

Ce faci când se termină iubirea?

Ana: Vorbim despre iubire ca despre elementul vindecător și dătător de sens al existenței noastre, dar vorbim despre iubire și ca golul imens care îți rămâne în suflet când ea dispare. Acest gol trebuie confruntat și vindecat, umplut cu altceva. Dar ce poți pune în locul iubirii care tocmai prin asta se diferențiază de oricare altă emoție: *este de neînlocuit?* În special atunci când ești femeie, după un număr de ani petrecuți lângă partenerul tău, te poți trezi că ești într-o relație, dar nu mai ești în iubire. Și asta e o diferență fundamentală, că a *fi într-o relație cu cineva nu înseamnă automat să ai o conexiune autentică la nivel de suflet.* Cum anume crezi că trebuie să fie comportamentul unei femei care își dorește să fie într-o relație, care vrea să aibă o relație în armonie, dar să spunem partenerul sau soțul ei nu este persoana de la început, cu care ea s-a căsătorit?

Care crezi că trebuie să fie abordarea unei femei care, iată, este într-o relație și aceasta nu e conformă

deloc cu ceea ce și-a propus, deși ea a depus toate eforturile ca lucrurile să funcționeze?

Mama: În primul rând, aș vrea să-ți spun, Ana, că niciodată nu-ți faci un plan dinainte, atunci când întâlnești pe cineva, și atunci când ești într-o relație, nu te gândești *cum nu trebuie să te porți*. Te gândești la ce ar trebui sau ar vrea celălalt ca tu să fii, mai puțin la ce nu ar trebui să fii. Tot ceea ce faci sau nu în cadrul unei relații are la bază frecvența ta emoțională, respectiv capacitatea celuilalt de a o recepționa. Dacă omul cu care ești într-o relație emite încredere și iubire către tine, răspunsul tău va fi automat pe frecvența lui. Vei răspunde cu iubire, vei ști ce să spui, vei fi mereu într-o stare bună. Dacă cel de lângă tine nu are încredere, dacă mimează iubirea, conexiunea va fi încetinită, până în punctul în care poate fi oprită de tot. Știi că îți spuneam despre **neiubire**, cât este de periculoasă. Uneori este mult mai bine să știi când cel de lângă tine te urăște, nu te vrea, nu te place decât să mimeze această „iubire“.

Ana: Cum ai defini această „mimare a iubirii“?

Mama: Starea în care persoana iubită mimează ce ar trebui, de fapt, să simtă, dar nu simte îți dă un sentiment atât de ciudat, pentru că nu știi ce se întâmplă. Nu știi ce vrea celălalt, te îndoiești în permanență de cine ești tu, dar și de sentimentele lui. Când vorbim despre **neiubire**, vorbim despre o anumită realitate în care tu încerci să pătrunzi și încerci să fii ceea ce crezi că vrea celălalt să fii, dar nu ai cum, este ca și când un avion

încearcă să aterizeze și nu are pistă. Nu i se dă accesul de la turnul de control să poată pătrunde. Același lucru este și în relații: dacă cel de lângă tine nu-ți „deschide“ această pistă către sufletul lui, nu ai cum să ajungi, oricât de mult ai încerca, nu există nicio posibilitate reală.

Ana: Crezi că ideea de a te purta într-un fel anume ca partenerul să te iubească este toxică?

Mama: Există numai *iubire* sau *lipsa ei*. Tu poți să ai grijă de iubirea pe care un om ți-o arată, o poți întreține, manifesta, dar nu poți face nimic ca un om să te iubească.

Ana: Este foarte mult promovată această idee conform căreia tu, ca femeie, încă de mică, trebuie să te pregătești să fii atrăgătoare. Iată, tot timpul de când suntem mici, fetițele se joacă cu păpușile Barbie. Acestea au o siluetă care este imposibil de realizat și păstrat de către o ființă umană pe parcursul vieții, pentru că în procesul de îmbătrânire nu ai cum să nu ai vergeturi, nu ai cum să ai pielea strălucitoare mereu, nu ai cum să nu ai perioade în care corpul tău suferă transformări biologice și hormonale. Cred că femeile poartă o povară mai mare decât bărbații să îndeplinească anumite roluri în familia lor și în același timp să fie atrăgătoare din punct de vedere estetic. Mi se pare iarăși o idee extrem de dureros de îndurat pentru o femeie, cea legată de seducție, aceea că tu trebuie să fii seducătoare în detrimentul personalității tale autentice, doar pentru a primi validarea unui bărbat. Ideea de seducție practic

pe tine te scoate din ceea ce tu ești: un suflet cu anumite trăsături distincte, care trebuie să comunice cu sufletul bărbatului în cauză. Mai exact, te aduce într-o zonă în care tu încerci să vinzi un produs, ca și când nu este suficient cine ești tu cu adevărat și *doar dacă ești aleasă de altcineva* poți fi considerată atrăgătoare. Dar, de fapt, tu ești „aleasă“ din momentul în care te naști, pentru că ești o individualitate emoțională și spirituală imposibil de înlocuit.

Mama: Categorical, ai dreptate. Din păcate școala nu vine cu această realitate pe care ar trebui să i-o prezinte copilului încă de la început, și anume să i se explice că noi nu suntem numai ceea ce se vede. Nu suntem doar corpuri fizice, ci avem și *corp energetic*. Fiecărui copil ar trebui să i se predea la școală, pe lângă materiile deja existente, despre acest suflet, ca principiu vital al vieții sale viitoare și prezente.

Ana: Cât de periculoasă este absența unor cunoștințe de bază despre suflet pentru viitorul adult?

Mama: Foarte periculoasă, pentru că lipsa de informație legată de acest subiect face ca „sufletul“ să fie o materie „opțională“ în relaționarea de mai târziu a viitorului adult. Copiii sunt nepregătiți pentru emoțiile intense, li se vorbește foarte mult despre ceea ce trebuie să *aibă* (note bune, performanțe școlare, rezultate competitive) și foarte puțin despre ceea ce trebuie să *fie*. Ajunși la vârsta adolescenței, fără noțiuni clare despre ce înseamnă gestionarea emoțională a unei situații de criză

sau despre cum îți administrezi într-un mod benefic emoțiile, aceștia sunt din START nepregătiți. Pentru ce sunt nepregătiți? Pentru această situație: *ce faci atunci când simți pentru prima dată IUBIRE față de cineva?* Într-o poveste de iubire avem niște așteptări care nu au legătură cu povestea în sine, ci cu bagajul nostru de cunoștințe și emoții. Poate ți-ai cultivat anumite convingeri conform cărora *să fii iubit=să fii privit de celălalt într-un anumit fel*, iar când nu primești iubirea în termenii tăi, o respingi sau consideri că nu ești iubit deloc. Dacă pricepi că celălalt este un suflet – la fel ca tine –, reușești să îi înțelegi emoția, să te adaptezi așteptărilor cu care amândoi veniți în relație.

Ana: Ce se întâmplă atunci când nu îl vezi pe celălalt ca pe un alt suflet?

Mama: Neștiind nimic despre emoție, neștiind că, de fapt, este întâlnirea a două suflete, te ghidezi exclusiv după așteptările care ți-au fost inoculate de mediul în care ai crescut, de cultura, religia sau familia ta. Iar așteptările tale pot să nu corespundă cu așteptările familiei, pe care tu le iei drept reper în relaționarea cu o altă ființă umană. Ca să nu mai vorbesc despre situațiile în care un copil crește într-o familie toxică, având modele parentale complet nesănătoase și incompatibile cu personalitatea lui. În aceste situații, dacă nu va fi învățat cum să își descopere propriul suflet și cum să îl cultive, copilul în cauză va deveni un adult care nu va reuși să stabilească ce este TRĂIREA SUFLETULUI său și ce

este BAGAJUL DE AȘTEPTĂRI din mediul exterior (educația de acasă și cea de la școală).

Ana: Se poate ajunge la iubirea fără conștientizarea și înțelegerea propriului suflet?

Mama: O poveste de iubire se întâmplă între două suflete, ea este sprijinită și menținută „în viață“ de alegerile noastre, stilul de viață, educația, comportamentul nostru. Dar elementul fundamental despre care discutăm înainte de *iubire* este *sufletul*: se întâlnește suflet cu suflet, fiecare „descarcă“ informația celui-lalt și apoi este stabilită conexiunea. Da, conexiunea se desfășoară apoi într-un cadru social, în cadrul unei convenții, apare poate și un copil sau mai mulți, dar totul pleacă de la suflet. Și, mai ales, totul se termină atunci când sufletul este absent din relație. Povestea de iubire este *o legătură majoră*, o experiență fundamentală a vieții, care, la fel ca nașterea sau moartea, *ne schimbă complet existența*.

Ana: Există o metodă sau este de făcut ceva special ca să te întâlnești cu iubirea?

Mama: Cea mai mare dramă apare atunci când oamenii se pregătesc pentru această întâlnire cu iubirea doar la nivel de corp fizic, ca fiecare dintre ei să arate bine, să fie într-un anumit fel și nu este luat deloc în calcul celălalt „corp“ de energie, emoție, trăire, care poartă cu sine tot ce am experimentat până în acest punct al vieții noastre. Dacă nu ar fi vorba despre niciun suflet, cine te doare atunci când suferi? Organul numit *inimă*

sau organul numit *creier*? Da, sufletul ne doare, de foarte multe ori, ca să îl identificăm, să îl putem înțelege, să îi simțim *textura*: este aspru sau delicat? Ce am adunat cu noi, ne aduce bucurie sau ne întristează?

Ana: Este responsabilitatea familiei să se ocupe de această „disciplină emoțională“?

Mama: În predarea acestei „discipline“ emoționale, mama joacă un rol crucial: ea ar trebui să fie cea care se ocupă de prezentarea acestei dimensiuni copilului și, foarte important, să nu creadă că, dacă acesta a împlinit 18 ani, poate să plece, a terminat liceul, gata e pregătit pentru viață. Ei bine, doar educația școlară nu poate să te învețe despre ce urmează și ce înseamnă viața cu adevărat. De aceea *educarea la nivel emoțional* a unui copil se realizează pe parcursul întregii sale vieți, și pentru asta este nevoie ca mama în cauză să lucreze activ la propria sa vindecare și să aibă o relație sinceră în propria sa dezvoltare personală. În al doilea rând, ea trebuie să fi construit o relație funcțională în cadrul căreia copilul să știe că poate fi vulnerabil, deschis, autentic, o relație în care nu se simte pus la zid dacă gândește diferit de părintele său. Nu mai vorbim despre faptul că adevăratele lecții pe care o mamă i le predă copilului ei sunt acelea care se întâmplă în totalitatea manifestărilor sale comportamentale și emoționale: gesturile sale față de alți oameni, obiceiurile pe care și le-a format, relația cu tatăl copilului.

Ana: Cum ar putea să funcționeze o relație între doi oameni atâta timp cât ei nu cunosc adevăratul motiv

pentru care s-au întâlnit, și anume ceea ce sufletul lor are de experimentat?

Mama: Prin ceea ce experimentăm la nivel de suflet se produce o vindecare în rândul programelor mentale, în sensul în care *decondiționarea*, adică dezvățarea de toate credințele limitative are loc ca urmare a acestei călătorii, către descoperirea propriului suflet. Și niciodată, dar absolut niciodată nu „aterizează” în viața noastră vreun suflet pur întâmplător. Este nevoie să nu îți fi pus măcar o dată întrebarea „Ce caut eu pe acest pământ?” ca să nu înțelegi că fiecare persoană în parte are ceva prețios să te învețe, dar *nu doar despre ea* – așa cum ai crede la prima vedere –, ci și *despre tine*.

Ana: De ce credem mereu că ne doare ce ne fac alți oameni, că suferința noastră nu e despre noi, ci despre ei?

Mama: Suferința unei dezamăgiri te face să crezi, de exemplu, că este vorba despre ceva ce ți-a făcut *alt-cineva*, și nu despre ceea ce sufletul tău *are de învățat*. În foarte multe situații, sufletul nostru trece printr-un intens proces de învățare care este de-a dreptul vindecător, însă noi nu avem răbdare să deciptăm și să înțelegem adevăratul sens a ceea ce se întâmplă. Dacă judeci prea repede, o dezamăgire ți se pare ceva nedrept, dacă în schimb ai puțină răbdare să vezi ce lecție are de învățat sufletul tău din experiența respectivă, pricepi că nimic nu este deconectat de tine și de bunăstarea ta emoțională.

Ana: Este tot ce se petrece în viața noastră un ajutor, de multe ori neînțeles de noi?

Mama: Da, totul se petrece pentru înțelegerea ta, pentru a începe – dacă nu ai făcut-o deja – o relație cu propriul suflet, pentru a naviga cu răbdare apele tulburi ale tuturor stărilor prin care treci. Întâlnirea unui corp fizic cu alt corp fizic în cadrul actului sexual este dublată de întâlnirea a două forme de energie, care, în funcție de compatibilitatea lor, vor rămâne sau nu împreună, își vor preda lecții dureroase sau, din contră, se vor vindeca reciproc de alte dureri. Orice întâlnire cu un suflet închide la nivel emoțional un cerc deschis, de emoție neprocesată, de trăiri dezorganizate. Odată cu întâlnirea sufletului celuilalt, aceste emoții haotice ajung să fie sistematizate de așa manieră încât tot ceea ce în trecut îți provoca suferință, acum devine sursa ta de putere interioară.

Ana: Cred că o altă întrebare necesară ar fi: te poți îndrăgosti de cineva cu altceva, dar nu cu sufletul?

Mama: Depinde foarte mult de ce înțelegi prin „îndrăgostit“. Dacă te referi la *etapele premergătoare apariției iubirii*, da, te poți îndrăgosti și de o idee pe care o ai anterior cultivată de cei din jurul tău sau chiar de către propria ta *imaginație*. Pentru că, este important de precizat, o persoană poate fi îndrăgostită fără să ajungă la *starea de iubire*. Iubirea trece prin *faza de îndrăgostire*, dar se poate opri la această etapă.

Ana: Și cum se face exact tranziția de la *etapa de îndrăgostit* la *etapa de iubire*?

Mama: Tranziția se face practic de la început. Dacă sufletul tău identifică o conexiune stabilă și profundă cu sufletul celuilalt, atunci iubirea va trece de faza de *îndrăgostire, tatonare, cunoaștere* și va ajunge în etapa de *manifestare* unde lucrurile se întâmplă într-un ritm stabil, profund și autentic. Ritmul nu mai fluctuează precum în etapa de *îndrăgostire*, unde nu ai un flux de emoție stabil.

Ana: Cum știm că o relație trece pragul etapei de *îndrăgostire*?

Mama: O relație poate să treacă de etapa de *îndrăgostire* dacă există conexiune la nivel de suflet, și foarte important dacă ambii participanți sunt dispuși să lase deoparte orgoliul și prejudecățile pe care le au despre sine și despre lumea înconjurătoare. O relație este o pistă necunoscută pe care pornești, este un risc și de obicei sunt două posibilități: fie totul merge, fie nu merge. Între *merge* și *nu merge* oamenii încearcă să găsească punți sau să facă compromisuri, însă relația se va plasa, ca un magnet care trage spre un anumit pol, în jurul unei direcții, și acolo va rămâne. *Zona moartă* din cadrul interacțiunii este tocmai această nehotărâre, neputința de a alege ce faci cu tine și cu celălalt? Mergeți împreună în aceeași direcție sau separat? Sunt oameni care merg separat de un număr considerabil de ani și care pretind că urmează aceeași direcție, de dragul rutinei și a unei comodități emoționale care nu se vrea a fi distrusă. Asta ar însemna să își recunoască adevărul că ei sunt altcineva,