

**LBRIS**

We know  
books

© Lise Bourbeau

**Les relations parent-enfant**

Editeur: Ecoute Ton Corps

Editor: Clara Toma

Tehnoredactare: Magda Căpraru

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a  
României**

**BOURBEAU, LISE**

**Despre relațiile dintre părinți și copii**

/ Lise Bourbeau. - Ed. a 2-a. - București :

Ascendent, 2023

ISBN 978-606-9050-44-6

159.9

Toate drepturile aparțin Editurii Ascendent.  
Reproducerea integrală sau parțială, sub orice formă,  
a textului din această carte este posibilă  
doar cu acordul scris al Editurii Ascendent.

Copyright@2023 Editura Ascendent

[www.edituraascendent.ro](http://www.edituraascendent.ro)

E-mail: [eascendent@yahoo.com](mailto:eascendent@yahoo.com)

**Lise Bourbeau**

# Despre relațiile dintre părinți și copii

**Editura Ascendent**

**2023**

*Prima parte*  
**Întrebări și răspunsuri referitoare la  
relațiile părinți-copii**

Mi-a plăcut foarte mult primul volum din cartea dumneavoastră "Ascultă-ți corpul, cel mai bun prieten pe care îl ai pe pământ". De când am citit prima oară această carte, o folosesc ca pe o carte de căpătâi. Cu toate acestea, trebuie să vă mărturisesc că există ceva ce nu funcționează, în ceea ce mă privește. Este ceva legat de afirmația dumneavoastră, că noi suntem cei care ne alegem părinții. Dacă este așa, probabil că sunt foarte masochistă, deoarece tata ne-a părăsit pe mama și pe mine, atunci când eu aveam trei ani. De atunci, m-am simțit întotdeauna o povară pentru mama mea. Cred că, fără mine, viața ei ar fi fost mult mai ușoară. Cum puteți să afirmați, cu certitudine că ne alegem proprii părinți?

Mii de persoane au această reacție atunci când aud pentru prima oară afirmația de mai sus. Refuzând să crezi în puterea ta de a alege, refuzi una dintre cele mai mari puteri ale ființei umane. Dacă, din contră, decizi să îți accepți puterea de a alege, va trebui să crezi în ea 100%, sau dacă nu, deloc. Nu trebuie să te limitezi la a crede că ai posibilitatea de a alege doar în anumite situații din viață. De exemplu, dintre toate ființele de pe pământ, doar ființa umană are capacitatea de a râde. Crezi că uneori ai această capacitate și alteori nu? Bineînțeles că nu. Tu ești cel care alege dacă vrei sau nu să râzi, în orice circumstanță.

Capacitatea de a alege nu există decât în plan material. Și cum părinții pe care îi ai în fiecare dintre încarnările tale fac parte din lumea materială, sunt incluși în ansamblul alegerilor pe care le-ai făcut înainte de a te naște. În același timp, și-ai ales mediul, corpul și sexul de care vei avea nevoie pentru a trăi experiențele din viața actuală. Aceste alegeri se fac cu ajutorul unui îndrumător spiritual. Într-o carte viitoare, voi explica mai în detaliu ceea ce se întâmplă în lumea sufletului, între două vieți.

Părinții pe care îi alegem au de îmbunătățit și de acceptat aceleași aspecte pe care le-am ales noi înșine înainte de a ne naște. De aceea le semănăm atât de mult. Rolul lor este de a ne ajuta să vedem acele părți din noi pe care avem nevoie să le

acceptăm. Când refuzăm să ne vedem prin ei, întârziem astfel evoluția sufletului nostru. Este ca un corp de copil: dacă nu este hrănit suficient, nu se va dezvolta normal. Și sufletul are nevoie de hrană, adică de dragoste, pentru a crește și a evolua.

În cazul tău este important să realizezi faptul că, abandonul tatălui tău făcea parte din planul tău de viață. Iar acum poți să alegi între a avea resentimente față de el în continuare, lucru care îți va afecta relațiile cu bărbatul sau să ai compasiune pentru el, respectându-i propriile limite. Dacă nu se simțea capabil să își asume responsabilitatea în calitate de soț și tată, acest lucru îi aparține doar lui. Are dreptul de a nu fi în stare să își depășească propriile sale limite.

În ceea ce o privește pe mama ta, ai întrebat-o dacă într-adevăr reprezentați o povară pentru ea sau tu ai hotărât acest lucru, bazându-te pe câteva momente în care ea era mai nerăbdătoare? Cine știe? Poate datorită ție a avut curajul să lupte mai mult în viață? Îți sugerez să verifici lucrurile acestea cu ea și să exprimi ceea ce simți.

### **Puteți să îmi explicați ce înseamnă exact complexul lui Oedip?**

Termenul a fost folosit pentru prima dată de către Freud, celebrul psihanalist austriac. În jurul anului 1900 el a folosit o tehnică hipnotică pentru a studia mai mulți adulți suferind de isterie și nevroză. A descoperit că majoritatea dintre ei fuseseră abuzați de către tatăl lor sau de către o rudă apropiată.

În mitologia greacă, Oedip este numele unui tânăr, care după ce a ucis un bărbat, în urma unei dispute, (pe tatăl lui), cu care s-a întâlnit pe un drum, iar apoi s-a căsătorit cu văduva acestuia, Iocasta, neștiind atunci că acea femeie era mama lui, deoarece fusese despărțit de ea la naștere. Când au aflat adevărul, Iocasta s-a spânzurat și Oedip și-a scos ochii și a plecat în exil. De aceea Freud a folosit apoi numele lui Oedip pentru a-și explica descoperirile din urma cercetărilor lui. În opinia lui, toți copiii au dorințe sexuale față de părintele lor de sex opus. Aceste dorințe reprezintă pur și simplu trezirea sexualității copilului. În perioada aceasta, băiețelul este atras de prima femeie din viața lui, mama, și își dorește, în secret, să se căsătorească într-o zi cu ea. Inconștient, speră că tatăl lui va dispărea și el îi va putea lua locul lângă mama lui. La fel se întâmplă și în cazul fetițelor, în relația cu mama și tatăl lor. Totuși, ele nu vor acest lucru "cu adevărat". Această etapă a trezirii sexualității are loc de obicei între doi și

șase ani și copilul se amuză adeseori dorind să seducă obiectul iubirii lui. Uneori este chiar exhibiționist. Copilul acționează astfel nu în speranța de a obține o satisfacție sexuală concretă, ci doar pentru că începe să își pună întrebări legate de senzațiile ciudate pe care le simte în corpul lui.

### **Până la ce vârstă durează complexul lui Oedip?**

În mod normal, acest complex dispare în jurul vârstei de șase sau șapte ani. La această vârstă copilul încetează să caute tot timpul atenția părintelui de sex opus și încearcă mai mult să se identifice cu părintele de același sex. Fetița încearcă să o imite pe mama ei, dorind de exemplu, să se îmbrace sau să se machieze cu lucrurile mamei ei, iar băiețelul încearcă să-și imite tatăl.

Când un copil trăiește într-un mediu familial armonios, iar părinții lui i-au explicat ce anume i se întâmplă referitor la complexul lui Oedip, lucrurile reintră treptat în normal și atracția către părintele de sex opus scade. Părinții îi pot explica copilului această atracție imediat ce acesta începe să manifeste semne de posesivitate față de părintele de sex opus sau de gelozie față de părintele de același sex.

Cu toate acestea, deoarece există puține medii familiale care sunt armonioase, foarte multe persoane, ajunse la vârsta adultă, nu și-au rezolvat complexul lui Oedip. Acest lucru se reflectă în dificultatea de a avea o relație armonioasă și stabilă cu un partener. Aceste persoane caută mereu un partener care să corespundă imaginii tatălui ideal sau a mamei ideale, pe care și-au creat-o când erau copii.

De altfel, în perioada în care se manifestă complexul lui Oedip, copilul își idealizează părintele de sex opus și nu îl vede așa cum este în realitate. Ajunsă la vârsta adultă, o astfel de persoană nu poate găsi acel partener ideal, deoarece există doar în imaginarul ei. De exemplu, o adolescentă care încă trăiește foarte puternic complexul lui Oedip față de tatăl ei, va avea relații tensionate cu mama ei. Între ele se dezvoltă un sentiment de competiție și de gelozie. În plus, tânăra se va simți vinovată deoarece își dorește, pe ascuns, să-i ia locul mamei ei. Va fi fie complet în reacțional față de mama ei și o va evita, sau va face totul pentru ea, pentru a se dezvinovăți. De asemenea, este posibil ca aceeași adolescentă, dacă este dezamăgită de tatăl ei, din cauza așteptărilor ei față de un tată idealizat, să se revolte împotriva acestuia și să facă totul pentru a-l provoca. Astfel va obține mai multă atenție din partea tatălui ei.

**Este normal să nu îți aduci aminte dacă ai trăit complexul lui Oedip? Acum când o văd pe mama, mi se pare imposibil să mă fi simțit atras de ea. Tot timpul am văzut-o ca pe o femeie bătrână.**

Da, este normal. Multe persoane sunt conștiente de complexul lui Oedip, altele însă nu. Totuși, prin dezvoltarea mea personală am observat faptul că, cu cât un adult acceptă mai mult faptul de a se privi și de a afla ce simte, cu atât va deveni mai conștient de mai multe lucruri care s-au întâmplat în copilăria lui, pe care până acum le-a păstrat undeva ascunse în adâncul lui.

Nu refuzăm neapărat doar traume, ci și multe suferințe din copilărie, deoarece încă de când eram foarte mici, am fost învățați să simțim cât mai puțin. Mulți dintre adulții de astăzi au mai degrabă capacitatea de a se controla, de a fi rigizi, decât pe aceea de a simți ceva, orice.

**Deocamdată nu-mi amintesc deloc să fi trăit complexul lui Oedip, în relația cu tatăl meu. Ceea ce știu însă este că am o relație dificilă cu mama mea. Acest lucru este o consecință sau un semn al faptului că nu mi-am consumat complexul lui Oedip? Iar faptul de a-l consuma ar fi suficient pentru a-mi îmbunătăți relația cu mama mea?**

Pentru a ști dacă dificultatea cu mama ta este determinată de un complex al lui Oedip neconsumat, îți sugerez să citești răspunsurile precedente, care vor clarifica acest subiect. Oricum este foarte probabil care relația ta dificilă cu mama ta să nu aibă nicio legătură cu complexul lui Oedip. Poate acest lucru se datorează pur și simplu faptului că refuzi să te vezi în ea. Dacă ești preocupată să judeci, să critici unele dintre comportamentele ei, când faci acest lucru, nu te vezi pe tine. Părțile pe care le critici la ea sunt în același timp părți pe care încă nu vrei să le accepți la tine însuși.

Mama ta te poate ajuta să te cunoști mai mult și să te accepți, să te iubești așa cum ești. Când vei putea să îi împărtășești mamei tale ceea ce te deranjează și să o întrebi dacă și ea, la rândul ei te vede la fel, vei conștientiza faptul că aveți nevoie una de alta pentru a îmbunătăți relația voastră. Nu este întâmplător faptul că ai ales-o pe această femeie ca mamă.

**Pot exista relații "oedipiene" între un copil și un părinte de același sex? Am o fetiță de șase ani care nu se poate desprinde de mine. Are o relație bună cu tatăl ei, dar nu este atrasă de el.**

Atracția ei puternică față de tine indică faptul că se identifică în totalitate cu tine. Vrea să îți semene în toate aspectele. Nu există niciun motiv de alarmare. Este mult mai bine decât dacă te-ar fi respins. O fetiță care nu vrea să semene deloc cu mama ei, se respinge ca femeie, lucru care poate afecta mult viața ei de femeie adultă. Totuși, vorbește cu ea despre relația pe care o are cu tatăl ei. Fii atentă și verifică dacă într-adevăr îl evită pe tatăl ei sau pur și simplu face o alegere între voi doi. Dacă încearcă să îl evite este important să afli de ce face acest lucru.

**De ce este atât de greu să îi spun "te iubesc" mamei mele?**

În general, când ne este greu să facem un anumit lucru, acest fapt se întâmplă pentru că nu am învățat cum să-l facem, nu am avut un model. Sunt aproape sigură că mama ta este incapabilă să spună sau îi este foarte greu să îți spună "te iubesc". Cum trăiești tu? Faptul că nu îți spune că te iubește? Cu toate acestea, poți să simți dragostea ei pentru tine? Dacă da, este posibil ca și ea să simtă dragostea ta și să nu aibă nevoie de cuvinte pentru a crede în ea.

Totuși, este adevărat că, majorității oamenilor le place foarte mult să li se spună că sunt iubiți, chiar dacă știu acest lucru. Explică-i mamei tale dificultatea pe care o ai și întreab-o dacă și ea are aceeași dificultate. Și ea își dorește să își exprime dragostea pentru tine? Dacă da, veți reuși mult mai repede împreună.

**Este o idee bună dacă vreau să păstrez unele calități ale părinților mei, de exemplu ordinea și disciplina? Consider aceste lucruri ca fiind o moștenire. De ce aș respinge această moștenire, atât de prețioasă pentru mine?**

Unde ai învățat că trebuie să respingi sau să eviți să exprimi aceleași calități ca și părinții tăi? I-ai ales pe acești părinți tocmai pentru a te vedea pe tine prin ei. Ceea ce tu consideri o calitate este pur și simplu reflectarea unei părți din tine care îți place mult. Această parte nu trebuie negată deoarece te ajută să ai o viață mai plăcută.

Totuși, este important să verifici de ce vrei să păstrezi aceste calități. Părinții tăi te-au convins de faptul că, dacă nu ai aceste calități, precum disciplina, nu ești o persoană corectă? Dacă da, aceste calități devin un fel de povară pentru tine, deoarece vei încerca mereu să fii corect, din teamă de a nu deveni exact contrariul. Orice decizie bazată pe frica de a nu fi corect nu este benefică pentru nimeni.

Pentru a ști dacă păstrezi aceste calități prin alegerea ta și nu din cauza unor credințe induse de părinții tăi, observă-te atent. Dacă îi judeci sau îi critici pe cei care nu au aceste calități, acest lucru demonstrează faptul că te-ai lăsat influențat de ideea că nu este corect să nu ai aceste calități.

### **Cum pot să reacționez atunci când soțul meu vorbește de rău despre părinții mei? Criticile lui sunt cauza majorității certurilor noastre.**

Se pare că există ceva din relația ta cu părinții tăi sau unele aspecte ale acestora, care îl fac să sufere pe soțul tău. Fie că este gelos, invidios sau orgolios, este bine să știi că, în spatele acestor lucruri se ascunde multă frică. Atitudinea ideală ar fi să nu te lași influențată de el. Lasă-l să aibă temerile lui, simțind în același timp compasiune pentru el.

De fiecare dată când deschide gura pentru a critica, deschide-ți inima și conștientizează fricile lui. Poți să îți spui: "Săracul, cât de mult se teme! Cât de mult suferă!" Poți să îl inviți să-ți vorbească despre ceea ce trăiește, dar este posibil să nu vrea să își recunoască fricile. Și, mai ales, nu îi spune că se teme de ceva. Trebuie să descopere el însuși acest lucru. Simplul fapt de a avea compasiune față de el va avea un efect benefic asupra lui, pe termen lung. Puterea de vindecare a iubirii și a inimii este foarte mare. Pentru a merge mai departe, te invit să verifici, la rândul tău, ce anume îi reproșezi. Felul prin care te vezi prin intermediul partenerului tău este descris în detaliu în prima lucrare din această serie, "Relațiile intime".

### **Este normal să-mi compar tot timpul prietenii cu tatăl meu și să încerc să regăsesc în ei aspectele care îmi plac la tatăl meu?**

În general, este un lucru foarte normal ca o tânără să caute la un bărbat, aspectele pe care le admiră la tatăl ei. Tatăl tău a fost primul bărbat din viața ta. Deci, a devenit modelul tău de viață. Totuși, dacă vei căuta un bărbat identic tatălui tău, vei căuta mereu un bărbat care de fapt nu există. Este posibil să îl fi idealizat pe tatăl tău? Dacă da, ai avea nevoie de trei sau patru bărbați diferiți, pentru a compune acest ideal.

Fii realistă și încearcă să nu compari niciun prieten cu tatăl tău. Poți constata mai degrabă că acel prieten are anumite calități asemănătoare cu cele ale tatălui tău. Pentru a fi fericită în relație cu un bărbat, este nevoie să îi accepți aspectele diferite de cele ale tatălui tău. Îți sugerez, de asemenea, să vorbești cu tatăl tău și să

verifici cu el dacă într-adevăr este așa cum ți l-ai imaginat tu.

### **Aș vrea să știu ce anume am de învățat din ceea ce trăiesc în relație cu mama mea. Mă face să trăiesc emoții puternice deoarece suntem foarte diferite. Este negativistă și îmi spune mereu că nu voi reuși în ceea ce fac.**

Deduc din întrebarea ta că este vorba despre o relație mamă-fiică. Crezi că ești opusul mamei tale, deși, în fond ești exact ca ea. Singura diferență constă în faptul că vă exprimați în mod diferit fricile. Se pare că amândouă vă temeți de eșec. În cazul mamei tale, această frică o paralizează și o împiedică să acționeze. În acest caz, pentru a nu fi la fel ca mama ta, aceeași frică te face să acționezi în mod opus ei. Această frică îți stârnește curajul, care spune: "Vreau să îți demonstrez de ce sunt capabilă!" și te face să acționezi. În consecință, probabil că te repezi prea ușor să acționezi sau prea des, depășindu-ți capacitățile. Dacă trăiești emoții puternice este din cauză că, mama ta, cu fricile ei, ajunge să activeze propriile tale frici. Dacă ai o dificultate în a-ți recunoaște propriile tale frici, înseamnă că probabil ai decis că nu este corect să îți fie teamă și să nu acționezi. Amândouă trebuie să vă recunoașteți această frică și să vă acordați dreptul de a o trăi deocamdată. Astfel, vă veți acorda dreptul de a avea această frică și uneori veți acționa, alteleori nu. Limitele tale vor fi astfel respectate. Vorbesc mai în detaliu despre acest subiect într-o altă carte din colecția de față, "Fricile și credințele".

### **Bănuiesc că o femeie este amanta tatălui meu. Acest lucru înseamnă că este cu adevărat? Uneori am senzația că mă evită, că știe ce gândesc și sunt sigură că știe faptul că eu sunt fiica lui.**

Este foarte posibil ca bănuiala ta să fie adevărată. Cu toate acestea, viața intimă a tatălui tău nu te privește pe tine, îl privește doar pe el.

Te deranjează faptul că tatăl tău ar putea avea o amantă? Dacă da, de ce te deranjează acest lucru? Pentru că ești geloasă sau pentru că îți este teamă că mama ta va descoperi acest lucru? Ceea ce se întâmplă între părinții tăi îi privește doar pe ei. Din contră, dacă ești geloasă, îți sugerez să vorbești despre acest lucru cu tatăl tău, să îi împărtășești bănuielile tale și ceea ce simți. Este un mijloc foarte bun de a te elibera. Altfel, dacă vei continua să fii geloasă, vei întreține complexul lui Oedip în relația cu tatăl tău, iar acest lucru nu poate decât să îți afecteze relațiile cu bărbații din viața ta.

În plus, dacă vrei să te eliberezi și mai mult și dacă ai curajul, poți să vorbești cu femeia aceea și să îți exprimi bănuielile și ce anume trăiești în această experiență. Fă acest lucru cu scopul de a reuși să te eliberezi de dragostea ta posesivă față de tatăl tău. În ziua în care vei ști, în sinea ta, că dragostea tatălui tău petru tine nu are nicio legătură cu relația dintre el și mama ta sau o altă femeie, te vei putea elibera de complexul lui Oedip.

**Nevoia de a avea o mamă, nevoia de dragoste maternă, este foarte puternică în viața mea și îmi dau seama că aproape toate relațiile mele cu femeile sunt de genul unei relații mamă/fiu. Cum aş putea să mă eliberez de astfel de relații care adeseori mă costă foarte mult, deoarece nu mai sunt un copil?**

Faptul de a fi conștient de dependența ta este deja un lucru foarte bun. Este un pas înainte spre schimbarea pe care o vei face. Dacă ai ști câți bărbați trăiesc acest lucru fără să fie conștienți! În loc să vrei să scapi de aceste relații, îți sugerez să le trăiești din plin și să te accepti așa cum ești. Este un lucru rău să cauți dragostea maternă?

Totuși, atunci când începi o nouă relație îți sugerez să îi împărtășești partenerei tale nevoia ta de mamă. Spune-i că acum, când ești conștient de acest lucru, știi că într-o zi această dependență se va schimba. Acceptă-te așa cum ești deocamdată. Prin faptul de a te accepta și a-ți acorda dreptul de a fi astfel, acest aspect din tine va dezvolta energia necesară pentru a se transforma, pentru a se ameliora. Și mai ales, să nu crezi, așa cum fac mulți alții, că dacă îți acorzi dreptul de a fi astfel vei rămâne mereu la fel. Din contră, cu cât încerci mai mult să scapi de ceva, cu atât mai mult acel "ceva" va rezista și se va agăța de noi. Și cu cât îi vom acorda mai mult dreptul de a fi acolo, cu atât mai repede, acel "ceva" se va transforma în altceva. Acesta este ritmul natural al vieții: dragoste și acceptare, apoi transformare.

Această ultimă noțiune este greu de perceput și de acceptat pentru mental sau pentru intelect, deoarece este o noțiune spirituală din domeniul lui a fi. Pentru a accepta o astfel de noțiune, o persoană trebuie să o trăiască, să o experimenteze pentru a o simți în ea și eventual pentru a vedea că este adevărată.

Dacă noua ta parteneră acceptă să joace rolul mamei în relația cu tine și amândoi vă simțiți bine există șanse ca relația voastră să se transforme în altceva. Această complicitate o va ajuta, de asemenea, pe partenera ta, deoarece probabil și ea, la rândul ei,

are nevoie de un tată. Poate să vă amuze faptul că uneori jucați rolul tatălui, al mamei și alteori rolul iubiților! Dependența ta de dragostea maternă, care provine dintr-un puternic complex al lui Oedip neconsumat, se va atenua astfel treptat.

**Nu sunt sinceră cu părinții mei, deoarece îmi este teamă că le rănesc sentimentele. Ce aş putea face?**

Comportamentul tău, bazându-se pe o frică, nu îți este benefic și nu te ajută deloc în relația cu părinții tăi. Genul de relație pe care îl avem cu părinții noștri influențează genul de relație pe care îl avem cu alte persoane din viața noastră, mai ales cu partenerul nostru și cu copiii noștri.

Căutând în spatele acestei frici, vei descoperi marea dragoste pe care le-o porți părinților tăi. Faptul de a nu vrea să îi rănești arată că îi iubești mult. Totuși, sunt convinsă că dacă ai fi sinceră cu ei, părinții tăi nu s-ar simți atât de ușor răniți. Cu siguranță ar prefera un adevăr neplăcut pe moment, decât cuvinte pe care nu le-ar simți ca fiind adevărate.

Ai fi în stare să-ți exprimi față de părinții tăi frica pe care o ai și să le spui că din cauza acestei frici nu ești tot timpul cu ei? Cu siguranță, nu este un lucru ușor pentru tine. Cred că doar simplul fapt de a te gândi la acest lucru, face ca mentalul tău să preia controlul, deoarece îți este teamă să nu îi faci să sufere, dar faptul de a le spune ceea ce trăiești tu ar însemna un act de iubire față de tine însuși. Vei simți astfel o mare eliberare. Acest lucru nu înseamnă că le vei putea spune imediat totul. Uneori vei putea face acest lucru și uneori nu, atunci când frica ta va fi prea puternică. Dar nu este grav. Cu timpul, practicând, îți va fi tot mai ușor să fii sinceră.

**Mama este pe moarte și nu mă înțeleg bine cu ea. Aș vrea să găesc soluții pentru a putea vorbi cu ea înainte să moară. Deocamdată, nu sunt capabilă să o înfrunt.**

Trebuie să îți respecti limitele. Simt că dorința ta de a-i vorbi este sinceră și deja este destul de mult. Ai putea să începi prin a-i spune că ți-ai dat seama de acest lucru. Spune-i că vrei să îi vorbești, dar că deocamdată nu te simți capabilă să faci acest lucru. Este un început foarte bun. Spune-i, de asemenea, că, dacă nu vei reuși să îi vorbești înainte de a muri, vei face acest lucru după aceea. Niciodată nu este prea târziu să îți exprimi dragostea.

Chiar dacă cineva a murit, poți comunica cu acea persoană. Corpul ei fizic nu mai este acolo, însă sufletul ei trăiește în continuare. Sufletul ființei umane este dimensiunea sa emoțională