

Schematické vysvetlenia k téme „Centrálne problémy života“

Tri základné skupiny potrieb => tri základné skupiny hraníc a strachov => tri „centrálne problémy“ života.

1. Prvá skupina

Potreby = základné potreby fyzického a vitálneho tela:

- prežitie
- rozmnoženie

Teritoriálny imperatív (hranice): fyzické hranice – platia pre všetky biologické tvory.

Napríklad: pre zvieratá - moje hniezdo, moje označované teritórium v lese, pre ľudí - môj domov, moje územie, moja miestnosť, môj intímny priestor, moje veci (odev, stolička, polica v skrini, atď.)

Základný strach: „strach konečného“ alebo strach konca, strach, že niečo skončí.

Napríklad: strach zo smrti, choroby, hladu, strach z ukončenia vzťahu, strach nemať deti, strach z nezamestnanosti, atď.

„Centrálny problém“ sa prejavuje prostredníctvom životného presvedčenia: „svet môže byť čierny, alebo biely“, „všetko, alebo nič“, „kompromisy neexistujú“, „bojujem do konca“, „... pokiaľ nás smrť nerozdelí“, „človek odlišnej národnosti (náboženstva, vzhľadu, orientácie, vystupovania...) je nebezpečný (zlý, nedôveryhodný)“, a pod.

Podvedomý životný postoj /otázka pri vzniku akýchkoľvek komplikácií : „ Zostanem nepoškodený alebo budem zničený?“

Čas možného prirodzeného prejavu v živote – pubertálne obdobie.

Čas prejavu ako „centrálneho problému“ – mimo „puberty“.

Zdroj vzniku tohto „centrálneho problému“ v aktuálnom živote:

1. Rodinné podmienky počas prenatálneho obdobia a prvých mesiacov života:

- toxémia, choroba alebo citeľné diétne obmedzenia u rodičky počas tehotenstva,
- komplikovaný pôrod,
- nedostatok materského mlieka,
- rýchle odstavenie od kojenia alebo nekojenie .

2. Vnútorne rodinné a sociálne podmienky počas detstva:

- násilné chovanie rodičov a/alebo súrodencov, incesty,
- chudoba, hlad,
- príliš prísne a/alebo príliš pedantné chovanie rodičov, opatrovateľov a učiteľov,
- tresty, napríklad, za vyprázdnenie sa do nohavíc, do postele, a pod.,
- tresty za prejavenie telesných želaní,
- citeľné obmedzenia /zákazy, napríklad, nejakého druhu jedla,
- citeľné obmedzenia /zákazy prejavenia genderného chovania,
- detské šikanovanie .

3. Vonkajšie podmienky počas detstva:

- vojna, hladomor, živelné pohromy, epidémie,
- sociálna diskriminácia a segregácia,
- všestranná prítomnosť deficitu (nedostatku) zbožia v spoločnosti : jedla, odevu, bývania, atď.

2. Druhá skupina.

Potreby = základne potreby astrálneho tela osobnosti (psychika, sociálne a osobné vzťahy):

- potreba prísunu pozitívnych emócií,
- potreba patričnosti k istej sociálnej skupine (rodinnej, národnostnej, náboženskej, štátnej, atď.),
- potreba istoty v tom, že ťa majú radi v tejto sociálnej skupine,
- potreba lásky.

Teritoriálny imperatív (hranice): sociálne hranice - platia pre všetky biologické tvory, ktoré sa zoskupujú. Napríklad: moje mesto v sociálnej hierarchii istej sociálnej skupiny (rodinnej, národnostnej, náboženskej, štátnej, atď.), moje mesto medzi mne podobnými ľuďmi, atď.

Základný strach: strach zo seba samého.

Napríklad: strach byť odlišným, strach „nezapadnúť“, strach byť vylúčeným, strach byť opusteným, strach nebyť milovaným a pod.

„Centrálny problém“ sa prejavuje prostredníctvom životného presvedčenia: „nie som hodný lásky“, „nikdy nemám šťastie“, „som nehodný šťastia“, „som horší, než ostatní“, „mne sa nič nedarí“, atď.

Podvedomý životný postoj / otázka pri vzniku akýchkoľvek komplikácií: „Dostanem lásku alebo jej budem zbavený?“

Zdroj vzniku tohto „centrálneho problému“ v aktuálnom živote:

1. Rodinné podmienky počas prenatálneho obdobia a prvých mesiacoch života:

- nechcené tehotenstvo,
- komplikovaný pôrod,
- dlhšie (viac než 5min.) odlúčenie novorodenca od rodičky ihneď po pôrode,
- rýchle odstavenie od kojenia alebo nekojenie,
- pôrodná depresia rodičky.

2. Vnútorne rodinné a sociálne podmienky počas detstva:

- mnohopočetná rodina s „uťahavými“ rodičmi,
- násilné alebo ľahostajné, chladné chovanie rodičov a/alebo súrodencov,
- príliš prísne a/alebo príliš pedantné chovanie rodičov, opatrovateľov a učiteľov,
- zákazy a obmedzenia v prejave emócií a želaní,
- strata rodičov alebo násilné odlúčenie od nich,
- detská šikana .

3. Vonkajšie podmienky počas detstva:

- vojna, hladomor, živelné pohromy, epidémie,
- sociálna diskriminácia a segregácia.

3. Tretia skupina.

Potreby = základné potreby mentálneho a karmického tela:

- potreba poznávania a prísunu novej informácie,
- potreba nezávislosti a slobody,
- potreba nikým a ničím neobmedzeného prejavu,
- potreba stáleho vývoja,
- potreba byť „samým sebou“.

Teritoriálny imperatív (hranice): mentálne hranice (prípustné prejavy) vonkajšieho a vnútorného Sveta – individuálny Obráz (model) Sveta.

Napríklad: náboženstvo, makro- i mikro- systém presvedčení, Obráz Samého Seba (pozri v podkladoch: „**Mentálne podvedomé štruktúry: Systém Presvedčení a Obráz Samého Seba**“), morálne hodnoty, filozofické názory, súbory zásad a pravidiel, atď.

Základný strach: strach straty svojej individuality (tento strach má aj názov „strach z nekonečna (samého seba)“).

Napríklad: strach zblázniť sa (zošalieť), strach opustiť existujúci systém presvedčení, strach stratiť svoje priority, zvyky, zásady, strach straty svojej nezávislosti, strach obmedzenia slobody, strach zo zmien, a podobne.

„Centrálny problém“ sa prejavuje prostredníctvom životného presvedčenia: „nechcem nič meniť“, „len moja viera je pravá“, „všetci sa ma snažia riadiť“, „vzťahy – cesta k strate slobody“, „nemám právo byť samým sebou“, „nemám miesto pre vlastný život“, atď.

Podvedomý životný postoj / otázka pri vzniku akýchkoľvek komplikácií : „Budem mať právo byť samým sebou alebo niekto siahne na moju slobodu a ja stratím svoju individualitu?“

Zdroj vzniku tohto „centrálneho problému“ v aktuálnom živote:

1. Rodinné podmienky počas prenatálneho obdobia:

- mnohopločné tehotenstvo.

2. Vnútorne rodinné a sociálne podmienky počas detstva:

- mnohopočetná rodina ,
- obmedzený individuálny (intímny) životný priestor ,
- príliš prísne a/alebo príliš pedantné chovanie rodičov, opatrovateľov a učiteľov ,
- zákazy a obmedzenia v aktivitách a v prejavoch emócií a želaní,
- príliš skorá zodpovednosť za opatrovanie súrodencov a iných príbuzných (obvykle – najstaršie dieťa),
- nadmerná starostlivosť rodičov a opatrovateľov (obvykle – jediné dieťa).

3. Vonkajšie podmienky počas detstva:

- vojna, živelné pohromy, epidémie,
- sociálna diskriminácia a segregácia.

Len veľmi ťažko priznávame existenciu týchto „centrálnych problémov“, pretože ochranné psychické mechanizmy ich úspešne vytlačujú do nášho podvedomia. Je vhodné uvedomiť si tento fakt a podľa možnosti spracovávať „centrálne problémy“ pre kvalitný, REÁLNY sebarozvoj a celostnú evolúciu každého z nás .