

## A tűz melegénél

- „Nagyon nehéz elhinni, hogy fontos, értékes vagyok, hogy engem lehet szeretni. – fogalmazza meg elgondolkodva a fiatal lány. – Mindig hülyegyerekként kezeltek, és mindig tehernek éreztem magam. Emiatt váltam olyanná, aki a szeretetért cserébe mindent megtett volna.” (...)
- „Emiatt nem tudom elhinni, hogy most a férjem, (aki rendkívül jó ember) valóban szerethet... Bármibe belekapaszok, amibe beleköthetek, ami engem igazol: 'Na tessék, ugye megmondtam! Nem szeret, mert engem nem lehet szeretni!' Pedig valójában én provokálom ki ezeket a helyzeteket, sőt, sokszor a valóságot is eltorzítom ennek megfelelően: ami nem is úgy történt, azt is átírom: 'már akkor sem szeretted'...'” (...)
- „Mostmár kezdem látni a valóságot, és ez nagyon jó érzés. Megkönnyebbülés. Mintha eddig valami nagy terhet cipeltem volna, amit most letehetnék végre. Mintha eddig mindenki a tűz körül ült volna, én meg attól jó messze dideregtem volna egyedül. Mondván, nem megyek közelebb a tűzhöz, mert egyszer már jól megégettem magam.”

Beszélgetésünk közben jó hangosan megkordul a gyomra. Szégyenkezve elnézést kér, magyarázkodik, hogy nem szokott reggelizni.

- „Nem kell elnézést kérnie azért, mert éhes. Viszont én azt tapasztaltam, hogy soha nem véletlenek ezek a testi jelzések. A testünk nagyon is aktívan vesz részt a beszélgetésben, érdemes meghallgatni a mondanivalóját! Vajon mit akar a teste most a tudomására hozni? Mire van kiéhezve a reggelin kívül?”

Mosolyog, érti. Tudja.

- „Az örömekre. A feltöltő programokra a párommal. A biztonságra, a nyugalomra. Az elfogadásra, odafigyelésre. De hát, bármilyen furcsa érzés is ez nekem, felnőtt nő vagyok! Nem viselkedhetek úgy, mint egy óvodás!” (Mint egy hülyegyerek- fordítom magamban.)
- „Akkor most már tudjuk, hogy a Belső Gyermeke szólt most Önhöz, és tudjuk az életkorát is, kb óvodás lehet.” A beszélgetést abba az irányba terelem, milyen örömteli programokat szeretne. Jó sokat felsorol.
- „De hát nem állhat az életem kirándulásból, hamar csődbe mennék! Dolgozni is kell, pénzt keresni...”- sorolja.
- „Nem lehet így szétválasztani a gyermeki és a felnőtt énünket. Bármikor meríthetünk bármelyikből, ha szükséges. Miért ne használhatnám a gyermeki énem kreativitását, jó ötleteit egy munkahelyi probléma megoldásához? Vagy miért ne élvezhetném a pillanatot, akár a munkámat? Miért ne ülhetnék néha kicsit közelebb a tűzhöz? Az én döntésem.” fva