

Agnieszka Maciąg – wszystko co najpiękniejsze zaczyna się w naszym wnętrzu...

written by Ewa Kozioł

Kiedy rozmawiam z innymi kobietami, mam wrażenie, że czują one, że życie to coś na co nie mają wpływu. Codziennosc to coś paradoksalnie nierealnego. Gdzieś pomiędzy karierą, domem i rodziną tracą kontakt z tym wszystkim, zaś w samym życiu najbardziej brakuje ich samych.

Gonitwa za pieniędzmi, szczęściem, zdrowiem i stawianie na piedestale błędnych wartości nie jest kluczem do harmonii. Żyjemy tu i teraz, łapmy dzień, carpe diem. Poniższymi czterema pytaniami chciałabym rozpocząć serię wywiadów z kobietami z różnych środowisk, mającymi na celu pokazać, że życie jest w naszym posiadaniu, że życie jest piękne i wcale nie musi być pasmem przypadkowych zdarzeń. Natomiast prostota życia nie jest czymś banalnym czy prymitywnym. Bycie tu i teraz, ucieranie własnych kremów, znalezienie choć odrobiny czasu na upieczenie chleba, zabawa z dziećmi, spacer po mokrej łące to jest życie... Agnieszka Maciąg autorka bloga <http://agnieszkamaciag.pl/>, kobieta zachwycająco piękna nie tylko zewnętrźnie ale i wewnętrznie jest dziś moim gościem.

Mam nadzieję, że w jej odpowiedziach zobaczycie magię, którą i ja dostrzegłam.

Agnieszka Maciąg



1. W naszych czasach niewiele kobiet czuje się spełnioną, a Ty wyglądasz na osobę, która potrafi żyć w

harmonii z naturą i sobą będąc jednocześnie niezwykle aktywną zawodowo. Czy faktycznie się tak czujesz? Czy było to w Tobie od zawsze czy może pojawiło się w pewnym momencie Twojego życia, jeśli tak to kiedy i co miało na to największy wpływ?

W moim przekonaniu poczucie spełnienia nie jest stanem stałym. Nasze życie nie jest monolitem, ale żywą i nieustannie zmieniającą się energią. Bywają chwile, gdy czuję się spełniona, ale zaraz pojawia się nowe wyzwanie, czy też nowa wewnętrzna potrzeba, która pragnie być zaspokojona. Cudownie, że tak jest, bo to mnie zmusza do ciągłej podróży, do nieustannego rozwoju, do nauki. Dlatego unikam sformułowania „jestem spełniona”. Owszem, bywam taka i są to piękne chwile. To prawda, że żyję w zgodzie z samą sobą, z naturą i „wszechświatem”. Idę za głosem swojego serca, co wymaga mnóstwa odwagi, wiary i zaufania. Ale także determinacji i codziennej pracy. Chaos i hałas świata zewnętrznego jest tak głośny, że czasem trudno to swoje serce usłyszeć. Trzeba nad tym nieustannie pracować i na każdym kroku dokonywać wyborów, aby siebie nie zgubić, nie stracić.. Bo gdy nie mamy prawdziwych siebie, to nie mamy nic. Dlatego na to dobre połączenie ze sobą codziennie pracuję – medytacją, refleksją, pisanie, chwilą wyciszenia. Aby mieć na to czas wstaję bardzo wcześnie rano – czasem o 5:00, a czasem nawet o 4:30. Naprawdę warto.

2. Współcześnie przypisuje się pieniądзом dużą wagę i traktuje jako klucz do szczęścia, szczególnie w państwach rozwijających się jak na przykład Polska. Często ludzie mniej

zamożni uważają, że mając pieniądze można żyć tak jak się chce i to dzięki nim są w stanie osiągnąć harmonię i szczęście. Czy podziela Pani to zdanie? Czy życie ekologiczne, lub świadome jak ja osobiście wolę je określać, musi być drogie i dostępne jedynie dla wybranych?

Życie świadome i ekologiczne to nie jest sprawa pieniędzy, ale stanu naszego umysłu. Naszego wyboru. Kasza jaglana czy gryczana, płatki owsiane, rośliny strączkowe, nasze polskie warzywa i owoce (te są dla nas najlepsze i najzdrowsze) to nie są drogie rzeczy. A jeśli chodzi o pieniądze – niewątpliwie są niezbędne do godnego życia, żyjemy przecież w materialnym świecie, który rządzi się pewnymi prawami. Musimy jeść, ubierać się, płacić rachunki, zapewnić byt naszym dzieciom. Do tego potrzebne są pieniądze. Ale one same w sobie nie są źródłem szczęścia. W moim życiu poznałam bardzo wiele osób zamożnych, sławnych, odnoszących ogromne sukcesy zawodowe – a jednocześnie bardzo ubogich wewnętrznie. Głęboko nieszczęśliwych. Przecież każdy z nas słyszał o sławnej osobie, która popełniła samobójstwo, albo straciła życie z powodu leków, narkotyków czy alkoholu. Szczęśliwi ludzie nie sięgają po tego typu używki... Osoby, które mogę z czystym sumieniem nazwać szczęśliwymi, to wcale nie osoby zamożne, ale osoby świadome, pokorne, wdzięczne. Osoby, które potrafią cieszyć się z tego co najprostsze. Potrafią doceniać i celebrować codzienność oraz prostotę. Skromność. Może to są wartości dzisiaj nie modne, ale z pewnością są źródłem ponadczasowego szczęścia. Ja jestem zdania, że w naszym życiu ważna jest równowaga – bogactwo tak, ale w sensie duchowym, zrównoważone umiejętnością zadbania o potrzeby świata materialnego. Dla poczucia wewnętrznego spokoju harmonia i równowaga obu tych światów jest potrzebna. Każda osoba, która szuka poczucia szczęścia w świecie zewnętrznym jest narażona

na ogromne rozczarowanie. Mamy na to niezliczone ilości dowodów.

3. Czy naturalna pielęgnacja zdrowia i urody może być skuteczne, i dlaczego zdecydowała się Pani na wybór właśnie tej tematyki na Pani autorskim blogu?

Przez większość mojego życia bardzo chorowałam. Niestety nie znalazłam uzdrowienia w medycynie konwencjonalnej, dlatego zaczęłam szukać w naturze. I tam je znalazłam! Zostałam uzdrowiona około 10 lat temu. To rozpoczęło moją nową, lepszą drogę życia, która stała się inspiracją dla moich książek „Smak życia”, „ Smak szczęścia”, a ostatnio „Smak miłości”. Pragnę dzielić się tym do odkryłam, co pomogło mi, moim bliskim, rodzinie i znajomym. Dostałam coś cennego i pragnę dalej nieść to w świat! Natura nieustannie zdumiewa mnie i zachwyca. Wychowałam się blisko natury, ale później zaufałam życiu „nowoczesnemu”. Powrót do natury to tak naprawdę powrót do moich korzeni. Wychowałam się blisko natury, moi rodzice uprawiali ogród, rośliny. Zawsze były w domu wyhodowane przez nas warzywa i owoce, w spiżarni przetwory domowej roboty. Gdy zaczęłam pracę modelki wydawało mi się, że w Nowym Jorku, Paryżu czy Mediolanie odnajdę lepsze życie – tak się nam wydaje na podstawie filmów, czy kolorowych magazynów. Mieszkałam w najlepszych hotelach, jadałam w najdroższych restauracjach, poznałam najświetniejszych i najbogatszych ludzi świata i... niczego zachwycającego tam nie znalazłam. Raczej pustkę, stres, lęk, czasem arogancję i generalnie mało prawdziwego, wewnętrznego piękna. Wybrałam inne życie. Mniej zewnętrznych błyskotek, a więcej wewnętrznej głębi i prawdziwych wartości, które dają trwałe szczęście ☐



4. Czy ma Pani jakąś radę dla kobiet, które chcą być szczęśliwe, zdrowe i piękne w tych zabieganych czasach?

Podstawą zdrowia, piękna i poczucia wewnętrznego spokoju (co utożsamiam z poczuciem szczęścia) jest dobry kontakt z samą sobą. Zewnętrzny świat stale od nas czegoś oczekuje, mówi nam jak mamy wyglądać, czuć się, co mamy myśleć, czytać itd. Tzw. mody... Uciszenie szumu zewnętrznego świata i skierowanie się w stronę własnego serca, swojej mądrości i wewnętrznej siły – to jest energia, która daje zdrowie, piękno, moc i poczucie szczęścia. Gdy czujemy się dobrze same ze sobą, gdy kochamy czystym sercem i z wiarą patrzymy w przyszłość, dopiero wtedy jesteśmy w stanie budować dobre relacje z innymi ludźmi, szczęśliwą rodzinę, oraz pracę zawodową, która jest zgodna z naszym powołaniem. Wszystko co najpiękniejsze zaczyna się w naszym wnętrzu. W naszych myślach, w naszej energii. To wymaga pracy i samodyscypliny. Z całą pewnością jednak warto zrobić ten wysiłek, bo efekty wykraczają daleko poza nasze oczekiwania! Takie jest moje osobiste doświadczenie i życzę go

wszystkim! :).

[mpp_inline id="55194"]