

## Personības īpašības, kas neļauj izbaudīt attiecības

Šajā nodaļā aplūkosim tās personības īpašības, kas izpaužas, kad esam zaudējuši iekšējo līdzsvaru, un traucē izveidot veselīgas partnerattiecības. Vai esat novērojuši, ka tad, ja esam iekšēji līdzsvaroti, mēs spējam arī maksimāli veselīgi sadarboties ar apkārtējiem cilvēkiem un pasauli?

Šeit atradīsiet gan Baha ziedu aprakstus no “Divpadsmit Dziednieku” grupas, kas raksturo mūsu iedzimtās personības iezīmes, gan arī aprakstus no grupas “Septiņi Palīgi”, kur minētas dzīves laikā iegūtās personības īpašības. Atcerieties, mums var būt raksturīgs dažāds šeit minēto īpašību salikums – kāda var būt izteiktāka, cita – retāk novērojama, turklāt, iespējams, tikai noteiktās situācijās vai ar konkrētiem cilvēkiem. Es izmantošu apzīmējumu “tips”, lai runātu par cilvēkiem, kuriem aprakstītais domāšanas un uzvedības modelis ir ļoti izteikts, piemēram, ozola tipa cilvēks.

*Es zinu labāk! Tev vajag!*

### Verbēna • Vervain

Grūti ieklausīties otra cilvēka vēlmēs un pieņemt citādu uzskatus,  
grūti ļaut otram rīkoties citādi un gūt savu pieredzi.

Ja mēs atrodamies verbēnas postošajā stāvoklī, tad esam pilnībā pārliecināti, kādām ir jābūt attiecībām un kas jā dara, lai tās izdotos. Mums vienmēr par visu ir viedoklis, turklāt, mūsaprāt, vienīgais pareizais, jo mēs taču esam loģiski, analītiski un gudri. Mēs organizējam un plānojam (ikdienu, brīvdienas, at-

vaļinājumu), kā arī daudz runājam, lai otru pārliecinātu: “Es zinu, tev vajag! Tu redzēsi, tā būs labi!”, “Mums noteikti ir jāpārrunā, kā mēs attiecībās jūtamies”, “Ja vēlamies precēties, mums noteikti jāiet uz kursiem”, “Tev jāpavada arī laiks ārpus mājas ar saviem draugiem, lai tu justos laimīgs mūsu attiecībās.”

Tāpat mēs vienmēr zinām, kas partnerim nāks par labu, turklāt jebkurā situācijā. Ja viņam ir risināma kāda problēma, mums tūlīt ir skaidrs, ko darīt. Kaut tikai viņš ieklausītos! Piemēram, ja partnerim ir veselības problēmas, mēs atrodam labākos speciālistus un ārstniecības līdzekļus un kaļam plānus, kā viņu pārliecināt mūsu izdomāto programmu īstenot. Ja grūtības darbā, piemēram, jāmeklē jauna darbavieta, mēs pētām sludinājumus, sacearam pieteikuma vēstules un vienīgais, ko gaidām no otra cilvēka – lai viņš savā elektroniskajā pastā nospiež pogu “Nosūtīt”.

Vai notiek tā, kā vēlamies? Diemžēl ne, partneris nekā nav piedabūjams pakustināt pat mazo pirkstiņu. Viņš kļūst arvien pasīvāks, savukārt mēs – arvien aizkaitinātāki, neiecietīgāki un saspringtāki. Turklāt mums vēl nākas dzirdēt no partnera, ka esam naski uz strīdēšanas, stūrgalvīgi, kā arī audzinot un mācot otru gluži kā tādi skolotāji. Ir dažas lietas, ko mēs, ciešot no verbēnas postošā stāvokļa, bieži aizmirstam: pirmkārt, pajautāt, ko otrs cilvēks vēlas un kāds būtu viņam atbilstošākais problēmu risināšanas veids. Otrkārt, nepieļaujam iespēju, ka līdz mērķim var nokļūt pa dažādiem ceļiem. Treškārt, jo vairāk mēs iedegamies par kādu lietu, jo vairāk “apdedzinām” otru. Mēs esam kā milzīgs ugunskurs, no kura otrs vairās. Varat iztēloties arī šādu salīdzinājumu: pāra enerģija un aktivitāte kopā veido 100%. Ja viens no pāra ir aktīvāks un enerģiskāks, teiksim, paņēms 98% no kopējā enerģijas daudzuma, tad otram nekā cits neatliek kā dzīvot ar atlikušajiem 2%.

