ქ. გოგიაშვილი

12 სასწაულმოქმედი ფორმულა

მისთვის, ვისაც სურს, სიყვარულში უმართლებდეს

ს ა რ ჩ ე ვ ი

საიდუმლო ბარათი ავტორისგან ---------- 3

სიყვარული ბედნიერების აუცილებელი პირობაა 4

სიყვარულს მიზანი არ გააჩნია 8

თუ გინდა უყვარდე, გიყვარდეს... საკუთარი თავი 11

რომ მიიღო, უნდა გასცე 18

შეგიყვარდა - გაუშვი 22

მიყვარხარ, ე.ი. გენდობი 26

მე = ჩვენ 30

გონება გირჩევს, გული ირჩევს 34

უკმაყოფილება პირველ პირში გამოხატე 37

სიყვარულს ურთიერთობა აცოცხლებს ან... კლავს 39

არ დაივიწყო მაგიური სიტყვა: „მიყვარხარ“ 44

სრულყოფილი სექსი სიყვარულის გარეშე არ არსებობს 46

კიდევ ერთი საჩუქარი!---------- 50

საიდუმლო ბარათი ავტორისგან

გამარჯობა! მე ერთი ჩვეულებრივი სასწაულთმოქმედი ვარ ისევე, როგორც შენ ან ნებისმიერი სხვა ადამიანი, ვისაც სიყვარული შეუძლია...

მოიცა, მოიცა, რა სახე გაქვს? მგონი, ჩემი არ გჯერა, არა? არც სასწაულის? კარგი ერთი, ნუ იქნები ასე... ძველმოდური.

ეს წიგნი რომ ხელში ჩაგივარდა, შენ ეს ჩვეულებრივ ამბად მიგაჩნია?!

მე კი მგონია, სწორედ ის ადამიანი ხარ, ვინც მზადაა ამქვეყნად ყველაზე დიდი სასწაულისათვის და ბედისწერამ (როგორც საიმედო და გამოცდილმა პარტნიორმა) მხოლოდ და მხოლოდ ამ მიზეზით მოაწყო ჩვენი შეხვედრა.

შემთხვევითობა გამორიცხულია.

ამიტომ წიგნში დიდი სიხარულით გავაკეთე ჩანაწერები საიდუმლო ფორმულებისა, ამ სასწაულის მოხდენაში რომ უნდა დაგეხმაროს.

თუ ფორმულებს ყურადღებით მოეკიდები, პირობას გაძლევ, სიყვარულის საიდუმლოს ეზიარები, თუ არა და, როგორც გინდოდეს... ეს სიტყვები ჩვეულებრივ სიტყვებად იქცევა. არც სასწაული მოხდება და არც არაფერი.

თუმცა არა... ხომ გითხარი, შემთხვევითობა გამორიცხულია-მეთქი!

ასეა თუ ისე... ეს ფორმულები ახლა შენიცაა.

მათთან ერთად გჩუქნი ჩემს სანუკვარ სურვილს იმისა, რომ გზა იოლად გაიკვლიო სიყვარულის ლაბირინთებში და დაუბრკოლებლად მიაღწიო „ჰეფი ენდამდე“, რომელიც სინამდვილეში დასასრული კი არა, მხოლოდ და მხოლოდ დასაწყისია ბედნიერი ცხოვრებისა, რომლის სცენარი შენ და მხოლოდ შენ შეგიძლია დაწერო.

გისურვებ წარმატებას და იცოდე, რომ... *მე შენ მიყვარხარ!*

ზოგისთვის შეიძლება საკმარისიც აღმოჩნდეს, ზოგისთვის - არა, მაგრამ ერთი რამ კი უდავოა: აუცილებელი პირობაა და მორჩა!

ბედნიერებისკენ მიმავალ გზაზე ამ გრძნობას აუცილებლად გადააწყდები და მის უამრავ კითხვაზე სწორი პასუხის ძებნა მოგიწევს, რომ შეცდომით გზიდან არ გადაუხვიო, ილუზიებმა არ გაგიტყუოს და, როგორც ერთ მშვენიერ ლექსში წავიკითხე, „ბედნიერების ლურჯი ფრინველის მხოლოდ ღინღლი“ არ შეგრჩეს ხელში.

სიყვარულზე ბევრი უთქვამთ და დაუწერიათ, მათ შორის, უამრავი ტყუილი.

ათასგვარი მითის გამოგონება განსაკუთრებით იმათ ემარჯვებათ, ვისაც ეს გრძნობა მთელი სისავსით არასოდეს გამოუცდია.

სწორედ მათ შეთხზეს მაზოხისტური ფანტაზიებით მდიდარი აბდაუბდა სასიყვარულო გულყრებზე, გაბზარულ გულებსა, დაკარგულ თავებსა და დამსხვრეულ იმედებზე.

იქნებ ამ ნაბოდვარის დამსახურებაცაა, სიყვარულს ზოგიერთი სასიკვდილო სენივით რომ უფრთხის...

კარიერაზე ზრუნვა, წარმატების მიღწევა, უზრუნველყოფილი და კომფორტული ცხოვრების მოწყობა გონივრულ და ღირსეულ საქციელად ითვლება, სიყვარული კი ყოველივე ამის ხელისშემშლელ პირობად მოიაზრება.

მსგავსი სისულელეების ბრძნული გამომეტყველებით გამეორებას ისე მივეჩვიეთ, თითქმის დავიჯერეთ კიდეც.

სიყვარულის წინააღმდეგ უამრავი ბრალდება არსებობს და მათ შორის ყველაზე მძიმე ის უნდა იყოს, როცა მას უსარგებლო, არასაიმედო და

სახიფათო გრძნობად მიიჩნევენ. ხომ მოგისმენია: „სიყვარულმა დაღუპა“, „სიყვარულის მახეში გაება“, „სიყვარული გაივლის და ხელთ არაფერი შეგრჩება“...

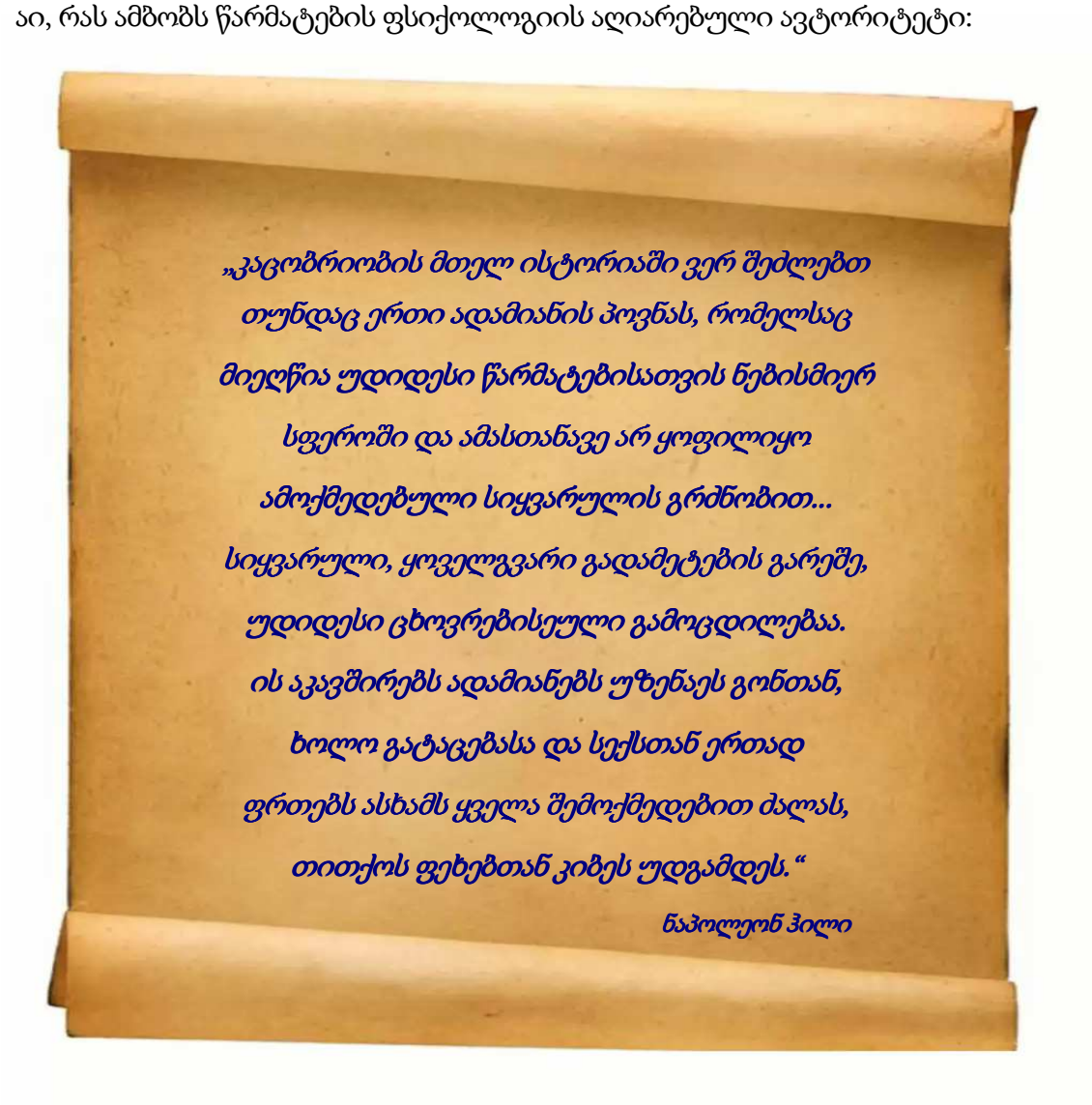
არ დაიჯერო!!!

სიყვარული ყველაზე ერთგული თანაშემწე და საუკეთესო მასწავლებელია ცხოვრებაში.

იგი ხელს კი არ გვიშლის, ყველაზე საიმედო სამსახურს გვიწევს ნებისმიერი მიზნისათვის ბრძოლაში.

სიყვარულით შთაგონებული ადამიანი შეუძლებელს შეძლებს და ამის არაერთი მაგალითი არსებობს ცხოვრებაში.

აი, რას ამბობს წარმატების ფსიქოლოგიის აღიარებული ავტორიტეტი:

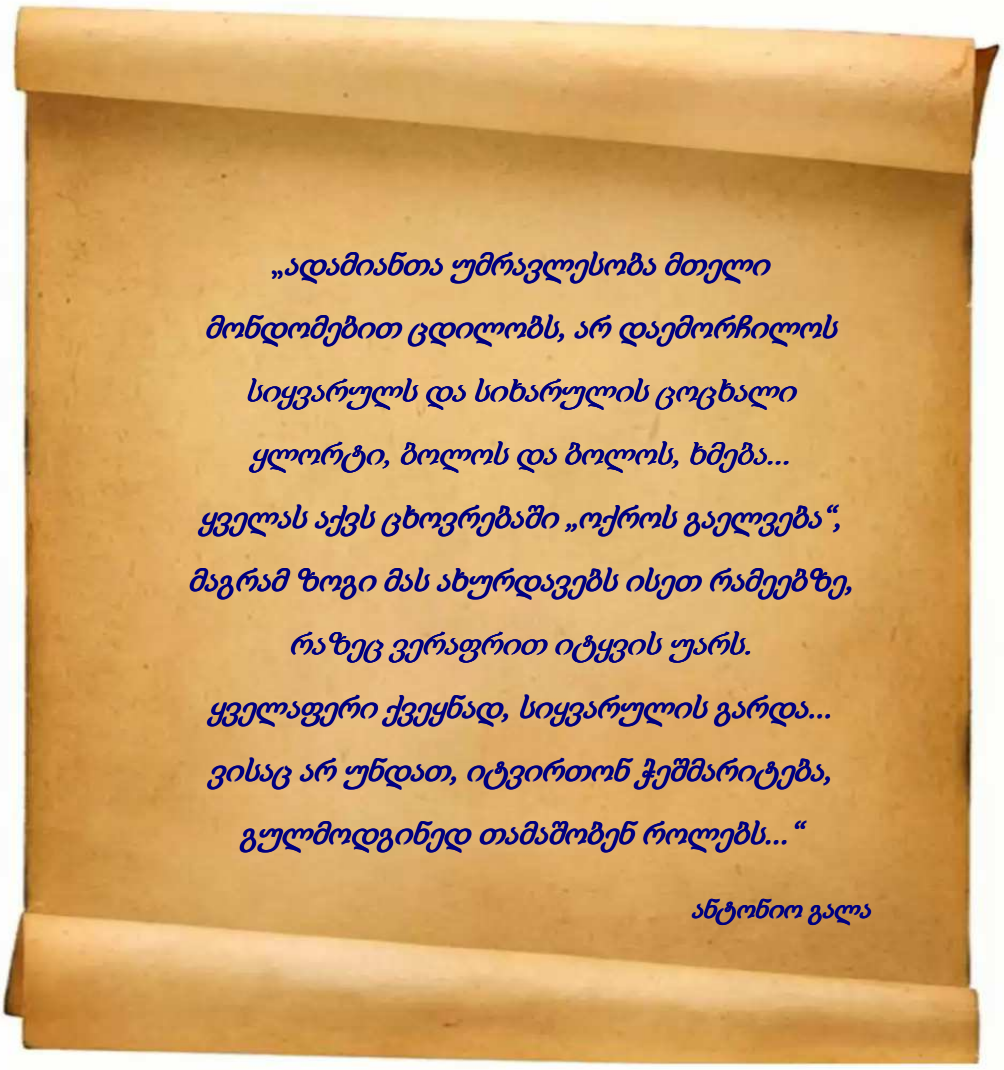


თუ საქვეყნოდ ცნობილი ექსპერტის აზრი გინდა, ეს არის. თუ არა და, შეგიძლია, ჭორაობაზე შეშლილ შინაბერას ენდო, მტრედებივით მოღუღუნე მეზობელ გოგო-ბიჭს კაცობრიობის წინაშე ჩადენილ ყველა სასიკვდილო ცოდვაში რომ ადანაშაულებს.

რაც შეეხება, საფრთხეს და ზიანს, იგი სწორედ უსიყვარულოდ ცხოვრებას მოაქვს.

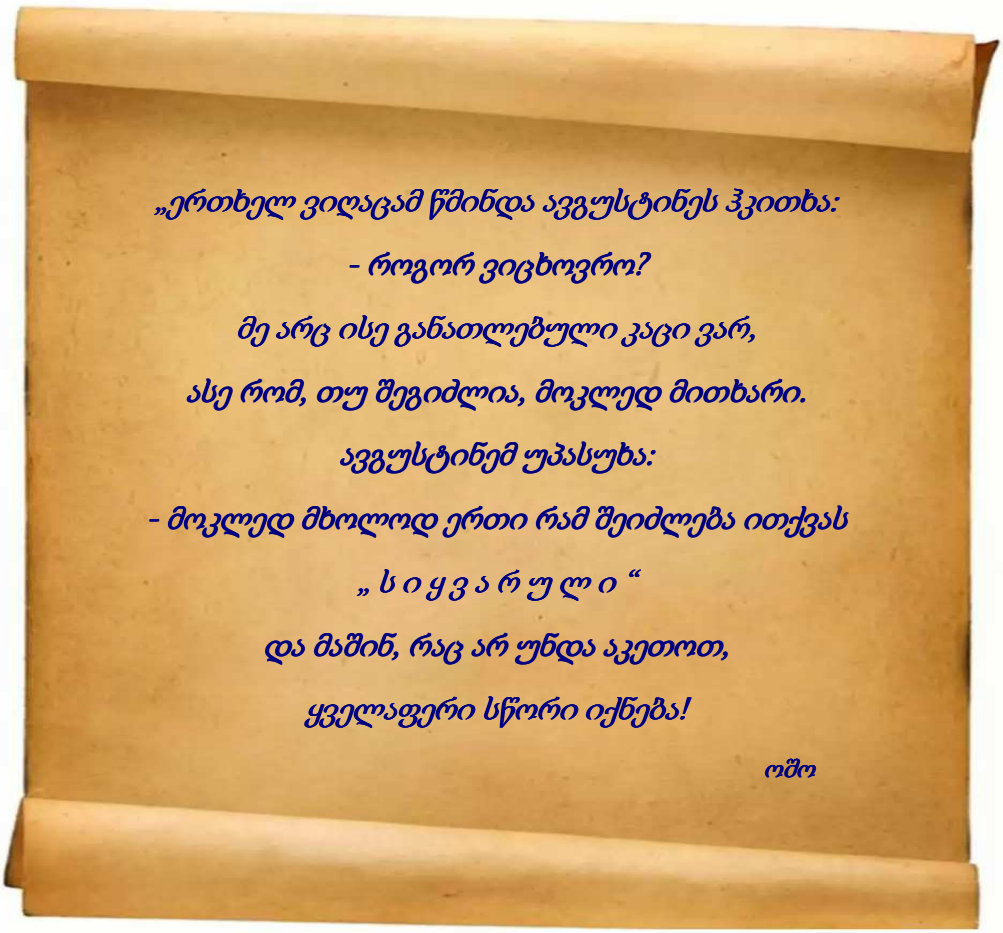
უსიყვარულოდ ადამიანი მხოლოდ თამაშობს ადამიანს!

იგი ცოცხალს მხოლოდ გარეგნულად ჰგავს, სინამდვილეში კი დიდი ხანია, თვითმკვლელობა ჩაიდინა. მის გულს ვეღარაფერი აიძულებს, სიხარულით ძგერდეს. სავარაუდო შეცდომების, იმედგაცრუებისა და ტკივილის შიშით უარი თქვა ყოველივე საუკეთესოზე, რისთვისაც კი სიცოცხლე ღირდა.



სიყვარული საუკეთესო თავშესაფარია ადამიანის სულისათვის და მარცხის თავიდან აცილების უტყუარ გზას წარმოადგენს.

მიენდე სიყვარულს და ყოველგვარი უბედურებისგან, უნაყოფო ილუზიებისა, სინდისის ქენჯნისა და სინანულისგან საიმედოდ იქნები დაცული.



როცა გიყვარს:
ყველაფერი რიგზეა! ყველაფერი გასაგებია! ყველაფერი შესაძლებელია!

აქციე სიყვარული საკუთარი ქცევის შეფასების კრიტერიუმად და ცხოვრება დაუსრულებელ სასწაულად გადაიქცევა.

ნუ შეშინდები.

სიყვარული ყოველთვის მართალია და ყოველთვის იმარჯვებს!!!

აი, ერთადერთი ჭეშმარიტება მის შესახებ.

ამ ფორმულის გასაგებად სრულიად მარტივი ლოგიკის გამოყენება დაგჭირდება: რადგან მიზანი საშუალებაზე მეტია, თუ სიყვარულს მიზანი აქვს, იგი მასზე მნიშვნელოვანი უნდა იყოს, ასე არაა?

სიყვარულზე მნიშვნელოვანი კი რა უნდა იყოს?

რიტორიკული კითხვა არ გეგონოს, გულწრფელად მაინტერესებს, შენ რას ფიქრობ.

ოჯახი? სექსი? კეთილდღეობა? ჯანმრთელი შთამომავლობა?

კი, ბატონო, იფიქრე ასე, მე კი ხელი დამიბანია...

წინდაწინ გეუბნები: ასეთი „სიყვარული“ ბედნიერებას არ მოგიტანს და მერე არ თქვა, რატომ დროზე არ გამაფრთხილაო.

სიყვარული, რომელსაც მიზანი გააჩნია მხოლოდ და მხოლოდ უბადრუკი იმიტაციაა ნამდვილი გრძნობისა და ჩვენი საუბრის საგანთან საერთო არაფერი აქვს.

მაშ, საით მიჰყავხარ სიყვარულის გზას?

სწორია: სიყვარულს, რაკი მიზანი არა აქვს, არც მიმართულება გააჩნია.

როცა გიყვარს, არსად წასვლა აღარ გინდა - ყველა მიზანი მიღწეულია!

ისღა დაგრჩენია, მთვარით განათებულ ქუჩებში ისეირნო, შეყვარებულის ხმის ღვთაებრივი ჟღერადობით დატკბე, ლექსები უკითხო, სანთლების შუქზე რომანტიული სუფრა გაშალო...

უნდა ითქვას, ზოგიერთი პირდაპირ ლოგინის გაშლას ამჯობინებს ☺.

აი, ეგ კი ნამდვილად შენი გადასაწყვეტია. ისეთი უტიფარიც არა ვარ, მსგავს საქმეებში ჩავერიო. მხოლოდ ერთი რამ უნდა გახსოვდეს:
მთავარია, მიენდო სიყვარულს, იგრძნო, რომ ცოცხალი ხარ, იდღესასწაულო და დატკბე განუმეორებლობითა და სისავსით იმ უჩვეულო წუთებისა, რომლის გარეშე „არ არსებობს არც სილამაზე, არც უკვდავება არ არსებობს“...

მერედა, ვინ მომცემს გარანტიას, რომ თავდავიწყების ეს წუთები სანანებელი არ გამიხდება?

ტანი მიგრძნობს, ასეთ კითხვას აუცილებლად დამისვამ და გული წინასწარ იმგვარად მტკივა, როგორც წვიმიანი ამინდის წინ - სახსრები.

მეც ავდგები და პირდაპირ, ყოველგვარი მიკიბ-მოკიბვის გარეშე, გიპასუხებ: „ვერავინ“.

იმიტომ, რომ ამის გაკეთება მხოლოდ შენ შეგიძლია.

მხოლოდ შენ შეიძლება იცოდე, ხარ თუ არა იმდენად მამაცი, რომ სიყვარული შეძლო.

სიმამაცისკენ რატომღა მოგიწოდებ?

თავად განსაჯე:

- **სიყვარული ნაბიჯია შეუცნობელში და მხოლოდ საკუთარი რისკის ფასად შეიცნობა;**

როცა თავს სიყვარულის უფლებას აძლევ, დარწმუნებული ვერ იქნები, რომ ურთიერთობა აუცილებლად შენთვის სასურველი სცენარის მიხედვით განვითარდება.

არც იმედგაცრუებისგან ხარ დაზღვეული, არც გულისტკივილისგან.

შესაძლოა, ხელთ სულ სხვა ადამიანი შეგრჩეს და არა ის, ვისთანაც მთელი სიცოცხლის გატარებას ისურვებდი.

შეიძლება, ერთ მშვენიერ დღეს, გაიღვიძო და აღმოაჩინო, რომ აღარ გიყვარს.

შეიძლება, მას აღარ უყვარდე და სხვასთან წავიდეს.

შეიძლება ცუდად მოგექცეს.

შეიძლება... შეიძლება... ყველაფერი შეიძლება...

ნებისმიერი დაპირება შეიძლება ტყუილი აღმოჩნდეს.

ნებისმიერი ფიცი დაირღვეს.

ნებისმიერი წყვილი დაშორდეს.

- **სიყვარულში არაფერია დაფარული - მას სააშკარაოზე გამოაქვს შენი სისუსტეები;**

სიყვარული ჩვენგან მაქსიმალურ საზღაურს მოითხოვს.

მას ყალბი მონეტით ვერ იყიდი.

ვერც მოისყიდი.

მატყუარა ხარ? - ცოტას მოგითმენს და მერე… დაგსჯის.

მოთმინება გაკლია? - ვერ შეინარჩუნებ.

გონიერება გღალატობს? - გულს გატკენს.

- **სიყვარულს თავისი კანონები აქვს და შენს ნებას ვერაფრით დაუმორჩილებ.**

ხორცშესხმულ ანგელოზად რომ მიგაჩნდეს თავი, მაინც ვერასოდეს იქნები დარწმუნებული, რომ ადამიანს, რომელიც დღეს სიყვარულს გეფიცება, ხვალაც ეყვარები. არც შენი ვნებიანი „სამუდამოდ მეყვარები“ იძლევა იმის გარანტიას, რომ მას ოცნებაშიც არ უღალატებ.

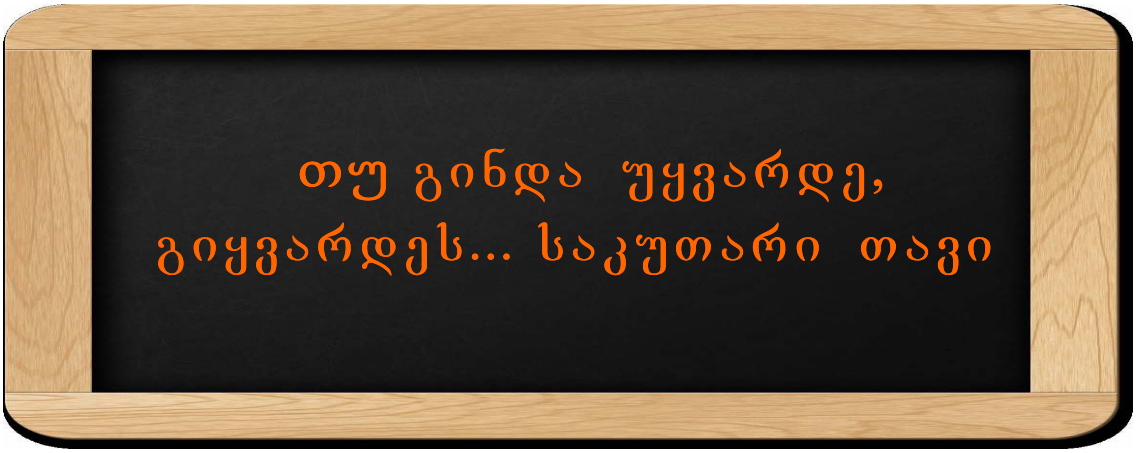
- **სიყვარული ერთგულ და ყოველდღიურ მსახურებას მოითხოვს.**

არა, მოითხოვს კი არა, კანონად აქვს და ამ კანონს ჩვენ ვერც შევცვლით, ვერც გავაუქმებთ.

და, მაინც...

სიყვარული ყველას უნდა! იმედია, შენც.

თუ ეს სურვილი იმდენად ძლიერია, რომ შიშისა და ეჭვებისთვის ადგილს არ გიტოვებს - წინ! დროა, სიყვარულის საიდუმლოს კიდევ უფრო ჩავუღრმავდეთ.



ვუყვარვარ თუ არ ვუყვარვარ?

აი, ჭეშმარიტად მარადიული კითხვა, რომელზე პასუხის გაცემასაც შეყვარებულები ხან გვირილის ნაზ ფურცლებს სთხოვენ, ხან ყავის ნალექს, ხანაც ვარსკვლავებს.

ამას ვინ ჩივის...

ხანდახან გამოძიებას მას შემდეგაც არ წყვეტენ, რაც სიყვარულის ობიექტის... (უკაცრავად, სუბიექტისგან) მტანჯველ კითხვაზე მრავალგზის დადებით პასუხს მოისმენენ ხოლმე.

იქნებ გატყუებს, ჯობია, პასიანსი გაშალო და გადაამოწმო ☺.

მაგარია, არა?

მაშ, როგორ უნდა შეიტყო სიმართლე? - მკითხავ, ალბათ, იმის იმედით, იქნებ ამან რაიმე განსაკუთრებული ხერხი იცოდესო.

ხერხი მოიცდის, მანამდე კი სხვა რამეები უნდა გავარკვიოთ, მაგალითად:

გიყვარს თუ არა შენ თვითონ?

ამას რაღა გარკვევა უნდაო, - მომიგებ გულმოსული, თუ თავს ნამდვილად შეყვარებულად თვლი.

რა ვქნა, სიტყვაზე ვერც მე გენდობი, რამდენიმე მარტივ კითხვას დაგისვამ და ეცადე, გულწრფელად მიპასუხო:

- ცდილობ, მას თავი იმაზე უკეთესად მოაჩვენო, ვიდრე სინამდვილეში ხარ?

- არის რაიმე, რასაც არაფრით აპატიებდი?
- რაც შეყვარებული ხარ, მეტ კომპლიმენტს ღებულობ გარშემომყოფებისგან?
- როცა ის გვერდით არ არის, გულს ვერაფერს უდებ და ყველაფერზე ნერვები გეშლება?
- მისთვის ყველაფერზე წახვალ?
- შეგიძლია, გუწრფელად უთხრა, თუ როგორ გიყვარს და არ გეშინოდეს, რომ ამას, საჭიროების შემთხვევაში, შენ წინააღმდეგ გამოიყენებს?
- თავი განსაკუთრებით ბედნიერად მიგაჩნია?
- თუ სიყვარულზე სიყვარულით არ გიპასუხებს, ისევ გეყვარება?..

მეყოფა, თორემ ნამდვილი დაკითხვა გამომივიდა ☺.

მაშ, ასე: არა, არა, დიახ, არა, არა, დიახ, დიახ, დიახ!!!

აი, ამ თანმიმდევრობით და ასეთი პასუხები უნდა გაგეცა ჩემი ექსპრომტ ტესტის კითხვებზე იმ შემთხვევაში, თუ ნამდვილად შეყვარებული ხარ თუ არა და, კიდევ ერთი, საბოლოო კითხვა მექნება შენთან:

„თავს რატომ იტანჯავ?“

შეგიძლია, არ მიპასუხო.

ისედაც კარგად ვიცი, რა აიძულებთ ადამიანებს, თავი საკუთარი ნებით ჩაიგდონ ჯოჯოხეთში, შეცდომით სიყვარულს რომ ეძახიან.

ეს შეიძლება:

- მარტოობის შიში იყოს ან პატივმოყვარეობა;
- ოჯახის შექმნის განზრახვა ან იმის მოთხოვნილება, რომ ვიღაცისთვის გამორჩეულად საჭირო გახდე;
- ვისიმე დასაკუთრების ჟინი, ან, სულაც, თავგადასავლების სიყვარული...

ყველა ჩემ მიერ ჩამოთვლილ ვარიანტს კი რა აქვს საერთო, იცი?

რა და... საკუთარი მიზნებისთვის სხვისი გამოყენების სურვილი!

ხოლო თუ სხვისი გამოყენების სურვილი გამოძრავებს და ეს სიყვარულისკენ სწრაფვა გგონია...

S O S

შეიძლება, დიდ გაუგებრობაში აღმოჩნდე, რადგან ყველაფერი იმაზე მიუთითებს, რომ სიყვარულისთვის ჯერ მზად არა ხარ (მერე რა, თუ პირადობის დამადასტურებელი მოწმობით განსაზღვრული ასაკი ქორწინების უფლებას გაძლევს).

ნუ აღელდები!

ერთადერთი, რაც მსგავს სიტუაციაში მოგეთხოვება, ისაა, რომ შეჩერდე და საკუთარ გრძნობებში საფუძვლიანად გარკვევა სცადო, ყველაფერს თავისი სახელი დაარქვა, გაიგო, რა გინდა და რატომ.

იმის შეტყობას კი, უყვარხარ თუ არა, მხოლოდ მაშინ აქვს რაიმე აზრი, თუკი თვითონ გიყვარს.

არ მეთანხმები?

მერწმუნე, მას შემდეგ, რაც ნამდვილად შეგიყვარდება, ამ კითხვაზე პასუხის გაცემა შენთვის ისეთივე მარტივი იქნება, როგორც დღისა და ღამის ერთმანეთისგან გარჩევა - სიყვარული ნათელს ჰფენს გაცილებით რთულ და ამოუხსნელ მოვლენებსაც კი.

მანამდე კი, დაგეხმარები, ერთი საბაზისო ჭეშმარიტება აითვისო:

სანამ სხვისი გულის მონადირებას შეეცდები, საკუთარი თავი შეიყვარე!

კი, მაგრამ ეს ხომ ეგოიზმია? განა სიყვარული თავგანწირვა არ არის? იკითხავ შენ, ცხოვრებაში ერთი-ორი ბულვარული სასიყვარულო რომანი მაინც თუ გაქვს წაკითხული.

პირველ შეკითხვაზე გიპასუხებ, დიახ-მეთქი, მეორეზე - არა, ქვემოთ კი უფრო ვრცლად განგიმარტავ.

პირველი: დიახ, ეს ეგოიზმია.

აქამდე ეგოიზმი ცუდი სიტყვა გეგონა?

სწორედ რომ დროა, შეხედულებები შეიცვალო. ჯანსაღი ეგოიზმი ისეთივე აუცილებელია ნამდვილი სიყვარულისთვის, როგორც ხისთვის - ფესვები.

მითხარი, საკუთარი თავი თუ არ გიყვარს, სხვას როგორ შეიყვარებ?

თუ საკუთარი ღირსებების დანახვა არ შეგიძლია, სხვისას როგორღა დაინახავ და დააფასებ?

კიდევ ერთი პრობლემა არსებობს:

დავუშვათ და, ვიღაცა სიყვარულში გამოგიტყდა. განა დაიჯერებ მის წრფელ განზრახვას, თუ თავი სიყვარულის ღირსად არ მიგაჩნია? არ დაიჯერებ.

აქედან პათოლოგიურ ეჭვიანობამდე კი ახლადფეხადგმული ბავშვის ნაბიჯისოდენა მანძილია. ეჭვს კი, მერწმუნე, ნებისმიერი ურთიერთობის კოშმარად ქცევის ტენდენცია აქვს და სასიყვარულო ჰარმონიის მიღწევაში ვერანაირ სამსახურს გაგიწევს.

მეორე: არა, სიყვარული თავგანწირვა არ არის.

შეიძლება, ზოგიერთ შემთხვევაში, ადამიანს თავგანწირვას შთააგონებდეს, მაგრამ მათ შორის ტოლობის ნიშანს ვერაფრით დასვამ.

მე, პირადად, ამ სიტყვის სხვა სინონიმი უფრო მომწონს. ეს არის „თავდადება“ და ქართული ენის განმარტებით ლექსიკონში თუ ჩავიხედავთ, ვნახავთ, რომ იგი ერთგულების გამოჩენას ნიშნავს.

თავგანწირვა კი რატომღაც თავის მსხვერპლად შეწირვასთან ასოცირდება და სიყვარულთან ვერაფრით ვაკავშირებ, რადგან დარწმუნებული ვარ:

ნამდვილი სიყვარული ბედის გულუხვი საჩუქარია და ჩვენგან არაფერს ითხოვს, მითუმეტეს, მსხვერპლსა და სხვა სისხლიან სცენებს.

მას მხოლოდ მოცემა შეუძლია და არა წართმევა.

ის კი, ვინც თავს მსხვერპლად შეწირულად თვლის, ხშირ შემთხვევაში, სიყვარულის უნარს სავსებით მოკლებულია.

ცხოვრებაში ალბათ შეგხვედრია დედები, შვილებს რომ ამადლიან, მთელი ცხოვრება შემოგწირეო და სანაცვლოდ უაპელაციო მორჩილებას მოითხოვენ.

განა ეჭვი არ შეგპარვია მათ სიყვარულში?

ისეთი ცოლებიც გეყოლება ნანახი - საკუთარი მიზნები, კარიერა, მეგობრები ვითომდა ქმარს, სინამდვილეში კი, სამზარეულოს ქურასა და სარეცხის მანქანას რომ ანაცვალეს და გამუდმებით სხვების უმადურობას უჩივიან.

განა ისინი სიყვარულით შთაგონებულებს ჰგვანან?

ან ვინმეს განსაკუთრებული სიყვარული დაიმსახურეს?

სიტყვამ მოიტანა და, სიყვარულის დამსახურება, საერთოდაც, შეუძლებელია.

სიყვარული მდგომარეობაა, რომელშიც ან აღმოჩნდები, ან არა.

იგი დამსახურების შედეგი არ არის და არც მისი გამომუშავება შეიძლება.

თუ სიყვარულისთვის მზად არ ხარ, მას ვერანაირად მოიპოვებ ვერც ვისიმე გაღმერთებით, ვერც საკუთარი ინტერესების მსხვერპლად შეწირვით, ვერც, ღმერთმა დაგიფაროს და, რაღაც უღირსი მაქინაციებით.

ამაოდ თავს ნუ მოიტყუებ!

სიყვარული რჩეულთა ხვედრია და თუ საკუთარ თავზე ფიქრს მეტ დროს არ დაუთმობ, მათ რიცხვში ვერანაირად აღმოჩნდები.

რჩეულთა?! - თითქმის ცხადად გავიგონე შენი იმედგაცრუებული შეძახილი.

ჰო, აბა, რა! ამასაც ბედი უნდა!

ზოგს ყველაფერი აქვს: მდიდრული სახლი, საზაფხულო აგარაკი, საოცნებო ავტომანქანა, სუპერსექსუალური ქალის (ან მამაკაცის) სიყვარული, ზოგი კი სიზმარშიც ვერ ხედავს ასეთ რაღაცეებს!

მერედა, რატომ?

მეტი ფანტაზიის ქონაა საჭირო, საყვარელო, მეტი ფანტაზიის! მდიდარი ფანტაზია და არავითარი ჯადოქრობა!

არ გჯერა, არა?

მაშ, რა გგონია, სიყვარული ისეთივე რაღაცაა, როგორც, ვთქვათ, ჯეკპოტი? გაგიმართლებს - მოიგებ, არ გაგიმართლებს - სხვა მოიგებს!

არაფერიც.

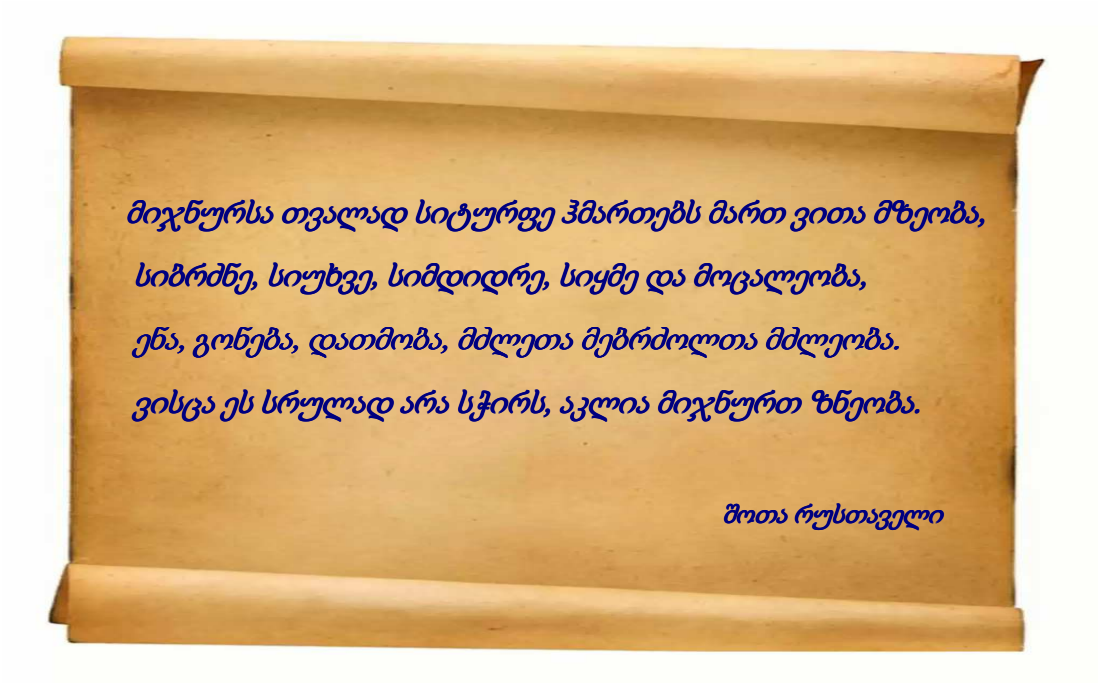
როცა რჩეულს ვამბობ, ბედისგან არჩეულს კი არა, სხვებისგან გამორჩეულს ვგულისხმობ.

სხვებისგან კი რა გამოგვარჩევს? განსაკუთრებული პიროვნული თვისებები, რაღა თქმა უნდა.

რა ევალება მაინც მიჯნურს?

პირდაპირ სულზე მომისწრო ვეფხისტყაოსნის ცოდნამ:

არ მოგაკლებ სიამოვნებას, სამზითვე შედევრს ერთხელ კიდევ გადაავლო თვალი.



საუკუნეების სიღრმიდან მიღებული ამ ბრძნული შეტყობინების გაშიფვრა შენთვის მომინდია.

რომ არ გაგიჭირდეს, ერთ პატარა მინიშნებას მოგცემ: ყველაფერს წარმავალი კრიტერიუმებით ნუ მიუდგები და წარმოსახვას მეტი თავისუფლება უბოძე. ეჭვი არ მეპარება, რუსთაველი სიტურფეში 90-60-90 მონაცემებს, მძლეობაში კი მხოლოდ კუნთების გარშემოწერილობას და გამძლეობას არ გულისხმობდა.

სიყვარული, როგორც ყოველივე ჭეშმარიტი, სრულყოფილებისკენ მიისწრაფვის, ჰოდა, თუ გვინდა, სადმე გადავეყაროთ, ჩვენც ამ გზით უნდა ვიაროთ.

ქალი არ მეგულება, ცხოვრებაში ზღაპრული უფლისწულის გამოჩენაზე არ ეოცნებოს, ის კი იშვიათად თუ მოუვა ვინმეს აზრად, რომ თუ გსურს, პრინცის ყურადღება მიიპყრო, სულ ცოტა, პრინცესობაზე უნდა ქაჩავდე (ქალღმერთობაზე რომ არაფერი ვთქვათ) ან ყავაზე მკითხაობას შეეშვა და ერთხელ მაინც მოხვდე სასახლეში, თუნდაც, კონკიასავით გადაცმული.

ადამიანი, რომელიც საკუთარი სურვილებისა და შესაძლებლობების რეალიზებაზე არ ზრუნავს, სიყვარულს, როგორც მოწყალებას, ისე ითხოვს.

აი, გამოჩნდება ის, ვისაც მთელი ცხოვრება ელოდა და ყველა პრობლემას მოუგვარებს!

იმედგაცრუება და მარცხი, რომელსაც სიყვარულს უკავშირებენ, ძალიან ხშირად სწორედ მის ასეთ, არასწორ, გაგებას მოჰყვება ხოლმე.

სიყვარული უდიდესი მადლია და არა ლატარეის მომგებიანი ბილეთი ან ჰუმანიტარული დახმარების რაიმე ფორმა.

პასუხისმგებელი საკუთარ ცხოვრებაზე მხოლოდ თვითონ ხარ!

ასე რომ:

გიყვარდეს საკუთარი თავი, იყავი ის, ვინც გინდა, იყო და სიყვარული თავად მოგძებნის.

სხვა გზა არ არსებობს.

შენიშნავდი: ვინმეს გალანძღვას თუ დააპირებ, მაგარ-მაგარ სიტყვებს არც ის დაგამადლის... საკმარისია, შეურაცხყოფა მიაყენო და მყისვე იგივეთი გიპასუხებენ.

თუ არ გჯერა, სინჯე და გაკვირვებული დარჩები, როგორ ცდილობს ყველა... მოგბაძოს ☺.

ნებისმიერ შენს ქმედებას ცხოვრება ზუსტად ისევე აირეკლავს, როგორც სარკე - გამოსახულებას: თუ მასში ბედნიერი და მხიარული იყურები, ღიმილსა და სიხარულს გიბრუნებს უკან, თუ მოღუშული და ქვეყნიერებაზე გაბოროტებული - ცუდ აზრებსა და შესაბამის განწყობას „გჩუქნის“.

ურთიერთობებიდანაც ზუსტად იმას ვიღებთ, რისი გაცემაც საჭიროდ მიგვაჩნია, მაგრამ ეს ყოველთვის როდი მოგვწონს.

ძალიან ხშირად სხვებისაგან უპირობო სიყვარულს ვითხოვთ, ჩვენ კი უამრავ „თუ“-სა და „მაგრამ“-ს ვთავაზობთ ხოლმე:

„თუ გიყვარვარვარ, უფრო ყურადღებიანი უნდა იყო“;

„მიყვარხარ, მაგრამ შენი ცხოვრების წესი არ მომწონს“...

რა გასაკვირია, რომ პასუხადაც იგივეს ვიღებთ, მერე კი ვიტანჯებით:

„რომ ვუყვარდე, ასე არ მომექცეოდა“ და ა.შ.

ამ მოჯადოებული წრიდან თავის დასაღწევად კი მხოლოდ ერთი გზა არსებობს:

გიყვარდეს ისე, როგორც თვითონ გინდა, უყვარდე!

უხვად გააჩუქე სიხარული, ნდობა, ყურადღება. გამოხატე გულწრფელი აღტაცება და თანადგომა.

გაუზიარე ყველაფერი საუკეთესო, რაც გაგაჩნია და სამაგიეროდ ნურაფერს ითხოვ!

სიყვარული ხომ კომერციული კონტრაქტი არ არის!

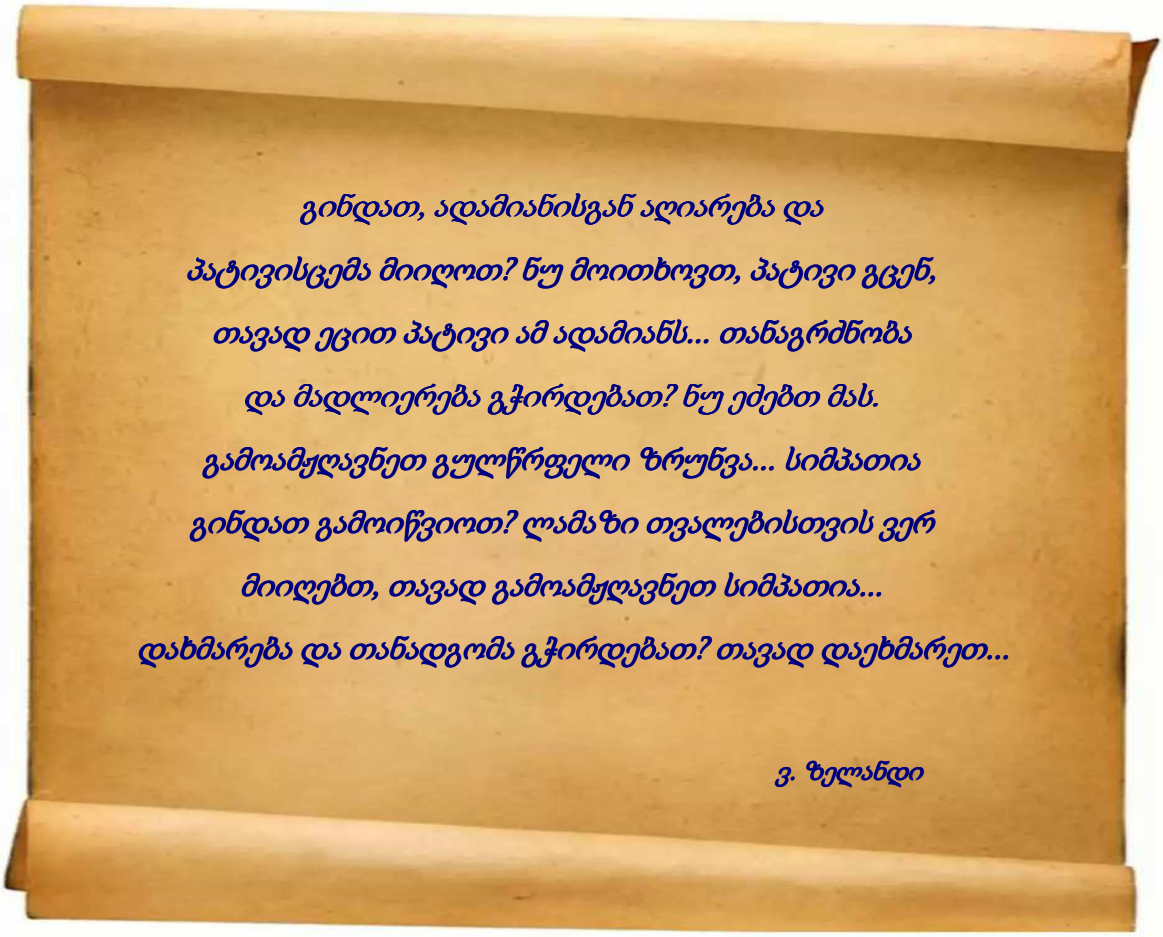
შენ კი, ეჭვი არ მეპარება, გულუხვი გულთამპყრობლის როლი უფრო გხიბლავს, ვიდრე უბადრუკი მათხოვრის.

ახლა კი, ყურადღება!

ერთი ჯადოსნური ტექნიკის პრეზენტაცია უნდა მოვახდინო.

ამ ტექნიკას ფრეილინგი ჰქვია და მისი არსი სულ ერთი წინადადებით შეიძლება გადმოიცეს:

„უარი თქვი მიღების განზრახვაზე, შეცვალე იგი გაცემის განზრახვით და მიიღებ იმას, რაზეც უარი თქვი“.

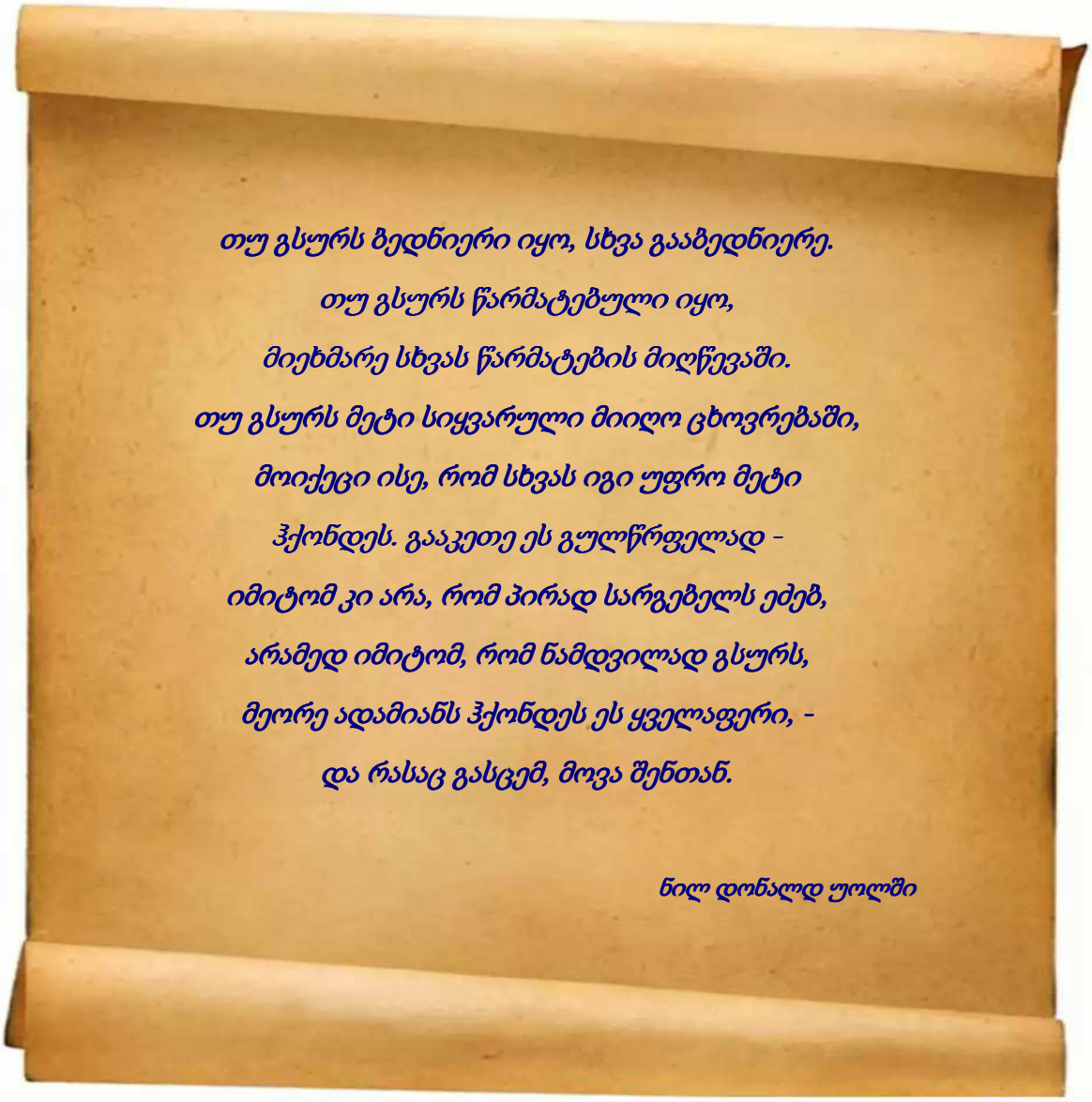


როცა საჩუქრად უძღვნი შენს საუკეთესო გრძნობებს, ცხოვრებაც წარმოუდგენელი სიურპრიზებით განებივრებს.

მხოლოდ ამას ყოველგვარი ანგარების გარეშე, მთელი გულით, საკუთარი სიამოვნებისთვის უნდა აკეთებდე!

სხვანაირად ყველაფერს ფასი დაეკარგება.

პასუხადაც მხოლოდ ანგარებას მიიღებ.



ადამიანი, რომელსაც გაცემის უნარი გააჩნია, მაგნიტივით იზიდავს სხვების ინტერესს, პატივისცემას და სიყვარულს.

სამყაროში უხარვეზოდ მოქმედებს „ბუმერანგის პრინციპი“ - რასაც გასცემ, უკანაც ის დაგიბრუნდება. „რასაც დასთეს, იმას მოიმკი“ და, თანაც, გაასმაგებული ოდენობით.

გახსოვდეს ეს ჯადოსნური ფორმულა და შენი ცხოვრება სავსე იქნება სიყვარულით.

გამოგიცდია ცალმხრივი სიყვარული?

ნამდვილი კოშმარია!

მეთანხმები? სამწუხაროა, იმიტომ, რომ... მოგატყუე ☺.

სხვა დროს ასე უცებ ნუ დამეთანხმები, თორემ თავს უხერხულად ვგრძნობ.

იმიტომ კი არა, რომ მატყუარა ვარ - უბრალოდ, ეს მორიგი ტესტი იყო და გაფრთხილება ვერ მოვასწარი.

ახლა კი, ინებე, ბატონო შედეგი:

თუ ცალმხრივად ხარ შეყვარებული და თვლი, რომ ეს საშინელებაა, მას დასასრულიც ასეთივე ექნება ანუ, რბილად რომ ვთქვათ, შენთვის არასასურველი შედეგით დამთავრდება.

კიდევ უფრო ზუსტად, ამ გრძნობას გაზიარება არ უწერია.

არ გინდა... ბედი და იღბალი არაფერ შუაშია - ჯერ კიდევ დრო გაქვს, ყველაფერი გამოასწორო.

თუმცა... მე თუ მკითხავ, გამოსწორება მხოლოდ შენს განწყობას სჭირდება, თორემ სხვა დანარჩენი რიგზეა და მშვენივრადაა.

ცხოვრების გზაზე შენი ყურადღების ღირს ადამიანს გადააწყდი, რა დროს მოთქმა-გოდება და შავბნელი ფიქრებია?!

მიმოიხედე.

განა ყველას ხვდება ბედნიერება, ამქვეყნად საყვარელი ადამიანი ეგულებოდეს?!

ახლა ის რომანტიული ეიფორია გაიხსენე, მასზე ოცნებისას რომ გეუფლება ან მასთან შეხვედრის სასიამოვნო „ელდა“...

მგონი, ჩვენი მხრიდან მეტისმეტი უმადურება იქნება, ცხოვრებას მადლობას თუ არ ვეტყვით იმის გამო, რომ:

- სიყვარულის განცდის უნარით დაგვაჯილდოვა;
- სასურველ ადამიანს შეგვახვედრა;
- ჩვენი ყოველდღიურობა ზღაპრული შეგრძნებებით გააფერადა;
- სრულყოფისთვის მშვენიერი სტიმული გვიბოძა;
- სულისშემძვრელი თავგადასავლის მონაწილედ გვაქცია.

მითხარი, შენ მიერ საგულდაგულოდ შერჩეული საჩუქრის გამო თუ ვინმე უკმაყოფილებას გამოთქვამს და საყვედურებით აგავსებს, მისი უფრო მეტად დასაჩუქრების სურვილი გაგიჩნდება?

რა თქმა უნდა, არა.

სწორედ ასევე გვექცევა ცხოვრება, როცა მის საჩუქრებს სათანადოდ არ ვაფასებთ.

სიყვარული, ნებისმიერ შემთხვევაში, ცხოვრების უდიდესი საჩუქარია და არა განსაცდელი.

თუ ამას გააცნობიერებ, თავს დაიზღვევ კიდევ ერთი შეცდომისგან, რომელსაც ცალმხრივად შეყვარებული ადამიანები უშვებენ ხოლმე მაშინ, როცა მეორე მხრიდან საპასუხო სიყვარულს ისე ითხოვენ (ხანდახან კი მოითხოვენ კიდეც), როგორც სავალდებულო რეაქციას მათ მიერ განცდილ ტანჯვაზე.

დაფიქრებულხარ, რამდენ უსიამოვნებასთან არის დაკავშირებული ვალდებულების გრძნობა და როგორი გაღიზიანება გიპყრობს იმ ადამიანების მიმართ, თავის წარმოდგენებსა და სურვილებს ყოველგვარი უხერხულობის გარეშე რომ თავს გახვევენ?

მოგწონდა, როცა მშობლები გავალდებულებდნენ, მათი გემოვნების ტანსაცმელი გეტარებინა, მეგობრები მათი რეკომენდაციით აგერჩია ანდა,

ვთქვათ, მუსიკა შეგესწავლა მაშინ, როცა დღედაღამ სპორტული მიღწევები გესიზმრებოდა, თავს კი იმით იმართლებდნენ, რომ შენთვის მხოლოდ სიკეთე სურდათ?

ზუსტად ამგვარი მოძალადის როლში აღმოჩნდები, თუკი იმ ერთადერთი საბაბით, რომ ძალიან გიყვარს, სხვისგან საპასუხო სიყვარულსა და ყურადღებას მოითხოვ (!).

ის ფაქტი, შენი აღტაცებისა და ლტოლვის საგანი რომ გახდა, მეორე პიროვნებას არაფერში ავალდებულებს!

სიმართლე თუ გინდა, მას არც შენს ტანჯვაში მიუძღვის ბრალი.

ეს შენ გგონია, რომ ცალმხრივი სიყვარული უბედურებაა და სწორედ ამ წარმოდგენის მსხვერპლი ხარ.

მას კი სრული უფლება აქვს, საკუთარი არჩევანი გააკეთოს და სინდისის ქენჯნა არ აწუხებდეს იმის გამო, თუ მისი რჩეული არ იქნები.

არაფრის მომცემია, აგრეთვე, ფსიქოლოგიური შანტაჟის ისეთი დახვეწილი ფორმა, როგორიცაა... მისთვის თავის შეცოდების მცდელობა.

სხვათაშორის, მთლად უსაფრთხო არც საკუთარი თავის მიმართ სიბრალულის გრძნობაა.

თუ ამ დამთრგუნველი მდგომარეობისგან დროულად არ გათავისუფლდი, თავს წარმატების ყოველგვარ შანსს მოუსპობ.

მაშ, როგორ მოიქცე, თუ იმდენად გიყვარს, რომ მის გარეშე სიცოცხლე ვერ წარმოგიდგენია?

საიდუმლო, რომელიც ახლა უნდა გაგანდო, თავის დროზე, ერთმა თანამედროვე ჯადოქარმა გამიმხილა. თან გამაფრთხილა:

ამ მაგიურ პრინციპს 100%-იანი შედეგი აქვს, მაგრამ გამოყენებას ყველა ვერ შეძლებსო.

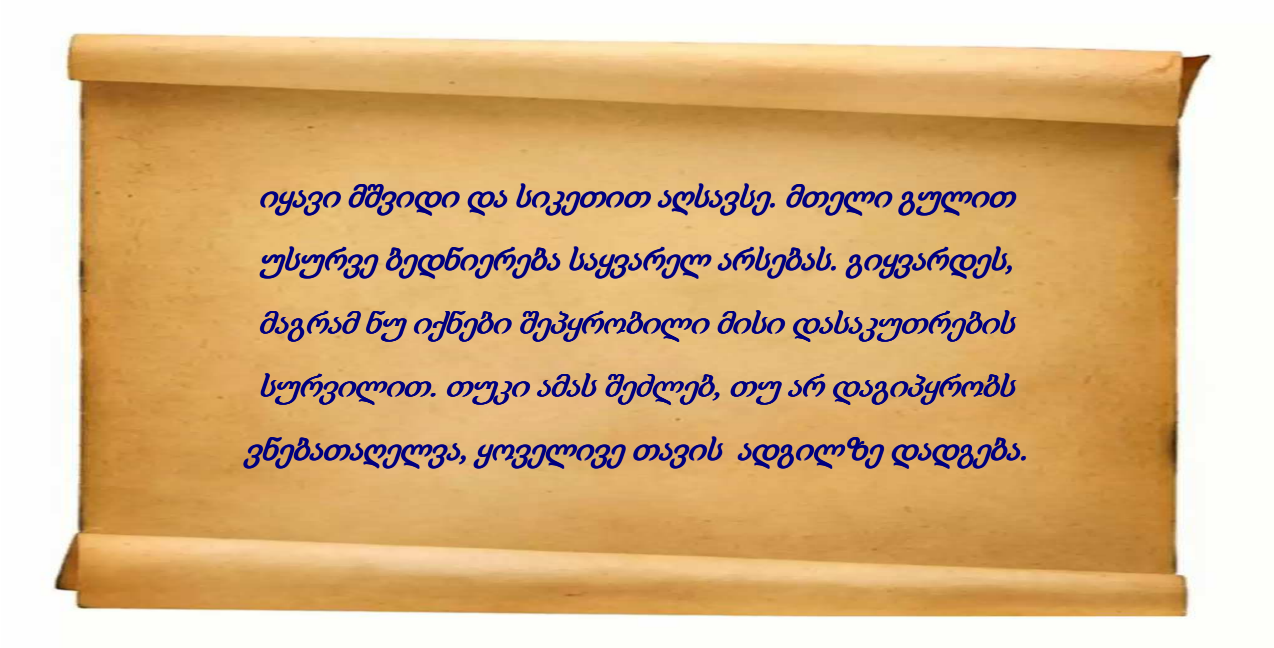
თავიდან გამიკვირდა, რა უნდა იყოს ასეთი-მეთქი, მაგრამ მოგვიანებით დავრწმუნდი, რომ არ ცდებოდა: ზოგს მხოლოდ მისი გამოყენება კი არა, გაგებაც უჭირს.

არადა, პრინციპი დაუჯერებლად მარტივია...

„შეგიყვარდა - გაუშვი“.

აი, სულ ეს არის.

ამ აბრაკადაბრას მისმა ავტორმა მხოლოდ ასეთი განმარტება მოაყოლა:



იმედია, ყველაფერი გაიგე და შეძლებ ამ ფორმულის გამოყენებას.

ისღა დამრჩენია, წარმატება გისურვო.

სიყვარულს უამრავი მტერი ჰყავს...

მათ შორის განსაკუთრებული სისასტიკით მისი უმდაბლესობა ეჭვი გამოირჩევა.

მას საპრიზო ადგილი უკავია სასიყვარულო ნიადაგზე ინსპირირებულ ტრაგედიათა შორის და, როგორც ძალიან საშიშ დამნაშავეს, ვცდილობ, განსასჯელის სკამზე დროულად მივუჩინო ადგილი.

თუ გვინდა, ეჭვმა ცხოვრების სიხარული არ მოგვიწამლოს, პირველ რიგში, სწორედ ის უნდა გავაცნობიეროთ, რომ იგი სიყვარულის მტერია - კარგად შენიღბული და დაუძინებელი მტერი!

თავგზა რომ არ აგებნეს, ეს კარგად უნდა დაიმახსოვრო, რადგან არაერთხელ მომისმენია „ბრძნული“ შეგონებანი იმის თაობაზე, რომ თუ გინდა სიყვარული შეინარჩუნო, სიფხიზლის გამოჩენა გმართებს და თუ ეჭვიანობ, ე. ი. გიყვარს.

ეს ყველაფერი ძალიან მაგონებს პროლეტარიატის ერთი ცნობილი ბელადის პოზიციას: ენდე, მაგრამ შეამოწმეო, რომ გაიძახოდა.

ასეთი აბსურდული ლოგიკით რა შედეგებამდე მივიდა, ყველას კარგად მოეხსენება: მავზოლეუმში წევს - არც ცოცხალია, არც მკვდარი.

კონტროლს და გამოცდას მოხოლოდ ეჭვი და მისი მშობელი - პატივმოყვარეობა - მოითხოვს.

სიყვარული კი სრულიად განსხვავებულ მიდგომას ეფუძნება და მეორე ადამიანის მიმართ უპირობო ნდობას გამოხატავს.

მიყვარხარ ისეთი, როგორიც ხარ და ჩემი ნდობა შენს საქციელზე არაა დამოკიდებული. არ გამოვრიცხავ (თეორიულად, რაღა თქმა უნდა), რომ შეიძლება მიღალატო კიდეც (ეს შენი არჩევანის საკითხია ისევე, როგორც ის, გიყვარდე თუ არა), მაგრამ ჩემი ნდობის ხარისხზე ეს გავლენას ვერ მოახდენს, ჩემი შენდამი კეთილგანწყობა ამით არ იცვლება.

„მიყვარხარ, ე.ი. გენდობი“, - აი, დამოკიდებულება, სიყვარულს რომ გააჩნია აღნიშნული საკითხისადმი.

იმათ კი, ვისაც უნდობლობის გამოჩენა სიფხიზლის ზომად ესახებათ, მინდა, სრული პასუხისმგებლობით განვუცხადო:

ეჭვიანობა ისევე ვერ დაგიცავთ ღალატისგან, როგორც რკინის გისოსები - გრიპის ვირუსისგან!

უფრო პირიქით, ღალატის ფაქტი, არცთუ იშვიათად, ეჭვით გამოწვეული აგრესიის და დამცირების წინააღმდეგ მიმართული პროტესტის შედეგია ხოლმე.

რომელ სიყვარულზე შეიძლება ლაპარაკი, როცა ადამიანს თავისუფლად მოქმედების საშუალებას უსპობ და იმ განზრახვით, რომ მესაკუთრული ინსტიქტი დაიკმაყოფილო, შენი შეხედულებებისა და შეურაცხმყოფელი მოთხოვნების ჩარჩოებში ამწყვდევ.

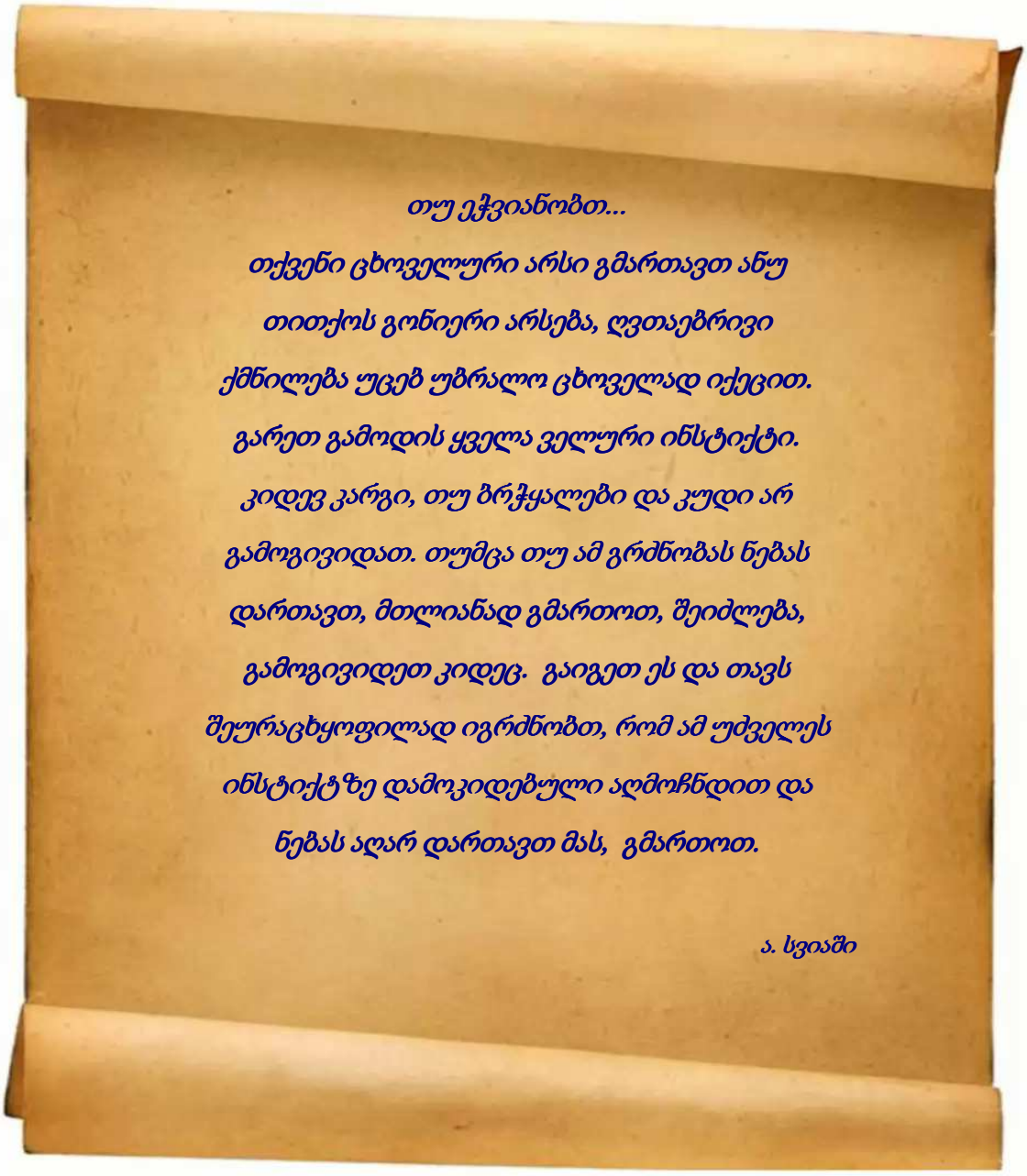
თუ გონება ბოლომდე არ დაგიკარგავს, ჯობია, დროულად გამოფხიზლდე და საკუთარ თავს როგორმე აუხსნა, რომ საყვარელი ადამიანი ნივთი არ არის, მასზე მფლობელობის უფლებას ვერ გააფორმებ და ვერც სეიფში ჩაკეტავ, რომ მისი ხელყოფის საშუალება არავის მისცე.

ზემოთ პატივმოყვარეობა და მესაკუთრული ინსტიქტი ვახსენე, თუმცა არ შეიძლება ეჭვი მხოლოდ და მხოლოდ სხვა პიროვნებაზე ძალაუფლების მოპოვების ფარულ თუ დაუფარავ მოთხოვნილებად განვიხილოთ. იგი, ამავდროულად, სულის სიღრმეში მიჩქმალული მტანჯველი შიშის გამოხატულებაცაა - შიშისა, რომელიც მოსალოდნელ ღალატს უკავშირდება.

ყურადღებას ღალატის სხვადასხვა ფორმაზე არ შევაჩერებ (შენი საქმეა, პარტნიორის რომელ ქცევას მონათლავ ამ სიტყვით), მხოლოდ იმას ავღნიშნავ, რაც კამათს არ იწვევს - ღალატის შიში ძლიან ხშირად იმით არის განპირობებული, რომ უმეტესობა მას პიროვნულ შეურაცხყოფად აღიქვამს.

მე კი ვფიქრობ: უღირსი საქციელი (თუკი ღალატს ასეთ კვალიფიკაციას მივანიჭებთ) მხოლოდ მის ჩამდენს შეურაცხყოფს.

სხვათაშორის, ასეთივე დამამცირებელ ქცევას განეკუთვნება ეჭვიანობაც.



ეჭვიანობას ხშირად ის გარემოებაც აქეზებს, რომ ღალატი წყვილის დაშორების საპატიო მიზეზად განიხილება.

სინამდვილეში კი პირიქითაა:

ღალატი მოსიყვარულე ადამიანების დაშორების მიზეზი კი არა, შედეგია!

იგი ერთგვარი ლაკმუსის ქაღალდია და იმაზე მიანიშნებს, რომ თქვენს ურთიერთობაში რაღაც სერიოზული შეცდომა იქნა დაშვებული.

ადამიანი, რომელიც სასიყვარულო ჰარმონიის შეგრძნებითაა სავსე, ღალატს, უბრალოდ, ვერ შეძლებს. ამ დროს სხვაზე ფიქრიც კი წარმოუდგენლად გეჩვენება და ერთგულება ისეთივე ბუნებრივი მოვლენაა, როგორც სუნთქვა.

ღალატის „საჭიროება“ მაშინ ჩნდება, როცა სიყვარული ქრება ან სუსტდება. ამას კი მხოლოდ პარტნიორს ვერ გადავაბრალებთ. ყოველ შემთხვევაში, სანამ საყვარელი ადამიანის დადანაშაულებას გადაწყვეტ იმაში, რომ შენ მიმართ გული გაუცივდა, მეხსიერებაში გადაამოწმე, თუ რამდენი დღეა:

- სიტყვა „მიყვარხარ“ არ გითქვამს მისთვის;
- არ დაინტერესებულხარ მისი ოცნებებით;
- არ გაგიოცებია მოულოდნელი საჩუქრით და ზრუნვით;
- არ დაფიქრებულხარ მის ღირსებებზე;
- არ გაგინებივრებია სასიამოვნო კომპლიმენტით;
- არ გამოგითქვამს აღტაცება, რომ ასეთი არაჩვეულებრივი ადამიანის გვერდით ყოფნა გარგუნა ბედმა;
- არ ჩაგიდენია რაიმე რომანტიკული სისულელე, ადამიანს მთელი ცხოვრება რომ ამახსოვრდება.

მისგან კი მოითხოვ, მოითხოვ, მოითხოვ...

მითხარი ერთი, განა შეიძლება ნაყოფი მოსთხოვო ხეს, თუ ახლადდარგულ ნერგს წყალს არ დაუსხამ და მიწას არ გაუფხვიერებ?

თუკი იგი, შენი უყურადღებობის გამო, გახმება და მოკვდება, განა სისულელე არ იქნება, ღალატში დაადანაშაულო?!

გ უ ლ გ რ ი ლ ო ბ ა - აი, ნამდვილი დანაშაული სიყვარულის წინაშე!

გისურვებ, ამ დანაშაულის გამო არასოდეს დასჯილიყავი.
ნურასოდეს დაივიწყებ, რომ სიყვარული უპირობო ნდობას გულისხმობს, ხოლო ღალატის თავიდან აცილება ეჭვიანობით კი არა, მხოლოდ და მხოლოდ სიყვარულზე გამუდმებული ზრუნვით არის შესაძლებელი.

სანამ საუბარს განვაგრძობდეთ, ერთი კითხვა უნდა დაგისვა და ეცადე სწრაფად (მოფიქრების დრო - 0 წუთი!) მიპასუხო.

მაშ, ასე, შეკითხვა:

როცა ადამიანებს ერთმანეთი უყვართ, ყველაზე ლოგიკურია, მათ შექმნან:

ა) კომუნა;

ბ) ოჯახი;

გ) პარტია.

წავიდა დრო!

სწორი პასუხი: ყველა პასუხი არასწორია.

რადგან ორი ადამიანი, თუკი ნამდვილად უყვართ ერთმანეთი, პირველ რიგში, ქმნის არსებობის სრულიად განსხვავებულ მდგომარეობას, რომელსაც, ასე თუ ისე, სიტყვა „ჩვენ“ გამოხატავს.

ასე თუ ისე-მეთქი, იმიტომ ვამბობ, რომ ამ შემთხვევაში „ჩვენ“ კრებითი სახელი სულაც არ არის და არც ორი ადამიანის უბრალო ჯამს წარმოადგენს.

„ჩვენ“ უფრო მეტად შაქრიან წყალს ჰგავს.

მოამზადე შაქრიანი წყალი მეხსიერების გასაუმჯობესებლად და დააკვირდი, რა ხდება: შაქარი წყალში მთლიანად იხსნება, ამასთანავე, არც წყალი და არც შაქარი თავის თვისებებს არ კარგავს. მიღებული ნარევი კი არც შაქარია, არც წყალი.

საინტერესოა, არა? თანაც - გემრიელი ☺ .

სიყვარულზეც იგივე შეიძლება ითქვას, მხოლოდ იგი კიდევ უფრო გემრიელია და არანაკლებ ტკბილი!

არ ვიცი, ჩემმა შედარებამ მადა აღგიძრა თუ არა, მაგრამ მერწმუნე:

იქ, სადაც „ჩვენ“ მდგომარეობა არ არსებობს, სიყვარული მხოლოდ ლამაზ სიტყვებად რჩება.

ვისაც ეს მოსწონს, შეუძლია ლამაზი და ცარიელი სიტყვების ამარა დარჩეს, დანარჩენები კი... მიხვდით ალბათ... უნდა გაგვატაროთ ☺.

რას ვამბობდი? მოკლედ, თუ „ჩვენ“ მდგომარეობა არ არსებობს, ბევრი ფიქრი არ არის საჭირო - თამამად შეგიძლია შექმნა... ოჯახი!

კარგი, კარგი... ისევ ვიხუმრე.

სინამდვილეში, „ჩვენ“ ოჯახის პირობებშიც შეიძლება არსებობდეს, თუმცა, ძალიან ხშირად, ეს არ ხერხდება და როცა არ ხერხდება, მაშინ ცოლ-ქმრის ურთიერთობა სიყვარულის კი არა, ბრძოლის ველს წააგავს, ნგრევის ყველა მაჩვენებლითა და დამამტკიცებელი საბუთით.

ხოლო ერთმანეთის ჭეშმარიტად მოყვარულ წყვილებს შორის ყოველთვის არსებობს თვალისთვის უხილავი კავშირი და იდუმალი ერთობის გრძნობა - „ჩემი გული, შენი გული ძაფით არის გადაბმული“... ეს ძაფი, შუბლის ძარღვისა არ იყოს, უაღრესად დიდ როლს ასრულებს ადამიანთა ურთიერთობებში და მის არსებობას მუდამ უნდა შევიგრძნობდეთ, თუ არ გვინდა, ჩვენი გულები ერთმანეთს დაეუბროს.

როცა „ჩვენ“ არსებობს, „მე“ და „შენ“ ქრება, უფრო სწორად, მათი საზღვრები ფართოვდება და მე „მე“ კი არა ვარ, არამედ „ჩვენ“. ასევე, „შენ“ შენ კი არა ხარ, არამედ „ჩვენ“.

სწორედ აქედან გამომდინარეობს, რომ ჩვენ ერთნი ვართ, ხოლო იქიდან, რომ ჩვენ ერთნი ვართ, კიდევ ბევრი რამ გამომდინარეობს, მაგალითად, ის, რომ:

- ოჯახში, სადაც მთავარი მოქმედი პირი „ჩვენ“ არის, სიყვარული ცოცხლობს და იზრდება;

- ურთიერთობები, სადაც გადაწყვეტილებებს „ჩვენ“ იღებს, პიროვნული ზრდისა და დაუშრეტელი სიამოვნების წყაროს წარმოადგენს;

- „ჩვენ“ გაცილებით მეტს ნიშნავს და გაცილებით მეტის შემძლეა, ვიდრე ორი ადამიანი ცალ-ცალკე ან ერთად აღებული;

- „ჩვენ“ გაცილებით მყარ ერთობას უზრუნველყოფს, ვიდრე ათასგზის განქიქებული შტამპი პასპორტში, საქორწინო კონტრაქტი ან ცოლ-ქმრულ სარეცელზე ნახევარსაუკუნოვანი თანაცხოვრება თუ თანაძილი;

- იმ განზომილებაში, სადაც „ჩვენ“ არსებობს, დრო და მანძილი ძალას კარგავს;

- „ჩვენ“ ერთად ყოფნას გულისხმობს და არა მხოლოდ ერთმანეთის გვერდით ყოფნას;

- „ჩვენ“ ერთად ცხოვრებას ნიშნავს და არა ერთად ყოფაცხოვრებას;

- „ჩვენ“ იმის მაჩვენებელია, რომ სიყვარული არსებობს.

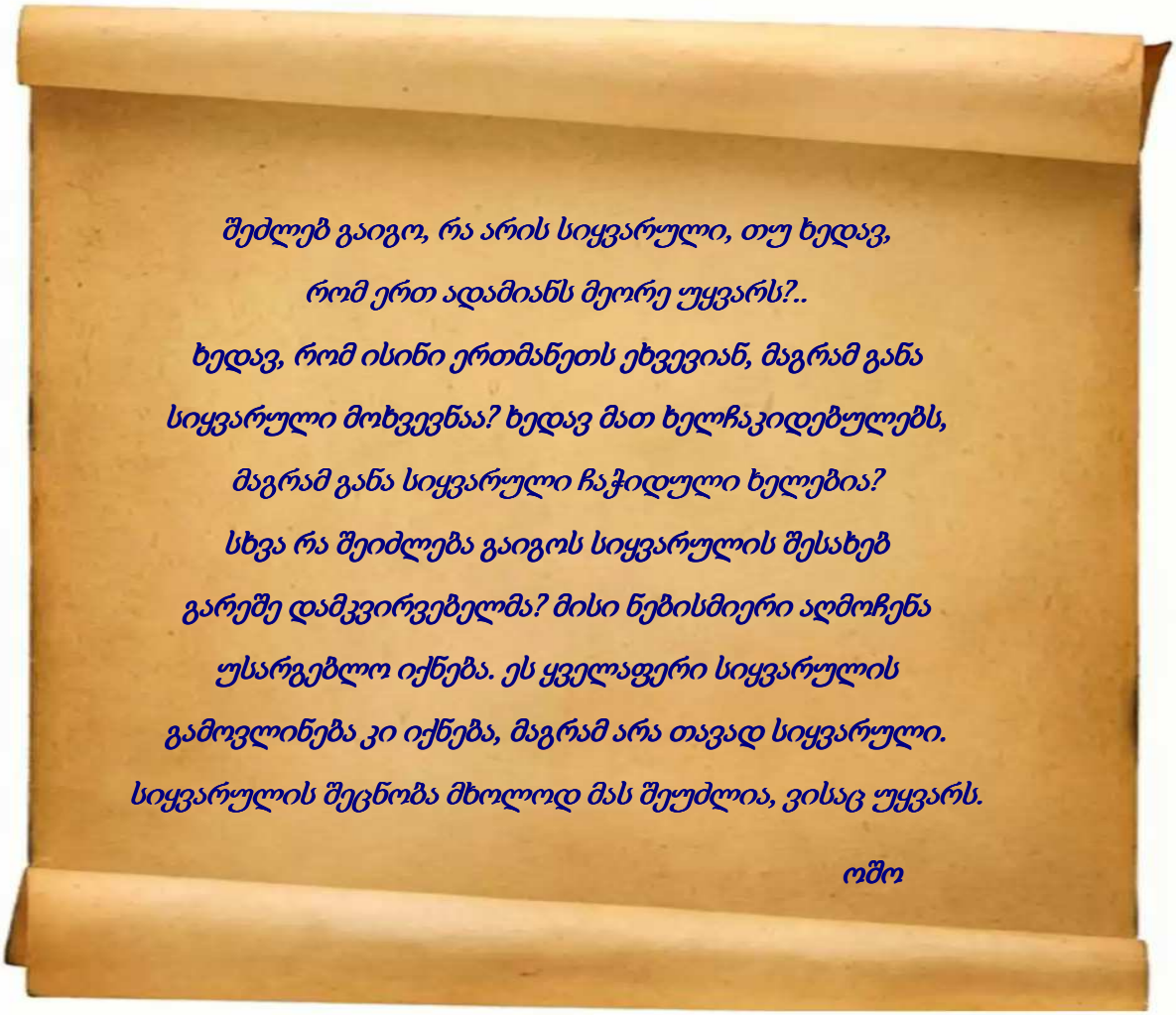
ხედავ, რა კარგია, როცა ჩვენ... თუმცა სჯობს ცუდი ამბისთვისაც შეგამზადო და დროულად გაგიმხილო, რომ ესოდენ კარგი რამ ჩვენს ცოდვილ მიწაზე ლამის იმგვარ იშვიათობას წარმოადგენს, როგორც ნავთობი - ანტარქტიდაზე.

„ადამიანთა შინაგანი ურთიერთობები გაქრა ცხოვრების ყველა სფეროში... ქალი და კაცი დღეს ერთმანეთისთვის მხოლოდ „ახლობლები“ არიან და მეტი არაფერი. ახლობლობა კარგია, მაგრამ ის ვერ იქნება სიღრმისეული. ქორწინება კი სულის სიღრმეში დადებული აღთქმა და საკუთარი თავის სხვისთვის მიძღვნაა... მეგობარი ქალი, ისევე, როგორც მეგობარი მამაკაცი, ფრიად სასიამოვნოა, მაგრამ ის ვერ იქცევა სულის სიღრმეში შესაღწევ კარად, რომელიც სიყვარულშია დაფარული.“

ოშო

სიყვარული ვერ იტანს ჩარჩოებს, ერთი ხელის მოსმით ანგრევს ყველა კედელსა და ბარიერს, ადამიანები თავის დასაცავად რომ აშენებენ. აქედან გამომდინარე კი, თითქოს უფრო მოწყვლადსა და დაუცველს გვხდის. ამიტომაცაა, უმეტესობა ერთგვარი „თავდაცვის ინსტიქტით“ მოქმედებს, თავს არიდებს ნამდვილ გრძნობას და იმის მაგივრად, რომ განიცადოს, მხოლოდ და მხოლოდ თამაშობს სიყვარულს.

თუმცა ეს ისეთივე ფუჭი მცდელობაა, როგორც ქაღალდის ყვავილებთან, ხელოვნურ თოვლთან ან კარგად შესრულებულ პეიზაჟთან ურთიერთობით ბუნების ძალისა და სიახლოვის შეგრძნება. შეიძლება, შეყვარებულებივით მოიქცეთ, მაგრამ ვერასოდეს გაიგოთ, რა არის სიყვარული.



ხოლო ისინი, ვინც „რისკავენ“ და თავს უფლებას აძლევენ, მთელი არსებით უყვარდეთ, აუცილებლად აღწევენ იმ ძნელად მოსახელთებელ, მაგრამ მტკიცე და განუმეორებელ ერთობას, რაზეც ყველა ოცნებობს, მაგრამ იშვიათს თუ გააჩნია.

თუ საკუთარ გრძნობებზე ლაპარაკი ჩვევად გაქვს, ალბათ ისე ხარ გარშემორტყმული ნუგეშისმცემლებისა და ჭკუის დამრიგებლების არმიით, მეეჭვება, თავისუფლად განძრევის საშუალება გქონდეს.

ისინი გამუდმებით მოითხოვენ, გონიერება გამოიჩინო, გაძლევენ „ნურც გაფრინდები, ნურც მოფრინდები“-ს პრინციპზე აგებულ უანგარიშო რაოდენობის ურთიერთგამომრიცხავ რჩევას და დაუზარებლად გადანაშაულებენ იმაში, რომ მათი გაკვეთილები სათანადოდ ვერ აითვისე.

თუ გინდა, სასიყვარულო ურთიერთობაში თავი შეცდომებისგან დაიზღვიო, პირველი, რაც მსგავს (თითქმის გამოუვალ) სიტუაციაში უნდა გააკეთო, ის არის, რომ გარემოცვას, ე. წ. „საღ აზრთან“ ერთად, სრული უნდობლობა გამოუცხადო და მთავარ მრჩევლად საკუთარი გული გაიხადო.

სიყვარული ბრმა და ყრუ მხოლოდ საქმეში ჩაუხედავებს ჰგონიათ, სინამდვილეში კი იგი ყველაზე უკეთ ხედავს, რადგან „გულით იხედება“ და ყველაზე უკეთ ესმის, რადგან „გულით უსმენს“.

გული კი ის დახვეწილი ინსტრუმენტია, რომელიც შეუცდომლად რეაგირებს შენი არსების ყველაზე სიღრმისეულ მოთხოვნილებებსა და მისწრაფებებზე, მუდამ შენს სამსახურშია და დაუღალავად გიზიარებს ყოფიერების სიბრძნეს.

გონება ათასგვარ რჩევას გაძლევს და ბოლომდე არასოდესაა დარწმუნებული მათ სისწორეში, გული კი, ყოველგვარი განსჯისა და ლოგიკის გარეშე, ყველაზე საუკეთესო გამოსავალს აირჩევს ხოლმე.

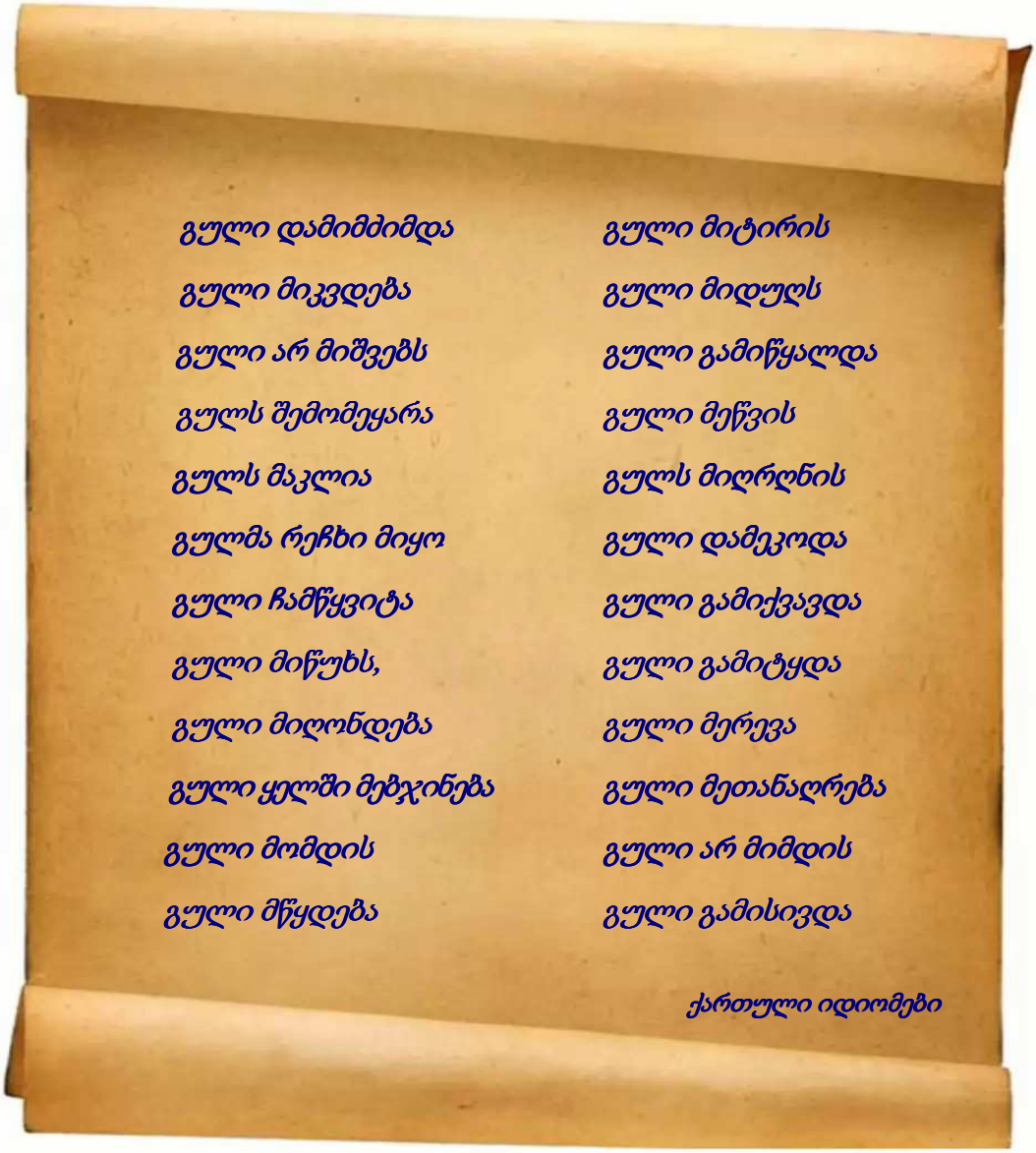
ისწავლე საკუთარ გულთან საუბარი და სხვა მრჩეველი აღარასოდეს დაგჭირდება!

მთავარია, კარგად გაარჩიო, ე.წ. „გონივრული“ (ანუ გონებისმიერი) არჩევანი იმ გადაწყვეტილებისაგან, რომელსაც გულის რჩევით იღებ. ეს კი ძალიან იოლია.

გადაწყვეტილება,რომელსაც გულისხმა გვკარნახობს:

- ყოველთვის (!) სიხარულის და აღმაფრენის მომგვრელია;
- იწვევს სულიერ სიმშვიდეს;
- გვხდის უფრო გაბედულს და საკუთარ თავში დარწმუნებულს.

ხოლო როცა გული „არას“ ამბობს, ეს შეგრძნება არაფერში აგერევა. ქართულ ენაში უამრავი შედარება გვაქვს ამ მდგომარეობის გამოსახატავად:



ყველას რა ჩამოთვლის!

თითოეული ის ემოცია კი, რაც ამ სიტყვებითაა გამოთქმული, ყურადღებას და დაუყოვნებელ რეაგირებას საჭიროებს.

თუ გიწევს, თავს გამუდმებით უმტკიცო, რომ სწორი გადაწყვეტილება მიიღე, ეს გადაწყვეტილება არაა სწორი!

ხდება ისეც, რომ გულს პასუხი არა აქვს - „გული დუმს“ და „არაფერს გითქვამს“. ამ შემთხვევაში, ნუ იჩქარებ დასკვნის გამოტანას.

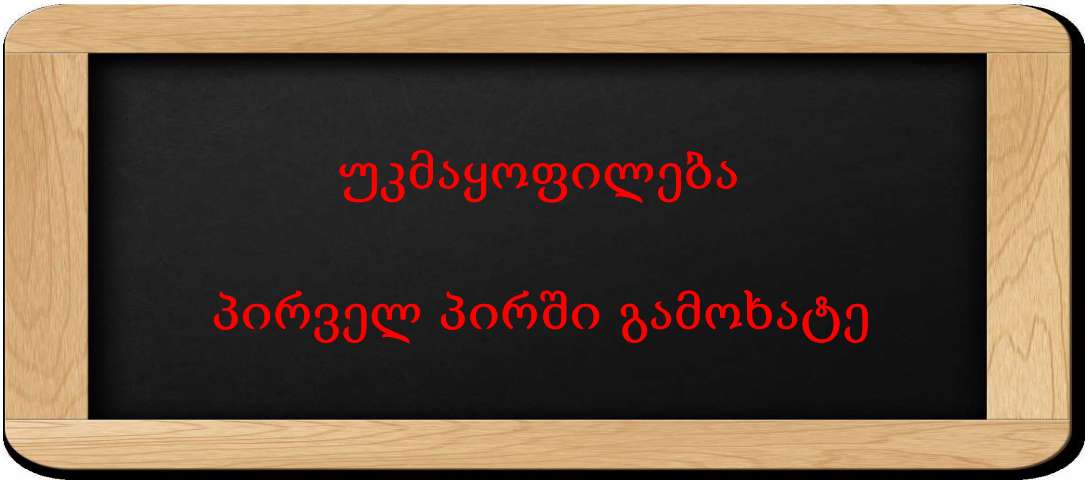
სიყვარულში არ არსებობს აბსოლუტურად მსგავსი სიტუაციები, ამიტომ შეწყვიტე სხვისი გამოცდილების გაზიარება. შენს კონკრეტულ შემთხვევაში ვერავინ (მათ შორის, ვერც შენი მონა-მორჩილი) მოგცემს იმაზე უკეთეს ინსტრუქციას, ვიდრე ეს შენს საკუთარ გულს შეუძლია.

დაეყრდენი ინტუიციას, რომელიც, თუ ნამდვილად გიყვარს, არასოდეს გიმტყუნებს, რადგან ყბადაღებული მეექვსე გრძნობა, გინდ დაიჯერე, გინდ არა და, სწორედ სიყვარული ყოფილა.

ეს ერთ მეტად ბრძნულ წყაროში ამოვიკითხე, მერე საკუთარი გამოცდილებით შევამოწმე და ვბედავ, დაგარწმუნო, რომ

ვინმეს ან რაიმეს ჭეშმარიტი არსის შეცნობა მხოლოდ მისი შეყვარებით შეიძლება.

ისინი კი, ვისაც შენნაირად არ უყვარს, მხოლოდ შეცდომებისკენ გიბიძგებენ.



თუ ცოდვაში არ ჩამეთვლება, სიყვარულის განმარტების უამრავ მცდელობას ერთსაც დავუმატებ და საიდუმლოდ გეტყვი, რომ სიყვარული არის მშვენიერი ცეკვა ორისთვის, სადაც პასუხისმგებელი მხოლოდ საკუთარ პარტიაზე ხარ.

ნუ იფიქრებ პარტნიორის სავარაუდო ქცევასა და მოძრაობებზე - შენი მოვალეობა მხოლოდ ისაა, სწორად შეაფასო მისგან მომავალი იმპულსები და საკუთარ როლს წარმატებით გაართვა თავი.

პრეტენზიები: „კარგი ქმარი კარგი შემომტანი უნდა იყოს“ ან „ცოლმა ჭადის გამოცხობა მაინც უნდა იცოდეს“ შეიძლება დაბრკოლებად იქცეს თქვენს ურთიერთდამოკიდებულებაში.

ნებისმიერ ურთიერთობაში, განსაკუთრებით კი მაშინ, როცა საქმე სიყვარულს ეხება, პრეტენზიები მხოლოდ და მხოლოდ საკუთარი თავის მიმართ არის გამართლებული.

მეტი იფიქრე იმაზე, რა შეგიძლია გააკეთო იმისათვის, რომ თქვენი ტანდემი შეხმატკბილებული იყოს და რჩეულის ქცევის კორექციით თავს ნუ გაიტანჯავ. მთავარია, შენი მოქმედება შეესაბამებოდეს, შენსავე წარმოდგენაში არსებულ, იდეალური პარტნიორის საქციელს.

თუ არ გინდა, თქვენი სიყვარული სერიოზული საფრთხის წინაშე დადგეს, ეცადე, ყოველთვის შეინარჩუნო კეთილგანწყობა, რაც ნიშნავს: აღიარო პარტნიორის უფლება, გააჩნდეს თავისი შეხედულებები და არასოდეს ჩააყენო თავის მართლების პოზიციაში.

თუმცა იმის თქმას სულაც არ ვაპირებ, რომ მის ნებისმიერ ქცევას, თუნდაც იგი უსიამოვნებას და ტკივილს განიჭებდეს, მოწამებრივი მორჩილებით უპასუხო, სახეზე ღიმილის ნიღაბი აიფარო და წყენა გულში ჩაიბრუნო, რომ იქ ყველაფერი აურ-დაურიოს.

მეტისმეტად ძნელია, სიმშვიდე შეინარჩუნო მაშინ, როცა პარტნიორი შენი მოლოდინის საწინააღმდეგოდ იქცევა ან თვლი, რომ უსამართლოდ მოგეპყრნენ. მოგვწონს ეს თუ არა, ხანდახან საყვარელ ადამიანზეც ვბრაზობთ, სხვათაშორის, მით უფრო მეტად, რაც უფრო გვიყვარს, ხოლო თუ მასთან გულახდილი არ ვიქნებით, პრობლემას კიდევ უფრო გავაღრმავებთ.

საგანგაშო არაფერია: კონფლიქტი ურთიერთობის განვითარებისთვის აუცილებელი (გაიხსენე ნებისმიერი დრამატული ნაწარმოები) და სასარგებლოც კია, უბრალოდ, საჭიროა, ერთი პატარა, სულ უმნიშვნელო, მაგრამ სასწაულმოქმედი, ნიუანსი გაითვალისწინო.

საიდუმლო ფორმულა, რომელიც ამ შემთხვევაში ფასდაუდებელ სამსახურს გაგიწევს, ასე ჟღერს:

უკმაყოფილება პირველ პირში გამოხატე!

აი, აქ კი არავითარი სიფრთხილე აღარაა საჭირო. შეგიძლია ბოლომდე დაიცალო და ტემპერამენტის შესაფერისად გადმოაფრქვიო შენი ემოციები. აღწერო, როგორ გატკინა გული მომხდარმა ფაქტმა, რა განიცადე, რა იფიქრე, როგორ მდგომარეობაში იმყოფები და რა დამოკიდებულება გაქვს აღნიშნულ პრობლემასთან.

იმის მაგივრად, რომ პარტნიორი დაადანაშაულო და მის საქციელს დამამცირებელი შეფასება მოუძებნო, მხოლოდ საკუთარ განცდებზე ისაუბრე.

ასე მეტი შანსი გაქვს, რომ საპასუხო ბრალდებებს არ მოისმენ, შეურაცხყოფას არ მიიღებ და წყენა ვერ შეძლებს, თქვენი ურთიერთობა გააფუჭოს.

ალბათ ზედმეტია იმის თქმა, რომ სიტუაციიდან გამოსავალსაც უფრო მალე და იოლად მიაგნებთ.

კიდევ ერთი რამ მინდა, გირჩიო: ცეკვამ მეტი სიამოვნება რომ მოგანიჭოს, პარტნიორს ისე უნდა ექცეოდე, როგორც ყველაზე სასურველ, ყველაზე ძვირფას და სრულყოფილ ქმნილებას. ალბათ სწორედ ასეთად მიგაჩნდა იგი, რაკი ცხოვრება დაუკავშირე.

ნურასოდეს დაივიწყებ ამას და ნუ მიაწებებ გვერდით მყოფ პიროვნებას იარლიყებს, რომლითაც საბოლოოდ მოუსპობ შანსს, შენს იდეალს დაემსგავსოს.

რა გასაკვირია, რომ „უსინდისო“, „უსაქმურ“, „უგრძნობ“, „უხეშ“, „მოღალატე“, „გაიძვერა“ და ა.შ. ადამიანთან ურთიერთობა ბედნიერებას ვერ მოგიტანს.

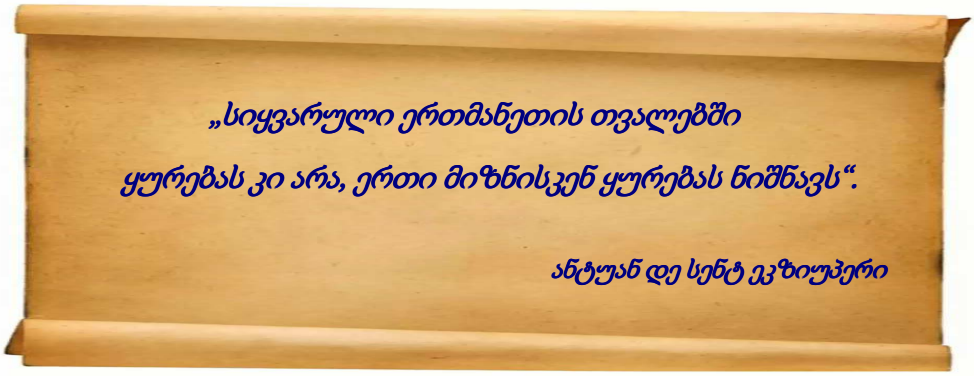
თუ გსურს, სიყვარული აცოცხლო ამქვეყნად, მხოლოდ ნაზი გრძნობები და ურთიერთლტოლვა არაა საკმარისი, საჭიროა დღითიდღე სრულყოფდე ურთიერთობის ხელოვნებას, რომელიც სიყვარულისთვის ზუსტად ისეთივე როლს ასრულებს, როგორსაც სწორად შერჩეული ნიადაგი მცენარისთვის.

შეიძლება ურთიერთობაში ბევრი რამ შეგეშალოს, მაგრამ არის რამდენიმე საბაზისო პრინციპი, რომელთა მიმართ უყურადღებობა თითქმის სიყვარულზე უარის თქმას ნიშნავს. ქვემოთ სწორედ ამ პრინციპებზე ვისაუბრებ.

ურთიერთობისთვის ორი ადამიანს მონაწილეობაა საჭირო!

როგორც არ უნდა მოინდომო, ურთიერთობა წარმატებული იყოს, ვერაფერს მიაღწევ, თუ მეორე მხრიდან ამის სურვილი არ არსებობს. ურთიერთობას ორი პიროვნება აშენებს, ხოლო თუ შენს აშენებულს პარტნიორი დაანგრევს და გაანადგურებს, შენ მიერ გაწეულ ძალისხმევას არაფრად ჩააგდებს, შენს მოთხოვნილებებს კი გამუდმებით უგულებელყოფს - ყველანაირი მცდელობა დროის ფუჭი კარგვა იქნება.

ილუზიების დევნა ბედნიერების შეგრძნებას ვერ მოგიტანს, ამიტომ დროზე უნდა გაარკვიო, რამდენად თანხვდება ერთმანეთს შენი და შენ გვერდით მყოფი პიროვნების ინტერესები.



ხოლო თუ უკვე გაარკვიე, რომ ერთმანეთი ნამდვილად გიყვართ და ორივეს ერთი მიზანი გამოძრავებთ...

დროულად გამორიცხე დაშორების შესაძლებლობა!

არა, ნებაყოფლობითი ტყვეობისკენ ნამდვილად არ გიბიძგებ, უბრალოდ, თუ გსურს, რაიმე ღირებული, მითუმეტეს, მარადიული შექმნა, შეუძლებელია დროსა და გარემოებებზე იყო დამოკიდებული.

აბა, რა გამოვა, თუ შემდეგნაირად იფიქრე: „ცოტასაც შევხედავ და მერე ვნახოთ...“ ან ჰორიზონტზე უმნიშვნელო პრობლემის გამოჩენისთანავე ჩემოდნის ჩალაგება წამოიწყე.

გახსოვდეს, ერთად გადალახული სიძნელეები და ერთობლივად მიღწეული წარმატება უზარმაზარ სიახლოვეს, მადლიერებასა და საიმედოობის შეგრძნებას ბადებს. ურთიერთობას კი, ისევე, როგორც კარგ ღვინოს, დაძველება ძალასა და ღირსებას ჰმატებს.

კიდევ?

ისწავლე პატიება!

ეს ადვილი სულაც არაა, მაგრამ საჭიროა.

მისი აუცილებლობა რომ იგრძნო, უნდა გააცნობიერო:

- პატიება ნებისმიერ ადამიანს სჭირდება, რადგან ყველა უშვებს შეცდომებს, მათ შორის, შენც;
- პატიება ჯანსაღი ურთიერთობის გაგრძელების ერთადერთი შანსია;
- პატიება იწვევს მადლიერებას და კეთილგანწყობის პროდუქტიულ გარემოს ჰქმნის;
- თუკი პატიებას გთხოვენ, ეს ნიშნავს, რომ შენს აზრს მნიშვნელობას ანიჭებენ;
- პატიება არ ნიშნავს, რომ საკუთარი თვალსაზრისის მცდარობა აღიარე - ეს, უბრალოდ, სხვისი გაგების მცდელობაა;
- პატიება სასარგებლოა ჯანმრთელობისათვის, რადგან დაავადებებისა და ყოველგვარი უბედურების გამომწვევი ისეთი

დამღუპველი გრძნობების საიმედო პროფილაქტიკას წარმოადგენს, როგორიცაა: გაღიზიანება, აგრესია, შურისძიება და სიძულვილი.

თუმცა, ამ ყველაფერთან ერთად, უსარგებლო არ იქნება გვახსოვდეს, რომ:

- პატიება ყველაფერზე თვალის დახუჭვას არ ნიშნავს;
- ურთიერთობისათვის მას მხოლოდ მაშინ აქვს რაიმე აზრი, თუკი ითხოვენ და კიდევ:
- პატიების უნარი ნიშნავს, მიმტევებელი იყო საკუთარი თავის მიმართაც.

თუ ამისთვისაც მზად ხარ, შემდეგი პრინციპი განვიხილოთ:

გაუზიარე დრო!

ერთ-ერთი ყველაზე ძვირფასი საჩუქარი, რაც შეგიძლია გულისსწორს მიუძღვნა, ერთად გატარებული დროა.

არიან წყვილები, რომლებიც ერთგულად ემსახურებიან ოჯახს, აქვთ წარმატებული კარიერა, სასურველი საზოგადოებრივი მდგომარეობა, კეთილსინდისიერად ზრუნავენ შვილებზე - თითქოსდა უპრობლემოდ ცხოვრობენ, მაგრამ, მიუხედავად ამისა თუ სწორედ ამის გამო, ერთად ყოფნისათვის მცირეოდენი დროც აღარ რჩებათ. ერთ „მშვენიერ“ დღეს კი აღმოაჩენენ, რომ მათი დამაკავშირებელი ძაფი გაწყდა და ერთმანეთისთვის სრულიად უცხო ადამიანებად გადაიქცნენ.

იცი, რა ახარებს შენს რჩეულს? რა მიზნები აქვს? რა პრობლემები?

როცა ნამდვილად გიყვარს, შენთვის ძვირფასი ადამიანის ბედნიერება ისეთივე მნიშვნელობას იძენს, როგორც საკუთარი, ამიტომ არ შეგიძლია ყურადღებიანი არ იყო მის მიმართ.

ჭეშმარიტად ერთმანეთზე შეყვარებული მეუღლეები ისე კარგად იცნობენ ერთმანეთს, რომ არ უჭირთ, სულ უმნიშვნელო ნიუანსის საშუალებით, ერთმანეთის განწყობა, სიხარული თუ წყენა ამოიცნონ.

მათ ერთმანეთის მოსმენა და გაგება ისწავლეს.

სხვათაშორის, ეს ორი ცნება ცალ-ცალკე არ არსებობს, რადგან მოსმენა თანამოსაუბრის პოზიციის გაგებას გულისხმობს და არა მარტო მისთვის ლაპარაკის საშუალების მიცემას.

შესაძლოა, ერთმანეთს ბევრ რამეში არ ეთანხმებოდეთ, მაგრამ ერთმანეთის აზრებს აუცილებლად უნდა იცნობდეთ. ამისათვის კი, გულწრფელობასთან ერთად, დროა საჭირო - ერთად გატარებული ბევრი დრო, რომელსაც თუ დავკარგავთ, ვერაფერი აგვინაზღაურებს

გახსოვდეს:

წუთები, რომელსაც სიახლოვისთვის ვერ ვპოულობთ, ერთმანეთთან დაშორებას ხმარდება.

წუთებს კი საათებად, საათებს დღეებად, დღეებს თვეებად, თვეებს კი წლებად გადაქცევის სამწუხარო ტენდენცია ახასიათებს.

რაც შეეხება ურთიერთობის მორიგ ინსტრუმენტს, ასე გამოიყურება:

გამიჯნე პრობლემები!

მოდი, ჯერ ნუ შემედავები - გავარჩიოთ, რა ვიგულისხმე ☺.

იმის სათქმელად ენა როგორ მომიბრუნდება, რომ საყვარელი ადამიანები ერთმანეთს პრობლემების გადაჭრაში არ უნდა დაეხმარონ, მაგრამ ერთი რამ აუცილებლად უნდა გაითვალისწინო - არასოდეს აიღო პასუხისმგებლობა მისი პრობლემების მოგვარებაზე.

რატომ?

ჯერ ერთი, „დათვური სამსახური“ სავალალო შედეგებს იწვევს, მეორეც, არ უნდა დაივიწყო, რომ შენი საყვარელი ადამიანი დამოუკიდებელი პიროვნებაა, რომელსაც თავისი, უნიკალური და განუმეორებელი, განვითარების გზა აქვს და ისევე ესაჭიროება „ავტონომია“ და „სუვერენიტეტი“, როგორც შენ.

მისი პრობლემები კი, ისევე, როგორც მისი აზრები, გემოვნება, მისწრაფებები და მიდრეკილებები - მისი პირადი ტერიტორიაა.

შენ შეგიძლია და, ალბათ, საკუთარ მოვალეობად მიიჩნევ კიდეც, დახმარება გაუწიო ყველაზე ახლობელ და საყვარელ არსებას, როცა ეს სჭირდება - რჩევით იქნება, სულიერი თანადგომით თუ მატერიალური მხარდაჭერით, მაგრამ ერთი რამ კარგად დაიმახსოვრე: ნუ ჩათვლი მის პრობლემებს საკუთარ პრობლემებად.

სხვათაშორის, ამ უკანასკნელი შეგონების გათვალისწინება უფრო ქმედით შედეგებს იწვევს, ვიდრე ე.წ. პრობლემების „გათავისება“.

მარტივ და უბრალო მაგალითს მოვიყვან:

როგორ გგონია, ადამიანი, რომელსაც რაიმე მარცხი შეემთხვა და ამის გამო ცუდ ხასიათზეა, როდის იგრძნობს შვებას: თუ მასთან ერთად ცხვირს ჩამოვუშვებთ, იგივენაირად განვიცდით მომხდარს, თავში ხელებს წავიშენთ და ვიწუწუნებთ თუ მის გამხნევებას და გამხიარულებას შევეცდებით?

მგონი, პასუხი ცალსახა და ნათელია.

ალბათ, ისიც ცხადია, რომ საკუთარი პრობლემების მოგვარება ჩვენი პირადი პასუხისმგებლობის საკითხია და სხვას არ უნდა გადავაბაროთ. რა თქმა უნდა, თუ გვჭირდება, დახმარება უნდა ვითხოვოთ, მაგრამ გადაწყვეტილების მიღების ტვირთს ჩვენი მხრები უნდა გაუმკლავდეს.

ელემენტარული ეთიკაა, ეგ არის და ეგ.

კიდევ რა? აჰ, ჰო...

თუ გინდა, თქვენი ურთიერთობა მტკიცე იყოს, ნუ ჩაებღაუჭები მას!

ქალისა და მამაკაცის სიყვარული ცხოვრების შემადგენელი ნაწილია, შესაძლოა, ყველაზე მნიშვნელოვანიც, მაგრამ მაინც, მხოლოდ ნაწილი.

ნუ დაივიწყებ, რომ ამას გარდა არსებობს: მოვალეობები საკუთარი თავის წინაშე, საყვარელი საქმე, გატაცება, მეგობრები და ა.შ.

ნუ მიეჯაჭვები სასიყვარულო ურთიერთობას და ნუ იფიქრებ, თითქოს მის გარეშე შენი ცხოვრება აზრს დაკარგავს. ამით მხოლოდ და მხოლოდ მის ნგრევას შეუწყობ ხელს.

ნამდვილი სიყვარული თავისუფლებას და ზრდის შესაძლებლობას ჩუქნის პიროვნებას, ხოლო ურთიერთობა, რომელიც ყოველივე ამას გართმევს, შეუძლებელია, სიყვარულად იწოდებოდეს! იგი ბედნიერებას არ მოგიტანს და ძალიან მალე ტვირთად გექცევა.

არ დაივიწყო მაგიური სიტყვა „მ ი ყ ვ ა რ ხ ა რ“

სიყვარულს თავისი კანონები აქვს და, ძალიან ხშირად, ისინი ჩვენი სურვილების საწინააღმდეგოდ მოქმედებს. ხომ გაგიგონია: „როგორც მოვა, ისე წავა“, „არ იქნება ძალადა“ და ა. შ.

ერთხელ ნათქვამი „მიყვარხარ“, თუნდაც იგი მენდელსონის მარშით დაგვირგვინდეს, ცხოვრებისეული მოულოდნელობებისგან ვერ დაგვიცავს, მაგრამ მერწმუნე, თუ ამ სიტყვას ხშირად გავიმეორებთ, უდიდეს სასწაულთმოქმედ ძალად იქცევა ნებისმიერ ცხოვრებისეულ სიტუაციაში.

მიყვარხარ ძლიერ... ძლიერ... რაც გადის დრო და ხანი,
მე უფრო მეტად მიყვარს შენი პატარა ტანი...
ო, იცი როგორ მიყვარს გამოუთქმელი ენით? -
შენი გრძნობების სილრმე, სულის სიმაღლე შენი.
მე დარდიც მიყვარს შენი, შენი ღიმილიც ფართო,
მე ცრემლიც მიყვარს შენი, შენი კისკისიც მართობს...
მიყვარხარ ძლიერ, ძლიერ...მწვავს შენი ტრფობის ალი,
მიყვარხარ ძლიერ, ძლიერ...მთელი გრძნობით და ძალით...
მთელი სამყარო ვრცელი, შენით არსებობს ჩემთვის,
რაზეც კი ვფიქრობ, ყველა ფიქრს შენზე ფიქრი ერთვის...
მიყვარხარ ძლიერ, ძლიერ, მიყვარხარ ცხადად, მალვით,
როგორც აროდეს არვინ არ ჰყვარებია არვის...

შანდორ პეტეფი (თარგმანი გრ. აბაშიძისა)

ახდენს არა შთაბეჭდილებას? ☺

ალბათ ზედმეტია გაგაფრთხილო, რომ მეტისმეტი დაუდევრობა იქნება, ამ სიტყვის მაგიურ ძალას სათანადოდ თუ არ გამოიყენებ.

თუმცა აქვე გეტყვი: აუცილებელი არ არის, თუთიყუშის დაჟინებით უმეორო რჩეულს „მიყვარხარ“ - საკმარისია, მხოლოდ გულში წარმოთქვა ეს ჯადოსნური სიტყვა და, რაც მთავარია, მისით შთაგონებულმა...
ი მ ო ქ მ ე დ ო !

რა უნდა გააკეთო?

შეყვარებულ ადამიანს ათასგვარი სასწაულის ჩადენა შეუძლია.

მაგალითად, არანაირ სირთულეს წარმოადგენს, წამიერი მზერით უდიდესი სურვილი გამოხატო, ღიმილით - ნდობა, ხელის უბრალოდ ხელზე შეხებით - თავდადება.

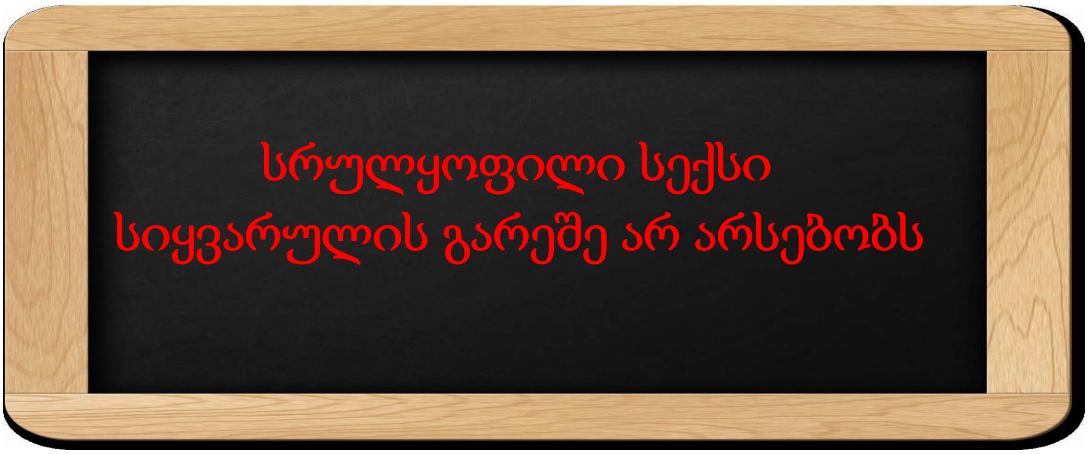
თავზე ალერსიანი ხელის გადასმა ან უსიტყვო მოხვევნა ზოგჯერ გაცილებით მეტ გრძნობას ამჟღავნებს, ვიდრე ზოგიერთ მძიმეწონიან რომანში აღწერილი სამას გვერდიანი ფიცი-მტკიცი.

ერთმანეთზე ზრუნვისა და ურთიერთობით ტკბობის ისეთი უმნიშვნელო გამოხატულება, როგორიცაა: საღამოობით ჩაის ერთად დალევის ტრადიცია, სამსახურში წასვლის წინ კოცნა, ტელევიზორის ერთმანეთთან ჩახუტებული ყურების ჩვევა, ერთმანეთის სისუსტეების ცოდნა და მისთვის ანგარიშის გაწევა, უწყინარი ხუმრობა მხოლოდ თქვენთვის გასაგებ თემებზე გაცილებით მეტ ინტიმს შეიცავს, ვიდრე ეროტიკული ფილმების მთელი კოლექცია.

მთავარია, გულწრფელი იყო შენს განზრახვაში - აჩუქო ძვირფას არსებას სიყვარული და სიახლოვის შეგრძნება. მიეცი გასაქანი საკუთარ ფანტაზიას და ნუ მოგწყინდება იმაზე ფიქრი, როგორ გააბედნიერო გულისსწორი.

სიყვარული უდიდესი ხელოვნებაა და ამოუწურავ შესაძლებლობებს გვიქმნის იმისათვის, რომ ღვთისგან ბოძებული შემოქმედების ნიჭი სრულყოფილად გამოვავლინოთ.

შეეცადე, შენი ნებისმიერი მოქმედება სიყვარულის ახსნას ჰგავდეს და პასუხად გაუნელებელ საპასუხო გრძნობას მიიღებ, თავს კი ნამდვილ სასწაულთმოქმედად იგრძნობ, რომელიც უიმედობას იმედად აქცევს, წუხილს - სიხარულად, ყოვლად ჩვეულებრივ, მოსაწყენ დღეს კი - დღესასწაულად.



ადამიანთა არც ისე უმნიშვნელო რაოდენობისთვის საწინააღმდეგო სქესის სიყვარული სქესობრივ ურთიერთობასთან ასოცირდება და იგივდება. აქედან გამომდინარე, მრავალრიცხოვანი და მრავალფეროვანი სქესობრივი კავშირი სიყვარულში წარმატების განმსაზღვრელ ფაქტორად მიიჩნევა.

საუბარმა ძალიან შორს რომ არ წაგვიყვანოს, თავიდანვე გაგიმხელ:
ეს შეხედულება ისევე შორს დგას რეალობისგან, როგორც დედამიწის ფორმაზე პირველყოფილი ადამიანის წარმოდგენა განსხვავდება თანამედროვე მეცნიერული წარმოდგენისგან.

ნამდვილი ურთიერთშერწყმა, რასაც სიყვარული ისახავს მიზნად, მხოლოდ უკიდურესი სიახლოვის ჟამს შეიძლება განხორციელდეს.

ეს კი მაშინაა შესაძლებელი, როცა ორ ადამიანს ერთმანეთი მთელი არსებით უყვარს ანუ სიყვარული მათი არსებობის ყველა ასპექტს (ფიზიკურს, გონებრივს, სულიერს) მოიცავს.

თუ პარტნიორთან ასეთი ღრმა გრძნობა არ გაკავშირებს, სქესობრივი ურთიერთობა მხოლოდ და მხოლოდ ზედაპირულ, ფიზიკურ პლანზე ხორციელდება და მისგან მოგვრილი სიამოვნება ზუსტად იმდენ ხანს გრძელდება, რა დროც განტვირთვას ესაჭიროება.

ასეთი სექსუალური აქტის შემდეგ, მით უმეტეს, თუ იგი პირველად არ ხდება, პარტნიორებს ერთი სული აქვთ, ერთმანეთისგან გათავისუფლდნენ (ზრდილობას რა ვუყო, თორემ).

რამდენიმე წუთის წინ თითქოს ურთიერთნდომით სავსე ადამიანები იმედგაცრუებას და, ზოგიერთ შემთხვევაში, ზიზღსაც კი განიცდიან მაშინ, როდესაც ჭეშმარიტი შეყვარებულები უდიდესი მადლიერების შეგრძნებითა და ერთიანობის განცდით ტკბებიან.

სექსი, ნამდვილი სიყვარულის გარეშე, მხოლოდ და მხოლოდ ფიზიოლოგიური მოთხოვნილების დაკმაყოფილების ან გამრავლების საშუალებაა და ჭეშმარიტ ინტიმთან საერთო არაფერი აქვს.

იგი არ შეიძლება სასიყვარულო აქტად განიხილებოდეს, რადგან პარტნიორები სქესობრივი შერწყმის შემდეგაც ისეთივე უცხონი რჩებიან ერთმანეთის მიმართ, როგორც მანამდე და წამიერი ტკბობა სულიერი დაუკმაყოფილებლობის კომპენსაციას ვერ ახერხებს.

ბევრს ჰგონია, რომ სექსში სიამოვნების მიღება მხოლოდ გარეგნულ ფაქტორებზეა დამოკიდებული, მაგრამ ბოლოს ხვდება, რომ პარტნიორის გარეგნული მონაცემები, პოზების მრავალფეროვნება, სექსუალური აქტის ხანგრძლივობა, ხახუნის ინტენსივობა, თეთრეულის ფაქტურა, საწოლი ოთახის განათება და ა.შ. ბედნიერების გარანტიას არ იძლევა.

თუ ორ პიროვნებას ერთმანეთთან სიყვარული აკავშირებს, მათთვის სექსი ლოგინში არ იწყება და არც კოიტუსით შემოიფარგლება.

კომპლიმენტებს უძღვნი შენს რჩეულს, მხარზე ხელს ხვევ სეირნობისას, ალერსიანად უღიმი, ლოყაზე კოცნი თუ უმიზეზოდ ეხუტები, მასთან ინტიმური ურთიერთობით ხარ დაკავებული. ჭეშმარიტი ტკბობაც სწორედ ასეთ სიახლოვეს მოსდევს.

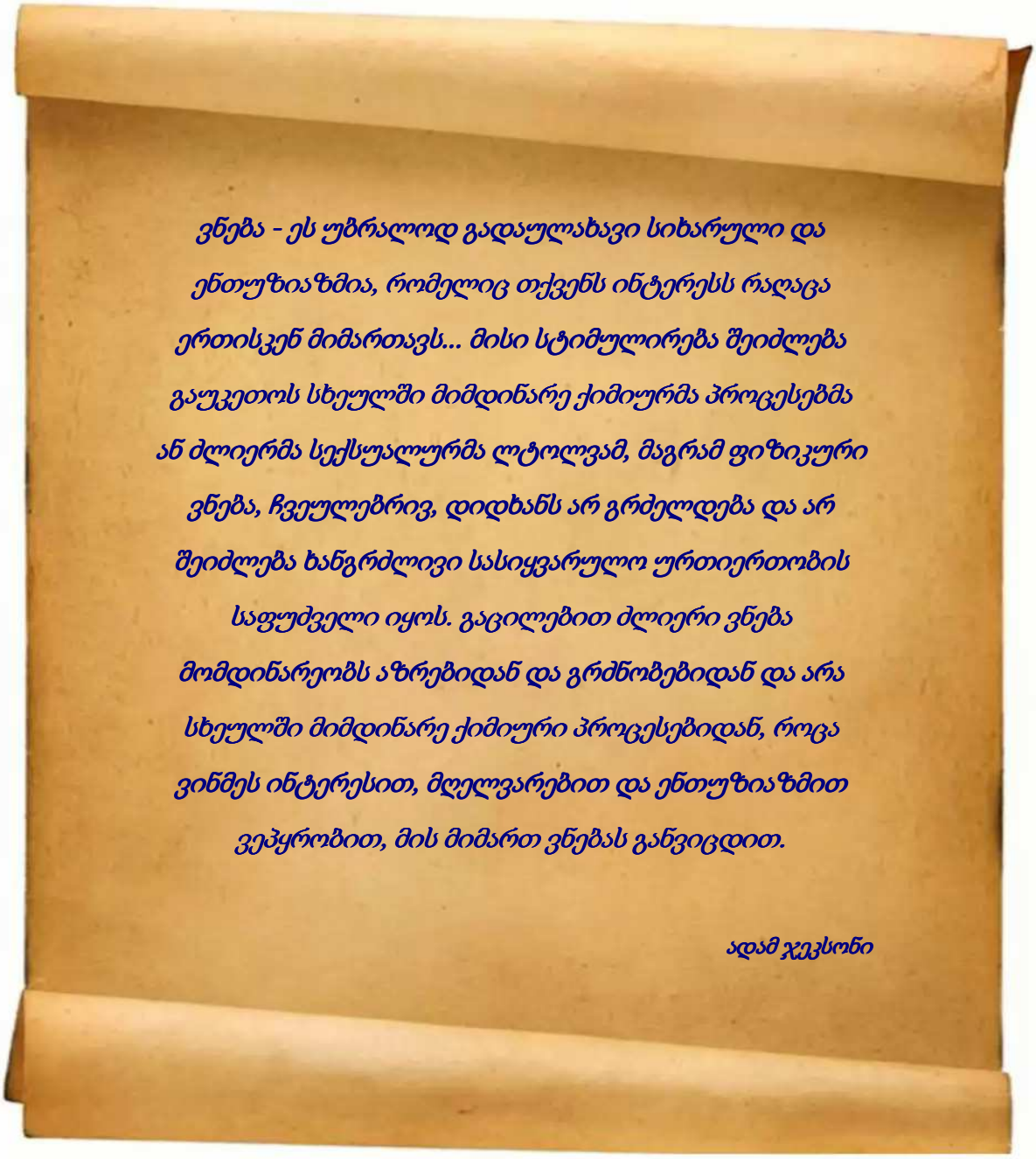
თუმცა არსებობს ერთი პრობლემა...

მიჩნეულია, რომ ვნების სიმწვავე და სიცხოველე ერთად გატარებული დროის უკუპროპორციულია და ურთიერთლტოლვის შენელების პროცესს წინ ვერაფერი აღუდგება.

უნდა ითქვას, ეს ყველაზე გავრცელებული ცრურწმენაა, რომელზედაც არც კი დავობენ, ჰოდა, თურმე - სულ ტყუილუბრალოდ.

წარმატებული წყვილების ურთიერთობის კვლევისას ფსიქოლოგები იმ დასკვნამდე მივიდნენ, რომ ვნების განელებას ერთმანეთის მიმართ ყურადღების შესუსტება იწვევს და არა პირიქით, ხოლო სასიყვარულო ლტოლვა, შესაფერისი მზრუნველობის და სათანადო ძალისხმევის პირობებში, კი არ ცვდება და ილევა, არამედ ღრმავდება და იფურჩქნება!

თუკი ამისი სურვილი არსებობს, არც ის არის შეუძლებელი, ჩამქრალ ვნებას სული შთაბერო და გააცოცხლო.



გაიხსენე, რა იწვევდა შენსა და შენს პარტნიორში დაუძლეველ ვნებას. ყველა წყვილს თავისი საიდუმლო აქვს. თვალი გადაავლე თქვენი სიყვარულის ისტორიის ყველაზე ამაღელვებელ მომენტებს და მოახდინე მათი მოდელირება აწმყოში.

გამოიგონე ახალი გასართობები მხოლოდ ორისათვის, დაუნიშნე პაემანი, აჩუქე საგულდაგულოდ შერჩეული საჩუქარი, მოაწყვეთ შეთქმულება და ერთად გაიპარეთ ქალაქგარეთ, იმ ადგილას, სადაც თითქმის მთელი ცხოვრებაა აპირებთ წასვლას და ვერაფრით მოგიხერხებიათ.

ნუ დანებდები ყოველდღიურობას!

ნუ დაელოდები უკეთეს მომენტს: განახორციელე შენი ყველაზე სანუკვარი ოცნებები და ფანტაზიები... დღესვე, ამ წუთას.

გამოიჩინე მეტი ინტერესი და სასიამოვნოდ გაოცდები, როცა შენი გულისსწორის ხალისიან გამოხედვაში საპასუხო აზარტს შენიშნავ.

სექსი სიყვარულის გამოხატვის ერთ-ერთი ფორმაა და სრულყოფილი მხოლოდ მაშინ არის, როცა ნამდვილ გრძნობას ეფუძნება, ამიტომ

სექსუალური ტექნიკის სრულყოფაზე ფიქრს, ჯობია, სიახლოვის გაღრმავებაზე იზრუნო და დარწმუნებული იყავი, ყველაფერი, რასაც ლოგინში გააკეთებ, ნამდვილი სასწაული იქნება - ერთად ყოფნის განუმეორებელი სასწაული.

კიდევ ერთი საჩუქარი infobiz.ge-სგან!

შემოიარე ჩვენთან სტუმრად
http://www.infobiz.ge/rogor-gavaketot-saiti-siyvarulis-axsna

და მიიღე საჩუქრად კიდევ ერთი ელექტრონული წიგნი
„როგორ გავაკეთოთ საიტი-სიყვარულის ახსნა“