

# Matczyzna rana

Matczyną ranę możesz mieć od matki, która:

- krytykuje, porównuje, karze milczeniem
- jest słaba, zimna, nieobecna (schorowana, pracoholiczka )
- stosuje przemoc fizyczną i/lub psychiczną
- kontroluje i wtrąca się w Twoje sprawy
- w trybie ofiary - narzekająca, przerzuca swoje zmartwienia, obowiązki czy odpowiedzialność na Ciebie
- doświadczyła traum podczas ciąży
- kocha Cię pod warunkiem np. gdy się dobrze uczysz lub grzecznie wykonujesz polecenia
- miała aborcje lub poronienia
- faworyzuje rodzeństwo
- nie akceptuje twojego wyglądu/wyborów życiowych

## . Świadomość to pierwszy krok!

Matczyzna rana powstaje również gdy jest rozłąka we wczesnym dzieciństwie dziecka z matką np. inkubator, szpital, wychowywanie przez babcię/ciotki/dom dziecka a także gdy dziecko wychowuje się tylko z matką lub tylko z ojcem.

Ta rana nie jest czymś, co po prostu zniknie, jeśli ją zignorujesz. Zaprzeczanie jej nie sprawi, że przestanie na Ciebie wywierać wpływ. Nie zasłużyłaś na to, czego doświadczyłaś od matki ani nie jest też to Twoją winą. Ale Twoim obowiązkiem jest uzdrowienie matczyńskich ran.

Uzdrowienie polega na rozpoznaniu tego, co się wydarzyło i spojrzeniu na to w prawdzie, bez strachu, tak aby ten głęboki ślad, niezabliźniona rana, nie definiowały już tego, kim jesteś! Kolejnym krokiem jest przyjęcie matki i energii od niej w sobie.

Najczęstsze rodzaje matczynej rany:

- rana ratownika
- rana odrzucenia
- kompleks Edypa/Elektry
- zależności emocjonalnej (współzależnienia)

a także

- matka w depresji po porodowej
- matka w nałogu, w żałobie
- narcystyczna (oszukuje, osądza, manipuluje, wywyższa siebie a obniża ciebie)

Jeśli czujesz, że masz matczyną ranę to pomogę Ci przejść przez wszystkie etapy: odrzucenia matki, bo tak się buduje tożsamość, etap złości, żalu, aż do przyjęcia siebie samej, czyli swoich uczuć jako dziecka – tych, na które nie było przestrzeni przy matce. To jest jeden z powodów, z których powstaje matczyzna rana, kiedy matka nie jest w stanie przyjąć dziecka z jego emocjami.

Zapraszam Cię na Program 1:1 Powrót do  
matczynej miłości i/lub kurs online Radykalna  
integracja matczynej rany

tel. +48 667 517 219 | kontakt@dobrawibracja.pl