

Armastuse kolm retsepti

TARVITA IGA PÄEV. VAJADUSEL MITU KORDA PÄEVAS



VÕTA AEGA ENDA JAOKS

Võta aega enda jaoks! Kui sinu tuju on hea ja meel rõõmus, siis – oh üllatust küll! – on nii ka su lähedastel. Mul kulus selleks omajagu aega, et mahutada kõigi me laste ja mehe ja tööde-tegemiste kõrvale see mind väestav aeg. Ja algul, kui me lapsed olid riburada tillukesed, tundus see täiesti võimatu. Sest kogu aeg on midagi Väga Tähtsat teha. See tundus võimatu selle hetkeni, kus sain aru, et kui mu tass on tühi, pole sealt midagi jagada. Pole jagada lastele. Mehele. Lähedastele. Sõpradele. See “minu aeg” (jutumärgid on siin seepärast, et tegelikult on mu aeg kogu aeg mu oma, lihtsalt fookus pole kogu aeg endal) ei tähenda alati omaette olemist (kuigi vahel jaa!), ja enamasti tähendab see praegu üht õuetiiru. Vahel tulevad lapsed ratastega kaasa, vahel vudib me Nunnu minuga koos, mõnikord käime koos Taaviga – täpselt nii, nagu päev lubab. Aga see tõrtsuke liigutamist värskes õhus on mu armastuse esimene retsept. Mine õue!

KUULA ENNAST

Kuula ennast ehk usalda oma kõhutunnet © Eriti neis asjus, mis puudutavad armastust. Kallised ja musisid ei saa kunagi olla liiga palju. Hellitamist ei saa olla kunagi liiga palju. Rõõmu ei saa kunagi olla liiga palju. Ütle alustuseks endale: “Ma armastan!” ja siis kõigile oma kallitele. Iga päev. Mitu korda. Armastust ei saa kunagi olla liiga palju. Ja saada kukele kõik need “pill-tuleb-pika-ilu-peale”-ütlemised!

Loo enda mantrad, mis sind toetavad ja tõstavad! “Täna on imeline armastuse päev!” näiteks alustuseks. Ja siis ütle seda endale, kui oled põgenenud hommikuse tormamise eest hetkeks kempsu ja põrnitses seal peeglist endale otsa. Esialgu tundub nii jabur, et juba see jaburus veab suunukad üles poole. Ja hiljem – proovi! Imed sünnivad siis, kui neisse uskuda!



NAUDI ELU!

Mu pildistamiste üks puudutavamaid armastuse lugusid sündis tänavu suvel, kui värskelt abiellunud naine, kelle pulmas pildistasin, kirjutas. Et nende pulmade kõige ilusam hetk pärast tseremooniat oli siis, kui nad tulid emaga kahekesi pildile. Ja ma palusin emal sosistada oma tütrele kõrva midagi, mida ta ammu on tahtnud öelda, aga seni ikka ütlemata jätnud. “Ja ta ütles: “Ma armastan sind!” Esimest korda!”

Selle tütre kiri on mul kaustas, kus hoian puudutavaid hetki. Neid, mis panevad veelgi rohkem elu armastama.

TEE, MIDA ARMASTAD!

Sina oled enda maailma naba, ja see tähendab muuseas ka seda, et mitte keegi teine ei saa sulle öelda, mis teeb sind õnnelikuks. Ei su vanemad, elukaaslane, lapsed ega sõbrad.

Ole oma päevades uudishimulik. See on kõige lihtsam viis jälile saada sellele, mis sind köidab. Vaata, mida tehes tunned sa rahu ja rõõmu, mis paelub sind nii, et sa ei raatsi seda pooleli jätta. Tunneta!

Armastusega,
fotograaf Grethe

