

Ένα γράμμα σε μία μητέρα που έφυγε νωρίς

Καλή Χρονιά να έχουμε όλοι!!

Πρώτο άρθρο της χρονιάς και η αλήθεια είναι ότι σκέφτηκα πολύ το θέμα για το οποίο θα έγραφα. Αρχικά σκέφτηκα να μιλήσουμε για τη διαχείριση αλλαγών ή και για τη στοχοθεσία που θα μας βοηθήσει να αξιολογήσουμε τον εαυτό μας και να τον κινητοποιήσουμε για κάτι καλύτερο...

Αποφάσισα όμως κάτι τελείως διαφορετικό.. Αποφάσισα να μοιραστώ μαζί σας το γράμμα που έγραψε μία θεραπευόμενη μου προς την μητέρα της, η οποία έχει φύγει εδώ και αρκετά χρόνια.. Θα ήθελα να την ευχαριστήσω για την άδεια που μου έδωσε να το χρησιμοποιήσω. Χρειάζεται πολύ θάρρος να αντιμετωπίσεις τον εαυτό σου..

Στο γράμμα αυτό πολλοί θα δούμε σκέψεις μας, συναισθήματά μας, φοβίες μας.. Θα δούμε πόσο μας επηρεάζουν τα σχόλια μελών της οικογένειάς μας και θα δούμε την ανάγκη μας να αγαπηθούμε, την ανάγκη μας να μοιραστούμε πράγματα..

Είμαι ένας άνθρωπος που δυστυχώς δεν έλαβε την αγάπη, την προσοχή και το ενδιαφέρον που θα έπρεπε να πάρει κάθε παιδί από τους γονείς του. Από την ημέρα που πέθανε η μητέρα μου, κάθε χρόνος που περνάει νιώθω πιο μόνη.

Την Παραμονή της Πρωτοχρονιάς έκλαψα, ένιωθα δυστυχισμένη, ένιωθα μόνη μου, δεν είχα κανέναν που να νιώθω ότι με θέλει. Ακόμα και μέσα στο ίδιο μου το σπίτι νιώθω ανεπιθύμητη. Αν ακούσεις τον πατέρα μου πως μιλάει για μένα στη γκόμενά του, θα νομίσεις ότι με μισεί. Πόση διπροσωπία Θεέ μου!!

Θέλω να φύγω από εδώ. Θέλω να κάνω την δική μου οικογένεια. Να με θέλουν, να μην νιώθω βάρος! Να υπάρχει κάποιος που να με έχει ανάγκη, όχι μόνο στις δυσκολίες και στις λύπες αλλά και στις χαρές.

Θέλω κάποιος να νοιάζεται πραγματικά για μένα, να θέλει να είμαι χαμογελαστή και χαρούμενη και να το προσπαθεί κάθε μέρα. Να μοιραζόμαστε τα προβλήματά μας και να βρίσκουμε λύσεις μαζί. Κουράστηκα να αισθάνομαι μόνη μου. Θέλω επιτέλους να ακουμπήσω κάπου, να βασιστώ σε κάποιον, να ονειρεύομαι χωρίς να φοβάμαι, να πάψω να πληγώνομαι. Θέλω από εδώ και πέρα να ζήσω ευτυχισμένη! Είναι τόσα πολλά αυτά που ζητάω; Μάλλον ναι..

Μακάρι να βρεθεί κάποιος που θα με διαψεύσει σε όλα και θα με κάνει να πιστέψω σε εκείνον! Και υπόσχομαι ότι δεν θα τον απογοητεύσω ποτέ! Μέχρι τότε όμως πρέπει να μάθω να στηρίζομαι στον εαυτό μου και είναι τόσο δύσκολο!

Σε αφήνω..

Σε αγαπώ...

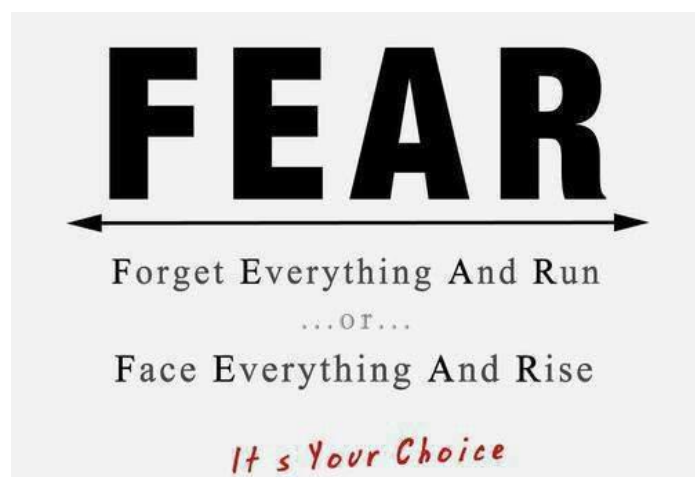
Αντίο.

Σχόλια... Ας προσπαθήσουμε να την συμβουλευόμαστε.. Και που ξέρετε, η προσπάθειά μας να δώσουμε μία αντικειμενική συμβουλή σε κάποιον που αντιμετωπίζει ένα παρόμοιο πρόβλημα με το δικό μας, ίσως **μας βοηθήσει να υποστηρίξουμε καλύτερα τον εαυτό μας όταν δεν θα μπορεί να δει με αισιοδοξία το μέλλον.**

Θυμηθείτε απλά ότι για να είναι αποτελεσματική **μία συμβουλή θα πρέπει να την πιστέψετε εσείς οι ίδιοι, να προσφέρετε ορισμένες πρακτικές λύσεις και να δείξετε στον άλλον (ίσως και στον ίδιο σας τον εαυτό) πως η συμβουλή σας μπορεί να πετύχει και να είναι εφαρμόσιμη..**

Μήπως θα πρέπει να κινητοποιήσουμε αυτή την κοπέλα (ίσως και τον ίδιο μας τον εαυτό) να επικοινωνήσει με ανθρώπους που εμπιστεύεται; Και αν αυτοί δεν υπάρχουν, **μήπως θα πρέπει να της υπενθυμίσουμε ότι πρέπει να εμπιστευτεί τον εαυτό της και την κρίση της;** Μήπως πρέπει να την συμβουλευόμαστε να τολμήσει την αλλαγή και να μην φοβηθεί;

Φόβος λοιπόν... Ένας δαίμονάς μας.. Ένας στόχος που αξίζει να προσπαθήσουμε να τον θέσουμε και να τον διαχειριστούμε μέσα στο 2017...



(Για το συγκεκριμένο άρθρο χρησιμοποιήθηκαν εικόνες από τον ιστότοπο www.google.com)