



End avades me hakkame end tükk tüki haaval lahti võtma, et lubada kergusel endasse siseneda. Kuid see enda vaikselt lahti harutamine ise pole kerge töö, me peame vaatama igat tükki endast. Me leiame sealt allasurutud igatsused, allasurutud soovid, ihad, hirmud; me leiame sealt palju piire, mis ei sobitu meie tõelise olemusega ja millest on raske lahti lasta, sest me ei tea mis saab meist ja meie elust kui need uskumused ja teadmised enam meid koos pole hoidmas.

Tükk tüki haaval me harutame end lahti. Me kogeme iga tüki vabanemist uude kergusesse, mis võib rohkem tunduda kui läbi seina kõndimine, me peame vahel mitu korda proovima ja pea ära lööma, enne kui päriselt usume, et suudame ja läbi astume. See protsess ei toimu üleöö ega vaid ühe korraga, see on elukestev teekond, mistõttu ei ole vaja end suurte eesmärkidega pinge alla seada, vaid lubada endal avaneda enda tempos, lubada endal võtta need hetked läbi elu, et olla olemas enda jaoks ja tunda ära kui uus tükk hakkab taas lahti vajuma, et siis olla seal ja hellalt ta omaks võtta, et ta saaks vaikselt kergusesse vajuda.

Me vabastame end oma tahkusest, et saaksime aina kergemalt voolata ühes eluga, olles tundlikum elule – olles sügavalt puudutatud elust ja tema ekstaatilisest voolust.

Usalda enda teekonda, ja ära unusta, et sa ei pea kõike korraga tegema. Võta endale aega, et kõik saaks hakata vaikselt lahti rulluma, et sa endas liiga suurt kaost ei tekitaks kõige rutaka avamisega, mis võib sind viia hullumise äärelle. Seda kõike on lihtsalt liiga palju. Me ei pea ise puurima ja lammutama, elu teeb seda imeliselt läbi meie väga hästi ajastatult, et kõik saaks toimuda loomulikult ja kõige kaunimal viisil. Kõik juhtub kui me oleme selleks valmis. Niiet ole lihtsalt valmis. Muud sa ei peagi tegema, ole valmis, et sel hetkel kui midagi tahab hakata lahti vajuma siis sa oled kohal ja valmis lubama sellel juhtuda.

Tänu ja armastusega,
[HingeTee](#)

[< EELMISELE LEHELE](#)