

“KOGA IMAŠ NAJRAJE NA SVETU?”

Ni zanimivo, da nekatere izgovorjene besede pozabimo še isti trenutek, medtem ko se nam druge lahko globoko vsedejo. Meni se je kariera v šoli šele dobra začela, medtem ko se je sodelavki zaključevala. Prvi dan, ko sva se spoznali mi je dejala: “Veš, vsak otrok, ki stopi skozi tvoja vrata, je prišel z namenom, z namenom da tudi tebe nekaj nauči”.

Te besede so se meni vtisnile v vsako celico. Vedno bolj mi je bilo jasno, da vsak učenec nosi svojo zgodbo, a če si dovoliš, je ozaveščanje obojestransko. Lahko se tudi nam odklenejo stvari, ki smo jih tekom odraščanja zaklenili znotraj sebe.

Naslednji zapis je posvečen eni od učenk, ki hodi po pomoč, trudim pa ji vliti moč in zavedanje, kako imeti rada najprej sebe. Nekaj, kar se učimo vse življenje, kajne?

Hvala dekle, ker si vstopila skozi vrata pisarne, da sva lahko obe ozavestili.

Ozavestili, da je tvoje življenje in vsi odnosi katere privlačimo k sebi, v resnici zrcalo tega, kako se počutimo v svojem telesu in kako se vedemo, do svojega telesa.

Zaceljene brazgotine, sveže rane... Odnosi, kjer je treba prositi za pozornost in objem.

Povezano kajne?

Ko smo negovalni do sebe, imamo negovalne odnose z drugimi. Tako simple je to. Telo čaka, da ga slišiš, objameš, vidiš, začutiš, dotakneš, sprejmeš kot del sebe. ✨

Veš kaj si želim zate, drago dekle, da bi se, ko stopiš skozi moja vrata, videla z mojimi očmi in vsem kar jaz vidim v tebi. ✨

Kdaj pa ste vi nazadnje dali pozornost svojemu telesu? Lahko ga večkrat čez dan povabite z vprašanji:

- Drago telo, kako sem lahko danes bolj prijazen/na do tebe?
- Kaj bi bilo potrebno, da sprejmem vsak milimeter sebe?
- Kaj bi bilo potrebno, da se zjutraj pogledam in rečem, ooo živjo, kakšne dolgovidščine naju čakajo danes?

Vprašaš, spustiš in zaupaš, da se bo tvoje stanje izboljšalo. Vprašanja ne potrebujejo odgovorov, že naša voljnost za spremembo je dovolj.

Ne mi verjet, raje poskusite 😊.

Zapisala: Lucija Mikelj (socialna pedagoginja)

