

LBRIS

We know
books

Subire
versus
Neiubire

ANA MARIA DUCUȚĂ

Ilustrație copertă: Raluca Adriana Muntean

 EVR!KA[®]
PUBLISHING

Cuprins

Despre autor	7
1. Sindromul „băiatul mamei“ și codependența emoțională a bărbatului adult	15
2. Unde se duc iubirile neîmplinite, gândurile nerostite și emoțiile neexprimate?	33
3. Cum mă port cu o persoană toxică din familia mea?	53
4. Cum îmi dau seama ce simte cu adevărat un om față de mine?	77
5. De ce ne plac atât de mult oamenii care nu ne vor?	95
6. Infidelitatea și trădarea. Ce se întâmplă la nivel energetic	113
7. Iubirea imposibilă: ce fac dacă iubesc un om cu care nu pot avea o relație?	129
8. Limbajul iubirii și energia sexuală: Cum mă sincronizez emoțional cu celălalt?	151

1**Sindromul „băiatul mamei“
și codependența emoțională
a bărbatului adult**

Când vorbim despre o relație și, mai ales, despre relaționarea cu familia partenerului sau a partenerei, lucrurile se complică puțin. Nu mai suntem doar *noi doi*, suntem *noi și mama ta, noi și tatăl tău*, noi și toate programele mentale moștenite de generații întregi. Familia omului pe care îl iubești vine „la pachet“ cu el și, indiferent că ne place sau nu, că vrem să recunoaștem asta sau nu, familia lui este o parte importantă din ceea ce gândește, simte și manifestă în viața lui.

„Băiatul mamei“ este acel bărbat matur, ajuns la o vârstă la care îl putem considera adult perfect funcțional din punct de vedere financiar, emoțional, mental, dar care se raportează la femeia de lângă el ca la o înlocuitoare a

mamei sale sau că la a doua mamă. În primul caz, așteaptă să primească de la parteneră tot ce-i oferea/oferă mama lui, în același stil (ciorba să aibă fix gustul de leuștean cu care se obișnuise în copilărie), iar în al doilea caz, „cea de-a doua mamă” să-i ofere ceva în plus față de mama lui. Sindromul „băiatul mamei” înseamnă că, odată intrat în orice relație, el nu va căuta un egal, un partener, o comunicare transparentă, ci o îngrijitoare dispusă permanent să-i satisfacă nevoile și doleanțele fără ca el să ofere vreodată ceva în schimb. Poftim? Ai vrea să primești recunoștință în schimbul muncii tale de salahor neobosit? Ia-ți gândul de la asta și, mai bine, vezi cum reușești să îmbunătățești felurile doi și trei pe care le pregătești la masă, pentru „băiatul mamei”, care între timp a devenit „băiatul tău”. Recompensa ta este faptul că-ți poți aduce contribuția la starea lui de bunăstare și confort: menirea femeii care îl are drept iubit pe „băiatul mamei” este aceea de a îl îngriji, crește și sprijini în tot ce are el de îndeplinit. Ea este asistenta, îngrijitoarea și susținătoarea lui, până în punctul în care fie separat, fie alături de mama lui, reușește să îi asigure o viață la nivelul standardelor lui. Îngrijitoarea „băiatului mamei” nu primește niciodată nimic pentru ea, ci tot ceea ce poate primi este bucuria ca l-a ajutat, mulțumit, salvat pe scumpul ei băiețel, care în societate este denumit simbolic „partener”. Dar să nu vă ducă în eroare acest cuvânt care poate însemna „parteneriat”. Nu, nu. Aici avem o relație unidirecțională, dinspre femeia care e în permanență ocupată cu „băiatul-mamei” și care duce

relația pe umerii ei, dar nu ca pe o corvoadă, ci ca pe un blazon mult-râvnit.

Cine este vinovat de instaurarea sindromului „băiatul-mamei”? Vina este a mamei în cauză, dar și a „băiețelului” ei deja adult. Pe de-o parte, bărbatul matur care se comportă ca un copil răsfățat are un precedent în relațiile anterioare, la care se raportează, iar acest precedent este felul în care mama lui l-a tratat și l-a obișnuit că merită să fie iubit, încă din copilărie. Un băiețel căruia mama îi face toate poftele, îi prepară zilnic micul dejun de când e mic copil până la maturitate, îi calcă, îi spală și îi aranjează toate chestiunile domestice, îl transformă într-un adult care a înțeles deja că nu e treaba lui să aibă grijă de aceste aspecte cotidiene. Dar a cui este treaba? A figurii feminine, pe care societatea ne-o înfățișează drept responsabilă cu gospodăria, cu nașterea copiilor, cu gătitul. Ați auzit vreodată expresia „mâncare ca la tata acasă”? Nu, dar ați auzit expresia „mâncare ca la mama acasă”. Asta deși sunt bărbați pasionați de gătit, bucătari excelenți și tați responsabili, dar aceștia nu pot primi rolul onorific de manageri domestici, pe care l-am rezervat femeilor.

O cauză importantă care stă la baza acestui sindrom este tiparul emoțional al mamei în cauză. Acest tipar poate include următoarele aspecte:

1. Mama autoritar-imperativă. Faci ce spun eu, crezi ce cred eu, „eu te-am făcut, eu te omor”. Bărbatul matur este un băiețel nesigur și infatuat, care în sinea lui se îndoiește în permanență de deciziile sale, crede că

orice face este greșit și vrea să pară un mascul feroce în relațiile lui amoroase, tocmai pentru a nu-i ieși la suprafață propria nesiguranță. În relația cu o femeie va fi extrem de precaut, va da dea impresia că știe ce face, dar de fapt va trăi cu anxietatea potențialului eșec.

2. **Mama pasiv-agresivă.** Te critic constant, te descurajezi, îți zici că nimic din ce faci nu e bine, îți faci reproșuri și te compari cu alți copii. Nu există urme de violență fizică, abuzul este doar emoțional. Din afară, poate părea o mamă preocupată de copilul ei. Grija este însă exclusiv pentru propria-i persoană și imagini: este important ca acest copil să meargă la olimpiade, la concursuri, la ateliere de formare pentru ca mama să aibă o imagine favorabilă în ochii altora, nu pentru că îi pasă de dezvoltarea armonioasă a copilului. A nu se înțelege de aici că mamele care își duc copiii la ateliere sunt pasiv-agresive, ci că este vorba despre mamele care își duc copiii la activități fără să manifeste iubire, sprijin și compasiune în relația cu micuții lor. Orice le-ai oferi ele copiilor, recompense materiale nu compensează lipsa ingredientului magic: iubirea de mamă.
3. **„Mama răniților“:** se preocupă excesiv de copil, se sacrifică fie că este nevoie, fie că nu, este geloasă dacă micuțul ei se apropie de sau împrietenește cu altcineva. Își dedică întreaga viață copilului, dar în această întreprindere îl izolează pe copil complet de oricine altcineva și de orice altă sursă de bucurie. Universul ei este

copilul și e firesc ca și pentru copil ea să reprezinte întregul univers. Această datorie a copilului de venerare a mamei nu dispare odată cu vârsta. În aparență, relația lor este una de invidiat, dar în esență e o conectare forțată.

Sindromul „băiatul mamei“ se manifestă, în relațiile cu alte femei, în mai multe moduri. Bărbatul în cauză nu își poate asuma niciun fel de responsabilitate fără să-i dea raportul mamei, fără ca mama să își spună părerea. Orice acțiune, gând sau faptă care nu se află în aria de interes a mamei reprezintă pentru băiat un semnal de alarmă. Prin urmare, fiul abandonează orice misiune care nu este pe placul mamei sale.

Sindromul „băiatul mamei“ se reflectă în incapacitatea bărbatului de a-și respecta promisiunile făcute partenerii de viață, de a-și manifesta sentimentele într-un mod consecvent și de a-i lua apărarea iubitei sale în momentul într-o eventuală dispută a acesteia cu mama lui. Este foarte important ca femeile care ajung să se confrunte cu un tip de energie masculină nevindecată (cum e cel al băiatului mamei) să înțeleagă că acești bărbați nu sunt rău intenționați, lași, fără aspirații sau priorități, ci pur și simplu niște persoane care au fost private emoțional din fragedă pruncie și cărora li s-a inoculat de zi ideea că nimic nu poate fi bun, în afară de ce spune, gândește sau gătește mama. Acest instinct hiperprotector pe care mamele de băieți îl pot dezvolta la momentul când apare o altă femeie

în viața fiului lor, pe care o percep ca fiind o competitoră, este la rândul lui dovada unei cantități de energie feminină nevindecată, pe care mama o are la nivelul corpului ei energetic. Acolo se află o rană emoțională profundă. De cele mai multe ori, este vorba despre o rană cauzată de sacrificiul de sine, de abandon, de respingere. Înainte de a le judeca pe aceste mame de băieți și de a spune: „Nu pot să cred că în sfârșit băiatul tău este cu cineva, iar tu intervii în relația și în viața lui. Cum poți face asta?“, este foarte important să analizăm un pic și viața persoanei în cauză și să înțelegem că mama însăși nu crește niciodată. Ea rămâne toată viața ei mama unui băiețel și nu ajunge niciodată mama unui adult, pentru că ea continuă să se identifice cu rolul de protector. Așadar, sindromul „băiatul mamei“ pornește chiar de la mama în cauză, care îi întreține băiatului — și, mai târziu, bărbatului — ideea conform căreia toată viața lui trebuie să fie îngrijit de o femeie. De cele mai multe ori, femeia în cauză poate fi doar mama lui; în momentul în care apare altcineva, mama consideră că îi face un favor fiului ei apărându-l de femeia care, chipurile, ar avea doar interese materiale, care nu-i vor binele, care nu-l iubesc și care, „cu siguranță“, au un scop ascuns, pentru că ele nu ar putea vreodată să-l iubească pe acest bărbat pentru ceea ce este el. De ce? Pentru că nu există un bărbat acolo, ci doar un copil ale cărui nevoi trebuie satisfăcute în permanență. Este o chestiune de înțelegere profundă a persoanei cu care suntem într-o relație, pentru că atunci când vorbim despre sindromul „băiatul mamei“,

vorbim despre înțelegerea faptului că acest bărbat chiar este o persoană neajutorată. De ce? Pentru că lui i s-a luat cea mai bună și singura modalitate de a-și trăi viața, respectiv de a încerca și de a greși, de a eșua, de a avea anumite lipsuri, de a căuta afecțiune și de a nu o primi fără să depună vreun efort. Toate aceste lucruri, pe care în mod normal un om le experimentează pe parcursul vieții — o grămadă de eșecuri, dezamăgiri, dureri —, sunt absente în cazul băiatului mamei, pentru că mama este acolo în toate situațiile pentru a-i demonstra că nimeni și nimic nu poate să-i facă rău atât timp cât ea își întinde aripa protectoare asupra puiului său. Într-adevăr, această aripă protectoare poate fi însoțită de cele mai bune intenții. Însă aceste bune intenții inhibă și opresc dezvoltarea psihoemoțională normală a adultului. Din punct de vedere spiritual și energetic, îi opresc bărbatului creșterea și dezvoltarea, astfel încât ajunge ca în toate interacțiunile sale cu energia feminină să se întoarcă în acel moment din copilărie în care s-a simțit cel mai iubit, protejat și alintat de mama sa și se va comporta ca un copil răsfățat de fiecare dată când i se va aduce la cunoștință că există o nemulțumire ori că a greșit. Și acum putem spune: *Dar de ce băiatul mamei, de exemplu, dacă mama greșește, nu comentează și este întotdeauna de acord, orice ar decide aceasta, iar eu, ca femeie și ca parteneră care locuiesc și trăiesc cu acest bărbat, nu am voie să comentez și, de cele mai multe ori, trebuie să fiu țapul ispășitor?* De ce nu se pun la îndoială și deciziile mamei? Pentru că acest bărbat este crescut să nu pună la

îndoială nimic din direcția maternă. Este un antrenament energetic la care el este supus în fiecare zi, încă de mic copil. Este cumva crescut în acest spirit al unui zid pe care trebuie să îl ridice între el și ceilalți oameni, în eventualitatea în care mama nu mai poate fi acolo să-l protejeze. Sunt extrem de multe cazuri în care acești bărbați nu știu de ce nu se pot implica într-o relație. Ei caută o relație, după care o aduc acasă pe fata respectivă – pe care o consideră potrivită pentru ei, frumoasă, de care sunt îndrăgostiți, iar mama, bineînțeles, spune că nu este de acord cu ea ori invocă tot felul de motive pentru a o îndepărta. Sau se mai poate ca mama să își dorească totuși o parteneră pentru copilul său, însă standardele ei să fie ridicol de ridicate și de apropiate de perfecțiune, încât nicio femeie nu e suficient de bună pentru a deveni partenera fiului ei. În momentul în care acest tip de mamă se confruntă cu posibilitatea de a-și pierde puiul neajutorat, ea reacționează instant. Vorbim de fragilitatea copilului care descoperă lumea și care are nevoie de un ghid și atunci ea îi sare imediat în ajutor. Este precum o cloșcă care te ciupește și sare la bătaie dacă încerci să te apropii de puii ei. Până la urmă, acest instinct matern hiperdezvoltat, pe care îl întâlnim în cazul femeilor care au ajuns la o anumită vârstă și care la rândul lor au copii ajunși la maturitate, este unul care se naște în urma unor răni emoționale profunde. De foarte multe ori, are drept cauză incompatibilitatea emoțională și energetică cu propriul partener, care este în anumite cazuri și tatăl „băiatului-mamei“.

Este într-un fel o respingere a energiei masculine pe care o primește sau pe care ar trebui s-o primească din partea soțului, și atunci toată această grijă și sensibilitate este redirecționată către copilul de sex masculin. Este important să înțelegem semnificația exactă a acestui aspect. Pe de-o parte, din partea mamei avem un instinct hiperprotector, iar pe de altă parte, din partea fiului matur avem o încercare, sortită de cele mai multe ori eșecului, de a-și demonstra bărbăția, masculinitatea, puterea. Însă cum poți să demonstrezi că ești puternic, că poți să faci lucruri, dacă nu ți se dă ocazia să le faci pentru că le face altcineva în locul tău? Aceasta este și problema cu sindromul „băiatul mamei“: un bărbat care a fost învățat și obligat să accepte tot timpul să primească lucruri fără să muncească pentru ele va considera că nu este bine să-i ofere cadouri partenerii, că nu este normal să o sprijine financiar, că nu trebuie să facă curățenie în casă, că nu este dator să aibă grijă de copii, chiar dacă sunt și ai lui. Toate aceste aspecte legate de felul în care un om se implică în responsabilitățile familiale au legătură directă cu ce a trăit el în sânul propriei familii, cu ce a fost învățat zi de zi, până să plece de-acasă, că este normal, firesc, important. Și atunci când băiatul mamei se va implica într-o relație cu o femeie care-l scoate complet din zona de confort, care-l pune să aibă grijă de ea – rolurile se schimbă: nu mai este băiatul mamei, acum trebuie să aibă el grijă de cineva –, se prea poate să fie îngrozit, terifiat. Care este prima persoană la care se duce să se plângă de ce i se întâmplă? Mama lui. Este momentul

în care mama poate să preia informația completă și să-și valideze toate teoriile pe care oricum le avea cum că fiul ei care nu are parte de o femeie suficient de bună pentru el. Ea poate spune: „Această femeie nu este pentru tine“ și poate să caute confruntarea directă. Confruntarea directă este una dintre cele mai sensibile teme când vine vorba despre băiatul mamei. Această confruntare pune față în față cele două figuri feminine care au grijă de el și care, în această situație, sunt în antiteză. Una este femeia care i-a dat viață și care l-a crescut până într-un anumit moment, dar care nu s-a retras complet din rolul de protector, ci a rămas undeva în umbră, fiind persoana care îl crește în continuare și care ia decizii pentru el; cealaltă este persoana care ar trebui să continue rolul celei care i-a dat viață și să-l crească în continuare.

În momentul în care partenera băiatului mamei vine și spune: *Eu nu am de ce să te cresc, eu nu am de ce să am grijă de tine, pentru că ești un bărbat matur*, acesta se poate refugia sub aripa protectoare a mamei și spune: „Dă-mi voie să te contrazic. Uite o femeie care îmi oferă tot ceea ce eu îmi doresc, toate lucrurile cu care eu sunt obișnuit. Această femeie este dispusă oricând să vină în locul tău. Fă cunoștință cu mama mea“.

Confruntarea directă aduce la suprafață aceste două paradigme complet diferite: mama poate să-i facă reproșuri iubitei fiului ei, iar acesta să nu-i ia apărarea partenerei sale, pentru că se simte prins la mijloc, rușinat, dar mai ales pentru că îi este frică să o contrazică pe cea care l-a

Învățat tot ce știe și tot, l-a format și i-a spus cum anume ar trebui să se comporte. De foarte multe ori, se poate ca, într-o confruntare directă dintre mamă și parteneră, băiatul mamei să nu fie de acord cu ceea ce mama sa îi impută lui sau partenerei. În același timp însă, el nu are la îndemână resursele emoționale care să-i permită să ia atitudine, să facă ceva sau ca să spună că nu este de acord. Și atunci ce va face? Va lăsa ca lucrurile să-și urmeze cursul. Asta înseamnă că cineva trebuie să fie sacrificat. Acel cineva, de cele mai multe ori, este fie partenera lui, fie chiar relația în sine, pentru că partenera se poate ridica de pe scaun după o confruntare cu mama hiperprotectoare și spune: *Eu nu pot continua așa, eu nu am cum să fiu alături de un bărbat care este deja într-o relație; și nu doar că este într-o relație, dar eu sunt în plus.*

Aceasta este o confruntare a energiei feminine nevindecate: pe de-o parte, partenera băiatului mamei acumulează extrem de multe frustrări, extrem de multe nemulțumiri; e vorba despre multă neputință, mai ales dacă respectivul cuplul are și un copil sau mai mulți. Pe de altă parte, mama se simte trădată, se simte dată deoparte de băiatul ei care acum a ales să se lase în grija unei alte femei. Pentru o mamă hiperprotectoare nu există nimic mai bun decât ce face ea și doar felul în care ea are grijă de băiatul ei este potrivit și îi poate satisface acestuia toate nevoile; nimeni nu se pricepe mai bine decât ea. Iar dacă partenera fiului ei nu are grijă de el așa cum o face ea, atunci aceste două forme de energie feminină aflate în conflict pot duce