

Ką iš tikro sutinki, kai sutinki kitą žmogų?

Atsakymas trumpas ir paprastas – save. Kiek yra žmonių tavo gyvenime, kurių norėtum niekada daugiau nesusitikti? Kiek jų yra bjauraus charakterio, irzlūs, priekabūs, prietrankos, erzinantys ir t.t.? Pamatai jį ar ją laiptinėje, parduotuvėje, gatvėje ir darai viską, ką gali, kad išvengtum kontakto arba sukandi dantis, susikaupi ir susitikus suvaidini savo rolę. Ir kuo tu čia dėtas ar dėta, jei tas žmogus toks bjaurus ir bendrauti su juo paprasčiausiai nemalonu? Atsakymas vėl paprastas ir trumpas – viskuo. Tai nereikia, kad kažką ne taip padarei ar kažko nepadarei. Tai iš viso neturi nieko bendro su tuo žmogumi ar tavo santykiu su juo. Kitas žmogus yra toks koks yra ir jis turi visą teisę tokiu būti. Tiesą sakant, vargu ar tu apskritai žinai, koksai jisai yra ar nėra. Viskas, ką tu žinai, yra tavo reakcija į jį.

Kodėl nenorime sutikti mums nemalonių žmonių? Todėl, kad nenorime jausti to, ką jaučiame, kai sutinkame. Kitas žmogus mums gali pridaryti problemų tik fiziniame lygmenyje – užsiundyti šunį, ką nors pavogti, sudaužyti langą... Priversti mus blogai jaustis jis neturi jokios galios. Šią galią jam suteikiame patys.

Kitas žmogus iššaukia mumyse mūsų pačių demonus, paliečia mūsų pačių žaizdas. Jei tų demonų ir žaizdų nebūtų, joks žmogus ar įvykis pasaulyje neturėtų mums jokios emocinės įtakos. Bjaurus kaimynas liktų toks pat bjaurus, tik mūsų reakcija į jį liautųsi egzistavusi.

Kiekvienas sutiktas žmogus groja mūsų pačių stygomis. Ne veltui daugelis vengia eiti į artimesnį, emociškai intymesnį kontaktą su kitu žmogumi. **Ėjimas į kontaktą su kitu yra ėjimas į kontaktą su pačiu savimi.** Tai, ko iš tikro bijome, esame mes ir mūsų vidinis pragaras, kurio mielai nematytume. Bjaurus

kaimynas kaip tankas prasiveržia pro apsauginę sieną ir užjudina skausmingas vietas į ką reaguojame visomis įmanomomis gynybos rūšimis. Bandome paveikti ir sutvarkyti kitą kuomet atsakymas yra pačiuose mumyse.

Yra trys būdai tvarkytis su nemaloniais žmonėmis: vengti jų, keisti savo elgesį su jais arba valyti savo žaizdas ir demonus ko pasekoje keisis mūsų elgesys arba žmogus apskritai pasitauks iš mūsų gyvenimo. **Kai nebelieka jautrių stygų, kurias mumyse galima užkabinti, nebelieka nemalonių žmonių kurių norisi vengti.** Nebelia baimės susidurti su pačiais savimi, su savo baime, pykčiu, nesaugumu, nerimu išlendančiais stojus akistaton su kitu žmogumi. Jų vietoje atsiranda užuojauta ir supratimas, nes tau tekdavo susitikti su juo kartkartėmis, o jis nuo savęs neatsitraukia nei akimirkos. Jo gilus skausmas verčia jį būti tuo, kuo jis yra, pulti kitą nes tai vienintelis jam žinomas būdas apmalšinti savo pačio žaizdas. Kuo mažiau skauda mums patiems, tuo mažiau skausmo išsileidžiame iš aplinkos, tuo mažiau nemalonių žmonių pasitaiko mūsų kelyje ir ne dėl to, kad jie staiga dingo ar pasikeitė, o dėl to, kad mumyse nebelieka jautrių vietų kurias jie gali užkliudyti. Visas pasaulis prasideda nuo mūsų pačių.