

10+1 Szerelem mágia

2013.11.11.

Utolsó frissítés 2013.11.11.

10+1 szerelemmágia egy varázslatos kapcsolathoz

Szerelmi mágiák? Érdeemes megismerkedned velük, hiszen segítségükkel megtudhatod, mi az, amit mindenképpen meg kell tenned a harmonikus és lángoló szerelmi kapcsolat fennmaradásáért. A varázslatot itt értheted szó szerint.

Melyek azonban azok a varázslatok, melyek hasznosak és nélkülözhetetlenek a harmónia és a szenvedély megteremtéséért?

1. Ne csak gondoljuk, ne csak érezzük, hanem mondjuk is!

Társunk iránt sokszor elfog bennünket valami gyöngéd érzelem. Lehet, hogy attól, ahogy fésülködik, ahogy ránk néz, ahogy megjelenik a borzas feje reggel a fürdőszobaajtóban. Aztán napközben is többször az eszünkbe jut, szinte felvillanyozódunk ettől, és távollétében is szeretettel gondolunk rá, hiányzik.

Ne tartsuk magunkban ezeket az érzéseket és gondolatokat! Hál’istennek ma már számos lehetőségünk van arra, hogy mindezeket tudassuk a párunkkal is.

Ne csak a tüskéket és a problémákat osszuk meg vele, hanem az örömeinket, a napjaink fénypontjait éppúgy, mint a bennünk élő hálát és köszönetet azért, hogy ismerhetjük őt. Ne fukarkodjunk a szép és igaz és őszinte szavakkal, ha van miért!

Ha saját jó tulajdonságait látja tükröződni lelkesült arcunkon, leveleinkben, egyéb üzeneteinkben, ha érzi, hogy fontos nekünk az egész személye, azzal egyre több energiát adunk neki ahhoz, hogy valóban olyanná is váljon, amilyennek szeretjük őt.

Ha nincs kivel gyakorolnod a szerelemmágiát, akkor regisztrálj itt >>>

2. ... és tegyük is!

A tettek ereje a másik szemében még többet ér, még nagyobb tiszteletet vált ki. Ha látjuk, hogy segítségre szorul, segítsünk neki, ha nem esik nehezünkre. Bátran kérdezzük meg, miben segíthetnénk, mivel szolgálhatnánk neki a legjobban az életének ebben a szakaszában.

Lehet, hogy a lakásában tudunk valamit megjavítani, a ruháit rendbe tenni, megvarrni, amit ő nem tud, becsavarni egy villanykörtét, leszedni vagy feltenni a függönyöket, ablakot szigetelni, csomagokat cipelni, amikor látjuk hogy rogyadozik alatta. A lehetőségek száma végtelen.

Kedvesünk meg is betegedhet, bajba is kerülhet. Vajon ilyenkor mit teszünk? Elfutunk előle, a probléma elől, azt mondjuk, oldja meg ő, ő tehet róla; vagy ott vagyunk vele az orvosnál, a bíróságon, a konfliktusos helyeken és helyzetekben, a betegágyánál, a gyógyulása óraiban, napjaiban? Félre tudjuk-e tenni a saját karrierünket, munkánkat, szórakozásainkat akkor, ha a másik bajba kerül. Akkor, ha esetleg mi magunk okoztuk a fájdalmát akarva vagy akaratlan.

Megéreztük- e már valaha is, hogy a váratlan krízishelyzet hogyan hozza elő belőlünk a talán még magunk előtt se ismert kreatív megoldó képességünket, meghitt szeretettel teli, biztos segítő kezeinket, ölünket, ölelésünket?

Ha igen, akkor tudhatja, aki megtapasztalta, hogy egy másik emberen való segítség – persze csak akkor, ha azt ő is kéri – egyben a magunkon való segítség is – persze csak akkor, ha nem kényszerből, hanem szívből, szeretetből tesszük azt.

Az első lépés - ezen múlik minden!

3. Társaságban vegyük fel egymással időnként a szemkontaktust!

És adjunk egy-egy mosolyt, huncut kacintást, az összetartozás érzését segítő és megerősítő gesztust, mimikát. Ha pedig a közelünkben van, akkor egy-egy öleléssel, kedves simogatással adjuk tudtára neki is és mindenkinek, hogy ő hozzánk tartozik, és bevonjuk mindenbe, ami velünk és bennünk történik, még ha mások között vagyunk, akkor is.

Annál borzalmasabb ugyanis nincs, mint amikor a párunk lelkesen és önfeledten beszélget valakivel vagy valakikkel, és úgy tesz, mintha mi ott se volnánk, mintha elfelejtette volna, hogy együtt jöttünk ide.

Ne hagyjuk el a másikat, akkor se, ha együtt vagyunk, és akkor se, ha külön térben és időben. Még a máshol végzett mindennapi tevékenységeinkben is legyen benne egy darabka az ő lelkéből, illatából, tekintetéből, amit magunkkal viszünk egész nap, és akik körülöttünk vannak, láthatják, érezhetik, hogy a társ receptorunk nincs nyitva az egész világ

számára már.

4. Az első lépést mi tesszük meg!

Szeretetre szomjazunk, sokan szinte fekete lyukként szívják magukba a szeretetenergiát, kielégületlenül, folyton csak panaszkodva azért, hogy nem kapnak eleget belőle. Valahol, valamikor, valamijük biztosan sérült, ezért ilyenek. Érdemes utána nézni, utána járni, hogy hol szakadt meg a szeretet áramlása, kitől vártunk volna többet, de nem kaptuk meg. És még most is úgy érezzük, hogy nem kapunk eleget.

Számos módszer van már ma arra nézve, hogy begyógyítsuk ezeket a sebeinket (NLP, Mély belső átalakulás, Transzformáció játék, Belső utazás, terápiák, meditációk, stb.) De ha nem olyan nagy a baj, csak egyszerűen azt szeretnénk, hogy szeretve legyünk, és ha van honnan adnunk, akkor kezdjük el mi az adást.

Ha nincs kivel gyakorolnod a szerelemmágiát, akkor regisztrálj itt >>>

Ne féljünk, a szeretet nem fogy el, az energiákat nem egymástól kell ellopkodnunk vagy vámpírként kiszipolyoznunk, mert a szeretet energiája éppen olyan végtelen, mint maga az univerzum, és az élet energiája. Feltöltődésért bátran fordulhatunk a nagy erőkhöz, és szíveinken keresztül nagyvonalúan árasztathatjuk másokra szeretetünket, ha hagyják. Azért vigyázzunk, nehogy elsöpörje őket az áradásunk!

5. Érdeklődjünk kedvesünk külső-belső állapotáról, változásairól!

Többnyire rengeteg dolgunk van a mai felpörgetett világban. A csuda tudja, hogy van ez, de még a ráérős öregek is érzik, hogy itt valami nem stimmel. Alig csinálnak valamit, máris vége a napnak, rohannak a hetek, hónapok. A másokra ki tudna figyelni olyankor, amikor még magára is alig tud. Pedig kellene. Pedig nem ártana.

Volt egy barátnőm, aki gyönyörű verseket írt, és ő maga is gyönyörű volt, ám a kedvesének ez utóbbi elegendő volt a boldogsághoz, a lány versei már egyáltalán nem érdekelték őt. Pedig azok a versek, a barátnőm lényegi részei voltak, szinte belőle egy-egy darabok.

Lehet olyan, hogy én alkotok valamit, vagy éppen eszembe jut valami, és változom, alakulok magamban; de az, akit társamul választottam, nem is tud minderről semmit se? Lehetséges lenne ilyen párkapcsolatban benne maradni? Tegyek ugyanazt, mint a szeretet-labdánál. Először kérdezősködjem én, aztán találjam meg az időt és a módot arra, hogy beszámoljak neki magamról is. Tudassam vele és tudjam, hogy az élet folyamatos változás, és hogy az, akit valamikor megismertem, ma már lehet, hogy egyáltalán nem olyan, amilyenek én ismerem, és ha nem érdeklődöm róla tőle, akkor még az is elképzelhető, hogy egy idő után együtt élek valakivel, aki már a saját külön világában él, amiről én mit sem sejtsek…

Az egymás iránti valódi és őszinte érdeklődés, az odafigyelő értő-érző meghallgatás a tartósan jó és fejlődő kapcsolatok egyik sarokköve. Ne hagyjuk figyelmen kívül!

Ünnep - bocsánat- játék; magas és mély szinteken

6. Minden szinten, szinte minden és magasán és mélyen

Csodálatos ajándéka az életnek, ha két ember minden szinten egymásra talál.

A tapasztalat azt mutatja, hogy ha képesek vagyunk együtt szállni poklokra és a mennyekbe, mélységekbe és magaslatokra, és ha minden szintünkön létrejön ez a minőségi találkozás, akkor ott a tűz nem alszik el soha, unatkozásról szó sem lehet, mindig újabb és újabb meglepetéseket tartogatunk egymás számára akár szellemi, akár lelki, vagy tárgyi szinten is.

Kifogyhatatlan kincses bányáivá válunk egymásnak, ahol a legmagasztosabb élmény, amikor együtt találjuk meg a váratlan kincset, a közös fejlődés örömtelien boldog folyamatában. Ilyenkor érezhetjük, ahogy valóban együtt sírunk, együtt nevetünk, sőt sokszor még a lélegzésünk is eggyé válik, két testben egy lélek.

Figyeljünk oda, hogy az életet minél több szempontból és minél több dimenzióban éljük át, és osszuk meg egymással az ezzel járó „aha élményeinket”, felismeréseinket, lelkesült örömeinket is.

7. Fejezzük ki hálánkat és köszönetünket!

Minden esetben, még a legapróbb szolgálatokat és figyelmességeket is köszönjük meg. Fejezzük ki az elismerésünket, értékelésünket a másoknak, ne csak a kritikánkat, a rosszállásunkat (ezeket is inkább építő jelleggel, erőszakmentes kommunikációval).

Ha csak közönyösen elfogadjuk, amiket kapunk, vagy ha azt látja a másik, hogy félredobjuk, amit hozott, nem tesszük azonnal vízbe a virágot, rögtön továbbadjuk az ajándékait, akkor nem csoda, ha elkedvetlenedik, és egyre kevesebb gesztusértékű ajándékkal fog meglepni bennünket, a nagyobbakat meg százszor is meggondolja.

Tanuljunk meg adni, de elfogadni is. Nem lehet nagyobb fájdalmat okozni az ajándékozás terén, mint amikor a másik az mondja, nincs szüksége arra, amit adnánk neki, és visszaadja az ajándékokat. Soha ne adjunk vissza ajándékot! Ha nem tetszik vagy nincs szükségünk rá, akkor tegyük félre, és várjuk meg, amíg valakinek majd kellhet.

Ha nincs kivel gyakorolnod a szerelemmágiát, akkor regisztrálj itt >>>

8. Tudjunk bocsánatot is kérni, és tudjunk megbocsátani is!

Miért olyan nehéz ez, a bocsánatkérés és a megbocsátás?

Talán azért (is), mert gyerekkorunkban kényszerítettek rá: „Kérj bocsánatot apukádtól!” (miközben lehet, hogy apukának kellett volna bocsánatot kérnie)…

Mégis: próbáljuk meg! Nagyon megkönnyebbülünk attól, ha képesek vagyunk kimondani szívből: „Bocsáss meg azért, amit tudatosan vagy tudatlanul tettem, s ami fájdalmat okozott neked, még akkor is, ha talán nem is akartam…” És tudjunk megbocsátani is, elfogadni, ha a másik bocsánatot kér tőlünk. Ugyanakkor ne felejtjük el, hogy mit mondott, mit tett, ami nekünk fájdalmat okozott, és egy megfelelő pillanatban térjünk vissza rá, de harag és indulat nélkül. Törekedjünk olyan megbeszélésre, hogy máskor ne forduljon elő, ami megbántott bennünket.

Ha viszont újra és újra előfordul, akkor fogadjuk el a bocsánatkérést, de húzzuk meg a határainkat!

Ünnepeljünk - a legszebb időkért magunk felelünk!

9. Ünnepeljünk!

Az ünnepek lényegében átalakultak, kommercializálódtak, elvesztették eredeti jelentésüket és jelentőségüket. Ám, ha már kitaláltuk a nők és a gyerekek napját, a szeretet és a szerelem ünnepnapjait, akkor tegyünk valami kedveset azokon a napokon is, ami különlegessé teszi szeretteink számára azt a napot.

Figyeljünk a saját belső ünnepeinkre, a születés-és névnapokra, az évfordulókra, és így tovább. Ne feledkezzünk meg ezekről se! Még fontosabbak, ha a mindennapokban is sokszor ünnepi köntösbe öltöztetjük a lakásunkat, az asztalunkat és önmagunkat is. A közhelyszámba menő gyertyafényes vacsorák minden esetben meghatóak minden résztvevő számára.

Az ünneplés nem kell, hogy harsány és hivalkodó legyen, bár lehet olyan is, de a csendes és meghitt ünnepi hangulatú együttlétek emléke mindenki szívében ott marad….

10. Játsszunk önfeledten!

Lehetünk komolyak, ünnepek, mélyek és magasak, de van még egy hangulati színfolt, ami meséssé teheti a kapcsolatunkat.

És ez a JÁTÉK. Az önfeledt, és a mindegyikünkben benne élő örök belső gyermek édeni állapota frissességet visz a kapcsolatunkba. Tér és idő kitágul ilyenkor, és minden körülöttünk lévő tárgy, sőt még a saját testünk is vidám, kreatív játékszerré válhat, amit felnőtten megélve különleges élménnyé teheti az együttlétünket. Játsszótársakká is válunk ezekre az időkre, és ezzel feloldjuk görcseinket, gátjainkat, amíg egymásra figyelve mégis felnőttként és felelősen, de felszabadultan játszani és nevetni tudunk. Leginkább önmagunkon.

11. Küldjünk egymásnak angyalokat!

Előfordulhat, hogy távol vagyunk egymástól. Lehet az is, hogy tartósan görcsben vagyunk, aggódunk, stresszelünk valamin, nem tudunk kilépni a saját börtönünkből…

Ha minderről tudomásunk van, és nem lehetünk ott, vagy nem tehetünk semmit, akkor küldjünk gyógyító energiákat, szeretetsugarakat, angyalokat és őrangyalokat a másinak.

Ha csak szeretettel gondolunk rá, és a legjobbakat kívánjuk neki, már akkor is elindul egy olyan energia áramlás, mely hozzásegíti társunkat a gyógyuláshoz, a felépüléshez…

Persze, ha tudunk, váljunk mi magunk segítő angyalokká és tündérékké!

Bors Mari MIRA

