

Santykių gerovė ne tik darbais, žodžiais, bet ir mintimis

Bažnyčia kalba apie tris nusidėjimo būdus – mintimis, žodžiais ir darbais. Nusidėjimas darbais akivaizdus, taip nusidėjęs žmogus sunkiai paslepia savo „nuodėmę“. Žodžiai – kiek subtilesnis aspektas, o mintys – ištisi subtilūs labirintai, kuriuos ne vienam yra pakankamai sunku užčiuopti ir suvokti. Nors bendraudami su kolegomis, pažįstamais ir mažiau artimais žmonėmis galime palaikyti pakankamai malonius santykius, nepaisydami savo minčių, poros santykiams tai gali rimtai pakišti koją.

Žmogus, kuris viena kalba, o kita daro, vadinamas veidmainiu. Tokį atpažinti nesunku ir retas kas mėgsta veidmainiaujančią žmogų. O kaip tada, jei žmogus viena sako, o kita galvoja?

Moterys turi didesnę nei vyrai iššūkį susivokti ir susitvarkyti su savo mintimis. Vyrų mąstymo mechanizmas, kalbant apie santykius su moterimis, veikia taip: jis gali galvoti apie moterį gerai, blogai arba iš viso apie ją negalvoti. Tuo tarpu moteris negalvoti apie vyrą negali, taigi jai lieka tik du variantai, galvoti apie jį gerai arba blogai. Subtilios problemos santykiuose pradeda kilti tada, kada moteris pasimeta tarp minčių, žodžių ir veiksmų. Išmokusi tinkamo elgesio su vyru, moteris gali pradėti daryti vieną esminę klaidą – elgtis ir kalbėti su juo švelniai, maloniai, pagarbiai, tačiau jos galvoje suksis toli gražu ne maloniausios mintys vyro atžvilgiu. Skambėtų, na ir kas? Elgiuosi „kaip priklauso“, o ką galvoju, mano pačios reikalas. Deja, mintys turi didelę įtaką ir jokie „teisingi“ veiksmai neužglaistys esmės – moters pikto, neigiamų minčių vyro atžvilgiu, kurios tampa santykių problemų pagrindu.

Santykiai yra rimtas iššūkis tiems, kurie nori turėti kažką tikro, kokybiško, artimo, augančio bei gilėjančio. Mūsų visuomenėje nusistovėjęs ritmas ir įsitikinimai yra viską gauti greitai, paprastai ir kokybiškai. Nekreipti dėmesio į pasekmes ir palopyti simptomus, kad būtų galima dar bent truputėlį nejausti diskomforto ir užmerkus akis laukti, kol viskas išsispręs savaime – be darbo, laiko ir pastangų. Lengviau išmokti „teisingo“ elgesio, nei iš esmės tvarkyti santykius, valyti susikaupusius skaudulius ir atgaivinti geras mintis bei šiltus jausmus vienas kito atžvilgiu.

Tinkamas elgesys yra svarbus žingsnis harmoningų santykių link. Gražios mintys vienas kito atžvilgiu – dar vienas žingsnis gilesnio, švaresnio, artimesnio santykio link. Ką tai reiškia? Tai reiškia abiejų partnerių pastangas, gilų suvokimą, kad santykiai – ne tik malonus laikas kartu ir pareigų atlikimo „išlaužimas“ iš partnerio. Kad tai dar ir ne visada malonūs, tačiau būtini, pokalbiai, pagalbos ieškojimas, kuomet santykiai pradeda klibėti, noras pažinti vienas kitą, pažinti save, eiti gilyn, atverti tai, kas gali būti skausminga, nemalonu. Jau girdžiu, kaip dalis moterų susierzina – ir iš kur aš ištrauksiu tokį vyrą, kuris norėtų kalbėtis apie santykius ir stengtis dėl jų? Neliko tokių, vieni... (įrašykite savo mylimiausią epiteta). Štai čia ir prasideda santykių kūrimas, net ir būsimų. Nuo minčių. Žinoma, ne viena tokius žodžius sako dėl skausmingų patirčių, sužeistos širdies, kraujuojančiu vidinių žaizdų. Su jomis teks dirbti atskirai – užgydyti, išvalyti, išverksti, išpykti ir vėl atsidaryti naujai santykių galimybei su viltimi, žinių bagažu ir švariomis mintimis, kad ne visi vyrai tokie, tam, kad kiekvienas sutiktas nepatektų į teisiųjų suolą su išankstiniu nuosprendžiu apie jo vertę. O gal turite visai puikų vyrą, tačiau įpratote mintyse svaidytis žaibais, nors prie jo elgiatės meiliai ir švelniai? Kasate gilią duobę savo santykiams. Išsiaiškinkite, kas sukelia sunkias mintis, susitvarkykite su tuo ir išvalykite santykius nuo nuodų, kurie kaupiasi ir anksčiau ar vėliau pradės reikštis santykių

klibėjimu, vyro išėjimu pas kitą moterį ir kitomis pasekmėmis, kurių savo santykiuose nelaukia nė vienas.

Vyrams – ar su ja būsiu laimingas?

Vyro psichika, kalbant apie moteris, turi vieną programėlę, kuri lengvai pakiša jam koją ilgalaikių santykių perspektyvoje. Sutikęs gražią, traukiančią moterį kuri dar ir rodo palankumo signalus, vyras neria su ja į ilgalaikius santykius daug negalvodamas apie ateitį ir pasekmes. Kažkam oponuoja moters išvaizda – puikus būdas pakelti savo autoritetą draugų kompanijoje; kažkam svarbu, kad apskritai kas nors būtų šalia; kažkam aktualus vedusio vyro statusas; kažkas (naiviai) tikisi, kad ši nuostabi būtybė visą gyvenimą bus linksma, žavinga, rodys jam palankumą ir be perstojo tiek tą saldų nektarą, kurį tiekia pažinties pradžioje. Koks tuomet skirtumas, koks jos vidinis pasaulis, koks jos požiūris į gyvenimą, norai, planai, įsitikinimai, nuostatos, kas dar be aistros riša porą ir kokia reali santykių perspektyva nusimato su šia konkrečia moterimi.

Yra keli faktoriai į kuriuos verta atsižvelgti kiekvienam vyrui, besirenkančias savo gyvenimo partnerę. Tai nėra kokios nors visuomenės nustatytos taisyklės kokia moteris turi būti šalia vyro – tai pačio vyro psichikos aspektų pažinimas ir suvokimas, kad tik tokiomis savybėmis pasižyminti moteris galės suinteresuoti vyrą stengtis dėl jos, dėl santykių ir tuo padaryti jį patį laimingu.

Pirmas faktorius ir klausimas sau – **ar jaučiuosi jai reikalingas?** Vyras, kuris nesijaučia reikalingu moteriai greitai praranda norą ir stimulą būti su ja. Per daug savarankiška ir nepriklausoma moteris gali atrodyti labai patogi bendram gyvenimui, bet iš tikro toks gyvenimas vyro psichikoje taps vis niūresniu ir beprasmiškesniu. Tokia moteris tinkama tiems, kam pirmoje vietoje gyvenime yra verslas, pasiekimai, tikslai, o ne santykiai ir moteris. Santykiai tokioje poroje nebus artimi ir atviri, tačiau netrukdytų laisvai siekti savo gyvenimo tikslų. Minusas ir pavojus tame, kad artumas ir ryšys su kitu žmogumi bei noras būti reikalingu yra įsirašęs giliai vyro sąmonėje. Užteks tinkamoje vietoje ir tinkamu laiku pasirodyti moteriai, kuri visa tai suteiks ir santykiai su „patogia“ moterimi greitai pasitrauks į dar tolimesnį planą. Yra dviejų rūšių reikalingumas ir vyrai puikiai jaučia kai pas moterį dominuoja tik viena iš jų – reikalingumas dėl pinigų, remonto namie, vaikų, kelionių ir kitų materialinių priežasčių. Taip „reikalingas“ vyras greitai pasijunta darbinio arklio. Kitas reikalingumo rūšis – reikalingas kaip žmogus, kaip vyras, kaip asmenybė. Materialinė gerovė svarbi kiekvienai moteriai – ji užtikrina saugumą ir mažina stresą baiminantis dėl ateities. Tačiau jei moteriai daugiau nieko iš vyro nereikia, kad tik parneštų pinigus ir pažaistų su vaikais, šeima vyrui taip pat po truputį tampa vis mažiau reikalinga.

Antras klausimas sau – **ar ji kelia mano autoritetą?** Ar jaučiatės, kad šalia jos labiau pasitikite savimi, jūsų savivertė kyla, jaučiatės galintis nuversti kalnus? Kai šalia vyro yra moteris, kuri padeda jam taip pasijusti, jam pradeda geriau sektis darbe, pajuda giliai į stalčių nukišti projektai, atsiranda galimybės kilti karjeros laiptais arba viską mesti ir užsiimti veikla, kuria visada norėjote užsiimti, bet tarsi trūko tam jėgų ir pasitikėjimo. Jei moteris nesugeba suteikti vyrui palaikymo, parodyti tikėjimo juo ir jo sugebėjimais, paskatinti ir pagirti jo už tai, ką jis daro ir koks yra, vyras po truputį praranda norą apskritai

ką nors daryti ir stengtis, nebent jo darbas ir karjera pati iš savęs jam yra gyvenimo prioritetas.

Trečias faktorius ir klausimas sau – **ar jaučiatės prioritetu jos gyvenime?** Tai labai subtilus klausimas sau ir santykių pradžioje sunku tai pajusti, tačiau net ir vyrai turi šeštą pojūtį, kuris pakankamai sąmoningam vyrui pradeda duoti signalus, kad kažkas yra ne taip. Stebėkite kas jai svarbiau – jūs ar jos tėvai, draugės, sesuo ar brolis, naminiai gyvūneliai. Ar su savo kate ar šuniuku ji kalba meiliau nei su jumis? Ar jaučiate ir matote, kad yra kažkas jos gyvenime, kam ji teikia pirmenybę ir duoda daugiau dėmesio nei jums? Gali prireikti ir metų ar net daugiau kol atslūgs susižavėjimas ir aistra bei du žmonės pradės rodyti savo tikruosius veidus. Jei vyras nėra pirmoje vietoje moters gyvenime, atsiradus vaikams jis bus nustumtas dar toliau, o tai yra viena iš pagrindinių skyrybų priežasčių. Jie kandidatės į gyvenimo partneres gyvenime yra didesnių prioritetų nei jūs – galite ruoštis būsimoms skyryboms arba nelaimingam gyvenimui su nemylima ir nemylinčia moterimi.

Likę faktoriai bus aprašyti visi kartu, nes paprastai retas vyras jų nepastebi savo santykiuose su moterimi:

- **Ar jaučiatės laisvas net būdamas santykiuose?** Ar jaučiate, kad moteris gerbia jūsų pasirinkimus bei sprendimus ir nespaudžia jūsų į kampą dėl to ką ir kada turite padaryti? Pakankamai sąmoninga moteris turi puikių sugebėjimų paskatinti vyrą suteikti tai, ko reikia jai ir tuo pat metu leisti jam jaustis laisvu savo sprendimuose bei pasirinkimuose.
- **Ar jaučiatės priimtas toks, koks esate?** Paprastai vyrai pakankamai greitai pradeda jausti, jog moteris iš jų daro projektą, o ne myli ir priimą tokį, koks jis yra čia ir dabar. Gyvenimas su tokia moterimi taps bėgimu nuo santykių, užsibuvimu su draugais, priklausomybėmis ar slaptais santykiais su kitomis moterimis.
- **Ar jaučiatės įvertintas už tai, ką darote ir koks esate?**

Jei moteris neįvertina vyro pastangų, patinkančių charakterio bruožų, neišsako, kad yra dėkinga, kaip jai gera būti su juo, kaip ji vertina vieną ar kitą vyro veiksma – vyras greitai taps nesuinteresuotas stengtis dėl moters, o moteris, dėl kurios nereikia stengtis, nereikalinga jokiam brandžiam vyrui ilgalaikiams santykiams.

- Ar moteris užsitarnavo jūsų pagarbą? Ar jums reikėjo pasistengti, kad ją gautumėte? Ar reikėjo pakovoti dėl jos dėmesio, ar nesate iki galo tikras, kad ji visą gyvenimą bus su jumis (net jei ne vieni metai esate vedę)? Moteris, kuri greitai ir lengvai atsiduoda vyrui visam likusiam gyvenimui iš karto tampa neįdomia ir geriausiu atveju patogiu priedu tvarkyti namams ir auginti vaikams. Vyras negali mylėti moters, kurios negerbia. Viskas, kas jam lieka tai naudotis ja, o tuo tarpu anksčiau ar vėliau atsiranda kitos moterys ir poros gyvenimas tampa labai nemaloniu.

Paprastai atsakomybė už santykius, bent jau didžioji jos dalis, gula ant moterų pečių, kadangi jos geriau ir greičiau pajunta, kas yra ne taip santykiuose ir labiau linkusios jais domėtis. Kita vertus yra pakankamai daug moterų, kurios per daug sužeistos, per daug trokštančios bent kokio dėmesio ir bendravimo, kad sutinka su pirmu daugiau mažiau padoriu vyru gyventi iki grabo lentos. Išėjimas – vyrų sąmoningumas savo santykių atžvilgiu, pajutimas, ar ši moteris yra ta, su kuria norite būti ar ta, kuri yra patraukti, patogi, tinkama vedusio vyro statusui, geresnė nei kitos ar tiesiog jau laikas kurti šeimą ir kaip nors susitvarkysite.

Santykiai poroje nėra natūralus reiškinys vykstantis be sąmoningų pastangų. Savaime įvyksta tik susižavėjimas ir visa eilė fantazijų apie tai, kad ji bus ta vienintelė. Deja, tam, kad pamatyti ar ji tikrai gali būti gyvenimo palydove, drauge, partnere ir mylimąja, dėl kurios verta stengtis ir kurią norisi daryti laiminga, gali tekti užduoti sau eilę nepatogių

klausimų ir rizikuoti sužinoti, kad siejate savo ateitį su jums netinkama moterimi.