

Tęsknota to chyba dziwne pojęcie, bo strasznie trudno jest mi je zdefiniować, dla każdego to chyba coś innego. Tęsknota to na pewno uczucie braku czegoś lub kogoś, sytuacji związanych z tymi osobami lub rzeczami. Może to być uczucie chwilowe lub stałe, w zależności od tego jak silnie byliśmy z tym związani.

Czy to uczucie jest uczuciem, które możemy powstrzymać?

Żadne uczucie nie jest uczuciem, które możemy powstrzymać, możemy je ewentualnie ukryć w sobie bardzo głęboko albo zastąpić innym uczuciem, które sprawi, że pocujemy się lepiej. Tęsknota jest dość silnym uczuciem, bo to takie coś co sprawia, że cokolwiek innego robisz to myślisz o tym, że przykładowo osoba za którą tęsknisz mogłaby być teraz z Tobą i robić to z Tobą lub myślimy o tym, że teraz wolalabym spędzać czas z tą osobą i na pewno byłoby lepiej, możemy to porównać też do psa, ulubionej czekolady którą jedliśmy w innym państwie lub czegośkolwiek innego czego nam brakuje. Jest to uczucie, które może przywoływać uczucie smutku, rozdarcia, rozpacz, depresji? Chyba, może.

Dlaczego uczucie tęsknoty jest utożsamiane ze smutkiem?

Odpowiedź jest raczej prosta, bo to kojarzy się z brakiem, a wszystko czego brakuje to smutne. Tęsknota to właśnie takie coś, że myślisz o czymś robiąc nawet coś najszcześniejszego na świecie, bo tęsknisz, bo Ci brakuje, bo ktoś mógłby być, bo mogłoby być lepiej. Wspominasz coś co wydarzyło się z tą osobą, bo to dobre wspomnienie, ale dlaczego nie pomyślimy o tym, że to dobre wspomnienie i koniec? Im bardziej coś rozpamiętujemy, czegoś nam brakuje, tym mniej myślimy o szczęśliwych chwilach, myślimy o tym, że tego nie ma i nie cieszymy się z obecnych rzeczy.

Dlaczego nie powinniśmy myśleć o tym, że to smutne?

Tęsknota może nas mobilizować do tego, aby szukać tak samo dobrych a nawet lepszych rzeczy niż mieliśmy, to może być takie właśnie „powstrzymanie” uczucia, nie można się na to zamykać. Jeśli myślimy, że coś jest smutne to ograniczamy się do jednej rzeczy, do ulubionej koszuli, którą kiedyś mieliśmy, a teraz nie mamy i myślimy, że w niej byłoby lepiej, do jednej osoby i z nikim już tak nie będzie. W życiu chyba nie o to chodzi, spotykamy ludzi, żeby mieć dobre wspomnienia lub złe, ale załóżmy, że dobre. Spotykamy ich, żeby nas czegoś nauczyli, dali nam jakąś lekcję, możemy z tego później wyciągać wnioski. Wnioski, które później mogą nam pomóc w innych sytuacjach. Przykładowo, masz osobę, masz z nią dobre wspomnienia, teraz jej nie ma, tęsknisz, ale pomyśl o tym, że żadna inna osoba na świecie nie ma z tą osobą tak dobrych wspomnień jak Ty, mogą to być drobne nieistotne dla innych rzeczy, ale to Wasze, osobiste, dla Was. Jesteś wyjątkowy, docień to. Życie to ciągle poznawanie czegoś nowego, poznawanie nowych uczuć, uczenie się czegoś nowego.

Kopiowanie tekstów, obrazów i wszelkiej twórczości użytkowników portalu bez ich zgody jest stanowczo zabronione. (Ustawa o prawie autorskim i prawach pokrewnych, Dz.U. 1994 nr 24 poz. 83 z dnia 4 lutego 1994r.).

msnevermind, dodano 05.01.2018 18:08

Dokument został wygenerowany przez www.portal-pisarski.pl.