

Piotr Klimski, Wojciech Sulimierski

KOCHAM CIĘ!

Współczesne mity o miłości



PIOTR KLIMSKI, WOJCIECH SULIMIERSKI

Kocham Cię!

Współczesne mity o miłości

© Copyright for the text Piotr Klimski and Wojciech Sulimierski, 2020

© Copyright for this edition by Wydawnictwo W drodze, 2020

Redaktor prowadząca – EWA KUBIAK

Redakcja – PAULINA JESKE-CHOIŃSKA

Korekta – AGNIESZKA CZAPCZYK, PAULINA JESKE-CHOIŃSKA

Skład i łamanie – PILCROW STUDIO

Redakcja techniczna – JÓZEFA KURPISZ

Projekt okładki – KRZYSZTOF LORCZYK OP

Fotografia (s. 2) – MANDY VON STAHL, UNSPLASH.COM

ISBN 978-83-7906-338-3

Wydawnictwo Polskiej Prowincji Dominikanów W drodze sp. z o.o.

Wydanie I

ul. Kościuszki 99, 61-716 Poznań

tel. 61 852 39 62

sprzedaz@wdrodze.pl

www.wdrodze.pl

Spis treści

WSTĘP — 5

ROZDZIAŁ PIERWSZY: Dwie połówki serduszka. Mit idealnie udanego związku — 9

MIT 1. *Każdy powinien odnaleźć swój ideał kobiety lub mężczyzny* — 10

Prawdziwy starożytny mit — 11

Czasem przyczyny niepowodzeń tkwią w osobistej historii — 14

Skutki poszukiwania ideału — 16

Religijna wersja mitu o poszukiwaniu drugiej połówki — 18

MIT 2. *Jesteśmy dobraną parą i nigdy się nie kłócimy* — 21

Przykład z gabinetu terapeuty — 22

Konflikty rozwiązywalne i nierozwiązywalne — 25

MIT 3. *Jeśli przeżywamy trudności, to znaczy, że powinniśmy się rozstać* — 31

Para w kryzysie — 31

„Pomieszczanie” różnorodnych uczuć wobec tej samej osoby — 35

Zasada odgraniczenia – zdrowe granice między małżonkami — 38

Nas dwoje a reszta świata — 40

ROZDZIAŁ DRUGI: Od początku musi zaiskrzyć.

Mit zakochania jako prawdziwej miłości — 45

MIT 1. *(Liczy się tylko) miłość od pierwszego wejrzenia* — 45

Czy dziś ludzie wierzą w miłość od pierwszego wejrzenia? — 46

Prawdziwa miłość czy zauroczenie? — 47

- Zasada równej wartości osób w związku — 49
Co sprawia, że ludzie się zakochują? — 54
Najbardziej modny rodzaj miłości — 55
Negatywny scenariusz — 57
Koluzja narcystyczna — 59
MIT 2. Zakochanie to początek związku, więc musisz je rozwijać — 66
Nieodwzajemnione zauroczenie — 67
Niechciane zakochanie — 68
Kiedy zakochanie jest spełnione? — 69

ROZDZIAŁ TRZECI: Nasza miłość jest niepowtarzalna.

Mit subiektywnego charakteru miłości — 75

MIT 1. Miłości nie da się zdefiniować, dla każdego jest czymś innym — 76

- Namiętność, zaangażowanie, intymność — 77
Gdy namiętność stygnie — 80
Dlaczego ludzie w to wierzą? — 82
Nie warto poprzestać na własnym określeniu miłości — 83
Ona i on potrzebują obiektywnego spojrzenia — 84

MIT 2. Miłość jest uczuciem, polega na wielkiej namiętności — 86

- Miłość a uczucie miłości — 87
Autorytety nie zawsze mówią tak samo — 88
Docenić intymność i zaangażowanie — 89
Czym są uczucia? — 91
Uczucie a prawdziwa miłość — 94
Mądrość języka — 97
Czym jest prawdziwa miłość? — 99
Najpiękniejsze określenie miłości kobiety i mężczyzny — 100
Na czym polega oddanie się drugiej osobie na co dzień? — 102

ROZDZIAŁ CZWARTY: Twardziel i laska. Mityczne i stereotypowe pojmowanie płci — 107

MIT 1. Dziewczynki bawią się lalkami, a chłopcy samochodzikami, bo tak nas wychowano — 108

- Różnice między mężczyzną a kobietą — 109
Biologia a różnice płci — 111
Argumenty psychologii ewolucyjnej — 114

MIT 2. Płeć nie jest wrodzona, jest przedmiotem wolnego wyboru — 116

- O co chodzi w gender? — 116

- Pozabiologiczne uwarunkowania płci — 118
- Płeć biologiczna a społeczno-kulturowa — 124
- Płeć nie jest zjawiskiem prostym — 128
- Ideologia gender — 130
- Zmiany prawne i społeczne — 133
- Przykłady z Polski — 136
- MIT 3. *Facet i tak mnie nie zrozumie.***
- Kobiety są nielogiczne, nie da się ich pojąć* — 138
- Czy kobiety są nielogiczne? — 139
- Zalety i wady logiczności mężczyzn — 140
- Czy mężczyzna może zrozumieć kobietę? — 141
- Koluzja falliczno-edypalna — 142
- Przykład z gabinetu terapeuty — 144
- Zasada równowagi między zachowaniami progresywnymi a regresywnymi — 147
- ROZDZIAŁ PIĄTY: Seks jest po to, aby z niego korzystać.**
- Mit seksu jako niezobowiązującej aktywności — 151
- MIT 1. *Seks jest po to, aby go uprawiać*** — 152
- Spojrzenie na seksualność zależy od rozumienia człowieka — 155
- Człowiek to jedność fizyczno-psychiczno-duchowa — 155
- Tak naprawdę chodzi o miłość — 158
- Funkcje seksualności człowieka — 159
- MIT 2. *Poprzednie romanse nie przeszkodzą ci założyć trwałego związku, kiedy naprawdę się zakochasz*** — 160
- Trochę o współczesnych filmach — 161
- Gdy zakocha się w tobie księżę z bajki, to nie znaczy, że się dla ciebie zmieni — 163
- Doświadczenie terapeuty — 165
- MIT 3. *Pierwsza randka powinna zakończyć się pocałunkiem*** — 168
- Czy pocałunek jest naturalny — 170
- Zasada szczerości gestów — 173
- Szczerość gestów i pocałunki — 175
- Zjednoczenie ciał wymaga zjednoczenia osób — 176
- Niektóre różnice w seksualności kobiet i mężczyzn — 177
- Zasada zrywania dojrzałych owoców — 179
- MIT 4. *Prawiczek to istota najbardziej godna politowania*** — 182
- Inicjacja seksualna — 184
- Prawo pierwszych połączeń — 186

- Czy warto poczekać z seksem do ślubu? — 188
- Seks a miłość — 190
- Niszcząca siła pornografii — 193
- Sukces wymaga pracy w każdej dziedzinie — 194
- MIT 5. Przed ślubem trzeba się wyszumieć — 195**
- Bunt młodzieńczy — 197
- Sumienie – wewnętrzny kompas — 198
- Pytania dla złapania dystansu — 199
- MIT 6. Przed ślubem trzeba się wypróbować, nie mogą kupić kota w worku — 200**
- Mieszkanie razem na próbę — 201
- Wspólne zamieszkanie, ale bez seksu — 203
- Ćwiczenie na wyobraźnię — 205

ROZDZIAŁ SZÓSTY: Żyli długo i szczęśliwie.

Mit niezmienności i samowystarczalności związku — 207

MIT 1. Siła prawdziwych uczuć jest niegasnąca — 208

Zakochani w obliczu życiowych wyzwań — 208

Wpływ rodziny, w której wyrosliśmy — 210

Wpływ domu rodzinnego a terapia par — 211

MIT 2. Nad miłością nie trzeba pracować, wystarczy odpowiednio się dobrać — 215

Spółczesność XXI wieku a przygotowanie do małżeństwa — 216

W małżeństwie jak w innych dziedzinach – sukces wymaga kompetencji i pracy — 218

Małżeństwo jest jak ogród — 220

Zasady udanego małżeństwa — 221

Recepta na sukces w związku — 226

ROZDZIAŁ SIÓDMY: Prawdziwa miłość nie istnieje.

Mit nieuniknionego wypalania się miłości — 229

MIT 1. Miłość nie istnieje, jest tylko chemia, a później przyzwyczajenie — 230

Dlaczego niektórzy tak myślą? — 231

Czy jest w tym ziarno prawdy? — 232

Miłość istnieje — 234

MIT 2. Małżeństwo to tylko papierek, lepiej żyć w wolnym związku — 235

Czy małżeństwo jest potrzebne? — 236

Małżeństwo przymierza — 238

Małżeństwo nie jest sprawą prywatną —	239
MIT 3. <i>Małżeństwo jest grobem miłości</i> —	241
Typy związków małżeńskich —	242
Czy małżeństwo może jednak szkodzić? —	244
Szczególna zasada małżeńska —	245
Wyznaczyć wspólny cel —	246
Małżeństwo potrzebuje własnej konstytucji —	247
Przykład z terapii —	248
Konstytucja małżeńska po świecku —	250
Jak budować poczucie wspólnoty? —	251
Przebaczenie i pojednanie —	252
Skarby w popkulturze —	253
ZAKOŃCZENIE —	257

Od początku musi zaiskrzyć Mit zakochania jako prawdziwej miłości

Marzenie o wszechogarniającej uczuciowej miłości nie jest czymś nowym. Nie jest też wynalazkiem epoki romantyzmu. Przykładowo starożytna biblijna Pieśń nad Pieśniami zawiera zmysłowy, żywy opis uczuć przepelniających parę zakochanych. Także dzisiaj wiele osób rozumie miłość kobiety i mężczyzny przede wszystkim jako zakochanie, wszechogarniające przeżycie. Chcielibyśmy w tym rozdziale opisać zjawisko zakochania, aby lepiej je zrozumieć. Ocalić to, co w nim piękne, ale porzucić fałszywe przekonania, które mogą przysporzyć cierpień i problemów nam i kochanym przez nas osobom.

MIT 1. (LICZY SIĘ TYLKO) MIŁOŚĆ OD PIERWSZEGO WEJRZENIA

W najdawniejszych mitach antycznej Grecji możemy znaleźć obraz „miłości od pierwszego wejrzenia”. Działo się tak, gdy serce człowieka przebił swą strzałą Eros. W literaturze

średniowiecznej również opiewano ten rodzaj miłości. Przykładem może być utwór Guirauta de Borneilha, trubadura prowansalskiego z przełomu XII i XIII wieku:

Tedy przez oczy właśnie miłość serca dosięga,
Albowiem są one zwiadowcami serca;
Oczy rozglądają się, śledzą pilnie
Za tym, co serce najchętniej pragnęłoby osiąść.
A kiedy cała trójka już osiągnie zgodę
I jednomyślne, mocne ma postanowienie –
W owej to chwili rodzi się miłość (...)
Poczynając się ze skłonności¹⁰.

Idea miłości od pierwszego wejrzenia jest bardzo stara i ugruntowana w naszej kulturze. Musi być w niej zatem coś bardzo pociągającego.

Czy dziś ludzie wierzą w miłość od pierwszego wejrzenia?

A jak jest dzisiaj? Firma Kantar Public przeprowadziła w Polsce w dniach 2–5 lutego 2018 roku (z okazji zbliżających się walentynek) ankietę¹¹. Jedno z pytań brzmiało: „Czy wierzy Pan/i, czy nie wierzy, w miłość od pierwszego wejrzenia?”. Aż 74% ankietowanych zadeklarowało, że wierzy w taką miłość. Porównano też wyniki podobnych badań z roku 2001, gdzie 55% osób zadeklarowało wiarę w miłość od pierwszego wejrzenia, oraz z roku 2009, gdzie takie przekonanie deklarowało 63% osób. Widać zatem w naszym społeczeństwie wyraźny wzrost wiary

¹⁰ G. de Borneilh, *Tedy przez oczy...*, w: J. Campbell, *Potęga mitu*, przeł. I. Kania, Znak, Kraków 2007, s. 211.

¹¹ Badanie „Barometr miłości” przeprowadzone na grupie 1000 Polaków w wieku 18–60 lat. Zob. http://www.tnsglobal.pl/archiwumraportow/files/2018/02/K.005_Barometr_milosci_002-18.pdf, dostęp 22.04.2020.

w tę miłość. Nie wiadomo tylko, jak ankietowani rozumieli zadane im pytanie. Nawet fachowcy publikujący raport mieli chyba wątpliwości, bo można w nim wyczytać: „...na przestrzeni ostatnich 17 lat, wiara w miłość od pierwszego wejrzenia wzrosła aż o 19 punktów procentowych”¹². Mówi się więc tutaj o miłości. W kolejnym zdaniu czytamy jednak: „Obserwując trend, można zauważyć, że poczucie wśród Polaków, że można się zakochać już przy pierwszym spotkaniu, systematycznie wzrasta”. I tutaj już nie pada słowo miłość, ale zakochanie się. Czyli komentatorzy albo utożsamiają miłość od pierwszego wejrzenia z zakochaniem przy pierwszym spotkaniu, albo sądzą, że ankietowani zrównują te zjawiska.

PIOTR: Z mojego doświadczenia rozmów z licealistami wynika, że młodzi różnie rozumieją miłość od pierwszego wejrzenia. Jedni sądzą, że to prawdziwa miłość, inni, że tylko zakochanie, a jeszcze inni nazywają to płytkim i krótkotrwałym zauroczeniem. Jedno jest pewne: panuje w tej sprawie pewien bałagan pojęciowy. A przecież nie chodzi tu tylko o słowa. Pomylenie zakochania bądź innych przeżyć z miłością może przynieść opłakane skutki.

Prawdziwa miłość czy zauroczenie?

Czy istnieje więc miłość od pierwszego wejrzenia? Nieraz wystarczy przypadkowe spotkanie, spojrzenie sobie w oczy, jakiś pojedynczy gest i kobieta czy mężczyzna zaczynają odczuwać silny pociąg do drugiej osoby. Najczęściej ma on charakter pewnego przymusu: „muszę go zobaczyć... porozmawiać... dotknąć... pocałować”. To piękne przeżycie i niemal każdemu byśmy go życzyli, choć dla osoby doświadczającej tak silnego zakochania często nie jest ono łatwe. Nieraz przynosi wręcz

¹² Tamże, s. 3 raportu.

udrękę, gdy zakochamy się w osobie w jakiś sposób dla nas niedostępnej.

Zatem miłość czy zakochanie? Zakładając, że rozmawiamy o miłości kobiety i mężczyzny¹³, która jest wzajemnym oddaniem siebie, trudno mówić, że coś takiego może zaistnieć od pierwszego wejrzenia. Ciężko sobie wyobrazić, że kobieta i mężczyzna spotykają się pierwszy raz i od razu pragną oddać się jedno drugiemu, bez wzajemnego poznania. Skutki takiego kroku byłyby nieobliczalne. Pójście za głosem serca nie powinno wykluczać rozumu.

Aby kogoś pokochać, należy go poznać. Stan zauroczenia uniemożliwia jednak poznanie choćby po części obiektywnie. Zakochani patrzą na obiekt uczucia niemal bezkrytycznie, przez tzw. różowe okulary. Poza tym na początku znajomości każde z partnerów przedstawia drugiej osobie wersję eksportową samego siebie. Jest to naturalne i piękne, ale do miłości stąd jeszcze bardzo daleko. Dlatego właśnie sądzimy, że nie istnieje prawdziwa miłość od pierwszego wejrzenia – takie sformułowanie wydaje się wewnętrznym sprzeczne. Istnieje za to – jak najbardziej „od pierwszego wejrzenia” – zauroczenie, zakochanie, które może stać się dla dwojga ludzi podstawą, zaczątkiem pięknej więzi miłości.

Jeśli nawet ktoś, zakochując się, pokochałby jednocześnie drugą osobę, nie byłby w stanie tego stwierdzić. Każde działanie podjęte dla obiektu westchnień, nawet wymagające trudu,

¹³ Nie mówimy tu o miłości do drugiego człowieka wypływającej z zasad moralnych danej osoby. Może ona obdarzać każdego miłością rozumianą jako pragnienie dobra. Nie mówimy też o miłości płynącej ze szczególnego zaangażowania w relację, wynikającego z decyzji. Na przykład ojciec nowo narodzonego dziecka pokazuje je przyjacielowi i pyta: czy zostałbyś chrześcijaninem? Przyjaciel, mimo iż widzi dziecko po raz pierwszy, obdarza je miłością, która w tym wypadku wynika z decyzji, choć może też wiązać się z uczuciami.

przychodzi zakochanym z łatwością. A przecież miłość poznaje się właśnie po tym, czy jesteśmy w stanie troszczyć się o drugą osobę, zrezygnować z czegoś dla niej nawet wtedy, gdy nas to dużo kosztuje. A to da się stwierdzić dopiero, kiedy etap zakochania zbliży się do końca lub w ogóle minie. Uprzejmość i troska o drugą osobę, dobieranie specjalnych słów przychodzą zakochanym jakby automatycznie, sprawiają radość i przyjemność. Prawdziwą miłość poznaje się, gdy przygasną hormonalne i psychologiczne „dopalacze”. Związek, w którym zaczyna rozkwitać miłość zbudowana na fundamencie zakochania i pościągę płciowego, poznaje się po tym, że kobieta i mężczyzna nie ukrywają przed sobą nawzajem także swoich wad, słabości i mniej chlubnych faktów z przeszłości. Przystają grać, przechodzą od namiętności do intymności i zaangażowania. Aby to wszystko się stało, zakochanie musi w pewien sposób minąć.

PIOTR: Mam kolegę, który żyje w udanym małżeństwie. Kiedyś opowiedział mi, że gdy pierwszy raz, na imprezie towarzyskiej zobaczył swoją obecną żonę, wtedy nieznaną dla niego dziewczynę, powiedział sobie: „To o n a”. Udało mu się z nią umówić, zaczęli się spotykać i okazało się, że naprawdę się pokochali. Czy była to miłość od pierwszego wejrzenia? Jestem przekonany, że nie. Była to intuicja (tym razem męska), wewnętrzne przekonanie, które po dłuższym okresie zauroczenia, poznania się zaowocowało stworzeniem wspianiałego związku. Obecnie mają czwórkę dzieci. Ale między jego intuicją a piękną małżeńską i rodzinną miłością, którą cieszą się dzisiaj, była dosyć długa droga z wieloma meandrami, które udało im się szczęśliwie przekroczyć.

Zasada równej wartości osób w związku

W poprzednim rozdziale wspomnieliśmy o pierwszej ważnej zasadzie zdrowego związku kobiety z mężczyzną – zasadzie

półprzepuszczalności granic zewnętrznych i wewnętrznych. Pisząc o różnicy między zakochaniem i miłością, chcielibyśmy wspomnieć o innej ważnej regule. Jest to zasada równej wartości partnerów. Przedstawiając ją, opieramy się na koncepcji Jürga Willego. Zasada równej wartości osób w związku jest szczególnie ważna dla par, które przechodzą z etapu zakochania do etapu miłości.

Pod hasłem „równa wartość” nie rozumiemy tutaj przede wszystkim równej wartości każdego człowieka jako osoby – bo zakładamy, że to jest oczywiste. Chodzi nam o psychologiczne rozumienie równej wartości partnerów. Taka sytuacja ma miejsce, gdy każde z nich rozpoznaje w drugim kogoś „tak samo ważnego i wartościowego jak ja”.

Wyobraźmy sobie sytuację pewnego małżeństwa. Mąż jest znanym naukowcem, jego codzienność to praca badawcza, wykłady, publikacje – słowem, jest w jakiś sposób sławny, podziwiany i uznawany przez innych. Żyje w przysłowiowym blasku reflektorów. Z kolei jego żona, matka trójki ich dzieci, angażuje się przede wszystkim w prowadzenie domu. Nie ma swojej zewnętrznej działalności zawodowej. Jej codzienność to szeroko rozumiana opieka nad dziećmi: od odprowadzania ich do przedszkola i szkoły, poprzez pomoc im w różnych czynnościach i rozmawianie z nimi oraz zabawę, aż po niezbędne wizyty lekarskie. Poza tym: zakupy, sprzątanie i milion drobiazgów dnia codziennego, które wszyscy znamy z własnego życia.

Patrząc z zewnątrz na taką parę, ktoś mógłby powiedzieć: jaka dysproporcja i nierówność między nimi, wręcz dyskryminacja żony i niesprawiedliwość. Pierwszorzędny przykład do ultrafeministycznego czasopisma. Zakładając, że tak też oczywiście może być, zdziwilibyśmy się, słysząc, że ów mąż widzi w swojej żonie niemal bohaterkę, darzy ją ogromnym szacunkiem i uważa, że przynajmniej połowę swojego suk-

cesu zawodowego i społecznego zawdzięcza właśnie jej. Nie z powodu tego, że przeprowadziła w laboratorium część eksperymentów, które on miał do zrobienia, ale dlatego, że kompetentnie prowadzi ich wspólny dom, wychowuje i troszczy się o ich dzieci i w ten sposób buduje bezpieczeństwo ogniska domowego, które dla niego jest źródłem najgłębszej siły i identyfikacji.

Ona oczywiście podziwia naukowe dokonania męża, chociaż może nie aż w takim stopniu jak jego koledzy specjaliści, i jest z niego dumna. Ale sama także docenia, jak ważną, choć zupełnie niespektakularną pracę wykonuje w domu. Ten prosty przykład pokazuje, o co chodzi w zasadzie równej wartości partnerów: o ich wzajemny podziw i uznanie dla siebie, niezależnie od tego, czym się aktualnie zajmują i jakie piastują stanowiska.

W dawniejszych czasach doborem małżonków w dużo mniejszym stopniu kierowały osobiste preferencje, a bardziej wola i rozeznanie osób starszych, głównie rodziców, i względy strategiczne, często majątkowe. Funkcjonowało wtedy pojęcie mezaliansu, którego uniknięcie miało w pewien sposób zagwarantować równą wartość partnerów. Poprzez dobór żony czy męża z tej samej klasy społecznej, narodu, wyznania etc. próbowano zapewnić dobrostan i trwałość danego związku małżeńskiego. Oczywiście taki dobór był tylko pół- albo nawet ćwierćśrodkiem, bo psychologia ludzka jest zbyt skomplikowana, aby taki zewnętrznie sterowany zabieg mógł zagwarantować parze szczęście. Ale przekładając ideę (uniknięcia) mezaliansu na psychologiczną zasadę równej wartości partnerów, możemy zobaczyć, że na przestrzeni wieków, nawet w czasach kiedy w ogóle jeszcze nie istniała psychologia jako nauka, ludzie intuicyjnie wyczuwali, jak owa równa wartość jest ważna.

WOJCIECH: Czasem równa wartość może rozgrywać się w dosyć subtelnych, a jednocześnie zasadniczych sprawach. Przypominam sobie pacjenta, bardzo inteligentnego i atrakcyjnego społecznie mężczyznę, który przez wiele lat borykał się z wyborem partnerki do stałego związku. Na początku swej dorosłości (mniej więcej od 17. do 25. roku życia) był w związku z dziewczyną, w którym oboje czerpali od siebie dużo emocjonalnej gratyfikacji: ona, ponieważ była zaopiekowana przez chłopaka, on, ponieważ dziewczyna mu to umożliwiała. Częste przebywanie razem dawało im również smak wspólnoty – w przeciwieństwie do poczucia samotności, jakie każde z nich miało w rodzinie pochodzenia. Byli dla siebie trochę jak brat i siostra, dzieląc wspólne frustracje wyniesione z własnych rodzin, mimo że oboje mieli biologiczne rodzeństwo. W późniejszej fazie ich związku dołączył się również aspekt erotyczny, ale – mówiąc najogólniej – nie był on dla nich (zwłaszcza dla mężczyzny) szczególnie zadowalający.

Kończąc studia, mój pacjent poznał inną dziewczynę (nazwijmy ją fikcyjnym imieniem Karolina), w której się zakochał i z którą namiętność erotyczna stała się szybko istotnym i bardzo satysfakcjonującym elementem związku. Dla Adama (to też, oczywiście, imię fikcyjne) było to szczególnie ważne, bo po raz pierwszy doświadczył swojej seksualności jako czegoś pozytywnego, dzięki entuzjastycznej odpowiedzi Karoliny na tego rodzaju bodźce. Istotnym i bardzo pociągającym elementem tej wymiany, przynajmniej od strony Adama, była – poza kwestią prostej przyjemności seksualnej – pewna równorzędność. To znaczy każde z nich opiekowało się drugim w podobnym stopniu. W pewien sposób oboje zrealizowali na polu seksualnym „równą wartość”, co dla mojego pacjenta, po wielu latach poprzedniego związku, w którym to on nadawał ton, proponował, opiekował się, a dziewczyna skwa-

pliwie to przyjmowała, było niemal jak objawienie. I chociaż związek ten dosyć szybko się rozpadł, a Adam doświadczył z jego powodu wiele cierpienia i upokorzenia oraz – później – różnych kłopotów w kolejnych relacjach z kobietami, przez chwilę posmakował, co to znaczy „równa wartość” w relacji seksualnej.

Pacjent po rozstaniu z Karoliną powrócił do pierwszej dziewczyny, bo jednak mieli przecież wiele wspólnych pozytywnych doświadczeń, ponadto czuł się w pewien sposób odpowiedzialny za to, że ją kiedyś „oswoił”, a dziewczyna się na to zgodziła. Mimo że na nowo, już jako bardziej dorośli ludzie, stworzyli parę, nadal brakowało w niej równej wartości. Chociaż oboje mieli już jakieś doświadczenia zawodowe, zarabiali na siebie, byli bardziej samodzielni niż kiedyś, nadal charakter związku się nie zmienił. To Adam nadawał ton, to on w pewien sposób opiekował się partnerką trochę jak dzieckiem. On także w dużej mierze nieformalnie ustalał zasady w związku.

Choć kontakt z dziewczyną był dla Adama bezpieczny, bo w zasadzie nie stawiała mu żadnych wyzwań, to równocześnie wydawał mu się nudny. Jego partnerka w niczym istotnym mu nie imponowała, za bardzo była do niego „przyklejona”. I chociaż przez dłuższy czas mieszkali razem, to głównym spoidłem tego odrodzonego związku było ze strony Adama poczucie winy, że nie może teraz jej opuścić, skoro ją kiedyś zdradził, gdy odszedł do Karoliny. Dziewczynę zaś w związku zatrzymywał strach, że sobie nie poradzi społecznie oraz w dziedzinie relacji męsko-damskich. W tym związku, chociaż było dużo obopólnego zrozumienia, jakaś doza szacunku i troski o siebie nawzajem, brakowało jednak głębokiego wzajemnego upodobania. Mówiąc inaczej – nie było równej wartości.

Sfery życia, w których małżonkowie doświadczają równej wartości, mogą być bardzo różne, ale chodzi o to, by było jej w związku jak najwięcej. Zarówno w myśleniu o sobie względem drugiej osoby – „jestem tak samo wartościowy jak ona”, jak i w przeciwnym kierunku – „mój partner jest tak samo wartościowy jak ja”. To znaczy, aby każde myślało o sobie oraz o partnerze w dobry, pełen godności sposób. Nie oznacza to oczywiście braku różnic ani wypełniania na siłę identycznych ról.

Co sprawia, że ludzie się zakochują?

Zdarza się, że dziewczyna i chłopak zakochują się w sobie już w czasie pierwszego spotkania. Na przykład wtedy, gdy poznają się na balu, wycieczce czy prywatce i mają trochę czasu na rozmowę połączoną z patrzeniem sobie w oczy, zaurzeczywienie od pierwszego wejrzenia jest zdecydowanie możliwe. Tym bardziej, że jeśli jedna strona dowiaduje się, że podoba się drugiej stronie, szansa na wzajemność jest o wiele większa.

Co właściwie sprawia, że dwie konkretne osoby zakochują się w sobie od pierwszego wejrzenia? W jakiej mierze pozostanie to tajemnicą. Patrząc jednak od strony psychologicznej w ujęciu psychodynamicznym, zakochanie jest sytuacją, w której dwie osoby odnajdują w sobie nawzajem jakiś zaprzeczony lub wyparty aspekt samych siebie. Czyli mówiąc prościej, zakochujemy się w wyobrażeniu danej osoby, często mającym niewiele wspólnego z tym, kim ta osoba rzeczywiście jest. Jednak obraz ten w kontekście naszej historii życia jest dla nas cenny.

Na przykład nieśmiały mężczyzna spotyka dynamiczną kobietę z inicjatywą. Ona z kolei jego nieśmiałość czyta jako wrażliwość i dawanie innym przestrzeni, co dla niej było zawsze trudne. Inny przykład – mężczyzna, który zaznał

mało czułości w dzieciństwie, szczególnie od matki, i wyrósł w obronnym przekonaniu, że tego nie potrzebuje, bo facet ma być twardy, nagle jest bardzo poruszony i ujęty troską kobiety, przejawiającą się w dbaniu o jakiś drobiazg z nim związany. Pamiętała o jego urodzinach i dała mu upominek, który świadczył, że wcześniej zauważyła jakąś jego potrzebę czy zachciankę, że go słuchała...

Innymi słowy, w zakochaniu bardziej jesteśmy w nieświadomym kontakcie z własną, najczęściej niezaspokojoną lub nieakceptowaną potrzebą, projektowaną na obiekt zakochania, niż z realną osobą, taką jaka ona jest. A zatem zakochanie to pewna forma większego czy mniejszego zniekształcenia poznawczego dotyczącego drugiej osoby, nieświadome patrzenie na nią przez filtr swoich niespełnień i potrzeb. Zakochanie z definicji nie „zna” jeszcze drugiej osoby, „zna” natomiast zakochanego. Zakochanie to osoba dla mnie, miłość to ja dla osoby.

Dla uporządkowania pojęć zadajmy jeszcze inne pytanie: Czy istnieje jakaś różnica między zakochaniem a zauroczeniem? Naszym zdaniem nie. Przyjęło się, że zauroczenie jest bardziej ulotne i czasem przechodzi w nieco tylko trwalszą, bardziej intensywną fazę – zakochanie. To chyba jedyna różnica między nimi. I to właśnie zauroczenie i zakochanie jest w pełni uczuciem. Może trwać do kilkunastu miesięcy, ale w końcu – jak każde uczucie – przemija. Nie znaczy to, że partner czy partnerka przestaje nam się podobać. Szeroko rozumiana atrakcyjność drugiej osoby może trwać bardzo długo, jeśli troszczymy się o relację.

Najbardziej modny rodzaj miłości

Zasadniczo z miłością od pierwszego wejrzenia nie byłoby problemu i nie pisalibyśmy o niej w rozdziale dotyczącym

mitu zakochania jako prawdziwej miłości, gdyby nie fakt, że kultura na przestrzeni lat, szczególnie od okresu romantyzmu, wyróżnia tę właśnie postać miłości. Uczy tym samym podprogowo konsumentów kultury, czyli nas wszystkich, że romantyczna miłość, miłość od pierwszego wejrzenia jest jedyną formą prawdziwej miłości. I im silniejsza, tym jest lepsza, bardziej prawdziwa. Dodajmy na marginesie, że tworzenie tego typu narracji w filmach i w literaturze często bywa dochodowym interesem, ponieważ odwołuje się do naszych głębokich tęsknot za więzią i przynależnością, magicznie obiecując ich zaspokojenie. Może właśnie ów przekaz mediów sprawia, że badania socjologiczne cytowane na początku omawiania mitu (*Liczy się tylko*) *miłość od pierwszego wejrzenia*, notują u nas wzrost wiary w miłość od pierwszego wejrzenia?

Przekonanie, że liczy się tylko miłość od pierwszego wejrzenia, choć bardzo powszechne szczególnie wśród młodych ludzi, jest naszym zdaniem szkodliwe, a czasem wręcz niebezpieczne. Przede wszystkim dlatego, że jest nieprawdziwe. Uprzywilejowuje i idealizuje jeden aspekt zjawiska miłości względem pozostałych. Oszukuje tych, którzy doświadczają miłości od pierwszego wejrzenia, wmawiając im, że już osiągnęli pełnię miłości. A także tych, którzy nie mieli szczęścia doświadczyć takiego przeżycia, dowodząc, że są jakoś upośledzeni czy wybrakowani, nie potrafią kochać i nie jest im to przeznaczone.

WOJCIECH: Przypominam sobie w tym kontekście pacjentkę, kobietę w średnim wieku, która na skutek silnych przekazów z rodziny pochodzenia nie wierzyła, że może kochać i być kochana przez mężczyznę. W związku z tym, na zasadzie samospełniającego się proroctwa, tak nieświadomie aran-

zowała różne sytuacje, że jakikolwiek pozytywny scenariusz poznania kogoś nie mógł się wydarzyć. Zamiast uczestniczyć w przygodzie miłości żyła z bardzo przykrymi objawami nerwicy, która angażowała jej uwagę, siły i pragnienia. W mojej ocenie, w tym konkretnym przypadku o samotności kobiety decydowały przede wszystkim czynniki związane z historią jej życia. Wiele innych osób na lata ucieka w samotność nie tylko z powodu przeszłości, ale również dlatego, że przekaz kulturowy dyskryminuje tych, którzy nie zakochali się od pierwszego wejrzenia lub nie doświadczyli uczucia zakochania. Często żyją w poczuciu głębokiego niespełnienia, którego nie jest w stanie zrekompensować ani sukces zawodowy, ani finansowy, ani wysoki prestiż.

Negatywny scenariusz

Jak wspomnieliśmy wyżej, zakochanie jest sytuacją, w której fascynujemy się wyobrażeniem danej osoby – często mającym niewiele wspólnego z tym, kim ona rzeczywiście jest – które w kontekście naszej historii życia jest dla nas cenne. Różne mogą być później losy takiego zakochania. Pozytywny scenariusz to ten, gdy obydwoje się poznają i realnie dostrzegają dobre i gorsze cechy drugiego. Czasem jednak oboje lub jeden z partnerów nie może się zgodzić z tym, że druga osoba odbiega od jego wyobrażeń, i zaprzecza faktom, aby utrzymać swoją iluzję.

Ten negatywny scenariusz rozwoju zakochania może przekształcić się w tzw. koluzję¹⁴ – sztywny układ, w którym partnerzy trwają w nieświadomych rolach, z biegiem czasu stających się ich „gorsetem”. Wyobraźmy sobie kobietę, nazwijmy ją Anną, która wychowywana była przez zimnego,

¹⁴ Od łac. *colludere*: wspólnie grać, bawić się.

zdystansowanego, czasem fizycznie nieobecnego ojca. Jej nieświadomą reakcją na ten typ więzi może być wytworzenie obrazu siebie jako nieatrakcyjnej jednostki. „Jeśli mój tata tak mnie traktuje, to widocznie jestem tego godna, bo niczego wartościowego sobą nie reprezentuję”... Sytuację pogarsza jeszcze to, że jej matka, poprzez swoją pasywność i bezradność wobec męża, dawała córce wzór zaniedbywania samej siebie. Anna wchodzi więc w dorosłość jako osoba przekonana głęboko o swojej nieatrakcyjności (mimo faktów, które temu całkowicie przeczą, na przykład urody, osiągnięć, talentów). Jednocześnie pragnienie bycia piękną i wartościową nie umiera w niej całkowicie. Trwa ukryte w tęsknocie, że kiedyś ktoś wreszcie ją „odkryje”.

Przypuśćmy, że na swojej drodze spotyka mężczyznę, nazwijmy go Pawłem, który pod wieloma względami jest bardzo atrakcyjny: przystojny, elokwentny, wykształcony i dobrze zarabiający. Jego cechy ją zachwycają, bo są oznakami siły, których Anna zawsze pragnęła w sobie i w swoim ojcu. Dla Pawła z kolei zachwyt Anny ma kolosalne znaczenie, bo jego matki nigdy nie zadowalały w pełni jego dziecięce i młodzieńcze osiągnięcia. W jej oczach nigdy nie był wystarczająco dobry, choć potrafił wiele, a jego bierny ojciec pozostawił kwestię wychowywania syna swej żonie. Tak więc Paweł spotyka kobietę, która w nieklamany sposób wyraża dla niego podziw, uznanie i oddanie. On zaczyna się nieświadomie identyfikować z idealnym wyobrażeniem, jakie Anna ma o nim samym. To jego psychologiczny, najczęściej nieświadomy powód, dla którego zakochuje się w tej konkretnej kobiecie. Paweł wyłapuje z otoczenia – od Anny – pełen podziwu komunikat, którego zawsze pragnął od matki. Tworzy się między nimi, i to szybko, związek dla obojga bardzo satysfakcjonujący, w którym kobieta chętnie poświęca się i dostosowuje do mężczyzny,

idealizując go, ale nie stawiając mu żadnych wymagań. On zaś nagradza ją za to szczególną uwagą, a san delektuje się swoją wyjątkowością, którą dostarcza mu podziw Anny.

Koluzja narcystyczna

Z biegiem czasu związki takie, nazywane fachowo koluzją narcystyczną, bardzo się komplikują i najczęściej, jeśli para nie skorzysta z profesjonalnej pomocy, zgotuje sobie przyszłowiowe piekło. Mechanizm zakochania się (wszystko jedno, czy od pierwszego wejrzenia, czy nie) jest w tym przypadku zbudowany na deficytach każdego z partnerów. Chodzi o braki w ustaleniu w ł a s n e j tożsamości i tym samym pozytywnego obrazu siebie. To, że żadne z nich własnej tożsamości nie stworzyło, kompensuje sobie cechami drugiej osoby, która jest niezbędna, aby czuć się dobrze. W podanym wyżej przykładzie: Anna – zwalniając się z odpowiedzialności za swój własny rozwój – karmi się wyidealizowanym wizerunkiem Pawła i z biegiem czasu zaczyna niejako zmuszać go, aby zawsze był najlepszy i w ten sposób nigdy jej nie zawiodł. Paweł zaś syci się zachwytem Anny, ciesząc się, że wreszcie został przez kogoś należycie doceniony, niezbyt interesując się, czy sam we własnych oczach zasługuje na podziw. Z biegiem czasu uzależnia się od podziwu żony. Jednak zachwyt ten staje się dla niego coraz trudniejszy do zniesienia, bo zmusza do bycia we wszystkim idealnym. Nie pozwala obniżyć poprzeczki czy ponieść jakiegokolwiek porażki, a nieustanne zwycięstwa są obiektywnie niemożliwe. Początek związku ludzi o takich osobowościach jest niezwykle ekscytujący, wydaje się spełnieniem marzeń – oboje uważają, że właśnie znaleźli swoje drugie połówki. W jakiejś mierze jest to prawda: każde z nich znalazło obiekt – drugą osobę, w której może ulokować swoją odwieczną tęsknotę za posiadaniem znaczenia i byciem

wartościowym. Teraz obowiązkiem tej drugiej osoby jest zapewnianie partnera o jego wyjątkowości, czy to w wersji Pawła („jeśli Anna tak mnie podziwia, to znaczy, że jestem tego wart, taka jest prawda o mnie, jestem wspaniały”), czy to w wersji Anny („jeśli taki wspaniały, niemal idealny mężczyzna wybrał mnie na swoją żonę, to znaczy, że jestem tego warta”). Coś, co na początku było bardzo fascynujące i energetyczne dla dwojga (zakochanie), przekształca się w sztywną strukturę, wymuszającą nieświadomie na każdym partnerze określony styl zachowań. Paweł będzie oczekiwał od Anny nieustannego podziwu, co przecież na dłuższą metę jest niemożliwe. Anna będzie znów wymagała od Pawła, by nigdy nie obniżył swoich standardów, a jeśli tylko zorientuje się, że nie jest on tym wyśnionym ideałem, zacznie mniej czy bardziej otwarcie wywierać presję, aby nim się stał. Chyba że po prostu zmieni obiekt swoich fascynacji i poszuka innego mężczyzny. Sama pozostanie przy tym pasywna i nie spróbuje nawet pracować nad własnym rozwojem. Paweł z kolei będzie się czuł coraz bardziej skrzepowany i zbuntowany wobec tego, że musi sprostać najwyższym wymaganiom i że nigdy nie wolno mu zawieść. Najczęściej w opisaney wyżej koluzji narcystycznej para przychodzi do terapeuty w momencie, w którym pierwotna „umowa” („ty będziesz moim ideałem, a ja podporządkuję temu swoje życie”) pęka w szwach: jedno z partnerów albo już nawet oboje nie mogą znieść jej sztywności. To, co na początku było tak szalenie ekscytujące, staje się z biegiem czasu trucizną dla tego związku – chyba że partnerzy zechcą się jednak – każde z osobna – rozwijać.

Osoby wchodzące w związek najczęściej nie mają pojęcia (bo skąd miałyby mieć...), że potencjalnie rozpoczynają łańcuch zdarzeń, mogący zaowocować zbudowaniem relacji, która ma własną strukturę i rządzi się swoimi prawami. Powiemy

o tym szerzej później, ale już w tym miejscu chcemy dać pewną panoramę dynamiki związku, aby pomóc czytelnikom oddzielić temat zakochania od tematu miłości. Skorzystamy tu z koncepcji Bogdana Wojciszke opisaney w książce *Psychologia miłości*¹⁵. Twierdzi on, że typowy związek mężczyzny z kobietą (dla uproszczenia: małżeński) przebiega z grubsza według kilku wyodrębnionych, następujących po sobie faz: zakochania, romantycznego początku, związku kompletnego, związku przyjacielskiego, związku pustego. Scharakteryzujemy poszczególne fazy.

1. **Z a k o c h a n i e.** Temat dobrze znany i rozpoznawalny. Przede wszystkim z filmów, książek, doświadczeń osób nam bliskich, a także (dla dużej większości) z doświadczeń osobistych. Faza ta charakteryzuje się bardzo silnym i – najczęściej – ślepy, jeśli chodzi o realne cechy drugiej osoby, zaangażowaniem. Osoba zakochana po prostu nie może przestać myśleć o swoim kochanku, wszystko odnosi do niego oraz widzi w nim spełnienie najgłębszych tęsknot i marzeń. Najczęściej przeżywa silnie całą paletę uczuć: od miłości do nienawiści. Percepcja świata jest u niej w pewien sposób zniekształcona, co zwykle ma dobre i złe strony. Daje niewiarygodną wprost siłę i możliwości, a równocześnie naraża na popełnienie błędów i poniesienie różnych poważnych konsekwencji.

2. **R o m a n t y c z n e p o c z ą t k i.** To faza, w której siła zakochania słabnie, a na to miejsce wchodzi nieco bardziej realistyczna i kompleksowa ocena drugiej osoby. Następuje etap rozmawiania, poznawania się w różnych aspektach, odkrywania siebie. Prowadzi to najczęściej do wzrostu obopólnego zaufania i odnajdywania z partnerem części wspólnych.

¹⁵ B. Wojciszke, *Psychologia miłości*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1993.

Jednocześnie nadal olbrzymią wartość ma to, co różni. To właśnie różnice są wtedy bardzo pociągające, intrygujące, otwierające przed kochankami wzajemnie światy, do których nie mieli wcześniej dostępu (często jest to związane z różnicami płciowymi między mężczyznami i kobietami oraz wizualną atrakcyjnością). Rozwija się intymność, która jest bardzo atrakcyjna dla obojga partnerów – z dnia na dzień doświadczają oni przepełniającego ich szczęścia. Poczucie wspólnoty „my”, „pokrewieństwa dusz” wraz z różnicami między partnerami, które na tym etapie są na tyle nieistotne, że nie przeszkadzają w celebrowaniu „my”, i na tyle istotne, aby upatrywać w drugim intrygującą inność – te dwa składniki związku tworzą romantyczne początki.

3. Związek kompletny. Naturalnym etapem rozwoju związku romantycznego jest chęć trwałego związania swojego życia z ukochaną osobą, czyli zaangażowanie (w naszej kulturze oznacza to małżeństwo czy przynajmniej zamieszkanie ze sobą). Zaangażowanie prowadzi zatem do dzielenia zwyczajnego życia. Ma to swoje pozytywne i potencjalnie negatywne strony. Do tych pierwszych należy głębokie poczucie sensu życia, jakiego kobieta i mężczyzna doświadczają ze sobą na co dzień, współdzieląc różne aspekty codzienności. Są rzeczywiście razem. Jeśli to współzależenie od siebie przynosi zadowolenie, wówczas związek wygrywa – partnerzy stabilnym krokiem zmierzają do związku przyjacielskiego. Ale dzielenie życia to co innego niż ekscytujące randki czy wypadki w wolnym czasie, kiedy z definicji w zasadzie „będzie fajnie”. W codzienności wcześniej czy później muszą odsłonić się negatywne cechy drugiej osoby, nawet jej wady, które we wcześniejszych fazach związku były albo niewidoczne, albo bagatelizowane. Partnerzy muszą się dogadywać w tak wielu sprawach, począwszy od tych najdrobniejszych po najbardziej

fundamentalne. I wtedy dopiero – w działaniu w tak zwanej szarej rzeczywistości – pokazują sobie nawzajem, kim naprawdę są – jaka jest kompletna prawda o nich.

4. **Związek przyjacielski.** Jeśli bilans interakcji w związku kompletnym jest dodatni, wtedy związek kompletny staje się przyjacielskim. Najczęściej namiętność w takim związku jest już na wygaśnięciu, opada też poziom intymności, ale skompensowane jest to przez świadomą postawę zaangażowania obojga partnerów w ich wspólne życie na dobre i na złe. Partnerzy, zasadniczo akceptując swoje wady i ograniczenia, rezygnują już ze zmiany drugiego według swoich oczekiwań i są dla siebie źródłem oparcia w różnych domenach życiowych. Poleganie na sobie i dzielenie życia w zdrowiu i w chorobie staje się źródłem głębokiej satysfakcji. Ich różnice osobowościowe są w nieustannym i twórczym dialogu, co stymuluje rozwój osobisty każdego z małżonków, nie niszcząc ich wzajemnego „my”. Dążność do zachowania osobistej autonomii oraz lojalności wobec partnera są zbalansowane – jedno nie hamuje drugiego. Partnerzy doceniają swoje wzajemne osiągnięcia (czyli jakby: cieszą się podwójnie) i solidarnie znoszą swoje porażki, dzieląc swój smutek (czyli jakby: cierpią dwa razy mniej). Oczywiście powyżej opisany profil jest w pewien sposób idealny (co nie znaczy, że nieosiągalny). Prawdopodobnie sposób realizacji przyjacielskości w parze rozkłada się według krzywej Gaussa.

5. **Związek pusty.** Tym nieco złowrogo brzmiącym terminem Wojciszke określa stan związku, w którym – jak pisze – „pozytywnych uczuć jest mało i często znacznie mniej niż emocji negatywnych wynikających z doznanych w przeszłości krzywd i nigdy nierozwiązanych konfliktów”¹⁶.

¹⁶ Tamże, s. 193.

To znaczy, małżonkowie trwają w związku na zasadzie zaangażowania, które jest świadomie podtrzymywane – brak tego podtrzymywania oznacza rozpad związku. Powody zaangażowania mogą być różne: konieczność uzasadnienia własnych działań z przeszłości (czyli sensowności wyboru partnera), dotychczasowe inwestycje dotyczące związku („tyle poświęciłem, że nie mogę się już wycofać”), identyfikowanie związku z partnerem jako części własnego „ja”, poczucie winy / wstydu, jeśli chciałoby się związek opuścić, brak alternatyw, naciski społeczne, chęć zapewnienia dzieciom / wnukom stabilnego środowiska itd.

Ale przecież naczelnym powodem trwania w związku do końca może być prawdziwa miłość (piszemy o tym w ostatnim rozdziale), przymierze, które kiedyś nawiązałem ze swoim małżonkiem! Być może decyzja ta nie została podjęta ze świadomością wszystkich konsekwencji (czy w ogóle można być świadomym wszystkich konsekwencji?), ale w sposób jednoznaczny: na dobre i na złe – na zawsze. I Przymierze (celowo piszemy przez duże „p”) zaczęło żyć własnym życiem, niejako pociągając małżonków za sobą. Według nas nazwanie ostatniej fazy związku jako pustej jest dosyć niefortunne, bo sygnalizowałoby nieuchronną klęskę każdej długotrwałej relacji kobiety i mężczyzny. „Niezależnie jak się staramy, i tak wylądujemy w łączącej nas pustce”. Przecież nawet obserwacja niektórych małżeństw dookoła nas temu przeczy. Owszem, nawiązując do wspomnianej krzywej Gaussa, niektóre pary po prostu się kompletnie rozpadają, inne żyją ze sobą w różnych układach izolacji („obcy pod jednym dachem”), ale wiele par ceni sobie bycie w związku do końca swoich dni, a niektóre z nich są bardzo szczęśliwe i spełnione właśnie dzięki byciu w związku z tą konkretnie osobą. Chyba trafniej byłoby nazwać ostatnią

fazę „ewaluacją jakości wspólnego zaangażowania”. Jeśli brzmi to zbyt skomplikowanie, to prościej: „związkiem spełnionym lub niespełnionym”.

Warto także dodać, iż przeżywanie poszczególnych faz związku jest czymś dynamicznym. W każdej z nich może się wiele dziać. Jeśli chodzi o ostatnią fazę, znamy wiele małżeństw, u których na pewnym etapie zagościła rutyna czy frustracje z powodu jakości wspólnego życia. Często jednak nadchodził moment, w którym para odnawiała wzajemną relację, a nawet romantyczność. Zazwyczaj wiązało się to z pomocą z zewnątrz, dającą impuls do zmiany podejścia, a także dostrzeżenia pewnych spraw w innych barwach. Trzeba tu podkreślić znaczenie wzajemnego przeproszenia, przebaczenia i pojednania, które może zasadniczo zmienić podejście do pewnych niewyjaśnionych, nigdy niewybaczonych faktów z przeszłości. Taki impuls może być wynikiem wspólnie spędzonych rekolekcji dla małżeństw, terapii małżeńskiej bądź różnego rodzaju sesji i warsztatów. Trzeba przyznać, że każdy z nas był świadkiem wielu takich przemian. Wojciech – jako terapeuta, Piotr (wraz z żoną) – w duszpasterstwie małżeństw wspólnoty Chemin Neuf (Nowa Droga). Zdarzało nam się nie raz obserwować piękną przemianę małżeństw będących wcześniej w głębokim kryzysie.

Podsumowując: im bardziej osoby angażują się w związek (wykraczając poza zakochanie i romantyczne początki), tym bardziej wchodzi w pewien projekt życiowy. Jest to jakby układ z wieloma zmiennymi, do którego warto się solidnie przygotować, aby je z powodzeniem rozwiązać. Zakochanie – pierwsza faza – jest bardzo fajne, ale... to tylko zakochanie. Jeśli uczynicie je podstawą waszych życiowych wyborów – mocno ryzykujecie. Pisząc to, nie chcemy oczywiście zniechęcać nikogo ani tym samym przedstawiać w złym

świetle fenomenu zakochania jako takiego czy zakochania od pierwszego wejrzenia. Owszem, jest ono fascynującym przeżyciem i może być początkiem wspaniałej drogi we dwoje, początkiem miłości. Istnieje jednak wiele związków, które nie powstały w ten sposób, bo zaczęły się na przykład od przyjaźni. Zakochanie przyszło później albo w ogóle nie zaistniało jako etap burzliwej namiętności czy zauroczenia. A jednak wiele z nich to szczęśliwe i kochające się małżeństwa.

MIT 2. ZAKOCHANIE TO POCZĄTEK ZWIĄZKU, WIĘC MUSISZ JE ROZWIJAĆ¹⁷

Niemal każdy dorosły czy dorastający człowiek był zauroczony co najmniej kilka razy, licząc od przedszkola. Jest to całkowicie normalne. Gdybyśmy pod tym kątem spojrzeli na to, jak sformułowaliśmy ten mit, twierdzenie w nim zawarte mogłoby się nam wydać co najmniej przesadzone. No bo w końcu (zakładamy, że w życiu czytelników tak było) nie raz już byliśmy zakochani, a wcale nie zawsze musieliśmy się w to zaangażować. Niemniej jednak, patrząc na dzisiejszą kulturę – filmy, książki, teksty piosenek – możemy zauważyć tego typu sugestie: Podoba ci się ten facet? Zawalcz o niego. Ma już kogoś? To go odbij. Zakochałeś się na zabój? Musisz za tym pójść, nie możesz przecież tkwić w tym monotonnym związku... Chcielibyśmy się zmierzyć z tego typu mentalnością, poszerzając znacznie spojrzenie na rolę, jaką uczucie zakochania odgrywa w ludzkim życiu. Naszym zdaniem jego rola jest pokazywana w popkulturze bardzo wąsko.

¹⁷ Podrozdział został zainspirowany konferencją „Niespełnione” zakochanie, wygłoszoną przez ks. Krzysztofa Grzywoczę w ramach sesji *Kierownictwo duchowe a uczucia niekochane* w dniach 6–8.10.2006 w Centrum Formacji Duchowej Salwatorianów w Krakowie.

Fałszywe poglądy na temat miłości to współczesne mity, które wielu prowadzą do błędów i cierpienia. Skąd biorą się niezgodne z rzeczywistością przekonania dotyczące relacji oraz kobiecości i męskości? Część – z popkultury, część – z naszych zranień. Autorzy obalają mity jeden po drugim, bazując na solidnej wiedzy psychologicznej. Dają wyważone argumenty. Odnoszą się do duchowości oraz wartości, które pomagają budować dobry związek. Książka uczy przyjmowania i ofiarowania miłości. Skłania do refleksji i odpowiedzi na pytanie: Czy chcę naprawdę kochać, stając się darem dla drugiego człowieka?

Cena det. **34,90 zł**

ISBN 978-83-7906-338-3



9 788379 063383



wdrodze.pl

Patronat medialny:



wiara.pl



MAUS

dobre radio



OPOKA .org.pl



dominikanie.pl



DEON.PL

charaktery

