

# Jak być super mamą, za mniej.

Ewa Koziół



**Odkryj więcej sprawdzonych przepisów w  
DARMOWYM herbarium wejdź na  
[www.slowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl) , aby uzyskać  
swój dostęp i zacząć skutecznie używać  
zioł**

Często gonimy przed siebie, tak naprawdę nie wiedząc, dokąd.

Jednak kiedy skupimy się na tym, co się dzieje, na dzieciach biegnących przez las, na zapachu wiosny, na pięknej pogodzie, na życiu tu i teraz, czujemy spokój; czujemy, że żyjemy. Dlaczego więc tak rzadko jesteśmy obecni?

Te dobre chwile to jednak nieliczne chwile, które właśnie dlatego nie poprawiają jakości naszego życia, ponieważ są zbyt rzadkie.

Wmawia nam się, że dzięki technologii mamy czas na wszystko, jednak nikt nie uczy nas, jak z niej korzystać, by faktycznie mieć czas dla siebie dla bliskich.

Życie płynie, a każda z nas, znajdując się na innym etapie swojego życia, zapomina o jednym: że każda „pora roku”, każdy etap życia mają swoje zalety. Tak, nie są idealne, ale nie szukajmy perfekcjonizmu.

Bycie mamą malutkich dzieci sprawia, że czujemy się

wyczerpane, zwłaszcza gdy noc wydaje się być jedynie serią karmień, ale momenty, w których maleństwa tak niewinnie przytulają się do Ciebie, chcesz wyłapywać za każdym razem.

Bycie mamą starszych dzieci też może sprawiać, że czujemy się wyczerpane; ciągłe zmagania z nowo kształtującym się charakterem, indywidualizmem i potrzebą niezależności nie ułatwiają sprawy, ale szacunek, zaufanie i partnerstwo, jakie otrzymujemy w zamian, niczego nie są w stanie zastąpić.

Bycie mamą dorosłych dzieci też może wyczerpywać; obawa przed przyszłością i dokonywanymi wyborami, ale obserwując ich szczęście, same stajemy się szczęśliwe.



## **BYCIE MAMĄ NIGDY NIE JEST PROSTE. NA ŻADNYM ETAPIE NASZEGO ŻYCIA.**

Pamiętaj jednak, że każdy z tych okresów niepostrzeżenie mija. Lata płyną szybciej, niż Ci się wydaje. Czasem same biegniemy w takim tempie, że nawet nie zauważamy, jak nasze dzieci stają się coraz starsze.

Musisz być świadoma tego, że chcąc posiadać coraz więcej, że robiąc coraz więcej i stając się jeszcze bardziej zapracowaną, tracisz coś, czego nigdy nie będziesz w stanie odzyskać.

# MNIEJ ZAWSZE ZNACZY WIĘCEJ.

Kiedy zastanowisz się nad tym, co tak naprawdę jest ważne, zaczniesz cieszyć się chwilą.

W sytuacji, gdy każdemu człowiekowi mówi się, aby pracował więcej, aby chciał więcej, aby wydawał więcej, stajemy się niewolnikami fantazji, które w nas zaszczepiono.

W świecie, w którym mniej jest kojarzone z lenistwem, trudno jest żyć prawdziwie. Jednak mniej to więcej życia, więcej autentyczności, więcej wolności.

## MNIEJ TO WOLNOŚĆ.

Często pracujemy, by żyć na określonym poziomie, który tak naprawdę nie jest nam potrzebny do szczęścia. Często stwarzamy złudzenia i chcemy, by inni myśleli o nas zupełnie inaczej.

Czy mniej wypchany grafik oznacza, że jesteś leniwa?

Czy wyłączenie portali społecznościowych w telefonie oznacza, że jesteś ignorantką?

Czy skromniejsze życie, ale posiadanie większej ilości czasu na to, co ważne, oznacza, że żyjesz gorzej? Od kogo? Od tego, który nie ma czasu nawet dla siebie?

I kiedy do spełnienia swoich marzeń potrzebne są pieniądze, warto zastanowić się, czy to marzenie faktycznie jest TERAZ naszym priorytetem, a nie jedynie chęcią posiadania, nieprawdziwą potrzebą?

# Co poświęcamy, a z czego rezygnujemy?

Chcesz żyć prawdziwiej? Chcesz budować rodzinę, a nie grupę ludzi, którzy mijają się między swoimi zadaniami? Zaczynaj od tego, by MNIEJ stało się Twoim priorytetem.

Mniejszy dom, mniejszy samochód, mniej rozmów telefonicznych, mniej wydawania pieniędzy na bzdury, ponieważ mniej to więcej.



UWAGA, ten dokument jest prawnie chroniony prawem autorskim @Copyright 2012-2024 Fundacja Zielony Zagonek, nie wolno go powielać, kserować ani używać w jakikolwiek sposób bez kontaktu z autorem na stronie [www.slowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl)