

Intencijos: kas gelbėja santykius?

Delfi.lt neseniai pasirodė šaunus straipsnis apie tai, kaip amerikiečių rašytojas Ričardas Paulas Evansas išgelbėjo savo santykius ir santuoką. Visą straipsnį galite paskaityti čia: <http://m.delfi.lt/gyvenimas/myli-nemyli/article.php?id=67727688> „Sunku patikėti: paprastas klausimas, kuris išgelbėjo santuoką“

Dalinamės savo pastebėjimais, kas iš tikro išgelbėjo šią porą ir kodėl vyro uždavinėjamas klausimas buvo tik ledkalnio viršūnė slepianti šį tą daugiau nei paprasti žodžiai.

Žmonių veiksams ir žodžiams mes skiriame daug dėmesio, pagal tai darome išvadas, koks tai žmogus, vertiname jį, peikiame arba giriame. Tačiau veiksmai ir žodžiai kartais būna labai prastas rodiklis, mažai pasakantis apie tai, kas ir koks žmogus yra iš tikro.

Įsivaizduokite, kad jums kas nors pasakoja apie žmogų, kuris išsitraukia aštrų įrankį ir perpjauna kitam žmogui krutinę, kaip iš žaizdos teka kraujas, kaip matosi pulsuojanti širdis. Skamba žiauriai ir jautresniam žmogui šiurpas nubėgtų per nugarą, tačiau toks pasakojimas lygiai tiek pat tinka apibūdinti žudikui maniakui kiek ir chirurgui, darančiam atvirą širdies operaciją. Kas skiriasi? Žmogaus intencija – kodėl jis iš tikro daro tai, ką daro. Dabar įsivaizduokite, kad jus ruošia operacijai ir turite galimybę rinktis iš dviejų vienodai profesionalių chirurgų, tik vienam pacientas yra viso labo skaičius, o kitam nuoširdžiai rūpите jūs ir jūsų gyvybė bei sveikata. Kurį pasirinktumėte? Procedūra ta pati, tačiau neabejotinai mieliau rinktumėtės žmogų, kuris į procedūrą dar įdeda ir savo širdį, ne tik mechaniškai atlieka savo darbą ir pamiršta, kad apskritai egzistuojate. Taigi grįžkime prie rašytojo ir jo pašlijusių santykių, kuriuose įvyko drastiškas

lūžis. Nukamuotas ir pervargęs vyras padarė didžiulį atradimą – jis negali pakeisti kito žmogaus, t.y. savo žmonos. Visos jo intencijos iki tol buvo sutelktos į tai, kaip padaryti, kad jo žmona pasikeistų. Visi jo veiksmai, net ir gražūs, jei jų buvo, buvo paženklinti viena intencija – noriu, kad kitas žmogus, būtų kitoks nei yra ir aš pyksiu, manipuluosiu, darysiu viską, kas mano valioje, kad tai pasiekčiau. Įsivaizduokite (o kai kam ir įsivaizduoti nereikia), kad jūsų partneris su jumis elgiasi taip, kaip elgiasi, vedamas kaip tik tokių paskatų, t.y. noro pakeisti jus, kad jam būtų patogiau. Įsivaizduokite, pajauskite savo reakciją į tai. Ar kyla noras būti geresniu žmogumi, pasistengti dėl antros pusės ar visgi natūraliau skamba noras priešintis ir gelti atgal? Ričardui pasisekė. Pasidavęs ir meldamas pagalbos jis gavo savo atsakymą, gavo suvokimą ir gavo nurodymus, ką daryti toliau. Kas pasikeitė labiausiai, buvo jo intencijos. Tą patį klausimą, kurį uždavinėjo Ričardas – kaip galiu padaryti tavo dieną geresne? – galima užduoti visai iš kitų paskatų. Galima to klausti ir laukti nesulaukti, kada partneris pasikeis ir pradės berti atgal visą gėrį, kurio garantuotai nusipelnėte už tokį malonų elgesį. Ričardas, tuo tarpu, nesitikėjo nieko. Jis tik suprato, kad myli šią moterį ir iš tikro nori, kad jos diena būtų geresnė. Jo klausime neliko savanaudiškumo, neliko egoizmo. Pats Dievas palaimino jį, pasidavusį ir meldžiantį pagalbos, suteikdamas tiek jėgos ir kantrybės, kurios jam neabejotinai reikėjo pirmas savaites nesavanaudiškai tarnaujant savo mylimam žmogui. Šita begalinė kantrybė, stipri intencija ir aiškus suvokimas ko vyras nori ir kas jam svarbu padėjo pralaužti iš prigimties gerą žmonos širdį ir atvėrė jiems kelią į naują santykių kokybę.

Ne viena pora dievagojasi, kad nori kažką keisti santykiuose, tačiau jų intencijos, perspektyva, iš kurios mato santykius, nesikeičia. Ji vis lieka ta pati – jei ji/jis pasikeistų, viskas būtų gerai ir tai jo/jos kaltė, kad mūsų santykiai tokie pašliję; aš stengiuosi, bet tai jam/jai iš tikro reikia stengtis. Žinoma, su kai kurias žmonėmis jokios intencijos

nieko nepadės ir žmonės, aklausiai besiaukojantys dėl agresyvių, priklausomų nuo alkoholio, narkotikų, grubiai besielgiančių partnerių turi kitas pamokas – išaugti iš naivumo, išlipti iš aukos vaidmens, išmokti paleisti partnerį ir t.t. Kita vertus jiems taip pat verta pasitikrinti tikrąsias intencijas, nes retai jos būna nesavanaudiškos. Dažniau „besąlyginį“ savęs aukojimą iš tikro motyvuoja baimė likti vienam, partnerio savinimasis, finansinis patogumas ir su tikra meile bei gero linkėjimu antrai pusei tai neturi nieko bendro išskyrus labai naivius žmones, nesuvokiančius gyvenimo realybės.

Norite pagerinti santykius? Pažvelkite į save. Išsiaiškinkite, kas iš tikro jus skatina tai daryti, kas jums iš tikro svarbu, kokios jūsų nuostatos, intencijos, vertybės. Žvelgiate į save ar atsakomybę už santykius verčiate ant partnerio? Savanaudiškumas labai silpna jėga ir santykiuose gali padėti nebent užgniaužti silpnesnį partnerį, priversti jį gyventi baimėje ir aklausiai vykdyti jūsų norus. Linkėjimas ir nuoširdus norėjimas kitam žmogui visko, kas geriausia yra galinga jėga, galinti padaryti perversmus santykiuose. Tuo tarpu veiksmai ir žodžiai yra tik ledkalnio viršūnė, dar nereiškianti, kad viskas yra tikrai taip, kaip atrodo iš pirmo žvilgsnio.