

Santykiai prasideda nuo individo

Kas yra tai, ką mes vadiname santykiais? Tai du žmonės su skirtingu charakteriu, skirtingais požiūriais, skirtingu įsivaizdavimu apie tai kas ir kaip turi būti, suėję į krūvą ir bandantys suderinti tai, kas dažnai yra visiškai nesuderinama. Sakoma, kad 60% problemų poroje yra neišsprendžiama. Ir tai tiesa, nes "problema" yra ne santykiai, o mes patys. Visi mūsų "kaip turi būti", poreikiai, trūkumai, įsivaizdavimai, idealizavimai, psichologinis programavimas ir emocinės žaizdos staiga atsitrenkia į visai kitokį tų pačių įsivaizdavimų, poreikių ir žaizdų rinkinį. Ir visi mes savo rinkinuką vadiname teisingu ir priimtinu, o kito žmogaus – psichologine problema. Kartais mane stebina kaip žmonės apskritai sugeba išgyventi poroje?

Ar kada bandėte pabūti vieni su savimi? Be televizoriaus, knygos ir didesnio išorinio dirgiklio, kuris susirinktų didžiąją dalį jūsų dėmesio? Ir be meditacinės muzikos. Kaži ar daug kas, jei nėra pavargęs ir norintis tiesiog pailsėti, mėgautųsi tokiu buvimu. Mūsų psichika – chaosas, kupinas prieštaraujančių minčių ir skatinantis tuoj pat imtis veiklos ar pavartoti ko nors svaiginančio, kad nereiktų viso to matyti ir jausti. Kito žmogaus psichika – lygiai toks pat chaosas. Ir štai, du chaosai ieško vienas kito, kad surastų ramybę, balansą, malonumą ir harmoniją.

Sukurta visa sistema taisyklių, kad pora galėtų išgyventi kartu ir net patirti tame malonumą. Ironiška, kad be taisyklių mes net nebemokame vienas su kitu bendrauti. Turime vaidinti vaidmenis, kad galėtume patenkinti vienas kito susikurtą partnerio įvaizdį arba visuomenės sukurtą poros įvaizdį kuriuo, beja, patys šventai tikime. Deja, panašu, kad be

taisyklių toli nepajudėsime, kol nepradėsime judinti savo pačių vidinio chaoso.

Visata veikia nesuvokiamais tačiau pastebimais dėsniais. Sakoma, kad priešingybės traukia ir tame yra daug tiesos. Priešingybė neretai būna tokiame subtiliame lygyje, kad ne visi tai pastebi. Bendri pomėgiai ar požiūris toli gražu nereiškia, kad esate panašūs. Jei kalbėti iš gyvenimo pamokų filosofijos taško, antra pusė dažniausiai ateina kaip tik tokia, kuri pagrotų per mūsų skaudžiausias vietas ir užjudintų vidinį chaosą į kurią taip nenorime žiūrėti. Kodėl jis taip pasielgė? Kodėl ji taip pasakė? Turiu kitą klausimą – o kas blogo su tuo, kaip jis pasielgė ar ką ji pasakė? Kas blogo neskaitant to, kad tai sukėlė jums skausmą? Kur parašyta ir kas nusprendė, kaip kas turi ar neturi elgtis, ką turi ar neturi sakyti? Kitas žmogus iš tokios situacijos galbūt tik nusijuoktų. Žinoma, jūs ne kitas žmogus, tačiau jūsų partneris – kitas. Kitas chaosas, pasireiškiantis būtent taip, kaip pasireiškė.

Juokingiausia tai, kad tokioje situacijoje niekas nėra kaltas. Net tas, kuris atrodytu tyčia daro taip, kad kitam skaudėtų, viso labo stengiasi užglaistyti ir nuraminti savo pačio skausmą ir žaizdas. Tarp tų, kurie laiko save suaugusiais žmonėmis, atsiranda ir kerštaujančių ir norinčių, kad kitas savo kailiu pajustų kaip labai jie buvo įskaudinti ir laikančių save pačiais teisiausiais ar antros pusės savininkais.

Mes esame tie, nuo kurių prasideda santykiai. Jei patys su savimi negalime ramiai nusėdėti dažnai net kelių minučių, kaip galime tikėtis, kad kitas galės išbūti visą gyvenimą neužgavęs, nepajudinęs skaudamų vietų nepriklausomai nuo to ar jis kažką padarytų, ar atvirkščiai – darytų per mažai?

Ar atkreipėte kada dėmesį, kaip mintyse, o kartais ir garsiai kritikuojate ir teisiatė save? Kaip pasakote apie save tokių žodžių, kokių apie nieką kitą niekuomet nepasakytumėte? Kaip

skaudinate ir žeminate save ir dar laikote tai norma ar net dorovinga savybe. Kodėl tuomet kitas žmogus negali elgtis su jumis taip, kaip jūs patys elgiatės su savimi? O gal atvirksčiai, jūs patys šauniauxi, geriauxi ir gyvenate taip, kaip reikia? Na bent jau iki tol, kol sutinkate savo antrą pusę ir sužinote šiokių tokių naujienų apie savo teisumą.

Galime ir toliau kaltinti vienas kitą ir verksti, kad meilė neegzistuoja, arba atsimerkti ir pažiūrėti, kas vyksta iš tikro. Pažiūrėti ne į kitą, o į save. Kur nuves toks pažiūrėjimas? Gal ir į skyrybas jei staiga atsipeikėsite ir suvoksite, kad esate su žmogumi, su kuriuo visiškai nenorite būti. Kad baimė, nesaugumas ir krūva pasiteisinimų paskatino likti netenkinančiuose santykiuose. O gal pamatysite, jog tai, dėl ko kaltinate savo partnerį tėra jūsų pačių įsitikinimai ir nenoras pabūti neteisiu.

Santykiai prasideda nuo mūsų pačių ir mes vieninteliai už juos atsakingi. Bet kokia atsakomybė perkelta kitam – iliuzija, dėl kurios kenčiame, sukelianti priklausomybę nuo kito, nuo jo ar jos veiksmų, žodžių, poelgių. Tai nereiškia, kad nereikia išsiaiškinti kas vyksta jums netinkančioje situacijoje ir jei galima – ją pakeisti, bet tikras išsiaiškinimas galimas tik tada, kai nebelieka kaltinimo, nelieka įsitikinimo, kad partneris turi elgtis kitaip, nei pasielgė. Kad jis turi būti kitoks, nei yra.

Nuo meilės iki neapykantos nėra vienas žingsnis. Ten, kur meilė tikra, neapykanta neegzistuoja. Nuo sudievinimo, iliuzijos, vaizduotės vaisių apie tai, kokia realybė turi būti iki tol, kol ji trenkiasi į mus visa savo realumo jėga yra vienas žingsnis. Vienas žingsnis nuo tol, kol partneris mus glosto iki tol, kol užjudina asmenines žaizdas.