**Преображение человека опытом межличностного взаимодействия**

*"Хорошие люди принесут вам счастье,*

*плохие люди наградят вас опытом,*

*худшие — дадут вам урок,*

*а лучшие — подарят воспоминания.*

*Цените каждого".*

 *(Уилл Смит)*

При общении с людьми, которое не всегда бывает только приятным, мы часто забываем восточную мудрость **«никто тебе не друг, никто тебе не враг, каждый для тебя учитель».** И именно в тот момент, когда беседа перестает «быть томной» и переходит в разногласие и конфронтацию, желательно вспомнить об этом афоризме. Осознание его сути может помочь сдержать те наши реакции, которые могут толкнуть на необдуманные решения, т.к. эмоции – не всегда мудрый советчик, хотя и побуждают нас к действию и приводят нашу жизнь в движение. Чувства необходимы – это человеческая природа, но когда начинают бушевать страсти, когда эмоция берет вверх над рацио, нарушая этим равновесие, тогда исход разногласий, споров может быть непредсказуем, приводящий к непоправимым последствиям, коллапсу в человеческих отношениях.

Конечно, эмоции появляются не на пустом месте, в том числе, и отрицательные. И тогда возникает дилема - надо ли овладевать нахлынувшими чувствами негодования, чтобы сохранить равновесие, подавляя причиненную моральную или физическую боль, если в межчеловеческом взаимодействии нанесено личное оскорбление, унижение, или еще хуже – угроза жизни? Конечно, каждый решает сам в зависимости от ситуации и психотипа человека.

Но, если вспомнить библейские принципы - Ветхозаветный **«Око за око…»** или христианский - **«подставь другую щеку…»,** то, как кажется, на первый взгляд, они взаимоисключающие. Но это совсем не так: наоборот, они дополняют друг друга, вытекая один из другого. А именно, Закон Моисея не благословлял жестокость, а ограничивал ее, т.к. этим принципом прекращалась существовавшая кровная месть, когда члены пострадавшего рода мстили не конкретному человеку, а всей семье. И тогда, уже по новому закону, ответственность нес конкретный виновник, а сама формулировка **«Око за око»** показывала, что мера наказания не могла превышать меру вины. На то время – это был прогрессивный принцип, но, к сожалению, не совершенный с точки зрения современного мировоззрения, т.к. люди в те времена еще не были готовы к большему в своем развитии. Создатель всегда дает по мере нашей подготовки – всему своё время.

Этот Закон, не поощряя месть и не давая право на самосуд, получил свое преображение в христианстве, в новом метафизическом образе **«удар по щеке»**. Подставить другую щеку - это не призыв к несопротивлению оскорблениям, злу, насилию. Суть этого закона в том, чтобы не следовать слепо захватившей эмоции, отвечая той же монетой **(«око за око»),** а **проявить мудрость в соизмеримости ответной реакции**: если возможно и хватит сил, не взрываться, постараться успокоиться, нивелировав злобу и раздражение. И в дальнейшем, проанализировав ситуацию, понять причину конфликта, и постараться простить обидчика. При этом, защиту себя, родных, других людей, страну, никто не отменял **(«Нет больше той любви, как если кто положит душу свою за друзей своих»,** как говорится в Писании**).**

Главное – не следовать закону взаимной жестокости, желанию отомстить. Умение овладевать чувствами, эмоциями, мудро реагировать соизмеримо ситуации, проявляя милосердие в межчеловеческих отношениях – **это и есть нравственный прогресс каждого из нас.**

Общение между людьми, установление контактов в совместной деятельности – главный принцип существования человеческого общества, его социализации, эволюционирования, в том числе и в развитии нравственных ориентиров и этических принципов, в итоге формирующих поступки каждого, которые и определяют нашу жизнь.

Человек, его интересы, мировоззрение, потребности оформляются и развиваются эпохой, временем и обстоятельствами, в которых он живет. Как писал В. Ленин, «**жить в обществе и быть свободным от общества нельзя».** Поэтому человеку таксложно выжить без общения. Все мы помним историю Робинзона Крузо, который вдали от благ цивилизации провел в одиночестве на острове 28 лет. И все это время невольный отшельник постоянно хотел вернуться к людям, общаться с ними, что в результате и стало его главной мечтой.

К сожалению, очень часто между людьми возникает много противоречий, конфликтов во взаимоотношениях. **Понять другого, понять себя и, наконец, быть понятым** – вот что самое сложное, а порой и непреодолимое, в общении. На протяжении жизни мы знакомимся с огромным количеством людей. И нам неведомо, почему Господь притянул к нам того или иного человека, или наоборот, мы были посланы кому-то и для чего-то. Но одно точно известно, что каждый из нас друг для друга есть учитель и случайных встреч не бывает.

Мы все созданы по Образу и Подобию Его, но это единство не означает, что взаимодействие с человеком, с кем сводит судьба, всегда является комфортным. Хотя чаще всего раздражает в других людях то, что есть в нас самих. Поэтому стоит задуматься об этой реакции, чтобы преобразиться самому. **Но всегда ли то, что раздражает в других, является частью нас самих?** - Не факт, т.к. человек не может нравиться всем. И, если определенные черты характера не вызывают отклика у других людей, то это естественно. Поэтому, постоянно поддерживать хорошие отношения по жизни мы можем с весьма узким кругом.

**Но в чем причина возникновения разногласий, барьеров непонимания между людьми?** – В особенностях Внутреннего Мира и того положения, которое занимает человек в определенной социальной среде. Внутренний Мир каждого - это сфера индивидуальной жизни человека, формирующего мировоззрение, образ и стиль Бытия. Поэтому, так важно его качественное развитие, т.к. только по подобию нашего внутреннего Естества и притягиваются соответствующие условия во вне. Мы можем менять друзей, супругов, работу или религии, но пока сами не преобразимся внутри, пока не поменяем наше отношение к той или иной проблеме, мы будем привлекать все тех же людей и те же обстоятельства.

**Человек – это не просто Вселенная, а целая Метагалактика**. И получив такой масштаб для своего развития, люди часто не только переоценивают свои возможности и способности, но и в личностных взаимоотношениях начинают забывать, что каждый человек – это прежде всего **«отличающийся от меня»**. Не надо судить других по себе или завышать свои ожидания по отношению к кому-то, т.к. человеку могут быть совсем несвойственны те черты, которые мы хотим в нем видеть. **Людям чаще хочется правил для других, а для себя исключений**. Такой подход также может привести к разногласиям в общении.

К сожалению, жизнь не всегда притягивает к нам людей, которых мы хотим. Она даёт чаще всего тех, в которых мы нуждаемся для приобретения какого-то опыта, учебы, для нашего развития и преображения. Такое общение и взаимодействие даже может причинять нам боль и страдания. И это все для того, чтобы мы стали тем, кем должны быть! Мудрость проникает в нас постепенно, через приобретенный опыт, пусть порой и горький. **Но нет неудач, есть опыт!** Даже, когда сталкиваемся с проблемами на пути к своей цели, надо помнить, что это всего лишь возможность подкорректировать наш путь, а не причина сойти с дистанции!

**«Все люди, посланные нам - это наше отражение. И посланы они для того, чтобы мы, смотря на этих людей, исправляли свои ошибки, и когда мы их исправляем, эти люди либо тоже меняются, либо уходят из нашей жизни».** (Борис Пастернак)

*Философ Синтеза*

*Бродская Анжелика*

*Израиль*

*ноябрь 2020г.*