Доверие: возможно ли восстановить доверие жизни, миру, любимому человеку?

|  |
| --- |
| Начну с того, что доверие изначально есть у каждого. Когда ребенок маленький и только еще исследует этот мир, он делает это из доверия - открытости всем и всему. Но такое детское доверие рано или поздно разбивается о события и людей, с которыми, увы, невозможно не соприкоснуться. Детское доверие прекрасно: эти широко распахнутые глаза, эта улыбчивость случайным прохожим, эти ручки, смело тянущиеся к незнакомой кошке или собаке.Доверие возможно ли восстановить доверие жизни миру любимому человекуДетское доверие оно красиво и настояще, и, наверное, не было бы его, не было бы такого тотального любознательного изучения мира маленьким существом. Но детское доверие - оно не навсегда, и даже не нужно пытаться обрести во взрослом состоянии вот такое вот доверие, поскольку для взрослого оно не надежно, оно немного наивно - ребенку некуда деваться - он не может по-другому, а взрослости и доверие необходимо взрослое.Что значит взрослое доверие? Взрослое доверие - это доверие, имеющее под собой опоры, имеющее под собой знание, что "если даже меня предадут и обманут, я выдержу". Взрослое доверие - это доверие, вырабатываемое через иногда слишком тяжелый опыт, в результате которого приходит "какие только сложности я не выдерживал (-а), если что-то пойдет не так на этот раз, я переживу, у меня есть я". Но к такому пониманию приходят не все и не сразу - опыт обжигает, опыт ранит, и когда детское доверие с "широко распахнутыми глазами" иссякает, чаще ни о каком доверии и речи быть не может - сердце закрывается, человек закрывается, выстраивая вокруг себя стены психологических защит, лишь бы было безопасно, лишь бы не задели, не предали и не обидели. В такой период контакты становятся минимальными, взаимодействие ограничивается работой и узким кругом людей - это спасает, но не покидает ощущение, что "что-то не так". И вот от этого ощущения "что-то не так" человек и приходит к тому, что снова хочет окрыть сердце, распахнуть любознательно глаза. Но как? Ведь слишком много травм, блоков, слишком много наобижали и обесценили.Да, можно до конца жизни сидеть за собственноручно сооруженными "стенами" и "заборами" - это защитит от многого. Но ценой этой комфортной вроде бы безопасности будет ощущение, что жизнь проходит мимо, что "я родился (-ась) для чего-то большего, но так и не осуществил (-а) это". И тут выбирать человеку: сидеть в этой "раковине" и охранять свой покой закрытостью, либо шагнуть в открытость, и преодолевая по пути к ней возникающие сложности, обрести наконец это взрослое доверие, с которым мало того, что уже не страшно, так еще и каждый день "как маленькая жизнь". И это возможно - главное решиться, главное - захотеть. https://www.b17.ru/foto/uploaded/upl_1570204497_83596.jpg  |