



filicstimea

Kedves Társkereső!

Köszönöm, hogy részt vettél a „Hol találom a társam?” című előadáson. Ebben a dokumentumban küldöm neked három korábbi írásomat, ami úgy érzem, kiegészíti az előadást és hasznos nézőpontokat adhat a továbbiakhoz.

A három írásom, amit megosztok veled a következő:

- **Kemény nőből lány leszek**
- **Pajzsos társkeresők**
- **Szex és Társkeresés**

Jó olvasást kívánok hozzá!

Ha pedig úgy érzed, elfáradtál, megrekedtél az úton és jól jönne egy kis segítség, várlak az egyéni foglalkozásaimon.

Megkeressük, vajon miért nem jött el eddig az Igazi, mi hiányzik még hozzá, miben lehet vagy kell még fejlődni és megdolgozzuk, fejlesztjük a szükséges területeket.

Ránézünk arra, mit tapasztaltál eddig, hol akadtál el.

Meghallgatom a gondolataidat, átbeszéljük a félelmeidet, a vágyaidat és a reményeidet.

Együtt megkeressük az igazi ÉNedet, aki tisztában van az értékeivel, aki tudja, merre tart, aki bátor, aki nem fél. Kibontjuk, bátorítjuk, kiszínezzük, élettellel töltjük meg.

Ha nyújtod a kezed, én megfogom, és elkísérlek az úton, ami önmagadhoz és remélhetőleg a társadhoz vezet.

Az üléseinken csak Veled foglalkozom, a teljes figyelmem a Tiéd.

Csak Te meg én. 😊

Megosztom veletek a **legutóbbi két visszajelzést**, amit kaptam a coaching folyamatról:

"Timit évek óta ismertem különféle fesztiválokról, előadásokról, ahol összefutottunk és beszélgettünk. Nyugodt, kiegyensúlyozott, tudatos nőt láttam meg benne. Néhány évre kiesett a látómezőmből, aztán mint Coach, a Tudatos társkeresés szakértője tért vissza eléem. Mivel önismerettel foglalkozom jómagam is másfél évtizede, nagyon megszűröm kihez megyek el tanácsadásra. Ahogy elkezdtem olvasni az írásait, az az érzésem kelt, hogy nekem írja őket, rólam szólnak. Hosszú évek óta – futó kapcsolatokon kívül – egyedül voltam. Azokról a problémákról írt, amikkel én is foglalkoztam, amiken nem tudtam túljutni, bár mindennél jobban vágytam társra. Csakhamar felkerekedtem, hogy újra találkozzak vele személyesen. Egy társkereső estre mentem először. Ott kötetlenül beszélgettem vele az életéről, hogyan alakult az elmúlt években. Nagyon tanulságos este volt, már akkor beültek a fülembe a mondatai. Éreztem, hogy ő lesz, aki tovább tud vinni a problémáimon. Ezek után bejelentkeztem hozzá tanácsadásra. 4 alkalomra szerződünk első körben. Gyakorlatilag az első két alkalommal minden fontos információt át tudott nekem adni, ami hiányzott a társra leléshez. A harmadik alkalommal már nem szingliként találkoztam vele. Jelenleg egy olyan férfival épül a kapcsolatom, aki mellett teljesen önmagam tudok maradni és amit 39 évem alatt sosem tudtam megtenni. Timi támogató hozzáállása, szakmai felkészültsége, empátiája, rugalmassága rengeteget segített, hogy az a megfoghatatlan massa, ami bennem keveredett, letisztuljon és a helyére kerüljön, hogy végre párkapcsolatban fejlődhessek. Köszönöm!" Edina

És egy másik:

„Timivel először az Érintés Fesztiválon találkoztunk, ahol lemanurgia foglalkozást vezetett. Olyan elemi erővel hatott rám az első, majd egy évvel később a második élettáncos foglalkozása is, ami miatt úgy éreztem, szeretném őt megismerni. Kerestem a kapcsolódást vele, eleinte a további élettáncos lehetőségek terén. Az első beszélgetés alkalmával derült ki számomra, hogy coachként dolgozik. Egy évvel ezelőtt kezdtünk el közösen munkálkodni, - párkapcsolati témában kértem a segítségét. Minden egyes alkalommal tükröt mutatott, ami által megértés, belátás vagy éppen új felismerés született bennem. Nagyon hálás vagyok ezért a közös évért, rengeteg segítséget kaptam Timitől, hogy tudatosabban rálássak saját magamra, az értékrendemre, a

párkapcsolatomra, barátságaimra és ezen túlmenően próbáltunk azokra a helyzetekre oldást vagy megoldást találni, amik értékrend ütközésekkel jártak a kapcsolataimban. Szívből ajánlom őt önismereti, párkereső úton ill. párkapcsolatban levőknek egyaránt. Emberségre, felkészültségre, figyelemre, minőségi időre, jóságra, tapintatra, tudatosságra és szakmai alázatra számíthatnak mindazok, akik Timi segítségét kérik.” Zsuzsanna

Ha gondolkodnál a közös munkán, annyit érdemes tudni róla, hogy egy díjmentes telefon beszélgetéssel szoktuk kezdeni, ahol picit ismerkedünk, meglátod, hogy szimpatikus vagyok-e neked.

Itt van lehetőség feltenni a kérdéseidet a coaching folyamattal kapcsolatban és elmesélni, hogy mi a témád, mivel érkezel.

Ez nagyjából 30 perc és a beszélgetés a végén eldöntheted, szeretnél-e velem dolgozni.

A weboldalamon találsz több információt és sok kérdésre választ a folyamatról, illetve a díjazásról.

Kívánom neked a legjobbakat, hogy mihamarabb megtaláld a párodat és egy teljes és boldog életet!

Szeretettel,

Timi



bilicstimea

a tudatos társkeresés szakértője

Önismereti mentor, Coach

tel: +36 30 630 2908

www.bilicstimea.hu, hello@bilicstimea.hu



Kemény nőből lágy leszek

Évek óta egyedül élsz, önállóan vezeted az életedet, dolgozol, biztosítást kötsz és háztartást vezetsz.

Megtanultál szerelőkkel tárgyalni, az autóban égőt cserélni, elcipeled a szatyrokat egyedül is, még ha belegebedsz is.

Csak magadra számíthatsz, a sok teendő között folyton egyensúlyozol, meg kell állni a helyedet mindenhol.

Kemény vagy, leküzdesz minden akadályt és naponta százszor legyőzöd önmagad is, csúcsra járatod magad fizikailag és lelkileg is.

Kifelé pedig a kedves arcod mutatod, MINT EGY BALERINA A SZÍNPADON: szép a mosolyod, szép a ruhád, de éhes a lelked és fáj minden porcikád.

Elfáradtál. Pihennél egy picit.

Jó lenne megosztani a terheket, jó lenne mesélni róla valakinek.

Jó lenne egy ölelő erős kar, ami kiveszi a kezedből a nehéz szatyrokat.

Jó lenne egy erős váll is, amin megpihenhetsz és egy tenyér is, ami megsimogat és ami meleg.

És egy meleg szempár jó lenne, ami biztat és azt súgja: együtt megoldjuk, minden rendben lesz.

Amikor kezvedbe veszed a női lapokat, mindenhol azt olvasod, legyél nőies nő.

Befogadó, elfogadó, lágy, ha új vagy jól működő párkapcsolatra vágysz.

Hogyan válj hát a nőies nővé, hogyan légy befogadó, elfogadó és lágy? Hogyan is lehetnél mindezek mellett újra nő?

Rég elfelejtetted már vagy talán sosem volt a tiéd.
Mert a élet folyamatos kihívás, folyamatos verseny, folyamatos feladat megoldás.
Verseny az idővel és a teendőkkel, a kollegákkal és a főnökkel.

Talán a legfontosabb és első lépés ebben azt meglátni és megérteni, hogy ez itt most más.

Ez itt most nem verseny. Megismétlem: EZ NEM VERSENY.

Már megmutattad. Már bebizonyítottad, hogy képes vagy rá.

Adj magadnak egy percet és élvezd az ennek szóló elégedettséget. Sikerült.

Veregesd meg a saját vállad, hogy az életben férfi nélkül is remekül helytállsz.

Megcsináltad. Tényleg.

Most pedig húzd ki ezt pontot a teendők és bizonyítandók listájáról. Kész. Befejezve.

Feladat teljesítve. Egyedül is képes vagy.

Többet nem kell bizonyítani, ideje az újabb feladatokra koncentrálni. Az új feladat pedig az, hogy mutasd meg, keresd meg, fejleszd ki a női oldaladat. Azt a bizonyos befogadót, azt az elfogadót, a lányat.

Két kulcsszó hozzá:
ALKOTÁS és MEGTARTÁS.

A férfi alkot, tehát aktív. Tesz, tervez, épít, javít, megvéd és előre visz.

A nő tart, tehát passzív. Megtartja önmagát és a férfit, az érzéseket, a bensőséges hangulatot, a családi békét. Gondoskodik, a háttérben marad és az érzelmi biztonság az, amit ad.

A férfi cselekszik, a nő megtart.

Ez nem verseny, nem küzdelem, nem harc, nem alá és fölé rendelődés, hanem valami egészen más. Nem kell vitatkozni, nem kell visszavágni, nem kell az igazadat bizonygatni, csak tedd le a pajzsodat és kezdj el kommunikálni.

Mondd el, amit érzel, mondd el, amit gondolsz, milyen hatással vannak rád a szavai, a viselkedése, a tettei.

Szelíden, halkan, kedvesen.

Hazatérve a munkából, ő is megpihenni vágyik, csendre és békére, nem csatározásra és elégedetlenségre.

Nézz a szemébe, simogasd meg, éreztesd vele, hogy veled és nálad megpihenhet.

Köszönd meg, ha valamit jól csinál, jelezz vissza, dícsérd meg.

Éreztesd vele, hogy fontos, hogy hasznos, hogy szükség van rá.

És kérj. Szelíden, halkan, kedvesen.

Meglátod, megtáltosodik tőle és még többet akar belőle. És belőled is.

Végül bízz magadban és abban, hogy működik. Lépésről lépésre, napról napra, hétről hétre.

És egy percre se hidd, hogy ha így teszel, akkor GYENGÉBB VAGY. Ehhez is erő kell, igazi erő, egy férfi mellett másképp kell erősnek lenned. Erősnek az elengedésben, a megengedésben, erősnek a bizalomban, a ráhagyatkozásban, a megtartásban.

Mert rábízni magadat a másakra bizony nehezebb, mint gondolnád.
Nehéz bízni abban, hogy ott lesz neked, hogy ott lesz helyetted és ő is megtart majd.
Bízni abban, hogy társad tud és akar lenni.
Bízni abban, hogy a férfi szerepét ő is fel akarja venni.
Nehéz magadat átadni és az erős karba belesimulni.

Ám férfi csak akkor tud melletted lenni, ha hagyod neki.
Nőként a felelősséged, hogy megengedd neki, hogy férfi legyen, hogy férfivá váljon.
Az a dolgod, hogy gondoskodj, hogy békét és érzelmi biztonságot adj, amiben meg tud nyugodni, amiben ki tud nyílni, amiben el tudja kezdeni a dolgát tenni.

AJÁNDÉKOZD MEG AZ ÉRZÉSSSEL, hogy fontos és hasznos, hogy ő is hozzátesz.
Nem csak elvben és fejben, hanem gyakorlatban is. És ne félj, marad bőven neked is.

És hogy tedd?

Egyszerűen csak lépj hátra és engedj teret neki. Engedd oda a csomaghoz, a fűnyíróhoz, engedd, hogy kinyissa neked az ajtót. Engedd, hogy irányt szabjon az életének, az életeteknek, hogy gondolkozzon, hogy kitaláljon, hogy alkosson. Hogy tegyen, tervezzen, építsen, javítson, megvédjen és előre vigyen.

És igen, ő másképp gondolkodik és másképp cselekszik.

Véleménykülönbség lesz? Lesz. Félreértés lesz? Lesz.

Másképp fogja gondolni? Igen.

Másképp fogja csinálni? Igen.

A maga módján, a maga férfias módján.

A Te dolgod az, hogy hagyd neki. Ne vitatkozz, ne feszegesd az erődet, ne vágd a szemébe, hogy egyedül is megoldod.

Tudjuk, hogy egyedül is meg tudod. De azt is tudjuk, hogy nem akarod.

Ez egy új felállás, és elsőre furcsa lehet, és talán elsőre nehezen találod majd benne a helyed.

Mert benned van a mókus, aki a kerékhez, a folyamatos verklihez szokott. Ahhoz, hogy egyedül ő hajtja a kereket a saját stílusában és ritmusában. De amikor ketten lesztek, akkor más stílusban és ritmusban, ketten hajtjátok azt a kereket. Ami más, valami teljesen más.

És könnyen lehet majd, hogy elsőre ő sem érti és tudja, hogyan kell. Mert még soha senki nem engedte, hogy a dolgát tegye.

ENGEDD MEG magadnak is és engedd meg neki is, hogy próbálkozzon, hogy gyakoroljon, tanuljon és hogy hibázzon.

Nem kell mindent egyszerre, kezd kicsiben és adj ennek és magadnak időt, vedd észre a változást. Magadon és magatokon.

KÉRDÉS, hogy akarod-e, hogy mered-e?

Kérdés, hogy változtatsz-e a viszonyulásodon egy minőségi kapcsolat felé?

Változtatsz-e a gondolkodásodon és a szokásaidon?

Tudsz-e elég erős lenni és megengedni, hogy férfi legyen? Beengeded-e őt teljes férfi valójában az életedbe?

Vagy továbbra is ugyanazt hozod és teszed, mint korábban, amikor férfiként éltél és működtél?



Pajzsos társkeresők, avagy támadunk és félünk

Jól emlékszem az ellenállásra, ami bennem volt éveken át az online társkeresőkkel szemben. Úgy érzetem, baj van velem, ha a való életben nem tudom megtalálni a társamat, társkeresőre pedig csak a lúzerek mennek. Aztán, ahogy teltek a hetek, hónapok, sőt évek, rájöttem, hogy mégiscsak körbe kell ott is néznem, növelve az esélyeimet.

Szóval feliratkoztam, aztán le. Aztán fel, aztán le. Újra fel és újra le. Így ment ez éveken át, sosem bírtam sokáig a jelenlétet az online felületeken.

Mert bizony oda fel kell vértéznie magát az embernek lelkileg.

Volt ott minden: a lábfetisisztától, a lopott fényképek mögé bújtakon át, a hétpróbás kalandorokig. Némelyeken jól derültem, máskor nagyokat hümmögve jöttem el a randiról, és volt olyan is, hogy mélyen megbántottak és belém tapostak.

Úgy tűnt, mindenki Claudia Schiffert keresi, a félszemű sánta bakter is.

Kompromisszum pedig nincs, mert vonzó a következő kattintás mögött rejtőző lehetőség és a vele együtt járó bizsergés. Hátha ott lesz az igazi, a mesék megálmodott hőse vagy hercegnője, és ha Te nem az vagy, akkor húzz el innen messzire.

Nagyon kellett figyelnem ezek után arra, hogy ne vegyek páncélt magamra, ne kezdjek el félni és visszatámadni. Nem volt könnyű és ha őszinte vagyok, nem mindig sikerült.

De tudtam, hogy egy sündisznó senkinek nem kell. Lehet érdekes, néha talán cuki is, de ki akar vele egy ágyban, összebújva aludni?

A célokat szem előtt tartva komoly elhatározás és sok-sok türelem kellett hozzá, hogy sokadszorra is adjak esélyt, sokadszorra tiszta lapot adjak a másiknak, sokadszorra is elmenjek randizni, sokadszorra is feltegyem a kérdéseimet.

A többség azonban tele van tüskével és csak az látszik belőlük.

Mert milyen bemutatkozó az, ami csak a másiktól szól?

Arról, hogy ne legyél ilyen vagy olyan, vagy a legyél ilyen vagy olyan. Elvárások mindenütt. Csak arról szól, én milyen legyek. De én mit tudtam meg róla?

Azt, hogy bántották, hogy sérült, hogy nem a megfelelőkbe botlott bele. És még valami nagyon fontosat: hogy ezt nem tudta feldolgozni, nem tudott továbblépni és fél, hogy újra megtörténik.

A múlt romjain dagonyázik, ahelyett, hogy megküzdene vele.

Sündisznó tele tüskékkel, aki pajzsként tatja maga előtt az elváráslistáját, és ha rákérdezel, még vissza is támad. Te választanád őt?

A boldogságért megyünk a társkeresőre, nem sündisznóért és nem szúrásokért.

A nagy Ő-ért, az Igaziért. Az jókedvéért, az elfogadásért, a szeretetért.

A reggeli közös kávéért, az ölelésekért, a cinkos molyosokért.

Az IGEN-ért, az életre szóló kalandért, a boldogan-éltek-amíg-meg-nem-haltak-ért.

Kapcsolódni ahhoz lehet, aki leteszi a pajzsot pajzsot, aki nem fél tőlem, aki beenged.

Kapcsolódni ahhoz lehet, aki mellett komfortos hosszan ücsörögni, akinek a vállán megpihenhetek, aki mellett puha és meleg az élet.

Aki jókedvű, aki bízik magában és a jövőben, aki mellett nyugalom van, és aki adni akar.

Aki bízik bennem, bátorít, aki akkor is ott lesz, ha nem én vagyok Claudia Schiffer.



Szex és társkeresés 1.

Tartogassam magam vagy éljem meg a vágyaimat?

Ez számos párkeresőnél komoly dilemma, főként, ha éveket kell várni egy komoly kapcsolatra.

Mert a vágy folyton jelen van, néha csak csendben és alig érezhetően, más napokon viszont vadon és követelőzően sürget, hogy történjem már valami. (Főként, ha az ember lányának peteérése van, amikor a természet és a hormonok minden erejükkel igyekeznek rászorítani a reprodukcióra.)

A mai világban, amikor már nem annyira tabu a szex és a beszéd róla, mindenki elgondolkodik a kérdésen.

Azonban mindannyiunk számára érvényes, kielégítő válasz nincs, kinek-kinek magának kell megtalálni a számára megfelelő utat.

Egy hosszú kapcsolat után vagy egy rosszul sikerült házasságból szabadulva, megtépázott önbizalommal nagyon vágyunk az elismerésre, a „vonzó vagyok” érzésre.

Ilyenkor hirtelen kitágul a világ, "szabad a szex és szabad a szerelem" felkiáltással csapnak sokan a lovak közé, bepótolni mindazt, ami hiányzott az utolsó, intimitást és szexualitást nélkülöző hónapokból vagy évekből.

Sok férfi ilyenkor nagy kanállal kezdi bekebelezni az életet, míg a nők a „végre megtalálom az igazit” vágyképpel lépnek ki a társkeresők (vagy szexkeresők?) piacára, nem számolva azzal, hogy közben megváltozott a világ.

Jómagam nem is értettem, miről beszél az első férfi, akire rányílt a szemem 15 évnyi kapcsolat után, amikor azzal állt elő, hogy „nem keresek semmi komolyat”.

Számomra a komoly a házasság, a gyerek, az összeköltözés, nem is értettem, hogy jön szóba az első randin, túl korai még.

Nem tudtam, hogy ez azt jelenti majd, hogy nem vállalnak fel, nem fogják meg a kezemet az utcán, nem mutatnak be a barátoknak.

Nem tudtam, hogy azt is jelenti majd, hogy nem lesz valódi intimitás, nem lesznek mély beszélgetések és közös programok.

Nem sejtettem azt sem, hogy csupán alkalmi játszópajtás leszek majd mások mellett és esténként a „nem vagyok elég jó, a nem kellek és a hol rontottam el” démonaival küzdök majd hónapokig és elepedek egy hívásért, egy találkozóért, egy érintésért.

Amikor megéled mindezt, akkor jössz rá arra, hogy már másképp működik a világ. Fájdalmas felismerés, összetört szív és önbecsülés. Felocsúdva mindezekből ugyanakkor gyönyörűnek is tűnik, a szívárványon át nézve minden csodásan színes, de csalóka fényekben úszik.

No, de visszatérve, mit tegyél, ha hosszú évekig várat magára a szerelem, a vágyaid viszont tombolnak?

Egyre az jár a fejedben, most vagy a legszebb korban, virágzol, férfiként most vagy erőd teljében, mit kezdj ezzel az életenergiával?

Megéljed a vágyaidat? Megélheted-e egyáltalán? Ellentmond a neveltetésed és a való világ.

Legyünk őszinték, egy csillogó szempár, a hódítás öröme és egy mámoros éjszaka elsőre igazán vonzónak tűnhet. Igazi önbizalom injekció, visszahozza a „vonzó vagyok, vágnak még rám” érzését.

Persze könnyű ítékezni mindezen és azt mondani, hogy mindennek belülről kell fakadnia. Egy ideális világban mindez bizonyára így is lenne.

Ám mi a helyzet akkor, amikor évek óta nem volt senki az életedben? Ha hosszú ideje nem kaptál bókokat, nem kaptál érintést, nem suttozták a füledbe, hogy fontos vagy, hogy szeretnek, férfiként pedig nem éreztetted, hogy valaki lágyan odabújik hozzád?

Barát extrákkal, játszópajtás, szeretődsdi, alkalmi kaland vagy hosszútávú szexkapcsolat, hosszú a lehetőségek listája.

Vajon melyiket választod? Vajon belemész a kalandba vagy várod továbbra is a párodat?

A mai világban már csak rajtad múlik, mit engedsz meg magadnak. Ahogy én látom, a legfontosabb az, hogy mindig csak annyit tégy, ami számodra rendben van, ami nem okoz lelkiismereti problémát. Az pedig legfőképp a lelki alkatodtól függ, hogy éppen milyen lelkiállapotban vagy, mi a célod vele.

Mert vigyázat! Nem mindenki bírja el érzelmileg az üres öleléseket, akkor se, ha ez már szabad, ha a körülötted lévő is ezt az utat választották, ha ez a könnyebb, csábítóbb út.

Sokak kelnek fel idegen ágyakban lelkileg kiüresedve. Ránézel a melletted fekvőre és az égvilágon semmilyen érzés nincs benned. Többet vett el, mint amit hozzád adott. Odaadtad a testedet és talán picit a lelkedet, ő pedig használta, „amire kell”.

De Te biztosan erre vágytál? Az aktuson, a kielégülésen, a vágyak levezetésén túl? Kaptál közben érintést, csókot, megsimogatta-e a lelkedet?

Vajon az össz mérleg pozitív vagy negatív mindezek után?

Kisimulva, feltöltődve mész haza, vagy idegenül és kiüresedve?

Nem hivatásom ítéletet mondani. Egy éjszakás kalandokból is lettek már szerelmek, barátok extrákkal is képesek humort, érintést, örömet ajándékozni és komoly kapcsolatok is lehetnek intimitástól mentesek.

A lelked a lényeg. Mit súg neked? ❤️

Szex és társkeresés 2.

Most pedig egy történet, a képzelet szülötte. Egy a sok ezer lehetségesből:

EGY NŐI VERZIÓ A SOKBÓL

Tombolnak a hormonjaid, nem is emlékszel, mikor szeretkeztél utoljára. Úgy érzed, muszáj most már ennyi nélkülözés után, nem élhetsz tovább önmegtartóztatásban, a párod pedig egyszer majd úgyis megérkezik.

Óvszert vásárolsz, piros rúzszt teszel fel, bekészíted a pezsgőt a hűtőbe. Órákig készülödsz és próbálgatod a tükör előtt az újrakezdésre vásárolt fehérneműt. Aztán lemész egy buliba, körbe hordozod a tekinteted, keresed a lehetőséget. Várod a lovagokat és az egykori mohó tekinteteket, de senki rád nem néz.

Megváltozott a világ az elmúlt években, feletted is elszállt az idő. Nem vagy már elsőosztályú árú a piacon, csak egy piros rúzsos, negyven körüli nő a tizen- és huszonéves, kikapós csitrik között.

Márpedig velük kell versenybe szállni és mi mást tehetnél, be is szállsz, jöhetnek a merészebb szettek, hajrá botox, pushup, miniszoknya, műszempilla és szolárium! Újra megtanulod ujjad köré csavarni a férfiakat és szinte bárkit hazavihetsz egy-egy éjszakára.

Viszed is őket sorjában, magad sem tudod hányat és közben hiszed, hogy menő vagy, hiszed, hogy vonzó vagy, és hiszed, hogy mindez jó neked, hisz Te döntöttél így, mert modern, felvilágosult nő vagy.

A férfiak pedig buknak rád, miért is ne élnének a lehetőséggel.

Közben méregeted őket a kívánság listához, ki felel meg vajon minden pontnak, ki lesz az Igazi?

Ők pedig éhes hordaként vetik rád magukat, messziről kiszagolják azt, aki könnyen kapható és egyre többet akarnak egyre kevesebbért.

Ám a vágyott kedves szavak, érintések nincsenek ott, sem az egyik, sem a másik mámoros éjszakában, egyetlen csókkal, érintéssel, kedves szóval sincs több, mint az feltétlenül muszáj.

A szíved pedig vérzik, csak egy kis figyelemre vágyott, de valahol kisiklott az egész.

„Eddig és ne tovább”- kiált fel a lelked egy napon, nem akarsz már több lélektelen éjszakát, a hányinger kap el, ha csak rá gondolsz.

Mintha álomból ébrednél, nézel a tükörbe és nem tudod, ki néz szembe veled. Ki ez a kihívóan öltözködő, görcsös mű nő, kedves szavakért, egy érintésért mindenét odaadó szeretetkoldus?

Visszavonulsz a vackodba megnyugodni, kipihenni, lelki erőt gyűjteni, megtisztulni, vezetkegni. Tisztul a tested, tisztul a lelked, hosszú hónapokig rá se nézel férfiemberre, kiteszed a szívedre és testedre a STOP táblát.

Mint egy téli álom. Nyugalom. Béke.

Türelmesen várokozol hogy gyógyuljanak a sebeid. És jól esik ez így.

Egyre csak várod, hogy kész legyél hogy lehessen újra keresni, de most már úgy

tényleg az Igazit, a szerelemed, a párod, a társad, a boldoganéltekmígmegnemhaltak-ot. Mert kívárod, ki akarod várni, meg akarod találni.

Ám ahogy telnek a hetek, a hónapok, olykor évek is és ahogy szaporodnak az apró ráncok a szemed körül és ereszkedik a bőröd, megjelennek az ősz hajszálak, sőt, egyéb ősz szálak is. Egyre gyakrabban merül fel benned, hogy valahogy ez sem jó.

Mi van, ha a testem és a lelkem lassacskán elszürkül, kiszárad? Mi van, ha megkeményedik az arcom, a tekintetem is? Mi van, ha az idő múlásával elvesz a vonzerőm, a szexuális energiám?

Vajon el lehet felejteni, milyen az, vonzónak érezni magamat vagy nőként, felemelt tekintettel járni? Mi van, ha már nem kellek senkinek?

És akkor újra kimerészkedsz a csigaházadból és ugyanazt látod, mint előtte. Tombol az élet, könnyű szerelmek szökkennek szárba és hervadnak el tucatiával körülötted. Kívülállóként mostanra érted meg, hogy nem kell versenybe szállni, nem kell a ringlispilre újra jegyet váltani, azon kívül is van élet.

És akkor tud végre rád köszönteni a való élet.

Valamikor egy napon jön egy kedves fiú.

Bár nem olyan, mint amit felírtál a kívánság listára, de figyel rád, meghallgat, simogat a tekintetével. Elsőre csak a kertkapuig kísér, a szemedbe néz és újra, és újra látni akar. Felhív minden nap, ott van. Stabílan és kiszámíthatóan.

Érzed, ahogy a téli álomból ébredszik a lelked és hogy napról napra kevesebb kifogásod van őellene.

Gondolatban töröld a kívánság listát a és csak két szót írsz fel a szívedre helyette: „engem akar”.

Lassacskán lekerül a STOP tábla is és résnyire kinyílik a szíved ajtaja.

u.i. Ez a női verzió, férfiak, ha elkülditek nekem a történeteiteket vagy beszélgetünk róla, megírnám a férfi oldalt is. Előre is köszönöm!

Szeretettel,

Timi