



[<< 4 cz. tu >>](#)

Utrata więzi uczuciowej z rodzicami i ból osamotnienia Zatem to, co mamy uczynić, aby odebrać niszczącą moc naszemu osamotnieniu, to pozwolić sobie na przebywanie z ludźmi, którzy naturalnie okazują ciepło, obok których czujemy się akceptowani. Nie muszą to być głębokie związki intymne. Wystarczą życzliwe spotkania, ale warunkiem będzie przełamanie nieufności i otwartość na gesty życzliwości. Trzeba się odważyć zbliżyć do innych, trzeba też odważyć się uwierzyć, że nic ode mnie nie chcą, ale są bezinteresownie i życzliwie mną zainteresowani.

W relacji duchowej jest podobnie. Jeśli przez lata dzieciństwa było się pozbawionym miłości rodziców, to przez te lata utrwalало się złe przekonanie o sobie i zanikało poczucie własnej wartości. Trudno wówczas wierzyć, słuchając słów o miłości Boga. Dziecko doświadczało, że ktoś się nim zajmuje (karmi, ubiera, kładzie spać), ale nie miłuje (nie interesuje się jego uczuciami). Kiedy rodzice nie potrafili patrzeć na swoje dziecko z miłością, wtedy wyrosło w nim przekonanie, że jest przedmiotem, i trudno zmienić takie przekonanie. Ale kiedy człowiek jest dorosły, może inaczej spojrzeć na swoje życie. Cierpliwe budowanie poczucia własnej wartości przez uczenie się emocjonalnej relacji z ludźmi może je rzeczywiście zbudować i w rezultacie umożliwić budowanie relacji miłości z Bogiem. †

Utrata kontaktu z pojęciem normy i pograżenie się w chaosie

Ważną cechą świata duchowego jest ściśle określony świat wartości, a więc obowiązujący system zasad postępowania i norm. W normalnej rodzinie istnieje pewien system zasad, których przestrzegają rodzice i które powinny być przestrzegane także przez dzieci, na miarę ich możliwości. Zasady te stają się podstawami systemu wartości dzieci. Zdrowe, funkcjonalne zasady muszą mieć co najmniej dwie ważne cechy: muszą być zrozumiałe i możliwe do wykonania. Nieludzkie zasady to takie, według których nikt nie może żyć.

W rodzinie dysfunkcyjnej albo w ogóle nie ma żadnego systemu zasad, albo te, które istnieją, są tak nieprecyzyjne i sprzeczne ze sobą, że życie według nich staje się udręką. Może też być tak, że rodzice żądają od dzieci przestrzegania zrozumiałych i rozsądnych zasad, ale sami ich nie przestrzegają. Dzieci otrzymują komunikat: „Postępujcie tak, jak wam mówimy, a nie jak postępujemy. My nie musimy przestrzegać tych zasad. Jesteśmy ponad zasadami. Jesteśmy bogiem tej rodziny”. Przykładem może być ojciec, który nigdy nie chodzi do kościoła, ale dzieciom powtarza, że w niedzielę zawsze muszą tam iść.

W domu, w którym panują nieludzkie zasady, dzieci ustawicznie starają się osiągnąć coś, co

jest nieosiągalne, wobec czego ciągle błędzą i nieustannie są zawstydzane. Wobec rodziców zaczynają być nieszczerze i uczą się kłamstwa jako normy. Funkcjonuje mechanizm: „jeśli uda się oszukać rodziców, nie zostaną ukarani, a jeśli ich zadowolę, to jeszcze uzyskam pochwałę”. W relacji do Boga takie dzieci żyją w przekonaniu, że On także oczekuje, że będą zachowywać te nieludzkie zasady i w związku z tym mają poczucie winy wobec Boga oraz przekonanie, że w żaden sposób nie mogą zasłużyć, aby Bóg je kochał.

Aby się wyrwać z takiego świata nieludzkich zasad i błędnego systemu wartości, trzeba zacząć szukać wzorca, a więc uczyć się normalnych zasad i znaleźć prawdziwy świat wartości. W tym celu trzeba poszukiwać autorytetu, któremu zaufam i pozwolę się poprowadzić. Dla osoby wierzącej nieocenioną rolę może odegrać dobry kierownik duchowy, który będzie towarzyszył osobie współzależnionej w odszukiwaniu prawdziwego świata wartości i zdrowych zasad postępowania.

Zakończenie

Trzeba pamiętać, że pozytywne zmiany zaczynają się w nas samych, a nie poza nami. Objawy uzdrowienia są owocem wiary w obecność Siły Wyższej i wiary we własne możliwości. Bóg mi nie pomoże, jeśli nie ofiaruję mu wyznania wiary, czyli zaufania. Tak samo człowiek mi nie pomoże, jeśli nie odważę się zaufać swojej wartości. Pia Mellody mówi: weź w objęcia swoje demony, bo inaczej ugryzą cię w tyłek. Masz wziąć odpowiedzialność za swoją przeszłość, a wówczas życie przestanie być udręką. Wziąć odpowiedzialność oznacza najpierw rozeznac i oddzielić to, co w moim życiu jest moją odpowiedzialnością, a co nie; następnie odciąć się od tej części, która nie należy do mnie, a potem zaopiekować się tym, co do mnie należy i jest moją częścią odpowiedzialności. Oznacza to także, że jeśli staniesz się panem swego życia, będziesz mógł dać życie komuś innemu, będziesz zdolny dzielić się samym sobą. Jednym słowem, znakiem prawdziwej duchowości jest posiadać siebie w dawaniu siebie.

Trzeba na koniec powiedzieć, że tym, co daje człowiekowi życie, jest miłość. Tym zaś, co do miłości prowadzi jest wiara i zaufanie. Miłość bowiem wymaga ufego powierzenia siebie komuś drugiemu i otwartego przyjęcia kogoś drugiego. Jak mówi Henri Nouwen: «Miłość wymaga całkowitego rozbrojenia. Spotkanie w miłości to spotkanie bez broni. Kto wie, czy rozbrojenie podczas indywidualnego spotkania nie jest trudniejsze od rozbrojenia międzynarodowego. Potrafimy doskonale ukrywać swoje strzelby i noże nawet w najbliższych związkach. Dawne gorzkie wspomnienie, lekkie podejrzenie co do motywów czy mała wątpliwość, mogą być równie ostre, jak nóż trzymany za plecami jako broń na wypadek ataku. Czy potrafimy spotkać się z przyjacielem lub kimś obcym bez jakiegokolwiek ochrony? Objawić drugiemu całą swą bezbronność? Oto sedno naszego pytania. Czy mężczyzna i kobieta potrafią wykluczyć władzę w swoich relacjach i stać się całkowicie otwarci dla drugiego?»