, aby w każdym okresie swojego życia potrafili Państwo odkryć coś pięknego i ważnego. A jeśli zechcą Państwo na chwilę zwolnić tempo, wziąć głęboki oddech i znaleźć przestrzeń dla siebie, serdecznie zapraszamy do Centrum Duchowego w Vranowie.

autor: Mgr. Miroslav Lindovský



CHARITAS SPIRITUALE CENTRUM VRANOV