

Trápíte sa kvôli deťom?

Vidieť vlastné dieťa trpieť je pre každého rodiča ťažké. Možno je ešte ťažšie prekonať bezmocnosť z toho, že svojmu synovi či dcére neviete pomôcť. Rodičia si často vyčítajú, že pre svojho potomka nespravili viac, alebo ho mali inak vychovať. Čo nato hovoria anjeli?

Často ku mne chodia na terapiu manželia a chcú riešiť rodinné vzťahy kvôli hendikepu ich dieťaťa, ale prichádzajú aj individuálne, matka či otec s dcérou, alebo so synom. Tieto terapie, keď nastane liečenie duše dieťaťa aj rodiča, v jeden deň sú oveľa účinnejšie a zmena nastane oveľa rýchlejšie, ako keď sa zúčastní na terapii len hendikepovaný mladý človek bez rodiča, či naopak. V prípade, ak je v rodine choré dieťa, týka sa to naozaj každého člena rodiny. No nielen matka a otec, ale aj súrodencov. Často aj oni prežívajú strachy, alebo sa im spustia samodeštrukčné programy, keď vidia, že sa ich rodičia venujú bratovi či sestre oveľa viac, ako im. Aj keby to bolo vyspelé a duchovne zrelé dieťa a chápalo by, že súrodenec je chorý a potrebuje väčšiu pozornosť, vždy sa tam objaví aj hnev – buď na rodiča, osud, alebo súrodencu. Frustrácia z bezradnosti, že sa s týmto stavom nič nedá robiť, len pretpieť pozíciu odsunutého na druhú kolaj, alebo ničivé pocity menejcennosti začnú nahlodávať vnútro mladého potomka a neskôr, v dospelosti sa to odzrkadlí na jeho vlastnej rodine. Často bez terapie človek ani nezistí, prečo je žiarlivý,

alebo žena má pocit, že jej partner ju nemiluje dostatočne. Citlivo vníma situáciu, keď sa opakuje vzorec z jej detstva: som zase na druhej kolaji, niekto iný (šéf, vlastné dieťa, kamoši, polovačka, projekt) je dôležitejší ako ja. Našťastie, dnes už je veľa techník a možností, ako sa dajú liečiť zranenia duše, no nie je potrebné dovtedy čakať. Je lepšie riešiť podobné situácie hneď v zárodku. Príjemný rozhovor s terapeutom, ktorý je empatický a vnímavý (aj na úrovni duše) môže mladému človeku veľmi pomôcť. Od 12–13 rokov dieťaťa nie je možné liečiť dieťa skrze rodiča, slečna či mládenec musia chcieť a otvoriť sa takémuto stretnutiu. Hodinový rozhovor môže spraviť zázraky...

Šikana kvôli inakosti

To isté platí o dieťati, ktoré je choré, alebo má hendikep, čím sa odlišuje od svojich rovesníkov. Aj keď dnešní mladí ľudia sú uvedomelejší, je stále menej tých, ktorí netrpia kvôli svojej inakosti. Sociálna izolácia je ťažká, pretože môžu natrafiť

na zákerných spolužiakov, alebo neodbornú učiteľku. Dodnes si spomínam na isté poobedie, kedy som išla s plačom domov, lebo sa mi chlapci z vyššieho ročníka základnej školy vysmievali pre moju postavu. Nemali sme veľa peňazí, matka nás so sestrou vychovávala sama a snažila sa ako vedela. V ten deň som mala na sebe sukňu, ktorú už ona nenosila, tak mi ju prešla. Stále si pamätám textúru a farbu látky a tú obrovskú bolesť z poníženia, že musím nosiť nemoderné dospelácke veci (hoci upravené a prešité). Aj keby to bol ojedinelý prípad, už by stačil na vytvorenie komplexov. Bohužiaľ, deti na základnej a často aj na strednej škole takto šikanujú svojich spolužiakov, ktorí sa niečím odlišujú. Najhorší prípad je, ak o tom doma ani nepovedia. Dusia to v sebe a postupne to vedie k depresiám alebo vážnym chorobám. Čo má v takomto prípade robiť rodič? Dôležité je komunikovať s ním, všimnúť si jeho správanie a nechať ho hovoriť o svojich pocitoch. Tieto skryté bolesti detí je najťažšie odhaliť, ale ak ste pozorná matka alebo otec a poznáte svoje dieťa, jednoducho musíte vycítiť, že niečo nie je v poriadku.

Zaradenie dieťaťa do kolektívu v škole

Pozrime sa aj na rodičov, ktorí majú doma choré dieťa. Teraz myslím na takú disharmóniu tela, s ktorou môže chodiť do školy, ako napríklad rôzne tráviace problémy, mierne telesné deformácie (kratšia noha, nedokonale vyvinutá ruka, či nesymetrická tvár), čiastočná hluchota či slepota a podobne. Sú to mladí ľudia, ktorí môžu navštevovať bežné školy a nemusia byť zaradení do špeciálnych škôl. Musí nastať súhra viacerých situácií, aby sa takéto dieťa dostalo do triedy, kde má milého a chápaných spolužiakov a fundovanú a empatickú učiteľku. No bohužiaľ, takých prípadov je menej a tak hendikepovaný chlapec či dievča musia čeliť nielen odlišnostiam kvôli svojej chorobe (iná strava, topánky, okuliare, načúvacie zariadenia), ale aj útokom spolužiakov. Čo robí v takýchto prípadoch milujúci rodič? Chce svojmu dieťaťu čo najviac pomôcť. Ulahčiť aj tak ťažký život. Lebo chudáčik moje dieťa koľko trpí... Je to úplne prirodzené a pochopiteľné. A ani vás nechcem poučovať, ako sa správať v takýchto prípadoch. Pretože na terapii som zažila aj

druhý extrém. Matka prišla na terapiu a keď rozprávala o utrpení svojej dcéry, nakoniec kývla rukou a povedala: „Nestresujem sa kvôli nej. Je to jej karma, jej osud, vybrala si to, tak nech si to rieši sama. Nie je to moja vec.“ Nemusíte byť ani na duchovnej ceste, aby ste poznali staré pravidlo, ktoré platí vo všetkom: zlatá stredná cesta. Čiže ani príliš trpieť a preberať bolesť namiesto dieťaťa, ani nebyť chladná a bezcitná k osudu vlastného potomka. Je množstvo spôsobov a techník ako nájsť túto zlatú strednú cestu pri výchove hendikepovaných detí a ich súrodencov.

No dnes vám chcem ukázať niečo iné. Často sa stane, že rodič až neskôr pochopí, že niečo „pokazil“, že mal pristupovať k svojmu dieťaťu inak. Keď ku mne prišla na terapiu matka osemnásťročného dievčaťa, už z nej bola emočná troska. Preplakala celé rozprávanie o svojej dcére, ktorá trpí kvôli svojej chorobe, aj keď by pri tom mohla žiť plnohodnotný život. Jej dcéra, krásne mladé dievča malo jednu nohu kratšiu a nielenže musela nosiť špeciálne topánky, ale mala aj iné odlišnosti: jemné pohybové obmedzenia. Napriek tomu mohla robiť skoro všetko, ale matka sa sťažovala, že jej v domácnosti nepomáha, uzatvára sa do izby, nekomunikuje a dostáva sa do depresií. Z rozhovoru vyplynulo, že jej tak veľmi chceli pomôcť, že jej od malička vo všetkom uľahčovali život. Vytvárali okolo nej ružovú bublinu, až kým vyrástla a v puberte dostala zopár faciek od života. Lenže tento spôsob výchovy vyústil do rozmazaného dievčaťa, ktoré uverilo tomu, že je obeť a nemá zmysel žiť. Matku som previedla terapiou, aby pochopila, že si nič nemusí vyčítať. Bolo veľmi dôležité, aby táto matka pochopila, že si ich dcéra vybrala. Presne takú „mäkkú“ matku a „slabého“ otca, ktorí sa nepostavili rázne k dcére a nepovedali jej: máš LEN takýto hendikep. Máš zdravé ruky, oči, uši. Vieš chodiť, rozprávať a dokážeš žiť plnohodnotne ako väčšina ľudí. NIE SI OBEŤ! Je to určitý stav, ktorý budeme akceptovať a pozrieme sa spoločne na to, čo vieš urobiť a čo už je za hranicami tvojich fyzických možností. A keď sa chceš ľutovať, tak ťa zoberieme k naozaj chorým ľuďom, ktorí nemajú nohy, nevidia, alebo majú iné vážnejšie problémy. Nie si obeť, drahá dcéra. SI TVORCA SVOJHO ŽIVOTA! Čo teda od života chceš? Čím chceš byť? Poď, pozrieme sa na to a pomôžeme ti dosiahnuť tvoje sny.“ Ak je mladý človek s hendikepom vychovávaný v takomto duchu, môže sa z neho stať druhý Nick Vujcic (motivačný spíker narodený bez

rúk a nôh). No potom by to bol iný život, s iným poslaním. Lenže dcéra tejto ženy si zámerne vybrala rodičov, ktorí ju držali ako vo vatičke a prehlbovali v nej rolu obeť. Až prišiel deň, kedy prišla ku mne na terapiu a pochopila, že to tak nie je. Anjeli jej odkázali, ako sa má odteraz správať, čo má robiť a ako sa cítiť, aby sa dostala z depresie a začala sa tešiť zo života. Vyčistili sme všetky negatívne väzby a od toho dňa sa im začal nový život. Matka pochopila, že konečne môže žiť svoj život a dcéra sa naučila techniky, ako von zo stavu, ktorý jej nedovolil prežívať šťastie.

Čo pomôže v náročnej situácii

Čo robiť, ak máte doma podobné dieťa? Skúste ho dostať na sedenie (nehovorte slovo terapia) k dobrej terapeutke. Povedzte, že to bude len rozhovor. Ideálne je tiež začať chodiť na jogu, kde sa okrem iného naučí aj dychové cvičenie, čím sa dokáže uvoľniť. Ja odporúčam okrem toho denne si čistiť čakry a auru. Domáca úloha je aj čítanie duchovnej literatúry, resp. také knihy, ktoré posilňujú sebaľásku. A napokon takýto človek potrebuje najšť kreativnú aktivitu, ktorá ho bude tešiť. Čoraz častejšie pracujem s mladými ľuďmi, ktorí sú v depresiách, alebo sa k tomu nebezpečne rýchlo blížia. Viem, že terapeutická pomoc je nutná, preto ak možno vy sami máte podobné pocity apatie a prázdnoty, odporúčam čím skôr vyhľadať odborníka. Cesta von existuje, terapeut vám ju pomôže nájsť. Rodičom v podobných situáciách anjeli odkazujú, aby nemali výčitky svedomia. Vždy ste robili najlepšie, čo ste mohli robiť. Ak dnes to už vidíte inak, tak sa poučte a zmeňte svoje nastavenie, no netrýznite sa sebaobviňovaním. Žite v radosť a šťastí, takto najviac pomôžete svojim deťom. Buďte pre nich vzorom, lebo budú kopírovať vaše správanie. Žite tak, aký život prajete svojim deťom.



Monika Jakubeczová

Štyridsať rokov som anjelov ignorovala. Až jedno leto prišlo neodbytné nutkanie čítať. Odložila som prácu, venovala som sa len čítaniu a meditácii. Od tej chvíle ma začali navštevovať anjeli. Otvorili sa mi nové dimenzie vnímania. Dnes žijem svoj ďalší život v spojení s anjeli. Svoj príbeh som zverejnila v knihách Prebudili ma anjeli, Život s anjeli a Kozmická láska. www.jakubeczova.sk

Začnite dôverný rozhovor

Ako sa priblížiť k takejto zranenej duši? Ak položíte priamu otázku: „Čo ti je? Ublížil ti niekto? Povedz mi, čo sa stalo!“ – riskujete, že syn či dcéra odpovie len: „Nič.“ Lebo sa hanbia alebo si myslia, že s tým aj tak nič neviete spraviť. Alebo nechcú, aby ste sa do toho miešali, lebo potom budú vyzeráť pred spolužiakmi ešte horšie. Prípadne pri neodbornej učiteľke si to odnesú na známkach. Ak chcete, aby sa vám vaše dieťa úprimne otvorilo, musíte prvý krok v dôvere spraviť vy. Ako? Začnite rozhovor s nejakým vašim tajomstvom alebo príbehom, ktorý ešte nepozná. Takto si získate jeho dôveru a následne začne hovoriť o sebe. Napríklad, ak vidíte, že vaša dcéra je už tretí deň akási iná, mlkva a zatvára sa do izby, hoci inokedy „čvirikala“ v kuchyni, keď ste pripravovali večeru, tak môžete prísť za ňou do izby, s otázkou, či nerušíte (toto je dôležité, takto si ju uctíte a ona si to bude vážiť). A potom jej poviete svoj príbeh. Možno by som začala takto: „Dcéra, vidím, že už tretí deň nie si vo svojej koži. Hovoríš, že nič ti nie je, ale mám pocit, že sa predsa len niečo deje. Pripomenulo mi to jeden príbeh, ktorý som zažila u dedka. Stalo sa to, že...“ a tu naozaj musíte povedať osobný príbeh, žiadne výmysly. Potom pokračujete, aby príbeh mal poučenie. „...lenže ja som o tom nikomu nič nepovedala a potom, keď sa nato prišlo, bol z toho problém...“ alebo „...myslela som si, že keď to nepoviem nikomu, vyrieši sa to samo. Nevyriešilo a tak sa stalo, že bolo ublížené aj ďalším...“ a podobne. A na záver by som povedala: „Ja ti absolútne dôverujem a viem, že si silná a šikovná, ale ak sa stalo niečo, čo by možno bolo vhodné porozprávať mi, budem rada, keď mi o tom povieš. Lebo vidím, že niečo sa stalo. Chcem ti len pomôcť.“ A nechajte ju, aby prehovorila. Ja som svojmu synovi od malička prízvukovala, že nech sa stane čokoľvek zlé, a aj on sám by vedel, že dostane za to trest, nech mi to povie, aby sa nestalo ešte horšie. Nech sa radšej prizná, lebo časom by som sa to aj tak dozvedela a možno potom mu už nebudem vedieť pomôcť. Sústavne som mu to prízvukovala, a veru, ak s kamarátmi vyparatili naozaj veľké huncútstva, vždy sa priznal. A väčšinou samotný trest bolo to, že sa musel priznať.