

Мия Шерер

Материнское

СОКРОВЕНИЕ



Мия Шерер

Материнское сокровение

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=54164830

ISBN 9785449818560

Аннотация

В этом сборнике собраны те смыслы и образы о воспитании детей, которые помогут вам задуматься о том, о чём вы раньше, возможно, никогда не думали. Книга состоит из небольших зарисовок, описывающих сложности, с которыми встречаются родители. Показаны причинно-следственные связи происходящего, и то, как это воспринимает ваш ребёнок. Лёгкими простыми словами о глубоких, но часто забытых истинах в отношениях ребёнка и его родителей. Это книга о наших детях – это книга о нас.

Содержание

«Мама, я хочу чувствовать себя любимой...»	6
Почему нам так тяжело проводить время с родителями?	9
«Не взрослая» взрослая жизнь	13
«Мама, мне страшно. Я становлюсь взрослой.»	16
Мама ребенка	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Материнское сокровение

Мия Шерер

Иллюстратор Наталья Батищева

Дизайн обложки и автор шрифта Юлия Сундруп

© Мия Шерер, 2020

© Наталья Батищева, иллюстрации, 2020

ISBN 978-5-4498-1856-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero



«Мама, я хочу чувствовать себя любимой...»

В магазине моё внимание привлекла мама с девочкой лет пяти-шести. Мама сосредоточенно перебирала вещи на вешалке, девочка крутилась рядом, вдруг девочка протяжно: «-Маааааа... -ЧТО?» в ответ раздраженно и нервно гаркнула мама. От этого ответа подпрыгнула даже я, так это было неожиданно и агрессивно.

– Я тебя люблю, – ответила девочка.

Если бы дети могли осознавать свою основную потребность и вербализировать её, это бы звучало так: «Мама, я хочу чувствовать себя любимой (ым)».

Он приносит вырезанную машинку тебе, пол залит клеем, засыпан обрезками, внутри поднимается раздражение и злость: опять этот бардак, эти обрезки везде, липкие руки, но он протягивает её тебе, потому что чувствовать себя любимым необходимо, и нет ничего в этот момент для него: ни клея, ни обрезков – только ты и вопрос, внутреннее желание: «любишь меня?», «я для тебя любимый?»

Разбивает вазу, приходит с двойкой, прыгает на кровати, на которой нельзя и боится, любишь ли? Любишь? Вопрос

громко звучит внутри, и он его чувствует, но не осознает. И ждёт, ловит, внимает подтверждение, от которого внутри всё разожмется, распухнет напряжение, и снова потечет жизнь. Любит. Всё хорошо, можно дальше. А если «не любит», то реакция похожа на сжимающуюся внутри пружину, которая раз за разом становится тугой, упругой и отскакивающей в самые острые моменты. Если у ребёнка истерика, «уйди, ты плохая» и «я тебя не люблю» – это просто отжатие пружины, вынужденное, механическое, предшествующее освобождению и снова вопросу, потребности: «Я любимый (ая) для тебя?»

Чувствовать себя любимым (ой) – основная, базовая потребность ребенка, выполняя которую психика выстраивает здоровые связи во взаимоотношениях с самим (ой) собой и с миром. Я люблю себя – я люблю мир. И наоборот. Я в этом мире принят (а), любим (а), мир – безопасен.

Когда к вам приходит ребёнок, по любому поводу, за всеми словами, помните, главное – он хочет чувствовать себя любимым, а потом всё остальное. Ему это необходимо. Крайне важно. Важнее всего другого.

Пусть энергетика вашего ребёнка остаётся целостной. Пусть его «приёмник» находит естественные волны любви, принятия и безопасности. Если вы не умеете их протранслировать, это руководство для вас, уважаемые родители. Обратите внимание на свои «поломки». Проработайте их, сохраните психику и энергетику своих детей. Пусть их сила оста-

ётся с ними, ведь без неё невозможно пройти счастливо тот путь, ради которого ваши дети пришли на землю.



Почему нам так тяжело проводить время с родителями?

Соглашаясь на совместное времяпровождение с любимыми родителями внутри одновременно возникает некая тяжесть: не предвкушение встречи, не легкость, а именно тяжесть, в преодолении которой помогают чувство долга и различные «надо», а иногда уговоры и чувство вины. Даже если отношения с родителями отличные, и есть радость от встречи с ними, некий фон тяжести всё равно может присутствовать. Что же он из себя представляет и откуда берётся?

В ходе эволюции человечество сильно изменилось в плане приема и передачи информационных потоков, особенно последние несколько лет. Люди, которые чувствуют и ценят время, моменты «застревания во времени» воспринимаются, как общение с динозаврами. Раньше, когда надо было выжить, в семье было безопаснее, чем во внешнем мире. Сейчас, когда гораздо меньше войн, физического насилия и других осложняющих факторов, от человека ожидается духовное развитие, и во внешнем мире, где не воспитывают, не ломают, не заставляют, не навязывают, жить проще. Институт семьи в принципе изменился, появились другие, незнакомые

раньше задачи. Родители словно подготовили для нас почву, но их способ все-таки был выживание. На данный же момент физическое тело спасено, теперь жить пора: наша задача получать удовольствие от жизни, что зачастую нашим родителям непонятно.

Если не привязываться к тому, что родители – это встреча с более старшим поколением, это в каком-то смысле как скачок в далёкое прошлое, которое по некоторым параметрам больше не актуально. Это как столкновение двух вселенных, таких разных по:

- *Ритму (внутреннему, внешнему)*
- *Объёму (сознания, задач, восприятия ситуаций)*
- *Скорости (принятия решений, переработки информации)*
- *Моторике (двигательная активность в локальном и более масштабном плане)*
- *Информации (приоритеты, актуальность, тренды)*

Информационное общение, которое устанавливается с родителями, проигрывающими по каждому из этих пунктов, не такое насыщенное и густое, а значит не такое ценное «ценное», как мы привыкли. Ритм, в котором живут родители, не всегда осознанно может восприниматься нами, как «потеря времени», отсюда возникает тяжесть, томление и желание поскорее завершить встречу.

Если осознавать это, общаться, осознанно замедлять свой ритм на время, не раздражаться на замедленность, ставшую

привычными параметрами для родителей, можно значительно снизить испытываемый дискомфорт. Путешествуйте осознанно в родительские вселенные, пока они существуют! Таков путь эволюции.



«Не взрослая» взрослая жизнь

– «Он захотел стать взрослым и ушёл из дома, – немного со злостью, с раздражением, громко говорит мужчина на эскалаторе, быстро моргая глазами. Пауза, собеседник что-то отвечает ему, – «Ну, что, что, вернулся через месяц, взрослым он стать захотел! А за взрослую жизнь нужно платить! Взрослому везде нужны деньги, а у него их нет, вот и закончилась его взрослость!»»

Что было до и после этого разговора я не знаю, эскалатор закончился, мужчина с телефоном исчез из моего поля зрения.

Что интересно, тема взросления и взрослости идет красной нитью сквозь многие индивидуальные консультации совершенно разных людей по социальному статусу в жизни. Все мы взрослые и всем нам есть, куда взрослеть постоянно – каждому в своём направлении.

А сейчас хочу затронуть тему взросления и материального аспекта, ту самую, о которой так кричал мужчина в телефон. Не получается ли так, что в стремлении стать «взрослым», в стремлении отделиться, уйти, стать самостоятельным, мы готовы схватиться за любую возможность, например, приносящую деньги работу, даже если она изначально не по ду-

ше: юрист, вместо «свободного художника»; врач, вместо вождельного музыканта; экономист, вместо артиста... И в погоне за такого рода «взрослостью», самостоятельностью, тасуя приоритеты, отодвигая желанное на второй план, позже и сильно позже застреваем во внешней взрослости, может быть, «псевдо взрослости», той самой, которая во внешнем мире принимаема и одобряема: дом, машина, работа, а во внутреннем мелкая и незначительная. Почему?

Потому что внутри тот маленький артист, художник, музыкант то и дело закатывает детские истерики, падает на пол, топчет ножками и требует дать ему волю повзрослеть, выпустить наружу незрелость, чтобы самостоятельно, уже без условий выживания начать выглядывать собой в мир и обрести устойчивость на своих собственных ногах.

Получается так, что «не взрослая» взрослая жизнь требует баланса не только внешнего, но и внутреннего, и не замечать это в какой-то момент становится невозможно: давит изнутри настоящее взросление, истинное, где есть место всему: и желанной реализации, и свободе выбора, и эмоциональной независимости от мнения других людей и, самое главное, позволению быть собой.

И хотя, внедрения системы в нашу жизнь не избежать, но путём осознанных, взвешенных выборов, даже в самой жёсткой системе можно найти конструктивное взаимодействие. Это поможет в реализации тех внутренних и внешних предназначений, ради которых вы здесь на Земле.



«Мама, мне страшно. Я становлюсь взрослой.»

– «Мамочка, мне страшно, кажется, я становлюсь взрослой,» – до сих пор в моих ушах звучат эти слова моей 13-ти летней дочери.

– Почему тебе страшно, милая? – меня действительно удивили её слова, но даже больше выражение лица, отсутствие аппетита на протяжении долгого времени и некоторые другие тревожные признаки. Доли секунды, я держу её ладошки в своих и вспоминаю, что она действительно стала меньше улыбаться, больше хмурить брови, её лицо действительно повзрослело, но совсем не в радостном ключе.

– Мам, мне очень страшно становиться взрослой. Я больше не чувствую радости, как в детстве. Я не чувствую радости от солнца и зеленой травы, от сидения на подоконнике в комнате просто так, от того, например, что раньше от предвкушения праздника меня заполняло радостными ощущениями, а сейчас...

– Что же ты чувствуешь теперь?

– Мне кажется, я перестала чувствовать. Я вместо этого теперь всё время думаю. Я думаю о том, какие завтра предметы в школе. О том, что мне нужно подготовиться к экза-

менам, о том, что скоро придёт репетитор, а я ничего не хочу делать, и в то же время, когда я ничего не делаю – это тоже не помогает, потому что эти назойливые мысли бесконечно роятся у меня в голове... экзамены, уроки, список литературы... и такое ощущение, что когда я только думаю, я теряю себя... теряю эту способность чувствовать, пропускать через себя жизнь, проживать её...

Она тихонько заплакала. Крупные круглые слёзы покапались по пухлым щекам, капая на платье. В моей голове словно испарились все мысли. Тонкий баланс в мире «взрослых» – как часто он нарушен вот так однажды и навсегда. Мы забываем себя и уходим «в голову» – в «как надо» и «по расписанию сейчас вот это», рационализируя, структурируя свою жизнь, как лучше или как принято, забывая чувствовать себя и свои истинные желания. Однажды обнаруживаем себя упакованными всем прекрасным набором социальных и культурных ценностей от образования до семьи и карьеры, но с гигантской пустотой внутри, которую неизвестно, чем заполнить, да и можно ли...

Это важный момент. Сейчас в 13 и потом много-много раз после, может, на протяжении всей жизни, делать этот выбор – в пользу себя, в пользу чувствования, проживания жизни, ставить на паузу рациональный подход, не позволять внутренней пустоте расширяться, а наоборот, заполняя её необходимыми тонкими ощущениями и состояниями: запах травы, смех ребенка, случайная улыбка незнакомцу, прочи-

тать стихотворение, внезапно, незапланированно встретиться с друзьями, погулять босиком... Такие простые, совсем не особенные мелочи, для каждого свои, наполняют состояниями и смыслом ежедневную жизнь, питают душу и радуют.

Она уснула у меня на руках, только что встревоженная, напуганная и растерянная. Как в детстве, уснула на коленях, расслабилась, доверилась, зарозовели щёки, подрагивают ещё влажные ресницы, ровное дыхание и беззаботно-счастливое выражение лица говорит о том, что внутри произошла трансформация, победа... что-то очень важное, сокровенное случилось сейчас для её души. Спи, доченька, я с тобой, я рядом. Сижу, не шелохнувшись, одной рукой глажу её по спинке, второй набираю смс репетитору об отмене. Смотрю в окно и чувствую, чувствую, чувствую... ярко, живо, объёмно: тёплые ладошки, запах дома и супа, прозрачную прохладу стекла и яркую сочную зелень деревьев за окном, шорохи кошки в соседней комнате, сердцебиение, то, как дышит моя кожа и разливается жар в груди, останавливая мысли и наполняя меня и пространство вокруг. Я спокойна за дочь. Она не одна. И это первая, но не последняя победа.

Система, в которой мы живём, всегда будет диктовать свои правила. Пусть взаимодействие с ней будет гармоничным, её не избежать, не миновать и ни в коем случае не нужно воевать с ней. Нашим детям надо транслировать образ как сохранить свой внутренний мир, как найти баланс меж-

ду своими желаниями и ожиданиями социума. Этот навык можно и нужно развивать родителям, а детям просто не мешать и позволить им быть собой!



Мама ребенка

Опыт в практической психологии более чем 23 года, хочешь не хочешь рождает некую статистику:

Мама ребёнка 2—5 лет: «Здравствуйте, мне к вам порекомендовал обратиться детский психолог, говорит, с ребенком всё в порядке, это, мол, мне нужно работать с собой, чтобы не срываться, не ставить в угол, не шлёпать в порывах ярости и бессилия. Я вроде и сама понимаю, что ребёнок тут не при чём, но мы с мужем...» Несколько консультаций: «Мы с мужем...», «Я с мамой...», «Мы со свекровью...» Через две недели светящееся лицо, расслабленная улыбка: «Спасибо, как же мне хорошо, спокойно и у ребёнка истерики прекратились. Как жаль, что я вас раньше не встретила...»

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.