

5 tipp arra, hogy elejét vedd a vitáknak

Azt tanuljuk, hogy két ember között elkerülhetetlen a vita, ha ez a két személy valamilyen módon közel áll egymáshoz. De megfigyelted már, hogy csak akkor van vita, ha mindkét fél meg van győződve arról, hogy igaza van?

Rövid időre sikerrel jár, ha az ember odafigyel arra, amit a másik mond, megérti nézőpontját, odafigyel arra, mire van az illetőnek szüksége, visszatükrözi, majd megpróbálja megtenni, amit mond, de az ilyen konfliktus elkerülhetetlenül megismétlődik.

Itt van öt tipp arra, hogyan lehet teljesen másképp megszüntetni egy esetleges vitát.

Első tipp: Amíg a másik személy beszél, engedd le az összes korlátodat.

Nos, értem, ez minden logikának ellentmond. „Ha megtámadnak, védekezz.

A védekező reakcióink erőteljesek.

De segíthet neked az az információ, hogy minden energia. Akkor is, ha felénk irányul. És ha lebontod korlátaidat, akkor hagyod, hogy ez az energia keresztüláramoljon rajtad. Ahelyett, hogy az a hatalmas fatörzs lennél az áramlatban, amellyel szembecsap a víz vagy az energia, az a szikla vagy az áramlatban, amelyet az energia keresztül- vagy átáramlik

Második tipp: Húzz energiát attól, aki éppen túlpörgeti magát.

Az energia bonyolultnak tűnhet, pedig tulajdonképpen csak arról van szó, hogy megkéred az Univerzumot, húzódjon át a másik ember testén, a te testeden, és hátul távozzon. Minél több energiát húzol tőlük, annál inkább széteszlik a dilijük. Ha valaki tolja feléd az energiát, ezt nem tudja folytatni, ha te magad is húzod azt.

Bármilyen furcsának is tűnjön a dolog, ha legközelebb a főnököd kiakad rád, próbáld ki! Figyeld meg, hogyan változik meg az energiája.

Harmadik tipp: Minden egyes dolgról, amit mondanak, mondd magadnak: „Milyen érdekes a nézőpontjuk, ez az ő nézőpontjuk”.

Nos, ezt az eszközt a fejedben használod, és neked szól. Mert az a helyzet, hogy csak akkor van vita, amikor két ember a saját nézőpontja igazságáért küzd! Ha hajlandó vagy nézőpont-nélkül élni, akkor nincs vita.

Negyedik tipp: Ha megfigyeled, hogy begurulsz, amikor a másik mond valamit, kérdezd meg magadtól: „Mi a kimondott vagy kimondatlan hazugság ebben az egészben?”

Az, hogy mérges leszel, amikor valaki mond vagy csinál valamit, remekül megmutatja, hogyan működik tudatosságod. És az esetek 95%-ában azt jelzi, hogy valami hazugság van valahol a dologban. Ez a hazugság lehet egészen attól kezdve, hogy az illető nem hisz magában, odáig, hogy visszatart információt, hogy valami másról a kettő között.

Ha felteszed magadnak ezt a kérdést, ez több teret és több tudatosságot teremt számodra arról, mi zajlik a hangos vita felszíne alatt.

Ötödik tipp: Kérdezd meg magadtól, mire van a másinak szüksége.

Az a helyzet, hogy ha valaki saját nézőpontjának helyességéért küzd, akkor az ő nézőpontjából nézve *igaza van*. Tehát, ha olyan energia szeretnél lenni, amelyik változtat a helyzeten, akkor valami más válik lehetségessé.

Ha a tudatosság igazán mindent tartalmaz és semmi fölött nem ítélik meg, mi változhat meg?

Fontos emlékezni arra, hogy igazán két ember kell ahhoz, hogy azon harcoljanak, milyen igazuk van, hogy vitatkoznak.

Ha hajlandó vagy olyan emberré válni, aki egyszerűen tud, és nincs szüksége védekezésre, egy egészen más kapcsolat lehetősége tűnik fel.

Forrás: <http://access-consciousness-blog.com/2016/10/5-tips-to-diffuse-any-argument/>

Fordította: Kaposi Luca <http://valaszthatsz.com>