

VZTAHY

Pokud nám cokoliv vadí na druhém člověku nebo se nám na něm něco nelíbí, není to problémem toho druhého. Vždy se jedná o náš mylný úhel pohledu. O naši šmouhu na tváři, o naše pruhované tričko. Je naší zodpovědností převzít kontrolu nad svými reakcemi. V každé takovéto situaci se objeví bolest. Bolest nám ale nezpůsobují druzí. To my sami si způsobujeme bolest svým vlastním chápáním situace. Zrcadlo nám špínu neumyje. Druzí nemohou změnit naše vnitřní zranění.

Vždy se nám toho děje jen tolik, nakolik se k lidem chováme tak, jak potřebujeme, aby se oni ve stejné situaci chovali k nám. Ono to není tak jednoduché, jak to zní, já vím. Protože tak, jak se chováme k druhým, tak se v podobných situacích chováme sami k sobě. Bojíme se odmítnutí, ponížení, zrady, nespravedlnosti či opuštění.

Pojďme se na chvíli dívat do zrcadla.

2.

Když se hněváte na partnera, máte z toho dobrý pocit, čisté svědomí?

Už vás slyším (vím to, protože jsem to slyšela od stovek klientů v poradně na vlastní uši), že sice nemáte dobrý pocit a čisté svědomí, ALE... a milion výmluv a osočování a bolesti a trápení a kde čeho. Mám pravdu?

Zkuste to příště zastavit a vcítit se do druhého. Dejte tomu tak dvě tři minuty, kdy zklidníte dech a představíte si, že jste ten druhý. Máte jeho oči, uši, jméno, postavu... Jste tím druhým a jeho očima se podíváte sami na sebe. Co vidíte, co cítíte?

Vím určitě, že se na toho druhého neusmíváte... potom by nebyl problém.

Co vidí ten druhý? Co potřebuje? Co vám říká a vy nerozumíte nebo neslyšíte úplně přesně?

3.

Vždy máte možnosti a volby, jen se je bojíte použít. Čím více budete dávat ze srdce, tím více se vám bude vracet. Pokud tam ale jen vložíte smítko touhy, ať je mi ale vráceno, nebude vám vráceno vůbec nic. Rozumíte mi? Jde o to, dávat čistou energii, pokoru, lásku, poděkování, abyste se vy uvnitř cítili hezky. O nic a nikoho jiného nejde. Proto vůbec není důležité, jak ten druhý zareagoval. Pokud ale navnímáte, že on to neoceníl nebo nedej bože ještě se vám nějak vysmál nebo udělal něco špatně, opět to odkazuje na vaše nevyřešené vnitřní trauma z nějaké jiné situace.

Vesmír je moudrý. Nemusí vám ty životní lekce posílat od stejné osoby, posílá je od různých zrcadel. O to je hra života pestřejší!