

Human Race Support

NAUJIENLAIŠKIS

Sausio 12, 2024 / Vol 5

Kas mums meilė ir kas mes be jos?

Romos imperijos ar dar senesnių laikų vasario 14-oji buvo romantikų šventė. Istorikų nuomone, iš pradžių ją šventė pagony. Per ją buvo garbinama vaisingumo dievas Faunas ir jau minėtoji moterų bei vedybinio gyvenimo globėja Junona. Vasario 14-oji su Valentinu buvo susieta pirmaisiais mūsų eros amžiais. Nuo tada ir atsirado graži tradicija išreikšti savo jausmus atviruku su širdelėmis ar amūrais. Šią dieną žmonės visame pasaulyje savo mylimiesiems siunčia ne tik romantiškus atvirukus, bet ir dovanėles. Ant atviruko siuntėjo vardo dažniausiai nebūna, nes jie skirti slapta meilei.

Ar bandėte gyvenime atsakyti sau į klausimą – kas yra meilė? Sutikite, kad klausimas jums bus nepaprastas, ir atsakyti į jį nebus taip lengva, o ir atsakytume visi skirtingai. Vieni apie meilę galvoja kaip apie romantiką, kiti ją susieja su poezija ir gražiomis eilėmis apie meilę.

Kažkam tai religinis jausmas, kažkam – trumpas gyvenimo akimirksnis, vienkartinė aistra, kuri "retkarčiais nutinka", o paskui praeina. O kažkas jos tiesiog laukia visą savo gyvenimą. O dar kitiems kančia, nes ją patyrę nebetiki, nei meile, nei jos buvimu šioje žemėje. O kokia ji ištikrųjų mums ta meilė?

Galbūt mes turime išmokti skirti įsimylėjimą, susižavėjimą ir meilę. Meilei reikia asmenybės brandumo. Meilė remiasi ne poreikiu (kad manim žavėtusi, mylėtų, rūpintųsi, jausčiausi saugus(i) ir t.t., o noru mylėti pačiam, noru, kad mylimas žmogus realizuotų save, kad atsiskleistų pačios gražiausios jo savybės.

Meilei reikia ir gilaus savęs pažinimo, pagarbos sau bei pasitikėjimo, nes tik tada galim mylėti ir kitą žmogų: pažinti jį, suprasti, gerbti, pasitikėti. Tam, kad gautume trokštamą meilę, mes žmonės griebiamės visko: gundome, pataikaujame, reikalaujame, grasiname, meluojame, kerštaujaime, žeminamės, kontroliuojame, keliame isterijas, pavydą arba gailestį, net imamės įvairiausių užkeikimų. Žinoma, tokie veiksmai dažniausiai duoda priešingus rezultatus, nes kiekvienas žmogus priešinasi manipuliacijoms ir stengiasi nuo jų atsiriboti.

[Skaitukite daugiau...](#)

10 patarimų ieškantiems meilės:

1. Tau skirtas žmogus nėra
2. Mėgaukis vienvietės
3. Puoselėk pageidaujamą savybę
4. Būkite atviri
5. Atstok nuo užimtų žmonių
6. Plėsk draugų ratą
7. Būk draugiškas
8. Flirtuok!
9. Priversk savo širdį plakti smarkiau
10. Užsiregistruok pažinčių svetainėje



Ar turi prasmę meilė be atsako?

Prisiminkite tą akimirką, kuomet Jūs mylėjote tą žmogų, kuris atrodė Jūsų gyvenimas, tačiau ši meilė buvo be atsako...

Kuomet mes įsimylime, mūsų baltai-juodas gyvenimas nusidažo įvairiausiomis spalvomis. Naujoji meilė keičia mūsų mintis, jausmus, net pradedam kitaip interpretuoti pasaulį. Mūsų mintys pradeda mus gąsdinti, jausmai tampa vis aštresni, išsikreipia pasaulio suvokimas. Tokiu atveju tas, kuris myli, kenčia todėl, nes jaučiasi perpildytas švelniausių jausmų, tačiau išreikšti jų mylimam žmogui nesugeba. Nesugeba, nes jo „mylimoji/asis“ nesugeba priimti šių jausmų. Tuomet kyla nuolatinė vidinė kova tarp noro išreikšti savo šilčiausius jausmus ir tarp absurdiško nesugebėjimo to padaryti, kas ir sukelia žmogui sielos kančią ir sukelia vidinį konfliktą.

Tam, kad išvengtų šių kančių, žmogus nukeliauja į iliuzijų ir fantazijų pasaulį, kuriame viskas priklauso jam pačiam, kur nėra nerimo ir įtampos. Atrodytų, kas tame yra blogo?? Tačiau, šiame iliuzijų pasaulyje įvyksta „spalvų karas“, t.y. santykis tampa nuostabus su mylimojo ar mylimosios vaizdiniu, tačiau ne su realiu žmogumi.... Ir kuo šis žmogaus vaizdinys yra gražesnis, tuo yra sudėtingesnis ryšys su tikru žmogumi, t.y. su tuo, kurį mylime. Tuomet mes tampame nesuprasti ir vieniši savo jausmuose ir išgyvenimuose.

Kaip atsiranda meilė be atsako?? Manau, kuomet žmogus staiga pajaučia meilės protrūkį, paprastai, šis jausmas yra sąlygotas dėkingumo už jam teikiamą gerumą, viltį..., t.y. sąmoningai tampame dėkingi už suteikiamas geras emocijas. Todėl asmuo, kuris tokiu atveju sąmoningai pajaučia šiltus jausmus kitam žmogui, jie jam suteikia lūkesčius, kurie automatiškai gali pasireikšti meilės iliuzija. Tuomet išrinktasis, kaip asmenybė su savo stiprybėmis, silpnybėmis, troškimais yra pradedamas ignoruoti. Todėl, nors tokie santykiai ir vyksta po meilės „kauke“, t.y. esame subjektyviai įsitikinę, kad mylim ar bent jau jaučiame šiltus jausmus kitam žmogui ir esame jam atsidavę, tačiau iš tikrųjų ši „meilė“ tampa priemone patenkinti savo vidinis ar išorinius poreikius.



“Mylėti – reiškia norėti kitam to, ką laikai gėrybe; be to, norėti ne savo labui, o to, kurį myli, ir stengtis pagal išgales suteikti jam tą gėrybę...”.



Meilės spąstuose arba apie „skriaudžiančią meilę“

Žmonės gyvena pakylėta nuotaika. Dažnas susirūpinęs, kaip įtikti mylimajai ar mylimajam ir kaip gražiau pažymėti įsimylėjėlių šventę. Suaktyvėja prekyba, restoranus ir kavines užplūsta daugiau žmonių, vyksta daug renginių renginių. Visi raginami džiūgauti ir švęsti. Ir iš tiesų – meilės diena tikrai verta pažymėjimo, jau vien dėl to, kad kiekvienas mūsų trokštame mylėti ir būti mylimi.

Meilė yra gyvenimo variklis – ji skatina dirbti, kurti, rūpintis artimaisiais, išverti negandas. Meilė – ašis, apie kurią sukasi daugelio mūsų gyvenimas.

Net jei taip atsitinka, kad kažkieno „gyvenimo teritorijoje“...

... nėra tinkamo meilės objekto, jausmas perkeliamas į meilę profesijai, hobiui, labdaringai veiklai. Būna ir tokių laimingųjų, kurie meilės turi tiek daug, kad jos užtenka viskam – ir šeimai, ir profesijai, ir artimui plačiausia to žodžio prasme.

Tačiau egzistuoja ir kita meilės pusė. Kas nenusivylęs meile? Nelaiminga pirmoji meilė, nepasotintas tėvų meilės ir dėmesio troškulis vaikystėje, išdavystė ar apgaulė šeimyniniuose santykiuose. Meilė – kaip ugnis, ji gali ir įkvėpti neregėtam pasiaukojimui, bet gali ir labai skaudžiai nudeginti. Tad pasvarstykime ir pabandykime giliau pažinti tą pavojingą meilės pusę.

10 patarimų, kaip išgydyti sužeistą širdį:

1. Pažvelkite skausmui į akis, o nesistenkite jo apeiti
2. Atsiribokite ir mėgaukitės savo nepriklausomybe
3. Surašykite savo stipriąsias puses
4. Leiskite sau pafantazuoti
5. Padėkite kitam žmogui
6. Juokitės. Ir verkite
7. Susidarykite gerą ir blogą sąrašą
8. Sportuokite
9. Susikurkite naują pasaulį
10. Susikurkite viltį

10 esminių patarimų jūsų santykiams

„Meilę pažinti galite iš jos intensyvumo ir neretai – iš neracionalių jai lydinčių emocijų. Aistra veikia mūsų elgesį, apgauna jį, kuria kryptį arba visiškai sujaukia mūsų mintis bei emocijas, taip neretai pakeisdama ir mūsų gyvenimą.

1. Ieškokite atradimų ir naujo žvilgsnio.
2. Priimkite erzinančias savo partnerio savybes.
3. Klausykitės širdies.
4. Nebijokite atskleisti slapčiausių savo baimių.
5. Aptarkite ateities planus.
6. Nenustokite būti švelnūs ir rūpintis vienas kitu.
7. Daugiau fizinio artumo.
8. Nustokite savintis.
9. Išmokite kalbėti vienas kito meilės kalba.
10. Nedarykite prielaidų.

Human Race Support

NAUJIEN LAIŠKIS

Sausio 12, 2024 / Vol 5