

## DOTEKY

Sdílím na přání mé starší zamyšlení 🙏.

❤️ Doteky, doteky, kam jste se poděly?

Doteky, objetí, láska, kyslík pro život. Tak krásné a potřebné, ale bohužel, vytrácejí se. Ve vztazích jsou propasti, mnoho vztahů se bortí, protože není čas. Hledá se rychlé řešení, ve všem. Budovat vztah a krásy v něm je pro některé příliš náročné. Raději výmluvy proč to nejde.

Pár dnů pozoruji lidi kolem. Světem vládnu mobily, zrychlenost, hlava zabořená v zemi a v hlavě přehlcnost.

Lidé se přestávají usmívat, dívat se do očí, lidé přestávají mít čas na pohlazení, objímání. Není čas, často slyším z různých stran.

Ale čas na doteky je. Ale jiným směrem. Mnoho doteků je věnováno mobilním telefonům. Zkusme si spočítat, kolikrát za den se ho dotkneme, tedy pohládíme, jsme s ním v kontaktu. A přidat se může počítačová myš, klávesnice atd.

Zkusme se zastavit a zamyslet. Opravdu chceme mít ten nejvěrnější dotek a vztah s mobilem? Zkusme si uvědomit, jak by bylo partnerům, dětem, přátelům, blízkým, kdyby denně dostali tolik doteků jako mobilní telefon. Svět by se uzdravil, lásky by bylo všude dost, vztahy by vzkvétaly.

Jen každý sám za sebe může udělat změnu. Odložme telefon a pojďme věnovat pohlazení někomu pro nás důležitému. A nezapomeňme se dívat do očí.

A pokud máte chuť a sílu, zkuste zítra počítat počet doteků s mobilem, a počet doteků s někým důležitým. Kdo vyhraje? Kdo má u vás přední místo? Opravdu to takto chcete? Pokud ne, změňte to. Každou vteřinu můžete začít.

Hezký den a oslavujme krásu pohlazení. Je to dar, co léčí.

Lucie Mucalová, lektorka a koučka