

### Rodziny się nie wybiera.

Jeszcze mamy świeżo w pamięci, specyficzny dla dnia Wszystkich Świętych, blask palących się na cmentarzach zniczy i wyjątkowy, z niczym nieporównywalny, zapach chryzantem, spotkania nad grobami bliskich z dawno niewidzianymi członkami rodziny. Myśli nasze wędrują ku nieprzeliczonej rzeszy Świętych, którzy dostali się do nieba po trudach, cierpieniach, przeciwnościach, podobnych do tych, jakie obecnie przeżywamy, bo dzięki łasce Bożej pokonali pokusy, choć byli ludźmi, ułomnymi jak my.

Patrząc na tablice nagrobków, w zadumie wspominamy bliskich i dalszych zmarłych. Niektórych brakuje nam szczególnie, wielu znaleźliśmy słabo lub wcale.

Zastanawialiście się może, dlaczego nosicie takie, a nie inne imię? Imiona są istotne, dają wiele informacji i dlatego jest ważne, by znać ich pochodzenie. To, że jesteśmy nazwani jakimś imieniem nie jest przypadkowe. Może ono pochodzić od imienia przodka, chrzestnego, świętego, patrona dnia narodzin, zmarłego wcześniej w tej rodzinie dziecka, albo pochodzące z filmów, programów telewizyjnych lub wręcz „wymyślone”. Niektórzy rodzice nie zdają sobie sprawy, jak wiele problemów i przykrości może spotkać ich dziecko np. w szkole, z powodu imienia zbyt nacechowanego politycznie, religijnie czy etnicznie.

Rzadko zdarza się by w rodzinie nie było sekretów, spraw niewypowiedzianych, przemilczanych tabu, osób (czarnych owiec), których się już nie zaprasza albo unika. Taki stan bywa nieświadomą przyczyną

naszego smutku, zamartwiania się, chorób, bólu i cierpienia. Wielu naukowców twierdzi, że poprzez choroby wyraża się to, co nie zostało wyrażone słowami. Funkcjonuje ukryty przekaz transgeneracyjny, w czasie którego informacja przechodzi od jednej osoby do drugiej bez ich świadomego udziału, a traumy i „zakazane” tematy w niej zawarte, przekazywane są w sposób nieświadomy przez nadawcę i nieświadomiony przez odbiorcę. Urazy, cierpienie, ból, dramaty, nieuleczone traumy, nieodbyte żałoby, tajemnice osobiste lub rodzinne, to co niedokończone, czasem od wielu wieków, niezafatwione od wielu pokoleń, wszystko to może zostać przekazane i głęboko, a czasem w rozmaity sposób tragicznie naznaczyć kolejne pokolenia. Przekazane mogą być oczywiście też wydarzenia szczęśliwe. Czy zauważyliście, że często zupełnie nieświadomie powtarzamy wydarzenia, również te dramatyczne, jakie były udziałem naszych rodziców, dziadków, wujków, ciotek i dalszych przodków. Dostrzeżenie i zrozumienie przyczyn ich zachowań, w jaki sposób powtarza się w kolejnych pokoleniach to, co ktoś kiedyś przeżył, uwalnia od rozpamiętywania i niepokoju. Niesamowite wydawać się może, że zdarzenia nawiedzają kolejne pokolenia, często z taką samą datą (tzw. syndrom rocznicy).

Warto wykonać swoje drzewo genealogiczne ale wzbogacone o informacje o datach ważnych wydarzeń z życia rodziny, a także okoliczności poczęcia jej członków, przeprowadzki, wykorzenienie, rozłąki, konflikty, choroby, pobyty w szpitalach itp. Nie uświadamiamy sobie, że kontekst poczęcia ma duży wpływ na to, jak dziecko

zostanie powitane na świecie. Dźwięki w otoczeniu, kiedy dziecko jest w łonie matki i w czasie pierwszych miesięcy życia mają ogromne znaczenie sensoryczne, a banalne, wydawać by się mogło, rymowanki i kołysanki, pieszczotliwe zwroty, stanowią element podstawy budującej tożsamość dziecka i rodziny, tworzącej kulturę dotyku i czułości. Przemoc podczas ciąży zostaje wchłonięta przez dziecko tak samo jak czułość, słowa czy muzyka. Czy dziecko jest mile widziane na świecie, czy też wręcz przeciwnie, otoczone troską czy atmosferą napięcia, bardzo wczesnie przypisuje mu określoną rolę, której następnie najczęściej pozostaje wierne przez całe życie. Rodzice przekazują dalej wzory opieki rodzicielskiej, jakiej sami doświadczyli.

Człowiek wzrasta i funkcjonuje w oparciu o doświadczenie podstawowego poczucia bezpieczeństwa. Niech wymowne poparcie tego oczywistego stwierdzenia stanowi obraz Vincenta van Gogha „Pierwsze kroki” (Metropolitan Museum of Arts w Nowym Jorku, 1890r.), na którym rodzice pochylają się do poziomu dziecka, a matka, popychając dziecko w stronę ojca, pomaga w tworzeniu więzi między nimi.



Obecność obojga rodziców jest bardzo ważna w tym kluczowym momencie rozwoju dziecka. Sposób wychowania wywiera na nas

piętno, często też – choć to może zaskoczyć – na naszych potomkach. To, czy byliśmy dobrze, czy źle traktowani na początku naszego istnienia, naznacza nas na trwale na resztę życia.

Nie wybieramy sobie rodziny, ale możemy zaakceptować, że się w niej urodziliśmy i świadomie stać się jej częścią. Większość z nas niesie jakąś historię rodzinną. Jak głęboko będzie ona w nas tkwić, ma wpływ wiele różnych, trudnych do uchwycenia czynników, m.in. samoświadomość, umiejętność kojenia samego siebie i silne poczucie wewnętrznej mocy prowadzącej do leczenia własnych ran. Nie doceniamy często faktu, że kiedy się modlimy czy medytujemy, zwiększamy obszary mózgu „produkujące” szczęście, zaś stawianie wyraźnych granic wobec wymagań innych względem nas i obrona swojego „terytorium”, wzmacniają poczucie bezpieczeństwa i wolę życia. Dziedzictwo genetyczne, socjokulturalne i etyczne, które przejęliśmy po przodkach, mniej lub bardziej świadomie przekazujemy dalej, wraz ze zdolnością do refleksji i przekazywaniem jej następnym pokoleniom.

Wierzę, że należy kierować się w życiu wartościami, ale także prostymi zasadami, jak ta: *„Boże, daj mi pogodę ducha, abym godził się z tym, czego zmienić nie mogę, odwagę, abym zmieniał to, co zmienić mogę, i mądrość, abym zawsze potrafił odróżnić jedno od drugiego.”* (Marek Aureliusz)

I jeszcze jedno: kontekst historyczny, udział naszych przodków w wojnach i powstaniach pomaga zrozumieć wiele kwestii w dziejach rodu.

**CZEŚĆ I CHWAŁA BOHATEROM!  
WIECZNA PAMIĘĆ POLEGŁYM!**

Spotykamy się 11.11.2024 roku w Warszawie na Marszu Niepodległości. Bądź tam razem z nami.