

Bojovné obhajoby s jedovou příchutí



Co je to obhajoba a proč se vlastně obhajujeme? A existuje vůbec někdo, kdo se obhajovat neumí?

V posledních dnech jsem se setkal s několika případy obhajob a ptal jsem se, proč to lidé vlastně dělají? Proč mají potřebu obhajovat své skutky a myšlenky? Proč raději jen tak nežijí a nechají okolí, aby bylo, jaké chce? Pro odpovědi musím zajít hodně daleko do našeho dětství a pochopit následující programování mozku.

Mozek je již od svého prazákladu v těle matky naprogramován na přežití. Prostě vede tělo jakýmikoliv dostupnými prostředky k tomu, aby přežilo. První náznak tohoto jevu pozorují vědci již u embrya. Dokáže identifikovat nebezpečné podněty a bránit se jim. Tento jev můžeme i dále v životě pozorovat u rostoucího jedince.

Říkali jsme si při výkladu Emočních rovnic, že důležitými kameny pro programování mozku jsou: a) jak je mi dáván najevo pocit lásky, b) jak je mi dáván najevo pocit důležitosti, c) jak je mi dáván najevo pocit přijetí takového, jaký jsem. Postupně jak jedinec dospívá, si mozek na základě těchto filtrů dělá své vlastní závěry.

Je-li dítěti dáváno najevo, že lásku dostane pouze za určitých podmínek (je hodné, něco splní, správně jí, pomáhá uklízet atd.), vznikají v čistém mozku programy, které se pak celý život točí dokola. Pokud ale jsou tyto programy v rozporu s pocitem bezpečí, jistoty přežití, přijetí a přísunu lásky, je jedinec puzen svým vlastním systémem k obraně všemožnými prostředky.

Tyto obranné prostředky mohou být útěk, boj fyzický i slovní, zabití, nenávisť, kletby, ochladnutí, ztvrdnutí nebo výmluvy. Všechny tyto praktiky ale mají jeden cíl. Oddálit bolest, neztratit lásku, vyhnout se strachu a získat si pro sebe bezpečí. Kdykoliv budete analyzovat i ten nejzrůdnější jev v lidské historii, zjistíte, že řídicím motivem byl jeden z mých výše zmíněných obran.

Výmluvy jsou tedy obranným prostředkem a já některé z nich vyjmenuji. Klientka mi odhalila svoji komunikaci se svým manželem. Mozek jí generoval následující omluvy a výmluvy:

1. Tak se přece podívej, jak jsem ti v minulosti pomohla! Řídící motiv: prohlédni a miluj mě dále takovou, jaká jsem.
2. Naše dovolená, kterou jsi zařídil, taky nebyla perfektní! Řídící motiv: prohlédni, člověče a uvědom si, že taky máš svoje chyby.
3. Na dovolenou jsem ti přispěla polovinu! Řídící motiv: Vidíš, jak jsem dobrá, vydělávám dost.
4. Kdybys zařídil 4**** hotel, nemuseli bychom být na dovolené otrávení. Řídící motiv: podívej se na sebe, ty troubo, taky nejsi dokonalý.
5. Díky mně máš firmu! Řídící motiv: Vzpamatuj se a podívej se na to, kolik dobrého kvůli mně máš. Sám bys to nedokázal a shnil bys.
6. Ještě abys se mnou nevydržel, cvičím, zdravě jím, mám dobrou postavu, pečů! Řídící motiv: Ukázáním na sebe vyzdvihnout své kvality, abych náhodou nebyla ponížena, ztratila váhu a byla ze vztahu vykopnuta či vyměněna za jinou.
7. Když partner poukázal na zlost jejích obhajob, dozvěděl se, že jich měla více a že ty nejhorší spolkla. Řídící motiv: zase nejsem přece tak špatná.

Tyto věty naplněné jedem byly použity proti nejbližší a nejmilovanější osobě. Proč? Ne proto, že by [partnerka](#) chtěla škodit, ubližovat, ničit, kárat svého nejbližšího. To ne, ale v touze se zachránit od ztráty lásky, přízně, náklonnosti a přijetí.

Proč klientka měla potřebu tasit tyto obhajoby? Protože v dětství neměla dostatek přirozené, nepodmíněné lásky. [Láska](#) byla dáována jako důsledek vykonané práce, výsledků a dokonalého vystupování. Pod hrozbou odvozu do dětského domova se musela neustále vtěsňovat do daného profilu [matky](#), aby ji nijak nerozčilovala a mohla získat přízeň a jistotu.

Až se zase budete někdy vymlouvat a obhajovat doma či v práci, zastavte se na chvíli a pochopte, jaké motivy řídí vaši střelbu.

Přečtěte si také:

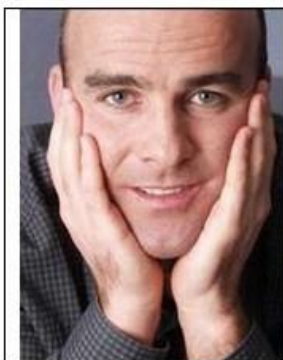
[Proč neumím říkat ne?](#)

[Důvody hysterie](#)

Stáhněte si:

[E-kniha „30 partnerských testů“](#)

[E-kniha „Jak najít toho pravého“](#)



© Napsal ing. Aleš Kalina

Kouč v oblasti osobního rozvoje

kalina@mujkouc.cz

www.mujvztah.cz

www.life-clinic.cz

www.mamdepku.cz

www.youtube.com/kalinaales

www.mujkouc.cz

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.