

Libertatea in cuplu - un drept necesar

Articol de: Cristina MICULETE

Inima mea a inceput sa danseze cand ai aparut in viata mea! Am invatat ca iubirea este o relatie! M-am avantat, am cerut, am pretins, corpul meu nu mai are nici o influenta, te cere, te vrea, te respira! De ce sufar acum, de ce ecoul iubirii mele nu se mai resimte in inima ta? Ce s-a schimbat? Unde a disparut uniunea noastra profunda? Astazi imi spui:

"Lasa-ma sa respir!" "Lasa-ma in spatiul meu"! "Nu ma inchide, nu-mi frange aripile"

Am crezut ca timpul investit imi va da siguranta, siguranta ca vei fii langa mine in permanenta! O relatie presupune sfarsitul libertatii, acum esti responsabil sa-mi satisfaci toate nevoile! Am nevoie sa fii aici 24 din 24 ore. Mi-ai aratat sensul de a fi completa si acum totul s-a schimbat? Unde a mers prost? Cand mi-ai spus ca ma iubesti ai stiut ca imi va lua o viata intreaga sa trec peste sentimental ca visul meu de iubire nu s-a realizat? Cand m-ai facut sa cred ca nu ai mai putea continua fara mine, cum as fi putut sa stiu ca vei pleca, ca vei fugi, am crezut ca tu esti alesul! Opreste-te te rog putin si da-mi voie sa te aplaud!

Esti geniala! Esti o femeie inteligenta! Emotional! Fizic! Psihic!
Atatea intrebari te macina incat as vrea sa stiu ce gandesti!

El e vinovat nu? El, insensibilul, ti-ai rapit toate visele, el ti-a rapit toate sperantele dupa toate eforturile pe care le-ai facut sa-l tii langa tine?

I-ai dat totul, ati fost tot timpul impreuna, zi de zi, ai renuntat la atatea pentru el si ai vrut sa fie bine pentru relatia voastra! I-ai inlaturat chiar si pe prietenii lui care aveau o influenta proasta asupra lui sa fii sigura ca veti avea o relatie sanatoasa. Nu era bine pentru el sa se vada cu prietenii. De ce sa mearga la o intalnire cu baietii cand poate sa stea cu tine non stop si sa va bucurati impreuna unul de celalat?

De ce sa mergeti la strand ca tie nu-ti plac strandurile? Mai bine nu mai

mergeti niciunul. Cum sa mearga in oras cand tu nu ai chef?
Inacceptabil! Nu-i pasa de ce vrei tu? Sper ca ai observat sarcasmul!

Te recunosti? Il recunosti?
Tu interzici, el iti ascunde din ce in ce mai multe si nu stii ce sa mai faci.
Gandul ca ar putea sa iasa din casa si sa cunoasca pe altcineva te ingrozeste.

Asa ca vrei sa stii tot, inventarul numerelor de telefon, parolele de la conturile de internet, unde e in fiecare secunda a zilei, pentru ca numai asa il poti tine langa tine.

Vrei sa stii care e viitorul? Iti spun eu!
Va fugi cate vede cu ochii! Departe, cat mai departe de inchisoarea pe care i-ai creat-o si pe care inconstient ai creat-o pentru tine!
Sa nu-mi spui ca nu ai obosit! Sa nu-mi spui ca e relaxant pentru tine sa monitorizezi fiecare miscare, sa nu-mi spui ca esti extrem de fericita!
Nu am sa-mi cer scuze ca sunt atat de dura cu tine! Iti vorbesc asa, pentru ca vorbesc cu fetita din mine in trecut si nu vreau sa te las a repeta acelesi greseli!

Stiu cat de des se intampla sa te pierzi in dependenta, sa te pierzi in propria inchisoare, stiu cat de usor e sa te ratacesti ca individ si sa fii tentata sa confuzi iubirea cu relatia, atasamentul cu controlul exagerat. Insa din pacate stiu si cum e sa te trezesti intr-o zi, bolnava, sa te trezesti ca nu mai visezi, ca nu stii ce sa faci daca pleaca din viata ta, ca ai murit o data cu relatia.

Disperare! Dezamagire! Durere!
Ajungi sa te gandesti cum ar fi fost daca nu ai fi uitat ca dragostea infloreste atunci cand esti liber. Ajungi sa te gandesti si sa-ti dai seama ca te-ai obisnuit cu ideea gresita ca iubirea e echivalentul relatiei.
Ajungi sa te gandesti ca inchisoarea nu e solutia pentru relatia eterna si de fapt e doar o reprimare temporara a individualitatii. Dupa experienta une astfel de povesti am ajuns insa sa analizez conceptul de libertate in cuplu si o data cu ea la libertatea mintii.

De multe ori oamenii cred ca ramanad neschimbati in principiile lor le da o anumita putere. Insa se inseala! Acest fapt ii goleste pur si simplu de orice forta! Sunt cei mai slabi oameni de pe fata pamantului!

Lasa la o parte toate principiile pe care le-ai mostenti pana acum in legatura cu relatiile, lasa toate prejudecatile si preconceptiile si priveste obiectiv lucrurile!

Sunteti doi oameni care au ales liber sa contruiasca o relatie impreuna. Fiecare aveti o expresie a personalitatii ! Fiecare aveti dreptul sa sa aveti propria personalitate!

Daca va iubiti nu inseamna ca faceti totul in acelasi fel, aveti dreptul sa aveti propriile opinii, credinte, valori. Se intampla adesea ca dupa perioada de indragostire, unul dintre parteneri sa intre in rolul parintelui sau sefului! Unul incepe sa hotarasca ce e bine pentru celalalt, si incearca sa-l insufle versiunea lui despre ceea ce e bine. V-ati indragostit inainte de reguli, inainte de constrangeri, v-ati indragostit de expresiile spiritului liber al fiecaruia!

Acord liber nu inchisoare! Transforma afirmatia:

Sunt aici pentru ca m-am angajat sa fiu langa tine in Sunt aici pentru ca am ales sa fiu langa tine!

Nimic in lume nu e etern, cu cat constientizezi mai devreme ca nu detii puterea asupra nimanui, cu atat pot evita dezamagirea!

Renunta la tine, la personalitatea ta sau ingradeste-l si va veti trezi intr-o zi doi straini, ratacindu-va , indepartandu-va pe zi ce trece unul de celalalt!

Te-a ales pe tine din toate femeile inasa nu a stiut ca te vei transforma intr-un gardian. Te intrebi de ce nu mai comunica cu tine? Te intrebi de ce nu mai poate fii el in preajma ta? Vrei sau nu vrei sa accepti nu mai esti cea de care s-a indragostit!

Un cuplu normal, autentic comunica liber despre placeri si neplaceri, isi exprima personalitatea asa cum sunt fara restrangeri, fara limite, se accepta si se completeaza.

Fiecare e liber sa ramana sau sa plece in relatie! Crezi ca daca il inchizi in casa, va ramana mai mult? Iti spun eu! Nu! Ba mai mult risti sa il indepartezi fara sa-ti dai seama si sa-l determine sa ia decizia de care ti-e teama!

Ce poti face?

Foloseste-ti libertatea mintii si indreapta-te spre o relatie satisfacatoare tinand cont de valoarea suprema: libertatea individuala.

Transforma afirmatii de genul:

Un partener e responsabil sa aiba grija de relatie si celalalt e responsabil pentru lucrurile practice de care aveti nevoie in viata reala in Ambii parteneri impart responsabilitatea pentru succesul relatiei si pentru nevoile lumesti

Transforma:

O relatie este un lucru atat de banal incat stiu cum se construiește- e ceva in neregula cu mine sau cu el daca nu reusim in

Nimeni nu se naste stiind cum sa pastreze o relatie, de-a lungul vietii poti invata in permanenta

Transforma:

O relatie satisfacatoare se bazeaza pe trasaturile de personalitate perfecte ale partenerului in

O relatie satisfacatoare se bazeaza pe calitatea relatiei in sine pe care ambii parteneri sunt responsabili sa o creeze impreuna

Transforma:

Implicarea intr-o relatie inseamna sfarsitul libertatii individuale in

Implicarea intr-o relatie imi da sansa sa devin cu adevarat libera si sa ating succesul sentimental.</p>

Ce alegi?Prejudiciu libertatii sau autonomie? Drept sau obligatie?</p>

Cristina Miculete, viitor psiholog, trainer in formare seminarii dezvoltare personala.

Daca vrei sa citesti imediat materialul gratuit scris de mine Arta Feminina a dragostei-Ingrediente si otravuri , despre cum sa experimentezi arta dragostei si cum sa ai o relatie sanatoasa intra pe www.artafeminina.ro</p>

Taguri articol: libertatea in cuplu, dragoste, schimbare, iubire, relatie, responsabila, siguranta, personalitate, arta feminina,

serviciu oferit de [GWP Entertainment](#)

