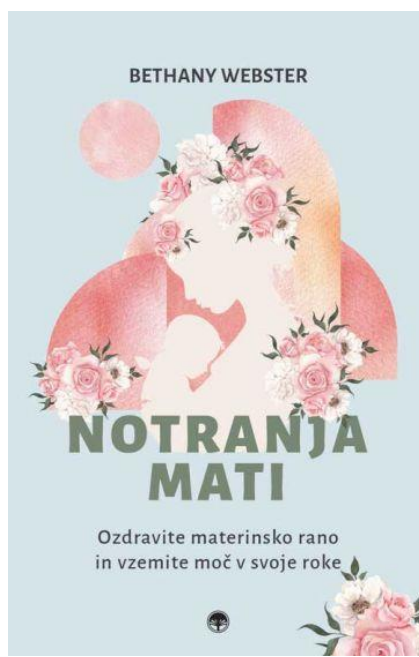




»Del zdravljenja materinske rane je tudi predelovanje zahtevnih čustev, saj s tem dosežemo celjenje in samospoznanje. Ščasoma prispemo do točke uvidov, modrosti, sprejemanja in hvaležnosti.«

NOTRANJA MATI

Ta knjiga ni še en vodnik, ki bi bralko zazibal v samopomilovanje, da ji na čustvenem področju ni bilo dano to ali ono. Je bistroumno, pronicljivo razmišljanje o bremenih, ki jih nosimo iz generacije v generacijo in nehote podajamo tistim, ki jih najbolj ljubimo – lastnim otrokom. **Bethany Webster** osvetljuje pot razumevanja odnosa z materjo in disfunkcionalnih vzorcev, ki ji prevzemamo. Razmišlja o patriarhalni družbi, ki ženske razvrednoti, vzorec pridne, ubogljive in trpeče »dobre« ženske pa nehote pomagamo negovati še same. Postopoma, korak za korakom, na primeru osebnih izkušenj iz primarne družine in svojih kasnejših spoznanj, niza poglavja, ki delujejo kot razkritja, ki se dotikajo sleherne ženske. Avtorica govori o ženski empatiji, ki jo je družba izkoristila za nadzor preko občutka dolžnosti in krivde; o čustvenem izčrpavanju, ko želimo pomagati materi, o disfunkcionalnem zlitju z materjo, o postavljanju zdravih meja v odnosu, o sabotiranju lastnega uspeha ... Prepričljiva in sugestivna knjiga postopoma vodi proti cilju osamosvojitve in ozdravljenja, ki se kaže v novi samozavesti, življenjskem pogumu in optimizmu, da bomo zmogli, pa tudi novih strategijah, kako podpreti samo sebe, kako biti »dovolj dobra mati svojemu notranjemu otroku«. Toplo priporočam v branje in v razmislek, za notranji mir, boljše odnose v družini in srečnejše življenje, pa tudi zato, da hčeri predamo boljšo dediščino, kot smo jo prejeli. **Predstavitelj: Maja Črepinšek**



Založba Primus, 2024
Mehka vezava, 337 strani
Mere: 22,0 x 14,0 cm
ISBN: 9789617184686
Cena: 32,00 €