

RAK
KAU
DEN
KAH
RUNOKIRJA
LEET

GLAUDIA VON KONONOFF

GLAUDIA VON KONONOFF

Rakkauden kahleet

© 2024 Glaudia von Kononoff

Kuvitus: Glaudia von Kononoff

Kustantaja: BoD – Books on Demand, Helsinki, Suomi

Valmistaja: BoD – Books on Demand, Norderstedt, Saksa

ISBN: 978-952-80-8218-7

*Haluan kiittää kaikkia teitä,
joiden kanssa elämäntiet
ovat jo kohdanneet.
Olette jokainen tuoneet
tärkeän palasen Rakkauden kahleisiin.
Kiitos myös teille,
jotka olette vielä tulossa.
Te opetatte minulle sen,
mitä tänne piti tulla oppimaan.
Kaiken kokemani kautta
olen oppinut hyväksymään itseni,
tanssimaan elämän tahtiin ja
ennen kaikkea rakastamaan itseäni.*

GLAUDIA VON KONONOFF

Rakkaudella sinulle

Tervetuloa Rakkauden kahleet -runokirjan äärelle. Toivon, että tämä kutsu johdattaa sinut kohti sydämesi syvyyksiä, joissa rakkauden voima tulee täydeksi. Missionani on synnyttää ajatuksia ja herättää keskustelua rakkaudesta. Uskon, että rakkaus tuo oikean muutoksen aikamme ongelmiin, kun lisäämme yhdessä rakkaudellisia tekoja. Runokirja on vain yksi minun teoistani, joilla haluan levittää rakkauden sanomaa.

Kuulin kutsun, joka johdatti minut rakkauden äärelle. Kerta toisensa jälkeen mieleeni nousivat sanat: usko, toivo ja rakkaus. Tämä sai minut miettimään mihin uskon ja mitä on rakkaus? Uskon meidän yhteiseen valoomme, joka tulee nousta näkyville, jotta voimme aidosti rakastaa toisiamme. Tämä tarkoittaa pelkojen ja uskomusten poistamista, aidon minän näkymistä ilman rajoittavia kahleita. Katsoessani ylös, olipa oloni onnellinen tai epätoivoinen, näen aina ympärillämme olevan maagisen rakkauden taian. Kiitän kaikkia rakkaitani, jotka ovat opettaneet minua näkemään tämän.

Rakkauden kahleet teoksen runot, maalaukset ja kuvat kuvastavat henkistä kasvupolkuani, sisäisiä kamppailujani ja oivalluksen hetkiä, jotka ovat muovanneet minut minuksi. Olen yhä matkalla, pyrkien elämään universaalin rakkauden virrassa, ilman kahleita, jotka estävät meitä löytämästä todellista valoomme.

*“Revi auki haavat ja häpeä, tunnista pelot,
hylkää turvallisuus, ole rohkea.
Tule tietoiseksi egosta, ole hetki rikki.
Etsi intohimosi ja merkityksesi,
valaise ympäristösi.
Muista kiitollisuus ja anteeksianto,
jotka kuljettavat meitä kohti universaalia rakkautta.”*

Rakkaus ympäröi meitä

Mitä sinä ajattelet? Voisimmeko, ihan jokainen tuoda enemmän rakkautta arjen hetkiin ja kohtaamisiin? Rakkausvoima kantaa meitä läpi elämän niin pimeiden aikojen, kun toisaalta se valaisee onnen hetkiä tehden niistä vieläkin valoisampia. Rakkauden ympäröivässä maailmassa tunnemme itsemme arvokkaiksi ja merkityksellisiksi eikä meillä ole silloin mihinkään kiire.

En tiedä vaikuttaako tämä sinun käsitykseeni rakkaudesta mutta minulle seuraava tieto rakkaudesta sulautui heti sydämeen. Muinaiset kreikkalaiset luokittelivat rakkaudelle kahdeksan eri tasoa, minusta ne ovat todellisia arjen laatutekijöitä. Tietenkin meidän jokaisen kokemus ja ymmärrys rakkaudesta on oma ainutlaatuinen kokemus.

Kahdeksan rakkauden tasoa

EROS

Eros on seksuaalista intohimoa ja halua, jota on pidetty hieman pelottavana. Se saa monet menettämään kontrollin ja toimimaan arvojen vastaisesti. Toisaalta parhaimmillaan eros on intohimoa, vetovoimaa ja henkistä yhteyttä, joka pitää suhteen kukoistavana.

PHILIA

Philia on lempeää ja uskollista rakkautta ystäviäsi ja perhettäsi kohtaan. Se on kiintymystä ja yhteenkuuluvaisuuden tunnetta, joka luo turvallisuutta ja perustaa elämään.

STORGE

Storge on luonnollisen kiintymyksen muoto, jota koetaan sukulaisten, vanhempien ja lasten välillä. Se muistuttaa paljolti philiaa.

LUDUS

Ludus on hauskaa, leikkisää ja viettelevää rakkautta, jota esiintyy lasten ja vanhempien välillä. Samaa iloa ja keveyttä kuin pikkuisen harmiton flirtti. Ludus tuo sisäisen lapsemme kaveri rakastaa luovuutta, mielikuvitusta ja huumoria.

PRAGMA

Pragma on kestävä, kärsivällistä ja hyväksyvää rakkautta, joka mahdollistaa kompromissit yhteisen hyvän vuoksi. Se on pitkän ja kestävän liiton salaisuus ja toisaalta isovanhempien rakkautta lapsenlapsiaan kohtaan.

AGAPE

Agape on rakkauden korkein muoto, se on lahja, jonka saamme, kun synnymme. Se on pyyteetöntä rakkautta kaikille eläville olennoille tässä maailmassa. Se on empatiaa, hyväntekeväisyyttä ja pyyteetöntä auttamista.

PHILAUTIA

Philautia on tervettä itserakkautta. Sinun pitää rakastaa itseäsi ja tehdä hyviä tekoja itsellesi, ennen kuin voit auttaa tai hyväksyä muita. Osaat myös antaa anteeksi itselle, jolloin osaat antaa anteeksi myös muille.

MANIA

Maniarakkaus on pakkomielteistä rakkautta, joka vie kumppanin hulluuteen. Sitä esiintyy, kun eros ja ludus ovat epätasapainossa. Mania haluaa epätoivoisesti rakastaa ja tulla rakastetuksi, jolloin mania näkyy omistushaluna ja mustasukkaisuutena. Muista, että oman arvon ja itsetunnon vahvistaminen auttaa mania rakkaudesta kärsiviä.



Rakkauden kahleet
kertoo maailman tilasta ja
omakohtaisesta kasvupolusta.
Luovuus niitä niittää
voiko enempää kiittää.
Rakkaus meitä
yhteen liittää.



ISBN: 978-952-80-8218-7