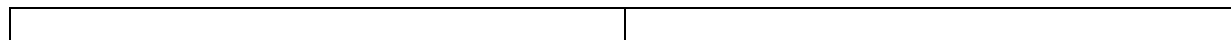


# Děti a domácí vězení



Již od malička jsem byl doma svojí matkou neustále vězněn a dlouho jsem nevěděl, proč. Jen si představte, že je vám v rozmezí 10 až 12 let a ven můžete chodit pouze na dvě hodiny a za jakýkoliv přestupek dostáváte okamžitě bez milosti týden domácího vězení.

Poněvadž si rodiče nevybíráte a rodíte se do svého domova bez možnosti srovnání ostatních domácností a kvalit rodičů, připadalo mi, že ten můj domov je normální. Teprve v dospělosti mi došlo, že jsem byl neustále týrán zákazy a nesvobodou a k tomu ještě veden, že ctít rodiče je má povinnost. Tak jsem vlastně ctil tyrany, kterým bylo úplně jedno, co jejich potomek prožívá ve 2+1 s bratrem o 9 let mladším.

Kdyby ale moji zroditelé věděli o Emočních rovnicích a programování mozku, raději by spolu vůbec nebyli a pokud ano, dali by mě do dětského domova. Dnes vím, že by mi tam bylo lépe a že bych si do života odnesl lepší programy v mozku.

Jenom díky Emočním rovnicím jsem se mohl z tyranského předurčení životního stylu dostat a naštěstí díky emočním zápisům vím přesně, co se mi jako malému všechno dělo. Nic moc, nechtějte to ani vědět dopodrobna. Neustále nevrhá matka, která neměla ani dostatek sil si se mnou hrát, si vybíjela svůj špatný vztah s otcem na mně. Stále zákazy, stále příkazy, stálá nesvoboda, stále výčitky. I když si z toho nic moc vědomě nepamatuji, při hledání Emočních rovnic jsem se na všechno upamatoval. Mozek si totiž musel odněkud ty závěry udělat.

Já jsem ale za nic nemohl a přesto jsem neustále musel snášet tresty a sedět doma většinu svého dětského života. Nebylo zastání ani komu to říci, nebyl nikdo, kdo by mě z mého pekla vysvobodil. Dokonce jsem se musel i přiznat k tomu, co jsem neudělal, aby mi skončil měsíční kasárník. Pamatuji si, že jsem jednou u jedněch známých vylil své zhroucené emoce a oni šli matce lehce vyčinit. A víte, co jsem si slíznul doma? Ani se neptejte. Smršť výčitek, jak jsem si mohl vůbec danou věc dovolit někomu sdělit.

Rozhodně si nemyslete, že malé děti mají malý mozek. Naopak! V jejich věku je mozek nejučenlivější. Vše, čím procházejí, vnímají a činí si z toho své závěry. Ne ty závěry, které vy chcete, aby si učinily!

Pokusím se vám nastínit, jak můj mozek vyhodnotil domácí vězení a jak se to projevovalo v mém životě o mnoho let později.

Zkuste si představit dětský mozek s normální touhou poznávat. Dětské nadšení nemá meze a děti zcela přirozeně jdou a poznávají, nechávají se lehce unášet do všeho. Stejně takový byl můj mozek, ale najednou zjistil, že má mnoho omezení. Že by chtěl jít ven, ale že nemůže pro trest vězení. Takže co mu zbude? Chodil doma kolem dokola a hledal činnosti, které by jej zaujaly. Poněvadž je ale doma těchto činností omezený počet, začnete se nudit.

U mě to bylo tak, že jsem měl své vyzozorované činnosti, které jsem pak začal točit dokola, abych se nudou nezbláznil. Když už po několika kolech bylo všechno nudné, upadl jsem do letargie a koukal několik hodin z okna.

Během točení těchto činností jsem například znal dopodrobna veškerý obsah všech šuplíků, opisoval televizní program, pletl medvědovi šálu, sepisoval jízdní řád vlaků podle toho, jak jsem je pozoroval z okna, odhadoval počet vagónů nákladních vlaků, sestavoval imaginární třídu z plyšových zvířátek a psal s nimi písemné práce, které jsem pak jako pan učitel oznamkoval. No prostě schíza domácího vězení a nudy.

Asi chápete, že 11 letý kluk potřebuje létat mezi kluky, mít hromady podnětů a nadšení. Toto mi však bylo upřeno. Nic z toho jsem nezažil a abych se nepomátl, musel jsem si vytvořit náhradní život v domácí base. Jak to můj mozek dokázal? Následovně:

1. Povýšil nesmyslné na smysluplné.
2. Již nudné činnosti se nutil opakovat znova.
3. Blížící se nudu překonával protahováním právě probíhající činnosti.
4. Neustálým přemýšlením o tom, co bude dělat, až ho daná činnost přestane bavit.
5. Hledáním činnosti i tam, kde by ji nikdo nehledal.
6. Vytvářením imaginárního světa u mě v mozku.

Z těchto situací vznikly desítky Emočních rovnic jako například: To samé se dá dělat znova, stále hledám něco nového, činnosti doma mohou být předem odsouzeny jako nudné, činnosti bych si měl hledat, zkouším dělat cokoli, zdroj nadšení nemusí být, zdroj nadšení se může vytratit a desítky dalších.

A nyní si zkuste tyto ER [nahrát do Emila](#) a podívat se, jak bude prožívat svůj život. U mě to dopadlo tak, že se mi zcela vytratil smysl života, přitom jsem ho neustále hledal v činnostech, které jsem již předtím dělal. Několik týdnů mě dusilo prázdno, které bylo úplně stejné jako to, co jsem měl doma v jedenácti. Ve světě plném svobody jsem sice mohl dělat cokoli, ale můj mozek si neuměl najít to, co by mu přineslo to, co hledal - nadšení.

Prolezl jsem mnoho prací a nakonec zjistil, že jsou nudné a stejně jsem se do nich později vracel. Mozek mi neustále hlásil strach z nudy a tak jsem propadl neustálému plánování a hromadění aktivit s předstihem. Vymýšlením činností, které na můj život měly nicotný efekt.

Znova jsem si uvědomil, že v tomto světě se to s nikým nemaže. Co máš v hlavě, to se ti bude zobrazovat ve tvém životě. Tvé jeviště bude nastaveno přesně podle toho, co se ti do hlavy dostalo, když jsi byl malý. Ještě o tom pochybujete? Já už jsem přestal.

	<p><b>© Napsal ing. Aleš Kalina</b> Kouč v oblasti osobního rozvoje</p> <p><a href="mailto:kalina@mujkouc.cz">kalina@mujkouc.cz</a> <a href="http://www.mujvztah.cz">www.mujvztah.cz</a> <a href="http://www.life-clinic.cz">www.life-clinic.cz</a> <a href="http://www.mamdepku.cz">www.mamdepku.cz</a> <a href="http://www.youtube.com/kalinaales">www.youtube.com/kalinaales</a> <a href="http://www.mujkouc.cz">www.mujkouc.cz</a></p> <p>Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.</p>
---	--