



Cum să te maturizezi în pofida părinților

ECATERINA SOKOLOVA,
JURIST, REDACTOR ȘI MODERATOR DE SITE ORTODOX

În copilărie totul era destul de simplu. Eram prea mici ca să luăm decizii, drept care părinții făceau asta în locul nostru. Ne-au educat, ne-au îngrijit, ne-au crescut – însă odată cu trecerea anilor copilul devine tot mai independent, nu mai vrea ca alții să gândească și să hotărască în locul lui, năzuiește să facă singur toate astea, să își trăiască singur viața. Din păcate, cel mai des părinților, din numeroase cauze, le vine foarte greu să accepte asta.

Prima dintre aceste cauze este pierderea controlului, a autorității asupra propriului copil. Părinții trebuie să recunoască acest fapt: copilul a crescut deja, prin urmare ei au îmbătrânit. Nu demult, copilul încă mai avea nevoie totală de ei, era inseparabil de ei, iar astăzi... astăzi are deja propria sa părere, propria sa experiență, dorința de a trăi propria viață. Deosebit de greu le vine să se împace cu asta acelor părinți care au trăit „pentru copii”. Pentru aceștia este foarte greu să recunoască faptul că odrasla lor a devenit matură și de sine stătătoare, fiindcă odată cu asta cade practic întregul sens al vieții lor! Fiindcă adeseori întregul

ritm al vieții lor, întreaga lor existență a fost pentru copii, în numele copiilor. A recunoaște maturizarea copilului înseamnă pentru ei a crea în viața lor un gol uriaș, care nu este umplut cu nimic. În esență, ei nu au o viață proprie, preocupări proprii, adeseori nici măcar nu au o relație armonioasă cu soțul (soția) și cu rudele, prietenii și cunoscuții – iar odată cu înaintarea în vârstă devine tot mai înfricoșător și mai complicat pentru ei să dea un nou sens propriei vieți și să completeze aceste goluri...

Atunci când, după ce am divorțat, m-am mutat la bunica mea, am fost nevoită să mă ciocnesc tocmai de acest fapt. A fost mai ușor să pun la punct relațiile cu mama, fiindcă nu mă văd cu ea zi de zi; pe deasupra, îl are pe fraatele meu mai mic, și așa poate să accepte mai ușor maturizarea și separarea mea. Cu bunica însă lucrurile au mers mult mai greu. Am avut conflicte și certuri cu ea din multe cauze, și mi-a fost destul de greu să suport toate astea: deși eram deja eu însămi mamă, eram tratată ca o fetiță! Analizând situația, am înțeles însă că sensul întregii vieți a bunicii a constat în copii (iar apoi în nepoți și în strănepoți), că așa simte că viața ei are sens, simte că e utilă. Dacă ar recunoaște acum că într-adevăr m-am maturizat și nu mai am nevoie să fiu controlată, ce i-ar mai rămâne? Practic nimic.

Strânsă legată de această cauză este o alta, și anume nepriceperea de a iubi. Da, oricât de groaznic este să recunoaștem asta, mulți dintre noi nu se pricep să iubească cu adevărat. Aceasta este o nenorocire care se transmite din generație în generație. Părinții nu s-au priceput să-și iubească copiii și nu i-au învățat pe aceștia să iubească, și tot

așa. De altfel, și lipsa unor vederi sănătoase ale societății cu privire la sfera acestor relații se face simțită din plin.

Din pricina nepriceperii de a iubi apare un alt necaz: incapacitatea de a comunica, de a exprima propriile gânduri și sentimente. Și noi, fiind copiii părinților noștri, avem această problemă. Părinții simt că ne „pierd”, se tem și încearcă în mod voluntar sau involuntar să-și „păstreze” copiii. Copiii, simțind presiune, în mod inevitabil se distanțează, se străduie să-și apere granițele proprii și, în consecință, pot reduce la minimum contactele cu părinții, nediscutând cu ei, neîmpărtășindu-și trăirile și problemele – și ca să refacă măcar cât de cât comunicarea, părinții încep să se certe cu copiii, să le facă scandal, iar în continuare problema nu face decât să se agraveze.

Care este ieșirea din cercul vicios? Indiscutabil, organizarea unei comunicări normale. Nu e obligatoriu să ne vârșăm tot sufletul înaintea părinților, însă comunicarea trebuie schimbată calitativ. Trebuie să ne interesăm de problemele lor, să-i întrebăm despre un lucru sau altul, să le cerem părerea sau sfatul. Aceste semne de atenție le dau de înțeles părinților că, orice s-ar întâmpla, copiii încă au nevoie de ei. De multe ori nici nu e nevoie de mare lucru: trebuie doar să ascultăm și să dăm din cap a încuviințare. Uneori, să povestim ceva nouăți. Să le cerem părerea cu privire la unele treburi casnice. Să le cerem ajutorul în anumite treburi, să le mulțumim pentru ajutor. Toate acestea par niște bagatele, dar ele reprezintă micul nostru aport la stabilirea unor relații normale, sănătoase, cu părinții noștri.

De asemenea, nu trebuie să uităm de „comutarea atenției”: să le găsim părinților o preocupare interesantă și să

ne străduim să-i susținem – să discutăm câteodată despre respectiva preocupare, să le punem întrebări privitor la ea, să ne interesăm de succesele lor. Mie, de exemplu, mi-a ajutat apariția în casa noastră a unui pisoiaș. Deși bunica nu se omorâse niciodată după „frații noștri mai mici”, pisoiiul a cucerit-o. Din pricina restriștilor îndurate era desul de firav, însă foarte tandru: i se suia cu plăcere în brațe, torcea, i se lipea drăgăstos de ceafă. Astfel, bunica a căpătat încă un punct de concentrare a atenției.

Încă o nuanță este felul în care înșiși copiii îi percep pe părinți. Foarte adesea oameni ajunși deja la vârsta maturității au o atitudine cumva copilărească față de părinții lor, percepându-i ca pe niște arbitri, judecători infailibili, și reacționând uneori foarte bolnăvicios la aprecierile pe care aceștia le fac la adresa acțiunilor și hotărârilor lor. Această atitudine este însă corectă? Nu. Trebuie neapărat să-i dăm jos pe părinți de pe pedestal. Ei nu sunt decât niște oameni ca toți oamenii, care pot comite greșeli, pot fi conduși de emoții, pot face aprecieri greșite. Trebuie să conștientizăm și să acceptăm acest lucru. Atunci, și reacția la dezaprobarea părintească nu va mai fi bolnăvicioasă, ci sănătoasă, fiindcă este un lucru obișnuit ca părerile oamenilor să nu coincidă într-o problemă sau alta.

Adeseori, rebeliunea împotriva părinților este determinată tot de această percepere a lor de către copil. Revoltându-se, copilul încearcă să-și demonstreze sieși că pentru el nu este importantă părerea părinților, că nu depinde de ea, și în acest scop face totul în pofida lor, ca să-și sublinieze și mai mult „maturitatea”. Alt exemplu de asemenea percepție greșită este situația când copilul care nu a primit

suficientă atenție și încurajare din partea părinților poate pe urmă toată viața să se străduiască încercând să demonstreze că este „vrednic”, ca părinții, în sfârșit, să-l aprecieze și să îl laude...

Abordarea: „cu cât sunt mai aproape părinții de Dumnezeu, cu atât trebuie să ascultăm mai mult de ei” este foarte bună, dar câți dintre noi se pot lăuda cu niște părinți înduhovniciți? Din păcate, nu prea mulți. Desigur, asta nu înseamnă că nu merită să ascultăm părerea părinților dacă sunt atei sau „credincioși în sufletul lor”. Și în sfaturile unor asemenea părinți poate exista un sâmbure de adevăr, care uneori trebuie neapărat observat și „curățat de neghine”.

Și acum, despre conflicte. Oricât de sănătoasă ar fi relația pe care o construim cu părinții, conflictele sunt greu de evitat, mai ales la început.

Când am început să locuiesc împreună cu bunica, mă durea extrem de mult să aud ce spunea ea când ne certam. „Cum poate un om atât de apropiat să spună asemenea lucruri, să te lovească dinadins în punctele dureroase?” Este greu să fii tratat așa de către cei apropiați, primii de la care aștepti sprijin și înțelegere...

M-a ajutat să înțeleg situația o cunoscută care este psiholog ortodox. Deși discuția noastră a fost foarte scurtă, am dobândit din ea informații foarte interesante, hrană pentru reflecții, care m-au ajutat să privesc cu totul altfel conflictele.

Cunoscuta mea mi-a vorbit despre o comparație foarte nimerită a unui preot, și anume că omul stăpânit de patimi sau care dă ascultare imboldurilor demonice seamănă cu cineva care a dat drumul hoților în casă de bunăvoie. Hoții l-au legat pe stăpânul casei, i-au pus căluș în gură

și încep să-i chinuie în fel și chip pe ceilalți locatari, iar stăpânul casei nu poate interveni cu nimic. La fel și aici: foarte adesea în certuri vorbește nu omul însuși, ci patimile lui – ba uneori și dracii îl întărită pe om, știindu-i slăbiciunile. Este foarte important deci să facem deosebire între omul care vorbește și cuvintele pe care le spune, să nu le punem la inimă pe acestea din urmă. Cele mai bune lucruri pe care le putem opune vrăjmașului sunt rugăciunea și smerenia. Tocmai acestea ne vor ajuta să nu răspundem prin iritare și mânie. De asemenea, este important să ne amintim că din asemenea momente putem trage folos duhovnicesc și să-I mulțumim lui Dumnezeu pentru ele. Eu, de exemplu, sunt recunoscătoare pentru faptul că în asemenea clipe îmi antrenez răbdarea și smerenia și că am încă un prilej de a-mi vedea părțile slabe, prin care vrăjmașul poate încerca să mă lovească.

Foarte adesea, ceea ce se spune la aprindere în timpul certurilor nu este de fapt critică și jignire la adresa noastră, ci durere lăuntrică născută din neputință. Așa e structura omului: uneori îi vine greu să-și recunoască vinovăția, îi este mult mai ușor să dea vina pe celălalt. Conștiința însă nu doarme, și de aceea respectivele acuzații se și manifestă adesea sub formă de țipete. Este important să ne pricepem să recunoaștem situațiile de acest gen. De exemplu, în spatele cuvintelor: „tu n-o să te măriți niciodată, ce nevoie să aibă un bărbat de una ca tine (n-o să te însori niciodată, ce nevoie să aibă o femeie de unul ca tine)” se ascunde teama de singurătate, teama de pierderea copilului; cuvintele „nu ești în stare de nimic” înseamnă de fapt „nu am fost în stare să te învăț”; „mă scoți din sărite” re-

prezintă de fapt „nu mai am influență asupra ta și asta mă înspăimântă”. Este important ca în momentul conflictului să ne comutăm de pe orgoliul nostru rănit și să fim capabili de milă pentru părintele care ne jignește, să înțelegem că și așa îi este rău, că în sufletul lui este o furtună, și ca atare să nu tratăm frazele de acest gen ca pe o apreciere critică la adresa noastră, răspunzând cu aceeași monedă. Când părinții ne spun asemenea lucruri ne putem gândi la ei ca la niște bolnavi care delirează: nimeni nu s-ar gândi în mod serios să se supere pe ceea ce spune omul în stare de inconștiență. De asemenea, nu merită să încercăm să ne justificăm ori să dovedim ceva; mai bine să așteptăm puțin, până când patimile se potolesc și își reintră în drepturi capacitatea de a gândi logic. Atunci putem încerca să ne spunem părerea.

Principalul este să nu ne pierdem controlul și să răspundem la jignire cu jignire, la reproș cu reproș, să nu țipăm. Aceasta nu va duce la nimic bun, ci doar va înrăutăți situația, căci va urma un sentiment de vinovăție greu de înăbușit. Dacă nu am reușit totuși să ne abținem, măcar să ne înțelegem apoi greșeala și să facem primii pasul spre împăcare. Acest mod de a proceda este cel demn de un om matur.

În fine, țin să observ că oricum ar fi părinții noștri, tot îi iubim și trebuie să le fim recunoscători pentru faptul că ne-au dat viață și ne-au crescut, chiar dacă nu au făcut aceasta așa cum am fi dorit noi. Toți suntem oameni și nimeni nu e ferit de greșeală. Și, în general, cel mai bun mijloc de a armoniza relația cu cineva, oricine ar fi persoana respectivă, este să ne străduim să ne schimbăm noi înșine, nu să așteptăm să se schimbe celălalt.



Nu vă erijați în procurori

VLADIMIR GURBOLIKOV, JURNALIST

– *Vladimir, astăzi am vrea să discutăm despre modul cum ar trebui să comunice copiii cu părinții „dificili”. Este vorba de copiii între 15 și 30 de ani, adică de cei capabili deja să influențeze situația. Lipsa iubirii părintești se poate manifesta în diferite moduri: pretenții exagerate, insuficientă atenție, lipsă de înțelegere, duritate. În ce constă, în general, cauza acestei lipse de iubire și cum să ne înțelegem, să ne iertăm părinții?*

– În primul rând, dacă omul va pleca în mod consecvent de pe poziția: „mă iubesc pe mine însumi, mă îngrijesc și mă răsfăț” (și toți ne iubim în primul rând pe noi înșine), în principiu ajunge inevitabil la concluzia că în general toată lumea îi e potrivnică. Există oameni anormali care sunt convinși că întreaga lume există doar ca să comploteze anume contra lor... Pentru a evita senzația nesănătoasă că părinții nu mă iubesc, că nutresc față de mine gânduri rele, trebuie mai întâi să renunțăm la ideile „eu sunt buricul pământului”, „totul e contra mea sau pentru mine”, și să încercăm să privim situația cu ochii celuilalt,

cu atât mai mult cu cât este cineva apropiat și drag, și să înțelegem ce se întâmplă în relația dintre noi.

Pe lângă asta, există un al doilea principiu pe care trebuie să ni-l însușim: conștientizarea faptului că oricum ar fi este vorba de părinții noștri. Acest principiu de bază, care e consfințit în Biblie printr-una din cele zece porunci ale lui Moise, este un factor-cheie pentru marile religii ale lumii, pentru cea mai mare parte a omenirii. Porunca privitoare la cinstirea părinților nu cunoaște nici un fel de rezerve de genul „dacă părinții nu mă iubesc...”. Se spune, în schimb, că cine o va îndeplini va fi binecuvântat.

Așadar, mai întâi de toate trebuie să hotărâm în ce ne privește pe noi înșine: „Unu. Nu mă iubesc doar pe mine însumi. Nu cred că toată lumea trebuie să mă iubească și că această dragoste trebuie să se manifeste printr-o tandrețe permanentă în convorbirile cu mine, prin mângâieri pe creștet, prin ciocolate și prin organizarea tuturor aspectelor vieții mele. Doi. Independent de ceea ce se întâmplă cu părinții mei, ei sunt părinții mei și accept pentru totdeauna faptul că oricum îi iubesc și îi respect, oricât de greu ar funcționa relația noastră.”

După ce vom fi luat aceste hotărâri, să ne străduim totdeauna să ne păstrăm autocontrolul și să analizăm: „Nu am greșit chiar eu, nu mă port chiar eu rău?”; să ne gândim: nu cumva părinții au probleme cu adevărat dificile în care, dimpotrivă, noi suntem cei datori să îi ajutăm – pe undeva să-i susținem pur și simplu prin acceptarea tacită a faptului că ei se năpustesc asupra noastră, pe undeva să ne smerim (nu fiindcă ei ar avea dreptate, ci fiindcă au probleme și simțim tulburarea lor, le respectăm frământările)?