



Същност с опашка

Менис Юсри колекционира... себе си – събрал е толкова много от лицата на собствената си личност, че това му позволява да бъде и добър учител на другите

Вместо за него самия обаче повече говорим за чувствата, които изпитват хората, и за болката, с която се сблъскват... Това и слага отпечатък върху разговорите, в които напразно се опитвам да вкарам поне един сфинкс – вместо него там се появява майка Тереза, Нелсън Мандела също, защото и двамата имат точно такива очи, които отдалечават болката.

Струва ми се обаче, че не чувства родината си далечна – детството му по улиците на Каиро е просто една от същностите, които г-р Менис Юсри притежава. После се появява следващата, вече в Лондон, а после и още една, и още една... Ту е художник, ту дизайнер или актьор – с професиите се сменя и ракурсът към света и хората. Не се променя обаче, както се оказва, начинът, по който те го приемат.

„Имал съм много тежък живот и много полезни преживявания. От детството си гравитирам около хората с проблеми. Ни-

кога не съм възнамерявал да се занимавам с такава работа, но винаги преди това по някаква причина хората с проблеми идваха при мене. Работех във вестниците, там играехме една игра – на всекиго давах измислена професия. Аз винаги бях свещеникът. Не съм много религиозен човек, но винаги ме имаха за този, с когото могат да си разговарят... Започнах да мисля върху това и открих, че има хора с много проблеми – повечето от тях и с труден живот... Точно тези хора са развили особена

ДА ЧУВСТВАШ БОЛЕЗНЕНО ЧУЖДОТО СТРАДАНИЕ прилича на ситуация, в която се хвърляш да спасяваш удавник, а сам се давиш. Хубаво е да знаем как се чувстват хората, но не можем да отнемем болката от тях. Трябва просто да направим най-доброто и да ги подкрепим, но без да нараняваме себе си!

Това е фондация „Същност“ – пет дами, които са лицето и... чувствата ѝ, а сред тях и г-р Юсри





На петата си година фондация „Същност“ връчи Първите награди за личностно развитие. За Менис Юсри е специалната, за цялостен принос.

чувствителност и умеят да усещат какво мислят другите...”

Мястото, на което се заплита личната ни история с подобни хора, не е невидимо според Менис. Той го нарича „мястото за приемане“, подчертавайки колко е важно да забравим собствената си логика, когато анализираме нечи постъпки. „Бил съм в затвора при хора, които са изнасилвали, които са убивали... Дори за тях най-трудното е да бъдат в присъствието на човек, който ги осъжда – веднага го усещат, дори да не бъде произнесена нито дума. Можете да видите същото и при чернокожи или хомосексуалисти... Затова е важно да съществува това място в сърцето и там да има пълно приемане.“

С такова кътче за приемане ние обезоръжаваме най-честото творение на сетивата ни – болката. Менис я усеща много сил-

но, той умее почти да я „материализира“. Застанал пред нея като пред Китайска стена, не му остава нищо друго освен да се опита да я преодолее. За повечето хора такъв стремеж би означавал да се затворят, да станат непристъпни самите те като стена. Менис обаче обръща процеса – той предпочита да говори с болката и да я трансформира. Именно зад нея открива същност, която дълго търси...

„Преходът за мене бе да се науча да не съжалявам другите. Това не върши работа, не им помага. Освен това хората не обичат да ги съжаляват, това не им харесва. Просто искат да бъдат третирани като нормални хора! Така комбинирах своята чувствителност с много знания за това как се работи с хора. Оказа се добра комбинация – чувствителност с опит и знание как да се помага на хората.“

Оказва се и че се е родила задачата на живота му, в която Менис непрекъснато добавя умения и подходи. Вече 20 години той води курсове за личностно развитие в много страни по света – от няколко години и в България. Развива уменията си на базата на университетските си степени по психотерапия и психология – променя се обаче той, не и болката... „Някои хора имат нужда да чувстват болка като част от техния процес към това да се освободят. Мнозина идват при мен за помощ, но те са опасни – на тях не може да им се помогне, това е много трудно... Ако се опитам, ще нараня себе си. Това нещо не може да се усвои с учене, а само с преживявания, с опит, с грешки, докато се работи с хора... Когато реших да се занимавам с тази работа, част от мен беше много по-ефективна, отколко-

то сега. Сега съм научил всички техники, но осъзнавам, че преди съм бил по-добре.“

Менис открито отказва да застане зад определена система. „Ако се върнете следващата година на този семинар – обяснява на учениците си, – аз мога да кажа противоположните неща!“ Дава за пример Ганди, който веднъж организира демонстрация против британската колониална същност на Индия. Хората се събрали и били готови да протестират, но той внезапно се отдръпнал. Защото няма единствена истина, всичко е в непрекъснатата промяна. Няма и абсолютно правилно решение... Всъщност има, но само за Бога!

Затова и същността на всеки един от нас е толкова шарена и пъстра. Да я разпознаваме Менис учи в семинарите, наречени точно „Същност“. Полето, което участниците създават, става лесно разпознаваемо, разбираемо – Всъщност всички ние знаем какво се съдържа в другия, убеден е Менис. „Мисля, че всички ние притежаваме един ум. Това, което ти го казвам, вече го знаеш! Просто ме караш да го произнеса по-ясно“, обяснява ми с усмив-

КЛЮЧЪТ КЪМ ПРОСВЕТЛЕНИЕТО
е да не оставяме никой друг отговорен за нашите постъпки и да се обичаме повече, отколкото когото и да било друг. И да знаем, че нашата любов към нас зависи само от нас самите. А това не е никак лесно да се постигне, има нужда много да се работи...



ка, но докато се опитвам да осмисля това твърдение, минава на много по-важна тема – същността на мислите, начина по които те действат, докато разсеяно летят наоколо. Разсеяни всъщност не при всички... „Някои от големите хора – казва Менис, – създават собствено енергийно поле и самото им присъствие има ефект върху околните. Те са посветили целия си живот на това! Показват снимка например на майка Тереза на различни хора и откриват, че нивото им на тревожност спада просто, докато я гледат. Това е научно доказано! Тя е намерила това място в себе си, където може да служи с мир. Заради такива хора планетата в момента е без много войни. Нелсън Мандела 27 години е бил в затвора и още девет в изолатор, а не е намразил никого, че са му причинили това... Можеш ли да си представиш колко силна е любовта му и как вдъхновява всички наоколо. Такива хора имат много силни енергийни полета! Затова ги и помним толкова дълго време...“

Най-голямото предизвикателство обаче е да разчиташ на себе си, затова и търсенето на собствената същност Менис превръща в малка провокация и дори революция. „Всяка революция е добра в първия си ден“, добавя той и философия, но само за да подчертае колко е важно да не бъдем никога застинали в състояние, което ни дарява съмнителен комфорт. Същността е винаги динамична, тя си играе с представите ни и носи със себе си предизвикателството да променяме нещата, което превръща и живота ни в една игра. Веднага виждам доказателството за това в изцапаните с червен фулмастер пръсти на дипломираня в Лондонския университет основател на фондация „Същност“, макар че няма нищо чудно същността ни да е и в кацналия на прозореца гълъб или пък в оная пухкава опашка, която се изнизва зад ъгъла пред погледа ми, когато вече съм навън...

*Светът на нашата същност
представи Краси Проданов*