



TANJA PURETA

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

Novi početak

Naša kolumnistica smatra da svačiji život ima smisao i, ma koliko nam težak bio odlazak bliske osobe, naš život zbog toga nikako ne smije stati. Štoviše, treba biti ohrabren svim ljubavima koje smo u prošlosti dobili od dragih osoba

Nedavno sam izašla na večeru s jednim muškarcem, nakon što sam izgubila supruga s kojim sam bila 25 godina u braku. Kad sam došla kući, imala sam strašan osjećaj krivnje, kao da sam izdala pokojnog supruga i naš odnos. Kako da to premostim?

Ljiljana, 53

da sreća ne stanuje u prošlosti, nego u punom življenju života svaki dan i aktivnom prepuštanju svemu što nam on donosi. I zato je važno da nastavite živjeti i družiti se s ljudima jer još puno toga stoji ispred vas. A ako vam se pritom dogodi i nova veza, to je najbolji dokaz da je vaš prethodni brak ispunio svoju svrhu – naučio vas je davati i primati ljubav.

SAVJET: Smisao naših veza s drugima je da postanemo snažniji!

Kako kažu popularni Preradovićeви stihovi: "Stalno na tom svijetu samo mijena jest". Život nosi susrete i ristanke, a mi trebamo naučiti nositi se s njima. I kao što se navikavamo na život s nekim, isto tako se trebamo naučiti živjeti bez njega. Rađamo se i umiremo sami, a tijekom života s mnogim ljudima ostvarujemo prekrasne veze. Njihov smisao je u tome da postanemo bolji i bogatiji kao osobe, kako bismo, kad one prestanu, i dalje živjeli hrabro te se s veseljem prepuštali svim novim izazovima. Svačiji život ima smisao i, ma koliko nam težak bio

odlazak bliske osobe, naš život zbog toga nikako ne smije stati. Štoviše, treba biti ohrabren svim ljubavima koje smo u prošlosti dobili od dragih osoba tako da, kad jednog dana mi odemo s ovog svijeta, oni koji ostanu u njemu pronađu inspiraciju za vlastiti život.

SVAKI TRENUTAK JE POSEBANI!

Nedavno je mojoj prijateljici iznenada umro suprug. I dok je sa mnom dijelila svoju tugu, otkrila je kako joj je najteža bila činjenica da se nije stigla oprostiti s njime i reći mu koliko joj znači i koliko ga voli. Podsjetila sam je na to da mu je upravo to svakodnevno izražavala i riječima i postupcima te da mu je to puno više značilo nego bilo kakav oproštajni govor. Stoga iskoristite svaki trenutak da voljenim osobama (po)kažete koliko vam znače. Umjesto tugovanja nad prošlošću ili strahovanja za budućnost, jednostavno s ljubavlju i zahvalnošću uživajte u sadašnjem trenutku.

Tijekom sklapanja braka obavezujemo se da ćemo dijeliti sve u dobru i zlu, dok nas smrt ne rastavi. I tu zapravo leži odgovor na vaše pitanje: dok živimo s nekim, trebamo aktivno uživati u svakom trenutku provedenom s njime. Međutim, smrt definitivno razdvaja i od nas zahtijeva da se oprostimo od partnera i nastavimo živjeti vlastiti život. Sa svojim partnerom proveli ste 25 prekrasnih godina i sigurno imate puno lijepih uspomena koje vas mogu nadahnuti za nastavak života. Međutim, vaš suprug je definitivno otišao i ne morate se odreći bilo čega u životu zbog toga. Vaš suprug je sigurno bio s vama kako bi vas usrećio jer je smatrao da to zaslužujete. Stoga je logično da bi želio da budete sretni i nakon njegova odlaska. Važno je znati

RIJEČI UTJEHE

Mi starimo zato što napuštamo svoje ideale. Godine nam mogu izborati kožu, ali odricanje od entuzijazma nam bora dušu