

Bizalmasan

SZERKESZTI: SZABÓ CSILLA

Siratószoza



LIGETVÁRI ANITA

transzperszonális pszichológus
e-mail: info@noiseg.hu és
info@egyuttlegzes.hu

Pár hete meghalt koraszülött kisfiam. Sajnos nem volt lehetőségünk elbúcsúzni tőle, ami egy fájó űrt képzett bennem. Lehet-e ezt a hiányt valamilyen úton pótolni? („Anyá”)

Kedves levélíró!

A fejlett és gyors, életigenlő napjainkban elfelejtettünk az élet másik pólusával, az elmúlással, a halállal, az elengedéssel kapcsolatot teremteni és tartani. Hagyományainkban nem véletlenül fektettek ugyanakkora hangsúlyt az újszülött fogadására, mint a meghalt családtag elbúcsúztatására. A test eltemetése egyik része volt egy elengedési folyamatnak. A két minőség jelenlétét mutatja az is, hogy az újszülöttet kelet felé mutatták fel, a halottat pedig fejjel nyugat felé fektették a halottaságyba. Napokig mellette virrasztottak, ezzel is segítve az elengedést. Ma már a szigorú egészségügyi szabályozások miatt sajnos ezeket a napokat nem élhetjük meg a maguk szakralitásában. Mivel a traumatikus, érzelmileg megrázó események mindig negatív energialeNyomokat hagynak energoinformációs rendszerünkben, ezek „kijavítására” később is lehetőségünk adódik. Holisztikus gyógyítással foglalkozó csoportok, meditációs klubok, „siratószoza”, tanatológiával foglalkozó szakemberek segítségét is lehet kérni, illetve az egyéni „elengedő” terápia is gyógyírt ad a „fájó űr” megszüntetésére. Érdemes az önhöz legközelebb álló terápiát, feldolgozási módszert kiválasztania, és jó szakember segítségével kijavítani a rossz, fájó érzelmi mintát.