

Czyż nie dzieje się tak, gdy w szary, nudny dzień nagle przypomnisz sobie słoneczną chwilę z minionych wakacji, gdy beztrąsko bujałeś na fali? Wciąż widzisz ten promyk słońca, obserwowany przez na wpół zamknięte powieki. Robi się ciepło. Twoje ciało odpręża się, a piękna chwila trwa, choć w realnym świecie dawno jest za tobą. Jest ci znów dobrze. W takich chwilach otwiera się serce. Widzisz więcej. Wierzysz w swoje możliwości. Odprężony umysł nadaje szerszą perspektywę marzeniom, omijając wątpliwości.

A co by było, gdybyśmy od czasu do czasu wyłączali wewnętrzny krytyka? Naszą głowę? Głowa tylko wie. Wie, że dziś jest zimno, nudno i ponuro.

Ale gdy łączymy się z sercem, czujemy w ciele wpływ wspomnienia, któremu się poddaliśmy – odprężamy się i jest nam znów dobrze.

Każdy człowiek dąży do tego, aby czuć się dobrze i bezpiecznie. Więc może przyzwyczajmy się do faktu, że sercem też można patrzeć, a nawet widzieć? Na początek wspomnienia, marzenia, pasje. Każda rzecz widziana z pozycji serca, bez kalkulacji głowy, pobudza nasze krążenie i pobudza do życia.

Nie namawiam, aby tylko bujać w obłokach, ale aby zobaczyć, że mamy wybór. Świadomość wyboru jest jak ocean możliwości”.

16.12.2020 JAK WODA

„Jest 00.05. Słucham Pei *Blessed We Are* ^[35]. Moje ciało i umysł falują. Czuję się oczyszczona przez kontakt z pięknem. Z pięknem jej głosu. Kontakt z pięknem, podobnie jak z wodą, oczyszcza. Piękno absolutne, jakim jest przyroda, jest jak tlen. Regeneruje. Odżywia. Zasila.

Cd. rano

Wciąż płynę. Od dłuższego czasu sama jestem falą, a jednocześnie czuję jej dotyk na plecach. Poddaję się jej. Jest mi dobrze i bezpiecznie. O nic nie muszę się martwić. Czuję przyływy i przepływy.

Woda płynie, burzy się, wiruje. Już mała kropla drąży skały. Oczyszcza, odświeża, przepływa, odpływa, niesie, zasila, unosi, zmienia stan skupienia.

Ile porównań do zmagania każdego dnia. Zmagania? Czy my się zmagamy czy też czujemy, że żyjemy? Dźwigamy życie czy się nim delektujemy?

Zadziwiająco, że łatwiej nam zauważyć ciężar niż lekkość bytu. A przecież oba istnieją. Aby zrzucić ciężar, wystarczy tylko przestać walczyć z materią. Położyć się na fali i dać się unieść.

Wpadło mi w oczy hasło reklamowe w *Zwierciadle*:

Wierzę, że zapewnienie ludziom poczucia bezpieczeństwa to nie tylko misja, ale i fajna przestrzeń biznesowa.

A gdyby naprawdę stworzyć taką przestrzeń? Gdyby tak wszystkie działania biznesowe i całą komunikację oprzeć na zapewnieniu poczucia bezpieczeństwa?

Teraz, gdy każdy sunie po ruchomym gruncie, dopiero widać, jak bardzo ludzie boją się zatopienia. Aby tylko utrzymać się na powierzchni – to dla wielu jedyny widzialny cel. Stabilność daje ludziom poczucie bezpieczeństwa. Ludzie boją się zmian. A przecież zmiany mają też pozytywny aspekt. Dzięki temu, że wszystko płynie (stare łacińskie *panta rhei*), to po burzy świeci słońce. Mijają kłopoty, robiąc miejsce radości.

Wracając do myśli o poczuciu bezpieczeństwa, czyli o stabilnym gruncie: jedyną stałością w tych niepewnych czasach jest właśnie poczucie zmiany.