

# Агресията- проява на сила или слабост?

## Есе

Думата „агресия“ има латински произход. Означава „нападам, атакувам, постигам цел със силови методи“. Агресията е позната на човечеството от древни времена, корени се в съзнанието ни от времето на Ахил, Великото преселение на народите и Кръстоносните походи до днес, когато до такава степен сме привикнали с нея, че я приемаме далеч по- нормално, отколкото би трябвало.

Агресията е емоция, която застига всеки в даден момент. Тя е предизвикана от редица външни и вътрешни фактори. При някои хора тя е средство за преодоляване на трудности и пречки в ежедневието, други несъзнателно я използват, за да нападнат човека срещу себе си, а за трети тя се превръща в начин на живот. Независимо защо и за какво я използваме, тя е ярка проява на слабост. Единствено един емоционално безразличен човек би посегнал физически и вербално, за да защити гледната си точка и за да постигне целта си.

В главата ми се въртят много примери за проява на агресия. Историята ни разказва съкрушителни истории, но ние сякаш не взимаме поука от тях, продължаваме да вредим на своето емоционално и психично здраве и на това на останалите. Може би ще е добре да върнем линията на времето и да се пренесем в годините на Холокост, когато човешките права са агресивно потъпкани, а резултатът е милиони погубени човешки животи. Трудно е да се говори за това, много семейства и до ден днешен скърбят, а причината е безгранична омраза, която лесно надделява и се превръща в слабост на един силен и могъщ човек.

Линията на времето продължава да върви назад и стига до вековете, когато агресията е била начин да оцеляваш, да защитаваш семейството си, да браниш територията си. Тогава хората са я наричали инстинкта на волята, единствения начин да живееш (Тогава за хората тя е била инстинкт на волята, единствен начин за оцеляване). В гените на нашите прадеди е била заложена като инстинкт, а днес в нашата кръв тече възприемането ѝ като оръжие, което ще те защити от нападките на останалите и ще те възвиси. Но това е далеч от истината. Единствено духовно принизеният човек не може да преглътне, да запази самообладание и да помисли за последствията от лошата дума или шамара, който удря.

Днес агресията съществува под много форми. Дори да не сме ставали жертва на агресивно поведение, то със сигурност сме ставали свидетели на такова. В училищата, в домовете, по улиците, то е навсякъде, където любовта, разбирателството и уважението не съществуват. По новините почти всяка вечер показват репортажи, в които жени са жертва на домашно насилие. Това със сигурност е ужасяваща гледка. Един дом, който на пръв поглед е уютен и хармоничен, изпълнен с майчина ласка и бащина обич, се превръща в пространство на раздор, кавги и насилие. Един силен мъж, който е глава на семейство, посяга на една беззащитна жена. Това не е ли проява на слабост, на безразличие към човек, когото обичаш? Вместо да запазиш самообладание, да споделиш, да решиш проблема с диалог, решаващ да използваш груба сила единствено защото си „силен“.

Сред децата и тийнейджърите също възникват спорове, които все по- често започват да се решават по агресивен начин. Замисляли ли сте се защо? Средата, в която живеем, става все по- напрегната и забързана. Технологиите ни превземат, а там ежедневно можем да видим примери на агресия. Лошите модели на поведение ни заобикалят и ни влияят, всичко това води до избухливост от наша страна. Като ученичка съм пряко засегната от това поведение. Уча в гимназия, в която насилието и грубото поведение не се толерират, именно защото са явна проява на слабост. Едни отговорни хора не бива да боравят със силата на лошата дума, за да докажат себе си. Но въпреки това съм чувала много разкази на мои връстници, които са ставали жертва на вербална и физическа агресия. Живеем в XXI в., а деца и гимназисти продължават да бъдат тормозени от свои връстници. Върху нашата крехка психика се нанася удар, от който може да остане белег за цял живот. Докога ще продължава това? Докога агресията, която трайно се е настанила в обществото ни, ще се толерира и ще бъде смятана за проява на мъжественост, за проява на сила, докога съпрузи ще насилват майките на собствените си деца и ще остават безнаказани, докога ще вървим по улицата и ще се страхуваме? Надявам се все повече хора да осъзнават проблема и заедно да успеем да променим обществото си към по- добро заедно със силата на закона.

Агресията няма добра страна, тя е слабост, болка и безнадеждност, но никога спасение, никога сила. Винаги този, който я използва, се чувства слаб и уязвим. Нека покажем чувствата си, нека говорим, споделяме и не крием! Всеки има своите слаби моменти, но не бива да прибегва към агресията, за да се спаси от проблемите.