

Recepta na miłość

Autor: Marzena Wiśniewska



Czy słyszeliście już racjonalnie opisany sposób na miłość? Powiecie że tego nie da się opisać? Czy na pewno? Ja jednak spróbuję. Będzie mi łatwiej, bo wcześniej zrobił to ktoś inny.

Postaram się przekazać czytelnikom rewelacyjnie prostą i skuteczną receptę, którą powinien zrealizować każdy, kto naprawdę kocha, ale może ona być pomocna również tym, którzy są miłości spragnieni.

Jeśli zaliczasz się do którejś z tych kategorii, zapraszam do "apteki".

Jeśli powiem, że każdy człowiek potrzebuje w swoim życiu doświadczać miłości, nie powiem nic nowego. Nie będzie odkrywczym również stwierdzenie, że miłość jest dziś w tym samym stopniu poszukiwana, co deficytowa. Każdy z nas czerpie z niej siłę i motywację do życia. Jesteśmy niczym zbiorniki, które napęlniają się każdym przejawem życiodajnej miłości. Jesteśmy jej spragnieni bez względu na wiek i płeć. Nie mam tu na myśli miłości lansowanej przez dzisiejsze media, ale raczej głęboką tęsknotę za relacją z drugim człowiekiem. Relację, która nadaje sens naszemu życiu, wypełnia je satysfakcją i poczuciem spełnienia. Wszyscy, którzy pozostają (lub w przeszłości byli) w bliskiej relacji z inną osobą wiedzą, że aby związek rozwijał się, musi być pielęgnowany.

Porównanie miłości do ogrodu w piękny sposób pozwala potwierdzić tę prawdę. Ogród, aby rozkwitał barwą kwiatów, wymaga troskliwej ręki ogrodnika. Z pewnością każdy miał w swoim życiu okazję cieszyć oczy widokiem pielęgnowanego ogrodu. Co stanie się, gdy zaniechamy zabiegów odchwaszczania, przycinania, usuwania przekwitniętych kwiatów i przerośniętych gałązek? Ogród zdziczeje, straci swoje piękno. I tylko ktoś obdarzony dużą wyobraźnią będzie w stanie „zobaczyć” jego minioną urodę. Ogródnik użyje pewnych narzędzi, czasu i wysiłku, aby zaniedbany ogród znów zakwitł. Spróbujmy i my przywrócić naszym związkom ich wiosenną świeżość.

- Pierwszym „narzędziem”, którego powinniśmy używać są słowa zachęty. Wszyscy lubimy miłe słowa, są balsamem dla duszy. W świecie pełnym oszczerstw i zniewagi pochwała, słownie wyrażona aprobatą, ma odżywczą moc, może natchnąć do dalszej pracy, dodać wiatru w skrzydła. Błogosławienie innym jest sposobem zachęcania, jaki znajdujemy w Biblii.

- Gdy już nasze usta nauczymy wypowiadać różne słowa zachęty, zastanówmy się, czy nie byłibyśmy usatysfakcjonowani, gdyby osoba, którą darzymy uczuciem mogła poświęcić nam czas. Czas na wspólny spacer, rozmowę, wyjście do kina, kawiarni. Czas „zabrany” innym zajęciom czy osobom i podarowany nam tylko dlatego, że jesteśmy ważni dla niej (dla niego). Czas, który można ciepło wspominać, gdy trudy życia zabierają naszą życiową energię. Podarujmy naszym bliskim bezcenny prezent - nasz czas!

- A gdyby tak jeszcze usłużyć temu, kogo kochamy? Może koleżanka nie ma z kim zostawić chorego dziecka albo starsza sąsiadka nie ma siły zrobić zakupów? Pyszne, pachnące ciasto dla mamy? Albo ciepły obiad dla sąsiadów, którzy właśnie skończyli przeprowadzkę? Z całą pewnością

inwencja podpowie nam jeszcze wiele twórczych sposobów. Potrzeb dookoła jest więcej niż możliwości ich wypełnienia. Wystarczy zacząć rozglądać się dookoła.

- Czasem jakiś upominek jest wspaniałym wyrazem miłości. Mamy mnóstwo okazji do obdarowywania prezentami. Przybywa świąt. Oprócz standardowych urodzin czy imienin, świąt Bożego Narodzenia, jesteśmy zachęceni do sprawiania podarunków w całkiem nowych okolicznościach. Prawdę mówiąc, dziś każde święto jest komercjalizowane tylko po to, aby handlowcy mogli zanotować w kasach wzrost przychodów. Jednak zamiast walczyć np. z amerykańską (czytaj obcą) tradycją walentynkową, proponuje spojrzenie z innej perspektywy. Sparafrazujmy niechlubne polskie powiedzenie, że każda okazja jest dobra, aby wypić. Lepiej brzmi: „każda okazja jest dobra do okazania miłości”, nie wspomnę o różnicy w skutkach po zastosowaniu obydwu powiedzeń. Prezent nie musi być drogi, wystarczy kwiatek, czekoladka, miła kartka (okraszona suto słowami zachęty).

- Jest jeszcze jeden sposób, a jest nim wyrażanie miłości przez dotyk. Ten sposób będzie możliwy częściej do wykorzystania w relacjach pomiędzy rodzicami a dziećmi (jest bardzo istotny), narzeczonymi lub małżonkami. Ale także przyjaciel potrzebuje czasem poklepania po plecach. A cierpiąca na depresję przyjaciółka nie obrazi się na pewno, gdy ciepłym uściskiem okazemy, że jesteśmy blisko.

Tyle recepta. Jej skuteczność w zasadniczej mierze ma związek z zastosowaniem wszystkich jej składników, choć niektóre z nich działają lepiej na jedne osoby niż na inne. Każdy z nas jest wrażliwy na okazywaną nam miłość. Czasem jednak zdarzają się nieporozumienia. Z reguły okazujemy innym naszą miłość tym sposobem, którego sami najbardziej oczekujemy. Gdy umyjemy samochód komuś, kto oczekuje wspólnego obiadu, łatwo o rozczarowanie z obydwu stron. Starajmy się stosować takie wyrażanie miłości, jakiego oczekuje obdarowana osoba. To zadanie wymaga poświęcenia czasu!

I w tym miejscu mogłabym skończyć, ale czuję potrzebę podzielenia się z wami jeszcze jedną refleksją. Każdy z opisanych wyżej sposobów sprawdzi się, gdy zechcemy okazywać go w stosunku do drugiej osoby. Czy podejmiecie wyzwanie, aby spróbować wyrazić na różne sposoby naszą (moją - twoją) miłość do Boga?

Artykuł publikujemy za zgodą wydawnictwa "Nasze Inspiracje" (1/2004)