

22.03.2017

COMUNICAT DE PRESĂ

Antrenorul Minții: “Bucuria nu este numai în copilărie. Adulții țin evidența lucrurilor, copiii pe cea a stărilor”

Bucuria nu scade odată cu înaintarea în vârstă, ci este o valoare pe care o pierdem, deoarece alegem să „locuim” mai mult în capul nostru. De cealaltă parte, copiii sunt mai fericiți decât adulții, deoarece aceștia “locuiesc” în inimă și își ghidează viața numai după momentul prezent.

În opinia psihologului Alexandru Pleșea, cunoscut opiniei publice drept Antrenorul Minții, adulții se supără foarte repede și poartă cu ei mult timp supărările și nemulțumirile, în comparație cu copiii, care iartă mai ușor, țin supărările doar câteva secunde și se întorc la joacă, acolo unde sunt fericiți. “Adulții țin evidența lucrurilor, copiii țin evidența stărilor. Asta le aduce multă nefericire adulților, deoarece se concentrează mai mult pe obiecte și mai puțin pe emoții, pe experiențe, pe trăiri. Aceste aspecte îi fac pe adulți mai egoiști, mai obsedați de eul lor, mai focusați pe manifestarea personalității. Copiii primesc pentru că râd, zâmbesc și se bucură. În afara faptelor că unul sau doi copii sunt ai noștri, toți ceilalți care vor cere de la străini vor primi la fel de necondiționat. Copii au totul, adulții își închipuie că au totul. Copii au momentul, adulții au trecutul și viitorul, tot efemerul înconjurându-i. În esență, adulții nu pot sta pentru că rușinea de a se observa pe ei înșiși jucându-se ca niște copii, e greu de combătut”, explică psihologul Alexandru Pleșea.

Copiii poartă măști pentru distracție, adulții le transformă în stil de viață

Totodată, adulții au uitat ce înseamnă bucuria deoarece au prea multe măști sociale (persona), pe care le poartă până când nu își mai aduc aminte care este adevărata lor față. “Copiii poartă măști doar pentru distracție, adulții le iau mult prea în serios. Mai grav este că, odată cu trecerea timpului, aceste măști sociale – “seriosul”, “supăratul”, “deprimatul”, “frustratul” etc. – se vor lipi atât de mult de noi, astfel încât ne vor transforma radical. Copiii în esență nu au vanitate, măști, rușine, frustrări. Copiii fac orice le trece prin cap, neținând cont de ce zic ceilalți din jur. Dacă m-aș apuca în acest moment să râd și să mă joc ca un

copil în cafeneaua în care sunt, toți ceilalți m-ar filma și ar râde de mine. Egoul meu m-ar face să roșesc și să mă opresc, nelăsându-mă să ma bucur de bucuriile interioare. Personalitatea atrage cu ea seriozitatea, maturitatea, căutarea, nemulțumirile, perfecțiunea, frustrările. Esența atrage cu ea momentul, bucuria, emoțiile pozitive, creativitatea, joaca, împlinirea, improvizația”, afirmă psihologul.

Copiii vor doar iubire, mâncare și joacă, nu caută perfecțiunea

Toți acești factori declanșatori, care ne “fură” bucuria, se realizează direct proporțional cu severitatea, neobservația, neatenția cu care părinții și profesorii își educă copiii. În opinia specialistului, fixând ideile proprii, părinții operează primii ani ai vieții copiilor în modul în care aceștia au vrut să fie tratați când au fost copii. “Perfecțiunea și căutarea tot timpul a dorinței de mulțumire a copilului este meseria numărul unu a unui părinte. Copiii nu cer așa ceva. Ei cer doar dragoste, mâncare și timp de joacă. Ei nu știu ce este perfecțiunea. Educația este dorința adulților. Etapele pe care un părinte le are de făcut pentru dezvoltarea într-un mod armonios a unui copil, sunt legate de modul în care adultul reușește să se pună în locul copilului și să vadă lumea cu ochii săi. Atenția pe care copiii o au față de lucrurile pe care le au în preajmă, este uriașă față de atenția adulților pentru acestea. Copii, trăind în prezent, iar adulții, în imaginație, putem observa motivul pentru care cele mai frumoase amintiri sunt în memoria noastră, din copilărie. Adulții încep să uite după perioada copilăriei, și nu rămân decât frânturi în memorie”, explică psihologul Alexandru Pleșea.

Strămoșii noștri au lăsat aceste învățături de bază, sub formă de simboluri regăsite în picturi, dar și sub formă scrisă în nenumărate cărți. Chiar și Biblia subliminează nevoia omului de a fi copil toată viața pentru a fi fericit: “Și chemând Iisus un prunc, l-a pus în mijlocul lor (apostolilor) și a zis: *Adevărat zic vouă: De nu vă veți întoarce și nu veți fi precum pruncii, nu veți intra în împărăția cerurilor*”.

Alexandru Pleșea, cunoscut opiniei publice drept Antrenorul Minții, este psihoterapeut și hipnoterapeut și trainer în programare neuro-lingvistică. A studiat natura minții umane în trei sisteme educaționale diferite – Statele Unite ale Americii, Marea Britanie și România și de peste 10 ani organizează cursuri și traininguri în România, cu scopul de a-i face pe oameni să afle ce posibilități au când își folosesc resursele intelectuale și să arate abilitățile pe care mintea noastră încă le are latente.



ALEXANDRU PLEȘEA

Persoană de contact

Alexandru Pleșea

Psihoterapeut & Hipnoterapeut

0745.175.323

www.alexandruplesea.ro

www.antrenorulmintii.ro

www.alexandruplesea.ro
contact@alexandruplesea.ro
Media :0751 316 019

Claritate. Încredere. Îndrăzneală

Transmite,

Dr. Tănase Tasește

Director General

Plus Communication

0725.465.508

