

Vězněm ve vlastním domově



Dnes jsem se setkal s člověkem, z jehož vyprávění vyplynulo, že již od dob svého dětství až po léta dospělosti byl ve vlastním domově jako ve vězení. A to nejen ve vězení fyzickém, ale i psychickém. Jeho rodiče mu připravili takový domov, který poznamenal celý jeho další život a zapsal do jeho mozku takové kombinace Emočních rovnic, jež svým dosahem zmařily jeho veškeré aktivity v pozdějším věku.

Co tím myslím?

Zákazy na každém kroku

Tento klouček, již jako malý, ve svém útlém dětství prožíval časté zákazy a omezování na svobodě, které se projevovalo tím, že nemohl chodit ven si hrát se svými kamarády. Stačilo malinko a jeho matka ho nemilosrdně trestala domácím vězením, nucenými pracemi a sprostými slovy. Zakazováním a omezováním svobody dítěte docházelo k potlačování jeho tužeb a následně pak docházelo k vytváření chybných emočních programů a myšlení, které mělo za cíl přežít bolest, která vznikala v důsledku zákazů jít si za tím, po čem chlapeček toužil.

Děti jsou nevinně přirozené

Děti jsou ve svých aktivitách a jednáních přirozené. Nepřemýšlí, co by měly dělat. Jednoduše jdou a dělají to. U tohoto chlapce byl tento proces narušen. I on se těšil a zcela přirozeně se oddával touhám a těšení se na aktivity, které přinese další den či týden. Čím se ale těšení zvětšovalo, tím více narůstal i strach z možného zákazu.

Jen si to zkuste představit: malé dítě se těší, že půjde s kluky na koupaliště. Těší se na to celý týden, jak se o víkendu všichni kluci seberou a půjdou na skákadlo, kde věnují celé odpoledne skákání a předhánění se v tom, kdo skočí lepší skok. Stačí maličkost, aby matka tohoto kluka překazila jeho plány a zakázala mu to, na co se tolik těšil.

Co tento chlapec prožíval celé odpoledne? Smutný seděl doma, schoulený ve svém pokoji a nevinně prožíval bolest nad tím, že touha se nemohla realizovat. Musel si vymyslet náhradní program. A jak to dělal? Ustavičně přemýšlel nad možnostmi, které by mu poskytl stejnou hladinu prožitků jako to, co mu bylo právě zakázáno.

V dospělosti tento člověk neustále přemýšlel a plánoval, co by dělal, aby se u toho cítil dobře. Častokrát však u tohoto procesu skončil. Neustále přemýšlel, ale bez další aktivity. Snílek, jenž nebyl s to se pustit do vykonávání svých představ.

Za 5 minut zpoždění týden domácího vězení

Nepochopitelné až kruté, ale bylo tomu tak. Tento chlapec mohl chodit o víkendu ven pouze na dvě hodiny! A to zcela v přesný čas. V sobotu od 14.00 do 16.00 a pokud přišel o pět minut později, dostal týden domácího vězení. Hodinky ale na ruku nedostal. Měl se ptát lidí kolem jdoucích. Dokážete si představit, jak si tento chlapec užíval svého 9. roku života venku s dětmi? Oddal se volnosti a touhám či raději stále přemýšlel, aby přišel včas?

Za trochu bláta okamžitý trest

Když už byl tento kluk venku, stále musel přemýšlet, aby se někde neumazal. Opět si nedovedu představit, jak si mohl [užívat](#) ty dvě hodiny volnosti, když musel stále ve své hlavě kontrolovat, zda se někde neumazal - vždyť jako špinavý se ven nemusí podívat i dalších 14 dnů! Po příchodu domů totiž jeho matka okamžitě kontrolovala jeho oblečení a boty. Jakmile našla byť i malou špínu, ihned začala malému nadávat a s otcem domlouvali nové tresty. Dokonce chlapec ve svých devíti letech musel podepsat prohlášení, že nebude chodit domů od prachu, od bláta ani od trusu!

Za vyřčení názoru okamžitý trest

Malý kluk si nemohl dovolit říkat svůj názor či polemizovat s názory rodičů. Bylo mu řečeno: dokud bydlíš v našem domě, budeš nás poslouchat. Dokonce ještě ve 20 letech mu bylo [zakazováno](#) se scházet s určitými lidmi a chodit, kam se mu zachtělo.

Přiřazené úkoly se musely plnit okamžitě

Neexistovalo, aby se úkol odložil na později. [Matka](#) doma pobíhala jako saň a dokud vše neudělala, buzerovala i malého. Ten se nemohl v klidu dívat na pohádku, když matka nestíhala v kuchyni. Jakékoliv odmítnutí či vzdor byl okamžitě trestán odnětím svobody minimálně na týden. V dospělosti tento jedinec nebyl schopen odpočívat. Sdílel mi, že ho mozek dokázal popichovat i tehdy, když neměl dočtené zájmové časopisy. Už pouhým

průchodem přes obývací pokoj svého bytu si vyslechl od své hlavy alespoň pět pokynů, co není ještě hotovo a srovnáno a co by měl neprodleně udělat, dorovnat, dočíst, dotříť atd. Zapsala se mu do hlavy rovnice: Co má být hotovo, musí být hotovo co nejrychleji. Takže i v oblasti zájmů tento člověk prožíval neustále puzení, aby měl vše hotovo a [zájmy](#) pro něj přestaly být odpočinkem.

Manželka mu byla vnucena

Domácí teror došel dokonce i tak daleko, že tento muž neměl možnost si svobodně vybrat svého budoucího životního partnera. Vybrali mu ho rodiče a tak dlouho mu ho vnucovali, že jim nakonec podlehl a oženil se. Nedokázal se pod vlivem minulého teroru oprostít od jejich tlaku a raději se obětoval. Jeho životní příběh byl pak katastrofou.

Zde uvedu některé další praktiky této domácnosti:

Za neuposlechnutí doporučení přicházely sprosté nadávky

Na své touhy si musíš vydělat

Za svá chtění musíš bojovat

V dospělosti se tento člověk neuměl na nic těšit. Stále hledal, kde jsou jeho tužby a když už je konečně našel a začal je dělat, zjistil, že se v nich stejně neraduje a byl [svým mozkiem](#) puzen k hledání nových chtění a tužeb. A tak se to opakovalo stále dokola.

Tento muž neuměl odpočinout a spokojit se s tím, co již měl. Skoro vyčerpán sám sebou a svým neustálým hledáním pochopil, že chyba není na jeho straně. Byl doma naprogramován tak, že jeho počítač v hlavě mu předkládal pouze to, co mu tam bylo po několik let neustále vkládáno.

Jen si zkuste představit, jak by pracoval **robot Emil**, pokud bychom mu nahráli do hlavy Emoční rovnice tohoto znění:

Raději se netěším

Má těšení mohou být zamítnuta

Když jsem horlivě prožíval své touhy, byl jsem špatný

U těšení mám permanentní strach

Máma kazí mé těšení

Lepší je nechtít

Takto naprogramovaný člověk se vlivem své přirozenosti bude neustále pachtit za svými touhami a přitom bude od svého mozku poslouchat protichůdné a destruktivní emoce, že je lepší raději netoužit a nechtít. Ve výsledku bude takový člověk prožívat neustálou nespokojenost při své práci, na dovolené i ve volném čase a přistihne se, že dokonce i v tom, co tolik chtěl, mu nebude dobře. Proč, protože ho mozek bude pudit, aby raději nic nechtěl, neradoval se, nehorlil, netěšil se. Co kdyby náhodou příběhla jeho matka a vše mu překazila?

Je jedno, že se toto vše událo skoro před 40 lety. [Mozek](#) zapsané Emoční rovnice časově nerozlišuje. Stejný prožitek, jako jste měli v pěti, budete mít i těsně před smrtí.

Cítíte se i vy vězni a otroky vlastní hlavy? Cítíte tu nesvobodu a práskající bič, když něco neuděláte? Jste sami sobě otrokářem, prudíte sami sebe a znepríjemňujete si svoji vlastní pohodu? Jste hnáni vlastní hlavou tam, kde nechcete být a přitom vás mozek přesvědčuje, že byste měli? Pak je namístě pochopit sílu Emočních rovnic a vykořenit ty destruktivní z vaší hlavy. Nejlépe hned teď.

Přečtěte si také:

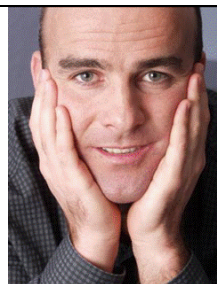
[Nová hrozba lidstva - Deprese stále rostou](#)

[Objevte v sobě zlato](#)

Objednejte si:

[CD I ty se můžeš cítit dobře](#)

[DVD Odhalte své emoční rovnice a zbavte se tak nepříjemných myšlenek](#)



© Napsal ing. Aleš Kalina

Kouč v oblasti osobního rozvoje
(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: kalina@mujkouc.cz

www.mujvztah.cz

www.foto-mluvi.cz

www.mamdepku.cz

www.youtube.com/kalinaales

www.mujkouc.cz

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.