



Tanja Pureta

magistrica
psihologije,
vlasnica tvrtke
Ramiro
(www.ramiro.hr)

VI PITATE, TANJA ODGOVARA

Moja majka je u terminalnoj fazi bolesti, i prvi put pokazuje osjećaje i nježnost. Prije je uvijek bila otresita, pa me ovo drukčije ponašanje zbunjuje i teško ga prihvaćam. Što mi savjetujete? Lucija, 50

Posve je normalno da ste zbunjeni, jer takvu mamu, nažalost, niste imali priliku dosad upoznati. Vjerojatno se pitate koja varijanta mame je istinitija. Odgovor je da su obje jednako „prave“, samo je prva mislila da će, ako pokaže ljubav, ispustiti konce kontrole iz svojih ruku i tako vaš odgoj prepustiti sudbini. Sad kad je izgubila iluziju da drži konce „sudbine“ u rukama, dobila je veliki dar – slobodu da vam pokaže koliko vas uistinu voli. Vjerojatno se pitate i kako odgovoriti na ove emocije, jer ste kroz život naučili biti suzdržani prema njoj. Dobra vijest je da, ako odaberete ostati suzdržani, time nećete povrijediti mamu. Naime, kada se ljudi ovako otvore za ljubav, oni u pravilu ne očekuju ništa zauzvrat, već se jednostavno prepuštaju tom osjećaju, koji svemu daje smisao. Dakle, ona će uistinu razumjeti bilo kakav vaš emocionalni odgovor te vas i dalje nastaviti jednako otvoreno voljeti. Međutim, ova situacija daje vam priliku da iskusite ljubav koja vas je oduvijek povezivala, samo se zbog straha nije usudila pokazati. Neovisno o tome odlučite li se ovaj dar primiti od mame odmah ili u nekom budućem trenutku sjećanja na nju, on će vam biti veliki izvor snage, sigurnosti i utjehe tijekom cijelog života.



Zašto nam je toliko teško pokazati pozitivne emocije?

Nemojte čekati nedaće kako biste doživjeli pravi osjećaj ljubavi i razumijevanja

Mnoge ljude tek suočavanje s nekom velikom egzistencijalnom krizom, teškom bolesti ili blizinom smrti dovede do nečega što nam se čini paradoksalnim za ovakve situacije – do osjećaja slobode. Ljudi se konačno oslobode želje da sve bude po njihovom, da kontroliraju situacije i druge ljude, da „važu“ koliko će kome dati svojih emocija u odnosu na njihove zasluge i sl. Kao da im usmjerenje na stvarno važne probleme, odnosno blizina odlaska s ovog svijeta, na neki način skine osobnu odgovornost za „njegovo spašavanje“. U tom trenutku mnogi shvate da je najbolje i najuzvišenije što mogu dati sebi i drugima – prihvaćanje i ljubav. Štoviše, to je ujedno najlakše i najljepše. A onda nerijetko postanu svjedoci novog čuda, a to je da sve ono što su pokušali dobiti od drugih strogoćom sada dobivaju s lakoćom i gotovo trenutačno. Ljubav i prihvaćanje najbrže potaknu druge osobe na promjene i šteta je da do tog uvida mnogi dođu tek potkraj života.

SAVJET MJESECA

Nemojte čekati životne nedaće kako biste doživjeli pravi osjećaj ljubavi i razumijevanja. Svaki dan odvojite barem malo vremena i pogledajte sebe ili nekog drugog s osjećajem čiste ljubavi, bez ikakve druge misli ili emocije. To će uistinu donijeti pravi pozitivni preokret u vaš život.