

MILYEN CSALÁDMINTÁKAT HOZTUNK?

Két fiatal egymás iránti elköteleződésekor kikerülhetetlen az otthonról hozott „bátyu” felvállalása. Hogy mi van ebben a batyuban? Hú, nagyon sok minden.

Gyermekkorunkban minták rögzülnek belénk úgy, hogy az nem is tudatosul. Minták: konfliktuskezelésre, férj-feleség szeretetének kifejezésére, gyermeknevelés csínjábíbjára, minták Isten iránti éhségre, minta a szépre, jóra, tudásra való vágyakozásra. Aztán lehet még abban a batyuban rossz minta, fájdalom, gyermekkorban szerzett sebek, melyek befolyásolják felnőttkori döntéseinket is, akár meg is betegíthetnek.

Ahogy cseperedünk, egyre természetesebbé válik az a közeg, amiben élünk és egyre inkább belénk ivódik a minta, amit aztán felnőve lemásolunk. (Legtöbbször nem tudatosan.) Természetes tehát, hogy vannak a batyuinkban jó és kevésbé jó minták. Nem árt ezekkel szembenézni!

Következzen egy példa az életemből. Meleg családi fészekbe pottyantam negyedik gyerekként. Édesapám kis falu lelkésze volt, anyukám pedig; hol lelkészfeleségként, hol tanárként dolgozott éppen abban a faluban, ahol laktunk. Apukánk egy szelíd, báránytermészetű, gyermeklelkű ember, míg Anyukánk egy szigorú lelkészné volt, aki sokszor irányította, dirigálta apukánkat, aki ezt békés természetével elviselte. Nekünk, gyerekeknek ez nagyon nem tetszett. Miért is tűri el ezt édesapánk, kérdeztük. Kamaszlányként megfogalmaztam magamnak; én nem akarok ilyen „mulya”, határozatlan férjet majd. Mint tudjátok, Jozsó, (aki a férjem lett) nem egy gyenge akaratú ember. Nem is volt ez baj mindaddig, míg nem cseperedtek a gyerekeink, amikor is elvártam volna tőle, hogy legyen olyan szelíd a gyereknevelésben, amilyen apukám volt velünk. Ez eleinte nem fogalmazódott meg, csak elégedetlenség formájában a férjemmel szemben. Később rájöttem, ha én akartam, hogy határozott férjem legyen (ne olyan határozatlan, mint az apukám), akkor fogadjam el a gyereknevelésben is határozottnak. Ennek felismerése segített nekem a békésebb hétköznapi-ünnepnapok megteremtésében.

Tudomásul kell vennünk, hogy gyermekkori élményeink befolyásolják felnőtté válásunkat, házastársunkkal, gyermekeinkkel való kapcsolatunkat. Azért jó ezeket előbányászni, mert ha felismerjük az összefüggéseket, amint megértjük, hogy miből erednek érzéseink, megtanulhatunk bánni velük!

Visszatérve a magunkkal hozott batyukhoz. Mit kezdünk velük? Mit csináljunk a tudatos, a félig-meddig tudatos és a felszín alatt maradt családmintáinkkal? Semmi esetre se dobjuk magunk mögé, (mint egy felesleges nyűgöt) hátunkra se vegyük, nehogy „agyonnyomjon”. A legbölcsebb, amit tehetünk vele, hogy tudatosítjuk, eldöntjük, hogy mit szeretnénk továbbvinni belőle és mit nem.

Tudatosan építsük be életünkbe azokat az otthonról hozott mintákat, amik a szeretetben engedtek bennünket növekedni, amik olyan emléket idéznek bennünk, „hogymilyen jó volt”! Milyen jó volt együtt beszélgetni esténként, milyen jó volt közösen sütni-főzni, milyen jó volt nagyokat kacagni kukoricahántás közben! Milyen jó, hogy szabad volt kérdezni szüleinket komoly és komolytalan témákban! Hogy engedték látni esendőségüket vagy tudtak bocsánatot kérni egymástól. Máig örömmel tölt el az a bizalom, amit anyukám tanúsított irányomban, amikor egy nem hozzám illő fiú hívott el randevúra 18 éves koromban: „- Lányom, van olyan Istenkapcsolatod, hogy el tudod dönteni, mi a helyes és mi a helytelen.” Ez a megelőlegezett bizalom segített abban, hogy én is ezt tudjam mondani 24 évvel később, egy randira induló gyermekünknek.

Hálatelt szívvel látjuk, hogy felnőtt, családos gyerekeink is beépítették a tőlünk kapott minták egyikét-másikját. Egyet említek. Családunkban a gyertya melletti imádságok, beszélgetések mindennap jelen voltak. Házasságunkban életében meghatottan vettük észre, hogy ezt a kedves szokásunkat „átörökítették” saját családjukba. Sőt gazdagították a másik fél családjából hozott mintával is. Ez egy okos válasz a „Mit kezdjünk egymás batyuival?” című kérdésre.

A jó családi mintákkal könnyű „bánni”, de mit tegyünk a kevésbé jó vagy a kifejezetten rossz családmintákkal? Először is felismerni és tudatosítani kell, meg kell tudni fogalmazni, ki kell tudni mondani, hogy ezt és ezt nem jól csinálták a szüleim, én nem akarok ilyen édesanya vagy édesapa lenni.

Ismerek egy anyukát, aki sokat szenvedett attól, hogy édesanyja, édesapja annak idején, fontosabbnak tartotta a kötelességeket, (rendet, tisztaságot, minden nap 3 fogásos ebédet) a gyermekeivel töltött időnél, a közös játékoknál, a közös sétáknál, érintéseknél, öleléseknél. Ezt szeretethiányként élte meg, fájt is neki, hordozza a batyujában. Mégis, mikor ő is anyuka lett, neki is fontosabbá vált a rend, a tisztaság, a hideg kötelesség teljesítése, mint a gyermekeivel töltött minőségi idő. Ki mondja meg neki: „Ember, állj meg, és gondolkozz kicsit! Ami téged megbetegített, azt ne add tovább a gyerekeidnek, te ne betegítsd meg őket! Kinek akarsz megfelelni? Egy olyan szülői elvárásnak, amitől szenvedtél? Ha gyermekként nem tudtad megfogalmazni, jöjj rá most, hogy ez nincs így jól. Lásd meg gyerekeid szemében a sóvárgást, a vágyat, ami arról kiabál, hogy: - Anya, Apa, veletek szeretnék lenni, veletek szeretnék beszélgetni!”

Összegzésként, tanulságként elmondhatjuk: Az az idő, amit elmulasztottunk gyermekeinkkel tölteni, pótolhatatlan, mély lelki sebeket ejt lelkükben. Tanítani kellene, hogyan ismerjük fel a rossz családi mintákat, és hogyan bontsuk le azokat, hogyan NE adjuk tovább a gyermekeinknek. Mert ha nincsenek lebontva, feldolgozva, akkor működnek, és tönkreteszik az új családot is.

Röviden magunkról: Kálmán Márta vagyok. Jozsóval 33. éve élünk házasságban. Négy gyermekünk van, akik már szintén házasok. Eddig hat unokával ajándékoztak meg, mindegyik egy-egy gyöngyszeme Istenünknek, szüleik nem kevésbé. Jozsó gépkocsivezetést, KRESZ-t oktat, de sokszor életvezetési gondokkal, kérdésekkel is fordulnak hozzá. Jómagam pedig dietetikusként adok telefonos tanácsot, egy kicsit én is túllépve hatáskörömön, mikor egy-egy betegség lelki oldalára is rátérünk. Családi, házastársi kapcsolatunkra gondolva Reményik Sándor egyik verssora jut eszembe:

„Nincs nyugalom, nincs nyugalom, - vihar,
Örök hullámozás a víz felszíne.
De lent a mélyben háborítatlanul
Pihen a tenger s az ember szíve,
Hadd hullámozzék a víz felszíne.
Békesség Istentől.”

Óbudán lakunk, utolérhetőségünk:

Márti, e-mail címem: [kelteres \[kukac\] freemail \[pont\] hu](mailto:kelteres [kukac] freemail [pont] hu)