

Dr. H. Norman Wright

Relațiile: satisfacție și dezamăgire



Noua Speranță

Cuprins

1. Lumea largă a relațiilor	9
2. Cei patru piloni ai unei relații	29
3. De unde vii?	43
4. Atracție sau sex	67
5. Doisprezece pași spre o relație durabilă ..	89
6. „Nu este semn bun“	105
7. Care este potențialul relației	127
8. Frica poate paraliza relațiile	149
9. Când dragostea moare	165
10. Compatibilitatea: vis sau realitate	183
11. Cât de diferiți puteți fi?	201
12. Dacă bărbații sunt de pe Marte și femeile de pe Venus, cum pot comunica pe Pământ	215
13. Tipurile de personalitate	233
14. Mai multe despre tipurile de personalitate	251
La încheiere	271
Anexa	277

Introducere

Această carte tratează două probleme majore care par să afecteze un mare număr de oameni: identificarea potențialului pozitiv de a stabili relații pe termen lung și evitarea relațiilor cu impact negativ. Am putea numi acest proces: „Cum să eviți risipirea timpului, a energiei și a banilor într-o relație fără speranță.“

Unul sau două subiecte ale cărții sunt o continuare a tratării lor într-o carte anterioară, *Finding Your Perfect Mate (Găsirea partenerului perfect)*, publicată de editura Harvest House. Ar fi bine dacă ați putea citi și această carte pentru că se ocupă de problemele tipice ale persoanelor necăsătorite. Printre subiectele abordate în acea carte se numără: este căsătoria pentru mine sau nu?, ce să faci dacă nu ți-ai revenit în urma unei relații destrămate?, de ce ești încă necăsătorit?, unde poți întâlni persoanele de sex opus potrivite?, cum să ieși dintr-o relație nepotrivită?

Subiectele fiind prea numeroase pentru o singură carte, din această nevoie a apărut cartea pe care o ai în mână. Materialul prezentat se bazează pe mai mult de treizeci de ani de discuții atât cu oamenii necăsătoriți, cât și cu cei căsătoriți. Sper ca informațiile din carte să te ajute să-ți dezvolti și să-ți întărești calitatea și durabilitatea relațiilor tale.



Lumea largă a relațiilor

Unii oameni sunt, din punctul de vedere al relațiilor, „oameni fără adăpost“. Modul în care își stabilesc relațiile cu alții poate fi numit „surf relațional“: schimbă des relațiile, fără să rămână prea mult timp într-o relație.

Suntem înconjurați de relații. Ele se află peste tot. Reclamele și emisiunile de la televizor sunt concepute plecând de la relații. Ne gândim la ele, vorbim despre ele și le experimentăm. Poate stăm mai rău la capitolul experiență, dar primele două lucruri sunt oricum valabile. Totuși, nu sunt sigur că majoritatea oamenilor cunosc sensul cuvântului. Unii oameni se află în *situații*, nu în relații. (Vom mai aborda acest aspect.)

Relațiile sunt o componentă semnificativă a vieții. Am fost creați pentru relații, nu pentru a trăi fără ele. Cea mai mare parte a vieții noastre este petrecută în diverse relații. Eliminând relațiile, viața noastră ar deveni sterilă. Desigur, există oameni care par a nu avea nevoie de relații, dar ei reprezintă rarele excepții de la regula generală.



Oamenii „fără adăpost“ din punctul de vedere al relațiilor

Existența multor oameni care nu au adăpost este un fapt trist al societății. Cu toții cunoaștem oameni care nu au unde locui. Îi vedem pe străzi și prin fața magazinelor. Nu este neobișnuit să întâlnești oameni îmbrăcați sărăcăcios care cerșesc pe stradă. Uneori familii întregi ajung să locuiască în aer liber. Am auzit despre familii care, neavând bani pentru a-și asigura un acoperiș deasupra capului, au locuit cu chirie mutându-se din loc în loc fără a plăti chiria și părăsind apoi orașul de teama consecințelor. Acești oameni fără adăpost sunt vizibili. Dar există mulți oameni fără adăpost în societatea de astăzi care nu sunt la fel de *vizibili*. Ei sunt oameni fără adăpost din punct de vedere *relațional*.

Mulți oameni necăsătoriți suferă din această cauză. Ei procedează la fel ca oamenii fără adăpost care se lasă în voia sorții. Nu sunt în stare să găsească oameni alături de care să stabilească relații semnificative sau nu pot rămâne suficient timp într-o relație pentru a se ajunge la o cunoaștere reciprocă. Această rătăcire din punctul de vedere al relațiilor se mai numește și „surf relațional“, adică trecerea de la o relație la alta fără a se devota niciunei persoane și fără a sta suficient de mult timp pentru cimentarea unei relații.

Teama este una din cauzele care ne împiedică să căutăm relații. Apropierea ni se pare amenințătoare, deci ne retragem. Sau poate că „terenul“ de unde putem „recolta“ o relație se aseamănă cu terenul unei ferme după o secetă prelungită. Este adevărat că persoanele necăsătorite întâmpină greutăți în găsirea unor parteneri serioși, echilibrați și sinceri.

Uneori lipsa adăpostului relațional nu este vina noastră. Este nevoie de un efort suplimentar pentru a-i găsi pe alții și de mai mult timp pentru a cultiva relațiile pozitive.¹



Temelia relațiilor este Dumnezeu

Temelia relațiilor o găsim în Biblie. Nu este interesant că prima afirmație făcută de Dumnezeu despre omul pe care l-a creat a fost: „Să facem om după chipul Nostru“ (Geneza, 1:26)? Fiecare om a fost creat pentru a avea o viață și un caracter asemănător lui Dumnezeu. Dar Dumnezeu pe care trebuie să-L reflectăm este un Dumnezeu al relațiilor: Tatăl, Fiul și Duhul Sfânt.

Apoi citim: „Nu este bine ca omul să fie singur“ (Geneza, 2:28). Singurătatea a fost primul lucru despre care Dumnezeu a spus că nu este bun. Cartea Ecclesiastul spune:

Mai bine doi decât unul, căci iau o plată cu atât mai bună pentru munca lor. Căci, dacă se întâmplă să cadă, se ridică unul pe altul; dar vai de cine este singur, și cade, fără să aibă pe altul care să-l ridice! (4:9-10).

Max Lucado, cu stilul lui inconfundabil, ne oferă o altă perspectivă asupra relațiilor:

O relație. Fuziunea delicată a două ființe umane. O întreprindere complexă a două vieți; a două stări sufletești, mentalități și temperamente. Două inimi reunite, inimi care caută consolare și siguranță.

O relație. Are mai multă putere decât o bombă atomică și mai mult potențial decât cea mai promițătoare sămânță. Nimic nu îl determină pe un om să aibă mai mult curaj decât o relație. Nimic nu aprinde mai tare inima unui patriot și nu îndepărtează mai bine cinismul unui rebel decât o relație.

În viață nu contează atât de mult pe ce poziții ne ridicăm și nici ce posesiuni acumulăm. Ceea ce contează cel mai mult sunt relațiile.

Ce măsuri îți iei ca să-ți protejezi „posesiunile”? Ce întreprinzi pentru a avea relații sigure și sănătoase? Ce faci pentru a consolida podurile dintre tine și cei din lumea ta?

Stăpânul nostru cunoaște valoarea unei relații. El a schimbat lumea prin relații. El a acționat nu prin forță, ci subliniind valoarea unei persoane. A construit poduri și a trecut pe ele. L-a atins pe lepros, i-a unit pe înstrăinați, a considerat valoroase persoanele cele mai păcătoase. Ce-a spus El despre iubirea semenului ca pe sine însuși?

Omul care consideră oamenii mai valoroși decât posesiunile materiale este un om înțelept.²

Factorul „reciprocității“

Deci, ce este o relație? Folosim cuvântul, dar ce înseamnă el? O definiție simplă este: *împărtășirea reciprocă a vieții dintre doi oameni.*

Relația nu poate exista fără „reciprocitate“. Fiecare om trebuie



A împărtăși viața cu cineva înseamnă a fi onest. Înseamnă a sta în fața cuiva și a-i spune: „lată-mă! Acesta sunt.“ Fără negare și fără scuze.



să contribuie cu ceva pentru ca relația să existe. Amândoi trebuie să participe într-o anumită măsură, altfel relația nu se încheagă.

Poți afirma că ai o relație foarte bună cu Billy Graham. I-ai citit toate cărțile, ai participat la cruciadele lui de vestire a evangheliei, l-ai auzit vorbind, ai contribuit la lucrarea lui și te-ai rugat zilnic pentru el. Dar dacă el nu te

cunoaște, nu ai o relație cu el.

Fiecare participant trebuie să contribuie pentru ca o relație să se cimenteze și să dureze. Dacă o relație se rupe, ambii sunt



de vină într-o oarecare măsură (chiar dacă nu au o responsabilitate egală pentru eșecul relației).

Nevoia de sinceritate

Știi ce înseamnă să-ți împărtășești viața cu cineva? Înseamnă să fii onest cu el, să fii tu însuți, fără mască. Înseamnă a sta în fața cuiva și a-i spune: „Iată-mă! Acesta sunt.“ Fără negare și fără scuze.

O componentă esențială a onestității este sinceritatea. Când fiecare este sincer, te poți relaxa într-o atitudine de siguranță și confort, știind că persoana cealaltă este demnă de încredere. Cuvântul sinceritate provine dintr-un cuvânt latinesc ce înseamnă „fără ceară“. În trecut, pe vasele fine de porțelan se puteau forma mici fisuri atunci când erau arse în cuptor. Producătorii necinstiți acopereau fisurile cu ceară albă strălucitoare și afirmau că vasele erau fără cusur. Dar, când erau ținute în soare, lumina descoperea fisurile acoperite cu ceară. Din acest motiv, producătorii onești își însemnau vasele de porțelan: „sincer“, adică fără ceară. Aceasta înseamnă adevărata sinceritate: nu există fisuri, interese sau motive ascunse.³ Ești sincer? Este sinceră persoana de care ești interesat?

Nu poți stabili o relație trainică atunci când un om este lipsit de transparență și de sinceritate.

Există cineva în viața ta care este așa? A existat înainte?⁴

Nivelurile relațiilor

De-a lungul vieții interacționăm cu mulți oameni, dar nu ne așteptăm ca toate relațiile să aibă aceeași profunzime. Există mai multe niveluri ale relațiilor. De exemplu, nu stabilim relații asemănătoare cu oamenii pe care-i întâlnim ocazional la locurile de muncă și cu rudele apropiate.

Intensitatea unei relații este uneori rezultatul unei activități pe care o planificăm. De exemplu, cultivi intenționat o prietenie cu un nou membru al bisericii pentru a-l face să se simtă binevenit.

De multe ori, însă, relațiile se dezvoltă fără activități intenționate. De exemplu, ești atras de cineva care are aceleași hobby-uri ca și tine. Există mai mulți factori care determină profunzimea relațiilor pe care le avem cu oamenii din viața noastră.

Relații ocazionale și permanente

Un mod de a analiza relațiile este acela de a le împărți în relații *ocazionale* și *permanente*. Relațiile permanente sunt cele cu partenerii de viață, părinții, copiii, rudele, șefii și colegii sau alte relații considerate continue sau de durată. Desigur, nu întotdeauna aceste relații sunt considerate valoroase, dar trebuie să le continuăm.

Relațiile ocazionale sunt cele cu vecinii, prietenii mai depărtați, cunoștințele sau cu orice persoană pe care nu o includem în cercul relațiilor permanente. Obligațiile din cadrul relațiilor permanente sunt – sau ar trebui să fie – mai mari decât cele din cadrul relațiilor ocazionale. Deoarece relațiile permanente sunt de durată, există foarte puține motive justificate pentru a le pune capăt. Cu toate acestea, te poți afla într-o relație permanentă, de exemplu cu o rudă sau cu un posibil viitor partener de viață, dar pe care unul sau ambii parteneri o consideră o relație ocazională. Lipsa devotamentului atunci când acesta este așteptat poate tensiona mult o relație. Clarificarea așteptărilor, mai ales în cadrul relațiilor permanente, este esențială pentru a ne înțelege bine cu oamenii cei mai apropiați.⁵

Pot exista în viața ta relații ocazionale care dorești cu toată onestitatea să nu existe. Cu toții am avut colegi sau chiar membri din biserică a căror prezență nu ne făcea plăcere sau care pur și simplu nu ne doream să-i avem în preajmă pentru că nu ne potriveam.

De asemenea, toți avem una sau mai multe relații permanente care dorim să fie doar ocazionale! Nu am avea nici un motiv să



interacționăm cu o rudă dacă nu ar exista legăturile familiale. Este adevărat, nu-i așa? Nu avem aproape nimic în comun. Dar relațiile neplăcute cum sunt acestea nu trebuie să fie iritante sau considerate o povară. Putem învăța să ne înțelegem cu acești oameni prin prezența lui Isus Cristos care ne poate schimba atitudinile.

Relații minime

Un alt mod de a analiza nivelul relațiilor este să le împărțim în relații *minime*, *moderate*, *puternice* sau de *calitate*. Să vedem care sunt deosebirile.

Relațiile minime se rezumă la interacțiuni simple, superficiale și verbale care sunt în general plăcute și nu ostile. La acest nivel oamenii nu dăruiesc și nu primesc sprijin emoțional sau dragoste unul de la celălalt. Vorbesc și ascultă numai atunci când este necesar. Este posibil să existe în viața ta o persoană cu care ai relații minime, dar, dintr-odată, se înfiripă între voi o poveste de dragoste.

Vei continua să întreții relațiile minime cu oamenii în preajma cărora nu îți face plăcere să te afli, pentru că este necesar să ai un anumit nivel de relație cu ei. Cheia este să stabilești în avans cât de mult trebuie să interacționezi cu acești oameni și apoi să te străduiești să faci ca această interacțiune să fie cât mai sănătoasă. Va fi nevoie de efort și de răbdare din partea ta.

Care sunt oamenii din viața ta pe care îi consideri ca făcând parte din relațiile minime? Care sunt sentimentele tale față de ei? Ai avut o relație cu un posibil viitor partener care a rămas la acest nivel mai mult timp?

Relații moderate

O relație moderată are toate caracteristicile unei relații minime, la care se mai adaugă una: atașamentul emoțional. Așa mai merge,

poți spune. În relațiile moderate dorești sprijin emoțional și ești dispus să-l oferi. Există o sinceritate între voi care vă permite să vă împărtășiți suferințele, grijile, necazurile și bucuriile. Situația ideală este ca această deschidere să fie din ambele părți. Este un început bun. Dar chiar dacă nu este așa, noi, credincioșii, suntem chemați să răspundem cu o inimă deschisă tuturor oamenilor, oricare ar fi reacția lor.

Sprijinul emoțional este temelia pe care se pot construi relațiile profunde. De exemplu, o căsătorie care nu se întemeiază pe o legătură emoțională între cei doi parteneri nu va fi o căsnicie satisfăcătoare. Toți am întâlnit căsnicii de acest fel. Sunt celibatari căsătoriti care locuiesc sub același acoperiș.

De multe ori noi suntem inițiatorii relațiilor moderate făcând primii pași prin deschiderea inimilor noastre și acordarea sprijinului emoțional. Ceilalți ne pot urma exemplul sau se vor considera amenințați de acțiunea noastră. Poate că le este greu să aibă atât de multă încredere în noi pentru a ne împărtăși sentimente ținute ascunse de mult timp. Poate că mai au încă răni emoționale produse de o relație anterioară. Tot ce putem face în acest caz este să ne asumăm riscul de a fi sinceri și de a ne oferi prietenia. Nu este greșit dacă procesul deschiderii inimii este mai lent. Relațiile moderate au nevoie de timp pentru a se dezvolta.

Care sunt oamenii din viața ta pe care îi consideri ca făcând parte din relațiile moderate? Care sunt sentimentele tale față de ei? Dacă ai o relație cu un posibil viitor partener de viață, este ea la acest nivel? Este valabil acest lucru numai pentru tine sau pentru amândoi?

Relații puternice

Diferența dintre o relație moderată și una puternică este definită de un cuvânt simplu: ajutor. Relațiile puternice se dezvoltă atunci când ești angajat profund în viața altor oameni. Te poți



angaja în viața altor oameni atunci când îi ajuți în mod practic. De asemenea, accepți ajutorul lor atunci când ai nevoie.

Unii oameni pot acorda mai ușor ajutor decât sprijin emoțional. De fapt, am văzut mulți oameni sărind peste etapa atașamentului emoțional și trecând direct la acordarea ajutorului. Participarea personală este mai mică în acest caz. Cu toate acestea, relațiile puternice *trebuie* să se întemeieze pe sprijinul emoțional pentru ca dragostea arătată prin ajutorul acordat să aibă o semnificație. Evitarea sprijinului emoțional duce la relații superficiale. Sprijinul emoțional este o legătură mai puternică decât ajutorul fizic.

Care sunt oamenii din viața ta pe care îi consideri ca făcând parte din relațiile puternice? Care sunt sentimentele tale față de ei? Dacă ai o relație cu un posibil viitor partener de viață, ați ajuns la acest nivel?

Relații de calitate

Toate elementele din celelalte tipuri de relații conduc spre cel mai profund nivel: relațiile de calitate. Acestea mai cuprind un element: dragostea plină de încredere. Te simți în siguranță alături de persoana cealaltă atunci când îi împărtășești ce se întâmplă în interiorul tău: nevoile, gândurile și sentimentele tale profunde. Partenerul consideră un adevărat dar ceea ce împărtășești cu el. De asemenea, ai libertatea de a-l invita și pe el să-ți împărtășească nevoile, gândurile și sentimentele lui profunde și el se simte în siguranță să facă acest lucru.

Relațiile de calitate pot exista între prieteni, parteneri de viață, părinți, copii și colegi de muncă. Nu există secrete și bariere. Relația se bazează pe încredere reciprocă completă.

Care sunt oamenii din viața ta pe care îi consideri ca făcând parte din relațiile de calitate? Care sunt sentimentele tale față de ei?⁶ Dacă ai o relație cu un posibil viitor partener de viață, ați ajuns la acest nivel?

Nu uitați faptul că modul de abordare a unei relații duce fie la consolidarea ei, fie la întreruperea ei. Primele luni ale unei relații



Compară-te cu o baterie. Relațiile epuizante te storc de puteri. Este greu să mai găsești suficientă energie să începi să funcționezi din nou!



sau ale unei căsnicii trebuie hrănite ca un bebeluș care face primii pași și învață să vorbească și să umble și nu trebuie să abordăm relația la fel cum abordăm un adult. De multe ori oamenii consideră prea timpuriu că relația lor este complet dezvoltată, matură și adultă, dar așteptările le sunt repede infirmate. Dar dacă relația este considerată mai întâi un copil mic, adică

ceea ce este, îți vei adapta așteptările acestei concepții.

Nivelurile de energie a relațiilor

Oricare ar fi nivelul relațiilor, mai trebuie luat în considerare încă un factor. O relație va fi sau *epuizantă* sau *dinamizatoare*. O relație epuizantă este relația cu o persoană care te secătuieste emoțional și spiritual. Îți consumă energia. Poate fi o relație prelungită cu posibilul viitor partener sau o căsnicie. A fi împreună cu o astfel de persoană înseamnă a depune eforturi constante. La început relația poate părea funcțională, dar în curând va fi necesar un efort de susținere a ei care te stoarce de puteri. Nu este o perspectivă prea plăcută.

Cei care te secătuiesc de puteri mai mult contribuie la înmulțirea problemelor tale decât să te ajute să ți le rezolvi pe cele pe care le ai deja. Dacă te compari cu o baterie, aceștia sunt oamenii care îți folosesc energia. Este greu să mai găsești suficientă energie să începi să funcționezi din nou.



Nimeni nu dorește o relație care epuizează, oricare ar fi situația. Toți oamenii își doresc o relație care dinamizează, revigorează. Vrei oameni care să îți ofere energie și vitalitate prin simpla lor prezență. Ei contribuie pozitiv la viața ta. Cea mai bună cale de a atrage oameni de acest fel este să fii tu însuși un astfel de om.⁷

Găsește o persoană pe care să o iubești

Judith Sills prezintă trei reguli pentru găsirea unui partener de viață în cartea ei *How to Stop Looking for Someone Perfect and Find Someone to Love (Cum să nu mai cauți pe cineva perfect și să găsești pe cineva să iubești)*. Dr. Sills spune:

În procesul căutării unui partener este foarte ușor să te lași copleșit de sentimente. Atracția sexuală ne face să ne pierdem mințile. Dacă mai adaugi și singurătatea, speranțele, dezamăgirile trecute și o doză sănătoasă de presiune socială, ai toate elementele unei adevărate harababuri emoționale care definește atât de des perioada de curtare.⁸

I. Disponibilitatea

Prima regulă este atât de fundamentală încât aproape că este inutil să o mai menționăm. *Este persoana respectivă un partener disponibil pentru căsătorie?* Atracția nu așteaptă întotdeauna până când verificăm acest fapt. Atunci când îți cauți un partener de viață de ce să pierzi timp cu cei care „s-ar putea să fie disponibili în viitor”? În fond, nimeni nu pariază pe un cal care nici nu participă la cursă!⁹

Iată pe cine trebuie să consideri indisponibil:

Oamenii care au peste treizeci de ani, dar nu se descurcă fără părinți. Dacă nu au trăit niciodată singuri, nu s-au separat emoțional de părinții lor sau nu sunt capabili din punct de vedere emoțional să trăiască la distanță de părinții lor, nu îndeplinesc criteriile de a fi buni parteneri de căsătorie. Nu sunt candidații cei mai potriviți.

Oamenii care sunt separați de partenerii lor sau se întâlnesc cu alții. Cei care sunt separați, din punct de vedere legal rămân căsătoriți în ochii lui Dumnezeu și ai statului, chiar dacă spun: „În ultimii doi ani nu ne-am comportat ca un cuplu.“ Ei sunt totuși căsătoriți!

Nu uitați, orice om care divorțează are nevoie de un proces de recuperare (unii chiar de mai multe ori) și ar trebui să petreacă cel puțin un an fără nicio relație serioasă pentru a depăși rănila lăsate de divorț. Dacă așteaptă mai mult, cresc șansele reușitei căsătoriei ulterioare.

Dacă te gândești la o relație cu o persoană divorțată, nu uita că, pe lângă timpul necesar recuperării, mai există și alte probleme: copiii și obligațiile financiare ale celui divorțat. Dacă există copii, te căsătorești cu o familie, nu doar cu o persoană.

Poate că unul sau amândoi au mai fost căsătoriți. Dacă este vorba de căsătorie, această relație trebuie examinată cu toată atenția. Este uimitor cât de des oamenii divorțați se căsătoresc cu persoane foarte asemănătoare cu foștii lor parteneri, comportându-se față de ei la fel de greșit ca și față de fostul partener.

O persoană care se află într-o relație de prietenie cu cineva de sex opus este de asemenea indisponibilă. Această persoană trebuie mai întâi să-și încheie relația prezentă și apoi are nevoie de o perioadă de revenire pentru a evita suprapunerea a două relații.



Cei care au tendința de a avea concomitent mai multe relații cu posibili parteneri de căsătorie sunt oameni care vor să evite orice risc. Ei nu vor să fie singuri așa că nu întrerup relația până nu apare posibilitatea unei relații noi. Când sunt siguri că noua relație poate da rezultate, întrerup relația veche. Nu uitați că puteți fi următoarea victimă dacă persoana respectivă a procedat astfel cu altcineva.

În sfârșit, o persoană care nu este interesată de o relație pe termen lung sau nu este pregătită emoțional, nu este un candidat potrivit. Dacă persoana respectivă a avut în trecut relații mai îndelungate și mai puține relații scurte, atunci mai există o speranță.

2. Primești ceea ce vezi

A doua regulă a dr. Sills este: *nu există înlocuiri*. Ceea ce vezi, aceea primești. Poate că ați văzut în unele magazine semnul: *marfa cumpărată nu se schimbă*. Alegeți marfa, o cumpărați și rămâi cu ea.

Persoana pe care o vei lua în căsătorie s-ar putea să nu îndeplinească tot ceea ce aștepti de la un partener, de fapt sigur nu va putea. Va trebui să descoperi cât mai repede ce calități îi lipsesc candidatului pentru a determina dacă poți trăi tot restul vieții fără aceste calități. Dacă nu le descoperi înainte, le vei descoperi mai târziu și reacția ta va fi probabil mai vehementă. De fapt, regula este că te adaptezi cu atât mai bine cu cât faci aceste



Persoana pe care o vei lua în căsătorie s-ar putea să nu îndeplinească tot ceea ce aștepti de la un partener, de fapt sigur nu va putea. Trebuie să descoperi cât mai repede ce calități îi lipsesc candidatului pentru a determina dacă poți trăi tot restul vieții fără aceste calități.



descoperiri mai repede. Dar dacă trece mai mult timp, vei fi mai iritat. De ce? Pentru că te simți trădat. Ești supărat pe partener pentru că nu ți-a spus de la început și ești supărat pe tine însuși pentru că nu ai reușit să descoperi problema.

Nu uitați că toți candidații la căsătorie au defecte psihologice, emoționale, fizice și spirituale. Cu cât sunt mai în vârstă, cu atât aduc mai multe experiențe (un termen mai politicoș pentru bagaje) în relație. Toți procedează așa – chiar și tu. Apoi, toți mai avem o caracteristică: suntem păcătoși! Harul pe care ni-l oferă Dumnezeu ne ajută să arătăm har altora.

Sunt sigur că ai deja în minte o listă a candidatului potrivit pentru tine. Dar te sfătuiesc să o scrii. În loc să vorbești despre o listă cu trăsăturile de vis ale candidatului ideal, scrie o listă cu acei candidați pe care nu îi dorești. Completează următoarea propoziție:

Nu voi considera partener de căsătorie pe cel care...

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Ce îți spune acest lucru despre tine însuși? De ce au apărut acești factori pe lista ta? De ce sunt considerați indezirabili acești candidați? O examinare de acest fel te va scuti de pierderea timpului și de multe dureri de cap.

3. Imaginea ta din oglindă

A treia regulă este: *ce te face să crezi despre tine însuși această persoană?* Te-ai gândit cât de importantă devine părerea partenerului



despre tine? Vei fi influențat de modul în care te percepe partenerul tău. Privind la partenerul tău, este ca și cum te-ai uita la tine într-o oglindă. Ce se întâmplă dacă partenerul tău este foarte critic sau are așteptări nerezonabile de la tine? Ce se întâmplă dacă îți transmite constant mesaje care te determină să te simți neajutorat, incapabil, vinovat, lipsit de valoare sau deprimat?

Îmi amintesc de un cuplu logodit de acum douăzeci de ani. Ea părea destul de supusă și de cooperantă, dar el era foarte ferm, dominator, critic și arogant. Cu alte cuvinte, era insuportabil. După câteva ședințe de consiliere premaritală, nu au mai venit. După trei luni, femeia a rupt relația cu el din cauza comportării și atitudinii lui.

În timpul logodnei femeia a fost deprimată și copleșită de stres. Dar după câteva luni am văzut-o la o întâlnire socială și am fost nevoit să mă uit foarte atent la ea ca să o recunosc. Era mult mai atractivă și radia bună dispoziție. Efectele fizice ale stresului și depresiei au dispărut. De ce? Pentru că imaginea din oglindă la care s-a uitat timp de doi ani a dispărut. Influența bărbatului a încetat și se vedea pe ea însăși așa cum era în realitate.

Ce poți spune despre partenerul tău? Părerea lui despre tine te încurajează? Prezența și atitudinea lui te ajută să te simți valoros sau lipsit de valoare? Te ajută să-ți dezvolți potențialul și să-ți consolidezi calitățile? Te ajută să înflorești, să te dezvolți și să fii cât mai aproape de ceea ce poți fi? Ești mai liber să iubești, să te dezvolți, să fii tu însuși?

Un prieten mi-a povestit experiența pe care a avut-o cu soția lui. Este cel mai bun exemplu pe care-l cunosc despre influența pozitivă a partenerului de viață.

Când m-am căsătorit cu soția mea, amândoi eram destul de nesiguri și ea făcea tot ce putea pentru a-mi fi pe plac. Nu mi-am dat seama cât de dominator și de nepăsător eram față de ea. Acțiunile mele de la începutul căsniciei au determinat-o să se retragă tot mai mult. Doream să continue să

aibă părul lung și să arate tot timpul perfect. Doream să fie feminină și atractivă.

Cu cât doream mai mult să se schimbe, cu atât era mai retrasă și mai nesigură. Din cauza mea devenea tot mai mult opusul a ceea ce doream eu. Am început să-mi dau seama cât de mult ceream de la ea, nu atât prin cuvinte, cât prin limbajul trupului.

Prin harul lui Dumnezeu am învățat că trebuie să o iubesc pe femeia pe care am luat-o în căsătorie, nu pe femeia imaginației mele. Mi-am promis să o iubesc pe Susan așa cum era, așa cum a creat-o Dumnezeu.

Schimbarea s-a petrecut într-un mod interesant. Eram într-o călătorie și am citit un articol dintr-o revistă. Am făcut o copie și de atunci nu mi-am scos conținutul articolului din minte și din inimă.

Articolul era despre viața lui Johnny Lingo, un om care a trăit în Pacificul de Sud. Insularii îl vorbeau de bine, dar când a sosit timpul să-și găsească o soție, toți oamenii dădeau din cap cu neîncredere. Obiceiul locului era de a plăti tatălui prețul în vaci pentru fată. Patru-șase vaci era considerat un preț mare. Fata pe care a ales-o Johnny era obișnuită, simplă, slabă și umbla cu umerii îndoiți și cu capul plecat. Era foarte retrasă și timidă. Dar oferta lui Johnny i-a surprins pe toți: opt vaci! Toată lumea a râs de Johnny, considerând că viitorul socru a făcut o afacere foarte bună.

La câteva luni după nuntă, pe insulă a ajuns un vizitator din Statele Unite și a auzit povestea lui Johnny Lingo și a soției lui care valora opt vaci. După ce s-a întâlnit cu Johnny și cu soția lui vizitatorul a rămas uimit. Nu a văzut o fată retrasă, ștearsă, ezitantă, ci o femeie frumoasă, echilibrată și încrezătoare. Oaspetele s-a interesat despre această schimbare, iar răspunsul lui Johnny a fost foarte simplu: „Am vrut o soție de valoarea a opt vaci, a spus el, și când am plătit



prețul și am tratat-o la această valoare, ea a început să creadă că are într-adevăr valoarea a opt vaci. A descoperit faptul că valorează mai mult decât toate femeile de pe insulă. Iar ceea ce contează cel mai mult pentru o femeie este ceea ce crede despre ea însăși.“

Această poveste mi-a schimbat viața. Imediat i-am trimis flori lui Susan (lucru pe care l-am făcut foarte rar înainte). Mesajul de pe felicitare a fost simplu: „Pentru soția mea care valorează opt vaci.“ Florarul, care îmi era și prieten, a crezut că am înnebunit și m-a mai întrebat încă o dată dacă acesta este mesajul pe care-l doresc.

Susan a primit florile și a fost foarte surprinsă și uimită. Când m-am întors acasă, i-am spus că o iubesc așa cum este și o consider soția mea de opt vaci. Apoi i-am dat articolul.

Acum caut permanent modalități să-i arăt că sunt mândru de ea și cât de mult o apreciez. Un exemplu este verigheta. Când ne-am logodit i-am dăruit o verighetă veche, moștenită de la o mătușă. Susan a părut încântată și eu nu m-am mai gândit la acest lucru. Dar verigheta a fost ieftină și la fel s-a simțit și soția mea. Abia după douăzeci de ani de căsătorie mi-a spus care au fost sentimentele ei în privința verighetei. I-am cumpărat o verighetă pe care o merita, chiar dacă nu era cea mai frumoasă și mai scumpă de pe piață. Dar aș fi plătit chiar mai mult. I-am dăruit-o de Sărbătoarea Nașterii Domnului: „Pentru soția mea de opt vaci cu toată dragostea.“ Efectul asupra căsniciei noastre a fost extraordinar.

În primul rând, m-am schimbat eu. Dorințele mele au început să se schimbe. Acum doresc ca Susan să fie tot ceea ce a creat-o Dumnezeu să fie. Este răspunderea mea de soț să-i acord această libertate.

Și Susan s-a schimbat. A devenit liberă. A învățat cine este în Cristos. A câștigat încredere în ea însăși.

Cum te pot ajuta aceste reguli atunci când îți evaluezi actualul partener sau un partener viitor?¹⁰ Examinează-ți partenerii din trecut. Cum a fost relația cu ei?

1. Ce fel de părere te-au determinat să ai despre tine însuși?
2. Ți s-a consolidat sentimentul valorii personale?
3. Ai fost încurajat să faci câțiva pași pozitivi de care nu te-ai crezut în stare înainte?
4. A devenit viața ta mai semnificativă decât era înainte?

Poate că te-ai gândit la potențiali parteneri alături de care să îți petreci tot restul vieții. Dar ce fel de partener vei fi tu? Este important să răspunzi la următoarele două întrebări pentru că și tu ești un potențial partener pentru altcineva.

De ce ar vrea cineva să-și petreacă tot restul vieții alături de mine?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____



De ce **nu ar vrea** cineva să-și petreacă tot restul vieții alături de mine?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Note

1. Robie Castleman, *True Love in a World of False Hope*, Downers Grove, Ill: InterVarsity Press, 1966, pag. 148-150, adaptare.
2. Max Lucado, *On the Anvil*, Wheaton, Ill: Tyndale House Publishers, 1985, pag. 69-70.
3. Charles Swindoll, *The Quest for Character*, Sisters, Oreg.: Multnomah Books, 1988, pag. 67, adaptare.
4. Tom Marshall, *Right Relationships: How to Create Them and How to Restore Them*, Kent, England: Sovereign World, 1992, pag. 10-14, adaptare.
5. Myron Rush, *Hope for Hurting Relationships*, Wheaton, Ill: Victor Books, 1989, pag. 29, adaptare.
6. Carol C. Flax și Earl Ubell, *Mother, Father, You*, Ridgefield, Conn: Wyden Books, 1980, pag. 192-201, adaptare.



-
7. Ronnie W. Floyd, *Choices*, Nashville: Broadman & Holman, 1994, pag. 170-174, adaptare.
 8. Dr. Judith Sills, *How to Stop Looking for Someone Perfect and Find Someone to Love*, New York: Ballantine Books, 1984, pag. 34-35.
 9. Idem., pag. 36, adaptare.
 10. Idem., pag. 33-35, adaptare.



Cei patru piloni ai unei relații

Elementele fundamentale ale unei relații sunt asemenea pilonilor sau fundației de piatră a unei case. Toți pilonii trebuie să fie puternici.

Dacă încerci să compensezi slăbiciunea unui pilon prin consolidarea altuia, întreaga structură va fi dezechilibrată.

Dacă te-ar întreba cineva: „Care sunt factorii necesari ai unei relații durabile?“ ce ai răspunde? Ce fundație sau „piloni“ sunt esențiali pentru o relație puternică?

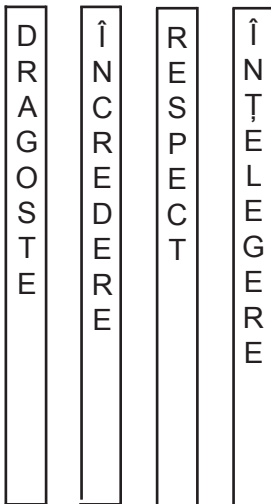
Gândește-te la acest aspect. Dacă ar trebui să te rezumi la doar patru factori? Există în realitate mai mulți, dar elementele care sunt necesare în orice relație, mai ales într-o căsnicie care trebuie să dureze toată viața, sunt următoarele: dragostea, încrederea, respectul și înțelegerea.

Factorul cel mai durabil este dragostea. Pavel a afirmat acest lucru atunci când a spus: „rămân aceste trei: credința, nădejdea și dragostea; dar cea mai mare dintre ele este dragostea“ (1 Corinteni, 13:13). Tot el a spus:

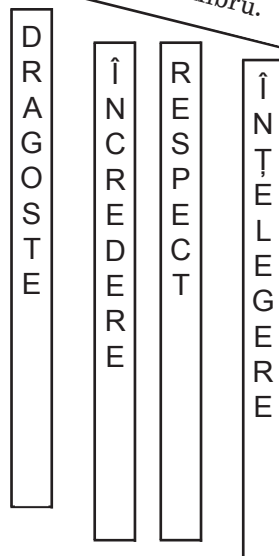
Astfel, deci, ca niște aleși ai lui Dumnezeu, sfinți și prea iubiți, îmbrăcați-vă cu o inimă plină de îndurare, cu bună-tate, cu smerenie, cu blândeță, cu îndelungă răbdare. Îngăduiți-vă unii pe alții, și, dacă unul are pricină să se plângă de altul, iertați-vă unul pe altul. Cum v-a iertat Hristos, așa iertați-vă și voi (Coloseni, 3:12-13).

Pilonul cel mai *fragil* dintre toate este încrederea. Cel mai *neglijat* este *respectul* sau cinstirea. Pilonul care are nevoie de *cel mai mult timp* pentru a se forma este *înțelegerea* sau cunoașterea.

Aceste patru elemente se aseamănă cu pilonii unei case. Fiecare pilon trebuie construit. Dacă unul este slab, nu poți compensa deficiența lui dezvoltând mai mult alt pilon. Dragostea nu înlocuiește lipsa de încredere, nici înțelegerea lipsa de respect. Să vedem ce se întâmplă.



*Această casă este înclinată!
Nu are echilibru.*





Pilonul dragostei

Probabil că ai auzit mai multe mesaje despre diversele tipuri de dragoste biblică: *eros*, *philia*, *storge* și *agape*. Dar cum se exprimă aceste tipuri de dragoste în mod practic și durabil?¹ Există mai multe caracteristici.

Siguranța și securitatea

Vrei să te simți în siguranță în relația ta. Vrei să poți respira în voie și să spui: „Este atât de plăcut să te simți bine în prezența cuiva, să renunți la armura protectoare și să fii tu însuți.“ Aceasta este caracteristica de care ne bucurăm atât de mult în dragostea-prietenie (*philia*). Dacă această dimensiune a dragostei este prezentă în căsnicie, înseamnă că există speranță pentru acea relație.

În cadrul căror relații din viața ta te simți mai în siguranță? Cine sunt oamenii care îți transmit cel mai bine acest sentiment? Ce fac ei pentru a-ți comunica sentimentul de siguranță?

Sprijinul

Oamenii doresc și au nevoie să simtă că sunt sprijiniți de cei care îi iubesc. Acest lucru este menționat în alt capitol, dar trebuie prezentat mai pe larg aici.

O relație care îți asigură sprijinul necesar te ajută să fii sigur că nu înfrunți lumea singur. Poți depinde de alți oameni care sunt alături de tine în momentele dificile, chiar dacă nu sunt de acord cu toate concepțiile tale. Există în viața ta oameni care îți acordă sprijinul lor? Cine sunt? Există printre ei oameni care ai dori să-ți devină parteneri de viață?

O persoană care te sprijină nu se află alături de tine numai în perioadele dificile, ci și în cele bune. Atunci când îi sprijini pe

alții îi încurajezi, îi ajuți să viseze și să se dezvolte, chiar până la un nivel care îl depășește pe al tău. Îți folosești capacitățile ca să-l ajuți pe un om să se dezvolte mai mult decât tine. Acest lucru este uneori mai greu pentru bărbați. Poți accepta acest lucru?

Întâlnesc destul de des foști studenți pe care i-am avut la Seminarul Talbot și descopăr că excelează în unele domenii mai mult decât mine. Este un lucru extraordinar! Deci, răspunsul meu este „Da!“

De asemenea, fiind un pescar pasionat, sunt foarte satisfăcut atunci când îi ajut pe alții să se bucure de pescuit și să învețe cum să prindă pește. (Bineînțeles că la pescuit ai nevoie și de noroc.) Dacă ei prind un pește mai mare decât am prins eu, ca rezultat al sfaturilor mele, cu atât mai bine! Ne bucurăm împreună. Uneori am fost depășit la pescuit de soția și de fiica mea.

Cheia capacității de a-i ajuta pe alții este identificarea calităților altor oameni și dezvoltarea acelor calități pentru a-i ajuta să aibă succes. Pentru a face acest lucru, trebuie să ai o atitudine pozitivă față de ei. Trebuie să cauți ce este mai bun în ei. Trebuie să crezi în ei până ajung și ei să creadă în ei înșiși și încep să aibă succese.

Acest lucru se întâmplă foarte des în cabinetul meu de consilier. Văd persoane și familii deprimare: sunt zdrobiți, tulburați și suferă. De multe ori trebuie să le împrumut speranța și credința mea până când ajung să producă aceste calități ei înșiși. Trebuie să-i sprijin crezând în ei, în calitățile și în viitorul lor până când sunt suficient de stabili pentru a crede în ei înșiși.

Aceasta este o metodă importantă pentru ca dragostea ta să fie reflectată într-o relație. Uneori tu ai nevoie de sprijin, alteori trebuie să-l oferi.

Dacă ai în prezent o relație, cum vă sprijiniți reciproc?

Sentimentul apartenenței

Fiecare om cunoaște durerea respingerii și a excluderii. Dumnezeu a creat în noi sentimentul apartenenței care trebuie să fie



satisfăcut prin includerea noastră în comunități. Fiind inclus într-un grup te simți important pentru că alții și-au deschis propriile lumi în fața ta. Este ușor să trăiești alături de oameni care te acceptă, își deschid inimile față de tine și te includ în viețile lor.

Pe măsură ce îmbătrânesc prețuiesc tot mai mult sentimentul apartenenței de care mă bucur alături de soția mea și de câțiva prieteni apropiați. Îmi pot împărtăși suferințele, visele, gândurile și sentimentele fără să mă tem că voi fi disprețuit, ridiculizat sau respins. Te simți atât de confortabil când ai sentimentul apartenenței. Având parte de beneficiile apartenenței, vei dori să îi faci și pe alții să aibă acest sentiment.

Care persoană din viața ta îți comunică acest sentiment al apartenenței?

Grija

Avem nevoie de oameni care să aibă grijă de noi și să ne ajute să ne dezvoltăm. Când îl ajuți pe un alt om să crească și să se dezvolte, îl inviți să ocupe un loc special în inima ta. Îți exprimi grija prin cuvinte și prin fapte. Atunci când într-adevăr vrei să ai grijă de cineva, renunți la propriul confort în beneficiul altora. Este aproape imposibil să nu stabilești o legătură strânsă cu cineva de care îți pasă atât de mult încât ești dispus la acest sacrificiu.

Exprimarea unei griji reale nu este întotdeauna convenabilă. Poate vei fi chemat să...

- Petreci câteva ore la cumpărături.
- Dormi în cort pe un sol dur.
- Călătorești mai mulți kilometri până la un loc „deosebit“.
- Asculți pe partener vorbind mai mult decât îți permite capacitatea de concentrare a atenției.

Dar, pentru că îți pasă de celălalt, ești dispus să faci aceste sacrificii – cu o atitudine pozitivă! Ai demonstrat astfel dragostea agape, dragostea care se sacrifică, esența Scripturii.



Acceptarea

Eu vreau să fiu acceptat de ceilalți. Și tu vrei același lucru. Atunci când îi acceptăm pe alții așa cum sunt, îi eliberăm de presiunea de a deveni ceea ce vrem noi să devină. Când îi acceptăm pe alții, devenim compatibili cu ei și începem să ne înțelegem foarte bine.

Cum îți arată cea mai importantă persoană din viața ta că te acceptă?²

Pilonul încrederii

Când este vorba de încredere, trebuie să atârnăm deasupra noastră o pancartă pe care să scriem: „Mânuiți cu grijă.“ Pentru unii oameni este ușor să aibă încredere în alții, pentru alții este foarte greu acest lucru.

A avea încredere înseamnă a te face dependent de celălalt în privința anumitor rezultate. Este o dependență sănătoasă. Este o reacție intenționată. Este o atitudine și este alcătuită din trei părți.

În primul rând, crezi în mintea ta că persoana respectivă este demnă de încredere. Poți face o listă cu oamenii din viața ta despre care crezi că sunt demni de încredere? De ce crezi acest lucru?

În al doilea rând, încrederea este o reacție emoțională. Te simți în siguranță acordând încredere. La cine te gândești în acest sens?

În ultimul rând, este vorba de purtarea ta atunci când acționezi pe baza încrederii.

Încrederea se manifestă atunci când te afli în apă și un prieten îți întinde mâna ca să te scoată. Îi întinzi și tu mâna fără ezitare și nici nu îți pui întrebarea dacă te va salva sau nu. Crezi. Ești încrezător. Întinzi mâna.

Dar încrederea comportă și un risc. Persoana cealaltă te poate dezamăgi. Chiar dacă întreaga viață este un risc, dragostea te face

mai vulnerabil. De fapt, nu poți stabili o relație bazată pe dragoste cu cineva dacă nu ești dispus să-ți asumi riscul de a suferi. Cum știi dacă ai încredere sau nu în cealaltă persoană? Nu ai un plan de rezervă dacă te dezamăgește. Nu ai altă alternativă pregătită dacă speranțele îți sunt înșelate.

Am observat cum poate fi subminată încrederea într-o căsnicie. De exemplu, unul dintre soți spune că va face un lucru, dar partenerul îi telefonează sau îi lasă bilețele ca să se asigure că face ceea ce a promis. Sau poate că verifică dacă și-a ținut promisiunea.

Da, este adevărat, când ai încredere devii vulnerabil.

Când doi oameni care se află într-o relație au încredere reciprocă, își transmit următoarele mesaje unul altuia:

„Am încredere în tine.“

„Voi fi alături de tine când toți te părăsesc.“

„Poți depinde de mine atât pentru lucruri mari cât și pentru lucruri mici.“

„Voi fi consecvent, nu mă voi schimba și nu voi fi impulsiv.“

„Poți crede că îți spun adevărul.“

Deci întrebarea este: dacă te afli într-o relație, cât de demnă de încredere este cealaltă persoană?

Și, desigur, următoarea întrebare ar fi, ești **tu însuși un om demn de încredere?**



Relațiile au nevoie de încredere. Dar încrederea comportă riscuri. Persoana cealaltă poate să te dezamăgească. Întreaga viață este un risc, dar dragostea te face mai vulnerabil.



Pilonul respectului

Al treilea pilon al relațiilor – respectul sau cinstirea – este cel mai neglijat.

Scriptura ne spune să ne respectăm unii pe alții. Ai fost cinstit sau respectat de alții? Dacă da, atunci știi ce înseamnă acest lucru. Respectul *trebuie* să existe între parteneri într-o relație adevărată.

A respecta înseamnă a recunoaște valoarea altei persoane. Un aspect esențial este că trebuie să te respecti pe tine însuși înainte de a-i putea respecta pe alți oameni. Dacă nu te respecti pe tine însuși, cum îi poți respecta pe alții?³

Îți cunoști valoarea și prețul pe care-l ai? Nu ți-ai câștigat singur valoarea; ea este darul lui Dumnezeu.

Să ne aducem aminte ce crede Dumnezeu despre noi. El nu te compară cu ceilalți oameni pe care i-a creat. El ți-a dat un potențial și capacități unice. El dorește ca tu să dezvolti și să folosești numai potențialul pe care ți l-a dăruit, nu potențialul pe care l-a pus în alții. El dorește ca tu să-ți dezvolti și să-ți folosești potențialul pentru a-ți împlini viața și menirea. Tu ești lucrarea mâinilor lui Dumnezeu.

Căci noi suntem lucrarea Lui, și am fost zidiți în Hristos Isus pentru faptele bune pe care le-a pregătit Dumnezeu mai dinainte, ca să umblăm în ele (Efeseni, 2:10).

Isus Cristos ne invită să venim la El cu încredere, crezând că El ne acceptă ca membri ai familiei Sale:

Tuturor celor ce L-au primit, adică celor ce cred în Numele Lui, le-a dat dreptul să se facă copii ai lui Dumnezeu; născuți nu din sânge, nici din voia firii lor, nici din voia vreunui om, ci din Dumnezeu (Ioan, 1:12-13).



Deci, fiindcă suntem socotiți neprihăniți, prin credință, avem pace cu Dumnezeu, prin Domnul nostru Isus Hristos (Romani, 5:1).

Deoarece Dumnezeu și Isus Cristos se află alături de noi permanent, nu trebuie să ne simțim inferiori sau incapabili. Dumnezeu este sursa capacității noastre. Ne putem iubi pe noi înșine fără să ne simțim vinovați. Ne putem iubi pe noi înșine fără să fim obligați să ne justificăm acțiunile.

Dr. Lloyd Ahlem prezintă succint ceea ce a făcut Dumnezeu pentru noi în cartea sa *Do I Have to Be Me? (Trebuie să fiu eu însumi?)*.

Scriitorii Scripturii s-au străduit să te convingă că atunci când Dumnezeu privește la tine prin Isus Cristos, El te consideră fratele propriului Său Fiu [...] Ești demn de toată atenția lui Dumnezeu. Dacă ai fi singura persoană din lume, Dumnezeu ar fi considerat că merită să depună efortul să îți se reveleze și să te iubească. Îți oferă cadou statutul și capacitatea de a fi moștenitorul universului.⁴

Acum câțiva ani corul bisericii noastre a cântat un imn al cărui text a fost scris pe baza versetului din Țefania, 3:17. Nu mai auzisem acest cântec până atunci. Cuvintele erau scrise și pe programul bisericii din acea duminică și le-am recitat de multe ori pentru că m-au încurajat, m-au inspirat și mi-au amintit de valoarea mea pentru Dumnezeu:

Și Tatăl se va bucura de tine!
Desfătarea Lui este cei pe care-i iubește.
Ce aud? Un cor care cântă laude lui Dumnezeu?
Nu, este Dumnezeu Însuși care cântă de bucurie pentru tine!
Se bucură de tine în cântecele Sale!
Sufletul meu se va lăuda în Dumnezeu,

Pentru că El mi-a ascultat strigătele.
Credincioșia Lui față de mine este ca răsăritul zorilor.
Trezește-te, suflete, și cântă!
Să se bucure duhul meu în Domnul!
Cântă, fiica Sionului, din toată inima ta!
Alungă-ți teama, căci ai fost eliberată!
Îmbracă-te cu haina laudei într-o zi de sărbătoare.
Însoțește-L pe Tatăl în cântecul Său glorios.
Dumnezeu se bucură de tine în cântecele Sale!⁵

În fascinanta lui carte *The Pleasures of God (Plăcerile lui Dumnezeu)*, John Piper vorbește foarte frumos despre dorința lui Dumnezeu de a face bine tuturor celor care și-au pus speranța în El. Dr. Piper scrie despre cântecele lui Dumnezeu:

Ce imagini îți vin în minte când te gândești la vocea lui Dumnezeu care cântă? Eu aud tunetul cascadei Niagara amestecat cu susurul unui pârau de munte. Aud zgomotul unui vulcan erupând amestecat cu torsul liniștit al unui pui de pisică. Aud zgomotul unui uragan amestecat cu cel imperceptibil al căderii unui fulg de zăpadă. Și mai aud bubuitul inimaginabil al soarelui, planeta de 1.300.000 de ori mai mare decât pământul, alcătuită numai din foc, cu o temperatură de un milion de grade în porțiunea lui cea mai rece. Dar aud acest înfricoșător bubuit amestecat cu trosnetul liniștitor al lemnelor dintr-o seară rece de iarnă.

Rămân mut de uimire, fără cuvinte și cutremurat de realitatea că El cântă pentru mine, eu fiind cel care L-am dezonorat de atâtea ori și în atât de multe moduri. El se bucură de binele meu din toată inima și sufletul Său. El izbucnește literalmente în cântec când găsește o cale nouă de a-mi face un bine.⁶



Ai înțeles importanța părerii și a sentimentelor lui Dumnezeu față de tine? A dorințelor Lui pentru tine? Dacă îți vei aduce aminte de acest lucru în fiecare dimineață, cum îți vor arăta zilele?

Ești valoros, dar la fel de valoros este și omul de care ești interesat. Dacă un lucru este foarte valoros, grija și atenția pe care i le acordăm sunt mai mari. Un diamant de o mie de dolari nu se bucură de aceleași măsuri de securitate ca și un diamant de zece milioane de dolari. Care este valoarea ta? A oricărui om? Răspunsul este simplu: „Fiindcă atât de mult a iubit Dumnezeu lumea, că a dat pe singurul Lui Fiu, pentru ca oricine crede în El, să nu piară, ci să aibă viața veșnică“ (Ioan, 3:16).

Cum să arăți respect

Cum îi prețuim și îi respectăm pe ceilalți? Există câțiva pași simpli:

Arătarea respectului:

este atitudinea care îl întâmpină pe celălalt cu atenție. Care îi spune partenerului prin cuvinte și fapte: „Sunt bucuros că faci parte din viața mea.“ Gândește-te la un exemplu de manifestare a respectului din viața ta. Gândește-te cum îți arată respect persoana din viața ta.

Arătarea recunoașterii:

este dovada că ești atent la ceea ce sunt și fac ceilalți. Reacția ta față de ei nu este dezinteresul sau, în cel mai bun caz, toleranța. Gândește-te cum arăți altora că le recunoști valoarea și cum îți arată ceilalți același lucru.



A arăta respectul înseamnă a-i încuraja pe alții. Ești încurajatorul lor, crezând în ei chiar și atunci când nici ei înșiși nu mai cred în ei.



Arătarea afirmării și încurajării: dovada credinței în alții, a interesului de a acționa pentru binele lor. Ești încurajatorul lor, crezând în ei chiar și atunci când nici ei înșiși nu mai cred în ei. Nu consideri o banalitate faptul că ei există și nici nu treci cu vederea faptele lor. Pavel ne sfătuiește: „De aceea, mângâiați-vă și întăriți-vă unii pe alții, cum și faceți în adevăr“ (1 Tesaloniceni, 5:11). Gândește-te la exemple din viața ta când i-ai încurajat pe ceilalți sau ei te-au încurajat pe tine.

Arătarea aprecierii: este un aspect mai personal. Îți exprimi satisfacția că faci parte din viața persoanei respective. Cum faci acest lucru? Cum face persoana din viața ta acest lucru?

Arătarea admirației: înseamnă o recunoaștere atât de mare a meritelor încât spui: „Aș vrea să am și eu capacitățile tale.“ Gândește-te la exemple din viața ta în care ai admirat și ai fost admirat.

Toate aceste modalități de a arăta respectul comunică aprecierea față de celălalt prin ceea ce se spune și prin ceea ce nu se spune, la fel ca și prin comunicarea nonverbală și prin a-i fi alături în momentele de dificultate.⁷

Pilonul înțelegerii

Al patrulea element esențial al unei relații strânse – care este deseori trecut cu vederea – este înțelegerea.

Primele trei elemente depind de acest element. Înțelegerea se dezvoltă numai în timp, se bazează pe cunoaștere. Îți înțelegi pe ceilalți punându-te în locul lor și văzând viața din punctul lor de vedere, prin ochii lor. Este nevoie de o comunicare intensă: trebuie să pui întrebări, să împărtășești și să ascuți.

Partenerul tău nu te va înțelege niciodată dacă nu i te dezvălui. Nici tu nu-l vei înțelege dacă el nu este deschis cu tine. Ceea ce dezvăluim despre noi înșine se bazează pe încredere, care, la rândul ei, se bazează pe cât de bine îl cunoști pe celălalt, iar această cunoaștere se realizează prin ceea ce este împărtășit.⁸



Riscurile relațiilor

Toți acești piloni ai relațiilor strânse au un element comun: riscul. Nici dragostea, nici încrederea, nici respectul și nici înțelegerea nu vor duce la o relație bazată pe iubire dacă ambii parteneri nu sunt dispuși să-și asume riscul de a fi vulnerabili.

În concluzie, totul se reduce la răspunsul la întrebarea dacă ești dispus să-ți asumi acest risc. Aceasta este temelia tuturor relațiilor. În cadrul acestui tip de relații poți descoperi cine este partenerul cel mai potrivit pentru tine și cine nu este, bineînțeles, fără a uita de dimensiunea spirituală a relației.

Deoarece relațiile comportă riscuri, hotărârea de a avea o legătură semnificativă și durabilă cu o persoană care înseamnă mult pentru tine nu este ușoară. Cu toate acestea, recompensele unei relații intime fac din această hotărâre una dintre cele mai importante pe care le vei lua.

Note

1. Tom Marshall, *Right Relationship: How to Create Them and How to Restore Them*, Kent, England: Sovereign World, 1992, pag. 29, adaptare.
2. H. Norman Wright, *How to Get Along with Almost Anyone*, Dallas, Tex: Word Publishing, 1989, pag. 54-58, adaptare.
3. Marshall, pag. 4460, adaptare.
4. Lloyd Ahlem, *Do I Have to Be Me?*, Ventura, Calif.: Regal Books, 1973, pag. 46-47.
5. „Și Tatăl se va bucura de tine“, aranjament muzical de Mark Heys.
6. John Piper, *The Pleasures of God, Sisters*, Oreg.: Multnomah Books, 1991, pag. 188.
7. Marshall, pag. 62-63, adaptare.
8. Idem., pag. 86-90, adaptare.