Лиз Бурбо

Петте най-важни нужди на децата в наши дни

уважение, общуване, обич, удоволствие, сигурност

enthusiast

Лиз Бурбо

Петте най-важни нужди на децата в наши дни

Уважение, общуване, обич, удоволствие, сигурност

Превод от френски
Гергана Соколова

enthusiast

София, 2023

Lise Bourbeau
Les 5 grands besoins des enfants nouveaux
Copyright © Lise Bourbeau, 2022

Лиз Бурбо
Петте най-важни нужди на децата в наши дни
© Гергана Соколова, превод, 2023
© Enthusiast, дизайн на корицата, 2023
© Enthusiast - запазена марка на „Алто комюникейшънс енд пъблишинг“ ООД, 2023

ISBN 978-619-164-540-4

Съдържание

Благодарности 7

Предговор 9

Първа глава

Какво е ера на Водолея? 17

Втора глава

Какво е детето в ерата на Водолея? 31

Трета глава

Преди раждането 45

Четвърта глава

Бебешка възраст и ранно детство 77

Пета глава

Тийнейджърски години 203

Шеста глава

Зряла възраст 293

Седма глава

Ролята на бабата и дядото 309

Осма глава

Значението на приемането 323

Девета глава

Инструменти за интроспекция 343

Наръчник за ролята на родителите и професионалистите 373

Благодарности

БЛАГОДАРЯ на всички онези хора, които през последните две години настояваха да напиша книга за днешните деца и за това как да ги разбираме по-добре. Вашите насърчителни думи ме мотивираха много.

БЛАГОДАРЯ на Даниел Кемп, който ми отвори очите за това колко различни са децата на новото време, особено родените от 80-те години на XX век насам. Той промени разбиранията ми за възпитанието.

БЛАГОДАРЯ на моите деца, внуци и правнучки, които ми позволиха да приложа наученото на практика и ми предоставиха много сюжети за тази книга.

БЛАГОДАРЯ на всички последователи на ученията *Слушай своето тяло*, които откликнаха на молбата ми и ми осигуриха множество примери за конфликтни ситуации или проблеми с деца от най-различни възрасти. Получих стотици сценарии. Специално БЛАГОДАРЯ на всички участници в моите ателиета – техните въпроси и споделяния ми дадоха още много примери.

БЛАГОДАРЯ за съветите на Натали Беген, която, преди да стане преподавател в *Слушай своето тяло,* е работила в продължение на повече от трийсет години в центрове за образователни услуги за деца и е била директор на център за ранно детско развитие.

Именно тя първа прочете книгата преди окончателната корекция.

БЛАГОДАРЯ на Мари-Ев Сан Картие за отличната работа, както и за търпението и упоритостта при коригирането на текста на тази книга.

БЛАГОДАРЯ на Сюзан Трамбле, която извърши окончателния прочит на книгата. Тя има много набито око и отстрани няколко дребни грешки.

Специално БЛАГОДАРЯ на Жан-Пиер Ганьон – директор на моята издателска къща от самото ѝ създаване, за търпението и разбирането му към мен при подготовката за издаване на всичките ми 27 книги.

Огромно БЛАГОДАРЯ на Моника Шийлдс, директор на *Слушай своето тяло*, за ценната ѝ помощ при изработването на дизайна на корицата на канадското издание на тази книга. Тя ми помага за създаването на всички мои книги от 25 години насам.

Предговор

Ето ме отново с нова книга. Докато пишех всяка една от последните ми три книги, все си мислех, че повече няма да творя, защото имах чувството, че съм споделила всичко, което знам.

Изглежда обаче Вселената е имала други намерения за мен. Преди около шест месеца ме осени идеята, че макар да е казано много по темата за новите деца, наричани още децата на Водолея, би било добре да напиша и аз нещо по тази тема. Защо? Защото едни от най-често срещаните въпроси, които получавам по време на ателиетата и конференциите на *Слушай своето тяло*, са свързани именно с проблеми с децата, с предизвикателствата на израстването им през пубертета и с общуването с вътрешните.

Участниците си дават сметка, че изпитват доста трудности в тази сфера, тъй като не са имали добър модел за подражание в детството. Често те правят всичко възможно само и само да не бъдат като техните собствени родители. Не са осъзнавали обаче, че постъпвайки по този начин, те не са самите себе си, а противоположност на някой друг. Когато говорят за своето собствено детство или юношество, често чувам изказвания като:

• *Родителите ми ми даваха всичко, което исках, но само на физическо ниво. Те не ме слушаха, когато им говоря, и не знаеха дали съм щастлив или нещастен. Винаги оставаха в сферата на „имам“ и „правя“.*

• *Родителите ми се караха непрекъснато, но накрая винаги се прегръщаха. Нямаше никакво обяснение за случилото се. Това ли е любовта?*

• *Родителите ми бяха студени хора и затова нямах желание да говоря с тях. Затварях се в стаята си.*

• *Всичко, което родителите ми искаха, беше да изглеждам добре. Намирах ги за лицемерни и дълго време мислех, че всички родители са такива. Това е всичко, което научих – да изглеждам добре, за да ме харесват хората.*

• *Баща ми беше много строг, а майка ми, която все искаше да застане на моя страна, се страхуваше от него. Постоянно се чувствах разпънат между двамата и се обезличавах все повече и повече.*

Сега, когато пиша тези редове, децата ми вече са прехвърлили петдесетте и аз осъзнавам, че никога не съм спирала да искам да бъдат щастливи, дори за известен период от време да не съм знаела как да се справям с тях. Когато ни се роди дете за първи път, ние се превръщаме в родители за цял живот. Тогава защо не се опитаме да изживеем пълноценно времето с децата си, вместо да допускаме и да повтаряме постоянно едни и същи грешки?

Основната цел на тази книга е да ти помогна да откриеш дали любовта, която носиш към своето дете, е истинска (тоест безусловна) или не. Чрез нея ще се опитам да ти покажа или да ти припомня какво означава истинска любов, така че да се превърнеш във възможно най-добрия модел на любов и уважение за своето дете. Това е единственият начин и ти на свой

ред да получиш любов от него. Също така ще разбереш как да даваш онова, което смяташ, че не си получил в детството. Добре знаеш, както и аз, че е невъзможно да дадем каквото и да било на другите, ако самите ние не го притежаваме.

Темата за новите деца присъства в живота ми вече от близо четиридесет години – откакто се запознах с един млад мъж на име Даниел Кемп. Той е написал чудесен труд за новите деца, наричани от него ***тефлоновото поколение, върху което нищо не залепва***[1].

Присъствала съм на негови семинари, прочела съм всичките му книги, а впоследствие станах и негова приятелка – до смъртта му, която настъпи твърде рано за всички, които го познаваха и обичаха (той почина на 38-годишна възраст). Познавах го през последните петнайсет години от живота му. Беше много сдържан, но винаги ще си спомням нашите разговори. Според мен той беше гений с огромни познания. На осемнайсет години вече изнасяше лекции, а през живота си написа 700 доклада по най-различни теми.

Благодарение на Даниел аз най-накрая разбрах поведението на големия ми син, който тогава беше на двайсет години. Най-накрая схванах как да общувам с него. Синът ми беше точно от поколението на „тефлоновите“ деца бунтари. В тази книга ще разкажа няколко случки, които съм преживяла с него.

Приживе Даниел ми даде позволение да използвам неговите открития в моите ателиета и книги, ако искам да го направя. Той считаше, че моето учение допълва собствените му идеи, тъй като в тях не се засягаха духовни теми. Винаги сме се уважавали и окуражавали един друг.

---

1 Оригиналното заглавие на книгата е *La génération téflon: Lenfant sur qui rien ne colle*, Daniel Kemp; Éditions Quebecor, Montreal, 1995 – бел. ред.

Тази книга, която е доста всеобхватна, ще ти помогне да разбереш децата дори още да нямаш свои собствени. Тя ще те подкрепи във всички етапи от процеса на превръщането на детето ти във възрастен. В много случаи майките изпитват още повече емоции и страхове освен типичните гняв, вина, разочарование и т.н., щом децата им навършат пълнолетие. Когато човек има малко дете и му е трудно с грижите, той си мисли, че няма търпение то да порасне, за да се почувства по-свободен. Всички вие, които имате пораснали деца обаче, вероятно вече сте установили колко утопично е подобно вярване.

Ако детето ти вече е възрастен човек и си мислиш, че тази книга не е за теб, тъй като нямаш нужда от обяснения за бебета, малки деца и тийнейджъри, ще трябва да те разочаровам. Всъщност всички съвети за отношенията с малкото дете и тийнейджъра представляват основни етапи, през които ще трябва да преминеш, за да изградиш добра връзка със своето пораснало дете. Ще се наложи да приложиш препоръките за разбиране на малкото дете, за да запълниш липсите, допуснати в миналото. В главата за порасналите деца не повтарям съветите от другите глави.

Ако имаш късмета да прочетеш тази книга, докато детето ти е още малко, и приложиш всичко, което те съветвам, почти със сигурност ще се радваш на пълноценна връзка с детето си, щом то стане възрастен. Главата, касаеща зрялата възраст, ще ти бъде от полза, за да се подготвиш за различни ситуации, които ще преживееш в бъдеще.

От цялото си сърце се надявам, че тази книга ще ти помогне да се научиш да изпитваш все по-голямо удоволствие от общуването с твоите деца, докато те растат. Толкова бих искала аз самата да разполагах

с тези съвети, когато децата ми бяха малки. Те бяха вече възрастни, а аз разведена, когато разбрах какво означава истинска любов и колко важно е да научим децата си на отговорност. Това беше голям обрат в отношението ми към възпитанието и ролята ми на майка. От опит зная, че никога не е твърде късно човек да пробва да живее по нов начин. Днес получавам толкова много любов от децата и внуците си, че съм убедена, че това, което съм научила и приложила, води наистина до добри резултати.

Ако се каниш да прочетеш тази книга и вече познаваш учението ми благодарение на други книги, семинари или ателиета, нека уточня следното: длъжна съм да дам определение на всички важни понятия от моето учение, особено на духовните. Налага се да го направя за онези хора, които не познават идеите ми. Приеми тези части от книгата като преговор.

Моята книга ще ти помогне да откриеш, че има голяма вероятност да се превърнеш в нов човек. Човек, какъвто не си си позволявал да бъдеш като по-малък от страх, че няма да бъдеш обичан. Неприемането със сигурност е голям фактор за много твои житейски преживявания, включително и в ролята ти на родител.

Дълго време и при мен беше така. Най-накрая обаче успях да разбера защо първото ми дете е толкова различно от очакванията ми и защо аз толкова усилено се опитвах да го променя, тъй като мислех, че така ще бъде по-обичано от околните. Това откритие ми помогна да излекувам болката, скрита дълбоко в мен още от детството. Напомням ти, че нашето детство оказва солиден отпечатък върху преживяванията ни през остатъка от живота ни, без значение дали го осъзнаваме или не.

В цялата книга ще давам много съвети и предло-

жения за всяка една фаза от развитието на детето. Горещо ти препоръчвам да ги изпробваш, преди да решиш, че не са подходящи за твоето дете, особено ако от доста време изпитваш трудности с него. Никой на света не знае коя е абсолютната истина. Аз самата съм приложила много от съветите, които давам, и съм получила добри резултати. Те са изпробвани многократно от хиляди участници в конференциите на *Слушай своето тяло*, които са споделяли с нас колко много са се подобрили отношенията с децата им чрез прилагането на въпросните методи.

Важно е да знаеш и да помниш, че ако си имал нещастно детство, няма да можеш да изградиш добри взаимоотношения със своето дете или деца, докато не се помириш със своите родители и с детството си като цяло. Твърде много хора искат да имат деца, за да им дадат онова, което те самите не са получили. Всички тези хора трябва да разберат, че не тяхното желание определя какво ще се случи по-късно, а по-скоро помирението с миналото. Точно то ще внесе разлика между това, което те са преживели като малки, и онова, което децата им ще преживеят.

Нека бъде ясно, че тази книга не дава бързи решения на родители, които имат много сериозни проблеми с децата си, и то от дълго време. Предложените похвати може да ви бъдат от полза и да коригират вашите отношения с децата ви, но за всеки сериозен проблем е много важно родителите да потърсят помощ от външен човек спрямо детето, с което срещат трудности. За щастие, в наши дни разполагаме с големи възможности за получаване на професионална помощ.

Както и във всички други мои книги, аз си позволявам да се обръщам към теб на „ти“, за да те подтикна да четеш по-скоро със сърцето, а не с разума си.

Преди да преминем към първа глава, те приканвам да направиш упражнение номер 1 (девета глава), за да осъзнаеш по-добре какво искаш да научиш и да промениш в живота си.

Тази книга ще ти помогне да разбереш, че решаването на даден проблем с детето ти означава решаване на същия проблем с теб самия, с други думи – на нещо, което не си успял да отработиш със своите собствени родители.

Лиз Бурбо

„Детето е като диамант, който, ако е добре шлифован, се превръща в гордостта на бижутера и хората, които го виждат и носят, но може да бъде съсипан или да изгуби стойността си, ако е в ръцете на чирак или неумел майстор.“

Даниел Кемп

Първа глава

Какво е ера на Водолея?

Започвам тази книга с обяснение за ерата на Водолея, тъй като, когато говорим за новите деца, ние реално имаме предвид децата в ерата на Водолея. Държа да разкажа подробно какво означава тази нова епоха, тъй като все още получавам много въпроси по темата в моите ателиета.

Уикипедия дава следното определение за ерата на Водолея: *Ерата на Водолея е една от дванайсетте астрологични, или зодиакални ери, формирани от астрономическия феномен прецесия на равноденствията. Астрологичните ери не са научни понятия – те се разглеждат в астрологията, окултизма и теософията, но не се използват в астрономията.*

Съществува изобилна информация по тази тема, като тук аз ще представя в обобщен вид какво съм научила досега. Една ера продължава около 2160 години, така че са необходими приблизително 26 000 години, за да се извъртят една след друга всички астрологични ери. Предишната ера, тази на Риби, е била посветена на истинската любов, което е било необходимо, за да не се изгубим сред постиженията на научно-техническия прогрес и да не потънем в материалното. Трябвало е да преминем през тази фаза, за да изживеем по-добре следващата епоха, на Водолея. Уви, хората са се изгубили и не са усвоили уроците си. Сега, в новата ера, акцентът ще бъде повече върху духовността, отколкото към религиите.

Духовният човек знае, че има един Бог творец и че всичко живо е проявление на божествената енергия. Той уважава творението във всичките му форми. Ето защо е наясно, че е отговорен за всичко, което създава в своя свят. Разликата между нас, хората, и другите форми на живот е, че ние сме единствените създания на Земята, които можем да осъзнаем кои сме – част от Бога творец.

С други думи, на всеки 2000 години на нашата планета настъпва радикална промяна. Тя започва да се проявява около петдесет години преди началото на новата ера. Този период на преход се нарича *период на проявления* и може да се приеме като синоним на думата *апокалипсис*. Проявлението е разкриване на нещо, публично оповестяване на неизвестна до този момент информация. Новото, което се проявява, разклаща всичко познато и ние имаме чувството, че основите ни ще рухват. Всъщност това, което се люлее, е нашето его, изградено на базата на спомените ни. Егото е разклатено, тъй като се страхува, че ще изгуби контрол над личността. Във всички ателиета на *Слушай своето тяло* аз говоря много за егото и за неговата функция.

Всеки апокалипсис е труден, тъй като носи много радикални промени, към които много хора не успяват лесно да се адаптират. Например от петдесетте години на миналия век до наши дни се случиха сериозни промени и аз имах късмета да ги преживея. Когато разказвам как съм живяла като дете, моите внуци ме гледат с широко отворени очи и сигурно имат чувството, че съм обитавала друга планета. *Какво? Не е имало телевизор, нито телефон у вас? А какво сте правили?* Често ми задават тези и други подобни въпроси.

Спомням си, че към 70-те години се говореше за т. нар. *шок от бъдещето.* Това е *смайваща дезориентация, от която страдат хората, засегнати от ужасно бързия темп*

на социалните и технологичните промени, случващи се в модерното общество. Реално тогава беше началото на прехода между двете ери. След това, с приближаването на 2000 година, се увеличиха страховете на хората от бъдещето. Те бяха подхранвани от какви ли не предсказания за бедствия, които ще настъпят с преминаването към новото хилядолетие. Милиони хора смятаха, че това ще бъде краят на света. И макар една част от нас да бяха нетърпеливи да видят какво ще се случи, други изживяваха все повече страхове с наближаването на първия ден на 2000 година. Това безпокойство е разбираемо, тъй като ние нямаме нито архив, нито някакъв спомен какво се е случило на тази планета преди 26 000 години.

Разбрах още, че доскоро планетата Земя е била в трето измерение, но през 2000 година сме преминали в четвърто. То продължава кратко, тъй като е само мост, който да ни отведе към петото измерение, което започна през 2020 година. В бъдеще енергията на човека ще достигне много високи вибрации и той ще развие способности, неподозирани днес за повечето хора. Най-важното, което е добре да запомним за тази епоха, е, че в нея ние няма да съществуваме само в рамките на материалния свят, а ще се отворим към една чудна реалност, която можем да открием само вътре в себе си.

За да сме по-осъзнати за онова, което се случва в нас, трябва задължително да се научим да чувстваме повече, а това е нещо, което в предишната епоха сме забравили. Мъжкият принцип е много развит и при жените, и при мъжете. Въпросният принцип се свързва с менталното измерение – това, което анализира и разбира. Женският принцип, от друга страна, е този, който чувства и зависи от емоционалното измерение.

Енергията, насочена към земята през новата ера, ще ни помага да постигнем равновесие между двата

принципа. Това ще бъде възможно както при мъжете, така и при жените. Впрочем ние вече виждаме все повече мъже, които се грижат за децата и домакинството, както и жени, които се реализират на високи постове и вземат важни решения. Когато отговорностите са споделени в двойката, децата имат най-голям шанс да се научат да уважават, да харесват и да приемат и двамата си родители, а не да обичат повече единия, както се е случвало по-често в миналото.

Разбира се, ти можеш да потърсиш повече информация в интернет за четвъртото и петото измерение. Ще установиш, че има различни мнения по темата, но всъщност това разминаване е доста типично за новия период, в който навлизаме. Обстрелвани сме от какви ли не сведения и информации, изпитвали сме на собствен гръб много от тях, но по този начин се научаваме да пресяваме. Най-добре е винаги да се доверяваш на това, което чувстваш и изпитваш, докато се запознаваш с нови теории или приемаш нови съвети. Сърцето ти получава много енергия в тази нова епоха, за да се отвори повече и да знае от какво точно имаш нужда. Избери теорията или учението, на които откликва сърцето ти: това означава да се вслушваш в душата си.

Ерата на Водолея започна официално на 21 декември 2012 година. И тук има различни становища, но аз залагам на най-разпространеното, което се основава на това, че древният календар на маите приключва през декември 2012 година (20.12.2012 г.).

Ето защо след тази дата всичко се развива с много голяма скорост, като тя се увеличава с всяка изминала година. Възможно ли е това да се случва на нашата планета точно сега, защото човечеството вече има всичко необходимо, за да се справи с промените? Надявам се, че е така.

Характеристики на ерата на Водолея

Оказва се, че ние сме истински привилегировани да живеем в такова бурно време, тъй като това дава възможност на душите ни да еволюират експоненциално, тоест душата може да изживее няколко превъплъщения в рамките на настоящия живот. Всичко зависи от това доколко отворени сме и до каква степен отговаряме на критериите на ерата на Водолея.

Ето седемте основни критерия на новата епоха. Съпоставям ги с характеристиките на епохата, от която излизаме – тази на Риби, която приключи през декември 2012 година. В прехода от една епоха към друга ние преминаваме:

1. **От интелектуалност към интелигентност**

Думата *интелектуалност* е от многото, които Даниел Кемп използва, тъй като той е бил достатъчно интелигентен, за да намира точните думи, с които да опише понятията по-разбираемо. Тя има същото значение като интелект, но като строеж на думата се доближава до интелигентност. Интелектът, често наричан нисшият разум при човека, е нашата способност да запаметяваме знания, да анализираме, да разсъждаваме и да организираме. Той се основава на нашия минал опит (съхраненото в паметта) и използва енергията на менталното ни тяло, за да функционира. Паметта е свързана с това, което сме научили в миналото, затова е невъзможно нашият интелект да познава истинските ни нужди в момента и следователно няма как да служи на интелигентността.

Интелигентността, наричана още висшия разум при човека, е способността да отиваш отвъд мен-

талното. Тя е знание, което идва от висшата мъдрост, от нашия божествен извор. За да сме интелигентни, ние трябва да сме в контакт с интуицията си. Често бъркаме интелигентност с интуиция, тъй като и двете произтичат от висшия разум. Разликата е, че знанието, което произтича от нашата интелигентност, може да бъде обяснено интелектуално, докато онова, получено от интуицията, не може.

Например аз интуитивно знаех, че трябва да създам учение, което да се нарича *Слушай своето тяло*. Моите близки не можеха да разберат това решение, защото по онова време живеех сама, децата ми бяха тийнейджъри и аз напуснах добре платена работа, за да следвам призванието си. След това обаче интелигентността с помощта на моя интелект и на интуицията ми ми даде всички онези идеи за ателиета, теми, упражнения и т.н., които вече лесно можех да обясня на другите.

Все по-често ми се случва да чуя или да прочета дадено изречение и изведнъж спонтанно получавам много информация по въпроса, която никога не съм чувала или научавала. Дълбоко в себе си знам, че това се случва в мен заради УАУ ефекта. Когато вътрешно си кажем УАУ, значи отговаряме на нужда на нашата душа.

Накратко, интелектуалността е способността да използваме паметта и опита си, а интелигентността е способността да знаем нещо, без да сме го учили.

2. **От нормално към естествено**

През изминалата епоха хората правеха всичко само и само да ги приемат за нормални. Човек, считан за „ненормален“, е бил отхвърлян и е преживявал много емоции, полагайки огромни усилия да изглежда като другите и плащайки цената на това да от-

хвърля собствените си нужди. Подобно поведение е все още често срещано както в личния, така и в професионалния живот. Да си считан за нормален означава да постъпваш и да живееш според вече установените норми от семейството, обществото, религията, държавата, расата и т.н. Хората не са имали право и не са дръзвали да живеят според собствените си критерии, вслушвайки се в индивидуалните си нужди.

Да си естествен е противоположното на това да си нормален. Означава да се вслушваш в природата си и да се уважаваш; да се вслушваш в природата на другите и в природата, която ни заобикаля. Всяко човешко същество е различно и никой от нас няма правото да съди природата на друг човек. Няма добра или лоша природа – просто всяка е различна. Някои имат природа, която може да им донесе по-труден живот, но те сами са отговорни за своя избор. Тези хора трябва да си понесат последствията. Ако един човек не може да приеме природата на друг, това не значи, че другият е сбъркан. Сбъркан е начинът му на възприятие. Има и още нещо: когато някой не може да приеме различната природа на другите, значи той не може да приеме и собствената си.

3. **От илюзия към истина**

В ерата на Водолея ще господства истината. Впрочем през последните петдесет години ние станахме свидетели на разкриването на много истини в различни области. И това е само началото. Все по-големи истини ще излизат наяве с времето. Ето защо ние трябва да открием истината и за себе си, тоест да разберем кои сме, а не да вярваме, че сме нашето его.

Илюзията, в която живеехме, е голяма. Така наречените авторитети в различни сфери като религия,

наука, медицина и други лесно успяваха да убедят масата в какво да вярва и какво да мисли, тъй като ние не смеехме да се възпротивим на тези авторитети. Струваха ни се твърде могъщи.

Същевременно се направиха множество открития във всички области на живота, които противоречат на наученото до този момент. Живяхме в несигурност, в страх да не се излъжем, ако изберем едното или другото. Видяхме как всички тези колебания действат по време на пандемията например.

Тази тревожност е нормална. Ние всички ще трябва да преминем през такива фази, докато навлизаме в новата ера. Лутанията и притесненията са необходими, за да се научим да слушаме сърцето, интуицията и интелигентността си. Новите деца са част от този план на Вселената. Тяхното присъствие се засилва все повече, за да се развива човечеството. Те ще ни помогнат да оставим погрешните схващания и илюзията на нашето его, за да тръгнем към голямата истина.

4. **От непоследователност към последователност**

Сигурна съм, че и ти като повечето хора си ставал свидетел на нечие лицемерно поведение. Например родителите ти са ти налагали правила, които самите те не са следвали. Изисквали са да ги спазваш, но самите те не са го правили. Например баща, който наказва сина си, защото взема наркотици, а той самият пие по три или четири бири всяка вечер след работа. Или майка, която бие детето си, защото го обича и му желае доброто.

Спомнете си колко скандали се разразиха в религиозните среди. Говорят ни да следваме добрия Бог, а има толкова много случаи на сексуални и физически посе-

гателства над деца, извършени от божии служители. Това се среща във всички религии. Със сигурност можеш да се сетиш и за множество други подобни прояви на непоследователност.

Ако искаме това да се промени, трябва да дадем пример и да се опитаме да бъдем последователни в собствения си живот. Да си последователен означава да поддържаш синхрон между мислене, вярвания, думи и дела. Когато има такъв синхрон, действията ни са продължение на думите и обратно.

5. От стабилност към нестабилност

От много дълго време човекът се стреми към стабилно съществуване, тоест към живот без много промени, който му осигурява преди всичко материална и психологическа сигурност. Стабилният живот е осигурявал добра репутация. Например да работиш за една и съща компания дълго време е било повод за гордост, докато ако изкараш само няколко месеца на едно работно място, ти си „нестабилен" и не може да ти се има доверие. Човек, който напуска партньора си, е ставал обект на критика, а онези, които са променяли начина си на мислене или на живот, са били приемани за несериозни.

Тъй като притежаването на блага и пари е било от първостепенно значение, за да бъдеш стабилен, много хора са работили на едно и също място през целия си живот, без дори да се запитат дали тази работа отговаря на нуждите им. Срещала съм толкова хора, понасяли силна болка, които е трябвало да напуснат партньорите си, но никога не са го направили, тъй като са предпочитали да запазят „стабилния си живот", вместо да се вслушат в нуждата си – нейното удовлетворение би означавало голяма нестабилност.

Сега, в ерата на Водолея, ние трябва да се научим да живеем, без да търсим стабилност на всяка цена, за да развием вярата си, да се отпуснем и най-вече да си позволим да преживеем различни опитности, които ни позволяват да разгърнем талантите и интелигентността си. Необходимо е да се научим да се доверяваме на Вселената и на своя вътрешен Бог, който знае от какво наистина имаме нужда, дори и все още да не сме го осъзнали напълно.

В новата епоха, когато един млад човек (мъж или жена) представи автобиография, в която се вижда, че вече е сменил няколко позиции, но работата му е получила добра оценка, това означава по-голям шанс за по-добра работа в бъдеще. Липсата на стабилност обяснява също и защо в днешно време има толкова много раздели. Но този етап трябва да се преживее, като се вслушваме в нуждите и желанията си. Забележи, че нестабилност не означава несигурност. Ще се върна на тази тема в следващата глава.

6. От *Аз вярвам* до *Аз съм*

В ерата на Риби хората постепенно са слезли надолу в материята и по този начин са се отдалечили много от духовното измерение, тоест от своята интелигентност и интуиция. Това е позволило на егото, което е продукт на менталното, да заеме толкова значима ръководна роля. Напомням ти, че егото е изградено от всички наши вярвания за добро и зло, натрупани през стотиците ни предишни прераждания. И не само че нашият собствен живот се ръководи от тези вярвания, но и още повече губим от енергията си, като се опитваме да убедим другите да повярват в същото. Ето един от големите проблеми в отношенията родители–деца.

С навлизането в ерата на Водолея ние получаваме енергия от Вселената, за да преминем от *Аз вярвам* към *Аз съм*. Можем да го направим, като често си задаваме въпроса: *Какъв искам да бъда* (или: *Как искам да се чувствам) в тази ситуация или с този човек?* Отговорът на този въпрос показва какво да бъде после поведението ни, за да отговорим на нуждите на нашето същество, на нашата душа. Само така можем да изпълним плана на живота си. Всички, които се съпротивяват, стават все по-изтощени, тъй като енергията, която получаваме, е много силна. Съпротивата срещу нея ни носи само физически и психологически проблеми.

7. **От вкопчване към освобождение**

Тъй като са отдали силата си на егото, хората изпитват все по-големи страхове, голяма част от които са свързани с несигурността, преживявана във всички сфери на живота. Те са вкопчени в своите притежания и дори в близките си, които смятат, че притежават. Именно поради тази привързаност ние често вземаме решения, които ни създават сериозни проблеми. Загърбили сме вярата, която е в нас, и сме забравили своята голяма съзидателна мощ.

Сега трябва да се научим да се освобождаваме с по-голяма лекота. Заради това и толкова много хора преживяват загуби и чувство за изоставяне в днешно време. Ако един човек не притежава кой знае какво, той няма и какво да губи. Ако обаче е натрупал богатство или има голямо имущество, той може да научи урока за непривързването, като се откаже от нещо.

Аз често пътувам и няколко пъти ми се е случвало да губя свои вещи. Разделих се например с бижута, които много обичах. Не знам дали ги изгубих, или ми

ги откраднаха, но е факт, че изчезнаха. Благодарение на тези случки успях да осъзная, че лесно се разделям с вещи. Казах си, че моето бижу може би ще направи някой друг щастлив. Най-добрият начин да се разделиш с нещо е да приемеш, че нищо и никой не ти принадлежи. Хората и вещите просто преминават през нашите дни, за да осъзнаем своята голяма сила да създаваме живота, който искаме.

Както виждаш, ние всички трябва да се пренастроим и да се адаптираме по време на този важен преходен период. Ако си дадеш сметка, че промяната е полезна за теб, ще се насочваш все повече и повече към това, което ще ти донесе щастие. Ако обаче се съпротивяваш на новото течение, ти ще плуваш срещу него. Така постепенно ще се изтощиш и някой ден ще потънеш.

Тази съпротива обяснява бума на болестите – включително смъртоносните – от петдесетина години насам. Статистиките потвърждават, че въпреки милиардите долари, инвестирани в изследвания, се появяват нови патологии. Насилието, разводите, семейните драми и войните продължават с пълна сила. Те са проявление на колективната съпротива на човечеството срещу промените.

Ето и разликата между приемането и съпротивата. Тези, които се съпротивляват, изпитват трудности и страдат, а тези, които приемат живота – не. Ти винаги имаш избор, само трябва да решиш. Ако избереш да се съпротивляваш, продължаваш да живееш постарому – според придобитите си вярвания – и ще ти бъде по-трудно, дори невъзможно, да поддържаш добри взаимоотношения с новите деца.

Лиз Бурбо
Петте най-важни нужди на децата в наши дни

Превод *Гергана Соколова*
Редактор *Йоана Йорданова*
Коректор *Цвета Нинкова*
Дизайн на корица и предпечат *Enthusiast*

Канадска. Първо издание.
Формат 60 x 90/16
Печатни коли 23,5
ISBN 978-619-164-540-4

Издава
enthusiast

Запазена марка
на „Алто комюникейшънс енд пъблишинг“ ООД

София, бул. „Васил Левски“ №31
тел. 02/ 943 87 16
e-mail: office@enthusiast.bg

Книгите на „Ентусиаст“ може да закупите
от www.enthusiast.bg

enthusiast.bg

Печат РОПРИНТ

Лиз Бурбо е световноизвестен психолог и автор на 27 книги за самопознание и самопомощ, продадени в близо 5 милиона екземпляра. От откриването на нейната школа през 1982 година ученията ѝ е помогнало на огромен брой хора да променят живота си към по-добро. СЛУШАЙ СВОЕТО ТЯЛО – най-голямото училище по личностно развитие в Канада – вече има свои работни ателиета в повече от 20 страни.

Лиз Бурбо е майка на три деца, баба на осем внучета и прабаба на две малки момичета. В своята най-нова книга тя споделя с читателите си своя опит – всичко, което е научила, докато е наблюдавала как растат тринайсетте ѝ деца, както и с какво нейното учение ѝ е помогнало да има по-добра връзка с тях.

Тази книга е за всички родители, баби и дядовци, които срещат трудности в отношенията с децата си (независимо на каква възраст са те), и има за цел да им помогне да изиграят важната роля в живота им с радост, лекота и без непрекъснато упражняване на контрол. Бурбо твърди, че между последните две поколения има огромна разлика и са необходими нови методи, за да получим адекватни резултати в отглеждането и възпитанието на малките жители на нашата планета.

Авторката разкрива петте най-важни нужди на съвременните деца и с помощта на практични съвети ще ви помогне да разберете как да се вслушвате в потребностите им – а това е изключително полезно и за тях, и за вас. Ще си дадете сметка до каква степен фактът, че вървите рамо до рамо с детето си през този все по-динамичен свят, помага и на вас да се адаптирате по-лесно към промените в него.

Цена 22 лв./11.25 €

9 786191 645404

www.enthusiast.bg