

PRZENOSZENIE NIEKOCHANIA z pokolenia na pokolenie



**DANUTA
TERPIŁOWSKA**
Twórczyni Terapii
Sercem/Terapii
Miłością
tel.: 501 262 495
www.terapiasercem.pl

MIŁOŚĆ JEST
PODSTAWOWĄ
I NIEZBĘDNĄ POTRZEBĄ
W NASZYM ŻYCIU.
MIŁOŚCI NIC NAM
NIE ZASTĄPI. MŁODY
CZŁOWIEK NIE JEST
ŚWIADOMY, ŻE WSZELKIE
JEGO NIEPOWODZENIA
MAJĄ SWOJE ŹRÓDŁO
W BRAKU MIŁOŚCI.

Dlaczego mówimy „młody człowiek”, a nie wspominamy (na razie) o dziecku i człowieku dorosłym? Otóż świadomość braku miłości pojawia się właśnie w młodym człowieku, który poprzez tzw. młodzieńczy bunt daje znać sobie i otoczeniu, że czegoś mu w życiu brakuje. Na efekty nie trzeba długo czekać. Z czasem brak miłości przekłada się bezpośrednio na całe jego życie, w tym na związki i sukcesy zawodowe, bądź na ich brak.

W dzisiejszym świecie, w którym królują biznes i sukces, często zapominamy o podstawach i fundamentach naszego życia. Takim fundamentem, na który mamy ogromny wpływ, są dzieci.

Jak brak miłości wyraża małe dziecko? Smutkiem, zamykaniem się w sobie, wolniejszym rozwojem lub – i to zdarza się najczęściej – agresją wyrażaną np. nieuzasadnionym, zdaniem dorosłych, płaczem, rzucaniem zabawkami czy innym manifestowaniem niezgody na rzeczywistość.

Jak demonstrują brak miłości dorośli? Apatią, zniechęceniem, brakiem zaufania, niskim poczuciem własnej wartości, brakiem wiary we własne talenty i możliwości albo złościwością, zazdrością, nieżyczliwością, niezdrową rywalizacją, agresją. Konsekwencji braku miłości jest znacznie więcej – to np. obciążanie dzieci swoimi niespełnionymi ambicjami, wygórowanymi oczekiwaniami, bez uwzględniania ich możliwości i indywidualnych potrzeb. Co jest zatem tak ważnego w miłości? Najogólniej rzecz ujmując – SPEŁNIENIE. To nie materia zaspokaja nasze potrzeby – jedynie **miłość daje pełnię**. Gdzie jej szukać? **W sobie!**

Ale! Najpierw trzeba być świadomym braku miłości. A dziecko tej wiedzy nie ma, więc nie jest w stanie dać sobie miłości. Może ją natomiast otrzymać od dorosłych. Co się dzieje, gdy dorosły przebywający w otoczeniu dziecka – przede wszystkim rodzic

– tej miłości w sobie nie ma (a raczej nie jest jej świadomy)? Otóż powiększa grono osób pozbawionych podstawowej potrzeby, jaką jest miłość do spełnionego, szczęśliwego, spokojnego, świadomego istoty wartości i sensu życia.

W taki sposób następuje przenoszenie niekochania z pokolenia na pokolenie. Jak temu zaradzić, szczególnie w przypadku małych dzieci? Jak obdarzać je miłością, nie mając jej w sobie? Po pierwsze, uświadomić sobie jej niezbędność, po drugie, odrzucić pretensje do tych, którzy nam jej nie dali, bo skoro nie dali, to znaczy, że jej również nie dostali. Czyli? Nie ma winnych. Są tylko nieświadomi. Wiedząc to, eliminujemy pretensje do naszych rodziców i pracujemy nad wybaczeniem. Wybaczenie rodzicom braku lub zbyt małej otrzymanej dawki miłości uwalnia nas od urazów i pretensji, co z kolei oczyszcza nasze serca i umysły, tworząc miejsce na MIŁOŚĆ, którą – przypominać – dajemy sobie sami.

Co to oznacza? Otóż miłości uczymy się od podstaw, dając ją sobie sami. Zaczynamy nareszcie siebie kochać. Pozwalamy sobie na kochanie siebie, wpuszczając miłość do naszego życia, zamykając jednocześnie destrukcyjny krąg pokoleniowego niekochania. Dając sobie miłość, stajemy się miłością, którą bez problemu obdarzamy nasze potomstwo i bliskich. Mówię „bez problemu” pod warunkiem, że nie będziemy jej reglamentować. Każde otwarte i pełne

miłości serce rodzica i bliskich przelewa ten niezwykle dar kochania na dzieci – bez warunków, bez słów. Dzieci doskonale, też bez słów, wyczuwają nasze serca i płynącą z nich miłość.

Jak przekłada się to na codzienne życie? Szczerze i bezwarunkowo kochane dzieci są radosne, otwarte, ufne, kreatywne. Mają spokojny sen, swobodnie i klarownie sygnalizują potrzeby. Ufają nam i światu. Kochają,

**Szczerze i bezwarunkowo kochane
DZIECI są radosne, otwarte, ufne,
kreatywne. Ufają nam i światu.**

nie blokując swojej miłości. Sprawa jest zatem prosta: wystarczy nie niszczyć miłości, która jest w każdym z nas. Każdy dorosły ma też w sobie własne wewnętrzne dziecko, z którym dobra relacja pozwoli wrócić mu do beztroskiej, bezwarunkowej radości życia.

Możemy przerwać krąg niekochania, pozwalając sobie na kochanie siebie. Kochając i akceptując siebie, bez trudu pokochamy i zaakceptujemy nasze dzieci takimi, jakimi są. Kochane miłością bezwarunkową dzieci są nie tylko spokojne, szczęśliwe i spełnione, są przede wszystkim skarbem i sukcesem naszego życia. A co najważniejsze – i o tym warto pamiętać – są naszymi najlepszymi nauczycielami bezwarunkowej miłości, radości i twórczej beztroski, czego nam dorosłym tak bardzo czasami brakuje. ☒

Targi Office Days

wyposażenie i usługi dla biur

9-10 kwietnia 2013, EXPO XXI, Warszawa

NAJWAŻNIEJSZE
WYDARZENIE
W SEKTORZE
BIUROWYM!



Office managerowie, sekretarki,
asystentki zarządów



Deweloperzy, właściciele
i zarządcy biurowców



Architekci i projektanci wnętrz



Informatycy odpowiedzialni
za zakup sprzętu firmowego

Zarejestruj się na niecodzienne spotkanie branży biurowej

www.officedays.pl