

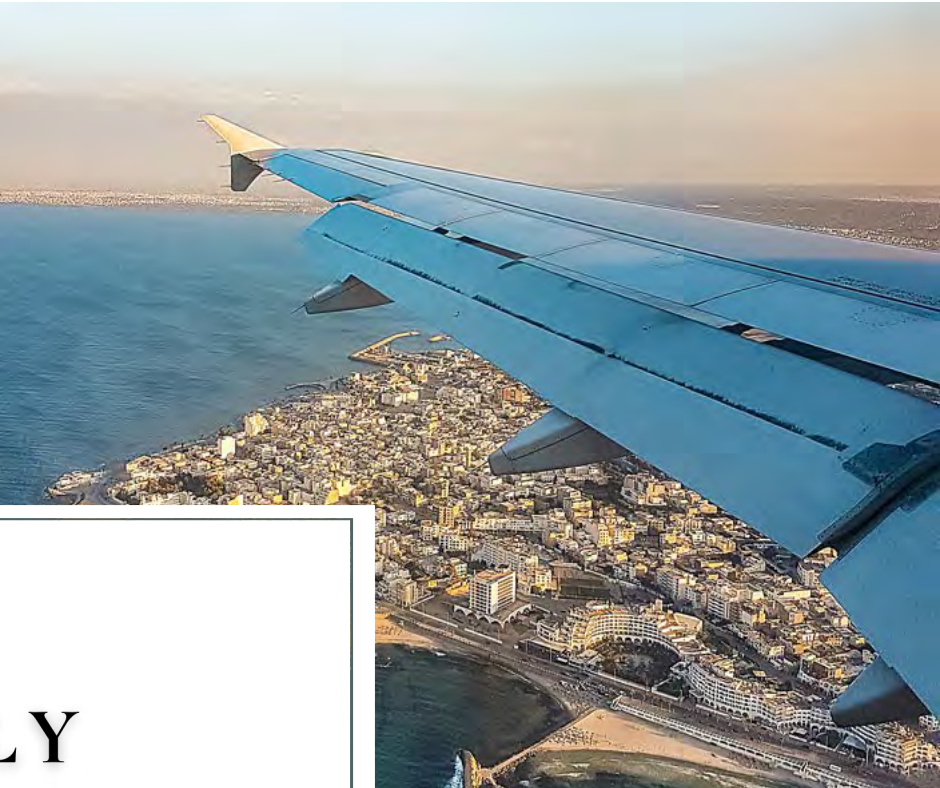
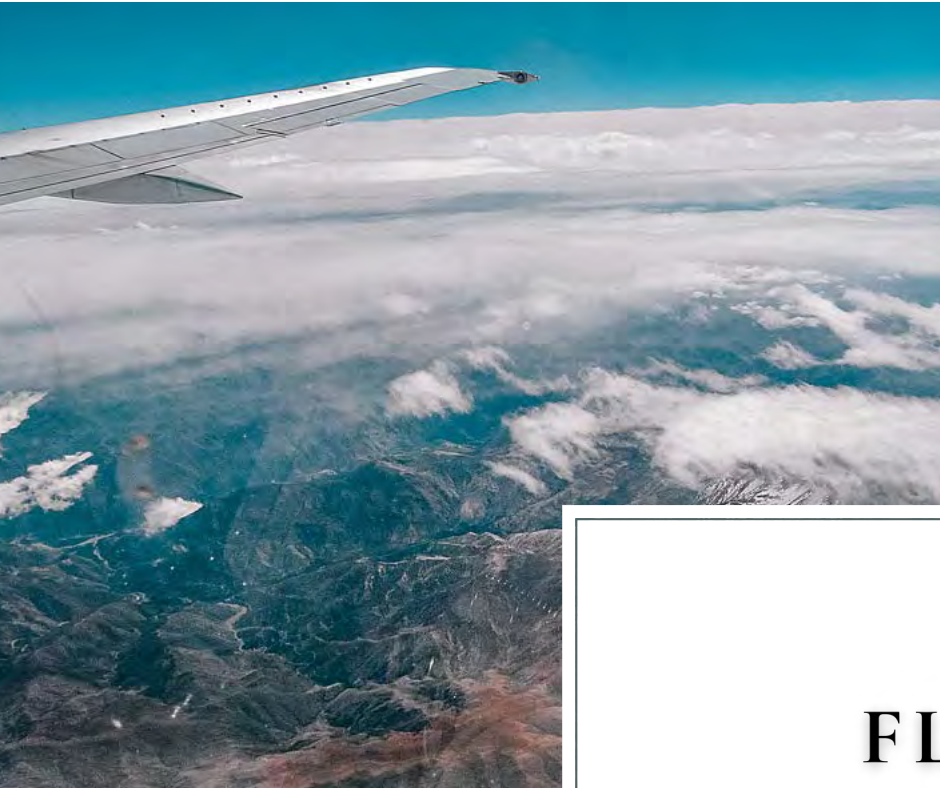
W PODRÓŻY

DO PRAWDZIWEGO SZCZĘŚCIA



Anna Uchytá

GO FIND YOURSELF.



FLY
First Love Yourself

Autor: Anna Uchyla

www.takemetothetravel.pl

Tytuł: W podróży do prawdziwego szczęścia

Podtytuł: FLY - First Love Yourself

ISBN 978-83-960457-0-6



Bajka o diamencie



Kiedy przychodzimy na ten świat jesteśmy jak piękny, niepowtarzalny diament. Każdy jest inny, ale każdy jest wyjątkowy. Świcimy swoim niepowtarzalnym blaskiem, jesteśmy cudowni.

Jednak w trakcie naszego życia słyszymy różne rzeczy na nasz temat i niestety w niektóre z nich zaczynamy wierzyć. Wszystkie te rzeczy przykrywają nasz naturalny blask. Słyszymy bardzo różne rzeczy: "jesteś głupi", "jesteś brzydki", "nikt cię nie lubi", "nie kocham Cię", "inni są od ciebie lepsi", "czy Ty zawsze wszystko musisz popsuć" i wiele, wiele innych...

Jednak diament nadal jest pod spodem, on nadal jest diamentem, tylko o tym już nie pamięta. Jak go odkryć? Zmieniając myślenie: "jesteś dla mnie ważny", "jesteś wspaniały", "to co mówisz jest mądre", "jesteś piękny", "jesteś wyjątkowy", "kocham Cię". Tak prosto: "kocham Cię".

Przytulmy nasz wewnętrzny diament, przytulmy samych siebie, utulmy mocno i zostańmy w tym utuleniu na chwilę.

Justyna Lewicka-Szczęсна

Wstęp



Nazywam się Ania, choć wolę, gdy ktoś mówi do mnie Anna, jednak to zwracając się do mnie „Aniu” uzyskasz, że uśmiechnę się najszerzej jak potrafię.

Kiedyś nie lubiłam mojego imienia, uważałam je za pospolite, a chciałam być wyjątkowa. Nie wiedziałam, że synonimem do "wyjątkowa" jest słowo "inna", a gdy już się stałam inna, nie chciałam już taka być, wolałam być pospolita, szara, a najlepiej niewidzialna. Wszyscy chcemy być wyjątkowi, ale nikt z nas nie chce być inny.

Dziś tak naprawdę wiem, że chciałam być po prostu akceptowana, kochana i wspierana. Dziś też wiem, że tak naprawdę nie można tego uzyskać od innych ludzi, a jedyną osobą, która może mi to wszystko podarować jestem ja sama.

Pierwszą podróż samolotem odbyłam do Grecji, miałam wtedy 21 lat. To była Kreta, mały lokalny hotelik, pokój z widokiem na morze i pyszne jedzenie w pobliskiej tawernie. Kilka godzin po przylocie siedziałam na balkonie i malowałam paznokcie, słuchając klaksonów greckich kierowców na przemian z szumem morza, pomyślałam wtedy, że to jest właśnie szczęście.

I się nie pomyliłam, w moim słowniku podróż to szczęście.





*„Nie ma drogi do
szczęścia, to
szczęście jest drogą.”*

THICH NHAT HANH

Przed podróżą

Leżałam rano w łóżku, moszcząc się gdzieś pomiędzy jawą a snem, rozmyślając i wspominając, aż nagle mnie olśniło i otworzyłam szeroko ze zdziwienia zaspane oczy!

Uwielbiam podróżować, to jest ten rodzaj wolności, którego życzę wszystkim. Każdy powinien znaleźć swój odpowiednik podróżowania, chociaż to właśnie podróże uczą nas najbardziej: tolerancji, akceptacji, innego spojrzenia na świat.

„Świat jest książką i ci, którzy nie podróżują, czytają tylko jedną stronę”.
Św. Augustyn

Nie przepadam, gdy ktoś mówi, że należy pokazywać świat obiektywnie. Obiektywnie, czyli jak? Ja widzę świat moimi oczami, w tej danej chwili, którą przeżywam i przez pryzmat moich wcześniejszych doświadczeń oraz tego, co znam. Nie jestem w stanie opowiedzieć o nim inaczej, niż tak, jak właśnie ja go widzę. Ktoś, kto stoi obok mnie, w tym samym momencie może dostrzegać coś zupełnie innego. Bo tak naprawdę wszystko co widzimy, jest odbiciem nas samych.

Świat jaki dostrzegamy, jest światem naszych myśli, przekonań, uczuć, lęków i radości. Zmieniając siebie, zmieniamy postrzeganie świata, a w konsekwencji i nasz świat.

Prawda nie jest obiektywna, niestety. Mówię niestety, bo bardzo chciałabym, żeby do mojej dyspozycji była Pani Sędzina Prawda i rozstrzygała, kto ma rację, a kto jej nie ma :) Brzmi to zabawnie, ale... Moja prawda jest prawdziwa, Twoja również, choć mogą one stać ze sobą w opozycji. Tutaj nie ma wygranych i przegranych. Każdy z nas ma swoją prawdę i jest ona najprawdziwsza z prawdziwych.

Podróżując nigdy nie powiedziałam: „nie podoba mi się tu”, „ale oni mają głupie zwyczaje”, chcę poznawać, a nie wydawać sądy.



I właśnie to było moim olśnieniem! Dlaczego podróżując potrafimy przecierać oczy ze dziwienia, nie będąc przy tym nastawionym negatywnie, a do siebie samego nie potrafimy zastosować tego samego podejścia? Poznawać, smakować, obserwować, nie oceniając przez pryzmat tego co już znamy, nie krytykując.

Jesteśmy swoim największym krytykiem, najtrudniej nam wybaczyć swoje własne przewinienia, besztamy siebie za błahostki, na które u innych nie zwrócilibyśmy uwagi. Takie surowe traktowanie nie pomaga nam wzrastać, a wręcz przeciwnie.

"Aby żyć w zgodzie z innymi, człowiek musi najpierw pogodzić się z samym sobą."

Jan Twardowski



*„W życiu nie chodzi o to, by
przeczekać burzę. Chodzi o to,
żeby nauczyć się tańczyć w
deszczu.”*

STEVEN D. WOLF
