

Akceptacja - czyli w zgodzie z sobą

W młodości, często się zastanawiałam nad sensem i celem mojego życia. Początkowo widziałam sens w zadawaniu rodziców, w spełnianiu ich oczekiwań. Kolejnym celem było szczęśliwe wyjście za męża, a następnie ułożenie sobie życia tak, jak ja bym chciała. Dzisiaj widzę swoje przeszłe życie, jako ciągłą kontrolę rodziny, układów z rodzicami. Zraniona i zapłakana trafiłam do Wspólnoty Al-Anon. Odtąd zaczęło się wszystko powoli zmieniać. Było mi źle. Nie wiedziałam dlaczego. Przecież ja się tak bardzo staram. Mój mąż pije! Dlaczego? Przychodziłam na mityngi z myślą, aby zmusić męża do trzeźwości. Przychodziłam z siłą w sobie, że dam radę. On może pić, chodzi o to, abym ja była silniejsza i panowała nad własnym życiem. Potem doszłam do znaczenia słowa pokora. Pokorę rozumiałam, jako uległość. W Al-Anon zobaczyłam, że pokora jest ogromną siłą. Kolejny etap to widzenie pokory, jako mojej cechy, z którą inne osoby będą czuły się dobrze. Dzisiaj w procesie rozwoju duchowego doszłam do tego, że to ja przede wszystkim mam się czuć dobrze. Zaczęłam szukać kontaktu z Siłą Wyższą. Pragnęłam akceptować to, co mi się przytrafia. Moje doświadczenia życiowe mówiły mi, że Siła Wyższa nade mną czuwa. Ale jak zobaczyć Siłę Wyższą w innym człowieku, abym mogła czegoś doświadczyć, czegoś się nauczyć? Odkryłam wówczas, że najważniejsze jest to, abym, pokochała siebie. Jeżeli potrafię pokochać siebie, pokocham inną osobę. „Kochaj bliźniego swego jak siebie samego”. Ja zaczęłam od bliźniego. Jak zaczęłam zmuszać się do tej miłości, to zaczęło mnie męczyć. Teraz jest odwrotnie. Teraz zaczynam od siebie. Kiedy dobrze się czuję, kiedy jest we mnie radość, kocham wszystko i wszystkich. Chcę nie mieć racji, chcę zgody, chcę obronić swój wewnętrzny spokój. Nie chcę już walczyć. Duchowość jest dla mnie czymś bardzo istotnym. To moje wnętrze. Jeżeli mam w sobie Siłę Wyższą, potrafię zobaczyć ją też w innych osobach. Dzisiaj celem mojego życia jest pozostanie w zgodzie z sobą i z zaufaniem, poddawanie się mojej Sile Wyższej.

Pokręcona z Warszawy