

„UZDRAWIACZ”, lipiec 2004 r

### PRZEBACZENIE

**Często słyszę od moich pacjentów: „Ja już wszystkim przebaczyłem”, po czym zaczyna się seans i następuje wyrzucanie z siebie żalu, pretensji, złości czy wręcz nienawiści do innych. Zatem wcześniej wypowiedziane: „przebaczam” przy różnych okazjach, okrągłych rocznicach itp. to nic nie warte puste słowa.**

Jeśli przebaczyłeś, to jesteś oczyszczony, oświetlony, pozbawiony obciążeń z całego życia. Jesteś pewny siebie. Możesz zacząć żyć od nowa, nie pamiętając urazów, krzywd, przykrości. Widzisz wszystko pięknie, żyjesz bezstresowo. Jak osiągnąć taki stan? Nie jest to proste. Żeby przebaczyć trzeba najpierw uzyskać zdolność do przebaczenia. Żeby autentycznie przebaczyć, należy wydobyć z głębi siebie wszystko to, co zostało wyparte na bardzo głębokie poziomy, a teraz jest odreagowywane poprzez najróżniejsze choroby, również śmiertelne.

W moim gabinecie temat przebaczenia pojawia się najczęściej przy rozpatrywaniu przeżyć z dzieciństwa i dotyczy rodziców. Urazy, szczególnie z okresów prenatalnych i wczesnodziecięcych, są podstawą chorób, nerwic, nałogów, zaburzeń osobowości, trudności szkolnych itp. To nic, że my tych urazowych zdarzeń często nie pamiętamy lub też nigdy ich sobie nie uświadomiliśmy. My, to nie tylko to co uświadomiane, ale całość nas, również te

głębokie poziomy, gdzie są np. zapisane przeżycia z łona matki. Wyobraźmy sobie taką sytuację. Matka w pierwszym okresie ciąży nie jest z niej zadowolona, myśli nawet o aborcji. Później zmienia zdanie i szczerze dziecko pokocha, ale... w nim ten uraz pozostanie, czyli poczucie odrzucenia i zagrożenia życia. W przyszłości może być podstawą nerwic, depresji. W mojej praktyce taki akt poczęcia przepracowuję w ten sposób: dotychczasowy stan - **rodzice chcieli się**

**tylko pokochać**

, przeprogramowuję na -

**rodzice kochali się w celu powołania do życia dziecka**

. W ten sposób z mojego pacjenta znika osobowość gościa nieproszonego, takiego, co wszędzie jest mu źle i nigdzie go nie chcą: najlepiej to byłoby się zamknąć, nie wychodzić z domu, upijać się, narkotyzować, buntować przeciwko rodzicom, szkole itd. Dobrze przebaczyć to znaczy tyle, co przepracować całą taką sytuację.

Wyobraźmy sobie inny przykład. Ojciec alkoholik i domowy tyran. Dodajmy do tego, że już nie żyje. Należy mu więc wybaczyć, modlić się za niego i w ogóle mówić o nim dobrze, bo tak nakazuje tradycja. Czyli: jeśli wcześniej poprzez narzekanie na ojca i wypominanie mu złych uczynków, wentylowaliśmy rozgrywający się w nas dramat, to teraz jest to zakazane. A co wolno? Wolno z tego powodu chorować! Przychodzi więc do mnie, powiedzmy, córka takiego tatusia, mówi, że ma nerwicę, lub inną chorobę, i że już ojcu wybaczyła, a później całymi godzinami szlocha, jak analizuje swoje dzieciństwo. Pytam: co to za wybaczenie? Zaczyna się terapia: należy przepracować całą tę patologiczną, chorobotwórczą pamięć na obraz ojca wspaniałego. I to nie tylko dlatego, żeby ojcu - już po śmierci było lepiej, ale przede wszystkim dlatego, żeby córce żyło się normalnie, bez chorób, np. reumatyzmu, który w tej sytuacji byłby wynikiem zablokowanej agresji, chorób układu krążenia, a także kobiecych. I żeby córka nie przenosiła urazów dotyczących ojca na męża i na nim ich nie odreagowywała, bo rozbije małżeństwo i będzie twierdzić, że rozpadło się ono z jego winy. Okazuje się, że jak przepracuję u takiej pacjentki ojca, to mówi mi ona, że mąż się poprawił. Ojciec w nas, to nie tylko wspomnienia, uczucia, ale również - a może przede wszystkim - energetyczny fundament. Albo sami w sobie - jesteśmy mocni, stabilni, albo słabi, wiotcy.

Przebaczyć należy także samemu sobie. Każdy z nas przecież ma sobie coś do zarzucenia. Nie wolno się katować wyrzutami sumienia. Często nam się tylko wydaje, że popełniliśmy zło. Jeśli nie potrafimy sami dać sobie z tym rady, przyjmijmy pomoc, bądźmy dla siebie łaskawsi.

Przebaczenie to nie jest jakiś akt wspaniałomyślności, łaski. Jest ono potrzebne nam samym, dla naszego rozwoju duchowego. Iluż to ludzi na okrągło różnymi przykrymi wspomnieniami zatrąwa życie otoczeniu. Czemuż to, ci nawet bardzo pokrzywdzeni, nie uwolnią się od tych przeżyć? Mistrzów duchowych poznaje się po tym, że kochają swoich wrogów. Wprawdzie przeciętnemu człowiekowi droga do mistrzostwa daleka, ale przynajmniej niech coś trochę robi w tym kierunku. Ja wiem, że to nie jest takie łatwe, że tu są potrzebne lata pracy. Ktoś powie: czy warto? Otóż, jak już po przepracowaniu przesyłam pacjentowi energię przebaczenia, to z jego aury schodzi skorupa, takie zapieczęcie, smoła. I to nie jest akt jednorazowy, to jest proces.

Rozwijając się, wchodzimy na coraz wyższe poziomy wibracji i docieramy do coraz większych tajemnic tkwiących w nas samych, również do bardzo głęboko wypartych urazów. Im lepiej się oczyścimy z tego emocjonalnego brudu, tym będziemy nie tylko wyżej na mistycznych poziomach, ale też zdrowsi, szczęśliwsi, wolni.

STANISŁAW KWASIK

### Komentarz nr 1

Pański artykuł porusza ważny temat – przebaczenia. Przebaczyć podobnie jak kochać, to łatwo powiedzieć. Prawie każdy z nas zna kogoś komu przebaczone lub nie. Sam też być może to uczynił lub zamierza. Często słyszymy słowa, ja jej lub jemu (itd.) nigdy nie przebaczę. Tym

samym pakujemy do już wypakowanego plecaka żalów, pretensji, bólów następną porcją. Wiem jak trudno jest zapomnieć, że dana osoba nas kiedyś poniżała, wyśmiewała, biła kablem od żelazka, zaniżała poczucie naszej wartości. A wszystko to udawało się jej tylko dlatego, że byliśmy zależni od niej, bardziej wrażliwi, mniej odporni na krytykę, zakompleksieni, mało asertywni. Taka osoba miała władzę nad nami, to dawało jej poczucie siły. W sumie biedne są takie osoby, ponieważ pod tym płaszczykiem kryją się osoby podszyte tchórzostwem, same atakują, żeby nie być atakowanymi. Można być pewnym zwycięstwa, gdy atakuje się osobę słabszą psychicznie, wrażliwszą, taką co nie umie walczyć o siebie lub nie chce zniżyć się do poziomu atakującego. Ale cóż to za zwycięstwo, to jakby zabić muchę wystrzałem z armaty. Przebaczam takim osobom, bo nie wiedzą co czynią. Bardzo chciałabym, żeby te osoby coś zrobiły z tym moim przebaczeniem. Może coś przemyślały, wyciągnęły wnioski na przyszłość, uwolniły się od tych złych emocji. A może wreszcie zaczęłyby pracować nad sobą. Na pewno nie jest łatwo przebaczyć np. ojcu, który bijąc dziecko doprowadza do tego, że dziecko się trwale jąka, wykorzystuje seksualnie córkę lub syna, gwałci żonę, szykanuje całą rodzinę, matkę dla której córka staje się celem ataków. Tak naprawdę to ci atakujący są życiowymi niedojdami i tymi swoimi czynami chcą się dowartościować. Zawsze, kto głośno krzyczy, staje się widoczny, ale tylko tyle. Pewnie najwięcej pretensji to mają dzieci do swoich rodziców. Ale to właśnie one mają prawo oczekiwać od rodziców mądrej miłości, mądrości, szacunku, zrozumienia, dobrego przykładu. Rodzice też kiedyś byli dziećmi, jeżeli czegoś brakowało im w kontaktach z ich rodzicami to jest właśnie pora, aby to naprawić. Można, a nawet trzeba wychowywać i karać dzieci z miłością, bardziej chwalić, niż druzgocąco krytykować, a nie będzie tylu problemów. Mnie samej też było trudno wybaczyć, ale zrobiłam to i poczułam ogromną ulgę. Jestem teraz inną osobą, sporo pracowałam nad sobą, czynię to nadal, czytam, medytuję. dziś tak bardzo nie zależy mi na opinii innych osób, ich uznaniu. Najważniejsze dla mnie jest to, że jestem sobą, jestem szczerą, lubię kontakty z ludźmi, moje relacje z dziećmi są bardzo udane. Nie mam uprzedzeń, każde spotkanie z człowiekiem wnosi w moje życie coś nowego, lub skłania do głębszej pracy nad sobą. Stałam się spokojniejsza, uwierzyłam w siebie i w końcu po prostu polubiłam siebie. Jestem teraz psychicznie mocniejsza, kieruję się miłością, obdarzam ludzi dobrym słowem i uśmiechem. świat stał się teraz globalną wioską, ale długa droga człowieka do człowieka. Potrafimy klikać, ale nie potrafimy rozmawiać patrząc swojemu rozmówcy w oczy. Tak, właśnie rozmawiać, a nie mówić do kogoś. To nie to samo. Kiedy rozmawiam z dziećmi, to wzajemnie się lepiej poznajemy, a przez to lepiej rozumiemy. Kiedy do dzieci tylko mówimy, to dzieci nierzadko czują się ignorowane. Niedawno czytałam o chłopcu 14 latku, który popełnił samobójstwo, gdyż nie mógł się pogodzić z decyzją wyjazdu swoich rodziców do pracy za granicą. Jego nikt o zdanie nie zapytał, zignorowano go, poczuł się tak, jakby go nie było, jakby nie istniał. Samobójstwa, a raczej ich przyczyny, to już inna bajka. Tak trudno jest kochać, przebaczać, ale jak bardzo warto jest kochać, przebaczać, a zacząć trzeba od samego siebie. To cudownie, że jest ktoś taki jak Pan i w sposób profesjonalny można u Pana przepracować siebie. Nie miałam takich możliwości, niejednokrotnie odnosiłam wrażenie, że wyważam otwarte drzwi pracując nad sobą. Teraz to już dla mnie historia, ale tym większa satysfakcja dla mnie.

Mój pisany pospiesznie od serca komentarz zakończę słowami piosenki Piotra Rubika:

Masz prawo kochać,

Masz prawo śnić,  
Masz prawo marzyć,  
Masz prawo żyć,  
Masz prawo wierzyć teraz i tu  
Na przekór kłamstwu, na przekór złu.

Iwona