

Miłość

Niebo jest tam, gdzie jest miłość.

1. Miłość i szczęście

Każdy z nas chce być kimś szczęśliwym i radosnym. Do szczęścia potrzebujemy wielu rzeczy i umiejętności. Jednak tym, co decyduje o naszym losie, jest doświadczenie miłości. Nawiązując do myśli Kartezjusza można przyjąć zasadę: *myślę, więc jestem; kocham, więc jestem szczęśliwy*. Ludzie, którzy nie czują się przez nikogo kochani i którzy nie uczą się kochać, przeżywają rozczarowanie i cierpienie, stają się agresywni i okrutni nawet wobec samych siebie. Chyba nikt z nas nie wyobraża sobie szczęśliwego życia w samotności czy w nienawiści. Jeden z szesnastolatków zwierzył mi się z tego, że od roku regularnie pije piwo i że jest już chyba alkoholikiem. Na koniec rozmowy odsłonił swój największy dramat: „wiem, że wyrządzam sobie krzywdę, ale jest mi już zupełnie obojętne, co się ze mną stanie, gdyż moi rodzice mnie nie kochają i ja siebie też już nie kocham”. Gdy nie ma nikogo, kto troszczy się o nas, komu na nas zależy, kto cieszy się nami, wtedy nasze życie traci sens. Wtedy wpadamy w rozpacz. Wtedy nie mamy siły, by normalnie uczyć się i pracować, by stawiać sobie mądre wymagania, by ocalić w nas wielkie marzenia i aspiracje, by przygotować sobie szczęśliwą przyszłość.

Miłość jest nam tak samo potrzebna do życia, jak pokarm i tlen. Jednak każdy z nas doświadcza, że nawet najbliższe nam osoby czasami nie potrafią nas zrozumieć i kochać. Innym znowu razem my sami zadajemy ból tym, których szczerze chcemy kochać. W takich chwilach pojawia się wątpliwość, czy miłość istnieje i czy na niej można zbudować ludzkie życie. Ze względu na te pytania i wątpliwości miłość kojarzy mi się nieraz z UFO. W obu bowiem wypadkach mamy do czynienia z tajemnicą, która nas fascynuje i niepokoi. Czujemy, że miłość – na podobieństwo nieznanymi obiektów latających – krąży w nas i wokół nas. Z drugiej strony trudno jest ją nam zidentyfikować. Zdarza się, że – podobnie jak w przypadku UFO – bierzemy za miłość coś, co w rzeczywistości nie jest miłością, lecz jedynie nastrojem, popędem czy pożądaniem. Z drugiej strony – tak, jak w przypadku UFO – część ludzi uważa, że miłość w ogóle nie istnieje, że jest ona jedynie wyrazem naszych dziecięcych marzeń i naiwności. Takie przekonanie pojawia się zwykle w obliczu bolesnej krzywdy, w obliczu odrzucenia czy upokorzenia. Inni z kolei ludzie ręką wręcz własnym życiem, że miłość istnieje, że oni ją spotkali i pokochali. Ci ludzie są szczęśliwi nawet wtedy, gdy brakuje im pieniędzy, gdy nie mają modnych ubrań czy gdy spotykają ich jakieś życiowe trudności.

2. Podróż do krainy miłości

*Aby kogoś spotkać i pokochać,
trzeba najpierw opuścić samego siebie.*

Patrząc na ludzi, którzy są krzywdzeni i którzy nie doświadczają miłości, widzimy jak bardzo oni cierpią, jak często są zalęknieni, zrozpaczeni, bezradni. Z drugiej strony jakże chętnie przebywamy w tych domach, grupach czy środowiskach, w których ludzie okazują sobie

życzliwość, czują się bezpieczni, są ze sobą szczerzy i mogą liczyć na pomoc w każdej sytuacji. Takie doświadczenia sprawiają, że tęsknimy za prawdziwą i wierną miłością, a jednocześnie małe i większe rozczarowania uczą nas realizmu. Przekonujemy się, że miłość, za którą tęsknimy, to skarb, którego warto szukać, ale który nie łatwo jest znaleźć.

„Mały Książę” – bohater znanej książki A. de Saint-Exupery’ego - to symbol każdego człowieka, który szuka miłości. Oto Mały Książę rodzi się zamknięty w granicach swej maleńkiej planety. Stopniowo odkrywa jednak, że niedobrze jest mu żyć w samotności. Na jego terytorium pojawia się wprawdzie róża, ale on nie potrafi jej jeszcze kochać. W tej sytuacji nie chce się jakoś „urządzić” i zadowolić swoim małym światem. Ryzykuje i opuszcza planetę własnego wnętrza w poszukiwaniu czegoś większego. Mały Książę poznaje najpierw tych, którzy żyją w samotności i którzy nie potrafią kochać. Bohater książki szybko przekonuje się, że tacy ludzie są godni współczucia, że skazują siebie na pozory szczęścia, że żyją w świecie złudzeń. Pyszny łądzi się, że do szczęścia wystarczy mu uznanie w oczach innych ludzi. Król ma nadzieję, że do szczęścia wystarczy mu posiadanie władzy. Pijak tworzy więzi z alkoholem, które okazują się uwięzieniem. Geograf szuka sensu życia w odkrywaniu świata rzeczy, a Bankier w ich posiadaniu. Także planeta Latarnika jest zbyt mała, by ogarnąć przyjaźń. Mieści się w niej tylko troska o rozkazy, ale nie o ludzi.

Mały Książę pospiesznie opuszcza wszystkie planety, na których nie ma miłości. Jednak dzięki takim bolesnym spotkaniom upewnia się, że także on nie może być szczęśliwy, dopóki nie nauczy się kochać i dopóki nie doświadczy przyjaźni. Odtąd nie cofnie się już przed żadną podróżą, póki nie spotka przyjaciela. I wtedy pojawia się lis. W kontakcie z nim Mały Książę odkrywa trudne reguły tworzenia więzi. Najpierw trzeba być bardzo cierpliwym. Z początku nie można podchodzić zbyt blisko. I lepiej nic nie mówić. Mowa jest przecież źródłem nieporozumień. Ale każdego dnia można siadać coraz bliżej, a radość spotkań będzie stawała się coraz większa. Aż któregoś dnia zniknie już strach i niepokój. Dokona się proces oswojenia i zaufania. Odtąd stanie się widzialne to, co niewidzialne dla oczu. Odtąd zwykła róża stanie się jedyną na świecie. Odtąd wierność i odpowiedzialność stanie się ważniejsza niż własne bezpieczeństwo i życie. Odtąd nawet w obliczu śmierci najważniejsza jest świadomość, że ma się przyjaciela.

Teraz Mały Książę może już wrócić na swoją planetę. Postronnemu obserwatorowi wydałaby się ona taka sama jak przed jego podróżą: ta sama róża, to samo krzeselko, te same wulkany. Ale przecież najważniejsze jest niewidoczne dla oczu. Oto sam Mały Książę jest już zupełnie inny. On już wie, że jego szczęście nie jest zależne od czasu, miejsc czy planet. Zależy od jakości spotkań z samym sobą i z drugim człowiekiem. Mały Książę umie już kochać i rozumieć różę swego życia, umie być wiernym i pozostając na małej planecie, uczestniczy w miłości, która nie ma granic. On już wie, że nie ma drogi do miłości. To miłość jest drogą. Przyjrzyjmy się teraz tej niezwyklej podróży, która nazywa się podróżowaniem drogą miłości.

3. Rozwój prenatalny – początek historii miłości

*Dzieci mogą przyjść na świat wtedy, gdy ktoś je kocha,
a nie wtedy, gdy ktoś jedynie współżyje.*

Życie człowieka zaczyna się w niezwyklej sposób. Zanim dziecko spotka się z samym sobą, zanim siebie zobaczy, to przez dziewięć miesięcy spotyka się ze swoją matką wewnątrz jej organizmu. Ciąża to początek historii miłości. Gdyby rodzice nie pokochali swojego dziecka, to ono w ogóle nie pojawiłoby się w łonie matki, albo zostałoby stamtąd usunięte. Poczęcie i urodzenie dziecka jest wyrazem niezwyklej miłości macierzyńskiej, dzięki której

mama daje dziecku kawałek własnego ciała i część swojej krwi. Nie ma tu analogii do świata zwierząt, gdyż pojawienie się potomstwa u zwierząt nie jest konsekwencją świadomego wyboru i miłości, lecz jedynie efektem działania instynktów. Początek naszego życia to zatem spotkanie z kochającą nas mamą. Dziecko karmi się tym samym pokarmem, co jego mama, oddycha tym samym powietrzem i przeżywa to samo, co ona. Jeszcze nic nie wie o miłości, ale jest już włączone w historię miłości. Nie jest to miłość doskonała, ale przecież na tyle silna i prawdziwa, że skłania rodziców, by przekazać życie dziecku oraz by podjąć się trudu wychowania.

Ciąża kończy się porodem, który dla przychodzącego na świat dziecka jest bolesnym doświadczeniem. Poród to jakby „wyrzucenie z domu” i „wrzucenie” w nowe środowisko, w którym dziecko czuje się całkowicie bezradne, i w którym nie może przetrwać o własnych siłach. Swoim płaczem i całym zachowaniem noworodek woła o kontakt z matką. Uspakają się tylko wtedy, gdy jego wołanie zostanie wysłuchane. Dzieje się tak wtedy, gdy mama lub tata z miłością i czułością bierze swoje dziecko w ramiona, gdy je przytula, głaszcze, gdy czułym głosem wypowiada uspakajające słowa. Wszystko to zostaje zarejestrowane w organizmie dziecka, powodując uspokojenie, wyciszenie bólu i lęku oraz nadzieję na przetrwanie. Jeśli więź dziecka z rodzicami jest prawidłowa, to po szoku związanym z urodzeniem i opuszczeniem organizmu matki, noworodek stopniowo coraz bardziej uspokaja się i upewnia, że ktoś się nim opiekuje. Dzięki temu odkryciu powoli zaczyna akceptować nowe środowisko życia i odzyskiwać poczucie bezpieczeństwa, jakie miał przed urodzeniem. Ponadto, w miarę upływu kolejnych miesięcy życia dziecko odkrywa i doświadcza, że staje się coraz bardziej niezależne od innych osób. Coraz łatwiej porusza się, sięga po pokarm, porozumiewa z otoczeniem. Jest jednak nadal ogromnie przywiązane emocjonalnie do swoich rodziców.

W miarę upływu lat dziecko odkrywa w sposób coraz bardziej świadomy, że im bardziej cieszy się obecnością rodziców, tym intensywniej cierpi, gdy oni chociaż na chwilę je opuszczają. To właśnie cierpienie – związane z zazdrością o rodziców i z lękiem, że może ich kiedyś zabraknąć – sprawia, że dany chłopiec czy dziewczynka zaczyna się stopniowo uniezależniać emocjonalnie od swoich rodziców, rodzeństwa i innych krewnych. Pójście do przedszkola i szkoły powoduje konieczność przebywania bez mamy i taty przez wiele godzin dziennie. Początkowo wiąże się to z poczuciem zagrożenia i z silną tęsknotą za rodzicami. Jednak w miarę upływu czasu niepokój i tęsknota maleją. Kilkunastoletni chłopcy i dziewczęta potrafią być wiele godzin dziennie poza domem rodzinnym. Potrafią wyjechać nawet na kilka tygodni (np. w czasie wakacji), bez popadania w lęk czy wielką tęsknotę za najbliższymi. Zaczynają wtedy wierzyć, że są już ludźmi dorosłymi i niezależnymi. Wtedy pojawia się kolejne doświadczenie, które pomaga im odkryć, że się pomylili, że przecenili własną autonomię. Doświadczenie to określamy mianem zakochania. Przyjrzyjmy się bliżej tej ważnej fazie uczenia się miłości.

4. Zakochanie: lekcja miłości

*Zauroczenie emocjonalne
nie jest dobrym sposobem na całe życie.*

Zakochanie polega na związaniu się silnym uczuciem z kimś spoza grona rodzinnego. Wynika ono nie tylko z potrzeb emocjonalnych, ale także z fascynacji osobą drugiej płci, z pragnienia, by ją poznać i zrozumieć, z budzących się potrzeb seksualnych, a także z marzeń o założeniu własnej rodziny. Zakochanie – podobnie jak więź dziecka z rodzicami - to potrzebna i ważna faza dorastania do miłości. Trzeba jednak czuwać, by przeżyć zakochanie w sposób mądry, by nie wyrządzić wtedy krzywdy ani samemu sobie, ani osobie,

w której się zakochamy. W książce „Ziemia, planeta ludzi” A. de Saint-Exupéry wspomina wieczór spędzony u znajomych, którzy mieszkali „gdzieś na odludziu” w Argentynie, w starym, pełnym uroku i tajemnic domu. Dwie nastoletnie córki gospodarzy uważnie przyglądały się pisarzowi i we wnętrzu dziewczęcego serca stawiały mu raczej negatywne oceny. Saint-Exupéry domyślał się tego, gdyż w dzieciństwie jego siostry wtajemniczyły go w podobne zwyczaje. Wspominając spotkanie z tamtymi dziewczętami, pisarz snuje następującą refleksję: *Nadchodzi dzień, kiedy w dziewczynie budzi się kobieta. Marzy, by wreszcie postawić komuś piątkę. Ta piątka leży na sercu. Wtedy właśnie zjawia się jakiś głupiec. Po raz pierwszy przenikliwie oczy myślą się i stroją przybysza w piękne piórka. Jeśli głupiec mówi wiersze, dziewczyna ma go za poetę. I oddaje serce, które jest zdziczałym sadem temu, kto lubi tylko strzyżone parki. I głupiec bierze księżniczkę w niewolę.* Na szczęście nie zawsze zakochani mają takiego pecha, a ponadto, nawet jeśli zakochanie jest pewnego rodzaju niewolą, to przecież tego typu niewola emocjonalna nie trwa wiecznie.

Początkom zakochania towarzyszą niezwykle radosne przeżycia i wzruszenia. Oto on i ona czują się coraz lepiej w obecności tej drugiej osoby. Chcą o niej coraz więcej wiedzieć, a jeszcze bardziej pragną z nią coraz dłużej przebywać. Gdy zakochanie osiąga szczyt zauroczenia emocjonalnego, wtedy osoba zakochana czuje się szczęśliwa i wręcz „porażona” zależnością emocjonalną od drugiej osoby. Potrafi już tylko o niej myśleć, tylko za nią tęsknić, a największym marzeniem jest pozostać z tą osobą na zawsze. Ta intensywna więź emocjonalna owocuje wielkim entuzjazmem, wielką energią psychiczną. Zakochany chłopak może nagle zacząć solidnie się uczyć, słuchać poważnej muzyki albo pisać wiersze – w zależności od tego, czego oczekuje jego wybranka lub czym może jej zaimponować. Z kolei zakochana dziewczyna może nagle porzucić swe serdeczne przyjaciółki czy wejść w bolesny konflikt z rodzicami, byle tylko być blisko swego chłopaka.

Z czasem jednak zakochanie odsłania inne, bolesne oblicze, które rzadziej ukazywane jest na ekranach kin czy w czasopiśmie dla młodzieży. Stopniowo zakochany odkrywa ze zdumieniem, że zakochanie nie oznacza jedynie wzruszeń i godzin szczęścia. Zakochani przeżywają pierwsze nieporozumienia i rozczarowania. Pojawiają się wzajemne pretensje i emocjonalne zranienia. Zakochany ma coraz większą świadomość, że ta druga osoba wcale nie jest ideałem i samą doskonałością. Następują pierwsze sprzeczki, lży i groźba rozstania. Pojawia się bolesna huśtawka nastrojów. Największym źródłem cierpienia jest zazdrość o osobę, w której ktoś się zakochał oraz lęk, że ta osoba może nie odwzajemnić miłości i odejść. Czasem cierpienie to jest aż tak bolesne, że prowadzi zakochanego do załamania psychicznego i do stanów samobójczych. W ten sposób odsłania się analogia między zakochaniem a zależnością emocjonalną dziecka od rodziców. Ono także chce mieć rodziców tylko dla siebie i staje się zazdrosne o każde ich słowo czy gest skierowany do kogoś innego. Ponadto zakochany bardzo się boi, że osoba, w której się zakochał, odpowie obojętnością, że przestanie kochać, że odejdzie czy porzuci. Tego typu lęki są podobnie silne, jak lęk dziecka, które spodziewa się, że zostanie porzucone przez własnych rodziców.

Pod wpływem bolesnego cierpienia zakochany uświadamia sobie stopniowo, że nie może w tym stanie pozostać do końca życia. Nie może przecież pogodzić się z tym, że do końca życia będzie normalnie funkcjonować jedynie w obecności osoby, w której się zakochał. Nie może być tak, że już do śmierci nie będzie umiał bez tej osoby uczyć się, pracować, a nawet spożyć posiłku. W obliczu rosnącego cierpienia, zakochany próbuje zwykle uniknąć prawdy o swym emocjonalnym uzależnieniu od drugiej osoby. Swoje cierpienie tłumaczy tym, że ta druga osoba nie kocha go w wystarczający sposób, że go nie rozumie, że nie odpowiada miłością na miłość. Z czasem jednak cierpienie staje się na tyle mocne i bolesne, że zakochany nie ma innej możliwości, jak tylko uświadomić sobie któregoś dnia całą prawdę: „Cierpię głównie dlatego, że uzależniłem się emocjonalnie od drugiej osoby tak intensywnie, jak w dzieciństwie byłem przywiązany do mojej mamy czy taty. Teraz –

podobnie jak wtedy – mam do wyboru: albo nadal cierpieć, albo stopniowo się uniezależnić emocjonalnie.”

W ten sposób zakochanie staje się drugą, obok więzi dziecka z rodzicami, ważną lekcją uczenia się miłości. Zakochany wcześniej czy później odkrywa, że pomylił się sądząc, iż jest już całkiem dorosły i niezależny. Jego rosnąca niezależność emocjonalna od rodziców okazała się raczej pokonaniem pewnego etapu zależności niż osiągnięciem niezależności. Cierpienie, którego doznał w drugiej fazie zakochania, pozwala mu odkryć tę prawdę, która znajdowała się poza jego zasięgiem, gdy był jeszcze dzieckiem. Prawdę, że więzi oparte na zauroczeniu emocjonalnym nie przyniosą mu nigdy pełnego szczęścia. Fascynacja emocjonalna drugą osobą jest świetnym sposobem na przeżycie dzieciństwa i okresu zakochania. Byłaby natomiast fatalnym sposobem na resztę życia.

Pozostawanie na etapie zakochania nie jest więc sposobem na osiągnięcie trwałego szczęścia. Jednak nie wszyscy dokonują tego odkrycia. Niektórzy ludzie – po rozczarowaniu zakochaniem - szukają kolejnych więzi, które nadal oparte są głównie na zauroczeniu emocjonalnym. Początkowo znów przeżywają fascynację, a następnie jeszcze większe rozczarowanie niż w poprzednim zakochaniu. Jeszcze bardziej niebezpieczna jest sytuacja wtedy, gdy ktoś zakochuje się nie w jakiejś osobie, lecz w jakiejś rzeczy, np. w pieniądzu czy w substancjach chemicznych. W tym ostatnim przypadku chodzi o substancje psychotropowe, które – podobnie jak osoby – mają silny wpływ na nasze emocje. W Polsce najczęściej jest to uzależnienie się od alkoholu. Alkoholizm można określić jako „zakochanie się” w tej substancji.. O ile jednak zakochanie się w jakiejś osobie jest potrzebnym etapem rozwoju, o tyle „zakochanie się” w alkoholu czy narkotyku nie jest już fazą rozwoju, lecz przejawem śmiertelnej choroby. Alkohol czy narkotyk to substancja, która oszukuje, uzależnia i zabija większość swoich ofiar.

5. Miłość a uczucia

*Gdyby miłość była jedynie uczuciem,
to by nie wolno było jej ślubować.*

Przeżycie zakochania stwarza szansę na zrozumienie, czym jest dojrzała miłość. Istnieje wiele błędnych przekonań na ten temat. Najczęstszym błędem jest przekonanie, że miłość jest uczuciem. Tymczasem miłość to coś znacznie więcej niż uczucie. Gdyby miłość była uczuciem, wtedy nie można by jej było ślubować. Nie możemy przecież nikomu przysięgać, że będziemy kogoś ciągle lubili czy że będziemy zawsze przeżywać określone uczucia. Zmienność emocjonalna jest nieuchronnym elementem ludzkiego życia. Przysięgi mogą dotyczyć jedynie naszych decyzji i naszych zachowań, ale nie naszych uczuć czy nastrojów. Miłość emocjonalna nie byłaby ani wierna, ani trwała. Zwykle mamy do czynienia z podwójnym błędem: ze zredukowaniem miłości do uczuć oraz ze zredukowaniem bogactwa uczuć, które towarzyszą miłości, jedynie do przyjemnych stanów emocjonalnych. Oczywiście, prawdą jest, że miłości zawsze towarzyszy jakieś uczucie. Nie oznacza to jednak, że miłość jest uczuciem, ani że miłości towarzyszą jedynie przyjemne uczucia czy nastroje. Gdy kochamy samych siebie i innych ludzi, wtedy przeżywamy bardzo różnorodne stany emocjonalne: od radości i entuzjazmu do lęku, rozgoryczenia i gniewu. Wyobraźmy sobie rodziców, których dorastający syn czy córka zaczyna wyrządzać krzywdy innym ludziom albo zaczyna niszczyć własne życie, np. sięgając po narkotyk czy wchodząc na drogę przestępstwa. Kochający rodzice będą wtedy przeżywać niepokój, żal, lęk, gniew, rozczarowanie i wiele innych bolesnych uczuć – właśnie dlatego, że kochają.

Kochać to nie to samo, co lubić kogoś czy czuć do niego sympatię. Można kochać także tych, których się nie lubi, a nawet tych, którzy nas złością czy niepokoją. Można natomiast

nie kochać dojrzałe tych, których się bardzo lubi. Pamiętam kobietę, która w rozmowie ze mną zwierzyła się, iż jest córką alkoholiczki. Wyznała także, że czuje się wielką grzesznicą i że męczą ją ogromne wyrzuty sumienia, gdyż od dziecka nienawidzi swej uzależnionej matki, chociaż nigdy nie wyrządziła jej krzywdy. Zobaczyłem wielką ulgę w oczach tej kobiety, gdy wyjaśniłem, iż w obliczu dramatycznych cierpień spowodowanych zaburzonymi zachowaniami matki - alkoholiczki, uczucia nienawiści, lęku, gniewu czy rozczarowania u dziecka są normalną reakcją emocjonalną. Nie są natomiast zaprzeczeniem miłości, ani nie oznaczają wyrządzania krzywdy drugiej osobie. Krzywdzić mogą tylko zachowania.

Im silniejsza jest miłość, tym bardziej intensywne uczucia jej towarzyszą. Ale powtórzmy raz jeszcze: mogą to być bardzo różne uczucia. Także takie (np. rozgoryczenie, żal, niepokój, rozpacz), których na co dzień zupełnie nie kojarzymy z miłością i których nie bylibyśmy skłonni nazywać „uczuciem miłości”. Nikim nie cieszymy się tak bardzo jak osobami, które kochamy, a jednocześnie nikt nie może nas tak boleśnie zranić emocjonalnie, jak najbliższe nam osoby. Właśnie z powodu silnych więzi emocjonalnych nikogo nie jest tak łatwo kochać jak ludzi bliskich, gdy dominują radosne nastroje, a jednocześnie nikogo nie jest tak trudno kochać jak bliskich, gdy pojawiają się bolesne napięcia i przeżycia. Zmienność uczuć nie świadczy zatem o odwołaniu miłości, lecz o zmienności sytuacji, w której przychodzi nam kochać drugiego człowieka. Nie musimy lękać się czy obwiniać, gdy czasami czujemy żal, złość lub intensywny gniew wobec tych, których kochamy. Jedynym znakiem, który powinien nas w tej sytuacji zaniepokoić, byłaby zupełna obojętność emocjonalna na ich los.

6. Miłość można sfilmować!

Miłość to słowa i czyny dostosowane do twojego zachowania.

Skoro miłość nie jest jedynie uczuciem, to co stanowi istotę dojrzałej miłości? Otóż miłość jest decyzją. Kochać to podjąć decyzję, że będę troszczył się o dobro drugiego człowieka. Kochać to pomagać rosnąć. Skoro istotą miłości nie jest uczucie, lecz troska o dobro drugiej osoby, to zakochanie nie jest jeszcze formą dojrzałej miłości. Po pierwsze dlatego, że zakochanie pojawia się niezależnie od naszej woli i od naszych pragnień. Często nas zaskakuje, dziwi, a nawet niepokoi. Po drugie, w zakochaniu dominują uczucia. Z tego właśnie powodu zakochanie nie trwa „wiecznie”. Po kilku miesiącach czy latach przemija. Zakochany podejmuje nieraz niezwykle czyny wobec osoby, w której się zakochał, ale nie dlatego, że troszczy się o rozwój tej osoby, lecz głównie dlatego, że chce ją zatrzymać przy sobie – tak jak dziecko, które walczy o bliskość i uczucia rodziców.

Dojrzała miłość wyraża się głównie przez określone słowa i czyny. Kochać, to w taki sposób rozmawiać z drugim człowiekiem i tak wobec niego postępować, by służyło to jego rozwojowi, by wprowadzało go w świat dobra, prawdy i piękna. Miłość wyraża się przez wysiłek i aktywność. Prawdziwa miłość jest więc widzialna! Wprawdzie rodzi się ona we w tajemnicy ludzkiego serca, lecz prowadzi do słów i do czynów, które można dosłownie sfilmować i sfotografować. Jeśli miłość ogranicza się jedynie do emocjonalnych poruszeń, jeśli nie wyraża się przez fizyczny wysiłek, przez obdarzanie drugą osobę naszym uśmiechem i pracą, naszym zdrowiem i czasem, naszą siłą i wytrwałością, to taka miłość jest złudzeniem. Taka miłość nikogo nie przemieni, nikomu nie doda siły i odwagi, by szedł w dobrym kierunku. Dziewczyna, którą chłopiec zapewnia o swojej miłości, może zweryfikować jego miłość, gdy np. zaprosi go do swego domu i sfilmuje randkę we dwoje. Może później zobaczyć czy i w jaki sposób ów chłopiec ją kocha. Może sama, lub z pomocą swoich bliskich, przeanalizować zarejestrowane na taśmie wideo zachowanie chłopca i przekonać się, czy rozmawiał z nią na takie tematy i w taki sposób, że to ją umacniało, czy jego

postępowanie było dla niej źródłem radości, wsparciem oraz czy mogło się przyczynić do jej rozwoju psychicznego, moralnego, duchowego i społecznego.

7. Miłość a empatia

*Żeby kogoś widzieć, wystarczy mieć uszy,
ale żeby kogoś rozumieć, trzeba kochać.*

Dojrzała miłość to konkretne słowa i czyny. Jednak nie wszystkie słowa i czyny są wyrazem miłości. Istnieją takie słowa i czyny, które wyrażają wrogość i agresję, które niepokoją i krzywdzą, które doprowadzają do rozgoryczenia i rozpacz. Nie każde więc słowo i nie każde działanie jest wyrazem miłości. Kochać drugiego człowieka, to rozmawiać z nim w określony sposób – i w żaden inny. To postępować wobec niego w określony sposób – i w żaden inny. Jedynie nieliczne sposoby rozmawiania i postępowania są wyrazem miłości. Dojrzała miłość stawia nas wobec ważnego pytania: w jaki sposób kochać tego konkretnego człowieka? Jakimi rozmowami i na jaki temat? Jakimi decyzjami i jakim postępowaniem? Każdy człowiek jest przecież inny, niepowtarzalny. Z tego względu ta sama miłość, ale skierowana do innych ludzi, powinna wyrażać się przez inne słowa i czyny. Innymi przecież słowami i czynami wyrażamy miłość wobec dziecka, a innymi wobec dorosłego. Inaczej rozmawiamy i postępujemy wobec ludzi dojrzałych i uczciwych, a inaczej wobec ludzi zaburzonych czy cynicznych. Inaczej wobec wrażliwych i stawiających sobie wymagania, a inaczej wobec egoistów czy uciekających od prawdy o sobie.

W ten sposób odkrywamy kolejny warunek dojrzałej miłości. Miłość wymaga poznania drugiej osoby. Jest to niezwykle trudne zadanie. Każdy z nas przeżywa czasami poważne trudności, by poznać i zrozumieć samego siebie. Tym bardziej więc powinniśmy być pokorni wobec tajemnicy drugiego człowieka. Kto chce poznać i zrozumieć drugiego człowieka, musi najpierw pokonać typowe przeszkody i pułapki. Pierwszą z nich jest przekonanie, że drugi człowiek jest podobny do mnie. Nie odróżniamy wtedy siebie od drugiego człowieka i jesteśmy przekonani, że potrzebuje on dokładnie tego samego, co my. Sądzimy, że te same słowa i gesty go cieszą, że te same czyny i działania go umacniają, a nawet, że smakują mu te same potrawy. Tymczasem jest to niebezpieczne złudzenie. Kochać to nie znaczy postępować wobec innych ludzi tak samo, jak wobec samego siebie.

Kochać to najpierw stworzyć warunki, w których drugi człowiek będzie skłonny otworzyć się przed nami i zaprosi nas do poznania swego wnętrza. Mój sposób odnoszenia się do drugiej osoby, sposób rozmawiania z nią i traktowania jej, powinien być tak przejrzysty, przyjazny i życzliwy, by druga osoba mogła poczuć się zupełnie bezpieczna, by mogła upewnić się, że jest dla mnie cenna i że wszystko, czego się o niej dowiem, wykorzystam jedynie dla jej dobra. Kochać to stworzyć warunki, w których drugi człowiek będzie skłonny odsłonić mi ważną część własnej tajemnicy. Całej tajemnicy nie zna nawet on sam, dlatego oczekiwanie, że powie mi wszystko o sobie jest nierealne i niedojrzałe. Byłoby bardziej wynikiem mojej ciekawości czy jakichś moich niezaspokojonych potrzeb, niż przejawem mojej miłości i troski o drugą osobę.

Jeśli drugi człowiek zechce odsłonić mi część swej tajemnicy, to jeszcze nie znaczy, że potrafię go zrozumieć i uszanować. Nie może mi on przecież odsłonić wprost swego serca i swego wnętrza. Może jedynie opowiadać o sobie. A w obliczu słów pojawia się ryzyko nieporozumień. Z tego względu miłość wymaga umiejętności wsłuchiwanie się w słowa i zachowania drugiego człowieka. Ideałem jest szczególnego rodzaju słuchanie, zwane słuchaniem empatycznym. Empatia oznacza wczuwanie się w niepowtarzalny świat drugiej osoby, w jej sposoby myślenia o sobie i świecie, oraz w jej sposoby przeżywania siebie i świata. Słuchanie empatyczne, to jakby wejście do wnętrza drugiego człowieka.

To popatrzenie na świat z perspektywy tej drugiej osoby, z perspektywy jej historii, jej wychowania, jej osobowości, z perspektywy jej potrzeb i jej obecnej sytuacji. Innymi słowy, chodzi o zdolność wczucia się w to, co dla danej osoby znaczy np. radość, ból, przyjaźń, świat, nadzieja, lęk. Słuchanie empatyczne polega na tym, by dać się wprowadzić do świata myśli i przeżyć drugiego człowieka – tak jakby wprowadzał nas do swojego mieszkania – i zobaczyć, jak wygląda jego wnętrze, jakimi treściami i przeżyciami jest ono „umeblowane”. Empatia polega na chwilowym „zamieszkaniu” w tym świecie, by odczuć, jakie są jego rozmiary, jak wygląda sytuacja danego człowieka z jego własnej, subiektywnej perspektywy.

Empatia nie oznacza jednak utożsamiania się z drugim człowiekiem. Jest to istotne szczególnie wtedy, gdy świat drugiego człowieka okazuje się z jakiegoś względu niedojrzały, pogmatwany, pełen zaburzeń, depresji, lęku, poczucia bezradności. Utożsamiając się z takim światem ktoś mógłby dobrze wczuć się w sytuację drugiego człowieka, ale nie mógłby mu pomóc. Nie mógłby go zatem kochać. Drugi człowiek nie potrzebuje bowiem lustra, lecz przyjaciela. Z tego właśnie względu dojrzała miłość wymaga nie tylko wczucia się w subiektywny świat myśli i przeżyć drugiego człowieka. Wymaga także zrozumienia jego sytuacji obiektywnej. Okazuje się to szczególnie ważne tym bardziej, im bardziej niedojrzały jest drugi człowiek oraz im bardziej on sam nie jest świadomy tego, co się z nim dzieje. W takiej sytuacji są np. dzieci. Często nie rozumieją tego, co jest dla nich dobre, ani nie zdają sobie sprawy z tego, co im szkodzi. Rodzice nie kochaliby dojrzałe swoich dzieci, gdyby tylko wczuwali się w ich subiektywne pragnienia i bezkrytycznie starali się je zaspokoić. Prawdopodobnie tak „kochane” dzieci jadłyby tylko czekoladę i godzinami oglądały telewizję. W podobnej sytuacji znajduje się każda osoba uzależniona od alkoholu czy narkotyku, a zatem ktoś, kto nałogowo oszukuje samego siebie. Aby dojrzałe kochać taką osobę, trzeba dobrze poznać jej obiektywną sytuację i nie pozwolić, by ta osoba nami manipulowała. Dojrzała miłość wymaga, by w niektórych sytuacjach w taki sposób rozmawiać z drugim człowiekiem i tak wobec niego postępować, aby nie odpowiadało to jego oczekiwaniom. Kochać, to troszczyć się o dobro drugiego człowieka także wtedy, gdy on sam nie rozumie naszej miłości i gdy czyni wszystko, by nas do siebie zniechęcić.

8. Miłość w sytuacjach skrajnych

*To, że kocham ciebie, nie daje ci prawa,
byś mnie krzywdził.*

Sytuacja skrajna pojawia się wtedy, gdy przychodzi nam kochać kogoś, kto z jakiegoś względu nie potrafi lub nie chce kochać innych ludzi, ani nawet samego siebie. Tak dzieje się np. wtedy, gdy próbujemy kochać ludzi niedojrzałych, egoistów, przestępców, ludzi uzależnionych, cynicznych, a zatem tych wszystkich, którzy wyrządzają drastyczne nieraz krzywdy innym ludziom i samym sobie. Nasza miłość jest wtedy wystawiana na największą próbę. W polskich warunkach mamy najczęściej do czynienia z taką sytuacją w rodzinach z problemem alkoholowym. W sposób spontaniczny grożą wtedy postawy skrajne. Jedną skrajnością jest naiwne litowanie się nad człowiekiem uzależnionym, a drugą skrajnością jest wycofanie miłości wobec niego. Tymczasem dojrzałe pokochać alkoholika czy narkomana, to najpierw poznać mechanizmy jego choroby. Człowiek uzależniony od alkoholu czy narkotyku to ktoś, kto szuka poprawy nastroju bez poprawy własnej sytuacji życiowej. Jednocześnie to ktoś, kto wmawia sobie, że nie jest uzależniony i że nie ma problemu z daną substancją chemiczną. To jednocześnie ktoś, kto jest „mistrzem” w manipulowaniu najbliższym środowiskiem po to, by łatwiej byłoby mu trwać w nałogu.

W tej sytuacji dojrzałe kochać człowieka uzależnionego to najpierw dokładnie poznać tę jego obiektywne położenie. Wtedy dopiero możemy zrozumieć, że dojrzała miłość polega

na stosowaniu zasady: „ty nadużywasz alkoholu, ty ponosisz konsekwencje”. Ponoszenie przez uzależnionego bolesnych konsekwencji sięgania po alkohol czy narkotyk jest bowiem koniecznym warunkiem uznania prawdy o sobie i podjęcia terapii. Stosowanie powyższej zasady musi być jednak bardzo konkretne. Oznacza to na przykład, że współmałżonek uzależnionego (najczęściej żona) nie podaje posiłków, jeśli uzależniony wydał pieniądze na alkohol, nie pierze jego pobrudzonych ubrań, ani nie usprawiedliwia go w pracy, gdy jest nietrzeźwy. Rozumie bowiem, że lepiej jest, by uzależniony był głodny czy nawet stracił pracę, niż miałby stracić życie na skutek trwania w śmiertelnej chorobie. Uleganie latami groźbom i oszustwom ze strony uzależnionego, który znęca się nad najbliższymi i nimi manipuluje, jest cierpieniem, które niszczy rodzinę, a nie pomaga alkoholikowi czy narkomanowi. Co więcej, taka uległość pozwala mu trwać w nałogu. Nie mamy wtedy do czynienia z miłością lecz z naiwnością i z bezsensownym cierpieniem, czyli z takim cierpieniem, które nie pomoże kochanej przez nas osobie. Alkoholika czy narkomana nie wzruszy bowiem i nie przemieni cierpienie innych ludzi. Może go ocalić jedynie jego własne cierpienie.

W zupełnie skrajnej sytuacji miłość objawia się poprzez odejście od osoby uzależnionej. Nie jest to wtedy wycofanie miłości, ani przejaw okrucieństwa czy zemsty. Jest natomiast - bolesną z konieczności - formą dojrzałej miłości wobec osoby, która w dramatyczny sposób krzywdzi siebie i innych. Jeśli technicznie jest to możliwe, to można zdecydować się najpierw na rozstanie tymczasowe. Może ono okazać się wystarczające, by uzależniony – ponosząc konsekwencje własnej choroby – uznał, że jest alkoholikiem czy narkomanem i by podjął terapię. Sądzę, że czytelnym wzorcem mądrej miłości w tego typu skrajnych sytuacjach, jest biblijna przypowieść o synu, który ulega iluzjom łatwego szczęścia i postanawia odejść od ojca (por. Łk 15, 11 – 32). W tak dramatycznej sytuacji ojciec nie cofa swej miłości, ale też nie udziela synowi pomocy. Nie jest ani okrutny, ani naiwny. Ojciec pozostawia błądzącego syna własnemu losowi. Gdyby przestał go kochać, to syn nie miałby do kogo wrócić. Gdyby natomiast udzielał mu pomocy i chronił go przed cierpieniem, to syn nie miałby powodu, by się zastanowić nad własnym postępowaniem i dokonać przemiany życia. Syn z przypowieści korzysta z mądrej miłości ojca, zastanawia się i powraca. Teraz dopiero rozumie, że ojciec nigdy nie przestał go kochać, oraz że kochał go naprawdę dojrzałe.

9. Pokochaj samego siebie

*Kochać samego siebie
to wymagać od siebie świętości.*

Naszym zadaniem jest nie tylko dojrzałe pokochać innych ludzi, ale podobną miłością pokochać również samych siebie. W przeciwnym przypadku nie potrafimy zatroszczyć się o własny rozwój, a życie będziemy odczuwać jako nieznośny ciężar. Stać się przyjacielem dla samego siebie to jedno z najtrudniejszych zadań, jakie stoją przed człowiekiem. Łatwo tu o nieporozumienia i błędy. Pierwszym z nich jest przekonanie, że człowiek nie powinien kochać samego siebie. Od wczesnego dzieciństwa słyszymy od rodziców i innych wychowawców, że mamy kochać Boga i bliźniego. Z tego typu sformułowań niektórzy wyciągają błędny wniosek, że powinni kochać jedynie Boga i innych ludzi, ale nie samych siebie. Inną przeszkodą w dojrzałym pokochaniu samego siebie jest historia życia danego człowieka. Każdy z nas uczy się postawy wobec samego siebie od rodziców i innych osób z naszego otoczenia. Tymczasem inni ludzie okazują się dla nas w jednych sytuacjach zbyt wyrozumiali i pobłażliwi, innym znowu razem zbyt niecierpliwi i surowi. Czasami uczą nas egoizmu, a innym razem agresywności i wrogości wobec samego siebie.

Trudność w przyjęciu samego siebie z dojrzałą miłością wynika też z niedoskonałości, której w jakimś stopniu doświadcza każdy z nas. Stosunkowo łatwo byłoby pokochać kogoś idealnego, doskonałego, nie dotkniętego żadną słabością, żadnymi konfliktami. W miarę łatwo byłoby pokochać nawet kogoś niedoskonałego, pod warunkiem, że mamy z nim jedynie niewielki kontakt, że spotykamy się tylko od święta, że nie musimy razem pokonywać trudności czy niepokojących problemów. Tymczasem w kontakcie z samym sobą sytuacja jest inna. Każdy człowiek niemal nieustannie doświadcza własnych słabości. Nieraz w bardzo bolesny sposób. Każdy w jakimś stopniu krzywdzi samego siebie i ciągle na nowo rozczarowuje się samym sobą. Często ma do siebie żal o zło, które sam sobie wyrządził, a także o to, że pozwolił, by inni go skrzywdzili. A ponadto przebywa ze sobą – z kimś tak niedoskonałym – dzień i noc. Zawsze.

W tej sytuacji dojrzałe pokochać siebie to najpierw odkryć powody, dla których warto odnosić się z miłością do samego siebie. Podstawą mojej miłości do samego siebie nie jest ani jakiś nakaz, ani wskazania nowoczesnej psychologii, ani osobista doskonałość, dzięki której zasługiwałbym na miłość, ani lęk przed skutkami ewentualnej wrogości wobec samego siebie, lecz fakt, że ktoś mnie już pokochał: rodzice, rodzeństwo, przyjaciele, wychowawcy, Bóg. Drugim motywem przyjaźni do samego siebie jest fakt, iż to właśnie miłość daje największą siłę, nadzieję i wytrwałość w pracy nad sobą, w pokonywaniu trudności i rozwiązywaniu problemów. Trzecią wreszcie podstawą miłości wobec samego siebie jest troska o innych ludzi. Nie możemy kochać innych ludzi, jeśli nie potrafimy dojrzałe kochać samych siebie. Przyjęcie samego siebie z miłością leży więc nie tylko w moim interesie, lecz także w interesie ludzi, którzy żyją wokół mnie. Im dojrzałej nauczę się kochać samego siebie, tym większą mam szansę, bym podobną miłością obdarzył innych ludzi.

Co to znaczy dojrzałe pokochać samego siebie? Istotą dojrzałej miłości jest troska o dobro danej osoby. Dokładnie to samo stanowi istotę miłości człowieka do samego siebie. Pokochać siebie to w dojrzały sposób zatroszczyć się o własny rozwój, o realizację własnych możliwości. Pokochać siebie to podjąć wysiłek, by stać się najpiękniejszą wersją samego siebie, to wydobyć z siebie całe bogactwo piękna, prawdy, dobra, wrażliwości, wytrwałości i nadziei. Pokochać siebie to, w odniesieniu do samego siebie, podjąć wysiłek rzeźbiarza, który z cierpliwością próbuje usunąć z kamienia to, co przeszkadza w odkryciu piękna postaci, która może się z tego kamienia wyłonić.

Człowiek, który nie potrafi z dojrzałą miłością przyjąć samego siebie, popełnia zwykle jeden z dwóch bardzo niebezpiecznych błędów: przyjmuje siebie z prawdą, ale bez miłości lub też przyjmuje siebie z miłością, ale bez prawdy. Pierwsza postawa prowadzi do rozgoryczenia, zniechęcenia, a czasem nawet do rozpacz. Przykładem jest tu biblijny Judasz, który szczerze uznał prawdę o sobie: zdradziłem niewinnego. Jednak potem pozbawił się życia. Okazuje się, że prawda bez miłości raczej zabija niż wyzwala. Z kolei próba przyjmowania samego siebie z miłością, ale bez prawdy, prowadzi do naiwnego pobbłazania sobie, do wygodnictwa, egoizmu i życia w iluzorycznym poczuciu samozadowolenia. Dojrzałe pokochać siebie to przyjąć samego siebie jednocześnie z całą prawdą i z całą miłością. Człowiek, który dojrzałe kocha samego siebie, ma odwagę, by widzieć w sobie zarówno pozytywne cechy i umiejętności, jak i słabości, wady i ograniczenia. Jednak tę całą prawdę o sobie przyjmuje z miłością. Prawda o moich sukcesach i silnych stronach, przyjęta z miłością, nie prowadzi do pychy czy naiwnego poczucia wielkości, lecz cieszy i umacnia, staje się źródłem siły i entuzjazmu. Pomaga trwać w dobru oraz przezwycięzać chwile ewentualnego kryzysu. Z kolei prawda bolesna o moich słabościach i błędach, przyjęta z tą samą miłością, nie prowadzi do zniechęcenia czy rozpacz, lecz mobilizuje do stawiania sobie wymagań oraz do przemiany życia.

Gdy w pogłębiony sposób rozumiemy istotę dojrzałej miłości wobec samego siebie, wtedy znikają niepokoje, że może ona prowadzić do egoizmu, do pobbłazania sobie czy do

wygodnictwa. Uświadamiamy sobie, że kochać siebie to stawiać sobie wymagania, twarde wymagania. Kto nie stawia sobie wymagań, ten krzywdzi i nie szanuje siebie. Kochać siebie to coś znacznie trudniejszego niż być egoistą albo wrogiem wobec samego siebie. To właśnie bycie egoistą albo nieprzyjacielem dla samego siebie okazuje się postawą, która nie wymaga wysiłku ani dyscypliny. Egoista nie stawia sobie wymagań, gdyż ludzi się, że już jest doskonały; on wymaga jedynie od innych. Natomiast ktoś, kto odnosi się do siebie z wrogością czy pogardą, też nie stawia sobie wymagań, gdyż sądzi, że jest zbyt słaby, aby mógł cokolwiek dobrego osiągnąć. Takie błędne postawy są łatwe i spontaniczne, ale też nie przynoszą szczęścia. Ten, kto dojrzałe kocha siebie, potrafi uznać, że powinien jeszcze wiele zmienić w sobie i we własnym życiu, a jednocześnie wierzy, że podoła wymaganiom, które sobie stawia.

9. Kolejność więzi

*Każdy potrafi całować,
ale nie każdy umie kochać.*

Jest rzeczą pozytywną, że obecnie chłopcy i dziewczęta już od dzieciństwa mogą ze sobą przebywać, razem się bawić, uczyć się i współpracować. Współcześni rodzice zostawiają młodym znacznie większą niż dawniej swobodę w dobieraniu sobie kolegów i koleżanek oraz w kontaktowaniu się z osobami płci odmiernej. Z reguły młodzi sami wybierają sobie tych, z którymi wiążą się uczuciowo. Jednocześnie obserwujemy negatywne aspekty tej sytuacji. Część chłopców i dziewcząt spotyka się w sposób zły, np. oparty na poszukiwaniu jedynie cielesnej przyjemności czy na sięganiu po substancje uzależniające. Ponadto pomimo tego, że chłopcy i dziewczęta sami wybierają sobie partnerów, że mają wiele okazji i czasu na wzajemne poznawanie się i pokochanie, to jednak często boją się głębszych więzi, a tym bardziej decyzji o nierozzerwalnym małżeństwie. Nieraz w ogóle taką ewentualność wykluczają! Tłumaczą to zwykle „ochroną” własnej wolności. W rzeczywistości chodzi raczej o to, że nie umieją pokochać drugiej osoby na tyle, by połączyć na stałe swoje losy. W konsekwencji nie wierzą też, że ta druga osoba może ich pokochać miłością wierną i nieodwołalną.

W wieku rozwojowym istotną rolę w uczeniu się miłości pełnią zatem kontakty między chłopcami a dziewczętami. Kontakty te mogą być źródłem wielkiej radości i stać się lekcją dojrzałej miłości. Zdarza się jednak niestety i tak, że więź chłopaka z dziewczyną staje się miejscem rozczarowań a nawet krzywd i dramatycznych cierpień. Wiele w tym względzie zależy od kolejności więzi, które pojawiają się w relacji chłopak - dziewczyna. Największym zagrożeniem jest zaczynanie od więzi, która koncentruje się na cielesności i na popędzie seksualnym. Trudno wtedy – zwłaszcza chłopcom – o rozwijanie więzi w pozostałych wymiarach. W przeciwieństwie do dziewcząt chłopcy żyją bowiem bardziej w świecie rzeczy niż osób, a przez to grozi im, że będą traktować dziewczęta i ich ciało jak jeszcze jedną rzecz, która do nich należy.

Dojrzałość oznacza, że młodzi zaczynają kontakt ze sobą od więzi poznawczej; od rozmowy, opowiadania o sobie, o własnych przekonaniach i poglądach, o zainteresowaniach, o radościach i troskach, o rodzinie i środowisku, w którym żyją. Wzajemne poznawanie powinno dokonywać się w sposób stopniowy i zrównoważony. Niepokojąca jest sytuacja, w której jedna ze stron, lub obie strony, niemal nic o sobie nie mówią. Jednak równie niepokojąca jest sytuacja, w której jedna ze stron, lub obie strony, mówią o sobie od razu zbyt wiele. W pierwszym przypadku dużo jest niedomówień, błędnych domysłów i oczekiwań. Natomiast w drugim przypadku łatwo o rozczarowania i zranienia, gdy ktoś odsonił siebie wobec drugiej osoby, zanim wystarczająco upewnił się, na ile ta osoba jest taktowna i dyskretna.

Więź poznawcza umożliwia budowanie więzi emocjonalnej. Młodzi zaczynają się coraz bardziej sobą cieszyć, czują się ze sobą bezpieczni i szczęśliwi, ufają sobie i tęsknią za sobą wtedy, gdy chociaż na krótki czas muszą się rozstać. Zaczynają się coraz bardziej zwierzać ze swoich nastrojów oraz z przeżyć, o których dotąd nikomu nie mówili. W ten sposób rodzi się opisana wcześniej intensywna więź emocjonalna, zwana zakochaniem.

W miarę rozwoju więzi poznawczej i emocjonalnej, gdy chłopiec i dziewczyna coraz lepiej siebie rozumieją i coraz bardziej się sobą cieszą, pojawia się szansa zbudowania więzi duchowej. Duchowość to zdolność człowieka do zrozumienia samego siebie, do poznania własnej tajemnicy. Innymi słowy duchowość to ta sfera, w której człowiek poszukuje odpowiedzi na najważniejsze pytania: kim jestem i po co żyję? Tworzenie więzi duchowej oznacza sytuację, w której chłopiec i dziewczyna zaczynają rozmawiać o własnym spojrzeniu na siebie i świat, o podstawowych wartościach i zasadach moralnych, którymi się kierują, o najgłębszych pragnieniach i aspiracjach życiowych, o wizji szczęścia, miłości, małżeństwa i rodziny. Bez zbudowania więzi duchowej, kontakt między dwojgiem młodych ludzi pozostaje kruchy i powierzchowny. Nie sięga głębi tajemnicy człowieka. Jest kontaktem koleżeńskim i niczym więcej.

Poważne różnice w spojrzeniu na człowieka i na sens jego życia, a także w spojrzeniu na podstawowe wartości i zasady moralne uniemożliwiają zbudowanie więzi typu przyjaźni czy małżeństwa. Można i należy respektować w człowieku, odmienne spojrzenie na sens życia czy na podstawowe normy moralne, można z nim życzliwie i owocnie współpracować w ramach grupy rówieśniczej czy jakiejś organizacji społecznej, ale nie można z taką osobą budować więzi, które wymagają wzajemnego zawierzenia się sobie, intymności i budowania wspólnej przyszłości. Jest to niemożliwe właśnie dlatego, że obie strony mają odmienne przekonania na temat tego, na czym polega bycie razem i budowanie wspólnej przyszłości. Nie można założyć szczęśliwej i trwałej rodziny, gdy jedna ze stron chce budować małżeństwo w oparciu o miłość, wierność i uczciwość, a druga strona kieruje się egoizmem, akceptuje zdradę małżeńską i nieuczciwość.

Z wymienionych wyżej względów budowanie więzi duchowej w oparciu o podobną wizję życia oraz o podobną hierarchię wartości staje się zwykle momentem przełomowym i decydującym o tym, czy rozwijająca się znajomość między chłopcem a dziewczyną okaże się jeszcze jedną z powierzchownych znajomości i zwykłych więzi koleżeńskich, czy też przekształci się w więź wyjątkową i bardzo osobistą. W tym drugim wypadku kolejną fazą rozwoju wzajemnych więzi powinno być weryfikowanie zbudowanej dotąd więzi przez kontakt z innymi osobami. Budowanie więzi poznawczej, emocjonalnej i duchowej z natury rzeczy koncentrowało dwoje młodych ludzi na świecie ich prywatności i na kontakcie we dwoje. Była to faza izolacji, a nawet ucieczki – czasem w sensie zupełnie dosłownym – od najbliższego środowiska i od kontaktów społecznych. Dojrzały rozwój więzi między chłopcem a dziewczyną prowadzi od wyłącznego zapatrzania się w siebie do fazy, w której możliwy i staje się powrót do społeczności oraz kontakt z innymi ludźmi. Oczywiście, nie jest to powrót do poprzedniego stanu, gdyż teraz jest to już powrót we dwoje.

Nie przestając się dalej poznawać, cieszyć sobą i dzielić własnym światem duchowym, dwoje młodych powraca do życia społecznego i odzyskuje nadwątlone w okresie zakochania więzi z innymi ludźmi. Młodzi mają wtedy szansę, by sprawdzić we wspólnym działaniu, czy to wszystko, co sobie wzajemnie o sobie mówili i co sobie obiecywali, jest prawdą czy też jedynie iluzją albo obietnicą bez pokrycia. Odwiedzając się wzajemnie, rozmawiając z rodzicami i rodzeństwem drugiej strony, działając razem w klasie czy grupie rówieśniczej, wspólnie z innymi bawiąc się i rozwiązując problemy, obserwując się wzajemnie na tle kontaktów z innymi ludźmi, młodzi mogą przekonać się, czy rzeczywiście znają się i rozumieją, czy wzajemnie szanują się i respektują, na ile podobne są ich hierarchie wartości i normy moralne, co naprawdę znaczą dla nich takie słowa, jak: miłość, wierność, uczciwość,

odpowiedzialność. W czasie spotkań we dwoje młodzi wydają się sobie najdoskonalszymi przyjaciółmi. Jednak czy to jest prawda, czy też jedynie iluzja, albo świadome oszustwo jednej ze stron, można odkryć jedynie wtedy, gdy dwoje młodych obserwuje swoją więź na tle kontaktu z innymi ludźmi.

10. Miłość a małżeństwo

Małżeństwo sakramentalne to najbardziej niezwykła miłość między kobietą a mężczyzną.

Po zweryfikowaniu wzajemnej więzi w kontakcie z innymi ludźmi oraz w realiach codziennego życia, chłopak i dziewczyna mogą się upewnić, że to, co ich łączy, jest już czymś więcej, niż jedynie emocjonalnym zauroczeniem. Można wtedy mówić o więzi na tyle sprawdzonej, że zasługuje ona na miano przyjaźni. Przyjaciel to ktoś, kto potrafi nas kochać niezależnie od tego, czego się o nas dowie. Wiąż między chłopakiem a dziewczyną może pozostać na etapie przyjaźni aż do końca życia, przynosząc obu stronom wiele radości i wzajemne wsparcie. Może też przerodzić się w więź jeszcze bardziej wyjątkową i niezwykłą, w więź jedyną i niepowtarzalną – w więź małżeńską. Dzieje się tak wtedy, gdy dwoje zaprzyjaźnionych już ludzi, którzy się wzajemnie poznali i polubili, którzy mają podobną wizję życia i szczęścia, potwierdzoną we wspólnym działaniu i zweryfikowaną w kontakcie z innymi osobami, decyduje się na coś jeszcze większego – na całkowite zawierzenie się drugiej osobie i na wspólne budowanie życia aż do śmierci, w ramach małżeństwa i rodziny. Po podjęciu tego typu decyzji potrzebny jest jeszcze pewien czas, by wzajemnie ze sobą rozmawiać i współdziałać z nieznaną dotąd perspektywą: z perspektywy myśli o małżeństwie i o założeniu rodziny. Chłopiec patrzy wtedy na dziewczynę jako na przyszłą żonę i matkę swoich dzieci, a ona obserwuje go jako kandydata na przyszłego męża i na ojca ich potomstwa. Jeśli obydwie strony ocenią zgodnie, że ten okres, zwany tradycyjnie narzeczeństwem, potwierdził ich wzajemną miłość i zaufanie, to nadchodzi czas ostatecznej decyzji o zawarciu małżeństwa i o założeniu rodziny. Podjęcie takiej decyzji jest jednak odpowiedzialne wyłącznie wtedy, gdy kandydaci na małżonków i rodziców nie tylko obdarzają się wzajemną miłością, ale wykazują jednocześnie duży stopień osobistej dojrzałości.

Pamiętajmy, że sama miłość nie wystarczy, aby założyć szczęśliwą rodzinę. Sama miłość może wystarczyć do nawiązania przyjaźni, lecz udane życie małżeńskie i rodzinne wymaga dojrzałej osobowości. Można być przyjacielem np. alkoholika czy narkomana, który nadal sięga po substancje uzależniające, ale nie można go wybrać na współmałżonka i rodzica, bo dopóki trwa w nałogu, dopóty nie może dojrzałe wypełnić obowiązków małżeńskich i rodzicielskich. Nawet wtedy, gdy bardzo szczerze deklaruje swoją miłość. Egoizm, uzależnienia, niezdolność do panowania nad sobą i do zachowania wierności, nieuczciwość czy lenistwo to cechy, które wykluczają daną osobę z kręgu kandydatów na współmałżonka. Zawierane małżeństwa byłoby w takiej sytuacji przejawem dużej naiwności i nieodpowiedzialności

Większość ludzi zgadza się, że do szczęśliwego życia we dwoje potrzebna jest nie tylko miłość, lecz także dojrzałość. Niektórzy jednak sądzą, że jeśli się kochają, to nie potrzebują zawierać małżeństwa. Mogą żyć w tak zwanym „wolnym związku”. Jest to niebezpieczna iluzja. Po pierwsze, „wolny związek” to zupełnie nielogiczna i myląca nazwa. Nie można przecież być związanym z jakąś osobą, a jednocześnie pozostawać kimś zupełnie niezależnym od tej osoby. Wyrażenie „wolny związek” jest tak samo absurdalne jak wyrażenie „Sucha woda”. Używanie wyrażenia „wolne związki” mimo jego wewnętrznej

sprzeczności ma na celu ukrycie faktu, że chodzi tu o związki powierzchowne i nietrwałe. Po drugie, wspólne życie dwojga ludzi jest sprawą zbyt ważną, by pozostawiać ją jedynie spontaniczności i dobrej woli obu stron. Gdy kupujemy kawałek gruntu, to żądamy podpisów i sporządzamy odpowiednie dokumenty. Małżeństwo i rodzina to coś znacznie ważniejszego od kupna kawałka ziemi i dlatego odpowiedzialny człowiek rozumie, że potrzebna jest tutaj oficjalna decyzja, wyrażona publicznie i zapisana w odpowiednich dokumentach.

Małżeństwo to niezwykła miłość między kobietą a mężczyzną. To miłość, która nas zdumiewa i fascynuje swoim pięknem. To właśnie w małżeństwie i rodzinie człowiek uczy się tej miłości, która jest cierpliwa, łaskawa, która nie zazdrości, nie szuka poklasku, nie unosi się pychą, nie dopuszcza się bezwstydu. W małżeństwie i rodzinie człowiek dorasta do miłości, która nie unosi się gniewem, nie pamięta złego, która wszystko znosi, wszystkiemu wierzy, we wszystkim pokłada nadzieję, która wszystko przetrzyma i nigdy się nie skończy (por. 1 Kor 13, 4-8). To właśnie dzięki wiernej i nierozzerwalnej miłości małżonkowie mają odwagę przekazywać nowe życie oraz znajdują siłę i wytrwałość potrzebną, by chronić i wychowywać swoje dzieci.

Niezwykła i fascynująca miłość małżeńska niepokoi wielu młodych ludzi, gdyż stawia wielkie wymagania. Wymaga od niedoskonałych przecież mężczyzn i kobiet złożenia najbardziej zdumiewającej przysięgi, jaką można sobie wyobrazić: „biorę Cię za męża / za żonę i ślubuję Ci miłość, wierność i uczciwość małżeńską oraz że Cię nie opuszczę aż do śmierci”. To są najwspanialsze słowa, jakimi mężczyzna i kobieta mogą siebie nawzajem obdarować. Współczesny człowiek nadal zafascynowany jest taką miłością. Ale coraz więcej ludzi lęka się zobowiązań, które płyną z takiej miłości. Obserwujemy tendencję, by podważać potrzebę życia małżeńskiego i rodzinnego. W filmach, radiu i telewizji, w gazetach i książkach spotykamy się z propozycjami więzi między kobietą a mężczyzną opartej na znacznie mniejszej „miłości”, która okazuje się „miłością” niewierną, odwołalną i nieplodną.

Tego typu więzi nie zaspokajają największych marzeń i pragnień ludzkiego serca, ale pociągają tym, że nie stawiają żadnych wymagań. Ukazują bowiem rozrywkową wizję kontaktu między kobietą a mężczyzną według zasady: „bawimy się sobą, żyjemy na luzie, do niczego się nie zobowiązujemy, nie dzielimy się naszą miłością z dziećmi. A jeśli pojawią się jakieś trudności, to się rozstaniemy i spróbujemy zbudować równie wygodne więzi z inną osobą”. „Rozrywkowa” wizja życia, pozbawiona miłości wiernej i odpowiedzialnej, może być kusząca, ale jest jedynie utopią. I to bardzo groźną, toksyczną utopią. Życia na tej ziemi nie da się przeżyć w rozrywkowy sposób, unikając poważnych więzi i zobowiązań. Nie można bawić się samym sobą i innymi ludźmi, jeśli chcemy być szczęśliwi. Nikt z nastolatków nie chciałby, aby jego rodzice żyli według „rozrywkowej” wizji małżeństwa i rodziny. Łatwo sobie wyobrazić, jaki byłby los ludzkości, gdyby większość ludzi uległa pokusie takiego bawienia się sobą i drugim człowiekiem. Na świecie byłoby jeszcze więcej ludzi samotnych, rozgoryczonych, uzależnionych od alkoholu i narkotyków, od instynktów i popędów, ludzi agresywnych, zalęknionych, ludzi z zaburzeniami psychicznymi. Świat dotknęłoby największe kalectwo, jakie może spotkać człowieka: niezdolność, by kochać. Tylko w trwałych małżeństwach i w szczęśliwych rodzinach można uczyć się tej miłości, którą jako pierwszy pokochał nas Chrystus.