

# Življenje brez omejitev

## 21. lekcija



## Premagajte manipulacijo



## Cilj

Cilj tega preučevanja je spoznati, da smo vsi na neki ravni manipulirali z ljudmi; prepoznati manipulacijo in naučiti se, kako jo premagati.



### »Prebijmo led«

V čem ste drugačni od drugih?

Pojdite naokoli med prisotne in jih vprašajte v čem, mislijo, da se razlikujejo od drugih, ki so prisotni.

### Luka 10,38-42

<sup>38</sup> Ko so potovali, je prišel v neko vas in žena z imenom Marta ga je sprejela v svojo hišo. <sup>39</sup> Imela je sestro, ki ji je bilo ime Marija. Ta je sedla h Gospodovim nogam in poslušala njegove besede. <sup>40</sup> Marta pa je imela s postrežbo veliko dela. Pristopila je in rekla: "Gospod, ti ni mar, da me je sestra pustila sama streči? Reci ji, vendar, naj mi pomaga!" <sup>41</sup> Gospod ji je odgovoril: "Marta, Marta, skrbi in vznemirja te veliko stvari, <sup>42</sup> a le eno je potrebno. Marija si je izvolila dobri del, ki ji ne bo odvzet."

### Manipulacija (preračunljivo ravnanje)

Manipulacija je izkoriščanje ali kontrola ljudi, jih izkoriščati, prisiliti ali kontrolirati, da naredijo nekaj. To je, pogajati se, kontrolirati in vplivati na drugo osebo za svojo korist.

Ljudje vzamejo besedilo iz konteksta, da bi poučevali ljudi o tem, kaj naj bi delali. Ponavadi uporabljajo fraze kot so npr.: »Gospod mi je rekel ...« in s tako izjavo se ne moreš prepirati. Neustrezna poslušnost možu ali cerkvenemu vodstvu, ko so ti žaljivi ali kontrolirajoči. Ne delijo vseh informacij z drugimi, predstavijo samo delno resnico ali dejstva, da bi s tem vplivali in manipulirali ljudi. Zahtevajo lojalnost tudi takrat, ko ni zadostne oz. zadovoljive informacije.

## Ozadje

- Ljubiti drug drugega je **zapoved**. Zapomnite si, da ljubezen ni toplina.



### »Prebijmo led«

Morda prisotni lahko delijo svoje najboljše in najslabše trenutke v tednu.

Prav tako lahko delijo doživetje, kako jim je nekdo med tednom priskočil na pomoč na zelo prijeten in nepričakovan način.



## Pogovorne iztočnice

### Modeli manipulacije

Ljudje pogosto želijo od vas, da se vam smilijo. Kako je Marta poskusila v Jezusu zbuditi občutek sočutja do nje?

1. *Luka 10,40* »Gospod, ti ni mar ...« Zakaj ti ni žal zame? Kako ne vidiš, da sem jaz ta, ki mora vse delo sama postoriti, nositi dodatno breme, trpljenje.
2. *Luka 10,40* »Reci ji, vendar, naj mi pomaga!« Če me zares ljubiš, boš rekel Mariji, da mi pomaga!

Diskusija – Ali se lahko spomnite situacije, ko je bila prisotna manipulacija ali kontrola?

### Modeli manipulacije

- ❖ Dajati občutek krivde
- ❖ Nepravilno citiranje (vzeto iz konteksta)
- ❖ Nadlegovanje in ustrahovanje
- ❖ Moledovanje, prosjačenje
- ❖ Molk (ne govoriti s kom)
- ❖ Jokanje in igranje užalosti
- ❖ Zmerjanje z imeni, nasilni izbruhi
- ❖ Sklicevati se na višjo avtoriteto
- ❖ Laganje zaradi strahu izločitve ali pa zaradi ukaza oz. dolžnosti

# Pogovorne iztočnice

## Motivi manipulacije

Kaj povzroča, da ljudje čutijo potrebo po manipulaciji?

1. **Odobranje** – Potreba po sprejemanju, odobravanju kot tistega, ki trdo dela, je uspešen, itn.
2. **Dosežek** – Biti prepoznan, da ti dajo najboljše mesto na zabavi v Betaniji, biti velik in superioren v nečem. V čem ti iščeš priznanje za ... ? Kako to storiš?
3. **Odvisnost** – Nekateri so zasvojeni s tem, da nadzorujejo druge, da drugi letajo za njimi in jim dajejo priznanje za to, kar delajo. Njihova odvisnost je v tem, da sprejmejo slavo, čast ali priznanje, in če tega ni, bodo storili skoraj vse, da si to pridobijo. *Posneti so številni filmi s čudovitimi prikazi tega. Ali ste morda slišali za ameriško umetnostno drsalko Tonyo Harding, ki je poškodovala svojo olimpijsko tekmico?*

Zakaj čutite potrebo po sprejemanju in odobravanju s strani drugih?

Zakaj čutite potrebo po dosežku samo zato, da bi vas drugi sprejeli ali imeli radi?

## Beda manipulacije

Verjetno sedaj že vsi prepoznamo manipulacijo v Martinem življenju in aktivnostih, ki so potekale med obrokom v Betaniji. Ali ste zmožni prepoznati nekaj manipulacij v svojem življenju? Tragično je to, da ljudje, ki manipulirajo ali kontrolirajo ter sprejemajo od drugih, mislijo, da jih bo to osrečilo. Toda rezultat tega je zgolj žalost.

Katere tri načine trpljenja prepoznate, ki so rezultat Martinega obnašanja?

1. **Zaposlena (preusmerjena pozornost):** »Marta pa je imela s postrežbo veliko dela.« Preveč je delala in poskušala doseči naklonjenost drugih in to ji ni prav dobro uspevalo, samo še bolj jo je utrujalo.
2. **Zaskrbljena:** Luka 10,41 »Marta, Marta, skrbi ... te veliko stvari« Jezus tukaj uporabi dvakrat Martino ime, da bi s tem naredil močan poudarek.
  - a. David to stori pri Absalomu (2 Samuel 19,1)
  - b. Jezus to stori na križu (Matej 27,46)
3. **Razburjena, žalostna, depresivna:** »vznemirja te veliko stvari« Martina želja, da bi imela najboljšo zabavo v Betaniji, ji je povzročila težave in žalost. Ali je to tisto, kar si je želel Jezus?

Zgoraj so očitna tri trpljenja manipulacije. Ali vidite nakazano bedo oz. razočaranje, ki ga je utrpela zaradi manipulacije?

4. **Neizpoljenost:** Ni bila zadovoljna. To je tako, ko ljudje poskušajo živeti v prihodnosti. Nekateri pravijo »srečen bom, ko: odidem od doma, dobim službo, dobim zakonca, dobim hišo ...«, drugi pravijo »ob svetem nikoli«.
5. **Osamljenost:** Poglejmo si osebne zaimke v Luki 10,40 »Gospod, ti ni mar, da me je sestra pustila sámo streči? Reci ji, vendar, naj mi pomaga!« Bila je vsa prevzeta z mislijo o sebi. Kaj se zgodi, ko »jaz« postane središče vsega veselja ali pa, ko nekdo tega nikoli ne preraste.
6. **Šikaniranje:** Martin ton govora kaže, da je zaradi Marijine zavrnitve pri pomoči, Marta mislila o sebi kot o žrtvi. Največja žrtev manipulacije je sam manipulator.

# Pogovorne iztočnice

## *Jezus ljubi Marto in Jezus ljubi manipulatorje.*

- 📁 Ali manipuliramo Boga ali bolje rečeno ga poskušamo manipulirati?
  - »Bog, če bi me ljubil, bi storil to ...«
  - »Bog, storil sem to ..., sedaj moraš ti storiti tisto ... zame!«
  
- 📁 Ali ste odvisni od odobravanja?
- 📁 Ali ste odvisni od dosežka/uspeha?
- 📁 Kaj je gonilo vaših dejanj ali služenja?

Jezusov odziv na Marto in njeno potrebo po odobravanju in dosežku je:

*Luka 10,42*

*»a le eno je potrebno. Marija si je izvolila dobri del, ki ji ne bo odvzet.«*

- 📁 Katera je ta ena stvar, ki jo je potrebovala Marta?
  
- 📁 Katera je ta ena stvar, ki jo potrebujete vi?

## *Prvi korak, da spoznate Jezusa, je prepoznati potrebo, da ga potrebujete!*

V Janezu 12,1-8 vidimo, da se je Jezus ponovno ustavil v Betaniji in tam obedoval z Marto in Marijo. Videti je, da Marta še vedno streže, ampak ni ujeta v tesnobo in zaskrbljenost – naučila se je. Marta ni bila prezaposlena in Marija je zlila olje ter pripravila Jezusa za pogreb. Sedaj je Marta soudeležena v dejanju čaščenja.

*2 Korinčanom 5,21*

*Njega, ki ni poznal greha, je zavoljo nas storil za greh, da bi mi postali Božja pravičnost v njem.*

# Osebno razmišljanje

Vsi smo že kdaj manipulirali zato, da bi nas drugi imeli radi in bi se jim kazali v dobri luči. Toda Jezus je postal greh, da bi mi lahko postali Božja pravičnost.

- 📁 Pojasnite, kako že imate odobravanje od Boga, in da njega zanima kdo ste, ne pa, kaj delate.
  
- 📁 Pojasnite, kako ni potrebe, da dosežete nekaj samo zato, da bi vas Bog bolj ljubil. Morda boste presenečeni, kajti ni potrebe, da bi karkoli storili v cerkvi, da bi vas ljudje imeli bolj radi.
  - Seveda, to ne pomeni, da povsem zavržemo standarde.
  - To ne pomeni, da se ne trudimo in stremimo k odličnosti.

*To pomeni, da si uravnamo naše prioritete – da se naučimo prepoznati, kaj je pomembno!*

# Uporaba

- ✓ **Odobranje** – Vem, da sem brezpogojno ljubljen od Boga in ni več potrebe po tem, da bi manipuliral, kontroliral ali upravljal z ljudmi, da bi se zato počutil ljubljen.
- ✓ **Dosežek** – Vem, v kaj me je Bog poklical, ampak to je njegovo delo in on ga bo tudi dokončal.
- ✓ **Izpoljenost** – Kot oseba sem zadovoljen s svojim življenjem, z družino, delom, s službo, cerkvijo.
- ✓ **Žrtev** – Jaz nisem žrtev, nekatere slabe stvari so se zgodile, Bog vé, on skrbi in bo poskrbel zame.
- ✓ **Sam/ota** – Naučil sem se biti srečen v skupini in biti zadovoljen, kadar sem sam. Vem, da je Bog vedno z mano.

Pričevanja



Molitev

[www.bcc.si](http://www.bcc.si)