

Josh McDowell

TAJEMNICA MIŁOŚCI

Pojednanie
Lublin 1994

Tytuł oryginału
THE SECRET OF LOVING

© Copyright 1985 by Here's Life Publishers. Originally published in English under the title *The Secret of Loving*.
All rights reserved.

Przekład i redakcja
Andrzej Gandecki

Projekt okładki
Marzena Chojecka i Wiesław Rożek

Wydanie polskie za zezwoleniem Here's Life Publishers, wydawnictwa ruchu Campus Crusade for Christ, w Polsce zarejestrowanego jako Ruch Nowego Życia, 00-062 Warszawa, ul. Kredytowa 4/40.

Copyright for the Polish edition © 1991 by Wydawnictwo Pojednanie.
Wydawnictwo Pojednanie zezwala na kopiowanie tej publikacji, bez zmieniania jej treści.

Wydawnictwo „Pojednanie”, 20-882 Lublin, Organowa 1/27.

<http://pojednanie.org>

Przygotowanie do publikacji elektronicznej w programie OpenOffice.

Nr wydania drukowanego: ISBN 83-85646-34-5

Wersja elektroniczna 2004.04.13.

*Dla Jima i Doris Youd,
mojego teścia i mojej teściowej, z
głębokim uczuciem, szacunkiem
i wdzięcznością za danie swoim
dzieciom przykładu tajemnicy
miłości. Moja rodzina i ja przez
resztę naszego życia z
wdzięcznością będziemy korzystali
z ich miłości i przykładu.*

PRZEDSŁOWIE

Często słyszę pytanie: „Czy liczne podróże Josha nie są ciężarem dla waszego małżeństwa?” albo: „Czy wasze małżeństwo nie cierpi z powodu przepełnionego rozkładu zajęć Josha?”

Przyznaję, że chciałabym, aby Josh był więcej w domu. Nawet jednak gdyby był w domu każdego wieczoru, nie wpłynęłoby to na zmianę jakości naszego małżeństwa. Josh demonstruje ciągle na nowo wieloma pomysłowymi sposobami, że dzieci i ja jesteśmy jego szczytowym priorytetem, czy jest z nami czy nie. Świadomość i doświadczanie tego daje nam głębokie poczucie bezpieczeństwa, którego nie zamienilibyśmy na nic innego! Josh realizuje w codziennym życiu to, czym dzieli się w tej książce o miłości, małżeństwie i rodzicielstwie.

Oczywiście dobra więź małżeńska wymaga wysiłku. Od początku Josh dawał z siebie 150%, aby uczynić nasze małżeństwo najbardziej pasjonującym, jakie mogę sobie wyobrazić. Nic dziwnego, że uwielbiam oddawać mu z powrotem moje 150%!

W tej książce Josh dzieli się z głębi swego serca oraz w oparciu o swoje badania tym, czego nauczył się o byciu właściwą osobą jako mąż lub żona. Przedstawia także jedenaście kluczy do dojrzałej więzi miłości. Wiem, że sprawdzą się one dla was, ponieważ sprawdziły się dla nas.

Dottie McDowell

SPIIS TREŚCI

Przedślowie.....	4
------------------	---

Część I. TY JESTEŚ SEKRETEM!

1. Coś więcej.....	10
2. Poszukiwanie właściwej osoby.....	17
3. Właściwy obraz siebie.....	22
4. Sztuka porozumiewania się.....	40
5. Poprawa komunikacji.....	49
6. Rozwiązywanie konfliktów.....	69
7. Ucz się przebaczać.....	84
8. Stawianie się wiarygodną osobą.....	104
9. Stosunek do władzy.....	109
10. O upiorach.....	114
11. Karm swojego ducha.....	118
12. Stres.....	138
13. Strzeż się niewoli finansowej.....	148
14. Twoje, moje i nasze.....	159

Część II. DOJRZAŁA MIŁOŚĆ

Wprowadzenie: Rozpoznanie dojrzałej miłości.....	165
15. Miłość nastawiona na całą osobę.....	168
16. Miłość pisze się D–A–W–A–Ć.....	176
17. Okazywanie respektu i szacunku.....	181
18. Żadnych warunków.....	187
19. Radość z przebywania razem.....	193
20. Realizm.....	198

21. Opiekuńczość.....	209
22. Odpowiedzialność.....	212
23. Oddanie się na stałe.....	214
24. Dynamiczny wzrost.....	217
25. Miłość twórcza.....	220
26. Konkluzja.....	222
Przypisy.....	226

CZEŚĆ I

TY JESTEŚ SEKRETEM!

Jak być właściwą osobą w miłości?

COŚ WIĘCEJ

Gdy pracowałem kiedyś późno w nocy, moją uwagę zakłócił uporczywy dźwięk telefonu.

„Mr McDowell?”

Młoda kobieta, najwyraźniej przygnębiona, nie mogła doczekać się, aż odpowiem.

„Mr McDowell, przez ostatnie pięć nocy byłem w łóżku z pięcioma różnymi mężczyznami. Dzisiaj po prostu siadłam sama na łóżku, kiedy było już po wszystkim i powiedziałam do siebie: «Czy to jest wszystko?»”

Jej głos przebiegał się przez łzy, kiedy kończyła: „Proszę, powiedz mi, że jest coś więcej!”

„Jest coś więcej” — odpowiedziałem. „To się nazywa intymność”.

Być może, jak ta młoda kobieta, pytasz siebie teraz: „Czy to jest wszystko?” Myślałaś, że nawiązujesz z kimś przyjaźń, a odkryłaś, że partner poszukiwał tylko nocnej przygody. Jesteś żoną i tęsknisz za kolacją przy świecach, a wszystko, co możesz wydobyć z męża, to kilka pomruków wypowiedzianych sprzed telewizora, w którym ogląda mecz. Być może żyjesz w stanie separacji lub jesteś po rozwodzie i gdy spoglądasz wstecz, pytasz: „Czy to wszystko?”

Jeżeli to jest pytanie, jakie stawiasz, drogi czytelniku, nie jesteś sam. Poszukiwanie prawdziwej miłości jest tematem większości przebojów i stanowi tło niemal wszystkich filmów. Jest głównym tematem tysięcy popularnych powieści pochłanianych przez miliony ludzi. Megadolary napędzają kampanie reklamowe oparte jedynie na naszym pragnieniu intymności. Filmy o miłości zarówno odzwierciedlają, jak i rozpalają nasze marzenia. A jeżeli rzeczywiście chcesz przyciągnąć tłumy jako mówca, wystarczy, że zapowiesz serię na temat sukcesu w miłości, seksie i małżeństwie.

Kiedy przybywam na jakiś uniwersytet, jestem pewien, że pojawi się tłum, gdy zapowiedziany jest temat: „Maksimum seksu”. Choć wykorzystuję mniej prowokacyjny temat, kiedy przemawiam do młodych ludzi w kościołach, wiem, że każde wystąpienie na temat miłości i seksu przyciąga tłumy.

Fakt, że czytasz tę książkę, udowadnia, że nasze intensywne wysiłki znalezienia prawdziwej miłości są w dużej mierze nieskuteczne. Prawdziwa miłość pozostaje w najlepszym przypadku nieuchwytna. Znany felietonista i autor dr Leo Buscaglia pisze:

Dokonaliśmy pełnego obrotu. Spróbowaliśmy odrzucić rodzinę, wartości moralne, wszystkie rzeczy, które są dobre i które nazywamy banalami. Spróbowaliśmy wszystkiego — swobody seksualnej, wielożeństwa. Stwierdziliśmy jednak, że wszystkie te rzeczy pozostawiły nam poczucie samotności i pustki. A więc teraz znowu zaczynamy spoglądać na te staromodne wartości i uznawać, że być może jest w nich jakaś prawda.¹

Seks nie wystarcza

Ty i ja wiemy, że jedną z tych staromodnych wartości jest intymność. Dziennikarka Ann Landers spotkała się z niewiarygodną reakcją, kiedy pytała: „Czy wolisz przytulenie bardziej niż seks?” Ponad 64.000 z 90.000 zapytanych stwierdziło: „Serdeczny uścisk lub łagodne dotknięcie są ważniejsze niż współzycie seksualne”.² Choć nie jestem przekonany, że ci, którzy udzielali odpowiedzi, rzeczywiście woleliby uścisk bardziej niż współzycie seksualne, to w każdym razie jasno wyrazili tęsknotę za intymnością więzi seksualnej.

Czy ktoś dzisiaj przytulił cię? Zgodzisz się zapewne z dr Jerome Shermanem, który powiedział: „Jako ludzie chcemy serdeczności, bliskości. To jest podstawowe ludzkie pragnienie. Seks sam w sobie i sam z siebie jest mechaniczny”.³

Czy jednak jest to rzeczywiście prawdą w odniesieniu do mężczyzn? Czy mężczyźni nie są głównie zainteresowani aktywnością seksualną?

„Rezultaty te są prawdziwe” — zgadza się dr Joyce Brothers, znany w całym kraju psycholog, w odniesieniu do rezultatów pytania Ann Landers. „Przez długi, długi czas — cofając się aż do ery wiktoriańskiej — mężczyźni i kobiety współżyli seksualnie, aby doświadczać dotknięć i pieczy. Mamy głód dotknięć, a seks jest ceną, jaką ludzie płacą za uczucie”.⁴

W rzeczywistości wiemy bardzo niewiele o miłości i seksie, prawda? Procent rozwodów jest jednym ze wskaźników mówiących, że odsłonięcie tych tajemnic jest jeszcze daleko przed nami. Przyznają to nawet specjaliści w tej dziedzinie.

„Dopiero zaledwie rozpoczęły się badania dotyczące problemów miłości i spraw miłości” — wyznaje dr John Money z Johns Hopkins University, znany specjalista seksuolog. „Po prostu o wiele łatwiej jest mówić o seksie. Ludziom zależy jednak w rzeczywistości na miłości i więzi z drugą osobą”.⁵

Zbankrutowana wolność

W moich spotkaniach z setkami małżeństw zauważyłem, że największym ich problemem nie jest zahamowanie seksualne. Przeciwnie, ludzie wyznają, że seks nie łączy się już z radością i pasją. Obserwacja ta jest potwierdzona przez terapeutów seksualnych, takich jak Rollo May, który pisze w jednej ze swoich książek:

Terapeuci rzadko widzą dzisiaj pacjentów, którzy przejawiają zahamowania seksualne. (...) U ludzi przychodzących po pomoc znajdujemy coś wręcz przeciwnego: dużo mówienia o seksie, dużo aktywności seksualnej. Praktycznie nikt nie narzeka na kulturę pozwalającą iść do łóżka tak często i z tak wieloma partnerami, jak tylko człowiek sobie życzy. Nasi pacjenci skarżą się na brak uczucia i pasji. Ciekawą rzeczą w całym tym zamęcie i dyskusji jest to, jak mało ludzie cieszą się emancypacją. Tak wiele seksu i tak niewiele znaczenia czy nawet frajdy w nim!⁶

Metoda nie jest rozwiązaniem

Rozwiązaniem nie są też bardziej szczegółowe informacje dotyczące metody współżycia czy środków zapobiegania ciąży. Światowej sławy terapeuci seksualni William Masters i Virginia Johnson stwierdzają:

Spośród idei dotyczących seksu, które uzyskały rozgłos w ostatnich latach, żadna nie jest bardziej szkodliwa niż ta, według której słaba więź seksualna może być «wyleczona» przez nauczanie się metody z książki. (...) Podkreślanie wagi metody jest charakterystyczne dla tak wielu rad, które są uznawane dzisiaj za dobre. Nic dobrego nie wydarzy się w łóżku pomiędzy mężem i żoną, jeżeli dobre rzeczy nie wydarzyły się między nimi, zanim udali się do łóżka. Nie jest możliwe, aby dobra metoda seksualna uleczyła słabą więź emocjonalną. Aby mężczyzna i kobieta

rozkoszowali się sobą nawzajem w łóżku, oboje muszą chcieć być w łóżku — ze sobą nawzajem.⁷

Prawdziwą potrzebą jest dzisiaj zdolność przywrócenia we współżyciu międzyludzkie trwałej pasji, radości i intymności. Zamiast tego jednak większość ludzi jest gotowa oddać swój czas, pieniądze i energię, aby zostać lepszym partnerem seksualnym, przy równoczesnym zaniedbywaniu pielęgnowania istotnych umiejętności troszczenia się, kochania i dzielenia. Kiedy te nowe metody zawiodą, intymność i radość, tak istotne w małżeństwie, mogą być przywrócone przez odpowiedzialność i oddanie, jeśli poświęci się im równą ilość czasu i energii.

Uporządkowanie kolejności

Małżeństwo można opisać jako: „więź miłości, małżeństwa i seksu”. Jest to po prostu uporządkowanie procesu, przez który między mężczyzną i kobietą rozwija się więź dająca im spełnienie. W książce tej przedstawimy wartości i cechy konieczne dla trwałej więzi i trwałego małżeństwa, żebyś mógł rozpocząć koncentrowanie się na nich zamiast na aspektach seksualnych. To pomoże wam ustrzec się wielu kuszących, lecz śmiertelnych „skrótów” do miłości i intymności. Nauczy wspólnie z partnerem kształtować istotne wartości i cechy, które uchronią was przed pułapką swobody seksualnej — albo rozwodu, jeżeli życie w małżeństwie.

Książka ta może być przedstawiona jako proces składający się z dwóch kroków. Najpierw zbadamy twoje cechy indywidualne — jaki musisz być, by być *właściwą osobą* w miłości. Tajemnicą miłości jest bowiem bycie właściwą osobą dla kogoś innego. W drugiej części tej książki zbadamy cechy autentycznej miłości — jedynej trwałej siły w więzi z drugą osobą. Sekretem maksymalnej miłości, maksymalnego małżeństwa i seksu jest dojrzła miłość wyrażana w pełnym oddaniu się sobie nawzajem.

Tyrania strachu

Sądzę, że strach przed dwiema rzeczami powstrzymuje wielu ludzi od doświadczania intymności i radości w trwałej więzi osobowej.

Po pierwsze, strach, że nigdy nie będzie się kochanym.

Po drugie, strach, że nigdy nie będzie się w stanie kochać.

Głównym powodem istnienia obu tych rodzajów strachu jest załamanie miłości okazywanej w naszych rodzinach. Nawyki autentycznej miłości nie

kształtują się automatycznie. Uczymy się ich obserwując skuteczne modele — obserwując sposób, w jaki nasi rodzice na co dzień wyrażają miłość sobie nawzajem.

Faktem jest, jak mówi dr Benjamin Spock, że w okresie dorastania „miłość jest równie życiodajna jak kalorie”. W swoim przemówieniu na konferencji dotyczącej dzieci i młodzieży w Białym Domu stwierdził on: „Nie jest to jedynie sentymentalizm. Faktem jest, że niemowlęta, które przez długi czas pozbawione były towarzystwa i uczucia, mogą słabnąć na duchu i ciele. Tracą one wszelką radość robienia czegokolwiek i widzenia ludzi. (...) Takie tragedie są rzadkie, udowadniają jednak, że miłość jest równie życiodajna jak kalorie”.

Po wielu latach spędzonych na pracy z młodymi ludźmi dotkniętymi zaburzeniami emocjonalnymi dr Leo Buscaglia napisał:

Są to ludzie, którzy w młodym wieku dosłownie poddali się, ponieważ nie doświadczyli miłości, nie wiedzą, jak się nią dzielić, nie wiedzą, jak ją dawać, nie wiedzą, jak ją przyjmować. Jeżeli wyciągniesz do nich rękę, wrzeszczą, dostają napadu szału — „Nie dotykaj mnie!” Jest to trudna ścieżka, a niektórzy z nich nigdy nie wracają.⁸

Tacy ludzie często wyrastają na emocjonalnych inwalidów, pozbawieni są wszelkiej zdolności do przyjmowania miłości i obdzielania nią. Nie mogą dać tego, czego nie posiadają. Z drugiej strony, im więcej miłości otrzymaliśmy w sposób bezinteresowny od naszych rodziców, tym bardziej możemy pozwolić sobie na dzielenie się nią. Najpierw jednak musimy otrzymywać.

Ważne jest także, aby dziecko było przekonane nie tylko o tym, że „moi rodzice kochają mnie”, ale także, że „moi rodzice kochają się nawzajem”. Jeżeli bowiem dzieci nie widzą miłości modelowanej w domu, dorastają bez nauczania się, jak dawać ją i przyjmować.

Dzisiaj wielu z nas wyrosło bez tego pouczającego rodzicielskiego modelu. W rezultacie tego świadomie czy nieświadomie boimy się wkraczania w więź tak bliską jak małżeństwo. Jeżeli w twojej rodzinie brakowało modelu miłości, jeżeli nigdy nie nauczyłeś się, jak kochać, myśl o konieczności kochania kogoś innego i przebywania z tą osobą przez resztę życia staje się straszna i przerażająca. Pomimo tego, że jesteś spragniony serdeczności i intymności w głębokiej, pełnej miłości więzi osobowej, często stwierdzasz, że coś cię powstrzymuje. Być może nawet

odwracasz się i uciekasz od zaangażowania emocjonalnego, które mogłoby prowadzić do małżeństwa.

Pewien student wyraził swój strach w dziedzinie miłości w ten sposób: „Zanim zostałem chrześcijaninem, bałem się, że nigdy nie będę kochany. Jeszcze bardziej przerażające było jednak to, że nie wiedziałem, czy kiedykolwiek będę w stanie kogoś kochać. (...) Wiem, że wykorzystywałem ludzi. We wszystkich moich więziach z innymi miałem jakieś niższe motywy. W rezultacie tego nigdy nie mogłem się zbliżyć do nikogo”.

Pewna szesnastolatka, która obejrzała mój program telewizyjny „Tajemnica miłości”, wyraziła swój strach następująco: „Sądziłam, że nigdy nie poznam prawdziwej miłości. Czułam, że nigdy nie będę w stanie poradzić sobie w więzi z drugą osobą”.

Jest nadzieja

Program ten dał jej nową nadzieję: „Zobaczyłam twój program i zrozumiałam, że nie jest niemożliwe, aby ktoś naprawdę pokochał mnie”. To jest nadzieja, którą wbudowaliśmy w tę książkę — możesz pokonać strach i stać się osobą kochającą dojrzałe pomimo swego niewłaściwego przygotowania do miłości.

Także Leo Buscaglia brzmi nutą nadziei: „Większość z nas ma drugą szansę. W rzeczywistości każdy dzień stanowi możliwość drugiej szansy”⁹.

Książka ta nie tylko da ci drugą szansę — umożliwi ci maksymalne wykorzystanie twojej pierwszej szansy. Jeżeli jesteś nastolatkiem lub nie żyjesz jeszcze w małżeństwie, znajdziesz plan, który pomoże ci zostać osobą, jaką chcesz być — zdolną do obdarzania dojrzałą miłością i przyjmowania dojrzałej miłości. Nawet jeśli poszedłeś za ideą, według której seks jest „super klejem” tworzącym trwałą więź z drugą osobą, i sparzyłeś się na tym, jest dla ciebie nadzieja.

Materiał zawarty w tej książce pomoże ci w obiektywny sposób udzielić odpowiedzi na pytanie „Czy jestem gotowy(a) do małżeństwa?” i „Czy nasza miłość jest wystarczająco dojrzała, by podtrzymała szczęśliwe, trwające całe życie małżeństwo i szczęśliwą, trwającą całe życie więź seksualną?” Jeżeli jeszcze nie zacząłeś stawiać sobie tych pytań, powinieneś to zrobić.

Jeżeli żyjesz już w małżeństwie, przedstawione tutaj myśli pomogą ci zrozumieć, w jaki sposób możesz rozwinąć i ulepszyć różne dziedziny

swojego życia i więzi z ludźmi tak, aby prowadziło to ku szczęśliwemu i prawdziwie intymnemu małżeństwu.

W końcu jeżeli jesteś rodzicem, doradcą, pastorem, nauczycielem czy też osobą pracującą z młodymi ludźmi, prawdy te pomogą ci dzielić się cechami charakteru i postawami koniecznymi dla cieszenia się trwałą i intymną więzią miłości, małżeństwa i seksu.

Czy jesteś gotowy na przygodę swojego życia? Możesz zacząć już teraz stawać się właściwą osobą do życia w dojrzałej miłości.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Czego poszukujesz w więzi z drugą osobą?
- ◆ Co umożliwi ci trwałą więź małżeńską?
- ◆ Jakie obawy powstrzymują cię przed budowaniem intymności?

POSZUKIWANIE WŁAŚCIWEJ OSOBY

Jakie cechy uważasz za najważniejsze w mężczyźnie twoich snów? Jak sądzisz, jaki rodzaj osoby będzie dobrym ukochanym?

Ankieta przeprowadzona przez czasopismo „Family Journal” ujawniła, że dla wielu kobiet dzisiaj na szczycie listy jest wrażliwość. Typ mężczyzny niewrażliwego jest w rzeczywistości uważany za zbyt duże ryzyko przez większość tych, które udzieliły odpowiedzi na pytania ankietowe.

Niektórzy z nas są bardzo konkretni, jeśli chodzi o osobę, która ma uczynić nas szczęśliwymi. Na konferencji dla osób samotnych w Portland w Oregonie podeszła do mnie kobieta zbliżająca się już do trzydziestki i powiedziała: „Mr McDowell, chcę pokazać panu, jakiego mężczyznę chcę poślubić”. Rozpromieniona pokazała mi listę 49 cech, których poszukuje w mężczyźnie.

„Kobieto!” — powiedziałem po przejrzeniu listy. „Ty nie chcesz męża, ty chcesz Jezusa!”

Nie tylko jednak kobiety robią listy cech, których poszukują.

Na University of Washington podszedł do mnie pewien student trzeciego roku, wyciągnął swój dziennik i powiedział: „Chcę pokazać ci, jakiego rodzaju kobietę pragnę poślubić”. Z czternastu cech na jego liście pamiętam tylko wierność i wiarygodność.

Tym razem odpowiedziałem inaczej:

„Chciałbym postawić ci pytanie. Jak wygląda te czternaście punktów w twoim życiu?”

„Co masz na myśli?” — zapytał.

„Czy cechy żony, której szukasz, są obecne w twoim życiu?”

Widać było, że zmusiłem go do myślenia.

„Nie chodzi tak bardzo o znalezienie właściwej osoby” — kontynuowałem — „lecz o bycie właściwą osobą. Jeżeli chcesz królowej, musisz być królem. Jeżeli chcesz wspaniałej ukochanej, musisz być wspaniałym ukochanym”.

Odkrywanie tajemnicy miłości jest bardzo podobne do poszukiwania okularów, które znajdujesz w końcu na własnym nosie, lub poszukiwania kluczy, które odkrywasz we własnej dłoni. Większość z nas ciągle *szuka* właściwej osoby, podczas gdy cały czas kluczem jest *bycie* właściwą osobą. Tak wielu poszukuje, podczas gdy powinni pracować nad stawianiem się właściwą osobą.

Jak jednak możemy stać się właściwą osobą? Po pierwsze, ważne jest uświadomienie sobie, że nasze życie miłości zawsze będzie odzwierciedleniem cech naszego charakteru.

Ty stajesz się normą

Kiedy ktoś stwierdza: „W moim otoczeniu nie ma odpowiednich mężczyzn (kobiet)”, zawsze odpowiadam: „Być może problem jest w tobie, nie w braku odpowiednich mężczyzn (lub kobiet)”. Wiem, że może to być dla niektórych stosunkowo silne lekarstwo, faktem jest jednak, że dobrzy mężczyźni i dobre kobiety przyciągają innych dobrych mężczyzn i dobre kobiety.

Potwierdzają to socjologowie dr Evelyn Duvall i dr Reuben Hill:

Kiedy wchodzisz w małżeństwo, co wnosisz z sobą? Konto w banku? Nową garderobę? Jakies meble, które odziedziczyłeś? Pozostającą na twoim utrzymaniu osobę? Dobrą pracę i perspektywę awansu? Niezależnie od tego, jaki jest twój namacalny wkład, jest jeszcze coś ważniejszego: jest to twoja osobowość, sposób w jaki odnosisz się do ludzi i postawy jakie wnosisz w małżeństwo.

Jakość małżeństwa, które budujesz, uzależniona jest od jakości osoby, jaką jesteś. Jeżeli jesteś osobą szczęśliwą, umiejącą przystosować się, istnieje duże prawdopodobieństwo, że twoje małżeństwo będzie szczęśliwe. Jeżeli dotychczas umiałeś przystosowywać się w sposób budzący raczej satysfakcję niż przygnębienie, prawdopodobne jest, że będziesz potrafił przystosować się do twego małżeństwa i rodziny. Jeżeli jesteś niezadowolony i zgorzkniały z powodu swego losu w życiu, będziesz musiał zmienić się, zanim będziesz mógł spodziewać się szczęśliwego życia po ślubie.¹⁰

Duvall i Hill stwierdzają, że za powód większości nieszczęść małżeńskich uważa się wybór złego partnera, problemy finansowe,

seksualne czy religijne. W rzeczywistości, według nich, nieszczęście wypływa z tego, co wniosłeś ze sobą w małżeństwo.¹¹

Podkreślają oni potrzebę wkraczania w małżeństwo „z przygotowaniem do tego, by znaczyć wiele dla osoby, którą wybrałeś. Sukces w twojej więzi małżeńskiej polega na wniesieniu w wasz związek nawyku szczęścia i zdolności do kochania i bycia kochanym. Te cechy emocjonalnie dojrzałej osoby są najlepszym posagiem, jaki możesz wniesić w małżeństwo”.

Tę samą myśl podkreśla Elof Nelson w jednej ze swoich książek: „Sukces w małżeństwie to coś więcej niż znalezienie właściwej osoby. Ważniejsze jest bycie właściwą osobą. Zauważyłam, że młodzi ludzie, z którymi rozmawiam, poszukują doskonałego partnera, ale nie przejmują się tak bardzo osobą, z którą ich partner będzie żył”.¹²

Jeśli pragniesz poślubić fantastyczną osobę, sam musisz być fantastyczną osobą. Rozpoznanie dziedzin życia, w których możesz potrzebować poprawy, jest proste. Zrób listę cech, których pragniesz u swojego partnera. Potem oceń siebie według każdej z nich.

Dobre małżeństwo może być tylko takim związkiem, w którym ma miejsce i dawanie, i przyjmowanie. Musisz być gotowy dawać dokładnie to, co chcesz otrzymywać. Jak powiedział pewien terapeuta: „Są dwie rzeczy, które powodują nieszczęśliwe małżeństwa — mężczyźni i kobiety!”

Zasłużyć na to, co otrzymujemy

Otrzymujemy to, na co zasługujemy. Choć w swojej liście Bob Philips wprowadza przesadę w celu podkreślenia głównej idei, jego opis kontrastujący to, czego potrzebujemy i co otrzymujemy, nie jest w rzeczywistości tak daleki od prawdy.

Idealna żona: Czego oczekuje każdy mężczyzna?

- ? Zawsze piękna i radosna. Mogła wyjść za sławnego aktora, ale chciała tylko ciebie.
- ? Włosy, które nigdy nie potrzebują lokówki ani fryzjera.
- ? Piękno, które nigdy nie zmyje się w deszczu.
- ? Nigdy nie choruje — ma jedynie uczulenie na biżuterię i futra.
- ? Twierdzi, że przesuwanie mebli jest dobre dla jej figury.
- ? Jest specjalistką w gotowaniu, sprzątaniu, naprawianiu samochodu i telewizora, malowaniu i trzymaniu języka za zębami.

- ? Ulubione hobby: zmywanie naczyń i pranie pieluch.
- ? Nigdy nie wydaje pieniędzy na rzeczy niepotrzebne.
- ? Jej ulubione pytanie: „Co mogę zrobić dla ciebie, kochanie?”
- ? Uważa, że masz mózg Einsteina, a równocześnie jesteś najprzystojniejszym mężczyzną na świecie.
- ? Chce, abyś poszedł gdzieś z kolegami, by ona mogła coś uszyć.
- ? Kocha cię, ponieważ jesteś atrakcyjny seksualnie.

Co otrzymuje?

- ? Żona mówi z szybkością 140 słów na minutę, w porywach do 180.
- ? Kiedyś grała w sztuce rolę wiedźmy.
- ? Gdy tylko nastanie dzień, zaczyna jeść.
- ? Tam gdzie jest dym, tam jest ona — gotuje.
- ? Mówi ci, że masz tylko dwie wady: wszystko, co robisz i wszystko, co mówisz.
- ? Bez względu na to, co robi ze swoimi włosami, wyglądają jak po eksplozji w fabryce drutu.
- ? Jeżeli się zgubisz, otwórz portfel — ona cię znajdzie.

Idealny mąż: Czego oczekuje każda kobieta?

- ? On będzie umiał wspaniale prowadzić rozmowę.
- ? Bardzo wrażliwy mężczyzna — życzliwy i rozumiejący, prawdziwie kochający.
- ? Bardzo pracowity.
- ? Mężczyzna, który pomaga w domu zmywając naczynia, odkurzając podłogi itp.
- ? Pomaga żonie w wychowywaniu dzieci.
- ? Mężczyzna silny emocjonalnie i fizycznie.
- ? Mężczyzna bystry jak Einstein, o wyglądzie gwiazdy filmowej.

Co otrzymuje?

- ? On zawsze zabiera ją do najlepszych restauracji. Pewnego dnia może nawet zaprosi ją do środka.
- ? Nie ma żadnych wrzodów — powoduje je.
- ? Kiedykolwiek przychodzi mu do głowy jakiś pomysł, byłoby lepiej, żeby nie przyszedł.
- ? Jest dobrze znany jako cudowny pracownik — to cud, kiedy pracuje.

- ? Wspiera żonę w sposób, do którego ona jest przyzwyczajona — pozwalając jej utrzymać się w jej pracy.
- ? Jest tak nudny, że zanudza cię na śmierć nawet wtedy, gdy прави ci komplementy.
- ? Ma chwilowe przeblyski milczenia, które sprawiają, że rozmowa z nim jest wspaniała.¹³

Oczywiście zrozumiałeś, o co tu chodzi. Złota reguła owocnego małżeństwa może być wyrażona mniej więcej następująco: **Jakichkolwiek cech pragniesz w partnerze, wykształć je najpierw w sobie.**

Budowanie pełnej troski, miłości i szczęścia więzi małżeńskiej wymaga czasu i pracy. W rzeczywistości jej rozwój będzie trwał przez całe życie. Aby nabyte w okresie randkowania egoistyczne nawyki postępowania przekształcić w bezinteresowną miłość, która jest podstawą dobrego małżeństwa, potrzebny jest prawdziwy wysiłek.

Gdy będziesz czytał następny rozdział, pamiętaj o dwóch pytaniach: 1) Jaką osobą powinienem być? 2) Jakie cechy powinienem wbudować w swoje życie, aby przyczyniały się do szczęśliwej miłości, szczęśliwego małżeństwa i szczęśliwej więzi seksualnej?

Z pewnością punktem początkowym jest dobry obraz siebie samego. Zobaczmy, jak zdrowy jest on u ciebie.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Jak sądzisz, dlaczego ważne jest, by być dumnym z osoby, którą się kocha?

WŁAŚCIWY OBRAZ SIEBIE

Czy kiedyś pokazywałeś komuś zdjęcia, które nosisz w swoim portfelu? Na uniwersytecie, na którym studiowałem, często rozmawialiśmy o swoich sympatiach. Tak się zdarzyło, że w pewnym okresie spotykałem się z bardzo przystojną młodą damą, wyjmowałem więc z dumą mój portfel, aby pokazać zdjęcie Connie. Wszyscy koledzy wydawali okrzyk zachwytu, a ja wraz z nimi.

Rodzice — a na pewno dziadkowie — często nie mogą doczekać się, aby przyjaciele zapytali o zdjęcia dzieci czy wnuków. Z oszałamiającą szybkością i entuzjazmem wręczają je znajomym.

Tak robi większość. Zazwyczaj jest jednak jedno zdjęcie, którego nikt nie chce nikomu pokazać. Ty sam zapewne strzeżesz swego z równą gorliwością. Zanim pojawi się choćby cień szansy ujżenia przez nie światła dziennego, usuwasz je z zasięgu wzroku innych. Swe zdjęcie na legitymacji lub w dowodzie. Jest to najbrzydsze, najbardziej kłopotliwe zdjęcie ciebie „w niewoli”. Prawdopodobnie jesteś przekonany tak jak ja, że ci, którzy je robią, czynią wszystko, aby uchwycić nasz najbardziej nieprzyjemny wyraz twarzy.

Choć może to wydawać się dziwne, każdy z nas nosi ze sobą jeszcze inny portret siebie samego, o wiele ważniejszy niż zdjęcie w legitymacji. Psychologowie nazywają to obrazem siebie samego. Ten obraz codziennie decyduje o tym, w jaki sposób ty i ja widzimy siebie wobec innych ludzi.

Czy nie byłoby rzeczą interesującą, gdyby nasze twarze i ciała zostały w jakiś sposób przekształcone tak, aby inni widzieli nas tak samo, jak my widzimy siebie? Sama myśl o czymś takim sprawia, że większość z nas oblewa się zimnym potem. A jednak w pewnym sensie coś takiego rzeczywiście ma miejsce. Zanim bowiem osiągniemy średni wiek, nasze

twarze (i często też ciała) są zdumiewającym odzwierciedleniem tego, co myślimy o sobie.

Jak sądzisz, kim jesteś?

Aby przygotować grunt pod omówienie obrazu siebie samego, chcę postawić ci dwa pytania.

1. Ile jesteś wart? Nie chodzi mi o wartość w kategoriach finansowych, lecz o to, ile jesteś wart jako osoba.

2. Czy cieszysz się z tego, kim jesteś, i czy jesteś tym podekscytowany? Czy rzeczywiście czujesz się dobrze, gdy myślisz o sobie?

Świadome i nieświadome odpowiedzi na te pytania, jakich udzielasz sobie codziennie, determinują twoje decyzje, wartości i postawy — twój sposób życia. Nasza opinia o sobie samych wpływa na wszystko, co robimy.

Dr Robert C. Kolodney z Masters and Johnson Institute w St. Louis donosi, że mniej niż dziesięć procent terapii małżeństw koncentruje się na cielesnym wymiarze ich więzi, pomimo że małżeństwa te prosiły o pomoc właśnie w tej dziedzinie. Dziewięćdziesiąt procent terapii koncentruje się na dziedzinie obrazu siebie i wzajemnego zrozumienia.¹⁴

Twój obraz siebie wpływa nie tylko na sposób widzenia siebie, lecz także na sposób odnoszenia się do rodziców, przyjaciół, współmałżonka i Boga. Starotestamentalny autor Księgi Przypowieści udziela nam ważnej wskazówki, gdy pisze: „Jak człowiek myśli, taki jest” (Prz 23,7; parafraza). A więc to nie twoje słowa ani twój wygląd zewnętrzny determinują to, co robisz. To właśnie twój sposób myślenia o sobie głęboko w twoim wnętrzu, twoje uczucia do siebie samego na poziomie podstawowym, motywują twoje czyny.

Psycholodzy zazwyczaj mówią, że ktoś posiada dobry lub zły obraz siebie. Ja wolę nazwać go „zdrowy” lub „niezdrowy”. Niezależnie od nazwy prawdziwe pytanie brzmi: „Czym jest zdrowy obraz siebie? Jak powinniśmy widzieć siebie samych?”

Jeżeli czytałeś listy apostoła Pawła, zgodzisz się, że był jednym z największych apostołów, a jednak to on właśnie napisał do wierzących: „Powiadam bowiem każdemu spośród was, mocą danej mi łaski, by nie rozumiał o sobie więcej, niż należy rozumieć, lecz by rozumiał z umiarem, stosownie do wiary, jakiej Bóg każdemu udzielił” (Rz 12,3). Chrześcijaństwo często uważają, że to znaczy, że nie powinni myśleć o sobie dobrze. Paweł

jednak miał na myśli coś zupełnie innego. Powiedział, że nie mamy myśleć o sobie więcej, niż należy.

Jak więc mamy myśleć? Paweł wyjaśnia to w tym samym wersecie. Mamy myśleć „z umiarem”. Mówiąc po prostu jest to widzenie siebie z Bożej perspektywy — nie lepiej i nie gorzej. „Nie lepiej”, abyśmy nie popadli w pychę i „nie gorzej”, abyśmy nie popadli w fałszywą pokorę. Jeżeli więc chcesz myśleć z umiarem, musisz widzieć siebie w perspektywie biblijnej.

Przestań na chwilę czytać, aby zastanowić się, co myślisz o sobie i co czujesz w odniesieniu do siebie. Czy wolałbyś być bardziej kimś innym niż sobą? Jeżeli tak, twoja perspektywa patrzenia na siebie może potrzebować przemiany. Uznając wszystkie moje poważne ograniczenia nie potrafię w uczciwy sposób myśleć o kimkolwiek innym na tej ziemi, kim raczej wolałbym być — bardziej niż sobą. Mówi to coś o sposobie, w jaki Bóg pomógł mi zobaczyć zalety i zdolności, jakie umieścił we mnie.

Duchowe vertigo

Abyśmy mogli uzyskać właściwy portret siebie, musimy wprowadzić w życie kilka zasad pochodzących z Biblii. Dla niektórych z was może to być nowa idea, ale musisz pamiętać, że *najprawdziwszą rzeczą o tobie jest to, co Bóg mówi o tobie w Biblii*. Twoje emocje, kultura czy uczucia nie mogą dyktować tego, kim jesteś. Jeśli pozwolisz im na to, łatwo się zawiedziesz.

Czasami czuję się tak blisko Boga, że jestem pewien, że nie mógłbym już być bliżej niego. Kiedy indziej znów jestem kuszony, aby wierzyć moim negatywnym uczuciom, gdy mówią mi, że między mną a Bogiem istnieje wielki dystans. Staję przed decyzją wiary w moje uczucia lub przyjęcia tego, co Biblia mówi o realności Boga.

Ponieważ Jezus powiedział: „A oto ja jestem z wami po wszystkie dni, aż do skończenia świata” (Mt 28,20), i „Nie porzucę cię ani cię nie opuszczę” (Hbr 13,5), wolę wierzyć jemu zamiast moim uczuciom.

Jest to bardzo podobne do dziwnego zjawiska doświadczanego czasem przez pilotów. Nazywa się ono *vertigo*. Kiedy mały samolot przebija się przez gęste chmury lub gdy walczy z silną burzą uniemożliwiającą dostrzeżenie horyzontu, pilot może stracić orientację i nie uświadamiając sobie tego może skierować samolot ukosem w kierunku ziemi. Może czuć z całą pewnością, że leci poziomo. Jedyнным sposobem uzyskania

obiektywnej pewności w takich warunkach jest śledzenie instrumentów, które nie kłamią.

Pięć zmysłów pilota — wszystko, co może zobaczyć, usłyszeć, poczuć, dotknąć i posmakować — może mówić mu, że wszystko jest w porządku. Jeżeli jednak jest doświadczonym pilotem, wie, że może zostać oszukany. Zmusi się więc do zaufania swoim instrumentom. One są jego jedynym niezawodnym przewodnikiem po rzeczywistości. Piloci, którzy nie zrobili tego, rzadko mieli szansę przeżyć, aby następnym razem nie popełnić tego samego błędu.

Codziennie w moim życiu chrześcijańskim doświadczam czegoś w rodzaju „duchowego vertigo”. Być może za mało mam snu lub gimnastyki, być może ktoś skrzywdził mnie i to wpłynęło na moje uczucia. Prowadzą mnie one w kierunku pewnego wniosku i pewnego działania. Słowo Boże pokazuje mi jednak coś innego, dlatego w takiej chwili stoję przed przełomowym wyborem: *Któremu przewodnikowi uwierzę?*

Podobnie jak w sytuacji pilota, niezdecydowanie może mieć fatalne skutki. Może umieścić mnie na duchowej „huśtawce” — wznoszenie się, opadanie, wznoszenie się, opadanie. W jednej chwili jestem na górze, w następnej na dole. Kiedy jednak przychodzę do siebie i zaczynam stosować zasadę, że najprawdziwszą rzeczą o mnie jest to, co Bóg mówi o mnie, schodzę z huśtawki i zaczynam ponownie wzrastać ku dojrzałości w moim doświadczaniu Chrystusa.

Czy pamiętasz, kiedy ostatni raz układałeś puzzle? Najlepszą metodą jest wykorzystanie jako przewodnika zdjęcia umieszczonego na pudełku. Mój bliski przyjaciel Dick opowiadał kiedyś o człowieku, który kupił dwie układanki jako prezent urodzinowy dla krewnego, który bardzo je lubił. Zanim je zapakował, zamienił pokrywę pudełek. Czy możesz sobie wyobrazić frustrację, jaka nastąpiła?

A jednak w ten sposób wielu chrześcijan próbuje złożyć układankę swojego życia — posługując się złym obrazem jako swoim przewodnikiem. Obraz emocji znajduje się tam, gdzie powinien znajdować się obraz Słowa Bożego. Nic dziwnego, że rezultatem jest czysta, bezowocna frustracja.

Sprawdźmy więc nasze instrumenty. Przyjrzyjmy się ponownie naszemu obrazowi duchowemu. Dokonajmy przeglądu niektórych rzeczy, o jakich Bóg mówi, że są prawdziwe w stosunku do ciebie.

Jaka jest naprawdę twoja wartość?

Czy mówiłeś kiedykolwiek: „Właściwie to ja nic nie znaczę. Mogłbym zniknąć i nikt by tego nie zauważył, nikt by się tym nie przejął”? Większość ludzi ma od czasu do czasu takie myśli. Biblia jednak pokazuje, że Bóg patrzy na nas w całkiem inny sposób. W Biblii Bóg mówi ci, że widzi ciebie jako kogoś bardzo szczególnego, ponieważ stworzył cię na swój obraz.

Już na początku Starego Testamentu, w pierwszym rozdziale Księgi Rodzaju czytamy, że Bóg powiedział: „Uczyńmy człowieka na nasz obraz”. I tak zrobił. To nam tłumaczy nasze zdolności do kochania, do korzystania z naszej woli, do dokonywania wyborów i podejmowania decyzji moralnych. Większość z nas nie pomyślała nawet nigdy o tym, jak niezwykle to jest.

Załóżmy, że wyszedłbyś na dwór i stanął obok drzewa. Mogłbyś powiedzieć, że pod wieloma względami jesteś równy co do wartości temu drzewu, albowiem i ty, i drzewo zostaliście specjalnie stworzeni przez Boga. Jest jednak pewna istotna różnica — Bóg stworzył cię na swój obraz. Bóg nie udzielił swego obrazu żadnemu innemu stworzeniu.

Jesteś szczególny także dlatego, że posiadasz wielką wartość dla Boga. W szóstym rozdziale Pierwszego Listu do Koryntian, Paweł mówi, że zostaliśmy nabyli za wielką cenę. Wartość jakiegoś przedmiotu jest zazwyczaj ustalana przez cenę, jaką ktoś jest gotowy zapłacić, aby nabyć go lub odkupić. Dokładnie coś takiego jest prawdą w odniesieniu do ciebie i do mnie. Kiedy ktoś pyta, jaka jest moja wartość, mogę zgodnie z prawdą powiedzieć, że jestem wart ceny, jaką Bóg zapłacił za mnie, a ceną tą jest „Jezus”.

Zanim zostałem chrześcijaninem, uświadomienie sobie tego naprawdę upokorzyło mnie. Gdybym był jedyną osobą na świecie, Jezus Chrystus także umarłby za mnie. On umarłby i za ciebie, gdybyś był jedynym, który by tego potrzebował. Pewna młoda kobieta w Dallas w Teksasie powiedziała: „Josh, wierzę, że to jest prawda, ale to znaczy, że to ja musiałabym wbijać gwoździe w jego ręce, aby go ukrzyżować”.

Niewątpliwie jesteś kimś szczególnym i posiadasz wielką wartość. W Ewangelii Mateusza 6,26 Jezus podkreśla tę prawdę. Jego uczniowie mieli pewien problem. Martwili się o to, w co się ubiorą, co będą jeść i pić i gdzie będą spać. Jezus wybrał ptaki, aby zilustrować swą myśl. Wyjaśnił, że ptaki nie sieją i nie zbierają do spichrzów. Powiedział: „Wasz Ojciec niebieski żywi je”. Czy kiedykolwiek widziałeś wróbla ginącego z głodu?

Potem Jezus zwrócił się do nich z oczywistą prawdą: „Czyż wy nie jesteście o wiele więcej warci niż one?”

Jestem zdumiony tym, jak wielu ludzi sądzi, że nie są warci nawet tyle, co wróbel. Bóg uczynił cię wielką wartością. Prawdziwą podstawą zdrowego obrazu siebie jest zrozumienie i zaakceptowanie wartości, którą Bóg nadał tobie.

Gdy będziesz rozważał tę sprawę, pamiętaj, że nie jest to wywołane żadną zasługą z twojej strony. Twoja wartość nie jest oparta na tym, co zrobiłeś, lecz na tym, kim jest Jezus i co zrobił dla ciebie. Pełne miłości czyny Chrystusa dokonane dla ciebie zademonstrowały i udowodniły raz na zawsze wielką wartość, jaką masz dla Boga.

Więcej niż jeden na milion?

Innym powodem tego, że jesteś kimś szczególnym, jest twoja niepowtarzalność. Spośród pięciu miliardów ludzi żyjących na tej planecie nie ma nikogo takiego jak ty. Jeśli pośród pięciu miliardów ludzi istnieje tylko jeden taki jak ty, to jak mógłbyś chcieć być kimś innym, niż jesteś? A jednak większość ludzi przechodzi przez życie zazdroszcząc innym — ich rzeczy, wyglądu, włosów, talentów i zdolności. Musisz zacząć skupiać swoje myśli na fakcie, że Bóg uczynił cię niepowtarzalnym i że — jak ktoś to wyraził — „Bóg nie robi bubli”.

Po jednym z moich wykładów dotyczących niepowtarzalności pewien młody człowiek napisał wiersz zatytułowany po prostu: „Ja”. Wyrażał on następującą głęboką myśl: jeżeli poświęcę cały mój czas na bycie kimś innym, kto poświęci swój czas na to, by być mną? Pomyśl o tym. Jeżeli poświęcisz cały swój czas na to, by być kimś innym, kto poświęci czas na to, aby być tobą? Bóg stworzył tylko ciebie, abyś był tobą i nikt nie może być tobą lepiej. Od nieskończonej przeszłości aż do nieskończonej przyszłości nie było i nie będzie drugiej osoby takiej jak ty. Kiedy raz sobie uświadomisz, jak niesamowicie jesteś niepowtarzalny, będziesz mógł odrzucić śmiertelną praktykę porównywania się z innymi ludźmi.

Ludzie czasami pytają mnie, dlaczego nie postępuję tak, jak Chuck Swindoll. Albo dlaczego nie nauczam tak, jak John MacArthur. Albo dlaczego nie przemawiam tak, jak Billy Graham. Odpowiedź oczywiście jest prosta. Bóg nie stworzył mnie, abym był Chuckiem Swindollem, Johnem MacArthurem, Billym Grahamem czy kimkolwiek innym. On stworzył mnie, abym był sobą. On stworzył ciebie, abyś był sobą. I moja

prawdziwa niepowtarzalność oraz twoja prawdziwa niepowtarzalność absolutnie usuwa wszelką potrzebę współzawodnictwa między nami.

A więc pierwszą prawdziwą rzeczą, jaką Bóg mówi o tobie, jest to, że jesteś kimś szczególnym. Masz wielką wartość, ponieważ On uczynił cię na swój obraz i jesteś jedyny, całkowicie niepowtarzalny.

Pamiętaj, kto cię kocha

Czy możesz podać teraz imię kogoś, kto naprawdę cię kocha? Nawet gdybyś nie mógł wymienić nikogo, pamiętaj, że Bóg mówi, że jesteś kochany. A my traktujemy poważnie jego słowa.

Badania pokazały, że małe dziecko traci wszelką chęć do życia i umiera, jeżeli nie jest obdarzane miłością. Wszyscy gorąco pragniemy miłości od naszych rodziców, naszych dzieci i przyjaciół — w pracy i w domu.

Niedawno temu ojciec gwiazdy rocka Marvin'a Gaye'a strzelił do niego i zabił go. Przyjaciele muzyka, którego utwory dostawały się na szczyty list przebojów, mówili, że mógł mieć wszystko, czego tylko zapragnął. Kilka tygodni przed śmiercią Gaye powiedział im jednak, że wszystko, czego kiedykolwiek pragnął, to miłość ojca.

Wychowywałem się w małym miasteczku w stanie Michigan nie wiedząc, jak dawać i przyjmować miłość. Moim pierwszym modelem miłości nie byli moi rodzice. Oni nie kochali się. Oni jedynie egzystowali razem. Nie potrafię sobie przypomnieć, aby mój ojciec kiedykolwiek przytulił moją matkę lub mnie.

Po przeczytaniu mojej pierwszej książki „Evidence that Demands a Verdict” większość ludzi sądzi, że zostałem chrześcijaninem, ponieważ nie mogłem w intelektualny sposób obalić chrześcijaństwa. Nie wiedzą jednak, że Bóg posłużył się rozumowaniem intelektualnym po to, by otworzyć drzwi mojego serca na swą miłość. On zwrócił moją uwagę na siebie przez apologetykę — solidny, intelektualny materiał dowodowy wspierający chrześcijaństwo. Dopiero jednak Jego miłość złamała mój upór.

W Księdze Jeremiasza Bóg mówi: „Miłością wieczną umiłowałem cię, dlatego tak długo okazywałem ci łaskę” (Jr 31,3). To właśnie miłość Boga zwróciła mnie ku niemu. „Albowiem tak Bóg umiłował świat, że Syna swego jednorodzonego dał (...)” (J 3,16).

Ale powiesz, że to jest przeszłość. A co teraz? W tej samej księdze Jezus mówi, że Ojciec kocha nas w czasie teraźniejszym. A w Liście do Rzymian w ósmym rozdziale Paweł mówi o Bożej miłości w przyszłości,

niezależnie od trudności i prób, które staną na naszej drodze, mówi, że nic nie może odłączyć ciebie od miłości Boga (wersety 38–39).

Wielu ludzi nie uświadamia sobie, że Bóg kochał ich, zanim jeszcze zostali chrześcijanami. W piątym rozdziale Listu do Rzymian dowiadujemy się, że gdy byliśmy jeszcze jego wrogami, Bóg nas ukochał — nawet kiedy jeszcze byliśmy grzesznikami (werset 8). Jeżeli On kochał nas, gdy byliśmy w takim stanie, o ileż bardziej kocha nas teraz jako swe adoptowane dzieci! Głębia jego miłości jest pokazana w Ewangelii Jana 15,9, kiedy Jezus mówi: „Jak Ojciec Mnie umiłował, tak i Ja was umiłowalem. Trwajcie w mojej miłości”.

Bill i Gloria Geither napisali piosenkę zatytułowaną „Jestem kochany”. Pewnego dnia moją uwagę zwróciła jedna myśl z tej piosenki: „Jestem kochany, jestem kochany (...) Ten, który zna mnie najlepiej, kocha mnie najbardziej”.¹⁵ I to jest prawda. Psalm 139 pokazuje, że zanim jeszcze jakieś słowo pojawi się na moich wargach, Bóg zna je (werset 4). A jednak Bóg, który zna mnie lepiej niż moja żona czy ktokolwiek inny w świecie, właśnie ten Bóg, który zna ciebie i mnie najlepiej, kocha nas najbardziej.

Dottie, moja żona, miała takie szczęście, że wychowywała się obdarzana bezwarunkową miłością i akceptacją swoich rodziców jako modelem bezwarunkowej miłości Boga. Ona mówi: „Jednym z powodów tego, że zaakceptowałam siebie, była bezwarunkowa miłość rodziców do mnie. Wiedziałam, że mnie kochają. Wiedziałam, że mnie lubią. Wiedziałam, że jestem rozkoszą dla nich i że są ze mnie dumni. Chlubili się mną zdrowymi sposobami i nie mogli się doczekać, aby być ze mną. Byłam po prostu ceniona jako osoba, którą byłam. Kiedy masz ludzi, którzy cię cenią i uważają, że jesteś niesamowity niezależnie od tego, co robisz, to prowadzi cię, gdy postąpisz źle i pomaga ci ukształtować dobry obraz ciebie. Moi rodzice wspierali mnie w mojej niepowtarzalności. Oni zawsze mówili mi, że kochają mnie niezależnie od tego, co robię — niezależnie od tego na przykład, jak dobre lub złe mogą być moje stopnie w szkole. Nigdy nie miałam ani cienia wątpliwości, że zawsze będą mnie kochali. Nie mam go do dzisiaj. Nie sądzę, abym mogła zrobić cokolwiek, co zburzyłoby ich miłość. To właśnie w takiej miłości wzrastałam”.

Akceptacja swojej akceptacji

Jeżeli kiedykolwiek doświadczyłeś odrzucenia, chciałbym zapewnić cię, że *jesteś akceptowany*. W rzeczywistości jesteś akceptowany w „Umiłowanym”.

Wszyscy pragniemy być umiłowani takimi, jakimi jesteśmy — w domu, w pracy czy w kościele. W rzeczywistości wiele naszej energii jest zużywane na próby zdobycia akceptacji. Pomogło mi bardzo, gdy uświadomiłem sobie, że z powodu tego, co Jezus Chrystus uczynił na krzyżu usuwając karę za moje grzechy, Bóg może zaakceptować mnie dokładnie takiego, jakim jestem. Gdybym mógł zrobić cokolwiek, aby zasłużyć na jego akceptację, to moje zbawienie nie byłoby całkowicie zbawieniem przez wiarę. W oparciu jedynie o cudowną zasługę Jezusa Chrystusa, Bóg akceptuje ciebie i mnie dokładnie takimi, jakimi jesteśmy. Nie możesz nic do tego dodać.

Jeżeli jednak jesteś taki, jaki byłem ja, masz trudności z uwierzeniem, że Bóg prawdziwie cię akceptuje. Choć wiedziałem, że Bóg prawdziwie akceptuje mnie z powodu dzieła Jezusa Chrystusa na krzyżu dla mnie, nie potrafiłem zaakceptować sam siebie. A skoro nie mogłem zaakceptować siebie, jak mogłem ufać, że ktokolwiek inny mnie zaakceptuje? Bóg, partner w małżeństwie, ktokolwiek — wszyscy na pewno odrzucają mnie także. Kiedy nie potrafię zaakceptować siebie, wokół prawdziwego mnie w nieuchronny sposób tworzy się mur.

Odkryłem, że przeszkadzały mi dwie popularne błędne koncepcje związane z akceptacją. Być może one niszczą także twój obraz siebie. Jedną była myśl, że muszę być doskonały. Nie tylko to, musiałem być najlepszy.

Teraz wydaje się to absurdalne, ale ja rzeczywiście postanowiłem osiągnąć doskonałość. Próbowałem ze wszystkich sił. Kiedyś zaplanowałem niemal co do minuty moje całe życie i to, co zamierzam osiągnąć. Dlaczego? Ponieważ sądziłem, że jedynym niezawodnym sposobem, w jaki będę mógł zostać zaakceptowany, jest udowodnienie sobie i każdemu innemu, że jestem kimś. Głęboko wewnątrz nie sądziłem, że posiadam jakąś wartość.

Z nadzieją, że to, czego kiedyś doświadczyłem, może pomóc ci w zobaczeniu się tak, jak widzi ciebie Bóg i w ustrzeżeniu się błędów, które kiedyś ja popełniłem, chciałbym powiedzieć ci więcej o sobie.

Wielu ludzi zastanawia się, czy popularność moich książek i filmów oraz fakt, że przemawiałem do większej ilości studentów uniwersytetów niż ktokolwiek inny żyjący dzisiaj, nie uderza mi do głowy. Nie sądzę, aby tak było. Jest tak dlatego, gdyż jestem świadomy, że to Bóg dokonuje tego wszystkiego przeze mnie. Jedno spojrzenie na moje dzieciństwo pokazuje, dlaczego uważam siebie za najmniej prawdopodobną osobę, która miałaby robić to, co robię.

Leworęczna łaska

Widzisz, moi rodzice nigdy nie ukończyli drugiej klasy szkoły podstawowej. Chodziłem do małej szkoły w stanie Michigan, gdzie moi nauczyciele uczyli gramatyki, ja jednak nie nauczyłem się jej ani od nich, ani od rodziców. Nie potrafiłem mówić poprawnie. Jeżeli kiedykolwiek uczyłem się czegoś o właściwym sposobie mówienia, to uczyłem się tego od mojego brata Jima. On był dwa lata starszy ode mnie — bystry chłopak — i zazwyczaj z przerażeniem oczekiwałem jego przybycia do domu z uniwersytetu Michigan State. Za każdym razem, kiedy przybywał do domu, zaczynał poprawiać mój sposób mówienia. Doszło do tego, że bałem się otworzyć usta w jego obecności.

Moja nauczycielka w drugiej klasie próbowała „nawrócić mnie” z posługiwania się lewą ręką na posługiwanie się prawą, chociaż do dziś nie mam nic przeciwko posługiwaniu się lewą ręką. (Biblia mówi przecież, że Jezus siedzi po prawicy Ojca. Bóg musi więc być leworęczny! Co więcej, badania wykazują, że człowiek wykorzystuje tę stronę mózgu, która leży naprzeciw ręki, którą się posługuje, co oznacza, że jedynie leworęczni są „prawego umysłu”).

Nie wiem, jak dzisiaj podchodzi się w szkołach do leworęczności. Wtedy musiałem przez dwa popołudnia w tygodniu ćwiczyć praworęczność z nauczycielką, podczas gdy koledzy grali w piłkę. Dawała mi zadania do wykonania lub kazała coś budować. Gdy tylko zaczynałem posługiwać się lewą ręką, uderzała mnie trzydziestocentymetrową linijką. Oczywiście natychmiast cofałem rękę.

Ludzie śmieją się z tego, lecz w rezultacie tej terapii pojawiła się wada wymowy. Kiedykolwiek czułem się zmęczony, zdenerwowany czy przestraszony, zaczynałem się jękać. Pamiętam, jak miałem wstać i recytować jakiś fragment zadany do nauczenia się na pamięć. Stałem przed całą klasą jękając się, a nauczycielka powtarzała: „Mów! Mów!” W końcu zacząłem płakać wobec wszystkich kolegów, a potem wybiegłem. Był to niezbyt mile wspomniany początek publicznego przemawiania w moim życiu. Nie tylko to — poinformowano o tym wszystkich innych nauczycieli.

Prawdziwy problem polegał na tym, że nikt nie powiedział mi, że oni próbują mi pomóc. Uważałem, że bycie leworęcznym udowadniało, że jestem gorszy lub coś jeszcze straszniejszego. Pomimo tej myśli trwałem w zdecydowaniu, że nie zmienię mnie. I nie zmienili.

Moje problemy związane z obrazem siebie samego nie skończyły się jednak w szkole podstawowej. W moim pierwszym roku na uniwersytecie profesorka od angielskiego sprawdzała obecność i zapytała o mojego kolegę. Ja odparłem: „On nie czuje się dzisiaj dobry.” Profesorka natychmiast poprawiła mnie: „Mr McDowell, chyba on nie czuje się dzisiaj *dobrze*?” Był to chyba ostatni raz, kiedy odezwałem się w klasie. Widzisz więc, dlaczego uważam, że jestem najmniej odpowiednim kandydatem do robienia tego, co dzisiaj robię.

Kiedy dr Hampton, moja wychowawczyni na pierwszym roku w college’u, przejrzała moje oceny, zauważyła: „Josh, jesteś studentem «na trójkę». Masz jednak coś, czego wielu innych ludzi nie ma”.

„Co to jest?” — zapytałem. „Biorę wszystko”.

„Masz determinację i siłę dążenia do celu” — powiedziała. „A to może cię zaprowadzić dalej, niż zajdzie większość ludzi korzystając ze swojego intelektu. Jeżeli jesteś gotowy pracować nad tym, ja mogę pracować z tobą”.

Skorzystałem z okazji i poświęcałem godzinę po godzinie nagrywając taśmy, by ona mogła słuchać ich i poprawiać mój sposób mówienia. I choć czułem ukłucie niechęci, kiedykolwiek byłem poprawiany — coś na kształt uczucia typu „Za kogo ty się uważasz?” — wiedziałem, że otrzymuję pomoc. Trwałem więc przy tym.

Moje słabe poczucie własnej wartości regularnie poprawiało się. W moim rodzinnym kościele, w college’u i na obozach chrześcijańskich często słyszałem wezwanie, które brzmiało mniej więcej tak: „Przynieś swoje zdolności i talenty i daj Jezusowi, On chce wziąć ciebie i posłużyć się tobą”. Ja nigdy nie wyszedłem do przodu. Nawet kiedy poznałem Jezusa Chrystusa jako Zbawiciela i Pana, nie sądziłem, aby to wezwanie miało zastosowanie do mnie. Widzisz, nie sądziłem, że mam jakiegokolwiek zdolności czy zalety. Oczywiście miałem, lecz jak przypomina nam Księga Przypowieści: „Jak człowiek myśli w swym sercu, taki jest”. Uważałem, że nie mam nic, co uczyniłoby mnie osobą wartościową, i według tego żyłem.

Jeżeli nic nie możesz Bogu przynieść

Podczas jesiennego semestru mego ostatniego roku studiów w Wheaton College usłyszałem kazanie dra Richarda Halversona, obecnie kapelana Senatu Stanów Zjednoczonych. Przemawiał on podczas ostatniego wieczoru serii nabożeństw i cała sala była wypełniona po brzegi. Kiedy

nadszedł czas wezwania, pomyślałem: „Znowu to samo. Przynieś swoje talenty, zdolności, dary, umieść je na ołtarzu i powiedz: «Boże, oto jestem. Posłuż się mną»”.

Setki studentów odpowiedziało. Kiedy tak siedziałem zastanawiając się, dlaczego muszę znowu przez to przechodzić, nagle wstałem wobec wszystkich i przez boczne drzwi wybiegłem na nocne powietrze. Biegłem przez całą drogę do akademika, po czym próbowałem pójść spać, lecz nie mogłem. Później wyrwałem z łóżka kapelana Walsha, lecz i to nie pomogło. Zatelefonowałem do młodej damy, z którą byłem zaręczony. Ona także nie mogła mi pomóc.

Mniej więcej o czwartej nad ranem znalazłem się na ulicy West Union Street w Wheaton, Illinois. Pełny październikowy księżyc, „księżyc myśliwych”, rozświetlał noc. Dotarłem do końca mojej przysłowiowej liny i po prostu wołałem: „Boże, mam tego dość!” Nie wiem, czy moje słowa i postawy były wtedy właściwe czy nie, lecz powiedziałem: „Boże, nie sądzę, abym miał jakiegokolwiek zalety. Nie sądzę, abym miał jakiegokolwiek zdolności. Jąkam się, nie potrafię dobrze mówić, nie potrafię zrobić tego, nie potrafię zrobić tamtego, ale oto jestem — wszystkie moje ograniczenia, wszystkie moje wady. Tutaj są moje słabości. Daję je wszystkie tobie. Jeżeli ty możesz wziąć je i wykorzystać na swoją chwałę, będę służył ci przez resztę mojego życia każdym moim oddechem”.

Od czasu tej rozpaczliwej modlitwy stałem się inny — zacząłem prowadzić życie na poziomie nadprzyrodzonym. Z powodu obecności zamieszkującego we mnie Ducha Świętego Bóg prawdziwie przyjął moje wady i przemienił je w moje najsilniejsze zalety.

Wielu ludzi uważa się nad sobą z powodu jakiejś słabości w swoim życiu. Są przekonani, że z tego powodu Bóg nie może się nimi posłużyć. Ja jestem żywym dowodem, że Bóg posługuje się ludźmi, którzy nie są doskonali. Bóg jest większy niż twoje ograniczenia. Kiedy chrześcijanie po prostu przestaną pograżać się w uzalaniu się nad sobą i zaczną szczerze oddawać siebie Panu, odkrywają, że Jezus Chrystus wyjdzie im naprzeciw, dokładnie tam, gdzie są. On przekształci ich na swój obraz.

Wierzę, że kiedy posiadasz zdrowy obraz siebie i widzisz siebie tak, jak widzi ciebie Bóg — nie lepiej i nie gorzej — wtedy możesz stawiać czoła swoim ograniczeniom. Możesz podporządkować je Chrystusowi, aby On pracował nad nimi, i równocześnie możesz podporządkować mu swoje zdolności i zalety tak, aby nie prowadziły do pychy w twoim życiu. Nie musisz być doskonałym, aby posiadać zdrowy obraz siebie. Powinieneś po prostu świętować niepowtarzalność osoby, jaką Bóg cię uczynił.

Często wyobrażam sobie, że na moich plecach znajduje się napis: „Ciągłe w budowie”. Nauczyłem się akceptować siebie na tej samej podstawie, na jakiej akceptuje mnie Bóg — przez Jezusa Chrystusa i jego śmierć na krzyżu. Potrwało kilka lat, zanim uświadomiłem sobie to jako chrześcijanin. Kiedy jednak raz zobaczyłem, że mogę akceptować siebie, mogłem akceptować innych ludzi dokładnie takimi, jakimi są, bez stawiania warunków w mojej więzi z nimi.

Widzisz, Boża miłość i jego akceptacja są bezwarunkowe. On akceptuje cię teraz dokładnie takim, jakim jesteś. Dlatego właśnie Jan napisał: „Na tym polega miłość, że nie myśmy umiłowali Boga, lecz że On nas umiłował i posłał Syna swego jako ubłaganie za grzechy nasze” (1 J 4,10). Bóg akceptuje cię, ponieważ przebaczył ci na podstawie tego, co Jezus Chrystus zrobił dla ciebie. Nie wierzę już dłużej temu pierwszemu kłamstwu, że muszę być doskonały, abym mógł być zaakceptowany. Jestem doskonały w Jezusie Chrystusie i to jest cała doskonałość, jakiej rzeczywiście potrzebuję.

To, co potrafię, wystarczy!

Drugim błędem, jaki prześladował mnie w związku z samoakceptacją, była myśl, że muszę być najlepszy, abym mógł być zaakceptowany. Spotykam tak wielu ludzi, którzy uważają, że muszą być najlepszymi kucharzami na świecie, najlepszymi ludźmi w swym zawodzie w całym kraju czy też muszą osiągnąć najlepsze wyniki w swoim sporcie. Dążą do tego ze wszystkich sił, aby zaakceptować siebie i czuć się akceptowanymi przez innych. Oczywiście problem polega na tym, że jeśli człowiek musiałby być najlepszym w tym, co robi, aby akceptować siebie, to tylko jeden muzyk, jeden student i jeden sportowiec w całym kraju mógłby kiedykolwiek zaakceptować siebie.

Niektórzy studenci cierpią na zły obraz siebie z powodu stopni, jakie otrzymują. W szkole średniej otrzymywali najlepsze stopnie. Teraz jednak, pracując ze wszystkich sił, otrzymują stopnie dostateczne. Ich obraz siebie uzależniony jest od sytuacji. W szkole średniej wszyscy uważali ich za zdolnych. Teraz są uważani za przeciętnych. Wraz z przyjściem na studia wymagania zwiększyły się, a ich obraz siebie pogorszył się.

Jeżeli będziemy żyć w ten sposób (a większość z nas tak żyje), to znaczy, że będziemy musieli być najlepsi we wszystkim, aby akceptować siebie. I choć wszyscy radzimy sobie dobrze w wielu dziedzinach, wszyscy także zawodziśmy w innych. Jeżeli więc jesteśmy uzależnieni od

okoliczności, z pewnością będziemy mieli problemy z naszym obrazem siebie.

Czy możliwe jest, aby Bóg chciał, abyśmy żyli w ten sposób? Z pewnością nie! Apostoł Paweł mówi: „Niech każdy wykonuje swoją pracę najlepiej jak potrafi”. Dlaczego? „Ponieważ będzie miał satysfakcję z dobrze wykonanej pracy oraz nie będzie musiał porównywać się z nikim innym” (Ga 6,4; parafraza). Boża miłość i akceptacja nie wymagają specjalnych okoliczności. I On chce, abyśmy w ten sam sposób patrzyli na siebie.

Jeżeli udaję się na jakąś konferencję i zrobiłem w najlepszy sposób to, co mogłem, z talentami i zdolnościami, które dał mi Bóg przez moc jego Ducha Świętego, nie martwię się, jeżeli jest tam pięćdziesięciu innych mówców lepszych niż ja. Mogę wrócić do pokoju w hotelu, spojrzeć w lustro i powiedzieć: „McDowell, jesteś w porządku! Lubię cię. Wziąłeś to, co otrzymałeś, i zrobiłeś, co mogłeś najlepszego dla chwały Bożej”. Kiedy człowiek ma zdrowy obraz siebie, może to zrobić. Dopiero wtedy, gdy nie zrobię tego, co potrafię, z rzeczami, które są ważne, nie jestem zadowolony z siebie.

Jaka jest jednak nasza norma ustalania tego, co jest ważne? Czy jest nią to, o czym Bóg mówi, że jest ważne? To, o czym twoja rodzina mówi, że jest ważne? To, o czym twoi przyjaciele mówią, że jest ważne? To, co sam uważasz za ważne? Nie wolno nam zapominać, że istnieje wiele sytuacji w życiu, w których zrobienie wszystkiego, co potrafimy, nie jest ważne. Niektórzy ludzie mogą pragnąć zrobić wszystko, co potrafią w kuchni, co jest w porządku dla mnie, zwłaszcza kiedy jestem ich gościem. Jeżeli jednak wkładają swe najlepsze wysiłki w każde śniadanie, drugie śniadanie, obiad i kolację, wkrótce wypalą się na gotowaniu. Musimy włożyć nasz najlepszy wysiłek jedynie w to, co rzeczywiście go wymaga.

W zgodzeniu się z tym pomogło mi pamiętanie, że Bóg kocha mnie dokładnie takim, jakim jestem. Kiedy przyszedłem do Jezusa Chrystusa i złożyłem moje zaufanie w nim jako Zbawicielu i Panu, uświadomiłem sobie w oparciu o jasne nauczanie biblijne, że Bóg kocha mnie i akceptuje dokładnie takiego, jakim jestem. Ze wszystkimi moimi wadami, ze wszystkimi moimi słabościami — Bóg akceptuje mnie. Logiczne jest więc, że jest to fundament dla mojej samoakceptacji.

Kiedy po prostu robisz to, co potrafisz najlepszego, nie jesteś w stanie współzawodnictwa z nikim innym i jesteś wolny, aby cenić siebie takim, jakim Bóg cię uczynił. C.S. Lewis mówi w książce „The Screwtape Letters”, że Bóg chce, aby człowiek w końcu był tak całkowicie wolny od

wszelkich uprzedzeń w stosunku do siebie samego, by mógł radować się swoimi talentami równie szczerze i z równą wdzięcznością, jak talentami swego bliźniego — czy też wschodem słońca, słońcem czy wodospadem. Bóg chce, aby każdy człowiek ostatecznie potrafił rozpoznać wszystkie stworzenia (nawet siebie samego) jako rzeczy wspaniałe”.¹⁶

Uświadomienie sobie tego otworzyło mi także drzwi do akceptowania innych. Nie muszę akceptować ich na podstawie ich działania i nie muszą oni wykazywać się wobec mnie. Mogę akceptować ich dokładnie tak, jak Bóg akceptuje mnie. Ponieważ potrafię akceptować siebie, Josha McDowella, takiego, jakim jestem, potrafię ufać mojej żonie Dottie, że akceptuje mnie takiego, jakim jestem. Dlatego mogę otworzyć się na nią i być prawdziwie wolny w moich rozmowach z nią i czynach dla niej.

Kochanie prawdziwą miłością

Inną drogą posiadania zdrowego obrazu siebie — widzenia siebie tak, jak widzi ciebie Bóg — jest bycie „nośnikiem” miłości. Jedną z największych potrzeb w dzisiejszym kościele jest okazywanie przez wierzących nadprzyrodzonej miłości sobie nawzajem i światu dookoła.

W pewnym programie telewizyjnym debatowałem kiedyś przez trzy i pół godziny ze współzałożycielem „Playboya”. Był on wyznawcą etyki sytuacyjnej i uważał, że nie ma dobra i zła i że w każdej sytuacji okoliczności dyktują, co człowiek powinien uczynić. Innymi słowy, zanim znajdziesz się w jakiejś sytuacji, nie ma dobra ani zła, kiedy jednak znajdziesz się w niej, masz uczynić to, co płynie z miłości — to, co wydaje się właściwą rzeczą do zrobienia.

Zwolennicy tej filozofii cytują List do Rzymian 13,8, gdzie czytamy: „Nikommu nic winni nie bądźcie prócz miłości wzajemnej; kto bowiem miłuje bliźniego, prawo wypełnił”. Nie dochodzą oni jednak już do wersetu dziewiątego, w którym Paweł pisze: „Nie cudzołóż, nie zabijaj, nie kradnij, nie pożądaj”.

Co to znaczy? To znaczy, że kochający Bóg dał nam przykazania. On skierował do nas w całej Biblii różne nakazy, aby dać naszym czynom płynącym z miłości solidną treść. Kiedy więc On mówi „miłujcie się nawzajem”, wiem, jakimi czynami to się wyraża. Jeżeli prawdziwie kochasz kogoś, nie będziesz dopuszczał się morderstwa czy kradzieży.

Kiedy kobieta mówi mi: „Powiedział, że jeżeli naprawdę go kocham, to zgodzę się na seks z nim” i kiedy jest to poza więzią małżeństwa, mogę uczciwie stwierdzić, że jeśliby rzeczywiście kochała tego człowieka, nie

zrobiłaby tego. Nie byłoby to kochanie prawdziwą miłością. Bóg nakazał tobie i mnie, abyśmy kochali się nawzajem, nie pozostawił nas jednak w sytuacji, w której musielibyśmy arbitralnie wymyślać definicję miłości. Zdefiniował dla nas miłość w Pierwszym Liście do Koryntian 13, w dziesięciu przykazaniach, w Księdze Wyjścia i w całej Biblii.

Pewna stewardesa Eastern Airlines stała się dla mnie jednym z najbardziej pamiętnych przykładów bycia nośnikiem miłości z powodu swego poczucia bezpieczeństwa i własnej tożsamości. W ciągu ostatnich osiemnastu lat odbyłem około 5.000 lotów i doświadczyłem niemal wszystkiego, co może wydarzyć się w samolocie. Nigdy jednak nie widziałem tego, co zobaczyłem w tamtym locie z Atlanty do Chicago. Kiedy przechodziłem przez pierwszą klasę w drodze do położonej z tyłu drugiej klasy, zobaczyłem stewardesę witającą wszystkich dużym uśmiechem i trzymającą z tuzin róż.

„To niezwykle” — pomyślałem, a ponieważ nie jestem introwertykiem, odezwałem się do niej: „Twój chłopak kupił ci trochę kwiatów?” Ona odparła: „Nie”. „Więc kto?” — zapytałem. Odpowiedziała: „Ja sama”. Czy nie jest to dziwne? Nie wiedziałem, co powiedzieć, znalazłem więc moje miejsce i usiadłem.

Nie potrafiłem jednak przestać myśleć o tym, co ona powiedziała. Intrygowało mnie to tak bardzo, że zanim samolot wystartował, wróciłem do niej i przedstawiłem się. Kiedy dowiedziałem się, że jest chrześcijanką, powiedziałem: „Czy mogę postawić ci bardzo osobiste pytanie? Dlaczego kupiłaś sobie te róże?”

„Ponieważ lubię się” — odpowiedziała.

Pomyśl o tym. Ponieważ lubi siebie, poszła i kupiła sobie tuzin róż.

Wymowa kwiatów

Pozwól, że zapytam cię, czy kiedykolwiek kupiłeś sobie tuzin róż? W ciągu ostatnich lat spędziłem wiele samotnych nocy z dala od domu, z dala od mojej żony, z dala od moich dwóch córek i mojego syna. Dla mówcy z Campus Crusade for Christ najbardziej samotną nocą roku jest prawdopodobnie wigilia Nowego Roku. Opuszczam dom w dzień Bożego Narodzenia wieczorem lub następnego ranka i podróżuję po Stanach Zjednoczonych przemawiając na różnych konferencjach. Przemawiam cały dzień i potem podróżuję w nocy. Potem przemawiam przez cały następny dzień, znowu podróżuję itd. Zazwyczaj zatrzymuję się po południu przed Nowym Rokiem w San Jose w Kalifornii.

Trzyście razy w ostatnich czternastu latach, kiedy już wszystko było skończone, docierałem do John Wayne Airport w Orange Country, gdzie ktoś odbierał mnie z lotniska i zawoził do tego samego hotelu, w którym zawsze się zatrzymywałem każdego roku. Moja żona i dzieci są w Bostonie z jej rodzicami. Ja jestem fizycznie, emocjonalnie i duchowo wyczerpany i odpoczywam.

Kilka lat temu, kiedy zakończyłem trasę moich przemówień, Don Stewart, który napisał kilka książek ze mną, odebrał mnie z lotniska w John Wayne Airport swoją małą hondą civic i skierowaliśmy się do mojego hotelu. Kiedy tylko dotarliśmy do Laguna Beach, zauważyłem ciężarówkę obładowaną kwiatami. Poprosiłem Dona, aby zatrzymał się i on zrobił to — dokładnie na środku drogi. Poprosiłem go, aby podjechał do tej ciężarówki. Wsiadłem i kupiłem pięć tuzinów róż.

Czy kiedykolwiek próbowałeś wsiąść do niewielkiego samochodu z pięcioma tuzinami róż? Nie jest to łatwe — zwłaszcza jeśli nikt nie otwiera ci drzwi. Ja stałem tam z wszystkimi tymi kwiatami, a Don jedynie patrzył na mnie bez słowa. Później powiedział mi, że myślał: „Oto Josh McDowell, członek personelu Campus Crusade for Christ, mówca chrześcijański. Jego żona znajduje się w Bostonie, jest wigilia Nowego Roku, a on udaje się do hotelowego pokoju z pięcioma tuzinami kwiatów. To nadaje się na kompromitujący go artykuł dla prasy!”

Przez pewien czas nie powiedział nic, kiedy jednak jechaliśmy wzdłuż Pacific Coast Highway, w końcu wybuchnął: „Po co kupiłeś te kwiaty?” Chciałem odpowiedzieć: „Nie twoja sprawa”, ale nie zrobiłem tego. Powiedziałem mu, że jestem zmęczony, a kiedy jestem zmęczony, szatan próbuje dobrać się do mojego życia. On próbuje zniechęcić mnie, odwrócić moje oczy od Boga, od zwycięstw i skierować je na problemy.

Powiedziałem: „Don, będę tutaj przez cztery dni i porozkładałam te kwiaty wszędzie po moim pokoju. Jeden tuzin przy oknie, drugi na telewizorze, jeszcze jeden na stoliku przy łóżku. I za każdym razem, kiedy spojrzę na tuzin kwiatów, będzie to tak, jakby Bóg mówił do mnie: «Josh, kocham cię. Josh, akceptuję cię. Josh, przebaczam ci. Josh, jak Ojciec umiłował mnie, tak ja umiłowałam ciebie. Josh, jesteś szczególny!» Będę patrzył na każdy tuzin kwiatów i będę słyszał, jak Bóg mówi: «Josh, masz wielką wartość. Stworzyłem cię na mój obraz. Josh, jesteś niepowtarzalny»”. Wiesz, od tamtego czasu nigdy już nie potrafię spojrzeć na kwiaty tak, jak patrzyłem na nie przedtem.

Pytam więc cię ponownie, czy kupiłeś sobie tuzin róż? Aby znać tajemnicę miłości — aby mieć maksymalną więź miłości, małżeństwa i

seksu — musisz być właściwą osobą. A pierwszym krokiem w tym kierunku jest posiadanie zdrowego obrazu siebie. To jest możliwe! Autentyczny obraz siebie, jaki Bóg stworzył dla ciebie, będzie twój, jeżeli jesteś gotowy uwierzyć w niego i przyjąć go.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Co podoba ci się w sposobie, w jaki Bóg ciebie stworzył?
- ◆ Pod jakim względem jesteś niepowtarzalną osobą?
- ◆ Skąd wiesz, że Bóg cię zaakceptował?
- ◆ Co możesz zrobić dziś lub jutro, aby być nośnikiem miłości?

DALSZE POMOC

Bruce Narramore, „You Are Someone Special”, Zondervan.
Verna Birkey, „You Are Very Special”, Fleming H. Revell.

SZTUKA POROZUMIEWANIA SIĘ

Czy kiedykolwiek zatrzymałeś się po to, aby się zastanowić nad tym, co wnosisz w więź z drugą osobą jako naturalny rezultat tego, kim jesteś? Co wnosi twój partner?

Widzisz, kiedy dwie osoby spotykają się ze sobą, a szczególnie w więzi małżeńskiej, każda z nich wnosi swe niepowtarzalne wychowanie, niepowtarzalną kulturę i niepowtarzalny styl komunikowania się. Dwa różne style życia, różne katalogi doświadczeń i osobistych dziejów nakładają się na siebie tworząc pojedynczą jednostkę. Jeżeli obie osoby nie posiadają silnych umiejętności komunikacji i nie są w stanie zrozumieć drugiej, nigdy nie będzie między nimi satysfakcjonującej intymności. Zdolność do stałego komunikowania się na głębokim poziomie jest jednym z najbardziej fundamentalnych wymagań bycia właściwą osobą.

Nieumiejętność komunikacji jest najpowszechniejszym problemem, o jakim słyszą dzisiaj psycholodzy i terapeuci małżeńscy. W ankiecie przeprowadzonej wśród 730 zawodowych doradców małżeńskich, ogromna większość z nich stwierdziła, że problemem małżeńskim, którym zajmowali się najczęściej, było „załamanie komunikacji”.¹⁷

Czasopismo „Ladies Home Journal” przeprowadziło ankietę wśród ponad trzydziestu tysięcy kobiet i tylko jeden problem znalazł się powyżej konfliktów dotyczących pieniędzy — „zła komunikacja”. Prowadząca badania Terry Schultz pisze: „Choć wiele kobiet wybrało swoich partnerów na zasadzie powabu seksualnego, badania pokazują, że gdyby miały to zrobić jeszcze raz, przyznałyby o wiele większe znaczenie zdolności do komunikacji”.¹⁸ Dla kobiet tych, obecnie mądrzejszych,

zdolność do komunikacji w więzi z drugą osobą zajmuje wyższe miejsce niż atrakcyjność seksualna, wygląd fizyczny i osobowość.

Przeprowadzone badania wykazują, że pełnymi życia i szczęścia małżeństwami są te, w których partnerzy dzielą się swymi uczuciami i są w większym stopniu otwarci na swoich małżonków. Głównym zaburzeniem w rozpadających się małżeństwach nie jest zaburzenie seksualne. Jest nim zaburzenie w dziedzinie komunikacji.

Dr Mark Lee cytuje badania przeprowadzone w jedenastu krajach, które „pokazują, że najszcześniejszymi parami są te, które najwięcej rozmawiają ze sobą”. Jako doradca małżeński Lee uważa, że coraz częściej wyłaniającym się problemem w małżeństwie jest wyobcowanie. Wiemy, że przeciętne małżeństwo w rok po ślubie spędza 37 minut w tygodniu na głębokiej rozmowie — o wiele za mało”.¹⁹

W specjalnym wywiadzie prawnik Herbert A. Gliberman, znany specjalista w dziedzinie rozwodów i prawa rodzinnego, mający dwadzieścia osiem lat praktyki, został poproszony o wymienienie najczęstszego powodu rozpadania się małżeństw. Gliberman odparł: „Na pierwszym miejscu jest niezdolność do szczerego rozmawiania ze sobą — do odsłonięcia swej duszy i traktowania się nawzajem tak, jak traktują się najlepsi przyjaciele. (...) Stwierdzam, że zbyt mało ludzi rozmawia ze sobą o głębokich sprawach życia (...)”.²⁰

Leo Buscaglia posłał kwestionariusze małżeńskie do tysiąca ludzi i powiedział czasopismu „USA Today”, że „przynajmniej 85% respondentów stwierdziło, że najważniejszą cechą utrzymania małżeństwa jest komunikacja — zdolność dwojga ludzi do rozmawiania ze sobą na prawdziwie głębokim poziomie”.²¹

Lynn Atwater, socjolog pracujący w Seton Hall University, mówi, że kobiety mają pozamałżeńskie kontakty seksualne głównie dlatego, że chcą głębszej intymności emocjonalnej. Wskazuje ona na nowe badania, które ujawniają, że kobiety uważają przyjemność fizyczną i różnorodność za ważne, jednak inaczej niż mężczyźni nie szukają kontaktów pozamałżeńskich głównie z powodu seksu. „Mężczyźni zawsze pytają mnie, co mogą robić, aby ustrzec swoją żonę przed romansem” — mówi Atwater. „Ja radzę: rozmawiaj z nią”. Według Atwater kobiety uważają komunikację emocjonalną za najważniejszą korzyść, jaką uzyskują z romansu.²²

Komunikacja jest po prostu głównym sposobem, w jaki poznajemy się nawzajem. Im większa jest czyjaś zdolność do komunikacji, tym większej satysfakcji mogą doświadczać partnerzy. Jeżeli dwoje ludzi żyje blisko

siebie, zaczęły ujawniać się różnice. Jeżeli nie zostaną one omówione, nieuchronnie doprowadzą do zamętu i konfliktu. Doświadczyli tego nawet apostoł Paweł i jego towarzysz Barnaba. Najwyraźniej nigdy nie omówili tego, jakie były ich uczucia w związku z rezygnacją Jana Marka — zrobili to dopiero wtedy, gdy nadszedł czas na drugą wyprawę. Okazało się, że było już zbyt późno, aby dojść do porozumienia.

Współzycie słowne

Co to znaczy „komunikować”? Według słownika oznacza to: „przekaz lub wymianę myśli, uczuć itp., przy pomocy pisma, mowy itp.” Dr H. Norman Wright, doradca małżeński i autor kilku wspaniałych książek na temat komunikacji rodzinnej, oferuje następującą prostą definicję: „Komunikacja to proces (werbalny albo niewerbalny) dzielenia się informacjami z drugą osobą w taki sposób, że rozumie ona to, co mówisz. Proces komunikacji obejmuje: mówienie, słuchanie i rozumienie”²³.

Komunikacja oznacza prawdziwe dzielenie się sobą z drugim. Ten dialog jest kluczową potrzebą dzisiejszych małżeństw.

„Dialog dokonuje się” — pisze Dwight Small — „kiedy dwoje ludzi komunikuje pewne znaczenie swego życia sobie nawzajem, kiedy uczestniczą oni nawzajem w swoim życiu w najlepszy sposób, do jakiego są zdolni”²⁴.

„Potrzeba dwoje partnerów do komunikacji” — mówi Cynthia Deutsch w swoim artykule „The Danger of the Silent Partner” („Niebezpieczeństwo milczącego partnera”):

Jeżeli jeden partner jest niechętny, może toczyć się rozmowa, lecz nie może być komunikacji. Komunikacja na temat problemów jest trudnym zajęciem, które sprawia, że ludzie stają się podatni na zranienie. A jednak nie istnieje żadna więź osobowa bez problemów, a omawianie ich jest sposobem rozpoczęcia ich rozwiązywania. Jeżeli jeden z partnerów nie uczestniczy, nie może być żadnego postanowienia i dany problem może wzmacniać się i przenosić na inne dziedziny. Może być tak szczególnie wtedy, gdy ten sam partner stale i uparcie odmawia rozmowy na pewne tematy.

Gdy jeden z partnerów odmawia komunikacji, silną tendencją dla drugiego jest także rezygnacja z dawania siebie. W przeciągu bardzo krótkiego czasu partnerzy mogą wytworzyć w sobie gniew, czuć się odrzućeni i wyobcowani od siebie nawzajem. Często nawet po rozwiązaniu pierwotnego problemu muszą być także odbudowywane inne obszary interakcji. Dobra komunikacja, która otwiera ludzi na siebie

nawzajem, może być bardzo krucha i kiedy raz zostanie złamana, wymaga troskliwych i często bolesnych napraw.²⁵

Większość ludzi myśli o komunikacji jako o mówieniu — mając na uwadze cel przedstawienia swego punktu widzenia. Głęboka komunikacja jest jednak dwukierunkowa — zarówno mówienie, jak i słuchanie. Aspektem najbardziej zaniedbywanym przez dzisiejsze małżeństwa jest słuchanie.

W oparciu o fakt, że Bóg dał nam dwoje uszu i jedno usta, Irlandczycy wyciągnęli wniosek, że powinniśmy dwa razy więcej słuchać, niż mówimy. Jakub napisał: „Niech każdy człowiek będzie skory do słuchania, nieskory do mówienia” (Jk 1,19). Szekspir jak echo powtórzył jego myśl słowami: „Daj każdemu człowiekowi swoje ucho, ale nielicznym swój głos”.²⁶

Słowa „skory do słuchania” oznaczają „dobrego słuchacza”. Większość ludzi czuje się jednak o wiele lepiej w procesie komunikacji, kiedy to oni mówią. Czują się o wiele bezpieczniej, gdy przedstawiają własne stanowisko, uczucia, opinie, idee, niż wtedy, gdy słuchają innych. Słuchanie jest najtrudniejszym aspektem komunikacji dla większości ludzi. Słuchanie nigdy nie pojawia się w sposób naturalny.

Ekstrawertycy, uważajcie!

Jeżeli jeden lub drugi partner nie potrafi słuchać skutecznie, wkrada się frustracja, która może przekształcić się w poważne problemy, jeżeli nie zostanie rozwiązana. Ekstrawertycy (jak ja) są często szczególnie winni mówienia zbyt wiele i nie słuchania wystarczająco. Jest to problem, nad którym ciągle pracuję w moim małżeństwie.

Około siedem czy osiem miesięcy po naszym ślubie Dottie przyszła do mnie dość niepewnie. Widziałem, że coś ją boli.

„Nie sądzę, byś mnie kochał” — wyznała.

„Co?!” — wykrzyknąłem. „Chyba żartujesz! Kocham cię bardziej niż kogokolwiek innego na powierzchni ziemi!”

„Kochanie,” — odparła — „naprawdę nie sądzę, abyś był zainteresowany niektórymi dziedzinami mojego życia, które interesują mnie. Nie sądzę, abyś troszczył się o niektóre z tych «drobnych dziedzin»”.

Auu! Było to jak wbicie noża w moje serce. Natychmiast stwierdziłem: „Ależ ja interesuję się tym!”

Byłem zdumiony, kiedy Dottie wyjaśniła, dlaczego czuje się w ten sposób: „Ty nigdy mnie nie słuchasz. Ja zaczynam dzielić się czymś z

tobą, a ty ucinasz rozmowę lub zmieniasz temat. Albo ja zaczynam dzielić się czymś z tobą, a twój umysł jest gdzie indziej. Często udajesz, że słuchasz, ale twój umysł jest na «platformie wolnego mikrofonu» w Boliwii”. (W ten sposób moja żona mówiła: „Kochanie, ty myślisz o czymś innym, kiedy ja mówię do ciebie”).

Jednym ze wskaźników zdrowej więzi osobowej jest ilość drobnych zwrotów, których znaczenie jest znane tylko jednemu małżeństwu. Nie będę mówił o wszystkich, które mamy z Dottie, ale wtedy, kiedy ona chce mi dać do zrozumienia, że patrzę na nią, lecz myślę o czymś innym, mówi: „Jesteś na «platformie wolnego mikrofonu» w Boliwii” (Rozpoczynałem od debat z marksistami na «platformach wolnego mikrofonu» w Ameryce Łacińskiej).

Czy wiesz, co wtedy odkryłem? Ponieważ nigdy przedtem nie słuchałem ludzi, w niezamierzony sposób komunikowałem żonie, że nie troszczę się o nią. Ona zaczęła wycofywać się w swoją skorupę.

„Zwracanie uwagi na to, co mówi współmałżonek” — pisze Richard Austin — „jest jednym ze sposobów mierzenia naszego szacunku. Zbyt często słyszymy słowa, lecz nie słyszymy treści. Słuchanie słów i słyszenie treści to dwie odmienne rzeczy”²⁷.

Ponieważ nie wkładałem większego wysiłku (a czasem żadnego) w to, aby słuchać Dottie, komunikowałem jej, że to, co miała mi do powiedzenia, nie było dla mnie ważne. Cóż za sposób gaszenia entuzjazmu partnera! Słuchanie mówi drugiej osobie: „Jesteś ważny! Posiadasz wielką wartość!”. Respekt rozpoczyna się od słuchania.

Słuchanie jest jednym z najlepszych sposobów okazania komuś, że traktujesz go poważnie, troszczysz się o niego, cenisz jego opinię. Dr David Augsburg wyraził to następująco: „Otwarte ucho jest jedynym wiarygodnym znakiem otwartego serca”²⁸. Oto w jaki sposób Augsburg wiąże skuteczne słuchanie z poczuciem własnej wartości osoby:

Jeżeli słuchasz mnie, to muszę być warty słuchania.

Jeżeli ignorujesz mnie, muszę być nudziarzem.

Jeżeli aprobujesz moje wartości i poglądy, to muszę mieć coś wartościowego do zaoferowania.

Jeżeli nie aprobujesz mojej uwagi czy wypowiedzi, to najwyraźniej nie mam nic do powiedzenia.

Jeżeli nie mogę być z tobą bez posługiwania się twoimi uwagami do oceny siebie, to głęboki kontakt między nami będzie niemożliwy. Jeżeli myślę przede wszystkim o tym, co ty myślisz o mnie, to już zamknąłem się na ciebie.²⁹

Coś więcej niż zwykle słuchanie

Czy kiedykolwiek powiedziałeś małżonkowi: „Ty mnie nie słuchasz”, a on (ona) na to: „Ależ nie, słucham!” i potem powtórzył twoje ostatnie zdanie? Jeśli tak, to wiesz, że jedną rzeczą jest *słyszeć*, a całkiem inną jest *słuchać*. Dr Norman Wright następująco opisuje tę różnicę:

Słyszenie ma na celu zasadniczo uzyskanie informacji dla własnych potrzeb. Słuchanie jest troszczeniem się o osobę, która mówi, i jest przyjęciem postawy empatii. (...) Słyszenie znaczy, że interesujesz się tym, co podczas rozmowy dzieje się w tobie. Słuchanie oznacza, że próbujesz rozumieć uczucia drugiej osoby i słuchasz dla jej dobra.³⁰

Biblijna koncepcja słyszenia nie oznacza jedynie słyszenia dźwięków, oznacza także „zwrócenie uwagi”. Wartość słuchającego ucha została potwierdzona ponownie przez socjologów George'a Warheita i Charlesa Holzera z University of Florida:

Przeprowadzili oni badania, które wskazują, że możliwość kontaktu z przyjaciółmi i rodziną ma większy związek z podatnością na depresję niż nawet ilość lub rodzaj doświadczeń wywołujących stres. Studium to pokazało, że nawet ludzie, którzy przeżywali silny stres, potrafili z nim walczyć lepiej, kiedy mieli bliskie kontakty z ludźmi. Jak można się domyślać, studium to pokazało, że ludzie nie mający męża czy żony byli najbardziej podatni na depresję.³¹

Istnieją różne poziomy słuchania. Dr Augsburg w książce „Caring Enough to Hear and Be Heard” („Troszczenie się na tyle, aby słuchać i być słuchanym”) łączy każdy poziom z „troszczeniem się”:

Człowiek może słuchać z nastawieniem na fakty, dane, szczegóły, które będzie wykorzystywał dla własnych celów, nie troszcząc się w ten sposób w ogóle o drugiego.

Albo może słuchać z sympatii powodowanej litością. Karmienie się własną litością jest budowaniem pychy na bólu innych. Całkiem odmienną rzeczą jest bycie poruszonym przez litość, by troszczyć się o drugiego. Prosta sympatia może nie być w ogóle troszczeniem się.

Można słuchać, gdy ktoś inny mówi złe rzeczy o osobie nieobecnej, a nawet zwiększać ból i odległość między nimi implikując przez słuchanie, że plotkowanie o nieobecnych jest pożyteczną rozmową. Nie jest to w ogóle troszczenie się.

Można słuchać z apatii, obowiązku, zawodowego nawyku lub prostej grzeczności i w rzeczywistości nie troszczyć się o drugiego. Troszczyć się to więcej niż oferować ucho. Nawykowe słuchanie może nie być w ogóle troszczeniem się.

Można słuchać ciekawsko, z ciekawością przewoźnika zaglądającego w prywatne sprawy drugiego. Troszczyć się to więcej niż oferować szeroko otwarte oczy. Chętne oko czy ucho może wcale nie troszczyć się.

Można słuchać „pomocnie”, jak ratownik gotowy do pierwszej pomocy, udzielając wsparcia, zrozumienia, zapewnienia przy każdej pauzie. Troszczyć się to zarówno dawać pomoc, jak i powstrzymywać się od niej. Bycie chronicznie pomocnym może nie być w ogóle pomocą.

A jednak troszczenie się podejmuje elementy z każdego powyższego punktu. Dokładna uwaga zwrócona na to, co się mówi, autentyczna empatia, gotowość do stanięcia obok drugiego, kiedy mówi on rzeczy wyolbrzymione przez stres, dystans, który pozwala na obiektywność, gotowość dostrzeżenia drugiego takim, jaki jest, zdecydowanie się na bycie prawdziwie pomocnym, gdy nadejdzie moment pożytecznej pomocy — wszystko to są składniki prawdziwej troski. Każdy z nich jest jednak wyjaśniany i korygowany przez centralny element troszczenia się.³²

Kiedy ktoś nie słucha współmałżonka, nie zawsze prowadzi to do milczenia. W wielu sytuacjach może to wywołać wzrost mówienia. Joyce Jandorf, spostrzegawcza autorka pisząca w dziedzinie więzi międzyludzkich, wyjaśnia, dlaczego niektórzy ludzie stają się niepohamowanymi „mówcami”. Pyta mężczyzn, których żony ciągle coś mówią:

Czy ona zawsze była taka? Czy była taka przed ślubem? A może dopiero stała się taka w miarę upływu czasu? Niektóre kobiety mówią od chwili urodzenia i wartki strumień słów wypływa z ich ust przez całe ich późniejsze życie. Inne jednak dochodzą do mówienia bez ustanku z innych powodów.

Wiele razy niepohamowany „mówca” w rzeczywistości woła, aby ktoś go wysłuchał. Im bardziej znudzony wydajesz się, im bardziej ziewasz, im bardziej oglądasz telewizję czy psa, tym więcej ona mówi. Ona po prostu mówi więcej, aby wynagrodzić sobie stratę czegoś. Być może przestałaś słuchać ją już dawno temu i ona wie o tym lepiej niż ktokolwiek inny.

Czy myślisz, że to przydarzyło się tobie? Kiedy ostatnio postawiłaś żonie pytania: „Jak się czułaś, kiedy...?” i „Co stało się dzisiaj w domu?” Czy kiedykolwiek odpowiadasz na jej uwagi słowami: „Może masz rację, kochanie”. Jeżeli twoja żona czuje, że nie chcesz jej słuchać, ma dwie możliwości: mówić głośniej i więcej albo mówić mniej i usunąć się. Obie rzeczy są bardzo szkodliwe dla małżeństwa.³³

Ważne jest, abyśmy uznawali, że zawsze w ten czy inny sposób coś komunikujemy. Innymi słowy, nawet milczenie jest komunikacją. Kluczem

jest więc robienie tego skutecznie, w sposób, który stworzy klimat większej intymności i otwartości. Zanim jednak przyjrzymy się kilku sposobom poprawiania naszej zdolności do słuchania, przyjrzymy się innemu aspektowi skutecznej komunikacji.

Mówienie — więcej czy mniej?

Mówienie jest drugim składnikiem komunikacji. Większość ludzi potrzebuje poprawy w jednej lub drugiej dziedzinie: słuchaniu lub mówieniu. Są jednak tacy jak ja, którzy potrzebują dojrzeć w obu tych dziedzinach ze względu na szczególne cechy swojego stylu.

Dottie uwielbia dzielić się szczegółami i potrzebuje słuchać szczegółów. Ja nie. Ja po prostu chcę widzieć obraz całości. W rezultacie tego przez długi czas w naszej więzi istniała frustracja, ponieważ ja nie rozumiałem jej potrzeby komunikowania szczegółów.

Pewnego dnia Dottie powiedziała do mnie: „Kochanie, ty nie mówisz dobrze”. Ja powiedziałem: „Mówiłem w ten sposób przez całe moje życie!” Ona powiedziała: „Chodzi mi o to, że między nami nie ma dobrej komunikacji”. Zapytałem ją, co ma na myśli, a ona odparła, że ja nigdy nie dzielę się z nią żadnymi szczegółami — nigdy nie mówię jej, co się rzeczywiście dzieje. Potem podała mi przykład. Po jakiejś bardzo ważnej konferencji ona pyta mnie, jak przebiegały spotkania, a ja po prostu mówię: „Bardzo dobrze” i potem przechodzę do czegoś innego. Ona wie, że musiało być jeszcze coś więcej i właśnie o tych szczegółach pragnęła usłyszeć.

Innym przykładem szczegółów, jakich ona potrzebuje, może być sytuacja, w której wspomniałem, że jakimś naszym przyjacielem urodziło się dziecko. „Kiedy?” — ona zapytała. „Nie wiem” — odpowiedziałem. „Ile ważyło?” Znowu nie wiedziałem. „Chłopiec czy dziewczynka?” „Nie wiem” — powiedziałem. „Jak dali mu na imię?” — zapytała — i tak dalej. Ja byłem zadowolony tym, co wiedziałem, ale nie byłem w stanie zbudować właściwej komunikacji z żoną.

„Myśl o szczegółach!” stało się moim mottem. Zacząłem robić sobie notatki: „Josh, kiedy rozmawiasz z żoną, musisz mówić o szczegółach”. (To doprowadziło do pozytywnych rezultatów także w kontaktach z innymi). Teraz nie mogę się doczekać, aby rozmawiać z żoną, gdy komuś urodzi się dziecko. „Kiedy?” „W zeszły czwartek”. „Ile waży?” „Cztery kilogramy”. „Chłopiec czy dziewczynka?” „Chłopiec”. „Jak dali mu na imię?” „Jim” — i tak dalej. Teraz pamiętam rzeczy, którymi nigdy nie

przejmowałem się wcześniej i to poprawiło naszą małżeńską komunikację, ponieważ mogę przedstawić Dottie szczegóły. Jest to wyraźny sposób, przez który ona może odczuć moją miłość.

Dla niektórych z nas problemem są szczegóły. Dla innych może to być dzielenie się z drugą osobą uczuciami — powiedzenie jej o tym, co dzieje się wewnątrz. Z tą dziedziną także miałem trudności. Łatwo jest mi mówić na wiele różnorodnych tematów i choć znam znaczenie dzielenia się najgłębszymi myślami, dalej jest to dla mnie trudne.

Dlatego właśnie mamy tendencję do rozmawiania o tematach, które w rzeczywistości nie są ważne — pogodzie, zdrowiu fizycznym itd. Niewielu z nas chętnie dzieli się z innymi swoimi ideami czy opiniami, kiedy obejmują one nasze najgłębsze myśli i uczucia. A jednak intymność, jaką wytwarza komunikacja tego typu, jest absolutnie istotna dla cieszenia się zdrową miłością i zdrową więzią małżeńską.

Być może pytasz: „Jak mogę poprawić swoją komunikację? Jak mogę stać się lepszym słuchaczem? Jak mogę stać się lepszym mówcą?” Chciałbym zaproponować tobie i każdemu, kogo kochasz, kilka praktycznych sposobów poprawienia waszych umiejętności komunikacji międzyosobowej. Zasady te wzmogą okazje do doświadczenia większej głębi troszczenia się nawzajem o siebie.

Jeżeli jesteś osobą samotną, niech zasady te będą przewodnikiem pogłębiania twojej osobistej komunikacji z innymi. Stosuj je, kiedy spotykasz się z osobami odmiennej płci.

Jeżeli żyjesz w małżeństwie, niech zasady te znajdą zastosowanie w twojej komunikacji ze współmałżonkiem (i dziećmi). Większość małżeństw nigdy nie będzie potrafiła zbudować intymności przekraczającej ich poziom komunikacji i pragnienie otwartości i współżycia werbalnego ze sobą.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Jakie są niektóre specjalne słowa i zwroty, które wyrażają twoje uczucia wobec współmałżonka?
- ◆ Jakim słuchaczem jesteś? Poproś współmałżonka, aby opisał sposób, w jaki słuchasz.
- ◆ Kiedy poświęćcie czas na poprawę waszej komunikacji?

POPRAWA KOMUNIKACJI

Teraz być może mówisz: „Wiem, że mam problem. Powiedz mi, co mogę z tym zrobić. Jak mogę budować przez lepszą komunikację pełniejszą więź miłości z drugą osobą?”

W ciągu lat, w których pracowałem nad poprawą moich umiejętności komunikacji, pomagało mi jedenaście zasad. Nie oczekuję, abyś nauczył się ich na pamięć i potrafił zastosować natychmiast. Być może jednak będziesz chciał przeczytać ten rozdział kilka razy, a nawet przepisać sobie te zasady i powiesić je gdzieś na widocznym miejscu w swoim pokoju.

Jeżeli jesteś osobą samotną, poniższe zasady poprawią twoją komunikację w kręgu twoich przyjaciół. Jeżeli chodzisz z kimś, na pewno będziesz chciał je zastosować natychmiast.

Dla tych z was, którzy żyją w małżeństwie, zasady te mogą bardzo pomóc w komunikacji ze współmałżonkiem i dziećmi. W większości małżeństw głębia intymności nie wykracza poza poziom komunikacji — a to oczywiście zależy od tego, jak bardzo pragniecie otwartości i współzycia werbalnego. Jeżeli jesteś rodzicem, skuteczne zastosowanie tych zasad zredukuje narzekanie: „Ty mnie nie słuchasz” (prawdopodobnie największy zarzut, jaki nastolatki stawiają rodzicom).

Czy jesteś gotowy na trochę działania? Oto jedenaście zasad:

1. Pracuj nad komunikacją.
2. Ucz się kompromisu.
3. Staraj się zrozumieć.
4. Potwierdzaj wartość i godność współmałżonka.
5. Bądź nastawiony pozytywnie i zachęcająco.
6. Dochowaj tajemnicy.

7. Czekaj na właściwy czas.
8. Dziel się swoimi uczuciami.
9. Strzeż się czytania myśli.
10. Udzielaj odpowiedzi.
11. Bądź szczery.

Teraz, kiedy mamy je już przed sobą, zobaczymy, jak działają w codziennym życiu. Dottie przyłączy się do mnie ponownie, abyś mógł zobaczyć, w jaki sposób pracujemy nad ich zastosowaniem.

1. Pracuj nad komunikacją

Robienie tego, co naturalne, może być mottem dla wielu w naszej kulturze, ale zostanie dobrym rozmówcą nie dokonuje się samo z siebie. Każdy z nas jest wykrzywiony przez nastawienie na siebie. Musimy więc podjąć solidny wysiłek w oparciu o poważne postanowienie zaangażowania się w poprawę komunikacji. Nie dokonuje się to w ten sposób, że Bóg po prostu machnie nad nami magiczną pałeczką, kiedy nawiązujemy osobisty związek z nim. Zamiast tego On daje nam wolę i pragnienie, a potem pomaga nam, jeżeli posuwamy się do przodu.

Moją filozofią jest, że jeżeli chcesz, żeby ktoś wiedział, że krwawisz, musisz mieć krwotok. Jeżeli chodzi o Dottie, zacząłem przerywać zwoje zajęcia, aby słuchać jej i dać jej poznać, że rzeczywiście interesuję się tymi dziedzinami, które są ważne dla niej. To nie pojawiło się w sposób naturalny — musiałem nad tym pracować.

Jednym z moich nawyków było czytanie gazety przy śniadaniu. Kontynuowałem to na początku naszego małżeństwa. Kiedy jednak Dottie przypomniła mi, że śniadanie jest wspaniałym miejscem na rozmowę, zrezygnowałem z tego. Nie pamiętam, abym przez ostatnie dziesięć lat naszego małżeństwa kiedykolwiek czytał gazetę przy śniadaniu. Nauczyłem się mówić sobie podchodząc do stołu: „A teraz, Josh, pamiętaj. Będiesz słuchał, co ma do powiedzenia żona”.

Kiedy Dottie przychodziła do mojej pracowni, zwykłem mawiać: „Kochanie, teraz nie mogę. Jestem zajęty”. Ale uczynienie komunikacji z nią priorytetem wymagało innej odpowiedzi. Kiedy teraz ona przychodzi, niezależnie od tego, co robię, przerywam, zwracam się w jej stronę i próbuję najlepiej jak potrafię skoncentrować się na tym, co mówi. Ukształtowanie takiego nawyku także oznaczało mówienie sobie: „Będę słuchał wszystkiego, co moja żona mówi, i chcę odpowiedzieć na wszystko, co ona mówi”.

Kiedy wyjeżdżam, jestem dość wrażliwy na koszt telefonowania do domu. Zacząłem jednak uświadamiać sobie, że trudniej jest temu, kto pozostaje w domu niż partnerowi, który podróżuje. Dottie mogła czekać cały dzień, aby podzielić się czymś ze mną — czymś, co wydarzyło się w domu i o czym chce porozmawiać — a ja mówię: „To jest bardzo kosztowne. Powiesz mi, kiedy wrócę do domu”.

Taka odpowiedź gasiła jej motywację do otwarcia się i komunikacji. Musiałem więc nauczyć się przygotowywać samego siebie mówiąc: „Josh, kiedy Dottie odbierze telefon, nie będziesz zajmował się najpierw swoimi sprawami, lecz powiesz: «Co się stało dzisiaj?», a potem będziesz słuchał, gdy ona będzie wyrażała swoje poglądy i mówiła o swoich potrzebach”. Telefony kosztują mnie teraz więcej, ale jest to jedna z najlepszych inwestycji, jakich kiedykolwiek dokonywałem.

Kiedy pewnego dnia wróciłem z wyjazdu, Dottie zarzuciła mi ręce na szyję i powiedziała: „Kochanie, dziękuję ci bardzo!” Spytałem: „Za co?” „Za słuchanie mnie”. Rzeczywiście koncentrowałem się na słuchaniu i to przynosiło owoc w każdej dziedzinie naszej więzi. Teraz Dottie wie, że to, co ma do powiedzenia, jest dla mnie ważne.

Jeżeli chcesz zostać kimś, kogo warto poślubić, musisz między innymi wykształcić w sobie zdolność bycia dobrym słuchaczem, a to wymaga pracy. Żałuję jedynie, że nikt nie udzielił mi takiej rady przed małżeństwem.

2. Ucz się kompromisu

Zdrowa więź małżeńska to więź dawania i brania, szczególnie gdy grę wchodzi różne style komunikacji. Każdy potrzebuje swobody do bycia sobą, dostosowując się równocześnie do potrzeb drugiego. Jeden styl niekoniecznie jest lepszy od drugiego. To po prostu ludzie są różni, jeśli chodzi o potrzeby w komunikacji i umiejętny rozmówca wie, jak się dostosować.

Dottie i ja mamy przeciwne potrzeby, jeśli chodzi o dzielenie się szczegółami. Być może doświadczasz sam częstej frustracji, jaką może to wywołać.

Dottie wyraża to w ten sposób:

„Josh lubi przechodzić od razu do istoty sprawy. On lubi znać fakty. Chce dotrzeć do sedna. Ja wiem, że mam upodobanie w dramatyczności. Z powodu mojej osobowości uważam, że opowiadanie historii powinno być dziełem sztuki — czymś na kształt malowania obrazu. Nie podchodzi się

do ramy z walkiem malarskim. Stosuje się detale po jednym na raz. Kiedy więc opowiadam jakąś historię, dostosowuję się i nie próbuję być dramatyczna. Po prostu myślę, że istnieje pewna scena, którą trzeba ustawić, ton, który należy wykształcić i atmosfera, którą trzeba zakomunikować.

Na początku naszego małżeństwa mój styl komunikacji był dla niego bardzo trudny. Językiem ciała krzyczał: „Przejdź do sedna!” Aż w końcu mówił: „O co chodzi w tej historii?” Ja odpowiadałam: „Będziesz musiał wysłuchać tego na mój sposób. To moja historia”. W końcu on zaczął uświadamiać sobie, że szczegóły w historii są dla mnie bardzo ważne.

Ja także uświadomiłam sobie istotne miejsce kompromisu w małżeństwie. Sądzę, że teraz oboje pracujemy nad zaspokojeniem potrzeb drugiego. On próbuje pamiętać więcej szczegółów i być cierpliwym ze mną, kiedy mówię o nich. Ja z kolei próbuję oszczędzić mu agonii słuchania rzeczy nie mających związku ze sprawą. Próbuję podsumować moje główną treść bez dramatyczności; odstawić na bok uczucia i dojść do sedna.

Rzeczywiście mamy bardzo odmienne style komunikacji, ale razem jesteśmy bardziej skuteczni. Silna strona jednego równoważy drugiego. Ja nauczyłam się dostosować i Josh też się tego nauczył. To poszerzyło nasze perspektywy i sądzę, że jest to jeden z najważniejszych aspektów połączenia się dwojga ludzi w małżeństwie. Robi się różne rzeczy inaczej, widzi się różne rzeczy inaczej i komunikuje się inaczej.

Dobrym przykładem jest moja ciąża z naszym trzecim dzieckiem Katie. Mieliliśmy już Kelly i Seana i oboje chcieliśmy mieć następne dziecko, ale znalazłam się w ciąży z Katie nieco wcześniej, niż się spodziewaliśmy. Josh był w podróży, kiedy to zauważyłam. Wiedziałam, że będzie się cieszył, ale nie chciałam dodawać stresu do jego bardzo trudnego rozkładu zajęć w tym czasie. Postanowiłam więc nie mówić mu nic przez telefon, aż nie będę wiedziała na pewno. Przez kilka dni musiałam trzymać to dla siebie.

Aby przekazać mu tę wiadomość, ułożyłam bardzo sprytny, krótki wierszyk, który mówił w okrężny sposób o tym, że jestem w ciąży. Napisałam go w taki sposób, że trzeba wysłuchać aż do ostatniej linii, zanim człowiek się zorientuje, o co chodzi i że jest to o nas.

Wtedy mieszkaliśmy jeszcze w Teksasie i byliśmy zaangażowani w kupno i sprzedaż antyków. Josh był w Kalifornii, kiedy to wszystko się wydarzyło. Tak się złożyło, że zadzwoniłam do niego w San Bernardino właśnie pięć minut przed rozpoczęciem wielkiej wyprzedaży antyków.

Powiedziałam: „Muszę z tobą porozmawiać”. On odparł: „W porządku, ale nie mam wiele czasu. Oni przygotowują się do otwarcia drzwi, a czeka na to jakieś pięćset osób”. Powiedziałam mu, że mam mu coś do przeczytania i on zgodził się posłuchać, jeżeli tylko będę czytała szybko.

Zacząłam czytać wiersz, a on przerwał mi w połowie i powiedział: „Chwileczkę, kto napisał ten wiersz?” Powiedziałam mu, aby uciszył się na minutę i po prostu słuchał. Jeszcze dwa razy przerywał mi, gdy czytałam: „Chwileczkę, o czym ty mówisz? Kto ma dziecko?” Ja dalej twierdziłam: „Nie mów nic. Musisz wysłuchać całego wiersza”.

Nareszcie przy końcu zrozumiał, że mówię mu, że my będziemy mieli dziecko. Josh wołałby na pewno, żebym po prostu powiedziała: „Jestem w ciąży. Będziemy mieli dziecko w czerwcu”. Ale ja musiałam zrobić to drogą okrężną, namalować obraz, przygotować atmosferę i uczynić to bardzo ekscytującym. Sprawiałam mu niemało kłopotu. (Choć myślę, że cieszył się tym, gdy już było po wszystkim). To był mój sposób zakomunikowania czegoś specjalnego i musiałam być sobą robiąc to. Przez kilka minut było to dla niego trudne, lecz słuchał, a to znaczyło dla mnie wiele.

Istnieje wiele sytuacji, kiedy ja dostosowuję się do jego nastawienia umysłu i komunikuję szybko. Kiedy indziej mówię: „Będziesz musiał posłuchać tego wszystkiego, ponieważ tę historię opowiadałam na mój sposób!” To jest dawanie i branie — i czymś takim musi być małżeństwo. To jest część tego, co czyni je frajdą.”

3. Staraj się zrozumieć

Czy kiedykolwiek umówiłeś się z kimś na spotkanie na jakimś skrzyżowaniu i czekałeś na próżno, podczas gdy twój przyjaciel czekał na ciebie na następnym skrzyżowaniu? Myślałeś, że wyraziłeś się jasno, ale on nie rozumiał tego wyraźnie.

Niedawno moi przyjaciele zawozili rodziców na lotnisko w Los Angeles. Kiedy zbliżali się do lotniska, mój przyjaciel powiedział do żony: „Czy wysadzimy najpierw rodziców przy wejściu na lotnisko?” Zajęty śledzeniem ruchu drogowego usłyszał, jak mówiła coś o parkowaniu i zrozumiał, że ma najpierw znaleźć miejsce na parkingu.

Kiedy byli już na terenie lotniska, zaczęła mu pokazywać puste miejsca parkingowe, co uznał za dalszą wskazówkę, że pragnie, aby zaparkować. Kiedy jednak skierował samochód na parking, ona wzburzyła się. „Teraz

musimy nieść te ciężkie walizki przez całą drogę do wejścia!” — wybuchnęła.

Po krótkiej utarczce słownej uświadomił sobie, że lepiej będzie opuścić parking i podjechać do wejścia — aby wysadzić rodziców wraz z bagażami, a następnie pozwolić żonie zaparkować samochód. Dopiero kiedy wracali do domu, okazało się, że jej słowa o parkowaniu w odpowiedzi na jego pytanie były ostatnimi słowami dłuższego zdania: „Kiedy rodzice wysiądą, ja zaparkuję samochód”. Ponieważ nie poświęcił czasu na zrozumienie pełnej komunikacji, całkowicie błędnie odczytał jej intencje.

Niewielki plakat, który często widzę w biurach, brzmi: „Wiem, że uważasz, że rozumiesz to, co sądzisz, że ja powiedziałem. Ale nie jestem pewien, czy zdajesz sobie sprawę, że to, co usłyszałeś nie jest tym, co ja miałem na myśli”. Jednym z kluczy do komunikacji i kształtowania intymności jest uświadomienie sobie, że druga osoba nie tylko próbuje rozumieć, lecz także rzeczywiście troszczy się. Ta empatia sprawi, że obie osoby będą bardziej otwarte na siebie.

Z drugiej strony, kiedy odczuwasz, że druga osoba nie chce słuchać albo nie chce cię zrozumieć, wpływa to na twoje poczucie własnej wartości. Wkrótce zaczynasz usuwać się, ponieważ czujesz, że to, co masz do powiedzenia, nie jest widziane jako ważne. Zaczynasz czuć, że nie jesteś ważny i że wasza więź posuwa się w kierunku niebezpieczeństwa. Poprzednie uprzedzenia czy negatywne oczekiwania muszą być odstawione na półkę, aby nie zniekształciły rozmowy, którą prowadzisz. Musimy być oddani rzeczywistemu usłyszeniu drugiej osoby, niezależnie od odmiennych przekonań i opinii.

Akceptacja, według H. Normana Wrighta, „nie oznacza, że zgadzasz się z treścią czyjejś wypowiedzi. Oznacza ona, że rozumiesz, że współmałżonek rzeczywiście czuje to, o czym mówi”. Dodaje on: „Wrażliwe słuchanie to wychodzenie do drugiej osoby; aktywne troszczenie się o to, co mówi i co chce powiedzieć”.³⁴

Najlepszym komentarzem, jaki słyszałem w odniesieniu do przykazania Jezusa, aby „kochać swego bliźniego jak siebie samego” (Mt 22,39) są słowa Davida Augsburgera: „Kochać cię tak, jak kocham siebie samego, to starać się usłyszeć cię tak, jak sam chcę być słyszany, i rozumieć cię tak, jak pragnę być rozumiany”.³⁵ Gdyby każdy miał to jako swoje motto do stosowania w kontaktach międzyludzkich, nasi prawnicy zajmujący się rozwodami straciliby pracę.

„Komunikacja” — zauważa Richard Strauss — „jest narzędziem, przy pomocy którego uczymy się poznawać i rozumieć naszego współmałżonka. Bóg jednak już go rozumie; On go stworzył. Prośmy jego, aby otworzył nasze kanały komunikacji międzysobowej i dał nam trochę zrozumienia, które On posiada, aby nasza więź małżeńska mogła wzrastać i stawać się cenniejsza każdego dnia”.³⁶

4. Potwierdzaj wartość i godność współmałżonka

Każdy człowiek ma głęboką potrzebę, aby być słyszany i aby być słuchany. Sam akt słuchania komunikuje poczucie wartości, szacunku, miłości, godności. Sprawia, że człowiek czuje się ważny. Wiąż dwojga osób nie wykracza zazwyczaj poza poziom wzajemnej komunikacji i szacunku okazywanego sobie nawzajem. Próbuju zawsze wzmocnić obraz Chrystusa.

George i Nikki Kochler wyjaśniają potrzebę afirmowania wartości i szacunku przez troskliwe słuchanie:

Kiedy ty i ja słuchamy drugiej osoby, przekazujemy myśl: „Jestem zainteresowany tobą jako osobą i sądzę, że to, co czujesz, jest ważne. Szanuję twoje myśli, nawet jeżeli nie zgadzam się z nimi. Wiem, że są ważne dla ciebie. Czuję pewność, że masz jakiś wkład do wniesienia. Nie próbuję przemienić cię ani oceniać. Po prostu chcę cię zrozumieć. Sądzę, że warto cię słuchać, i chcę, abyś wiedział, że jestem człowiekiem, z którym możesz rozmawiać.”³⁷

Człowiek ze słabym czy też niezdrowym obrazem siebie samego nie czuje, aby miał cokolwiek wartościowego do powiedzenia. Będzie bał się otwartości z powodu możliwego odrzucenia. Dottie mówi mi, że jednym ze sposobów, jakim odczuwa moją miłość i szacunek dla niej, są sytuacje, w których chwale jej pomysły.

„On zawsze mówi mi, jak bystry umysł posiadam i jak dobrze myślę, co w ustach Joshua jest rzeczywiście komplementem, ponieważ on jest tak niesamowity.

Innym sposobem, jakim on okazał swoją miłość, było zastąpienie mnie w mojej ochotniczej pracy w szkole podstawowej. Służył tam jako pomoc przy czytaniu w klasie. Kilka razy w zeszłym roku z różnych powodów nie mogłam pójść do szkoły ani znaleźć nikogo, kto by mnie zastąpił. Więc Josh poszedł i uczył dzieci w drugiej klasie, jak czytać. Był to jeszcze jeden czyn, który mówił do mnie: „Interesuję się tym, co robisz. Kocham cię i chcę ci pomagać.

Josh także mówi mi cały czas, jak bardzo kocha mnie i szanuje i potwierdza to swoimi czynami i słowami. On pyta mnie o opinię, kiedy przygotowuje książki, filmy czy wykłady. Zawsze jest otwarty na moje opinie i nie lekceważy ich. Lubi znać moje uczucia w związku z pewnymi rzeczami i ceni to, co mam do powiedzenia. Kiedy mam silną intuicję w jakiejś sprawie, on traktuje to poważnie. Same jego czyny komunikują mi, że uważa mnie za szczególną osobę”.

Mogę cię zapewnić, że nie jestem to „naturalny” ja. Dopiero gdy stałem się gotowy na podjęcie wysiłku rozumienia Dottie, pojawił się ten „owoc”.

5. Bądź pozytywny i zachęcający

Bycie pozytywnym jest prawdziwym czynnikiem dodatnim w komunikacji. Prowadzi ono do otwartości wobec współmałżonka, podczas gdy krytyka ma tendencje szkodenia zdrowej komunikacji. Dwóch bardzo krytycznych ludzi może się rozumieć, ale nie będzie to zdrowa komunikacja. Każdy z nas z natury ma tendencje do akcentowania i pamiętania tego, co negatywne.

Podczas trzydniowej serii wykładów na University of Tennessee byłem na spotkaniu członków personelu Campus Crusade i niektórych studentów. Jedna z studentek przyszła i powiedziała: „Nie będę już rozdawać ulotek. Wszyscy mają negatywne nastawienie do tych spotkań. Wszystko, co słyszę dzisiaj, to negatywne uwagi”.

Natychmiast zapytałem: „Z iloma ludźmi miałaś trudności? Z dwudziestoma pięcioma?”

„Nie”.

„Dziesięcioma?”

„Nie”.

„Z pięcioma?”

Znowu powiedziała: „Nie”.

Odkryliśmy, że tylko dwóch ludzi zareagowało negatywnie na dwieście czy trzysta ulotek, które rozdała. Wszyscy w pokoju, łącznie z nią, uświadomili sobie, że zaakcentowała to, co negatywne.

W komunikacji międzyosobowej mamy tendencje do zauważania i pamiętania jedynie rzeczy negatywnych z wypowiedzi dotyczących nas samych. Może zostać wypowiedziane dziesięć pozytywnych uwag i jedna negatywna, a my będziemy najbardziej pamiętali tę negatywną. Proporcja pochwały do krytyki w rozmowie powinna kształtować się w stosunku 90% zdrowej pochwały do 10% krytyki.

Czy komunikujesz się z ludźmi w sposób pozytywny? O wiele łatwiej będzie im wychodzić do ciebie i dzielić się, jeżeli twoje nastawienie będzie pozytywne.

Apostoł Paweł podał wspaniałą wskazówkę co do właściwego akcentu naszej postawy i naszego stylu życia, kiedy napisał: „Wreszcie bracia, myślcie tylko o tym, co prawdziwe, co pocziwe, co sprawiedliwe, co czyste, co miłe, co chwalebne, co jest cnotą i godne pochwały” (Flp 4,8).

Bądź zachęcający i niech twoje rozmowy będą pozytywne. Porównaj poniższe zdania, a jestem pewien, że zauważysz, które jest bardziej motywujące.

„Nigdy nie dajesz mi kwiatów!”

„Tak bardzo cenię sobie te wspaniałe chwile, kiedy dajesz mi kwiaty!”

Dottie potrafi nieustannie zachęcać mnie. Kiedy jestem przeciążony emocjonalnie ze względu na mój rozkład zajęć, kiedy staję się negatywny i zniechęcony, ona mówi: „Jesteś zmęczony, kochanie, lecz pomyśl o tych wszystkich ludziach, którym pomogłeś”. Ona akcentuje to, co pozytywne.

6. Dochowaj tajemnicy

Wspaniałym czynnikiem dodatnim w komunikacji jest, gdy twój współmałżonek wie, że potrafisz zatrzymać różne rzeczy dla siebie. Automatycznie pojawia się większa chęć do otwartości wobec ciebie. Jeżeli jesteś plotkarzem — kimś, kto nawykowo mówi o innych ludziach — stawiasz natychmiastową barierę zamykającą innych na intymne dzielenie się z tobą, ze względu na obawę, że wszyscy dowiedzą się o ich głębokich uczuciach. Kiedy przemawiam, regularnie wykorzystuję osobiste przykłady dla wzmocnienia moich myśli. Muszę jednak bardzo uważać, co mówię o mojej więzi z Dottie. Gdybym mówił zbyt otwarcie o intymnych sprawach naszej więzi, Dottie niewątpliwie stałaby się bardziej ostrożna i nastawiona obronnie.

Młoda kobieta o imieniu Joyce chciała porozmawiać ze mną o swej sytuacji z Wendlem. Wendel chciał, aby ich więź rozwijała się w kierunku małżeństwa i wymagał, aby Joyce określiła swój zakres oddania się jemu. Joyce nie była pewna swoich uczuć. W długiej rozmowie z Wendelem podzieliła się, jak bardzo obawia się podjąć zobowiązanie na przyszłość z powodu niektórych osobistych dziedzin, nad którymi, jak sądzi, musi wpięrw popracować.

Wendel, z powodu frustracji, udał się do kilku ludzi po radę (i współczucie). Szukając ich rady podzielił się tym, z czego zwierzyła mu

się Joyce. Kiedy dotarło to z powrotem do niej, wywołało silne nastawienie obronne. Odczuła to jako inwazję w jej wnętrze i zrozumiałe jest, że trudno jej było otworzyć się wobec niego.

Czy zachowujesz dla siebie co trzeba? Czy też plotkujesz i mówisz innym „w tajemnicy”? Publiczne wietrzenie spraw prywatnych niszczy zaufanie w małżeństwie. Kiedy jedno z małżonków czuje się zdradzone, o wiele trudniej jest mu być otwartym następnym razem.

7. Czekaj na właściwy czas

„Słowo wypowiedziane we właściwym czasie jest jak złote jabłko na srebrnych czasach” — czytamy w Księdze Przypowieści 25,11. Myśl ta powtarza się w 15;23: „Raduje to człowieka, gdy umie dać odpowiedź. Jakże dobre jest słowo we właściwym czasie!” W więzi dwojga osób dialog wzmacnia się, gdy właściwe słowa są wypowiedziane we właściwym czasie. Miłość musi być twoim przewodnikiem co do tego kiedy i gdzie podzielić się złą wiadomością lub omówić trudny temat.

Moja matka zawsze mawiała, że jeżeli miała coś trudnego do powiedzenia ojcu, to najpierw karmiła go dobrze. Mówienie mu złej wiadomości, kiedy był głodny, byłoby dla niej głównym błędem taktycznym. Wiedziała, że jeżeli powie mu to po dobrym posiłku, on zniesie to lepiej. W więziach ze współmieszkańcami, małżonkami, przyjaciółmi i wszystkimi innymi musimy być wrażliwi nie tylko na sposób, w jaki mówimy, lecz także na właściwy czas. Żarty typu „dobra nowina, zła nowina” są zabawne właśnie dlatego, że oparte są na tej zasadzie.

Często, w zależności od sytuacji, lepsze może być poczekanie do rana na podzielenie się czymś kontrowersyjnym ze współmałżonkiem. Jest tak zwłaszcza wtedy, gdy on czy ona mieli trudny dzień.

Dottie wyjaśnia swoje podejście do czasu następująco:

„Ja jestem bardzo komunikatywną osobą — i to jest ważne dla mnie. Zawsze chciałam cieszyć się małżeństwem, w którym rozmawialibyśmy o wszystkim przez cały czas — i dalej tego chcę. A jednak już na początku naszego małżeństwa nauczyłam się, że jeżeli mam coś bardzo ważnego do powiedzenia Joshowi — jakiś problem, coś, z czym się borykam albo jakiś trudny temat — muszę wybrać nie tylko właściwy sposób, w jaki mu to powiem, lecz także czas.

Są sytuacje, w których on nie chce nic ciężkiego. Na przykład na dziesięć minut przed rozpoczęciem wykładu (albo może nawet w dzień, w

którym ma wykład). Jeżeli jest jakiś poważny problem z którymś z naszych dzieci albo jeżeli ja czuję się źle, nie mówię mu wtedy o tych rzeczach. Kiedy ktoś ma stanąć wobec siedmiuset ludzi, nie mówi mu się rzeczy, które mogą zająć jego umysł i zmniejszyć skuteczność, niezależnie od tego, jak ważne mogą być. Staram się także nie składać nic ciężkiego na Josha przed pójściem spać, ponieważ to przeszkodzi mu w śnie. On ma bardzo aktywny umysł. Jeżeli więc nie jest to absolutna konieczność, czekam do rana”.

8. Dziel się swoimi uczuciami

Otwartość, która pozwala ci na dzielenie się uczuciami i głębokimi myślami, zranieniami i wielkimi radościami, jest niezbędna dla zdrowego klimatu intymności i bliskości. Ucz się rozmawiać nie tylko o tym, *co myślisz*, lecz także o tym, *jak się czujesz*. Ludzie mogą dyskutować nad myślami i ideami, ale nie nad uczuciami. Uczucia można tylko uznać. A więc dojście do zrozumienia swoich emocji jest drogą do intymności psychicznej. Tam, gdzie nie ma regularnego wyrażania uczuć pomiędzy małżeństwem, brak będzie miłości i intymności, która jest ich skarbem.

Małżeństwo Blood, terapeuci i autorzy książki „Marriage” („Małżeństwo”) opisują parę unikającą konfrontacji: „Tłumienie wrogich uczuć i unikanie jawnych konfliktów często kończy się wzmocnieniem urazy, frustracji i złości. Nieujawnianie swoich uczuć może stanowić podstawę dla przyszłej przemocy, usuwania się, depresji, a nawet choroby (na przykład wrzody i astma). «Cierpienie w milczeniu» prowadzi do erozji zaufania, intymności i osłabienia wzrostu”³⁸.

„Małżeństwo ma być wzajemną więzią dwojga osób zbudowaną na wzajemnym zrozumieniu męża i żony” — pisze psycholog małżeński i rodzinny dr J. Allan Peterson. „Aby pojawiła się ta wspólnota serc, rozmowa musi przekraczać poziom domu i dzieci, musi obejmować dzielenie się myślami i uczuciami w doświadczeniach codziennego życia”³⁹. Tak często mówimy tylko o tym, co zewnętrzne, zachowując dla siebie nasze wewnętrzne uczucia. A jednak zdolność intymnego dzielenia się jest kluczowa dla szczęśliwej więzi i miłości małżeńskiej.

Linie komunikacji muszą być otwarte szczególnie na poziomie uczuć. Oznacza to wzajemne zgodzenie się „(...) na dzielenie się negatywnymi uczuciami kiedykolwiek one powstają, bez zgorzknienia, jeżeli to możliwe. Na przykład, możesz powiedzieć: «Kochanie, zrobiłeś coś, co wzbudza we mnie gniew, a ja nie chcę gniewać się na ciebie. Jeżeli powiem ci o tym,

czy pomożesz mi zrozumieć, dlaczego czuję gniew do ciebie?» To może nie zawsze działać, ale często pomoże. Zasada jest taka, by nie próbować przelikać czy też zagrzebywać żadnych swych negatywnych uczuć (których będziesz miał wiele) wobec siebie nawzajem, lecz wyprowadzać je na światło zrozumienia. Gdyby wszystkie pary małżeńskie nauczyły się robić coś takiego, większość doradców małżeńskich straciłaby pracę”.⁴⁰

Mężczyźni będą często uważali dzielenie się uczuciami za znak słabości. Sądzą oni, że płacz i przyznawanie się do tego, że nie miało się racji, nie jest „męskie”. Mężczyźni mają raczej skłonność do dyskusji intelektualnych i racjonalnych niż do mówienia o uczuciach. Norman Wright wyjaśnia trudne położenie, w którym znajdują się mężczyźni, kiedy „nie czują się dobrze dzieląc się swoimi klęskami, niepokojami i rozczarowaniami. Wskaźnikiem bycia mężczyzną jest «potrafię zrobić to sam, nie potrzebuję żadnej pomocy». Niestety, to prowadzi do niezdolności powiedzenia «pomóż mi», kiedy pomoc jest rozpaczliwie potrzebna”.⁴¹

9. Strzeż się czytania myśli

Ostrzeżenie: *Nie uznawaj za rzecz oczywistą, że druga osoba rozumie twoje gesty, ton twojego głosu czy język twojego ciała.* Wiele frustracji pojawia się w więzi dwojga osób, kiedy każda z nich uważa, że druga osoba wie, co ona myśli, czuje i co chce robić. Czytanie myśli rzadko działa, a nigdy nie działa na sposób stały. Nie możesz uznawać współmałżonka odpowiedzialnym za odpowiadanie na twoje bóle, potrzeby czy uczucia radości i wdzięczności, jeżeli nie wyraziłeś ich słowami. Każdy musi mówić!

„Biorę na siebie pełną winę za konflikt z Joshem w trakcie naszego miesiąca miodowego” — przyznaje Dottie. „Byliśmy w Meksyku i jechaliśmy do Acapulco, co sprawiło, że znajdowaliśmy się razem w samochodzie przez kilkanaście godzin. Ja byłam świeżo upieczoną panią młodą i myślałam: „Poślubiłam tego mężczyznę, ale on nie wie o mnie wszystkiego, co można wiedzieć. Mam nawet kilka bliskich przyjaciółek, które wiedzą o mnie więcej niż mój własny mąż! Jeżeli mamy być małżeństwem, on musi wiedzieć o mnie wszystko”. (Jakoś nie pomyślałam o tym, że mamy przed sobą całe życie, aby się poznawać). Myślałam więc, że lepiej będzie, jeżeli powiem mu od razu o moich uczuciach w stosunku do wszystkiego, tak żeby mógł rzeczywiście poznać swoją żonę.

Miedzy naszą pierwszą randką a naszym ślubem minęło trochę więcej jak sześć miesięcy. Wiedziałam więc, że jest wiele tego, o czym nie zdążyłam powiedzieć Joshowi w tak krótkim czasie. Czułam potrzebę dzielenia się. Zaczęłam więc mówić i mówić, podczas gdy Josh poszukiwał znaków drogowych i walczył z mapami. Mówiłam mu coś i nie uzyskiwałam odpowiedzi. Mówiłam coś innego, a on odpowiadał: „Tak, to interesujące”. Im więcej dzieliłam się, tym mniej on reagował — był zajęty innymi sprawami. Przez cały czas stawiałam się na niego coraz bardziej zła. Nie wiedziałam jednak, jak powiedzieć: „Ranisz moje uczucia, ponieważ nie czuję, żebyś był zainteresowany mną”. Zakładałam, że skoro ja mówię, on powinien słuchać, więc w mojej frustracji przestałam mówić.

W miarę upływu czasu stawiałam się coraz bardziej gniewna. Problem polegał na tym, że on ciągle był myślami gdzieś indziej i nie miał pojęcia o tym, co dzieje się we mnie. Josh posiada wspaniałą zdolność koncentrowania się i myślenia o kilku rzeczach na raz, przy równoczesnym wykluczeniu swojego otoczenia. A jednak w tych początkowych dniach wcale tego nie rozumiałam i oczekiwałam, że będzie całkowicie zaabsorbowany mną, kiedy będę mówić.

Gdy dotarliśmy do Acapulco, cała kipiałam. Wysiadłam z samochodu i powiedziałam mu, że jestem wściekła. „Dlaczego?” — spytał. „Bo przez całą drogę w ogóle ze mną nie rozmawiałeś!” — odparłam. Biedny Josh nie miał najmniejszego pojęcia, że chciałam rozmawiać, ani o tym, dlaczego jestem taka wściekła, ponieważ wtedy nie wiedziałam jeszcze, jak komunikować swoje uczucia.

Był tak zdezorientowany całą tą sytuacją, że oburzył się na mnie, więc przez pewien czas jedynie złościliśmy się na siebie. W końcu on podjął inicjatywę przeproszenia za to, że nie rozmawiał i przyznania, że był niewrażliwy i rzeczywiście żałował. To sprawiło, że poczułam się źle, ponieważ uniosłam się w ten sposób.

To było nasze pierwsze nieporozumienie, ale dzięki niemu zrozumiałam, jak ważne jest wyrażanie słowami uczuć i myśli. Musisz wyrażać swoje prawdziwe uczucia i zająć się nimi, a nie upychać je wewnątrz. Omówienie jeszcze raz całego wydarzenia i powiedzenie sobie o naszych uczuciach pomogło nam zrozumieć się lepiej i przekształciło to w pozytywne doświadczenie nauczania się czegoś”.

Strzeż się niebezpiecznych założeń. Kiedy przyjaciel lub współmałżonek robi coś, co rani twoje uczucia, musisz powiedzieć mu o tym. Nie zakładaj, że on czy ona domyśli się tego i że przyjdzie do ciebie

sam. Każda więc dwojga osób stałaby się bardziej zgodna i intymna, gdybyśmy przestali zakładać coś, a rozpoczęli komunikować swoje uczucia. Kiedy Dottie nie mówi mi czegoś, ja często nie dochodzę do tego, ponieważ nie czytam języka jej ciała (i ciągle mam trudności w czytaniu jej myśli). A kiedy ja nie jestem chętny do słuchania, ona zazwyczaj nie jest chętna do dzielenia się. Kiedy ja nie podejmuję wysiłku przemiany, ona także nie jest motywowana do przemiany.

Posłuchaj, w jaki sposób Leo Buscaglia opisuje niebezpieczeństwo zagrzebywania swoich emocji: „Jeżeli trzymamy je w sobie wystarczająco długo, zwłaszcza jeśli są to emocje negatywne, przygotowujemy w ten sposób wybuch; one na pewno wyjdą na jaw w czasie, kiedy to będzie niewłaściwe. Jeżeli będziemy je gromadzić, to zazwyczaj jakaś niewinna osoba, która zrobi coś drobnego, doświadczy tego nagromadzonego gniewu”.⁴²

Dottie pamięta, że w różnych sytuacjach na początku naszego małżeństwa nie wyraziła swej frustracji wywołanej moją pozorną niewrażliwością. Wyjaśnia:

„Ja wchodząc do jakiegoś pokoju intuicyjnie wiem, że ktoś tutaj cierpi — widzę to w jego oczach. Josh przeciwnie, rzadko wyczuwa to sam. Jeżeli jednak powiesz mu, że masz jakiś problem, on znajdzie dla ciebie rozwiązanie, zanim się rozstaniecie. Wszystko, co mogę zrobić, to powiedzieć mu, że coś mnie boli, a wtedy włącza się jego współczucie. Ponieważ mi nikt nie potrzebuje mówić, kiedy ktoś inny potrzebuje pomocy, łatwo jest mi oczekiwać od niego, aby potrafił od razu odczytywać moje uczucia.

Pewnego dnia czułam się źle, ponieważ sądziłam, że on nie jest wrażliwy na mnie. Josh przemawiał z „trybuny wolnego mikrofonu” dzieląc się ewangelią z ludźmi — spokojny, pozbierany, całkowicie panujący nad sytuacją, podczas gdy jego przeciwnicy rzucali na niego obraźliwe słowa i oskarżenia. Ja stałam z tyłu tego wielkiego tłumu. I wtedy zrozumiałam — gdyby on był tak wrażliwy na to, co każdy inny czuje, jak ja jestem, to nigdy nie mógłby robić tego, co robi teraz. On nie może sobie pozwolić, aby jego uczucia cierpiały za każdym razem, kiedy ktoś skłamię coś o nim lub powie coś obraźliwego. A więc w pewnym sensie Bóg ochronił go nie czyniąc go zbyt wrażliwym. Ja jestem dostrojona do jednostek, on jest dostrojony do tłumu. I Bóg właśnie pokazał mi bardzo wyraźnie, jak dobrze uzupełniamy się nawzajem i jak jesteśmy najbardziej skuteczni, kiedy jesteśmy razem.

Na początku małżeństwa potrzeba trochę czasu, aby zrozumieć skąd pochodzi druga osoba i w jaki sposób Bóg ją stworzył. Musicie nauczyć się, że wasze niepowtarzalne cechy nie są lepsze ani gorsze niż cechy drugiej osoby. Są po prostu inne. Mój problem polegał na tym, że obawiałam się powiedzieć o tym Joshowi, kiedy on postępował inaczej, niż oczekiwałam. Chciałam, aby sam się tego domyślił. Będąc świeżo upieczoną żoną myślałam, że pryśnie cała magia małżeństwa, jeżeli on będzie zmieniał się tylko wtedy, kiedy ja będę pokazywała mu, co trzeba zmienić.

Na przykład: postanowiliśmy na samym początku, że będziemy traktowali rzeczy, które mamy, jako „nasze”, co nie było od razu takie łatwe. Miałam nowy samochód, który sama sobie kupiłam. Zakładałam, że Josh będzie traktował go tak, jak traktował nowy samochód mój ojciec. Kiedy wzrastałam, podziwiałam i szanowałam sposób, w jaki mój ojciec utrzymywał samochód w stanie nieskazitelnie czystym — żadnych śladów palców na oknach, żadnego brudu na podłodze, dokładne mycie w każdą sobotę.

Josh uważa samochód po prostu za środek transportu. Nie jest brudasem, ale nie martwi go położenie pustej puszkę po Coca-coli na podłodze i nie ma zwyczaju mycia samochodu co sobotę.

Kilka tygodni po naszym miesiącu miodowym byłam zdezorientowana, ponieważ on ani razu nie zaproponował, żebyśmy umyli samochód. Zawsze zakładałam, że odpowiedzialni mężczyźni tak postępują. Uważałam, że jest to część roli męża i na początku nie mogłam się dostosować do stylu Josha. Ciągłe myślałam: «Mój tata nie pozwoliłby, aby jego samochód był taki brudny» — i wypowiadałam różne uwagi o tym, jak mój tata zawsze miał czysty samochód i jak robił to czy tamto. Josh nie porównywał mnie do swojej matki ani do nikogo innego, ale ja porównywałam go do swego taty.

Człowiek, który kochał mnie najbardziej, zanim pojawił się Josh, utrzymywał samochód w stanie nieskazitelnym, a ja czułam, że jeżeli człowiek nie utrzymuje swego samochodu w stanie czystości, to komunikuje coś innego niż miłość. Miałam te uczucia w sobie i pozwalałam na to, by kisły, aż pojawił się wrzód. Kiedy w końcu powiedziałam Joshowi, jak utrzymuje nasz samochód i jak się czuję, on natychmiast stał się bardziej wrażliwy na mnie i na moje uczucia. Uświadomiłam sobie, że powinnam podzielić się moimi uczuciami dużo wcześniej. Uświadomiłam sobie także to, co oczywiste: nie trzeba

utrzymywać swojego samochodu w stanie nieskazitelnym, aby być dobrym człowiekiem!

Kiedy ludzie pobierają się, zazwyczaj mają już za sobą rozmowę o wielkich rzeczach, takich jak pieniądze, ilość dzieci itp. Są więc już one usunięte z drogi. To właśnie o drobnych rzeczach, o których nigdy byś nie pomyślał, trzeba teraz rozmawiać i nad nimi trzeba pracować. Częścią wielkiej radości stawania się jednym jest praca nad tymi rzeczami razem”.

Ani jedno małżeństwo nie obudziło się po prostu pewnego ranka, w magiczny sposób potrafiąc dzielić się swoimi najgłębszymi uczuciami. Jest to proces uczenia się. Potrzeba czasu, abyście ty i twój współmałżonek poczuli się swobodnie wychodząc naprzeciw sobie i dzieląc się tymi wrażliwymi sprawami. Jednym z największych zadań miłości jest wzajemne poznanie się przez wyrażanie uczuć.

10. Udziel odpowiedzi, aby pokazać, że słuchasz

Jeżeli jest coś, co zawsze zachęca do dzielenia się, to jest to udzielenie odpowiedzi albo werbalnej, albo językiem ciała. Kiedyś pewna kobieta zraniona i sfrustrowana całkowitym brakiem odpowiedzi zawołała: „Jeżeli słuchasz mnie, odpowiedz! Powiedz coś, powiedz cokolwiek! Daj mi jakoś znać, że mnie słuchasz!” Kiedy nasze serce wychodzi do innych, pragnie uznania tego faktu.

Oto kilka pomocnych wskazówek, którymi możesz posłużyć się, aby pokazać, że przyjmujesz to, co ktoś mówi:

Powiedz to swoim ciałem. Zwróć się do drugiej osoby, pochyl się, pokiwaj głową w odpowiedzi. Patrz jej w oczy. Nic nie okazuje większego zainteresowania niż kontakt wzrokowy.

Poproś o więcej informacji. Postaw pytanie o wyjaśnienie czegoś lub dodatkowe szczegóły: „Co masz na myśli?” lub „Dlaczego to jest dla ciebie ważne?” Stawiając pytania mówisz: „Powiedz mi więcej, jestem tym zainteresowany”.

Powiedz jakąś uwagę. Na przykład: „Chyba cieszyłaś się ze spotkania z nim?” lub: „To musiało być dla ciebie trudne”. Refleksyjne słuchanie prowadzi do bardziej intymnego dzielenia się.

Powtórz lub sparafrazuj wypowiedzi z uczuciem. Powtórzenie na zasadzie echa znaczenia czy uczucia wyrażonego w jakimś zdaniu wywołuje efekt wyjaśniający oraz zachęca do dalszej komunikacji.

Milcz, kiedy ktoś opowiada jakąś historię. Nie przerywaj i nie kończ zdań za ludzi. To jest trudne dla mnie. Muszę ciągle powtarzać sobie:

„Nie przerywaj, nie przerywaj, nie przerywaj”. Poza tym nie spiesz się z mówieniem czegoś tylko dlatego, aby uniknąć milczenia, kiedy w rozmowie nastąpi przerwa, — możesz uciąć coś bardzo ważnego, do powiedzenia czego przygotowywał się rozmówca.

Dottie przyznaje: „Czasami nieco się złościę, kiedy Josh sam dokańcza moją historię. Myślę sobie: «Czy on sądzi, że ja nie potrafię opowiedzieć tej historii sama? Albo może myśli, że za bardzo angażuję się w szczegóły?» Kiedy indziej uświadamiam sobie, że jest to jedynie odzwierciedlenie jego entuzjazmu. On jest podniecony tym, co mam mu powiedzieć, i po prostu „wskakuje do środka” — nie widzi, że jest to przerwanie czy przeszkodzenie mi, że coś mi zabiera. Wiem, że chce przyłączyć się do mnie w tym, co mówię, ale najlepszą rzeczą dla mnie, gdy dzielę się moimi uczuciami, jest to, gdy Josh pozwala mi opowiedzieć całą historię”. Cierpliwość jest błogosławieństwem.

Powstrzymuj się od koncentrowania się na swojej odpowiedzi, gdy drugi jeszcze mówi — to uczyni cię niecierpliwym. Kiedy ciągle układasz w głowie odpowiedź albo sposób uzasadnienia czegoś, co powiedziałeś, budujesz jedynie mechanizm obronny. W rezultacie tego nie słuchasz prawdziwie.

Margaret Lane w swej książce „Are You Really Listening?” („Czy rzeczywiście słuchasz?”) dzieli się kłopotliwą chwilą, która pojawiła się w rezultacie braku aktywnego słuchania: „Przed laty, kiedy byłam świeżo po studiach i przeprowadzano ze mną wywiad w celu zatrudnienia mnie w gazecie w małym miasteczku, nauczyłam się tego w trudny sposób. Wywiad szedł dobrze, a redaktor w dobrym nastroju zaczął mi opowiadać o swej zimowej wyprawie narciarskiej. Chcąc zrobić na nim dobre wrażenie moim własnym opowiadaniem o wyprawie w te same góry, wyłączyłam się ze słuchania i zaczęłam planować moją historię. „No dobrze” — on zapytał nagle — „co pani myśli o tym?” Nie mogąc sobie przypomnieć żadnego jego wcześniejszego słowa, wypaliłam głupio: „To były wspaniałe wakacje, wspaniała zabawa!” Przez chwilę patrzył na mnie oniemiały. „Zabawa?” — zapytał lodowatym tonem. „Jak to mogła być zabawa? Właśnie powiedziałem pani, że spędziłem większość wakacji w szpitalu ze złamaną nogą!”²⁴³

Wyrażaj swoją zachętę i uznanie dla tego, czym dzieli się druga osoba. Obie te rzeczy przyczyniają się do dobrej komunikacji. Salomon w całej swej mądrości wiedział, że: „miłe słowa są jak miód — słodkie i zdrowe” (Prz 15,24). Powiedz: „Cieszę się, że podzieliłeś się tym ze mną. Jestem pewien, że to nie było łatwe, ale naprawdę jestem ci wdzięczny za

to” lub: „Zgadzam się z tym, co powiedziałeś. Wiem, że to na pewno pomoże”.

Jest to jedynie kilka z najlepszych sposobów zostania w aktywny sposób lepszym słuchaczem. Pamiętaj, że twoje ucho może otworzyć drzwi do serca drugiego, więc nie zamykaj go. Wierz mi, jeżeli pracujesz nad tym, aby być lepszym słuchaczem, to opłaci się. Zapytaj o to Dottie! Ona widziała moją przemianę.

11. Bądź szczery

Apostoł Paweł widział wyraźnie ten problem, kiedy wezwał nas, abyśmy „mówili prawdę w miłości” (Ef 4,15). Mówienie prawdy w miłości oznacza branie pod uwagę uczuć drugiej osoby. Prawdziwie umiejętny i kochający rozmówca jest wrażliwy na konsekwencje swoich słów i czynów.

Salomon udzielił mądrej rady, kiedy powiedział: „Czy widziałeś nierozważnego przez pośpiech w swoich słowach? Więcej można się spodziewać po głupim niż po nim” (Prz 29,20).

„Miłość” — pisze Richard Strauss — „pomoże poprzedzić nasze uwagi jakimś słowem pochwały czy uznania i będziemy wtedy mogli przedstawić nasze myśli w sposób przyjemny, konstruktywny i pozytywny. Będziemy raczej zachęcać niż ranić współmałżonka”.⁴⁴

Jest wiele przeszkód na drodze do bycia szczerym. Jedną jest po prostu to, że jest to ryzykowne. „Wszystkie głębokie związki międzyludzkie” — według H. Normana Wrighta — „szczególnie więzi małżeńskie, muszą być oparte na absolutnej szczerości i otwartości. To może być trudne do osiągnięcia, ponieważ obejmuje ryzyko — bycia odrzuconym z powodu naszej szczerości, ale dla małżeństwa jest konieczne, by szczerość wzrastała”.⁴⁵

Kiedy czujemy, że powinniśmy być szczerzy w jakiejś sprawie, która mogłaby zranić drugą osobę, musimy nie tylko zastanowić się nad sposobem, w jaki przekażemy naszą wiadomość, lecz musimy także zbadać nasze motywacje. Wiele bardzo okrutnych rzeczy powiedziano w imię „szczerości”.

Inną barierą jest to, że szczerość może stać się wzajemnym wyrzucaniem sobie swoich wad. Szczerość może otworzyć drugą osobę jedynie po to, aby pokazać, że posiada kompletny zapis każdej twojej wady. Szczera komunikacja wypowiedzana w miłości i słuchana w miłości „nie pamięta złego”. W rezultacie tego, kiedy ma miejsce pełna miłości

komunikacja, możesz dzielić się tym, co najbardziej autentyczne — niedoskonałościami i wszystkim innym.

Mówienie prawdy w miłości obejmuje także wyrażanie słowami twojej miłości do drugiej osoby:

„Dziękuję ci za to, że jesteś taki, jaki jesteś”.

„Jestem dumny z ciebie”.

„Dziękuję ci, że mnie kochasz”.

„Cieszę się tak bardzo, że poślubiłem ciebie”.

„Uwielbiam po prostu być z tobą”.

Mówienie prawdy w miłości wymaga również, aby nie przesadzać i nie pomniejszać. Dr Wright opowiada historię kobiety, „która zdobyła majątek i postanowiła, żeby ktoś napisał książkę o jej genealogii. Dobrze znany autor, którego zaangażowała do tego zadania, odkrył, że jeden z jej dziadków zginął na krześle elektrycznym w więzieniu Sing-Sing. Kiedy powiedział, że to będzie musiało być zamieszczone w książce, błagała go, aby zrobił to w taki sposób, który ukryłby prawdę. Kiedy książka w końcu ukazała się, fragment ten brzmiał następująco: «Jeden z jej dziadków zajmował stanowisko związane z elektrycznością stosowaną w jednej z najślawniejszych instytucji amerykańskich. Był bardzo przywiązany do swojej pozycji i dosłownie umarł przy pracy.» Wright podkreśla, że znaczenie zdań w niektórych próbach komunikacji między małżonkami staje się niemal równie niejasne i mylące. Zazwyczaj lepiej jest powiedzieć to tak, jak to jest. Łagodnie, jeśli to konieczne, lecz wyraźnie²⁴⁶.

Umiejętność dobrej, skutecznej komunikacji jest głównym narzędziem w stawaniu się „właściwą osobą”. Możesz zacząć w tym miejscu, w którym jesteś. Jeśli jesteś osobą samotną, zacznij praktykować te zasady z przyjaciółmi i na randkach. Jeżeli żyjesz w małżeństwie, zacznij ze współmałżonkiem. Swoim przykładem oraz pełną miłością, szczerą cierpliwością zachęć współmałżonka, aby wzrastał wraz z tobą w tej dziedzinie. Podobnie jak przy uczeniu się obcego języka, uczenie się umiejętnej komunikacji wymaga czasu, poświęcenia, skupienia i ćwiczenia. Niektórzy z nas mogą być w tym lepsi niż inni, dlatego konieczna jest cierpliwość wobec nich i wobec siebie. Każdy z nas jednak może ciągle się poprawiać.

Aby rozpocząć, wybierz jedną sytuację życiową, w której skuteczniejsza komunikacja może wywołać znaczną różnicę. Zaplanuj odpowiednie podejście przy użyciu kilku podanych tu zasad. Ustal czas, kiedy wprowadzisz w życie swój plan.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Jakie są dwa główne aspekty komunikacji?
- ◆ Jakie są kluczowe elementy dobrej komunikacji?
- ◆ Dlaczego słuchanie jest ważnym aspektem komunikacji?
- ◆ Jakie są różne poziomy słuchania?

DALSZE POMOCY

- Dr David Augsburger, „Caring Enough To Hear And Be Heard”, Ventura, CA, Regal Books, 1982.
- Roger and Donna Vann, „Secrets of a Growing Marriage”, San Bernardino, CA Here's Life Publishers, 1985.
- Richard B. Wilke, „Tell Me Again, I'm Listening”, Nashville, TN, Abingdon Press, 1977. H.
- H. Norman Wright, „Communication: Key To Your Marriage, Ventura, CA, Regal Books, 1983.
- H. Norman Wright, „More Communication Keys For Your Marriage”, Ventura, CA, Regal Books, 1983.
- H. Norman Wright, „The Family That Listens”, Wheaton, IL, Victor Books, 1981.

ROZWIĄZYWANIE KONFLIKTÓW

Jak możesz być wierny temu, jakim Bóg cię stworzył, a równocześnie żyć w pokoju z innymi? Udaje się to niewielu z nas, szczególnie w tej intymnej więzi dwojga osób, jaką jest małżeństwo.

„Muszę złapać kontakt ze sobą” — wyznał mężczyzna po siedemnastu latach małżeństwa. „Mój system wartości był zawsze radykalnie odmienny od systemu żony, nawet gdy zostaliśmy chrześcijanami. By uniknąć konfliktu, tłumilem swoje uczucia, pragnienia i przekonania. Nie mogę tego robić dłużej, choć uważam się za sługę”.

Żona z czternastoletnim stażem małżeńskim wyznała: „Oczekiwałam, aby mój mąż obdarzał mnie taką samą miłością i uczuciem, jakich doświadczyłam w moim pierwszym małżeństwie. Kiedy ich nie otrzymywałam, nieświadomie starałam się uzyskać je przez unikanie wszelkiego konfliktu”.

Zachowanie takie nie ogranicza się do małżeństwa. W społeczeństwie, w pracy i w kościele często postępujemy tak, jakby konflikt był rzeczą nienormalną. Że tak nie jest, uznawał autorytet nie mniejszy niż apostoł Paweł, który podaje kluczowy powód konfliktu w Liście do Rzymian 12,4–5: „Jak bowiem w jednym ciele wiele mamy członków, a nie wszystkie członki tę samą czynność wykonują, tak my wszyscy jesteśmy jednym ciałem w Chrystusie, a z osobna jesteśmy członkami jedni drugich”.

Sam fakt, że jesteśmy odmienni, sprawia, że konflikty stają się nieuniknione. W nasze więzi z ludźmi wnosimy różne wychowanie, punkty widzenia, emocje i nawet różne kultury. Kiedykolwiek dwóch żywych ludzi spotyka się razem, prędzej czy później pojawi się konflikt.

Problemem nie jest więc występowanie konfliktów. Prawdziwym testem jest to, czy ty i ja potrafimy je rozwiązywać.

Na nieszczęście wielu z nas wnosi w swoje nowe życie reakcje na konflikt, których nauczyliśmy się, zanim zostaliśmy chrześcijanami. Jakoś nie uświadamiamy sobie, że Jezus był przykładem całkowicie odmiennej reakcji na konflikt. Wierzący, którzy przyjęli moc Ducha Świętego, mogą nauczyć się stawiać czoło konfliktowi i autentycznie rozwiązywać go w prawdzie i miłości.

Kiedy to się nie dzieje, nasze świadectwo dla Jezusa Chrystusa ulega zaćmieniu. Być może pamiętasz Eldrige'a Clevera, jednego z przywódców czarnych aktywistów, który pod koniec lat 60-tych i na początku lat 70-tych zorganizował wiele aktów buntu i przemocy przeciw policji i władzy. Kilka lat temu gazety doniosły, że został chrześcijaninem. Później jednak przeszedł od ewangelicznego chrześcijaństwa do mormonów. W wywiadzie powiedział: „Nie mogłem zrozumieć i pojąć konfliktu, który ma miejsce między chrześcijanami”.

Działanie przeciwko sobie samym

Nasza poważna niezdolność do radzenia sobie z konfliktami przejawia się codziennie w miejscu pracy. Jestem zdumiony tym, jak szybko ludzie poszukują nowej pracy po doświadczeniu jakiegoś konfliktu w aktualnym miejscu zatrudnienia. Większość woli raczej poświęcić wysiłek na znalezienie nowego miejsca pracy i dostosowanie się do niego niż na próbę rozwiązania napięcia w aktualnej sytuacji. Jest to po prostu ucieczka przed walką.

Kiedy byłem w Izraelu, miałem przywilej odwiedzenia jednej ze starożytnych twierdz w Cezarei. Pobyt tam przypomni mi, że ludzie w całej historii próbowali ochronić się przed otwartością. Fort w Cezarei miał tak zwany „suchy rów” — otaczającą go szeroką, nie zawierającą wody otwartą przestrzeń. Każdy, kto przechodził przez niego, był całkowicie odsłonięty. W podobny sposób była zbudowana główna brama zamku. Była położona bokiem w stosunku do wejścia, odsłaniając w ten sposób nie osłonięte części ciała każdego przechodzącego. Kiedy chodziłem po tej twierdzy, myślałem o milionach ludzi, którzy przechodzą przez życie ciągle próbując zabezpieczyć się przed byciem odsłoniętym i zranionym. Tęsknią za prawdziwą intymnością emocjonalną i poszukują jej, lecz nie mogą znaleźć jej w swoich więziach z innymi, ponieważ emocjonalnie nie są w stanie rozwiązywać konfliktów, które zawsze

powstają w dłuższych intymnych kontaktach międzyludzkich. Dlatego dzisiaj istnieje tak niewiele trwałych przyjaźni.

Pokonywanie dwóch obaw

Wcześniej wspomniałem, że ludzie boją się dzisiaj dwóch rzeczy: tego, że nigdy nie będą kochani i tego, że nigdy nie będą w stanie kochać. Te same obawy wkraczają w naszą więź z Bogiem. Posiadamy wewnętrzny strach, że Bóg może nas nie kochać i nie uznać naszej miłości za możliwą do przyjęcia przez niego. Bóg posługuje się innymi ludźmi, aby dać prawdziwe ramiona swojej miłości, żebyśmy mogli uwierzyć w nią i doświadczyć jej. Ty i ja często potrzebujemy drugiej osoby, aby uczyniła miłość Boga realną dla nas.

A jednak kiedy wzrasta intymność w więziach z ludźmi, jaką Bóg zamierzył dla ciebie i dla mnie, wzrasta także potencjał konfliktu. Złożoność dwóch jednostek wzrastających we wzajemnym poznawaniu siebie stanowi o wiele większy potencjał konfliktu niż stosunek dwóch supermocarstw. Przedzieranie się przez labirynt kontaktu międzyosobowego może być trudniejsze, niż pertraktacje pokojowe prowadzone przez dwa narody. Nic więc dziwnego, że ludzie, którzy budują prawdziwą intymność, mogą także cofać się przed nią, ponieważ wraz z głębszą intymnością pojawia się potencjał większego konfliktu. Być może nigdy nie nauczyli się, jak stawić czoło temu aspektowi intymności.

Rozwiązywać czy zrywać?

Jest pewna myśl, którą chciałbym, abyś zapamiętał. Brzmi ona po prostu następująco: *Lepiej jest rozwiązać konflikt niż zerwać więź z drugą osobą*. Oczywiście, łatwiej jest po prostu odejść niż zdobyć się na wysiłek rozwiązania konfliktu. Nagrodą pozostania jest to, że za każdym razem, gdy rozwiążesz konflikt, wychodzisz z tej sytuacji lepszym człowiekiem — lepiej potrafiącym poradzić sobie z nieuniknionymi konfliktami, które przyniesie przyszłość.

Czasami zapominamy, że więzi z innymi są częścią pierwotnego Bożego planu. Bóg powiedział w Księdze Rodzaju 2,18: „Niedobrze jest człowiekowi, gdy jest sam. Uczynię mu pomoc odpowiednią dla niego”. Uważam, że Bóg mówi tutaj o czymś więcej niż o więzi małżeńskiej. Ty i ja zostaliśmy stworzeni nie po to, abyśmy byli samotni, lecz abyśmy mieli więzi z innymi ludźmi. Aby jednak doświadczać błogosławieństwa, które

Bóg zamierzył dla nas w więziach z innymi, musimy przeciwstawić się fałszywej mądrości naszych czasów i rozwiązywać konflikty.

Dzisiaj jesteś zachęcany, aby domagać się swoich praw i robić wszystko „na swój sposób”. Armia poszukuje rekrutów korzystając ze sloganu: „Bądź wszystkim, czym możesz być”. Inny slogan reklamowy przypomina ci, że „Zasłużyłeś dzisiaj na odpoczynek”. Nasza kultura wyraźnie akcentuje ciebie, jednostkę, nie twoje więzi z innymi. Wynoszenie „ja” ponad wszystko inne stworzyło filozofię: „Ja jestem na pierwszym miejscu”, która nie uczy budowania więzi z ludźmi i rozwiązywania konfliktów. Jeżeli zwycięstwo jest dla ciebie najważniejsze, możesz osiągnąć kilka osobistych celów, ale po drodze poświęcisz więzi z innymi. Wiąż z drugą osobą buduje się przez uległość, nie przez wygrywanie. Dlatego musimy wznieść się ponad naszą kulturę, jeżeli chcemy doświadczyć intymnych, niosących spełnienie więzi z innymi. Wierzę, że przez Chrystusa ty i ja możemy to zrobić.

Przekształcenie negatywów w pozytyw

Czy kiedykolwiek czułeś się dobrze po rozwiązaniu konfliktu? Jeżeli tak, to zgodzisz się, że konflikt może przynieść pozytywne korzyści. Wiem, że dzięki temu, że Bóg posłużył się konfliktami z ludźmi w moim życiu, stałem się ostrzejszym, bardziej użytecznym narzędziem w rękach Ducha Świętego. Księga Przypowieści 27,17 mówi nam: „Żelazo ostrzy się żelazem, a zachowanie swojego bliźniego wygładza człowiek”. W rezultacie konfliktów stałem się bardzo wrażliwy na uczucia i cierpienia innych ludzi. List do Rzymian 5,3–4 wyjaśnia, że ucisk przynosi wytrwałość i wypróbowany charakter. Bóg posługuje się konfliktem w moim życiu, aby wykształcić te cechy wewnętrzne.

Nieskuteczne reakcje

Często reagujemy na konflikt różnymi negatywnymi sposobami. Przez zbadanie kilku negatywnych reakcji będziemy mogli lepiej rozpoznać, jak radzić sobie z konfliktem i jego skutkami w naszej więzi z drugą osobą.

Zamykanie oczu na istnienie problemu lub konfliktu jest pierwszą negatywną reakcją. Nazywam to objawem „wszystko jest wspaniałe”. Konflikt i jego przyczyna są po prostu ignorowane i dlatego nie zostaje on rozwiązany.

Usunięcie się jest inną reakcją. Stosujesz wobec konfliktu „terapię milczenia”. Nie mówisz o nim i ukrywasz się trzymając się z daleka od

konfliktowej osoby czy źródła konfliktu. Interesujące jest, że taka była reakcja Adama i Ewy w stosunku do Boga w ogrodzie Eden. Biblia mówi: „ukryli się”. Usunęli się i Bóg musiał poszukiwać ich. Zauważyłem, że im więcej rozmawiam z człowiekiem, który wybrał terapię milczenia, tym bardziej staje się on milczący. A podniesienie głosu dla wywołania reakcji jakiegoś typu często rykoszetuje i prowadzi konfrontację do gwałtowniejszych środków wyrazu.

Ignorowanie znaczenia konfliktu jest trzecią reakcją. „To nie jest ważne” — staje się naszym sloganem. W tej sytuacji skrzywdzony człowiek myśli sobie: „To nie jest ważne, ponieważ on czy ona nie będzie mnie i tak słuchać” lub: „To nie jest ważne, ponieważ on czy ona i tak się nie zmieni”, lub nawet: „To przejdzie”. Zajęcie się konfliktem w sposób powierzchowny nie usuwa go. Przeciwnie, daje mu większą szansę na wzrastanie do o wiele większego wybuchu.

Spirytualizacja, czyli uduchowianie jest czwartym niezdrowym sposobem zajęcia się konfliktem. Często słyszymy słowa: „To nic. Chwalmy Pana!”, po których szybko następuje recytacja Listu do Rzymian 8,28: „Wszystko współdziała dla dobra”. Zbyt często jednak prawdą jest, że brakuje szczerości. Jest to jedynie jeszcze jedna taktyka uniknięcia.

Zapamiętywanie jest piątą reakcją. Konflikty i uczucia gniewu i urazy gromadzą się wewnątrz. Wybuch jest nieunikniony. W przeciwieństwie do tego List do Filipian 3,13 wzywa nas do wykorzystania duchowej „gaśnicy” polegającej na „zapominaniu przeszłości”. Sądzę, że wszystkie małżeństwa powinny stosować zasadę, według której podczas dyskusji nie można przypominać nic, co wydarzyło się dawniej niż trzy miesiące temu. Pewien człowiek przyszedł na spotkanie z doradcą małżeńskim i skarżył się: „Za każdym razem, kiedy zaczyna się kłótnia z moją żoną, ona staje się historyczna!”

Doradca przerwał: „Chyba chce pan powiedzieć «historyczna»? ”

„Nie, mówię wyraźnie: historyczna! Ona zawsze wraca do przeszłości”. To jest zapamiętywanie.

Atakowanie osoby zamiast atakowania problemu to szósta często stosowana negatywna reakcja. Widziałem jej przykład niedawno, kiedy rozmawiałem z osobą zaangażowaną w grupę z pogranicza ewangelicznego chrześcijaństwa. Zostałem zapytany: „Czy czytałeś, co taki a taki napisał o tym i o tym?” Powiedziałem, że czytałem. Wtedy on natychmiast zaczął atakować autora — nie to, co on napisał. „Czy wiesz,

że on był trzy razy rozwiedziony?” — brzmiało oskarżenie. Zamiast zająć się problemem i rozwiązać konflikt, atakował osobę.

Zrzuć winę na kogoś innego to siódmy sposób, w jaki ludzie podchodzą do konfliktu. To zazwyczaj wskazuje na niezdolność do uznania własnych błędów przez osobę zrzucającą winę na drugiego. Reakcja Adama i Ewy (Rdz 3,9–13) po zjedzeniu przez nich zakazanego owocu jest tutaj doskonałym przykładem. Bóg zapytał: „Co zrobiliście?”

Adam odpowiedział: „Kobieta, którą Ty mi dałeś, dała mi ten owoc”. Adam najpierw zrzucił winę na kobietę, a potem na Boga.

Odpowiedź Ewy brzmiała: „Wąż zwiódł mnie”. Oboje zrzucili winę na kogoś innego.

Pragnienie zwycięstwa za wszelką cenę i ustępowanie po to, by uniknąć konfliktu to jeszcze dwie inne negatywne reakcje. Żadna z nich niczego nie rozwiązuje. W obu przypadkach tylko jedna strona odchodzi z uczuciem, że coś zostało dokonane. Co więcej, obie te praktyki zawsze stwarzają urazę.

Kupowanie specjalnego prezentu dla drugiej osoby jest dziesiątą złą reakcją na konflikt. To jest szczególnie ulubiony podstęp mężów. Zamiast rozwiązać konflikt, oni próbują wykupić się z niego.

Rozwiązania zaczynają się tutaj

Być może rozpoznałeś siebie w jednej lub w kilku z powyższych negatywnych reakcji na konflikt. Jeżeli tak, ucieszysz się, kiedy poznasz pozytywne i konstruktywne sposoby zajęcia się konfliktem. Każdy rozpoczyna się od twego oddania się panowaniu Jezusa Chrystusa. Dojrzałość duchowa przejawia się nie przez brak konfliktów, lecz przez zajęcie się nimi w sposób biblijny, bez utraty panowania nad sobą. Twoje pragnienie rozwiązania konfliktu będzie także uzależnione od twego oddania się w więzi z drugą osobą. Im bliżej jesteś w stosunku do niej, tym bardziej będziesz pragnął pracować nad konfliktem.

Kiedy zawierałem małżeństwo, powiedziałem: „Tak” i miałem to na myśli. Niezależnie od tego, co przyjdzie, jestem oddany pracy nad każdym konfliktem, na jaki napotykamy z Dottie.

Kiedy nasz syn Sean miał sześć lat, zapytał mnie pewnego dnia: „Tato, czy ty zostawisz mamę?” Zapytałem, dlaczego chce to wiedzieć. Powiedział mi, że kilku jego kolegów ma ojców, którzy rozwodzą się.

Uświadomiłem sobie, że nawet dzieci z bezpiecznych domów zaczynają mieć te same obawy, co dzieci z rozbitych domów.

Spojrzałem więc Seanowi prosto w oczy, podniosłem nieco mój głos i powiedziałem: „Synu, kocham twoją mamę. Jestem oddany twojej mamie i nigdy jej nie opuszczę. Kropka!” On westchnął z ulgą i powiedział: „Dziękuję, tato”. Nie potrzebował potwierdzenia mojego oddania się jemu. Potrzebował wiedzieć, że jestem oddany jego matce, ponieważ jego poczucie bezpieczeństwa pochodzi w rzeczywistości od trwałości naszej więzi małżeńskiej.

Prawdy, według których trzeba żyć

Chcę podzielić się z tobą kilkoma zasadami, według których próbuję żyć każdego dnia. Nie zawsze je realizuję, ale pragnieniem mojego serca jest stosowanie ich w moim życiu codziennie. Zwłaszcza w dziedzinie konfliktów międzyosobowych. Być może pomogą one tobie.

Pierwsza zasada dotyczy osobistej postawy: *Uznaj, że jesteś omylny*. Przyjmowanie krytyki i przyznawanie się do błędów jest jedną z pierwszych postaw, które trzeba wykształcić w sobie dla rozwiązywania konfliktów. Biblia oferuje dobrą radę w Księdze Przypowieści 13,18: „Jeżeli uciekasz przed krytyką, skończysz w ubóstwie i niełasce. Jeżeli przyjmujesz krytykę, jesteś na drodze do sławy” (parafraza). A więc, jeżeli nie masz racji, przyznaj to. Jeżeli masz rację, nie mów nic. To jest zdrowa zasada przy rozwiązywaniu konfliktu.

Paweł zapewnia nas w Liście do Filipian 1,6: „Mając tę pewność, że Ten, który rozpoczął w was dobre dzieło, będzie je też pełnił aż do dnia Chrystusa Jezusa”. Żaden błąd, jaki popełnisz, nie jest nie do naprawienia. Bóg jest większy niż twoje największe upadki. Przez konstruktywną krytykę On potrafi wykorzystać nasze błędy, aby uczynić nas lepszymi ludźmi i wzmocnić naszą miłość do niego i innych ludzi. Dlatego właśnie czytamy w Księdze Przypowieści 28,13: „Człowiek, który odmawia uznania swych błędów, nigdy nie będzie mógł odnieść sukcesu. Jeżeli jednak wyznaje je i porzuca, ma jeszcze jedną szansę” (parafraza).

Paweł napisał w Liście do Rzymian 14,13: „Przestańmy więc patrzeć na siebie krytycznym okiem. Jeśli musimy być krytyczni, bądźmy krytyczni w stosunku do własnego postępowania. I zważajmy, byśmy nie robili nic, co powodowałoby potknięcie lub upadek brata” (parafraza). Kiedy zajmuję się konfliktem, postawa, którą staram się wyrazić, jest następująca: „Panie, chcę, abyś Ty rozwiązał ten konflikt. I proszę, zacznij ode mnie”.

Drugą zasadą, jaką stosuję, jest *przyjęcie odpowiedzialności za moje reakcje emocjonalne*. Nie możemy zrzucić na drugą osobę winy za nasze humory i wybuchy gniewu. Gniew powinien być naszą reakcją na niesprawiedliwą sytuację, nie na błędy drugiej osoby. W swojej książce „Caring Enough to Hear and Be Heard” David Augsburgers wyraża to następująco: „Kiedy jakaś wada w tobie wywołuje gniew we mnie, to wiem, że twoja wada jest także moją wadą. Jeżeli zawarłem pokój z tą dziedzina wewnątrz siebie, mój gniew nie będzie pobudzany przez dostrzeżenie jej w tobie. Kiedy jednak słyszę, jak mówisz właśnie tę rzecz, której nienawidzę słysząc ją od siebie, czuję wewnętrzne wzburzenie”.⁴⁷

Gdy ludzie gniewają się na kogoś innego, jest tak często dlatego, że widzą w tej osobie negatywną cechę, którą zauważają także w sobie.

Następnie chcę podkreślić ważność dostrzeżenia punktu widzenia drugiej osoby w konflikcie. Apostoł Paweł pisze w Liście do Rzymian 10,2: „Daję im bowiem świadectwo, że mają gorliwość dla Boga, ale gorliwość nierozsądną”. Wyjaśniał, że wie dokładnie, jaka jest ich sytuacja. On sam był kiedyś w takiej sytuacji i może utożsamić się z nimi. Ta postawa nazywa się empatią.

Prawdopodobnie znasz zdrową radę starego przysłowia indiańskiego: „Nie krytykuj człowieka, dopóki nie przeszedłeś mili w jego mokasynach”. Spróbuj doświadczyć tego konfliktu z punktu widzenia drugiej osoby. Potem spróbuj uznać, że intelektualne zrozumienie konfliktu jest jedną rzeczą, a odczucie go w swoich emocjach — drugą. Zobaczysz, że druga osoba może mieć solidną podstawę dla swoich uczuć. Aby rozwiązać konflikt, musisz autentycznie spróbować dostrzec problem tak, jak widzi go druga osoba.

Empatia tego rodzaju jest często bardzo trudna. A jednak Paweł przypomina nam w Liście do Filipian 2,3–4: „Nigdy nie działajcie w oparciu o motywy rywalizacji czy próżności, lecz w pokorze myślcie lepiej o sobie nawzajem niż o sobie samych. Nikt z was nie powinien myśleć tylko o własnych sprawach, lecz powinien uczyć się widzieć sytuację z punktu widzenia drugiego” (parafraza). Innymi słowy, musimy spojrzeć poza i ponad nasze cierpienie, aby zobaczyć cierpienie drugiego. Aby to zrobić, musisz poprosić Boga, by pomógł ci.

Jedną z metod, które pomogły mi w tym, jest włożenie takiego wysiłku w zrozumienie drugiej osoby, jaki próbuję włożyć w to, żeby ona rozumiała mnie. Franciszek z Asyżu powiedział: „Panie, spraw, abym bardziej starał się rozumieć niż być rozumianym”. Czy potrafisz sobie wyobrazić, co działoby się w naszych więziach z ludźmi, gdybyśmy

wszyscy mieli taką postawę? Większość konfliktów szybko rozwiązałyby się, ponieważ są one rezultatem patrzenia na wiele rzeczy z różnych punktów widzenia.

Jeżeli chcesz radzić sobie z konfliktami w biblijny sposób, musisz pamiętać o tym pytaniu: *Czego Bóg chce nauczyć mnie w tym konflikcie?* Cokolwiek by to było, mogę się czegoś z tego nauczyć.

Zwycięska formuła

Chciałbym pokazać ci sławny czteropunktowy szkic rozwiązywania konfliktu, jaki znajdujemy w pierwszych pięciu wersetach siódmego rozdziału Ewangelii Mateusza. Wersety 1 i 2 mówią: „Nie sądzcie, abyście nie byli sądzeni. Albowiem jakim sądem sądzicie, takim was osądzą”. To mówi nam, abyśmy byli pokorni.

Werset trzeci kontynuuje: „A czemu widzisz źdźbło w oku brata swego, a belki w oku swoim nie dostrzegasz?” Tutaj jest wyraźnie powiedziane, że mamy być uczciwi. Nie sądzę, abym kiedykolwiek był zaangażowany w konflikt, w którym nie byłoby belki w moim oku.

Potem w wersecie 4 czytamy: „Albo jak powiesz bratu swemu: Pozwól, że wyjmę źdźbło z oka twego, a oto belka jest w oku twoim”. Lekcją tutaj zawartą jest prawda.

I w końcu w wersecie 5 mamy nakaz, aby zajmować się konfliktem w miłości.: „Obłudniku, wyjmij najpierw belkę z oka swego, a wtedy przejrysz, aby wyjąć źdźbło z oka brata swego”. Jezus wzywa nas, abyśmy byli pokorni, szczerzy, prawi i abyśmy okazywali miłość.

Oto niebezpieczeństwo: możesz skoncentrować się na szukaniu odpłaty i chęci zrewanżowania się w konflikcie, a wtedy tracisz to, czego Bóg chce cię nauczyć w tej sytuacji. Powinieneś skoncentrować się na tym, co Bóg mówi do ciebie. To wymaga gotowości do przyznania, że nie jest się doskonałym. Twoją i moją modlitwą powinno być: „Panie, daj mi siłę do przyznawania się do moich błędów”. Przyznanie się nie jest oznaką słabości. Przyznanie się do błędu jest raczej znakiem odwagi. Kiedy przyznajesz się do jakiejś słabości w swoim życiu, natychmiast potrafisz zaakceptować lepiej słabość w życiu kogoś innego.

Gotowość bycia korygowanym jest jeszcze jednym wymaganiem, jeżeli chcesz nauczyć się Bożej lekcji dla ciebie. Łatwiej możemy stać się ślepi na własne błędy niż na błędy kogoś innego.

Właściwa postawa i gotowość przemiany są także istotne. W każdej sytuacji powinieneś mieć pragnienie wyjścia z niej lepszą osobą, lepszym

ślugą i lepszym przyjacielem. Mając taką postawę dajesz wolność Duchowi Świętemu do wykonania jego pracy.

Pamiętaj, szczególnie gdy zajmujesz się konfliktem, że miłość zakrywa wiele grzechów. Paweł przypomina nam: „Nade wszystko miejcie gorliwą miłość jedni ku drugim, gdyż miłość zakrywa mnóstwo grzechów” (1 P 4,8). Widzę tak wielu chrześcijan, którzy sądzą, że muszą być sumieniem dla ciała Chrystusa. W jaki sposób doszli do przekonania, że rzeczą duchową jest wytykanie każdego błędu i każdej wady, jakie widzą? Paweł ustanawia wzór w tej sprawie w Liście do Rzymian 15,1: „A my, którzy jesteśmy mocni, winniśmy wziąć na siebie ułomność słabych, a nie mieć upodobania w sobie samych”. Tak często próbujemy wykonywać pracę Ducha Świętego!

Jeżeli naprawdę kochasz kogoś, będziesz znosił słabości jego i brał je na siebie. Spotkałem kilku ludzi, których wiara zostałaby zburzona, gdybym poszedł do kina na film. Oni po prostu nie wierzą, że pójście do kina na film jest dobrą rzeczą. I w sytuacji tego typu nie wytykam szybko ich słabości i nie obstaję przy swoim prawie obejrzenia filmu. Zamiast tego spędzam czas z taką osobą. Zdumiewające jest zobaczenie, jak Bóg może doprowadzić ją do stwierdzenia: „Widzę teraz, o co ci chodzi”.

Miłość zakrywa wiele grzechów i znosi słabości. W Liście do Efezjan 4,2 Paweł określa to jako „wzajemne znoszenie swoich wad z powodu miłości” (parafraza). Musisz być gotowy na kompromis dla dobra drugiej strony. Zauważ, że nie odnosi się to do zagadnień moralnych, lecz do indywidualnych przekonań nie związanych z moralnością. W tych dziedzinach więzi międzyludzkich miłość to łaska w działaniu.

Aktywne rozwiązania

Obok wykształcenia w sobie postaw, o których właśnie mówiłem, istnieją konkretne działania, które możesz podjąć, aby pomóc sobie w rozwiązywaniu konfliktów.

Rozpocznij od poszukiwania wiedzy w dwóch dziedzinach. Po pierwsze badaj Pismo, aby zobaczyć, co mówi na temat dziedziny konfliktu, którego doświadczasz. Często mogłem znaleźć w Biblii sytuacje podobne do tej, w jakiej się znajdowałem.

Po drugie, poszukuj faktów dotyczących drugiej osoby i sytuacji. Zgadzam się z Księgą Przypowieści 17,13: „Kto odpowiada, zanim wysłucha, zdradza swoją bezmyślność i naraża się na hańbę”. Wiele

konfliktów wypływa z niezrozumienia i fałszywych założeń dotyczących słów drugiej osoby.

Jakiś czas temu Dottie spotkała się na kawie z bliską przyjaciółką, która powiedziała coś o jednym z naszych dzieci. Dottie zrozumiała to jako coś bardzo negatywnego. Była tak wstrząśnięta i zraniona, że przeprosiła i poszła do sypialni. Tak się złożyło, że później w tym tygodniu Dottie przygotowywała wykład na temat konfrontacji. Kiedy pracowała nad nim, uświadomiła sobie, że musi wprowadzić w życie swoje przekonania i porozmawiać z tą młodą kobietą. Nie było to łatwe, ponieważ Dottie nie lubi więzi z ludźmi, kiedy stają się niewygodne. Ale ich przyjaźń nie mogłaby trwać, gdyby ta sprawa nie została wyjaśniona. Kiedy rozmawiały, Dottie uświadomiła sobie, że niewłaściwie zrozumiała to, co powiedziała przyjaciółka, i problem został rozwiązany bardzo szybko po prostu przez ustalenie faktów.

Innym sposobem działania jest modlitwa. Najpierw módl się o mądrość. Jakub obiecuje: „A jeśli komu z nas brak mądrości, niech prosi Boga, który wszystkich obdarza chętnie i bez wypominania, a będzie mu dane” (Jk 1,5). Pamiętaj, abyś nie pomylił mądrości z wiedzą. Mądrość pomaga nam we właściwym zastosowaniu wiedzy.

Módl się konkretnie po imieniu za drugą osobę. Bóg przemieni twoją postawę wobec niej i umożliwi ci lepsze zajęcie się problemem. „Módlcie się za siebie nawzajem” — to dobra rada Jakuba.

Modlitwa musi być zanoszona w wierze. W Liście Jakuba 1,6 czytamy: „Ale niech prosi z wiarą, bez powątpiewania”. Często moja modlitwa wygląda następująco: „Ojcze, z ludzkiej perspektywy nie wiem, jak konflikt ten może być kiedykolwiek rozwiązany, lecz wiem, że zerwanie więzi z tą osobą nie będzie oddawaniem czci Tobie. Przez wiarę wiem, że posłuszysz się mną, Twoim Słowem i innymi ludźmi do rozwiązania tego konfliktu”.

Módl się w końcu o sukces dla drugiej osoby. Piotr przypomina nam: „Nie oddawajcie złem za zło, ani obelgą za obelgę, lecz przeciwnie, błogosławcie” (1 P 3,9).

Trzecim punktem działania jest: szukaj mądrej rady. Księga Przypowieści 12,15 przypomina nam: „Droga głupiego wydaje mu się właściwa, lecz kto słucha rady, jest mądry”. Bądź jednak ostrożny, kiedy słuchasz rady. Nasze emocje są zazwyczaj rozbudzone, gdy jesteśmy zaangażowani w sytuację konfliktową, i zaślepiają nas na nasze własne wady i nasz wkład w konflikt.

To ostrzeżenie pochodzi z mojego własnego doświadczenia. Niestety mam tendencję do szukania rady u tych, co do których wiem, że zgodzą się ze mną i potwierdzą moją pozycję. Muszę więc przypominać sobie, że szukam rady nie po to, aby wygrać, lecz aby rozwiązać konflikt.

Poradzenie sobie najpierw z własnymi emocjami to inny ważny krok. List do Efezjan 4,26 daje nam wskazówkę: „Niech słońce nie zachodzi nad gniewem waszym”. Werset ten nie zakazuje gniewu, lecz raczej wzywa nas, abyśmy zajęli się nim w sposób właściwy. Jeśli nie panujesz nad swoim gniewem, on będzie panował nad tobą. Uczucia gniewu i zranienia, które nie zostały rozwiązane, będą pobudzały twoją wyobraźnię. I w miarę upływu czasu fakty będą stawały się coraz bardziej zniekształcone, a do tego zakradnie się zgorzknienie. Jeżeli natychmiast nie poradzisz sobie ze swoimi emocjami, szatan będzie miał dobrą okazję do zajęcia się tobą.

Rozwiązuj konflikt jak najszybciej

Ostatnio jestem bardzo przejęty ilością ewangelicznych chrześcijan zajmujących eksponowane pozycje, którzy popadli w niemoralność seksualną i rozwody. Podzieliłem się moją troską z bliskim przyjacielem i Dottie. Gdy rozmawialiśmy o tym, co robiliśmy, aby nasza więź była zdrowa, Dottie powiedziała coś interesującego. Powiedziała, że we wszystkich latach naszego małżeństwa ani razu nie opuściłem domu bez rozwiązywania konfliktu, jeśli jakiś mieliśmy.

Była taka sytuacja, że wsiadłem już do samochodu, po czym wysiadłem i poszedłem do domu, aby ją przeprosić. Kiedy indziej odjechałem już kilkaset metrów w burzy śniegowej, po czym zawróciłem i przyjechałem z powrotem do domu. Potem Dottie powiedziała coś, co uważam za bardzo ważne. Powiedziała: „Możesz wyjechać na trzy miesiące i jeżeli wszystko jest dobrze w naszej więzi, ja potrafię to znieść. Gdybyś jednak miał wyjechać pozostawiając jakiś nierozwiązany konflikt między nami, nie potrafiłabym tego znieść. Zakradłyby się zgorzknienie i uraza i to byłoby jak kamyk w moim bucie”.

Nie sądzę, aby można było wyjechać, choćby do pracy rano, bez rozwiązywania konfliktu. Moja żona i ja wiernie wprowadzamy to w życie. Podobnie próbujemy nigdy nie iść spać, jeżeli jest cokolwiek, co trzeba rozwiązać.

Ostatnio nauczyłem się czegoś o mojej żonie, czego wcześniej nie wiedziałem. Moje włosy przerzedzają się nieco. Postanowiłem więc używać środka wzmacniającego w aerozolu. Pewnego ranka staliśmy w

łazience, kiedy wziąłem aerozol i zacząłem go używać. Dottie powiedziała do mnie: „Kochanie, proszę, nie rób tego”. W ciągu czternastu lat małżeństwa nigdy nie omawialiśmy środków wzmacniających w aerozolu, dlatego nie wiedziałem, że ona nie tylko nienawidzi ich, lecz nie pozwala nikomu używać ich w domu.

A więc myśląc, że postępuję bardzo grzecznie, wyszedłem z łazienki i ponownie zacząłem stosować aerozol. Ona powiedziała: „Powiedziałam ci, że to męczy mnie”. Ponieważ już wcześniej zareagowałem wyjściem z łazienki, tym razem zdenerwowałem się, rzuciłem pojemnik z aerozolem, który stłukł butelkę jej drogich perfum, i wybiegłem z domu.

Kiedy jechałem do restauracji na śniadanie, uświadomiłem sobie, jak niewrażliwy byłem i poprosiłem o Boże przebaczenie. Potem, gdy tylko dotarłem na miejsce, znalazłem telefon i zadzwoniłem do domu. Kiedy w domu zadzwonił telefon, Dottie powiedziała do naszego syna: „Sean, proszę, odbierz telefon. To dzwoni tata”. Omówiliśmy całe wydarzenie i przebaczyliśmy sobie nawzajem to, w jaki sposób postępowaliśmy.

Myślę, że widzisz teraz, że choć trzeba zająć się natychmiast swoimi emocjami, przed wzięciem się za sam konflikt, często one potrzebują trochę czasu. Może potrwać trochę, zanim twoje uczucia zranienia czy gniewu opadną i będziesz mógł zająć się konfliktem bez pozostawiania pod wpływem silnych emocji.

Pewnego dnia otrzymałem stanowczy list od pastora kościoła w Colorado, który wcześniej poprosił mnie, abym przybył i przemawiał, a teraz odwoływał mój przyjazd. Rozmawiał z diakonami i starszymi swojego kościoła i uznali, że wymagam za dużo pieniędzy. Dlatego zdecydowali, abym nie przyjeżdżał. Dopiero jakieś cztery tygodnie później odpisałem im. Potrzebowałem tego czasu, aby mój ból uleczył się i aby przyjść do siebie oraz aby dać temu kościołowi możliwość ostygnięcia. List, który napisałem miał czterdzieści stron. Wysłałem też osiem kopii ekspresem do diakonów.

Wkrótce potem udałem się tam, aby spotkać się z tym pastorem i pierwszą rzeczą, jaką on powiedział, były słowa: „Czy możesz mi przebaczyć?” Potem podzielił się ze mną tym, jak cały zarząd wybuchnął płaczem, kiedy czytali mój list, ponieważ uświadomili sobie, jak źle traktowali ludzi w ciągu wielu lat. Gdybym odpisał im w momencie rozpalenia moich emocji, utracilibyśmy radosne uzdrowienie i chwałę dla ciała Chrystusa, które były tego rezultatem.

Pamiętaj przysłowie: „Jak dobrze jest umieć powiedzieć właściwą rzecz we właściwym czasie” (Prz 15,23; parafraza). Zgadzam się z

wersetem 28: „Serce sprawiedliwego rozważa, co odpowiedzieć, lecz z ust bezbożnych tryska złość”. Mój lekarz mówi, że powodem, dla którego nie mam wrzodów, jest prawdopodobnie to, że dużo się śmieję i to, że mówię ludziom, co myślę. Robię obie te rzeczy, ale mówiąc to, co myślę, zawsze próbuję czekać na właściwy czas, uspokojenie emocji i właściwą motywację.

Sprawdzenie tego, co negatywne

Bardzo ważne jest, aby zawsze akcentować to, co dobre, kiedy jest się zaangażowanym w sytuację konfliktową. Nie koncentruj się na tym, co negatywne, lecz raczej na aspektach pozytywnych. List do Filipian 4,8 poleca: „Wreszcie, bracia, myślcie tylko o tym, co prawdziwe, co pocziwe, co sprawiedliwe, co czyste, co miłe, co chwalebne, co jest cnotą i godne pochwały”.

Rozważ dokładnie następujące pytania:

1. Czy poświęcasz więcej czasu na krytykowanie ludzi w swoim umyśle niż na myślenie o ich pozytywnych cechach?
2. Czy mówisz o innych w sposób poniżający za ich plecami?
3. Czy masz dla innych normę, według której nie żyjesz sam?
4. Czy wywierasz na innych nacisk, aby dostosowywali się do twoich norm po to, byś mógł ich łatwiej akceptować?

Twoje odpowiedzi na pytania mówią wiele o tym, w jaki sposób podchodzisz do konfliktu.

Są w moim życiu ludzie, którzy akceptują mnie dokładnie takim, jaki jestem. Choć zachęcają mnie, abym stawał się lepszą osobą, wiem, że nie będą kochali mnie ani trochę mniej, jeżeli taką osobą się nie stanę. Koncentrują się na tym, co pozytywne, nie na negatywach. Być może musisz włożyć większy wysiłek w akcentowanie tego, co dobre, zwłaszcza w sytuacjach konfliktowych.

Bądź pewien, że Duch Święty sprawuje kontrolę nad twoim życiem. To moja ostatnia, lecz najważniejsza zasada. Jeśli nie jesteś wyposażony w moc przez Ducha Świętego, zastosowanie innych zasad będzie trudne, jeżeli nie niemożliwe. To On jest źródłem, które umożliwi ci stosowanie tego, czego się nauczyłeś, i będzie prowadził cię do nowych spostrzeżeń, które jeszcze musisz zrozumieć.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Dlaczego ważne jest raczej rozwiązywanie konfliktu niż rezygnowanie z więzi z drugą osobą?
- ◆ Jakie są niektóre negatywne reakcje na konflikt?
- ◆ Jakie postawy powinienes w sobie ukształtować, aby pomagały ci rozwiązywać konflikty?
- ◆ Jakie są niektóre działania, jakie możesz podjąć dla rozwiązania konfliktu?

DALSZE POMOCY

H. Norman Wright, „The Pillars of Marriage”, Ventura, CA, Regal Books, 1980.

John Maxwell, „Your Attitude: Key to Success”, Here's Life Publishers.

Earl Wilson, „Loving Enough to Care”, Multnomach Press.

Josh McDowell, „Powód do radości”, TKECh.

UCZ SIĘ PRZEBACZAĆ

Kiedy niedawno przebywaliśmy na Hawajach, pewien dobrze wyglądający dżentelmen i jego żona usiedli obok mnie. Zaczęliśmy rozmawiać i zapytałem o jego pracę. On wyjaśnił, że jest konsultantem różnych korporacji w dziedzinach osobistego rozwoju i problemów. Kiedy zapytałem, jaki problem najczęściej napotyka, odparł: „Konflikt”.

Zapytałem więc: „Jaki znalazłeś najlepszy sposób rozwiązywania konfliktu?” Natychmiast odpowiedział: „Przebaczenie”. Największą trudnością, przed jaką stoi, jest wezwanie ludzi do rezygnacji ze zgorzknienia, do udzielenia i przyjęcia przebaczenia. Człowiek ten, który nie był chrześcijaninem, wyraźnie rozumiał pojednawczą moc przebaczenia.

Kiedy Billy Graham przeprowadzał krucjatę w Honolulu, grupa powszechnie szanowanych psychologów została posłana, aby słuchać jego kazań i napisać ich krytykę dla czasopism. Wszyscy zgadzali się w swoich relacjach co do jednej rzeczy. Kiedy dr Graham wzywał ludzi do nawrócenia i przyjęcia Bożego przebaczenia, jego wezwania były właściwe z psychologicznego punktu widzenia.

Ty i ja potrzebujemy przebaczenia. Dyrektor pewnej instytucji opiekującej się umysłowo chorymi w Knoxville w stanie Tennessee powiedział, że 50% jego pacjentów mogłoby pójść do domu, gdyby tylko wiedzieli i uwierzyli, że otrzymali przebaczenie.

Żyjemy w kulturze, w której pełno długo chowanych żalów, uraz, zgorzknienia i złamanych serc. Problemy te, nie rozwiązywane, szkodzą jedności ciała Chrystusa, rozdzierają więzi międzyludzkie, utrudniają działanie Ducha Świętego i dzielą wszystko, począwszy od rodzin do ruchów uniwersyteckich. Potrzebujemy przebaczenia!

Olej dla więzi międzyludzkich

Przebaczenie jest olejem dla związków ludzi ze sobą. Ono redukuje napięcia i pozwala na większe zbliżenie się do siebie. Jeżeli nie wierzysz, że druga osoba jest osobą przebaczącą, nigdy nie będziesz mógł być prawdziwie otwarty wobec niej.

Nieprzebacząca osoba jest niezdolna do zbudowania głębokiej, trwałej i intymnej więzi z drugą osobą. Niezależnie od tego, jak inteligentna i zdolna może być, jeżeli nie umie przebaczać, nie potrafi zbudować intymnej więzi z drugą osobą — będzie rozdarta przez nie zapomniane konflikty, ponieważ pozostaną one nie przebaczone.

Co więcej, jeśli jesteś osobą nie umiejącą przebaczać, nie unikniesz samotności, ponieważ ludzie będą obawiali się być otwarci wobec ciebie. Zbudujesz wokół siebie barierę. Przyjaźnie bez przebaczenia nie trwają. Aby przyjaźń wzrastała i stawała się coraz bardziej intymna, musi istnieć poczucie bezpieczeństwa, że coś może nie udawać ci się wiele razy w oczach przyjaciela, a jednak dalej będziesz kochany i on całkowicie przebaczy ci.

Nie umiejący przebaczyć partner w małżeństwie niszczy możliwość osiągnięcia pełni potencjału intymności między małżonkami, szczególnie w dziedzinie komunikacji. Drugi partner będzie żył w ciągłym strachu przed zrobieniem czegoś, co zrazi go. I nie będzie chciał komunikować szczerze swoich myśli i uczuć z powodu strachu, że nie umiejący przebaczyć współmałżonek wykorzysta jego otwarcie się. Zgorzknienie i uraza ostatecznie zdominują ich małżeństwo.

Kiedy jednak przebaczenie jest regularnie praktykowane w małżeństwie, prowadzi do wzrostu intymności, ponieważ otwiera komunikację. Jeżeli ktoś kocha cię pomimo twoich błędów i akceptuje cię nawet wtedy, gdy skrzywdziłeś go, możesz jedynie odpowiedzieć takiej osobie jeszcze większą miłością.

Przebaczenie jest jak soczewka

Twoje poglądy i praktyka dotycząca przebaczenia w dużym stopniu determinują sposób, w jaki zajmujesz się konfliktem. Postaw sobie pytania:

1. Czy widzę w każdej sytuacji wymagającej przebaczenia okazję do umocnienia więzi z drugą osobą i budowania mojego charakteru?
2. Czy patrzę na potrzeby tego, kto mnie skrzywdził, i czy próbuję rozumieć go?

3. Czy zgadzam się z tym, że Bóg zajmie się w sprawiedliwy sposób osobą, która skrzywdziła mnie, jeżeli kara będzie potrzebna, i że zemsta i odpłata nie należą do mnie?

4. Czy postanawiam dziękować Bogu za każde doświadczenie i pozwolić, aby w jego rezultacie wzrastały we mnie Boża miłość i łaska?

Przyjaźnie i małżeństwa rzadko załamują się w oparciu o jedną kłótnię. Eksplozja, która ostatecznie prowadzi do rozbicia, jest zazwyczaj ostatnią w ciągu konfliktów, w których brakło przebaczenia i pojednania.

Dr Tim LaHaye pisze:

Któż z nas nie ulega złym nastrojom, wybuchom gniewu, negatywnej postawie i krytykanctwu? Przyznaję, że rzeczy te nie powinny pojawiać się w małżeństwie chrześcijańskim, ale tak nie jest. Nie ma małżeństwa, które w swoim codziennym życiu nie miałyby całego zestawu „zażaleń”. Widzimy jednak, że wiele takich małżeństw cieszy się miłością, harmonią i pokojem. Zawsze ich sekretem jest przebaczenie.⁴⁸

Spójrzmy prawdzie w oczy. Biblia wyraża się jasno, jeśli chodzi o przebaczenie. Mamy nakaz, aby przebaczać. W Ewangelii Marka 11,25 Jezus mówi nam, że kiedy modlimy się, powinniśmy przebaczyć wszystko, co mamy przeciw komukolwiek. Tuż po Modlitwie Pańskiej, w Ewangelii Mateusza 6, Jezus mówi: „Bo jeśli odpuscicie ludziom ich przewinienia, odpuści i wam Ojciec wasz niebieski. A jeśli nie odpuscicie ludziom, i Ojciec wasz nie odpuści wam przewinień waszych”.

Na pierwszy rzut oka wydaje się, że oznacza to, że przebaczenie naszych grzechów oparte jest na naszym przebaczeniu dla innych, a nie na Bożej łasce w Chrystusie. To byłoby jednak sprzeczne z resztą nauczania Chrystusa. Ja wierzę, że Jezus mówi tutaj, że jeżeli nie chcemy przebaczyć osobie, która nas skrzywdziła, Bóg będzie przez to wiedział, że wszelkie wyznanie naszych grzechów wobec niego nie jest autentyczne — że w rzeczywistości nie przyjęliśmy przebaczenia, które On daje nam za darmo.

Richard Strauss pisze: „Człowiek, który szczerze przyznał się do zła własnego grzechu i doświadczył błogosławieństwa Bożego przebaczenia, nie może nie odpowiedzieć przebaczeniem wobec innych”.⁴⁹

Podobnie jak Boża miłość prowadzi nas do nawrócenia, czy nie jest możliwe, aby nasza miłość do innych wyrażona przez przebaczenie mogła pomóc doprowadzić ich do nawrócenia?

Nasza norma dla przebaczenia jest normą Chrystusa — jest to przebaczenie absolutne i natychmiastowe. A jednak większość z nas nawet nie śniłaby o przebaczeniu niektórym ludziom, którym On przebaczył. W

Ewangelii Łukasza 7 czytamy o tym, że Chrystus przebaczył grzesznej kobiecie; w Ewangelii Jana 8 opisane jest, jak Jezus przebaczył kobiecie pochwycionej na cudzołóstwie. On nawet przebaczył ludziom, którzy Go ukrzyżowali! W sytuacjach, w których my oskarżalibyśmy szybko innych, Jezus ciągle przebaczał.

Czym jest przebaczenie?

Jak powinniśmy zdefiniować przebaczenie? Znalazłem kilka definicji. Jestem pewien, że przynajmniej jedna z nich przemówi do ciebie osobiście.

1. Przebaczenie oznacza: „wymazać, zrezygnować z tego, co się należy”, „rezygnować z urazy”, „oczyścić konto, uwolnić od długu, odstąpić od kary”, „osobiście przyjąć cenę pojednania”, „rezygnować ze wszelkich roszczeń w stosunku do tego, kto skrzywdził cię i porzucić emocjonalne konsekwencje tej krzywdy”.

To znaczy nie tylko powiedzieć „przebaczam ci”, lecz także odstąpić od emocjonalnych konsekwencji zranienia. To znaczy, że wszelka uraza znika, niezależnie od tego, jak bardzo lubimy żywić uczucie urazy.

Przebaczenie to czasownik czynny, który nie pozwala nam siedzieć i czekać, aż druga osoba nawróci się. Podobnie jak Jezus umarł za nas, gdyśmy byli jeszcze grzesznikami, tak przebaczenie oznacza, że podejmujemy pierwszy krok dla uzdrowienia więzi z drugą osobą.

2. Przebaczyć oznacza także: „rezygnować lub odstąpić”. Jeżeli ktoś łamie twoje prawa, przebaczenie oznacza, że rezygnujesz z prawa reakcji i prawa odpłaty, niezależnie od tego jak bardzo możesz czuć, że twoja odpłata jest usprawiedliwiona. Przebaczyć znaczy okazać miłosierdzie, nie domagać się sprawiedliwości — reakcja, która przebiega wbrew wszystkiemu, czego naucza nasze społeczeństwo.

Co by było, gdyby Bóg obstał przy odpłaceniu nam za każdym razem, kiedy zgrzeszymy? Wszyscy bylibyśmy już dawno zniszczeni. Nigdy nie modliłem się do Boga prosząc go o jego sprawiedliwość w moim związku z nim. Zawsze prosiłem o miłosierdzie. Dopiero jednak jakiś czas temu doszedłem do upokarzającego uświadomienia sobie, że moim problemem jest to, że proszę Boga o miłosierdzie, natomiast wymagam sprawiedliwości w moich stosunkach z innymi.

Świat mówi nam, abyśmy nienawidzili, a Bóg — abyśmy kochali. Świat mówi, że musimy odpłacać, a Bóg — abyśmy przebaczali. Dlaczego? Ponieważ podstawą naszego przebaczenia jest to, co Jezus Chrystus uczynił na krzyżu dla ciebie i dla mnie. Do Kolosan Paweł pisze:

„(...) w którym mamy odkupienie, odpuszczenie grzechów” (Kol 1,14). Jest to szerzej wyjaśnione w Liście do Hebrajczyków 10,10–12: „Mocą tej woli jesteśmy uświęceni przez ofiarowanie ciała Jezusa Chrystusa raz na zawsze. A każdy kapłan sprawuje codziennie swoją służbę i składa wiele razy te same ofiary, które nie mogą w ogóle zgładzić grzechów. Lecz gdy On złożył raz na zawsze jedyną ofiarę za grzechy, zasiadł na prawicy Bożej”. On złożył jedyną ofiarę raz na zawsze, aby nam przebaczyć.

Podstawa naszego przebaczenia opisana jest w Pierwszym Liście Piotra 1,18–19: „(...) wiedząc, że nie rzeczami znikomymi, srebrem lub złotem zostaliście wykupieni (...), lecz drogocenną krwią Chrystusa jako baranka niewinnego i nieskalanego”. Podstawą naszego przebaczenia jest nie coś, co my zrobiliśmy, lecz to, kim jest Jezus Chrystus i co zrobił dla nas na krzyżu. To jest nasz wzór dla przebaczenia innym.

Sobie też?

Prawdziwie rewolucyjnym aspektem Bożego przebaczenia — a także tego przebaczenia, które my powinniśmy okazywać innym — jest jego zakres. Boże przebaczenie jest całkowite. Jak opisuje Psalm 103,12: „Jak daleko jest wschód od zachodu, tak oddalił od nas występki nasze”. Można zmierzyć odległość północy od południa, lecz nie można wschodu od zachodu. Zwrot ten wyraźnie nawiązuje do wieczności. Zakresem Bożego przebaczenia jest cała wieczność.

Rozwiązywanie konfliktów w więziach międzyosobowych rozpoczyna się od rozwiązania konfliktu w naszej więzi z Bogiem i przyjęcia przebaczenia z jego strony. Przez wiele lat jednak nie zdawałem sobie sprawy, że to obejmuje także moje przebaczenie wobec siebie samego. Uważałem, że Bóg przebaczył mi na podstawie tego, co uczynił Jezus Chrystus, lecz jeśli o mnie chodzi, ja muszę przestać robić to i tamto, a zacząć robić to i to, abym zasłużył na prawo przebaczenia sobie. Przez długi czas nie rozumiałem, że przebaczenie sobie nie jest uzależnione od czegoś, co robię, lecz od tego, co Chrystus już uczynił dla mnie na krzyżu. Chrześcijanie muszą przebaczyć sobie samym. Kiedykolwiek chrześcijanin nie przebacza sobie, nie oddaje czci Bogu.

Przez długi czas żyłem podobnie jak wielu chrześcijan. Wyznawałem grzechy Bogu, uznawałem jego przebaczenie, a potem stawiałem siebie pod pręgierzem winy. W ten sposób przez moje czyny stwierdzałem, że śmierć Jezusa Chrystusa na krzyżu nie wystarczała dla wszystkich moich grzechów.

Widzisz, prawdziwą istotą problemu, kiedy idziemy przez życie, nie jest to, jak wiele razy zawiedziemy. Prawdziwe pytanie dotyczy tego, w jaki sposób ty i ja podchodzimy do sytuacji, w której zgrzeszyliśmy. Na przykład, pewnego dnia rozmawiałem z kilkoma ludźmi w restauracji w niewielkim miasteczku, w którym mieszkam, i wypowiedziałem pewną uwagę, której nigdy nie powinienem wypowiedzieć, ponieważ zraniła pewnego obecnego tam brata w Chrystusie. Wtedy nie zdawałem sobie sprawy z tego, co może wyniknąć z mojej uwagi, ale to nie jest żadnym wytłumaczeniem.

W pół drogi do domu

Nie będąc świadomy problemu, po kolacji pożegnałem się ze wszystkimi i ruszyłem do domu. Potem nagle, bum! W całym moim życiu nigdy nie byłem tak wyraźnie przekonany przez Ducha Świętego. Przekonanie dotyczące zła tego, co powiedziałem podczas kolacji, wprost wezbrało we mnie. Od razu wyznałem to Bogu, ale nie mogłem dalej jechać do domu. Wiedziałem, że muszę wrócić i wyznać grzech mojemu bratu.

Zawróciłem więc, znalazłem go i powiedziałem: „To, co powiedziałem, było złe. Wiem, że skrzywdziłem cię i że to był grzech. Wyznałem go Bogu i wróciłem, aby wyznać go tobie i prosić o twoje przebaczenie. Czy przebaczysz mi?”

Ku mojemu zdziwieniu on odpowiedział: „Nie!”

Myślałem, że źle go usłyszałem, więc spróbowałem jeszcze raz.

On powiedział: „Nigdy nie powinienes tego powiedzieć!”

Oczywiście, gdybym sobie tego nie uświadomił, to nie wróciłbym do restauracji! Spróbowałem więc jeszcze raz wyjaśnić to jemu, a on powiedział: „Ktoś taki jak ty nigdy nie powinien tego powiedzieć”. Często ludzie zwracają się do mnie w ten sposób. „Ktoś taki jak ty...” Ja także jestem człowiekiem. Żyję tak samo, jak każdy inny.

Wiem, że są inni ludzie, którzy nie chcą mi przebaczyć, ale oni nie mówią mi tego prosto w oczy. Inni mówią: „Przebaczam ci”, ale do dziś chowają do mnie urazę. To był jednak pierwszy człowiek, który patrzył mi w oczy i mówił: „Nie przebaczę ci”.

Jak zareagować na coś takiego? Brakło mi słów. Brakło mi nawet treści teologicznej. Wsiadłem do samochodu, pojechałem do domu i byłem nieszczęśliwy! Zacząłem „śpiewać sobie” to, co on mówił. „Jak mogłeś ty, członek personelu Campus Crusade for Christ, powiedzieć coś takiego? Za

kogo ty się uważasz? Jak Bóg będzie mógł się tobą posługiwać?” Napisałem cały nowy hymn, który moglibyśmy śpiewać w kościele, pod tytułem: „Oj, biada mi”. Kiedy dotarłem do domu, byłem przepełniony tylko jedną myślą: „Bóg nie będzie się mógł tobą posługiwać!”

Nagle uświadomiłem sobie, co się dzieje. Powiedziałem: „Zatrzymać wszystko! (Mówię do siebie przez cały czas). Mam dwie możliwości. Mogę odwrócić się plecami do Chrystusa i do krzyża i użalać się nad sobą, albo mogę stawić czoło faktowi, że upadłem, uznać to wobec Boga i człowieka, którego skrzywdziłem (co zrobiłem już) i dalej kontynuować moje życie nauczywszy się, aby nie robić tego ponownie”.

Chciałbym móc powiedzieć, że mój czyn nastąpił natychmiast tam i wtedy, lecz tak nie było. Dalej jeszcze przez jakiś czas użalałem się nad sobą.

Czy widzisz, co robiłem? Uczyniłem przebaczenie tego brata warunkiem do przebaczenia sobie. Pozwalałem, aby ktoś inny sprawował władzę nad moim życiem i moją więzią z Niebieskim Ojcem.

W końcu, po męczeniu się przez około pół godziny z powodu braku jego przebaczenia, powiedziałem po prostu: „Josh, to jest głupie. Wiesz, że powinno być inaczej!” Potem uderzyła we mnie prawda: *podstawą do przebaczenia sobie jest śmierć Jezusa Chrystusa na krzyżu*. Wyznałem całą rzecz Bogu jeszcze raz dla mojej własnej potrzeby, a potem dodałem: „Tak, Josh, przebaczam ci”. Potem zacząłem śpiewać chwałę Bogu i zacząłem ponownie chodzić przez wiarę.

Moje wewnętrzne szczęście rzeczywiście irytowało tamtego brata. Trwało to mniej więcej przez rok. Przez cały ten czas wielokrotnie schodziłem z mojej drogi, aby wyrażać mu miłość, jak nigdy przedtem. Pewnego dnia ponownie oceniłem tę sytuację i powiedziałem do Dottie: „Wiesz, nasza więź jest uzdrowiona. W rzeczywistości jest teraz lepiej, niż było kiedykolwiek wcześniej”. I tak jest! Następnego dnia, kiedy wyjeżdżałem z miasta, aby dostać się na lotnisko, ten brat wybiegł ze sklepu i zatrzymał mnie. Staliśmy tam razem na środku ulicy — dużo nie brakło, a ktoś by nas przejechał.

Ponieważ dużo latam, mam zwyczaj wykorzystywania tych kilku minut przed odlotem samolotu na wspomnienie wydarzeń dnia i tego, co Bóg uczynił. Tym razem oblał mnie zimny pot, kiedy uświadomiłem sobie, że gdybym nie podjął decyzji przebaczenia sobie i postępowania przez wiarę, więź z tym bratem prawdopodobnie nigdy nie zostałaby uleczona.

Pomyśl o tym. Wiele więzi z ludźmi nie jest dzisiaj uzdrowionych, ponieważ wierzący nie przebaczą sobie. Jeżeli nie potrafisz przebaczyć

sobie, będziesz doświadczał ciągłego konfliktu. Śmierć Chrystusa na krzyżu rozciąga się na nasze przebaczenie sobie. Musimy skoncentrować się całkowicie na jego czynach, nie na naszych.

Przebaczenie rozciąga się także na innych ludzi. Hal Lindsay w książce „The Liberation of Planet Earth” („Wyzwolenie planety Ziemi”) pisze: „Jeżeli Bóg przebaczył nam wszystkie nasze grzechy, jaka powinna być nasza postawa wobec grzechu w nas samych i w innych? Jeżeli nie przebaczam sobie lub komukolwiek innemu, kto skrzywdził mnie, oznacza to, że mam wyższą normę przebaczenia niż Bóg. Ponieważ wszystko to, co zraniło mnie i czego nie mogę przebaczyć, Bóg już przebaczył.”⁵⁰ W Liście do Hebrajczyków 10,14 On naucza nas: „przez tę jedną ofiarę On uczynił na zawsze doskonałymi w oczach Boga wszystkich tych, których czyni świętymi” (parafraza). Tego nie da się już ulepszyć.

Podstawą wszelkiego przebaczenia, czy będzie to przebaczenie sobie czy drugiej osobie, jest śmierć Jezusa na krzyżu. Człowiek, który odmawia przebaczenia drugiemu w rzeczywistości sam odcina siebie od Bożego przebaczenia.

Czy kiedyś zastanawiałeś się nad rewolucyjnymi słowami z Modlitwy Pańskiej dotyczącymi przebaczenia? W swobodnym tłumaczeniu, Jezus nauczał nas, abyśmy się modlili: „Panie, przebacz mi tak, jak ja przebaczyłem innym”. Ja odmawiałem Modlitwę Pańską, naszą wzorcową modlitwę, a jednak nie uświadomiłem sobie, że prosimy Boga o przebaczenie nam tylko do takiego stopnia, w jakim my przebaczymy innym.

Nie pal za sobą mostów

Zachęcałbym cię, abyś wyrył ten napis na tablicy w swoim umyśle: „Kiedy odmawiam przebaczenia, palę za sobą most, po którym kiedyś może będę musiał przejść”. Niezależnie od tego, kim jesteś, częściej niż sobie wyobrażasz, będziesz potrzebował przebaczenia od kogoś innego.

Komu ty i ja mamy przebaczać? Musisz przebaczać każdemu, który rozgniewał cię, skrzywdził, zranił lub uczynił coś przeciwko tobie. Musisz rozpocząć od swojego współmałżonka. W Księdze Ozeasza czytamy, że kiedy jego żona została prostytutką, on poszedł i kupił ją na rynku, przyprowadził do domu i przebaczył jej. Mamy przebaczyć nie tylko naszemu współmałżonkowi, lecz jeśli trzeba, również naszemu byłemu współmałżonkowi. Tak wielu rozwiedzionych ludzi pogrążonych jest w zgorzknieniu z powodu złamanej więzi z drugą osobą i nie chce

przebaczyć. Nie tylko oni cierpią emocjonalne udręki z powodu swojej niechęci do przebaczenia, lecz także ich dzieci cierpią w dużej mierze z tego powodu.

Musisz także przebaczyć swoim dzieciom, kiedy cię krzywdzą i pozwolić, aby wydarzenia te zniknęły z twojej pamięci.

Wielu ludzi nosi w sobie uczucie zgorzknienia w stosunku do któregoś z rodziców z powodu kazirodztwa, rozwodu, znęcania się czy alkoholizmu. Urodziłeś się ze swoich rodziców nie przez przypadek. Bóg wybrał ich własnoręcznie dla ciebie i niezależnie od tego, jak zła była sytuacja Bóg i tak może posłużyć się nią dla dobra, a ty musisz przebaczyć swoim rodzicom. Jest to nie tylko biblijne, lecz sam znam wartość takiego przebaczenia z osobistego doświadczenia.

Musisz przebaczyć innym członkom rodziny. Mój starszy brat Wilmot był ulubieńcem rodziców, kiedy jednak opuścił dom, zaskarżył ich do sądu, aby otrzymać 50% wszystkiego, co posiadali. Przez lata nienawidziłem go za tak mocne skrzywdzenie matki i za upokarzające wyciągnięcie na jaw problemów naszej rodziny.

Wkrótce po tym, jak zostałem chrześcijaninem, Bóg zaczął przekonywać mnie o moim zgorzknieniu wobec Wilmota. Napisałem więc do niego list — doskonały wzór tego, jak nie przebaczać komuś. Miał pięć stron. Pierwsze cztery strony i ogromna większość piątej opisywały wszystko, co uczynił i za co potrzebował przebaczenia. Dodałem nawet zdanie: „Ty zabiłeś mamę”, ponieważ wiedziałem, że tak stało. W rezultacie pijaństwa mojego ojca i procesu, do którego doprowadził Wilmot, matka po prostu zrezygnowała z chęci do życia.

Na końcu ostatniej strony napisałem: „Poznałem Jezusa Chrystusa osobiście i chcę, abyś wiedział, że przebaczyłem ci”. Podpisałem list i dodałem: „PS: Nie chcę cię więcej widzieć”.

Sądziłem, że po przebaczeniu komuś człowiek powinien czuć się lepiej, ale ja czułem się fatalnie. W końcu musiałem przyznać, że zrobiłem to źle i znalazłem się w sytuacji, w której musiałem prosić o przebaczenie za sposób, w jaki przebaczyłem (niewielu ludzi robi coś takiego). Kupiłem kartkę pocztową, abym nie mógł wiele pisać. Napisałem na niej proste słowa: „Wilmot, przebaczam ci i kocham cię. Josh”. W Dziejach Apostolskich czytamy, że gdy Szczepan był kamienowany na śmierć, zawołał: „Panie, nie poczytaj im tego grzechu” (7,60). Musimy nauczyć się przebaczać tym, którzy popełniają zbrodnie przeciwko nam.

Trudne przebaczenie

Goldie Bristol dowiedziała się o gwałcie i brutalnym morderstwie swojej dwudziestojednolatniej córki dopiero, gdy dostała zwięzły telegram od prowadzącego śledztwo. Brzmiał on: „Mamy ciało twojej córki Jane, co mamy z nim zrobić?” Po pogrzebie Bóg poprowadził rodzinę do modlitwy za zabójcę. Został on schwytany i Goldie otrzymała pozwolenie, aby zobaczyć się z nim w więzieniu federalnym. Tam spojrzała mu prosto w oczy i powiedziała: „Przebaczam ci”.

Musimy przebaczyć także tym, którzy skrzywdzili najbardziej kochane przez nas osoby. Po sześciu miesiącach małżeństwa żona mojego brata w Chrystusie, który pracował w moim zespole przez kilkanaście lat, została zabita przez pijanego kierowcę. Charlie poszedł do tego człowieka i przebaczył mu zabójstwo swojej żony, a mnie trudno było przebaczyć temu człowiekowi we własnym sercu.

Niektórych z nas dręczy myśl o ludziach, którzy umarli bez naszego przebaczenia. Musimy przebaczyć ludziom z przeszłości. Musimy także przebaczyć tym wokół nas, którzy nas prześladują, którzy nas straszą, męczą, napastują i irytują. Po pierwsze, musimy być pewni, że prawdziwy problem jest w nich, a nie w czymś, co my robimy. Kiedy jednak uznamy, że nie jesteśmy traktowani właściwie i mamy właściwą postawę wobec zaangażowanych w to ludzi, możemy przyjąć sami przebaczenie oraz poprosić Boga o to, aby przebaczył im i modlić się za nich.

Nasza kultura mówi: „Masz swoje prawa. Domagaj się swoich praw!” Ale Bóg powołał nas do przebaczenia tym, którzy deptają nasze prawa, czy to w dziedzinie naszej opinii, czasu, pieniędzy, wygody czy cegokolwiek innego. To obejmuje wszystko, od obelg do krytyki i odrzucenia — wszystko. „Przebaczę wszystkim z wyjątkiem...” — nie jest prawdziwym przebaczeniem. Przebaczenie rozciąga się na naszą więź z Bogiem Ojcem, na nas samych i innych. Ono obejmuje wszystko i jest wieczne.

Teraz pokój

Może pytasz: „Kiedy mam przebaczyć?” Paweł wzywa nas w Liście do Efezjan 4,26: „Niech słońce nie zachodzi nad gniewem waszym”. Biblia nie zakazuje nam gniewu. Raczej wzywa nas, abyśmy panowali nad nim. Wierzę, że jeżeli idziesz spać „wściekły”, twój gniew panuje nad tobą. Zasadniczo przebaczenie powinno być udzielone i przyjęte natychmiast. Długość czasu pomiędzy skrzywdzeniem nas a udzieleniem naszego

przebaczenia jest w rzeczywistości wskaźnikiem jakości naszego życia z Bogiem.

Jeżeli chodzi o innych ludzi, powinienesz przebaczyć im lub prosić o przebaczenie, kiedy może to być pomocą, błogosławieństwem lub zachętą dla nich. Młody człowiek imieniem Matt powiedział swojemu przyjacielowi coś na temat wątpliwego postępowania miejscowego kaznodziei. Kiedy Matt dotarł do domu, uświadomił sobie, że jego słowa nie były właściwe i zatelefonował do przyjaciela. Powiedział: „Jedną z rzeczy, na których mi najbardziej zależy, jest jedność ciała Chrystusa, a mimo to mówiłem rzeczy, które dzieli. Przepraszam, że mówiłem ci o tym i myślę, że mi przebaczysz”. Jego przyjaciel odparł: „Wiesz, nawet nie myślałem o tym więcej, ale masz rację, nie powinienesz tego mówić. Oczywiście, przebaczam ci. Dziękuję, że zwróciłeś się z tym do mnie”.

Czasami jednak natychmiastowe wyznanie nie byłoby zachętą dla drugiej osoby, ponieważ może ona nie być na nie gotowa emocjonalnie. Musisz poradzić sobie z tym w życiu przez kilka dni, a potem dopiero rozmawiać z drugą osobą.

Podsumowanie podstaw

Mamy trzy źródła przebaczenia. Pierwszym jest nasz wzór: Jezus Chrystus i jego przebaczenie. Drugim jest Duch Święty, który wyposaża nas w moc do przebaczenia — nie potrafimy przebaczać sami z siebie. Im bardziej postępujemy w napełnieniu Duchem, tym bardziej jesteśmy gotowi przebaczać. Naszym trzecim źródłem do przebaczenia jest przewodnictwo Słowa Bożego.

Istnieją także trzy obszary, na których możemy skoncentrować się, aby pomóc sobie zrozumieć przebaczenie i praktykować je w codziennym życiu. Pierwszym jest uznanie głębi przebaczenia Chrystusa. On złożył jedną ofiarę za wszystkie grzechy po wszystkie czasy. Po drugie, choćbyśmy próbowali nie wiadomo jak, nie możemy zasłużyć na przebaczenie. Jeżeli koncentrujemy się na Chrystusie jako podstawie naszego przebaczenia, szybko uświadamiamy sobie, że nie możemy na nie zapracować. W Liście do Rzymian 1,17 czytamy, że mamy postępować „od wiary do wiary”. Sądzę, że to oznacza, że rozpoczynamy życie chrześcijańskie przez wiarę i prowadzimy je przez wiarę. Wiem, że zacząłem je przez wiarę, lecz często chcę prowadzić je przez uczynki.

Trzecim punktem koncentracji powinna być nasza własna potrzeba przebaczenia. Czasami zdumiewam sam siebie. Ktoś zrobi coś złego

wobec mnie, a ja całkowicie zapominam, że kiedykolwiek sam potrzebowałem przebaczenia. Przy osobowości mojego typu o wiele częściej muszę przyjmować przebaczenie niż udzielać go. Kiedy koncentruję się na własnej potrzebie przebaczenia, widzę we właściwej perspektywie przebaczenie innym.

To nie jest przebaczenie

Przebaczenie to nie powiedzenie po prostu: „Przepraszam”. Kiedy to robisz, uznajesz problem, ale nie uznajesz swojej odpowiedzialności za niego. Przebaczenie mówi: „Przepraszam. Czy przebaczysz mi?” Ja także mówię konkretnie, o przebaczenie czego proszę.

Przebaczenie nie jest warunkowe i nie można na nie zasłużyć. Nie możesz wymagać od kogoś przemiany: „Może, jeżeli uporządkujesz swoje życie, przebaczę ci”. Z prawdziwym przebaczeniem nie są związane żadne warunki. Przebaczenie to nie uczucie. Były takie sytuacje, w których nie czułem przebaczenia i musiałem zrobić to przez wiarę. Nie potrafię jednak przypomnieć sobie ani jednego przypadku, w którym po przebaczeniu przez wiarę uczucia nie przyszły później. Przebaczenie jest aktem woli.

Przebaczenie to nie zapisywanie zła. Nie możesz robić umysłowych notatek za każdym razem, gdy coś się pojawi, a ty myślisz, że przebaczasz. Paweł przypomina nam w Pierwszym Liście do Koryntian 13,5, że miłość „nie pamięta złego”. To znaczy, że masz kochać drugą osobę i postępować wobec niej w taki sam sposób, jak przed popełnieniem przez nią zła.

Przebaczenie to nie udawanie, że zła sytuacja nigdy nie miała miejsca. Często ludzie po prostu idą dalej w życie i postępują tak, jakby nigdy nie było problemu. Jeżeli w taki sposób podchodzisz do sytuacji, nie bądź zdziwiony, kiedy ona wróci, aby cię prześladować.

Przebaczenie to nie obojętność. Jeżeli twoją postawą jest: „I co z tego?”, ignorujesz konflikt, którym trzeba się zająć. Taka obojętność jest powierzchowna.

Przebaczenie to nie pochwalanie zła. To, że poradziłeś sobie z osobistym cierpieniem przez przebaczenie, nie znaczy, że pochwalasz zły czyn.

Przebaczenie to nie po prostu powiedzenie: „Zapomnijmy o tym”. Nie zapominasz o tym. Raczej staje się to źródłem irytacji i urazy. Zapomnienie nie prowadzi do przebaczenia. W rzeczywistości jest na odwrót: przebaczenie prowadzi do zapomnienia.

Przebaczenie to nie tolerancja. Ciągłe znoszenie problemu niczego nie rozwiązuje i nie może pomóc więzi z drugą osobą.

Celem przebaczenia nie jest nauczenie jakiejś lekcji osoby, która zawiniła.

Przebaczenie nie znaczy, że nie będzie konsekwencji. W dalszym ciągu może mieć miejsce utrata dobrej opinii, utrata finansowa, emocjonalna, utrata snu czy wiele innych konsekwencji. Musisz zrozumieć, że człowiek, który uczyni coś złego, ponosi odpowiedzialność osobistą i prawną. Jeżeli przebaczasz komuś, to znaczy, że rozwiązałeś problem na poziomie osobistym. Człowiek ten jednak w dalszym ciągu musi odpowiedzieć Bogu. Możesz przebaczyć kierowcy, który nie mając ubezpieczenia zniszczył twój samochód, ale on i tak musi stanąć przed prawem.

Przebaczenie nie oznacza, że osoba, której przebaczasz, zmieni się. Niezależnie od tego, czy ona zmieni się czy nie, nakazem Boga jest przebaczyć. Nie jesteśmy odpowiedzialni za czyny innych.

W końcu przebaczenie zajmuje się skutecznie przeszłymi ranami, nie może jednak zabezpieczyć cię przed zranieniami w przyszłości. Jeżeli jednak przebaczysz teraz, będziesz mógł lepiej poradzić sobie z konfliktami i zranieniami, które nastąpią.

Intymność w małżeństwie nie jest uzależniona od tego, by nigdy nie skrzywdzić partnera. Gdyby tak było, żadne z naszych małżeństw nie przetrwałoby. Intymność jest raczej uzależniona od gotowości przebaczenia i proszenia o przebaczenie. Ludzie recytujący słowa z „Love Story”: „Miłość oznacza, że nigdy nie musisz mówić słowa *przepraszam*”, wykazują niewiele zrozumienia natury intymnych więzi międzyludzkich. Dwoje ludzi w więzi miłości będzie doświadczać konfliktu, lecz prawdziwa miłość jest zawsze gotowa do przebaczenia. Prośenie o przebaczenie w dojrzałej więzi z drugą osobą nie oznacza, że będziesz wykorzystywany. Przeciwnie, kiedy proszę Dottie o przebaczenie mi czegoś, mam pewność, że ona nie będzie wykorzystywać mojej otwartości.

To jest przebaczenie

Teraz, kiedy zobaczyliśmy, czym przebaczenie nie jest, spójrzmy na to, czym ono jest. Po pierwsze, przebaczenie jest wyrazem siły, a nie słabości. Mężczyźni częściej niż kobiety boją się, że przebaczenie i proszenie o przebaczenie może oznaczać okazywanie osobistej słabości w ich obrazie męskości. Wiercie mi jednak, staranie się o uzdrowienie więzi z drugą osobą przez przebaczenie jest prawdziwym znakiem siły charakteru.

Przebaczenie jest wyrazem miłości, która podejmuje inicjatywę. Czy kiedykolwiek pomyślałeś: „Dlaczego miałbym jej przebaczyć, skoro ona nie prosi o przebaczenie?” Boża miłość jednak wzywa nas do podjęcia pierwszego kroku. W Pierwszym Liście Jana 4,10 czytamy: „Na tym polega miłość, że nie myśmy umiłowali Boga, lecz że On nas umiłował i posłał Syna swojego jako ubłaganie za grzechy nasze”. Gdyby Bóg czekał na każde nawrócenie i proszenie o przebaczenie, dalej byłibyśmy zgubieni. Jeżeli ty czekasz, aby druga osoba najpierw wyznała swój grzech i prosiła o twoje przebaczenie, pozwalasz jej panować nad swoim życiem.

Jezus powiedział: „Jeśli byś więc składał dar swój na ołtarz i tam wspomniał byś, że brat twój ma coś przeciwko tobie, zostaw tam dar swój na ołtarzu, odejdź i najpierw pojednaj się z bratem swoim, a potem przyszedłszy złóż dar swój” (Mt 5,23–24). Tutaj Bóg wyraźnie wyjaśnia, że chce, abyś podjął inicjatywę niezależnie od tego, kto potrzebuje przebaczenia — On nie chce nawet, abyś oddawał mu cześć, jeżeli jest jakaś więź z drugą osobą, której nie próbowałeś naprawić. Gdyby ludzie mieli postępować według tej instrukcji biblijnej i nie chodzić do kościoła, jeżeli nie poprosili o przebaczenie lub nie udzielili przebaczenia, zastanawiam się, jak wielu pokazałoby się w następną niedzielę!

Przebaczenie ma na względzie trzy cele. Pierwszy jest ukazany w słowach Jezusa, które właśnie czytaliśmy. Jest to pojednanie dwóch osób. Drugi cel znajdujemy w Liście do Kolosan 3,12–15: „A w sercach waszych niech rządzi pokój Chrystusowy, do którego też powołani jesteście w jednym ciele, a bądźcie wdzięczni...”. Przebaczenie przyczynia się do jedności w ciele Chrystusa. Trzecim celem jest uzdrowienie emocjonalne — jeden z najwspanialszych sposobów, przy pomocy których uzdrawiająca miłość Jezusa Chrystusa może być zademonstrowana patrzącemu światu.

Dlaczego nie przebaczamy?

Aby lepiej zrozumieć, jak możemy zastosować przebaczenie w naszym życiu, spójrzmy teraz na niektóre przyczyny, dla których ty i ja nie przebaczamy.

Na pewno jedną z tych przyczyn jest poczucie zagrożenia. Jeżeli ty i ja odczuwamy zagrożenie w stosunku do siebie lub w naszej więzi z Bogiem, będziemy poszukiwać każdej okazji do okazania stanowczości. Postawienie się wyżej od kogoś przez nie udzielenie mu przebaczenia może stwarzać w nas fałszywe poczucie bezpieczeństwa.

Chowanie urazy jest innym powodem, dla którego nie przebaczymy. W Liście do Efezjan 4,30–32 mamy polecenie, aby nie chować zgorzknienia. A jednak wszyscy wiemy, że jest pewien rodzaj przyjemności w takiej urazie.

Kilka lat temu przemawiałem na uniwersytecie Cal–Poly w Pomona w Kalifornii na temat rewolucji miłości. Po moim przemówieniu podeszła do mnie murzyńska kobieta (wspominam o tym, że była Murzynką tylko dlatego, że Murzyni w naszej kulturze mają o wiele więcej źródeł zgorzknienia i urazy niż jakikolwiek biały człowiek. Większość białych nawet nie jest w stanie choćby trochę utożsamić się z frustracjami i niesprawiedliwościami, jakich doświadczają Murzyni). Ona powiedziała: „Wiesz, naprawdę cenię to, czym podzieliłeś się dzisiaj, ale nie chciałabym mieć do ludzi takiej miłości, jaką ty masz dla mnie”.

To rzeczywiście uderzyło mnie! „Dlaczego nie?” — zapytałem.

„Ponieważ” — odparła — „chcę mieć radość z nienawidzenia tych, którzy nienawidzą mnie!”

Niektórzy ludzie są motywowani w całym swoim życiu przez zgorzknienie. Niektóre z najślawniejszych wydarzeń w historii miały miejsce z powodu czyjejś urazy. Jednym z powodów braku naszego przebaczenia jest to, że lubimy chować w sercu „prawo do urazy”.

Zazdrość jest innym częstym powodem tego, że nie przebaczymy. Nienawiść króla Saula do Dawida była zakorzeniona w jego zazdrości. My sami również nie chcemy przebaczyć komuś, kto ma coś, o czym myślimy, że sami powinniśmy to posiadać. Jeżeli ktoś jest lepszy niż my, zazwyczaj decydujemy, że nie zasługuje na nasze przebaczenie.

Strach jest jeszcze jednym głównym powodem tego, że ludzie nie przebaczą. Kiedy przebaczasz komuś, czynisz się podatnym na zranienie. Możesz nie chcieć przebaczyć komuś, ponieważ sparzyłeś się wcześniej i boisz się ponownego zranienia. Tutaj pojawia się sprawa naszego obrazu siebie. Dopóki nie będziesz widział siebie tak, jak widzi ciebie Bóg — nie lepiej i nie gorzej — nie będziesz gotowy, aby się otworzyć. Kiedy jednak oferujesz się, by uzdrowić więź z drugą osobą, postępujesz słusznie w oczach Boga niezależnie od tego, czy druga osoba przyjmie czy odrzuci twoją ofertę.

Użalanie się nad sobą może powstrzymać nas od przebaczenia. „Zostałem skrzywdzony bardziej niż ktokolwiek inny i po prostu nie mogę już przebaczać!” — tak brzmi argument takiej osoby. Ale List do Rzymian 8,28 zapewnia nas, że Bóg współdziała we wszystkim (nawet w złych rzeczach) dla dobra. Natomiast przy użalaniu się nad sobą stawiamy

nasz osąd powyżej Bożego osądu. Mówimy w rzeczywistości: „Boże, w tej sprawie nie możesz współpracować dla dobra i nie masz mocy, aby cokolwiek z tym zrobić”.

Zrzucanie winy to inny częsty powód braku przebaczenia. Człowiek broni się słowami: „Ja miałem rację i miałem prawo do zrobienia tego, co zrobiłem”. Postawa taka powstrzymała wielu ludzi od doświadczenia przebaczenia i zniszczyła wiele więzi międzyludzkich.

Uprzedzenie w stosunku do jakiejś osoby może powstrzymać cię od przebaczenia. Właściwie nie miałbyś nic przeciwko temu, aby ktoś zrobił komuś innemu to, co on zrobił tobie. Ale jak on mógł zrobić to *tobie*? List do Efezjan 4,26 mówi nam: „Niech słońce nie zachodzi nad waszym gniewem”. Zauważ, że jest to nakaz, nie jedynie propozycja.

Pycha to inna reakcja, która stoi na drodze przebaczenia. Pycha mówi: „Nie potrzebuję więzi z tą osobą. Nie potrzebuję tego człowieka”.

Brak zapomnienia to jeszcze jeden powód nieprzebaczenia. Zapomnienie nie oznacza po prostu niezdolności do przypomnienia sobie jakiejś sytuacji. Wierzę, że zapomnienie oznacza odłożenie tego wydarzenia na bok, nie wspomnianie wczorajszych bólów, ale cieszenie się radością dnia dzisiejszego.

Zapomnienie oznacza, że nie wykorzystujesz sytuacji. Oznacza, że nie prowadzisz rejestru wyrządzonego ci zła. Oznacza, że zostawiasz sprawę na półce i pozwalasz, aby gromadził się na niej kurz. Kiedy pojawia się podobna sytuacja, możesz spojrzeć na półkę i przypomnieć sobie, czego nie robić, a potem znowu usunąć to ze swoich myśli. Zapomnieć znaczy nie być już dłużej pod wpływem zadanego ci cierpienia ani pod wpływem pragnienia zrewanżowania się.

Kiedy studiuję jakiś temat, Bóg zazwyczaj wykorzystuje tę okazję do wprowadzenia poprawek w moim życiu z nim. Kiedy studiowałem przebaczenie, zorientowałem się, co robię źle i co robię dobrze. Bóg zachęcił mnie w tym, co robiłem dobrze i przekonał mnie o potrzebie zmiany w tych dziedzinach, które wymagały poprawy.

Teraz, kiedy pojawiają się różne sytuacje, mogę spojrzeć na półkę, na której położyłem przeszłe zranienia, nauczyć się czegoś z nich i powiedzieć: „To było złe, ale Chrystus umarł za to”. Potem stawiam to z powrotem na półkę i postępuję przez wiarę — w przyszłości potrafię lepiej stawiać czoło zranieniom. W ten sposób Bóg pracuje, aby uczynić mnie lepszą osobą.

Henry Ward Beecher wyjaśnia, że powiedzenie: „Mogę przebaczyć, lecz nie mogę zapomnieć” to tylko inny sposób powiedzenia: „Nie mogę przebaczyć”.

Niegodność to jeszcze jeden powód, dla którego nie przebaczymy. Uznajemy, że ktoś nie jest godny przebaczenia. Biblia jednak nie pozostawia tobie czy mnie takiej oceny. Ona mówi: „Przebacz”. Kropka! Co ty zrobiłeś, aby zasłużyć na przebaczenie Chrystusa?

Powtarzająca się krzywda to jeszcze jeden klasyczny przykład, w którym trudno jest nam przebaczyć. „Przebaczyłem ci już pięć razy i więcej ci nie przebaczę. Gdybym przebaczył ci ponownie, ty znowu zrobisz to samo i to wszystko na nic się nie przyda”. Ja sam rzeczywiście czułem się w ten sposób wobec pewnego brata myśląc, że trzeba nauczyć go jakiejś lekcji, zanim przebaczę mu ponownie. Przez darmowe przebaczenie ciągle na nowo podkreślamy bezgraniczność przebaczenia, które Bóg oferuje nam przez Chrystusa. A jednak świadomość, że Bóg przebaczy nam, nie oznacza, że powinniśmy świadomie grzeszyć. Ona jedynie oznacza, że kiedy upadniemy, Bóg przebacza nam i przyjmuje nas z powrotem bez zastrzeżeń.

W czasach Chrystusa istniała zgoda wśród rabbich, że należało przebaczyć człowiekowi cztery razy i nie więcej. Niektórzy bardziej szczerzy nauczyciele dochodzili aż do siedmiu razy. Ale to było uważane za radykalizm. Czy możesz więc wyobrazić sobie tę scenę, kiedy Piotr pyta Jezusa, ile razy ma przebaczyć swemu bratu? Piotr spodziewa się, że zrobi wrażenie na Jezusie swoją duchowością i gotowością do przebaczenia przez przyjęcie religijnej postawy i zaproponowanie: „aż siedem razy?”

Możesz niemal widzieć Piotra z dumnie wypiętą piersią i zadowolonym uśmiechem na twarzy czekającego, aż Jezus poklepie go po plecach i powie: „O nie, Piotrze! Doceniam głębię twojej duchowości, ale wystarczy dwa lub trzy razy!” Zamiast tego Jezus zwrócił się do Piotra i powiedział: „Nie mówię ci aż siedem razy, lecz siedemdziesiąt razy siedem”. Czy słyszysz, jak Piotr jękając się odpowiada: „Och, Panie, czy możesz to powtórzyć? Czy powiedziałeś 490 razy?” Jezus nie interesuje się liczbą. On jest zainteresowany postawą przebaczącą i nieograniczonym pragnieniem uzdrawiania więzi z ludźmi. To sprzeciwia się wszystkiemu, czego naucza nas świat i nie daje nam możliwości domagania się naszych praw po dwóch czy trzech zranieniach. Naszą naturalną reakcją jest zrezygnowanie z kogoś po kilku próbach. Musimy jednak udzielać przebaczenia przez wiarę nawet wtedy, kiedy nie chcemy.

Odpłata jest czasem naszym motywem, kiedy nie chcemy przebaczyć. Po prostu chcemy widzieć, jak ktoś ponosi klęskę w jakimś ważnym zadaniu czy więzi z drugą osobą. Chcemy spowodować w jego życiu cierpienie równe lub gorsze w porównaniu z tym, jakie on zadał nam. Ale Biblia uczy: „Nikomus złem za złe nie oddawajcie i starajcie się o to, co jest dobre w oczach wszystkich ludzi. Jeśli można, o ile to od was zależy, ze wszystkimi ludźmi pokój miejcie” (Rz 12,17–18). Bóg mówi w Liście do Hebrajczyków 10,30: „Pomsta do mnie należy. Ja odpłacę”.

Brak siły jest jeszcze jednym powodem tego, że nie przebaczymy. Po głębokim zranieniu możemy czuć, że nie jesteśmy wystarczająco silni emocjonalnie, aby powiedzieć szczerze: „Przebaczam ci”.

Nieodparta siła

Corrie ten Boom wraz ze swoją siostrą, którą bardzo kochała, były więźniarkami w hitlerowskim obozie koncentracyjnym Ravensbrück. Pewien strażnik był wobec nich szczególnie brutalny. Corrie potrafiła znieść złe traktowanie, ale nie mogła znieść, kiedy ten strażnik był tak okrutny dla jej siostry, że w końcu umarła z powodu bicia, jakie otrzymała. W ciągu lat w Corrie ukształtowała się silna uraza do tego niemieckiego strażnika.

Po wojnie Corrie udała się do Niemiec. Nie tylko, aby mówić o orędziu przebaczenia, lecz by być orędziem przebaczenia. Niemcy byli przytłoczeni poczuciem winy i milczeli, kiedy przychodzili do kościoła i wychodzili z niego, gdy ona przemawiała.

Jednym z ludzi, którzy w pewnym kościele zostali, aby pozdrowić ją po nabożeństwie, był strażnik, który bił jej siostrę. Nie rozpoznał jej i powiedział: „Byłem strażnikiem w obozie więziennym i jestem wdzięczny za twoje orędzie dziś wieczorem. Poznałem Jezusa Chrystusa jako mojego Zbawiciela i Pana i przyszedłem do ciebie, ponieważ potrzebuję twojego przebaczenia”.

Corrie właśnie mówiła na temat przebaczenia. Kiedy jednak rozpoznała tego człowieka, tego, który tak okrutnie znęcał się nad jej siostrą, zgorzknienie zakipiało wewnątrz niej. On nie zdawał sobie sprawy z tego, z kim rozmawia, i stał tam z wyciągniętą ręką. Corrie jednak nie mogła podnieść swojej ręki. On powtórzył: „Corrie, czy przebaczysz mi?” Wewnątrz siebie zawołała głośno: „O Boże, pomóż mi!” I nagle poczuła, jak gorąco przechodzi przez jej ciało. Zanim uświadomiła sobie, co robi, chwyciła jego rękę, spojrzała mu w oczy i powiedziała: „Przebaczam ci”.

Bóg często przywodził mi na myśl to wydarzenie z życia Corrie ten Boom właśnie wtedy, gdy potrzebowałem wyciągnąć rękę w wierze i przebaczeniu. Nie potrafię tego dokładnie wyjaśnić, ale moc do przebaczenia zawsze przyjdzie, jeżeli pozwolisz na to. Duch Święty jest obecny, kiedy jesteśmy słabi, po to aby dać nam wystarczającą siłę do przebaczenia wszystkiego.

Udzielanie i przyjmowanie przebaczenia jest największą mocą dostępną do rozwiązywania konfliktów w dzisiejszym świecie. Jest to jedna z największych potrzeb całego świata. Pokazywanie światu charakteru Chrystusa przez bycie osobą przebaczącą jest jednym z najpotężniejszych świadectw, jakie ty i ja możemy dać.

Często modliłem się prosząc Boga, aby uczynił mnie bardziej przebaczącą osobą. Była to mniej więcej taka modlitwa: „Ojcze Niebieski, dziękuję Ci za przebaczenie. Dziękuję Ci za to, że Jezus Chrystus umarł za moje grzechy, aby mogły być całkowicie przebaczone. Dziękuję Ci za to, że kiedy złożyłem moją wiarę w Chrystusie, moje grzechy zostały przebaczone z powodu tego, co On uczynił, a nie czegoś, co ja uczyniłem. Ojcze, pokaż mi, jak przebaczyć sobie i ludziom wokół mnie. Chcę przebaczyć tak, jak Ty przebaczyłeś i chcę podjąć inicjatywę zaoferowania przebaczenia. Daj mi siłę do przełknięcia mojej pychy i proszenia o przebaczenie, kiedy zrobię coś złe. Uzdrów mnie ze wszystkich uczuć urazy. Panie, proszę o przekonanie mnie o moim niewłaściwym postępowaniu, kiedy potrzebuję przekonywania, o uzdrowienie, kiedy potrzebuję uzdrowienia, o pobudzenie, kiedy potrzebuję pobudzenia i o pocieszenie, kiedy potrzebuję pocieszenia. Pozwól mi być nośnikiem Twojego przebaczenia dla świata. W imieniu Jezusa Chrystusa. Amen.”

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Dlaczego przebaczenie jest podstawą trwałych intymnych więzi z ludźmi?
- ◆ Co możemy zrobić, aby rozumieć przebaczenie i praktykować je w naszym życiu?
- ◆ Jakie są niektóre powody tego, że nie przebaczamy?
- ◆ Co mówi Biblia o przebaczeniu?

DALSZE POMOCY

Richard P. Walters, „Forgive and Be Free”, Grand Rapids, MI, Zondervan Publishing House, 1983.

Dr David Augsburger, „Caring Enough to Forgive”, Ventura, CA, Regal Books, 1981.

Dr David Augsburger, „The Freedom of Forgiveness”, Chicago, IL, Moody Press, 1970.

Goldie Bristol i Carol McGinnis, „When It's Hard to Forgive”, Wheaton, IL, Victor Books, 1982.

Josh McDowell, „Jego obraz — mój obraz”, TKECh.

Jeannette Lockerbie, „Forgive, Forget and Be Free”, Here's Life Publishers.

STAWANIE SIĘ WIARYGODNĄ OSOBĄ

Co przedstawiłbyś jako pierwszorzędną troskę w twoim życiu?

Badania pokazują, że mężczyźni stawiają znaczenie na szczycie swojej skali wartości. Jeżeli żona poniża mężczyznę w jakikolwiek sposób i pomniejsza jego znaczenie, może oczekiwać albo jego odsunięcia się, albo gniewu.

Kobiety, z drugiej strony, cenią poczucie bezpieczeństwa. Potrzebują poczucia bezpieczeństwa i wystarczającej ilości pieniędzy oraz bezpiecznego środowiska. Bardziej jednak niż cegokolwiek innego kobieta potrzebuje poczucia bezpieczeństwa płynącego z możliwości zaufania mężowi. Kiedy jest pewna tego, w wielu dziedzinach będzie wywierała mniejszy nacisk na męża.

To nie jest dziwne. Wiarygodność nie jest bardzo podkreślaną dzisiaj cechą charakteru, a jednak jest podstawą dla trwałej i intensywnej więzi miłości, małżeństwa i współżycia seksualnego.

Wspólna tożsamość

Aby osiągnąć intymność, małżeństwo musi mieć wspólną tożsamość — więź typu „my”. Musi starać się o szczerość, otwartość oraz odsłonić swoje słabe strony. Bez czynnika zaufania nie może być szczerości ani bliskości.

Pewien nasz przyjaciel odczuwał, że jego żonie podoba się mężczyzna, z którym pracuje. Zaczął wtedy jeszcze bardziej okazywać jej miłość, pomagać w trudnych sytuacjach i okazywać, że rzeczywiście troszczy się o nią. Kiedy poczuła się odprężona w bezwarunkowej miłości męża i w jego oddaniu się jej jako żonie, zaufała mu na tyle, że podzieliła się swoim

wewnętrznym problemem. Zamiast potępić ją, on zapewnił ją o swoim wsparciu przez modlitwę dla jej wysiłku uporządkowania swoich uczuć. Po kilku tygodniach zbudowali nową więź miłości i zaufania tak silną, że potencjalny intruz został odsunięty na bok.

Jeżeli nie posiadasz pewności, że twój współmałżonek jest wierny, wiarygodny i zawsze myśli o tobie to, co najlepsze, niemal niemożliwe jest bycie otwartym i budowanie trwałej i intymnej więzi z nim. Możecie mieszkać w tym samym domu, ale oboje będziecie bardzo samotni.

Wypowiadając się na temat takiej samotności Richard Strauss pisze: „Samotność jest straszną rzeczą. Jest to pustka, niekompletność, brak komunikacji i brak towarzystwa. Samotność to brak okazji do dzielenia się sobą z kimś, kto rozumie — kimś, z kim możesz cieszyć się wspólnym oddaniem się sobie i zaufaniem”.⁵¹

Podobnie jak charakter, zaufanie nie jest owocem, który pojawia się szybko. Rozwija się ono przez dłuższy okres. Coraz więcej ludzi uświadamia sobie potrzebę budowania zaufania w więzi z drugą osobą, szczególnie kiedy chcą rozwinąć więź mającą dla nich specjalne znaczenie.

Pewien student wyznał: „W większości sytuacji, w których znajdowałem się z kimś w łóżku, życzyłem sobie, aby nie zaszło to tak daleko. Kiedy docierałem do punktu, w którym wiedziałem, że skończy się to spędzeniem z nią nocy, wszystko opadało. Automatycznie wykonywałem potrzebne ruchy. Były chwile, kiedy wszystko, co chciałem, to pośpieszyć się i mieć to już za sobą. W końcu przestałem to robić, kiedy uświadomiłem sobie, że seks nie jest niczym dobrym, jeżeli nie łączy się z prawdziwym zaufaniem i prawdziwą miłością. Bez tych rzeczy nie ma żadnej wartości”.⁵²

Lonnie Barbech, psycholog społeczny, i Linda Levine, psychoterapeuta, zauważyły w swoich sesjach poradnictwa, że wiarygodność jest czynnikiem pozwalającym na wolność i prowadzącym do oddania się: „Kobiety mówią, że w więzi, w której doświadczają poczucia bezpieczeństwa i troski, czują się mniej skoncentrowane na sobie, bardziej zdolne do zapomnienia się w przeżyciu zmysłowym, ponieważ ufają partnerowi i czują się akceptowane przez niego”.⁵³

Wierzę, że wiarygodność jest po prostu odzwierciedleniem tego, jacy jesteśmy wewnątrz i jakimi się okazaliśmy. Wbudowanie tej cechy w nasz charakter wymaga czasu.

Wolność wymaga zaufania

Oczywiste jest, że czynnik zaufania jest niezwykle ważny w sferze fizycznej. Jeżeli potrafisz opanować swoje życie seksualne przed małżeństwem, będziesz w stanie opanować je w małżeństwie. Czekanie do małżeństwa na współżycie seksualne wzmagają wzajemne zaufanie. Boży plan dla seksu polega na stuprocentowym zapomnieniu się jedynie wobec współmałżonka. Łatwo można zobaczyć, że jeżeli istnieje jakakolwiek nieufność w więzi z nim, to niezwykle trudno będzie osiągnąć intymność, bliskość i całkowite zapomnienie się wobec niego.

Pewien człowiek ze stanu Indiana stracił żonę w wypadku samochodowym i po kilku latach zaczął ponownie spotykać się z kobietami. W końcu zakochał się i zaplanował drugie małżeństwo, ale z powodów niezależnych musiał czekać niemal dwa lata. Chociaż poznał przyjemność współżycia seksualnego w małżeństwie, podczas tego okresu czekania nigdy nie uczynił więcej niż pocałowanie swojej nowej narzeczonej na pożegnanie.

Kiedy się pobraли, jego żona promieniała dumą z jego zachowania. Powiedziała: „Były chwile, w których byłoby tak łatwo po prostu pozwolić, aby wszystko działało się według biegu natury. On jednak nigdy nie przestał czuwać. Nie ma nikogo na całym świecie, komu ufałabym bardziej niż mojemu mężowi. On wiele podróżuje w sprawach zawodowych, ale ja ufałabym mu nawet, gdyby był jedynym mężczyzną na wyspie tropikalnej z pięcioma setkami nagich kobiet”. Jego opanowanie przyniosło korzyść w ich małżeństwie.

Budowanie fundamentu

Jako osoba samotna nigdy nie zdawałem sobie sprawy, jak bardzo moje randki wpłyną ostatecznie na moją więź z żoną. Nikt nigdy nie podzielił się ze mną tym, że moje doświadczenia w tej dziedzinie wpłyną bezpośrednio na radość i szczęście mojego małżeństwa. Kiedy byłem na studiach, chodziłem z młodą damą imieniem Paula. Chodziliśmy ze sobą przez trzy i pół roku i niemal pobrałiśmy się. Choć byliśmy bardzo zgodni, cieszyliśmy się sobą nawzajem i szanowaliśmy się bardzo, brakowało pełni miłości danej przez Boga. W końcu rozstaliśmy się. Dalej byliśmy jednak najbliższymi przyjaciółmi.

Trzy lata później spotkałem Dottie, a niedługo po naszym ślubie Dottie spotkała Paulę. Zostały dobrymi przyjaciółkami i zaczęły spędzać ze sobą wiele czasu. W końcu Paula przeprowadziła się bliżej naszego domu w

Kalifornii, gdzie mieszkają jej rodzice i siostra. Praktycznie zostaliśmy sąsiadami. Pewnego ranka przyjechałem do domu z podróży i nie zastałem Dottie. Kiedy powróciła, powiedziała mi, że spędziła ten poranek z Paulą. Podeszła do mnie, objęła mnie ramionami i powiedziała: „Kochanie, bardzo się cieszę, że dobrze sprawowałeś się przez te trzy i pół roku”.

Wziąłem głęboki oddech i zapytałem niepewnie: „Dlaczego?”

Dottie odpowiedziała: „Paula podzieliła się ze mną dziś rano, że była tak zakochana w tobie, że były takie chwile, kiedy zrobiłaby dla ciebie wszystko. Ale ty ani razu nie wykorzystałeś jej”. Nie trzeba mówić, że wydałem wielkie westchnienie ulgi i bardzo cieszyłem się, że nie wywierałem nacisku na Paulę w dziedzinie seksualnej.

Wspaniała przeszłość

Czy możesz sobie wyobrazić, co oznaczała dla mojej żony ta rozmowa z Paulą? Ona powiedziała: „Mogę ufać mojemu mężowi!” W niedawnym wywiadzie Dottie podzieliła się następującymi myślami:

„Trzeba budować swoją więź na zaufaniu. Ufam, że Josh będzie dobrym opiekunem dla moich dzieci. Ufam, że będzie mi wierny. Ufam, że będzie naszym duchowym przywódcą i że będzie rozwijał własną więź z Chrystusem. Ufam mu jako osobie, która troszczy się o nasze finanse.

On może ufać mi, że będę dobrą matką, kiedy go nie ma. Może ufać mi, że będę karmiła dzieci właściwie i pożywnie. Kiedy podróżuje, może ufać, że nie będę wydawała dużych ilości pieniędzy i nie będę organizowała dzikich przyjęć. Wszystko, co robicie, każdy krok, jaki podejmujecie w waszej więzi, musi być zbudowany na zaufaniu. To jest fundament dla waszego małżeństwa. Łatwo jest powierzyć się całkowicie komuś, kiedy mu ufasz.

Gdybym kiedyś miała poważny problem, do kogo pójde? Natychmiast myślę, że poszłabym do osoby, której ufam, kogoś, kto kocha mnie taką, jaką jestem, i kto nie zmienia swojej opinii o mnie niezależnie od tego, co zrobiłam. Josh jest taką osobą, ponieważ całkowicie ufam mu. Ufam mu, ponieważ ma wiarygodną przeszłość. Podejmował wiele trudnych decyzji i nawet gdy nie był chrześcijaninem, jego decyzje były dobre. Zawsze miał wysokie normy moralne.

Dla każdego, kto miał problem w przeszłości, sądzę, że najważniejszym krokiem jest komunikacja. Małżonkowie muszą powiedzieć sobie nawzajem, że mają do siebie zaufanie pomimo przeszłości”.

Kiedy stajesz się wiarygodny, zauważysz, że bardziej ufasz innym. Paweł podkreślał ten aspekt miłości, kiedy napisał: „Miłość nie ma końca w swoim zaufaniu” (1 Kor 13,7; parafraza).

Dojrzała miłość posiada niezniszczalną wiarę. Miłość jest gotowa wierzyć znowu w osobę, która wielokrotnie popełniała błędy. Chrystus jest naszym najwspanialszym wzorem miłości tego rodzaju. On jest zawsze gotowy kochać na nowo. Chrystus zawsze wierzy w to, co najlepsze. A jeżeli zostanie zawiedziony tysiąc razy, pozostaje gotowy do przebaczenia i ufania tysiąc pierwszy raz.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Pod jakimi względami zaufanie jest podstawą do trwałej więzi małżeńskiej?
- ◆ Dlaczego ważne jest zaufanie w dziedzinie seksualnej?

DALSZE POMOCY

Alan McGinnis, „Sztuka przyjaźni”, Vocatio.

Jerry White, „Friends and Friendships”, NavPress.

STOSUNEK DO WŁADZY

Będiesz właściwą osobą i lepszym partnerem małżeństwa, jeżeli ukształtujesz w sobie naturalny i właściwy stosunek do władzy w swoim życiu przed małżeństwem. Pozytywny stosunek do władzy jest istotny dla owocnej więzi małżeńskiej.

Jeżeli jesteś osobą, która zawsze musi postawić na swoim — buntującą się wobec rodziców, pracodawców i nauczycieli — trudno będzie ci zbudować bliską i intymną więź z drugą osobą. Człowiek nawykowo odrzucający władzę będzie miał trudności z pozytywną postawą wobec współmałżonka.

W małżeństwie łączy się dwoje ludzi z różnych środowisk i z różnymi przyzwyczajeniami. Mają odmienne upodobania. Zamierzają stworzyć związek, który będzie najpierw silnym węzłem małżeńskim, a potem silnym węzłem rodzinnym. Ponieważ niewiele zadań życiowych wymaga większej elastyczności niż małżeństwo, właściwa postawa wobec władzy jest tu bardzo istotna. Jeżeli jeden z partnerów nie nauczył się tej postawy, konflikt będzie znacznie wzmocniony.

Kiedy przed kilkudziesięciu laty mieszkałem w Ameryce Łacińskiej, nauczyłem się kilku ważnych lekcji o władzy. Czasami nie byłem zadowolony z jakiejś decyzji, czy to ze względów osobistych czy kulturowych. Nauczyłem się jednak, że nawet wtedy, gdy uważałem, że coś powinno być zrobione moim sposobem, muszę uszanować władzę Argentyńczyków i realizować ich decyzje. Bóg nauczył mnie lekcji robienia tego, czego chce ode mnie ktoś inny, nawet kiedy uważam, że mój pomysł jest lepszy lub kiedy po prostu nie chcę robić tego na jego sposób. Jakie wspaniałe przygotowanie do małżeństwa! Jeżeli nauczyłeś się, że nie

zawsze musisz postawić na swoim, jesteś lepiej przygotowany do współżycia z partnerem małżeństwa.

Żółta kuchnia

Chciałbym zilustrować, w jaki sposób ta lekcja przydała się w więzi z moją żoną. Marzenie posiadania własnego domu spełniło się, kiedy przeprowadziliśmy się do miłego domu w stylu hiszpańskim. Nie był on bardzo drogi, ale pochłonął każdy grosz, jaki mieliśmy. Myślałem, że jest idealny.

Przenieśliśmy się do niego, rozpakowaliśmy i zanim kurz zdążył opaść, Dottie powiedziała: „Kochanie, czy moglibyśmy pomalować kuchnię?” Osobiście uważałem, że kuchnia wygląda wspaniale! Miała brudny musztardowo-żółty kolor, ale farba nie odpadała. Powiedziałem, że nie sądzę, aby kuchnia wymagała malowania. Lecz ona odparła: „Proszę, naprawdę chciałabym mieć inny odcień żółtego”.

Potem zacząłem o tym myśleć. Malowanie kuchni miało duże znaczenie dla mojej żony, choć według mnie w ogóle nie było potrzebne. Ale to przecież ona miała spędzać w kuchni więcej czasu niż ja. I właśnie w tym miejscu musiałem odpowiedzieć na władzę. Choć nie mieliśmy wiele pieniędzy, zrozumiałem, że pomalowanie kuchni jest najlepszym zainwestowaniem pieniędzy, jakie mamy. Ono zademonstruje mojej żonie, że troszczę się o jej pragnienia. I tak zdecydowałem się rozpocząć malowanie.

Nie powiedziałem jednak żonie: „Dobrze, zrobię to, tylko daj mi spokój!” To okradłoby nas oboje z radości. Zamiast tego powiedziałem: „W porządku kochanie, pomalujemy ją”. I ruszyłem do pracy. Po położeniu pierwszej warstwy musiałem przyznać, że poprzedni kolor rzeczywiście był brzydkim, musztardowo-żółtym kolorem. Druga warstwa w końcu stworzyła upragnione rezultaty i pozostawiła na ścianie ciepły żółty kolor.

Dottie przyszła i zaczęła podziwiać moją pracę — sprawiła, że czułem się jak król. Kiedy skończyła podziwianie, czułem się, jakbym namalował Kuchnię Sykstyńską. Potem zapytała: „Kochanie, czy nie moglibyśmy zrobić jeszcze wzorku na biało?”

Ponieważ kiedyś byłem właścicielem zakładu malarskiego, wiedziałem dokładnie, o co mnie prosi. Wiedziałem, jak trudne będzie zrobienie tego wzorku, ale wstałem wcześniej następnego ranka, położyłem jeszcze jedną warstwę i namalowałem wzorek. Nie mogłem się doczekać, aż Dottie to

zobaczy. Pamiętam nasz pierwszy posiłek w tej kuchni, kiedy już zakończyłem malowanie. Dottie objęła mnie ramionami i powiedziała: „Kochanie, wiem, że nie chciałeś malować, ale to było dla mnie ważne. Dziękuję ci tak bardzo”.

Czy możesz sobie wyobrazić, co to znaczyło dla Dottie? Jej uczucia wołały: „Jemu zależy na mnie! On troszczy się o moje pragnienia i potrzeby!” Z doświadczenia tego zebraliśmy wspaniałe korzyści. Dawanie, branie i odpowiadanie wzajemne na swoją władzę są absolutnie konieczne w intymnej więzi jedności.

Ammons i Stinnett to para naukowców, którzy studiowali trwałe małżeństwa. Kluczową cechą charakterystyczną szczęśliwie dobranych partnerów było to, że „(...) są oni wrażliwi na innych ludzi (...), uznają potrzeby innych, respektują ich różnice, biorą pod uwagę ich uczucia i stawiają się w sytuacji drugiej osoby”.⁵⁴

Po zbadaniu 2.500 osób żyjących w małżeństwie dr Lewis Terman opisał w następujący sposób osobę, która najprawdopodobniej będzie szczęśliwa w małżeństwie:

Jest nastawiona na współpracę w swojej postawie wobec innych ludzi. Pracuje dobrze z tymi, którzy mają nad nią władzę. Jest życzliwa i sympatyczna wobec swoich podwładnych i zawsze gotowa pomagać każdemu, kto znajdzie się w kłopotach.

A teraz, na zasadzie kontrastu, osoba, która prawdopodobnie nie będzie szczęśliwym partnerem małżeństwa. Jest niepewna siebie w kontaktach z ludźmi. Zazwyczaj czuje się gorsza od innych. Kiedy jednak znajdzie się na wyższym stanowisku, ma tendencje do panoszenia się i dominowania. Nie lubi przyjmować rozkazów od innych i nie lubi zaangażowania we współzawodnictwo, ponieważ nie umie przegrywać. Ma skłonność do negatywizmu, do chronicznego narzekania i do przeciwstawiania się wszelkiej władzy.⁵⁵

Mieć rację czy być kochanym?

Jeden z najwspanialszych tekstów na temat miłości mówi o reagowaniu na pragnienia ukochanej osoby: „Miłość nie obstaje przy swoim” (1 Kor 13,5; parafraza).

Dzisiaj bardzo podkreśla się „prawa”. „Mam swoje prawa i będę o nie walczył” — to stanowisko, które często słyszymy. Taka postawa uderza w samo serce miłości i intymności, ponieważ utrudnia ludziom zwrócenie uwagi najpierw na potrzeby drugiego. Apostoł Paweł pisał na temat praw i obowiązków w Pierwszym Liście do Koryntian 7,3–4: „Mąż niechaj

oddaje żonie, co jej się należy. Podobnie i żona mężowi. Nie żona rozporządza własnym ciałem, lecz mąż. Podobnie nie mąż rozporządza własnym ciałem, lecz żona”.

Paweł podkreślił to ponownie, kiedy napisał: „Niech każdy z was pilnuje i troszczy się nie tylko o własne interesy, lecz także o interesy innych” (Flp 2,4; parafraza).

W książce „Pitfalls of Romantic Love” („Pułapki romantycznej miłości”) H.G. Zerof pyta: „Jak ważne jest dla ciebie posiadanie racji? Czy nauczyłeś się pozwalać partnerowi na jego uczucia, nawet jeśli nie zgadzasz się, być może stanowczo, z wyrażoną opinią?”⁵⁶

Piękno sytuacji, w której każdy partner odpowiada na pragnienia i potrzeby drugiego, widoczne jest w zdrowej więzi dawania i brania, tak koniecznej dla znalezienia spełnienia w miłości, małżeństwie i seksie. Kluczem do zbudowania więzi dawania i brania jest wrażliwość i gotowość do kompromisu.

Dottie pamięta pewną sytuację z naszego miesiąca miodowego w Meksyku, kiedy chciałem zobaczyć film. Ona nie była ucieszona tym pomysłem, gdyż nie mówiła po hiszpańsku. Poza tym projekcja miała mieć miejsce na otwartym powietrzu, co znaczyło, że będą komary, a Dottie nienawidzi komarów. Ja jednak byłem tak entuzjastycznie nastawiony do obejrzenia tego filmu, że w końcu poddała się. Zrozumiała prawdopodobnie po raz pierwszy, że w małżeństwie musimy być gotowi na kompromis i nie zawsze upierać się przy swoim. Będą różnice opinii i chwile, gdy jedna osoba będzie musiała zejść na bok i pozwolić, aby szcześnie drugiej stanęło przed jej własnym.

Rozrywka jest dziedziną, w której musieliśmy dostosować się do siebie nawzajem i uczyć się odpowiadać na swoje pragnienia. Nasze smaki są całkowicie odmienne. Jak wyjaśnia to Dottie:

„Josh lubi filmy i programy telewizyjne typu westernów, historii szpiegowskich i tajemniczych morderstw. Ja natomiast uwielbiam filmy o miłości i o ludziach — wszystko, co dotyczy więzi międzyludzkich. Często udaje mu się przekonać mnie do obejrzenia jego ulubionego filmu, kiedy ja wołałabym raczej obejrzeć coś innego. Kilka razy zabrał mnie jednak aż do San Francisco, aby obejrzeć balet, co jest dla niego wspaniałym krokiem, ponieważ sam z siebie nie poszedłby oglądać baletu.

Małżeństwo musi być więzią dawania i brania. Czasami możesz czuć się tak, jakbyś tylko ty dawał, a kiedy indziej, jakbyś tylko ty brał. Zasadniczo jednak to równoważy się.”

Inną dziedziną, w której różniliśmy się, gdy się pobraliśmy, był sport. Jedynym sportem, który Dottie lubiła, był baseball. Ona jest kibicem Red Sox. Poślubiła natomiast mężczyznę oglądającego każdy sport z wyjątkiem baseballu. Ja jestem kibicem Dallas Cowboys. Moja żona nie wychowała się w domu, w którym priorytetem był football. W końcu postanowiła nauczyć się nieco o footballu, a ja rozbudziłem w sobie zainteresowanie baseballlem. Podjęliśmy decyzję, aby nie usuwać się i nie iść własną drogą, lecz próbować znaleźć wspólne rozwiązanie, które przyniesie korzyść nam obojgu.

Równi w kompromisie

David Bogard napisał po przeżyciu czterdziestu siedmiu lat w małżeństwie z tą samą kobietą:

Widziałem świerki, które z dala wyglądały jak jedno drzewo, lecz gdy się zbliżyłem, zobaczyłem, że są to dwa pnie o równej średnicy, z których każdy otaczał drugi, sprawiając wrażenie jednego drzewa, w rzeczywistości jednak będąc dwoma różnymi drzewami. Dwoje ludzi połączonych w małżeństwie może tak dostosować się do siebie nawzajem, że żadne z nich nie traci tego, co istotne, budując życie, w którym dwie osobowości, każda niepowtarzalna, muszą mieć okazję do rozwijania się bez przemocy wobec drugiego. Musi być dawanie i branie, bezustanne wzajemne dopasowywanie się do siebie, a jednak zachowywanie tego, co jest szczególne w sobie. Jeśli ktoś myśli, że jest to proste zadanie, czeka go poważny szok.⁵⁷

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Co to znaczy „reagować na władzę” w pozytywny sposób?
- ◆ Dlaczego jest to ważne w więzi małżeńskiej?
- ◆ Jak możesz nauczyć się reagować na władzę?

DALSZE POMOC

Martin L. Jones, „Authority”, Banner of Truth.

Jerram Barrs, „Shepherds and Sheep”, InterVarsity Press.

O UPIORACH

Mówienie w naszych czasach o czystym sumieniu może wydawać się śmieszne. Jeżeli jednak pragniesz być właściwą osobą w miłości i małżeństwie, posiadanie czystego sumienia co do przeszłości będzie podstawą. Rozpoczęcie teraz budowania tej cechy w swoim życiu i w więziach z innymi pozwoli ci na osiągnięcie niesamowicie bogatych korzyści w twoim życiu małżeńskim. Wspaniałym uczuciem jest wejście w więź miłości, małżeństwa i seksu z czystym sumieniem — ze świadomością, że oddawałeś cześć Bogu w swoim życiu i nie wykorzystywałeś ludzi dla własnej satysfakcji.

W ciągu lat potrzeba czasu, abyśmy wzrastali i uczyli się budować więzi z ludźmi. W każdym z nas kształtują się pewne wzorce postępowania. Ustalają one sposób, w jaki zazwyczaj reagujemy na innych ludzi i jak ich traktujemy. Dobre życie w miłości jest więc w dużej mierze rezultatem historii dobrych więzi z ludźmi. Sposób, w jaki traktowałeś ludzi w przeszłości, nie zmienia się, jeśli nie podejmiesz konkretnych kroków przemiany. On determinuje też sposób, w jaki będziesz traktował ludzi w przyszłości. Dlatego tak ważne jest praktykowanie zdrowych więzi i wzorców chodzenia ze sobą. Kładziesz w ten sposób podstawę dla więzi małżeńskiej trwającej całe życie.

Jeżeli wbudowałeś w swoje życie wzorec wykorzystywania ludzi dla własnej przyjemności, nie zmienisz się zasadniczo w małżeństwie, niezależnie od tego, jak szczerą będzie twoja miłość. Doświadczenia z okresu chodzenia ze sobą przejdą wraz z tobą do małżeństwa. Żadna ceremonia nie zmieni niczego w magiczny sposób. Jakość twojej miłości będzie odzwierciedleniem jakości twojego charakteru. A twój charakter nie powstał i nie powstaje w ciągu jednej nocy.

Dwie główne zasady

Jak sformułowałbyś złotą regułę dla osób chodzących ze sobą przed małżeństwem? Ja wyraziłbym ją następująco: Będę traktował osobę, z którą jestem na randce w ten sam sposób, w jaki chciałbym, aby ktoś traktował osobę, którą pewnego dnia poślubię. Kiedy zostałem chrześcijaninem, uczyniłem to moją główną zasadą.

Jak traktujesz osobę, z którą chodzisz? Czy chciałbyś, aby w ten sposób ktoś traktował osobę, którą poślubisz? Może byłeś nieuczciwy w więzi z tą osobą? Czy chciałbyś, aby ktoś był w ten sposób nieuczciwy w stosunku do osoby, którą poślubisz? Czy rozmawiasz z tą osobą w taki sposób, w jaki chciałbyś, aby ktoś rozmawiał z osobą, którą pewnego dnia poślubisz?

Wielu ludzi dzisiaj chętnie usprawiedliwia wobec siebie aktywność seksualną przed małżeństwem. Jak jednak podkreśla Herbert J. Miles w swojej książce „Sexual Understanding Before Marriage” („Seksualne rozumienie przed małżeństwem”):

Logiczna wiara w przedmałżeńskie współżycie seksualne oznacza, że mężczyzna musiałby bronić prawa każdego innego mężczyzny do współżycia seksualnego z jego matką przed jej ślubem. Musiałby bronić prawa każdego mężczyzny do współżycia seksualnego z jego siostrą przed jej ślubem. Musiałby bronić prawa każdego mężczyzny do współżycia seksualnego z jego córką przed jej ślubem.⁵⁸

Jeśli nie możemy bronić jednego typu przedmałżeńskiego współżycia seksualnego, jak możemy mówić, że inny typ jest w porządku? To nie ma sensu i nasze sumienie wie o tym. Ci, którzy bronią współżycia przedmałżeńskiego twierdząc: „To jest w porządku, jeżeli się kochacie”, pokazują jedynie, jak mało rozumieją miłość. Czy możesz szczerze kochać kogoś równocześnie powodując, że wkroczy on w małżeństwo z winnym sumieniem? Zawsze chciałem móc spojrzeć moim córkom prosto w oczy i powiedzieć, że mam nadzieję, że mężczyźni, z którymi będą się spotykać i których poślubią, będą traktować je w taki sam sposób, w jaki ja traktowałem ich matkę.

Inną główną zasadą, którą przyjąłem, było prowadzenie moich randek w taki sposób, abym mógł nie bać się spotkania mojej przyszłej żony z dziewczynami, z którymi się spotykałem. Dzisiaj cieszę się, że trzymałem się tej filozofii. Kobieta, z którą chodziłem przez ponad trzy lata i którą niemal poślubiłem, została teraz jedną z najlepszych przyjaciółek mojej żony.

Może mówisz: „No tak, ale ja nie byłem wzorem cnoty. Co mam zrobić teraz? Cierpieć? Zapomnieć o małżeństwie?” Nie, to nie jest to, czego oczekuje przebaczący Bóg. Nie ma potrzeby wnoszenia poczucia winy w nową więź z drugą osobą. Czasami jedynym sposobem uzyskania czystego sumienia jest cofnięcie się w czasie i poproszenie o przebaczenie swoich przeszłych błędów.

W książce „Your Life Together” („Wasze życie razem”) E.G. Nelson omawia, w jaki sposób poczucie winy może wywołać problemy:

Ludzie przynoszący mi swoje najgłębsze problemy często mówią o tym, jak ciągle są ścigani przez poczucie wstydu i winy wywołane błędami w przeszłości. Choć wiedzą, że Bóg im przebaczył, wydaje się, że żadna operacja nie może usunąć ich ran emocjonalnych. Musimy więc przypominać sobie, że żyjemy w codziennym przebaczeniu, rozumiejąc, że jesteśmy usprawiedliwieni łaską przez wiarę w Boga. Przeszłe błędy są przebaczone przez pełnego łaski Boga, a osobiste uznanie tego przebaczenia może być przyjęte odnowioną wiarą nas samych. Życie chrześcijańskie jest podtrzymywane przez fakt przebaczenia, ponieważ realność przebaczenia jest jego fundamentem.⁵⁹

Poza poproszeniem o Boże przebaczenie dla twojej przeszłości i przyjęciem go, musisz prawdziwie przebaczyć sobie i zaakceptować siebie. Ponieważ nie możesz zmienić przeszłości, bądź wdzięczny, że ta część twojego życia jest zakończona i że Bóg ma władzę uczynienia wszystkiego nowym w twoim życiu chrześcijańskim i chce to zrobić. Możesz uzyskać czyste sumienie, niezależnie od tego, jak złe były twoje przeszłe przeżycia.

Ścigające upiory

Wielu ludzi przychodzi do mnie po poradę w sytuacji zaangażowania emocjonalnego. Ciągłe na nowo pytają: „Ile z mojej przeszłości mam powiedzieć osobie, którą kocham?” Ta sprawa wywołuje straszną agonię dla wielu. Moją radą jest, by nie czuć się zmuszonym do „powiedzenia wszystkiego”. Jeżeli wiesz, że jesteś kochany i akceptowany takim, jakim jesteś teraz, to twoja miłość jest bezpieczna. Jeżeli jednak wydarzenia z przeszłości mogłyby sprawić, że któreś z was kwestionowałoby waszą więź, jesteście na chwiejnych podstawach.

Młody mężczyzna imieniem Chris borykał się z tym pytaniem. Po wysłuchaniu jego historii zaproponowałem, aby nie dzielił się niektórymi swoimi wyraźnymi błędami z narzeczoną, chyba że motywem jego

milczenia byłby strach, że wyjawienie przeszłości wpłynie negatywnie na ich więź oraz jej miłość i akceptację. Gdyby to był prawdziwy powód zachowania dla siebie tej informacji, poradziłbym mu, by podzielił się z nią swoją przeszłością i pozwolił, aby ich miłość została sprawdzona. Gdyby miał miejsce strach, nigdy nie czułby się gotowy do całkowitego otwarcia wobec niej i to ciągle prześladowałoby go.

David Mace w książce „Getting Ready for Marriage” („Przygotowanie do małżeństwa”) podaje pewną radę w tej dziedzinie:

Proponuję ci prostą regułę dotyczącą wyznania [win przeszłości]. Jeżeli czujesz, że musisz je przedstawić i jesteś pewien, że potrafisz zrobić to w sposób pełen miłości, który nie wywoła strapienia u twojego partnera, zrób to. Jeżeli jednak masz wątpliwości, możesz postąpić według następującego planu. Najpierw pójdz i wyznaj to w pełni komuś, kogo szanujesz i komu ufasz. Porozmawiaj z nim o tym, czy byłoby dobrze wyznać to osobie, którą planujesz poślubić. Jeżeli decyzją, co do której obaj zgodzicie się, jest nie zrobienie tego, powinieneś stwierdzić, że sprawa ta nie męczy cię już dłużej. Okazałeś swoją gotowość do powiedzenia. A to liczy się najbardziej. Jeżeli kiedyś, później, fakty te wyjdą na jaw, a twój współmałżonek zapyta cię, dlaczego nie wyznałeś tego, odpowiesz, że byłeś gotowy do zrobienia tego i że w rzeczywistości powiedziałeś komuś (kogo możesz wymienić po imieniu). Potem wyjaśnisz, że zdecydowałeś się nie wyznawać tego swemu partnerowi, ponieważ uważałeś, że w owym czasie była to najlepsza rzecz, jaką mogłeś zrobić.⁶⁰

Pamiętaj, że czyste sumienie jest jak czyste i właściwie przygotowane płótno, na którym Bóg ma malować mistrzowski obraz, jakim pragnie, by było twoje życie. Jeżeli powierzchnia płótna będzie brudna albo obrazy pozostawione przez poprzedniego artystę nie zostaną wymazane, trudno będzie, aby obraz reprezentował wszystko, co istnieje w umyśle mistrzowskiego artysty.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Jakim wspomnieniem z twojego życia posługuje się szatan, aby cię męczyć?
- ◆ Jak możesz pozbyć się tego męczącego wspomnienia?

KARM SWOJEGO DUCHA

Twoja osobista więź z Bogiem bezpośrednio wpływa na twą zdolność odkrywania i podtrzymywania szczęśliwej więzi miłości, małżeństwa i seksu. A więc jednym z najistotniejszych wymagań dla bycia „właściwą osobą” jest dojrzałe i wzrastające życie duchowe.

Kiedys pewien sfrustrowany mąż zapytał mnie: „Jaki jest najważniejszy czynnik decydujący o owocnym małżeństwie?” Odpowiedziałem, że w moim małżeństwie z Dottie najważniejszym aspektem jest mój osobisty związek z Chrystusem. Wydawało się, że był dość zdumiony tą odpowiedzią. Wyjaśniłem więc, że jeżeli mężczyzna i kobieta zbliżają się do siebie duchowo z właściwymi postawami, będą mieli lepsze życie seksualne. Jest to prawdą dla chrześcijan, ponieważ istnieje ścisły związek pomiędzy intymnością duchową a przyjemnością seksualną.

Kiedy Chrystus działa w twoim sercu, zaczynasz widzieć ludzi tak, jak widzi ich Bóg. Bóg uważa człowieka za tak ważnego, że posłał swojego Syna na krzyż za ludzki grzech. Kiedy raz zaakceptujemy tę ocenę znaczenia naszego współmałżonka, dokona to wielkiej przemiany w naszym życiu. Chrześcijanin wierzy, że każda osoba posiada autentyczną wartość. Nie jest więc traktowana w pierwszym rzędzie jako przedmiot zaspokojenia seksualnego, lecz z godnością i szacunkiem, ponieważ Bóg umieścił w niej wieczną wartość. Kiedy przekonania te zostaną przyjęte, pomagają przeprogramować w bardziej pozytywny sposób twój najważniejszy narząd seksualny — twój umysł.

Badanie duchowości

Czy badania naukowe potwierdzają moje stanowisko? Zbadajmy rezultaty kilku z nich.

Socjologowie dr Paul Ammons, profesor badający problematykę rodziny na University of Georgia i dr Nick Stinnet, profesor i dziekan wydziału rozwoju rodziny w College of Home Economy na University of Nebraska badali typ ludzi posiadających najlepsze więzi rodzinne, włączając w to najszcześniejsze małżeństwa. Kluczową cechą wspólną wszystkich było to, „że są one głęboko duchowe”.⁶¹

Dr Lorna i Philip Sarrel, terapeuci seksualni i wykładowcy w szkole medycznej w Yale University, przeprowadzili ankietę wśród 26.000 mężczyzn i kobiet badając kobiecy seksualizm.

Rezultaty te wykazały bliski związek „pomiędzy siłą uczuć religijnych kobiety a jej zdolnością do rozkoszowania się przeżyciami seksualnymi”. Doszli do wniosku, że „kobiety z silnymi pozytywnymi uczuciami religijnymi zazwyczaj mają bardzo dobre życie seksualne”. Najwyższy poziom braku satysfakcji z więzi seksualnych miał miejsce wśród kobiet, które stwierdziły, że są «antyreligijne». A więc kobiety z silnymi uczuciami przeciwnymi religii przejawiały najwyższe prawdopodobieństwo nieszczęśliwych więzi seksualnych”.⁶²

Ankieta czasopisma „McCall” dotycząca intymnych więzi między kobietami i mężczyznami pokazała, że „kobiety wierzące — te, które są świadome obecności Boga w ich życiu — często posiadają mniej zahamowań i są bardziej gorące i otwarte niż inne”.⁶³

Michael J. Sporkowski i George A. Hughston, dwóch profesorów z Virginia Polytechnic Institute and State University, przeprowadzili ankietę z małżeństwami żyjącymi ze sobą 50 lub więcej lat, aby odkryć, jakie czynniki decydujące o szczęśliwym małżeństwie uznają za najważniejsze. Jednym z zadań osób, z którymi prowadzono wywiady, było powiedzenie, co włączyliby w swoją receptę na szczęśliwe małżeństwo. „Zarówno mężowie, jak i żony umieścili znaczenie religii w szczytowej piątce. Przy czym kobiety podawały je jako kryterium numer jeden dla szczęśliwego małżeństwa, stawiając je nawet wyżej niż miłość”.⁶⁴

Specjalista medycyny rodzinnej dr Robert B. Taylor został zapytany w pewnym wywiadzie, czy religia jest ważna dla rozwoju małżeństwa. Odpowiedział: „Pary, które są aktywne religijnie, zazwyczaj mają stabilniejsze małżeństwa”.⁶⁵ Donosząc w czasopiśmie „Redbook” o pracy dwóch uczonych, dra Nicka Stinnetta i dra Johna Defraina z University of

Nebraska, w ich Narodowym Studium Silnych Stron Rodziny David Milofsky pisze:

Uderzającym elementem Studium Silnych Stron Rodziny był wysoki poziom orientacji religijnej wśród rodzin, które brały w nim udział. Większość, choć nie wszystkie, chodzi regularnie do kościoła lub synagogi, uczestniczy w innych działaniach kościoła i ma regularny, rodzinny czas modlitwy lub czytania Biblii.

Stinnet wskazuje na inne badania przeprowadzone w ciągu ostatnich kilkudziesięciu lat, z których wynika silny związek pomiędzy religią a sukcesem i szczęściem we wszystkich fazach życia, nie tylko szczęściem rodzinnym. Nie jest więc czymś zdumiewającym, że wspólne życie religijne stanowi podstawę wspólnych wartości i poczucia celu w rodzinie. Stinnett stwierdza, że choć Studium Silnych Stron Rodziny nie wskazuje, że wiara w Boga jest warunkiem szczęścia rodzinnego albo że rodziny niereligijne nie będą szczęśliwe, jasne jest jednak, że religia może być głównym źródłem siły dla rodzin, podobnie jak dla jednostek.⁶⁶

„Jak wykazały badania” — pisze dr Evelyn Duvall, socjolog — „nie jest przypadkiem, że małżeństwa zawierane w kościele żyją ze sobą dłużej w większym procencie niż zawierane przez władze cywilne. Łączą ich wspólne cele i wartości religijne”.⁶⁷

Artykuł z „Chicago Tribune” dotyczący ankiety na temat upodobań seksualnych 100.000 czytelników czasopisma „Redbook” donosi: „Z godną uwagi stałością można zauważyć, że im większa intensywność przekonań religijnych kobiety, tym bardziej prawdopodobne jest, że będzie wysoce usatysfakcjonowana seksualnymi przyjemnościami małżeństwa”. Artykuł ten uznaje, że „większa przyjemność seksualna kobiet religijnych może być po prostu przejawem większego szczęścia w życiu w ogólności”.⁶⁸

Duchowość a seksualność

Dlaczego głębokie przekonania religijne mają tak silny wpływ na więź miłości, małżeństwa i seksu? Socjolog dr Herbert J. Miles udziela odpowiedzi w książce „Sexual Understanding Before Marriage” („Seksualne rozumienie przed małżeństwem”):

Istnieją trzy linie rozumowania, które mogą rzucić światło na to pytanie. Po pierwsze, według naszej opinii podstawowe zasady chrześcijańskie są przychylne dobremu życiu seksualnemu. Na temat więzi międzyludzkich chrześcijaństwo naucza: (1) wartość związana jest z osobą (...), (2) powinniśmy mieć respekt dla praw wszystkich osób, (3)

powinniśmy charakteryzować się bezinteresowną ofiarnością, (4) powinniśmy okazywać innym życzliwość i zrozumienie, (5) powinniśmy być tolerancyjni, nieskorzy do sądzenia i krytykowania, (6) powinniśmy troszczyć się o szczęście i dobre samopoczucie innych, (7) powinniśmy nosić nawzajem swoje ciężary i (8) powinniśmy praktykować samodyscyplinę i samokontrolę. Natychmiast widoczne jest, że te chrześcijańskie koncepcje są fundamentalnymi zasadami koniecznymi dla dobrego dopasowania seksualnego.

Z drugiej strony pewne postawy mają tendencję blokowania dobrego życia seksualnego. Są to: (1) egoizm; (2) niecierpliwość; (3) brak troski o potrzeby i prawa innych; (4) łatwość obwiniania i potępienia; (5) niechęć do uczenia się i (6) nastawienie na zaspokajanie pragnień chwili. Natychmiast widać, że są to postawy niechrześcijańskie. Rzeczywiście można powiedzieć, że podstawowe ideały chrześcijańskie są kluczem zarówno do szczęśliwego małżeństwa, jak i satysfakcjonującego życia seksualnego.

Po drugie, nasze badania wykazują, że chrześcijaństwo umożliwia dobre przystosowanie w małżeństwie. Spośród 151 par w naszym studium 98% należało do kościoła, 83% mężów i 96% żon uczęszczało w dzieciństwie i młodości do szkoły niedzielnej, 76% mężów i 79% żon było nauczycielami w szkole niedzielnej, 73% regularnie oddawało kościołowi dziesięcinę ze swoich dochodów, 86% czytało Biblię i modliło się głośno razem w noc po swoim ślubie, 90% praktykowało regularną modlitwę rodzinną, 90% modliło się przed posiłkami i 96% mężów oraz 93% żon prowadziło modlitwę publiczną na spotkaniach kościelnych.

Prawdopodobnie można uogólnić, że 90 do 95% z tej grupy było aktywnymi chrześcijanami. W małżeństwie tych chrześcijan 78% przystosowało się seksualnie w ciągu tygodnia, 12% w ciągu dwóch miesięcy, podczas gdy 6% przystosowało się dopiero przy końcu 30 miesięcy. Po okresie małżeństwa trwającym od 6 miesięcy do roku 96% kobiet, które przystosowały się seksualnie, stwierdziło, że w swoich próbach doświadczania orgazmu odnosiły powodzenie przez cały czas lub przez większość czasu.

Dodatkowo w tym samym okresie 41% par podało, że mąż i żona doświadczali orgazmu wspólnie za każdym razem lub w większości sytuacji, a 38% doświadczало orgazmu wspólnie od czasu do czasu. Poziom przystosowania jest więc wyższy niż w innych badaniach. Jeżeli prowadzenie życia chrześcijańskiego miałoby blokować dobre przystosowanie seksualne w małżeństwie, jak wyjaśnimy wysoki poziom przystosowania w małżeństwach w naszym studium? (...) Choć nie możemy stwierdzić tego z całą pewnością, wydaje się, że istnieje związek pomiędzy wartościami i motywacjami chrześcijańskimi a seksualnym

przystosowaniem się w małżeństwie. Z pewnością nic nie wskazuje tutaj, że chrześcijańskie motywacje i wartości blokują dobre przystosowanie seksualne.

Niektórzy autorzy krytyczni wobec chrześcijaństwa twierdzą, że młodzi ludzie oddani ideałom chrześcijańskim nie mogą rozmawiać obiektywnie o seksie przy planowaniu małżeństwa. Nasze badanie wskazuje, że teoria ta jest fałszywa. 91% par stwierdziło, że przed ślubem omawiało otwarcie osobiste postawy i dość konkretne szczegóły dotyczące seksu. 97% omówiło sprawy seksualne w ten sposób na miesiąc przed ślubem.

„Po trzecie, często chrześcijaństwu zarzuca się wiele fałszywych idei na temat seksu, podczas gdy w rzeczywistości są one przeciwne judeo-chrześcijańskiemu nauczaniu na ten temat. Dla ilustracji, pewne małżeństwo, oboje w wieku trzydziestu lat, rodzice trójki dzieci, żyło w separacji i wkrótce miało uzyskać rozwód. Pani X, matka żony, odwiedziła pastora rodziny, aby poprosić go o pomoc w uniknięciu rozwodu. Badając możliwe przyczyny konfliktu w tym małżeństwie pastor zapytał w końcu, czy prowadzili normalne życie seksualne. Pani X była wzburzona i powiedziała: „Pastorze, chcę, aby pan wiedział, że oni są chrześcijanami. Kiedy urodziły się moje dzieci, przestałam sypiać z mężem (*to znaczy, przestali współżyć seksualnie*) i od tego czasu z nim nie spałam. Kiedy moja córka urodziła trzecie dziecko, poleciłam jej, aby przestała sypiać z mężem. Nie spała z nim od pięciu lat. Pastorze, chcę, aby pan wiedział, że całe to gadanie o seksie jest poniżej godności życia chrześcijańskiego”. Małżeństwo to rozwiodło się.

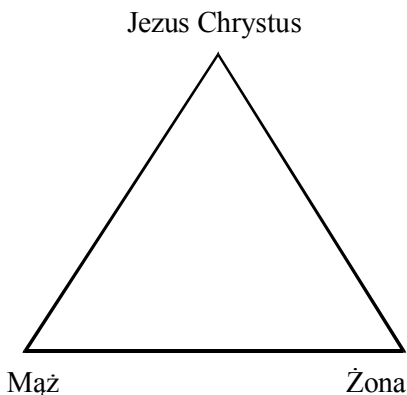
Każda zorientowana osoba wie, że idee pani X były niechrześcijańskie. Uznawanie chrześcijaństwa odpowiedzialnym za idee pani X byłoby podobne do uznawania nauk medycznych odpowiedzialnymi za wiele naiwnych przekonań, jakie ludzie mają o przyczynach chorób i ich leczeniu.⁶⁹

Kiedys zostałem zaproszony, aby przemawiać na zajęciach dotyczących płciowości ludzkiej na jednym z południowo-zachodnich uniwersytetów. Zanim zostałem przedstawiony, pożyczyłem podręcznik od jednego ze studentów. Kiedy zacząłem go przeglądać, natknąłem się na zdanie, które student podkreślił. Wprost nie mogłem uwierzyć temu, co czytałem: „Każdy, kto posiada przekonania religijne, prawdopodobnie będzie doświadczał braku satysfakcji z życia seksualnego”. Pomimo całych tomów naukowego materiału dowodowego stwierdzających coś wręcz przeciwnego, świeccy autorzy ciągle propagują ten mit.

Doświadczenie

Być może mówisz teraz: „Chwileczkę, nie zarzucaj mnie statystykami. Ja przecież żyję w prawdziwym świecie, w którym muszę radzić sobie z moim mężem!”

Chciałbym podzielić się kilkoma osobistymi spostrzeżeniami, aby zrównoważyć wiele statystyk, które zacytowałem. W więzi małżeńskiej mąż i żona zbliżają się do siebie, kiedy zbliżają się do Chrystusa. Chciałbym zilustrować to trójkątem równoramiennym. Mąż i żona to dwa wierzchołki podstawy, a Chrystus — to trzeci wierzchołek. Jeżeli dwa dolne wierzchołki chcą zbliżyć się do siebie, muszą zbliżyć się do wierzchołka górnego (aby zrozumieć to lepiej, proponuję, abyś przeczytał książkę „Do szczęścia w małżeństwie” Waltera Trobisch). Moja osobista więź z Bogiem przez Jezusa Chrystusa pomogła mi lepiej kochać żonę, być lepszym mężem i przyjacielem dla Dottie.



Przed laty, zanim jeszcze spotkałem Dottie, zacząłem szukać odpowiedzi na niektóre z najbardziej kłopotliwych pytań życia. Ponieważ tam, gdzie się wychowałem, wielu ludzi „chodziło do kościoła”, pomyślałem, że może odpowiedzią na moje pytania jest religia. Spróbowałem więc religii. Byłem zaangażowany w religię rano, po południu i wieczorem. Musiałem jednak pójść do złego kościoła, ponieważ czułem się gorzej niż wtedy, kiedy zacząłem.

Potem pomyślałem: „Może odpowiedzią jest wykształcenie?” Jako chłopak wychowany na wsi byłem przekonany, że ludzie wykształceni posiadają wewnętrzną radość, szczęście, sens życia, nawet moc do tego,

by żyć w wolności. Z takim postanowieniem rozpocząłem studia. Cóż za rozczarowanie dla kogoś, kto próbuje znaleźć prawdę i cel w życiu!

Pierwszy uniwersytet, na którym studiowałem, znajdował się w Michigan. Prawdopodobnie byłem tam najbardziej niepopularnym studentem wśród profesorów. Chciałem odpowiedzi. Wierciłem im dziury w brzuchu. Myślę, że niektórzy z nich gasili światło i zasuwali zasłony, gdy widzieli, że się zbliżam. Wkrótce uświadomiłem sobie, że wielu wykładowców ma więcej problemów, mniej sensu w życiu i więcej frustracji niż ja. Mój profesor od ekonomii potrafił powiedzieć mi, jak więcej zarobić, ale nie — jak lepiej żyć.

Potem pomyślałem: „Może odpowiedzią jest prestiż? Znaleźć jakieś powołanie i oddać mu swoje życie!” W mojej szkole przywódcy studenccy decydowali o wielu sprawach i byli ważni. Kandydowałem więc na różne stanowiska polityczne i zostałem wybrany.

Dobrze było znać każdego na miasteczku uniwersyteckim, podejmować decyzje, wydawać pieniądze innych dla osiągnięcia celów, jakie sam chciałem. Podobało mi się to. Każdego poranka w poniedziałek budziłem się jednak tą samą osobą. Zazwyczaj miałem ból głowy z powodu poprzedniej nocy i zawsze miałem tę samą postawę: „Znowu jeszcze jedno pięć dni”. Jakoś udawało mi się przecierpieć od poniedziałku do piątku. Moje szczęście kręciło się wokół piątkowych, sobotnich i niedzielnych wieczorów. Całe złośliwe koło zaczynało się ponownie w następnym poniedziałek.

W końcu nabawiłem się frustracji. Wątpię, czy wielu studentów na uniwersytetach w moim kraju było bardziej szczerzych próbując znaleźć sens, prawdę, moc i cel w życiu. A jednak nie znalazłem ich.

Nadzieja

Mniej więcej w tym czasie zauważyłem na miasteczku uniwersyteckim grupę ludzi. Nie było ich wielu, jedynie ośmiu studentów i dwóch wykładowców, było jednak coś poważnie odmiennego w ich życiu. Wydawało się, że wiedzą, dokąd zmierzają, a to było bardzo niezwykle. Wielu ludzi w naszym społeczeństwie jest podobnych do pewnego człowieka, którego zobaczyłem na University of Chicago. Chodził po całym miasteczku z dużym napisem na plecach: „Nie idź za mną. Jestem zgubiony”.

Wydawało się, że ludzie ci nie tylko mają cel, lecz także, że mają pewne przekonania. Nie wiem jak ty, ale ja lubię być z ludźmi, którzy

mają przekonania. Nawet jeżeli się ze mną nie zgadzają. Niektórzy z moich najbliższych przyjaciół nie zgadzają się z niektórymi rzeczami, w które ja wierzę. Podziwiam ludzi, którzy nie tylko wiedzą, dlaczego wierzą w to, w co wierzą, ale wiedzą także, dlaczego nie wierzą w to, w co nie wierzą. To jest równie ważne, a wydawało się, że ta grupa ludzi wie to wszystko.

Co więcej, przejawiali oni niezwykle rodzaj miłości w sposobie traktowania ludzi. Zauważyłem, że podczas gdy większość ludzi mówiła dużo o miłości, ci demonstrowali coś szczególnego w swoich więziach z innymi. Oni mieli coś, czego ja nie miałem, a czego chciałem. Dlatego zapoznałem się z nimi.

Kilka tygodni później siedzieliśmy przy stole w pomieszczeniach związku studentów. Pamiętam, że było nas sześciu studentów z tej grupy i dwóch wykładowców — jeden z nich z żoną. Rozmowa zaczęła kierować się na Boga. Spójrzmy prawdzie w oczy: jeżeli czujesz się zagrożony, czy jesteś studentem, profesorem, biznesmenem, kelnerką czy kimkolwiek innym, musisz zrobić dobrą minę, kiedy rozmowa kieruje się na temat Boga. Każdy uniwersytet, każda szkoła średnia i każde biuro posiada człowieka, który mówi: „Chrześcijaństwo? To jest dla słabych. Nie dla ludzi myślących”.

Czy wiesz, co odkryłem? Zawsze jest tak, że im większą pozę przyjmuje taki człowiek, tym większa jest pustka w jego wnętrzu. Taką właśnie pozę wtedy przyjąłem. Chciałem tego, co oni mieli, lecz nie chciałem, aby o tym wiedzieli. Choć przez cały czas oni wiedzieli, że ja chcę tego, co oni mają, i że nie chcę, aby o tym wiedzieli. (Możesz zobaczyć, jaki miałem dylemat!)

Rozsiadłem się wygodnie na moim fotelu i próbowałem zachowywać się swobodnie. Spojrzałem na jedną ze studentek. (Podobała mi się! Zwykłem wtedy myśleć, że wszystkie chrześcijanki są brzydkie. Myślałem, że jeżeli nic ci się nie udaje i nigdzie indziej nie możesz się załapać, zostajesz chrześcijaninem.) Powiedziałem: „Dlaczego jesteście tak inni od pozostałych studentów na uniwersytecie?” Ona spojrzała na mnie z niewielkim uśmiechem, co także może być denerwujące, jeżeli jesteś w złym nastroju, i powiedziała dwa słowa, o których nigdy nie pomyślałbym, że usłyszę je na uniwersytecie jako część „rozwiązania”. Powiedziała: „Jezus Chrystus”. „No nie” — powiedziałem — „mam dość religii, kościoła i Biblii! Nie dawaj mi tych śmieci o religii!” Ona musiała mieć dużo odwagi i silne przekonania, ponieważ spojrzała mi w oczy, tym razem bez uśmiechu. „Posłuchaj” — odparła — „nie powiedziałam

religia. Powiedziałam *Jezus Chrystus*”. Przeprosiłem ją, ponieważ zachowałem się grubiańsko. Nie zostałem wychowany w taki sposób. Powiedziałem: „Proszę, przebac mi moją postawę, ale mówiąc prawdę, mam dość rzeczy tego typu. Po prostu nie chcę mieć z nimi nic do czynienia”.

Nie uwierzyłbym w to, co wydarzyło się potem. Właśnie tam, na uniwersytecie, ci studenci i wykładowcy postawili przede mną wyzwanie, abym intelektualnie zbadał, kim był Jezus Chrystus. Myślałem, że to żart! Zaczęli mówić w szczegółach o tym, że Bóg przyjął ludzkie ciało w Jezusie Chrystusie, o jego śmierci na krzyżu za grzechy ludzkości, pogrzebie i dosłownym zmartwychwstaniu trzeciego dnia, a potem mieli śmiałość, aby stwierdzić, że On może przemienić życie człowieka w XX-tym wieku.

Zdumiewające zakończenie

Jak śmieszne to było! Uważałem wtedy, że większość chrześcijan ma dwa mózgi — jeden zaginął, a drugi poszukiwał pierwszego. Zazwyczaj oczekiwałem, aby jakiś chrześcijański student przedstawił swoje poglądy na zajęciach, abym mógł zapędzić go w kozi róg. Potrafiłem pokonać nawet profesorów. Znałem odpowiedzi na każdy argument, jaki mógł przedstawić chrześcijanin. Ale ci ludzie stawiali mi to wyzwanie ciągle na nowo. W końcu więc przyjąłem je.

Trzeba przyznać, że uczyniłem to ze złą motywacją. Zrobiłem to w oparciu o pychę. Nie po to, aby cokolwiek udowodnić, ale po to, by obalić ich twierdzenia. W rzeczywistości pierwotnym celem mojej pierwszej książki „*Evidence that Demands a Verdict*” było wyśmianie ich przekonań jako nielogicznych.

Zamierzałem wykazać absurdalność chrześcijaństwa, lecz po dwóch latach badań i po wydaniu dość dużej sumy pieniędzy wszystko to zwróciło się przeciw mnie. Doszedłem do wniosku, że Chrystus musiał być tym, za kogo się podawał. Mój wniosek nie miał nic wspólnego z wiarą. Był ściśle intelektualny. Ustaliłem, że jeżeli będę mógł wykazać, że jedna z dwóch podstawowych dziedzin nie jest prawdziwa i wiarygodna historycznie, zwyciężę w mojej walce z chrześcijaństwem.

Pierwszą z tych dziedzin było wykazanie, że Nowy Testament nie jest rzetelny historycznie. Myślałem, że nie ma co do tego żadnych wątpliwości. Myślałem, że został napisany wiele lat po opisywanych wydarzeniach i że przeniknęły do niego niezliczone mity i legendy oraz

inne błędy i sprzeczności. To wszystko, co musiałem udowodnić. I to obróciło się przeciw mnie!

Drugą dziedziną było zmartwychwstanie. Sądziłem, że to będzie jeszcze prostsze. Wszystko, co Jezus Chrystus nauczał, dla czego żył i umarł, było oparte na jego dosłownym powstaniu z grobu, a moim prostym zadaniem miało być wykazanie, że zmartwychwstanie nigdy nie miało miejsca. Myślałem, że będzie to łatwe — nie spotkałem nigdy nikogo, kto by zmartwychwstał. To także obróciło się przeciw mnie. W rzeczywistości materiał dowodowy był tak przekonujący, że wystarczył do napisania innej książki: „Zmartwychwstanie”.

Nieodparta siła

Naprawdę miałem problem. Mój intelekt był przekonany, lecz ja ciągle walczyłem. Zorientowałem się, że zostanie chrześcijaninem (wolę mówić „wierzącym”) wymaga rozbicia mojego egoizmu. Chłubiłem się swą samowystarczalnością, a Jezus Chrystus wzywał mnie, abym zaufał mu jako Zbawicielowi i Panu. Jezus skierował wezwanie do mojej woli, chcąc, abym powierzył mu swoje życie, ponieważ On umarł na krzyżu za moje grzechy. Jego sparafrazowane zaproszenie brzmiało: „Spójrz. Oto stoję u drzwi i ciągle pukam. Jeśli ktoś usłyszy moje wezwanie i otworzy drzwi, wejść do niego” (Ap 3,20). Musiałem uznać, że „tym zaś, którzy Go przyjęli, dał prawo stać się dziećmi Bożymi, tym którzy wierzą w imię Jego” (J 1,12).

Nie martwiłem się o to, czy On chodził po wodzie i przemienił wodę w wino. Jezus czynił cuda nie po to, aby mnie zabawiać. Nie wyobrażałem sobie szybszego sposobu zrujnowania moich zabaw, zniszczenia moich dążeń intelektualnych i przekreślenia mojej akceptacji naukowej ze strony rówieśników, jak pozwolenie Jezusowi na to, aby wszedł. Umysł mówił mi, że chrześcijaństwo jest prawdziwe, lecz moja wola mówiła: „Nie zgadzaj się na to”. Mówiąc łagodnie, miałem problem.

Za każdym razem, kiedy byłem z tymi entuzjastycznymi chrześcijanami, konflikt wzrastał. Jeżeli byłeś kiedyś wokół szczęśliwych ludzi samemu będąc nieszczęśliwym, rozumiesz, jak mogą cię męczyć. Oni byli tak szczęśliwi, a ja byłem tak nieszczęśliwy, że kiedyś wstałem i wybiegłem ze związku studentów. Byłem tak wyprowadzony z równowagi, że szedłem spać o dziesiątej i nie mogłem zasnąć do czwartej nad ranem. Wiedziałem, że muszę pozbyć się Jezusa z mojej głowy albo stracić rozum!

W dniu 19–tego grudnia 1959 roku o godzinie 8:30 wieczorem, podczas mojego drugiego roku na uniwersytecie, zostałem chrześcijaninem. Ktoś później zapytał mnie: „Skąd wiesz?” Odpowiedziałem: „Byłem tam”. Tego wieczoru modliłem się. Moja modlitwa obejmowała cztery kroki, przy pomocy których chciałem nawiązać osobistą więź z Bogiem i jego Synem, zmartwychwstałym, żywym Jezusem. W miarę upływu czasu ta więź przekształciła moje życie. Najpierw modliłem się: „Panie Jezu, dziękuję Ci za to, że umarłeś za mnie na krzyżu”. Po drugie, powiedziałem: „Wyznam te rzeczy w moim życiu, które nie podobają się Tobie, i proszę o przebaczenie mi i oczyszczenie mnie” (Biblia mówi: „Choćby wasze grzechy były jak szkarłat, staną się białe jak śnieg”). Po trzecie, powiedziałem: „Właśnie teraz, najlepiej jak potrafię, otwieram Ci drzwi mojego serca i życia i składam moje zaufanie w Tobie jako moim Zbawicieli i Panu. Zawładnij moim życiem. Przemień mnie poczynając od mojego wnętrza. Uczyni mnie takim człowiekiem, na jakiego mnie stworzyłeś”. Ostatnim punktem mojej modlitwy było: „Dziękuję Ci przez wiarę, że przyszedłeś do mojego życia”. Duch Święty uaktywnił moją wiarę, która była oparta na Bożym Słowie i wsparta materiałem dowodowym i faktami historii.

Jestem pewien, że słyszałeś różnych religijnych ludzi, jak mówili o swoim przeżyciu podobnym do „błyskawicy”. Po mojej modlitwie nic niezwykłego się nie wydarzyło. Nic. W rzeczywistości, kiedy podjąłem tę decyzję, poczułem się gorzej. Poczułem, że mam chory żołądek. „O nie, McDowell, w co ty się teraz wplątałeś” — zastanawiałem się. Rzeczywiście czułem się tak, jakbym zwariował, i niektórzy moi przyjaciele zgadzali się z tym. Być może nie czułem pewności co do mojej decyzji wtedy, ale po kilku miesiącach wiedziałem, że nie zwariowałem. Moje życie zostało przemienione.

Przemiana na dobre

Jedną z dziedzin, w których zacząłem widzieć przemiany, był mój niepokój. Byłem człowiekiem, który zawsze musiał być czymś zajęty. Musiałem być albo razem z moją dziewczyną, albo gdzieś w dyskusji. Kiedy przechodziłem przez miasteczko uniwersyteckie, konflikty wywoływały trąbę powietrzną w moim umyśle. Siadałem, aby próbować studiować lub myśleć — i nie mogłem. Ale w kilka miesięcy po podjęciu decyzji zaufania Chrystusowi zacząłem zauważać coś w rodzaju umysłowego pokoju.

Nie chodzi o to, że nie miałem konfliktów. W więzi z Jezusem znalazłem nie tak bardzo nieobecność konfliktu, jak zdolność do stawienia mu czoła. Nie zamieniłbym tego na nic innego w świecie, ponieważ doświadczyłem w bardzo oczywisty sposób tego, co obiecał Chrystus, kiedy powiedział: „Pokój zostawiam wam. Mój pokój daję wam. Nie jak świat daje, ja wam daję. Niech się nie trwoży serce wasze i niech się nie lęka” (J 14,27).

Inną dziedziną, która zaczęła się przemieniać, była moja nerwowość. Zazwyczaj traciłem panowanie nad sobą, kiedy ktoś krzywo na mnie spojrzał. Ciągłe jeszcze wzdrygam się, gdy przypomnę sobie, jak na pierwszym roku studiów omal nie zabiłem człowieka. Moje nerwy były tak bardzo częścią mnie, że nawet nie próbowałem świadomie zmienić ich. Pewnego dnia po mojej decyzji złożenia wiary w Chrystusa doszedłem do kryzysu tylko po to, by stwierdzić, że moje nerwy zniknęły! Tylko raz straciłem panowanie nad moimi nerwami od grudnia 1959 roku. Jezus Chrystus przemienia życie.

Trzecią dziedziną mojego życia, która doznała przekształcającej mocy Chrystusa, była moja więź z ojcem. Paląca nienawiść, jaką odczuwałem wobec niego — znanego w okolicy alkoholika, który znęcał się nad rodziną i przynosił jej wstyd — została przemieniona na miłość i akceptację. Przemiana ta była tak wyraźna, że dostrzegł ją nawet mój ojciec i zaprosił Jezusa do swojego życia.

Biblia mówi, że jeżeli jesteś w Chrystusie, jesteś nowym stworzeniem. Ja zobaczyłem, jak mój ojciec został stworzony na nowo przed moimi oczami. Nigdy więcej nie pił. Doszedłem do jednego wniosku: osobista więź z Jezusem Chrystusem przemienia życie. Możesz w swojej niewiedzy śmiać się z chrześcijaństwa, możesz drwić z niego, lecz ono działa. Jeżeli ufasz Chrystusowi, zacznij przyglądać się swoim postawom i czynom, ponieważ Jezus Chrystus zajmuje się przemianą życia, przebaczeniem grzechu i usuwaniem winy. Jeżeli to nie poprawi więzi małżeńskiej, to nic jej nie poprawi.

Jaki jest twój wniosek?

Podzieliłem się tym, jak osobiście odpowiedziałem na słowa Chrystusa. Ty także musisz postawić sobie logiczne pytanie: „Jakie znaczenie ma to wszystko dla mnie? Jakie znaczenie ma to, czy wierzę czy nie wierzę, że Chrystus powstał z martwych i umarł na krzyżu za moje grzechy?” Najlepszą odpowiedzią są tu słowa, które Chrystus powiedział do

człowieka imieniem Tomasz. Powiedział mu: „Ja jestem drogą i prawdą, i życiem. Nikt nie przychodzi do Ojca inaczej jak tylko przeze Mnie” (J 14,6).

Możesz zaufać Bogu właśnie teraz, wiarą przez modlitwę. Modlitwa jest rozmową z Bogiem. Bóg zna twoje serce i nie zależy mu tak bardzo na twoich słowach, jak na postawie twojego serca. Jeżeli nigdy nie zaufałeś Chrystusowi, aby przebaczył twój grzech i dał ci życie wieczne, możesz zrobić to teraz. Możesz modlić się mniej więcej tak: „Panie Jezu potrzebuję Cię. Dziękuję za to, że umarłeś na krzyżu za moje grzechy. Otwieram Ci drzwi mojego życia i składam zaufanie w Tobie jako moim Zbawicielu. Dziękuję za przebaczenie mojego grzechu i obdarzenie mnie życiem wiecznym. Uczyń mnie taką osobą, jaką chcesz, abym był. Dziękuję, że mogę Ci ufać”.

Po zaufaniu Jezusowi jako Zbawicielowi i Panu oczywiste stają się praktyczne implikacje nauczania biblijnego i potrzeba duchowego wymiaru więzi z drugą osobą. Moja więź z Bogiem wpływa na każdą dziedzinę mojego życia. Z pewnością wpływa na moje małżeństwo.

Pozytywy i negatywy w małżeństwie

Gdy prowadziłem wykład na temat chrześcijańskiej perspektywy miłości, seksu i małżeństwa na zajęciach z psychologii na pewnym północno-wschodnim uniwersytecie, pewien student zapytał mnie: „Jakie czynniki pomagają zbudować dobre małżeństwo?” Po wyliczeniu pozytywnych i negatywnych czynników zapytałem grupę, skąd według nich wzięłem tę listę. Większość odparła, że z jakiejś książki na temat małżeństwa lub podręcznika psychologii albo socjologii. Musiałbyś widzieć ich reakcję, kiedy powiedziałem, że są to pozytywne i negatywne czynniki intymnej więzi z drugą osobą przedstawione w Biblii. Niektórzy jedynie kręcili głowami z niedowierzaniem. Po raz pierwszy wielu z nich zaczęło zastanawiać się nad Biblią jako mającą praktyczne znaczenie dla miłości, małżeństwa i seksu. Oto pozytywne i negatywne przymioty, które przedstawiłem tej grupie:

POZYTYWNE

Cierpliwość

Jk 1,2–4; Hbr 10,16;

1 Kor 13,4, Kol 3,12–13

NEGATYWNE

Niecierpliwość

Szukanie dobra drugich

1 Kor 13,5; Flp 2,4; Ga 6,2

Dawanie

Łk 6,38; 1 J 4,10

Bezinteresowność

Flp 2,3–8

Prawdomówność

Kol 3,9; Za 8,16;

1 Kor 13,6; Ef 4,25

Pokora

Flp 2,3–8; Prz 16,18;

Jk 4,6; Kol 3,12

Życzliwość

1 Kor 13,3; Mt 5,21;

Kol 3,12; Ga 5,22

Zaufanie

Prz 27,4; 1 Kor 13,4–7

Realistyczne patrzeć na siebie

1 Kor 4,6–7; 13,4;

Kol 2,18; Ga 6,2

Odpowiedzialność

Łk 16,10–12

Opiekuńczość

1 Kor 13,5–6

Przebaczenie

Kol 3,13; Mt 11,25; 6,14

Badanie siebie

Mt 7,1–2; J 8,9; Łk 6,37

Zadowolenie

Jud 15,18; Hbr 13,5

Wdzięczność

Prz 19,3; 1 Tes 5,8;

Rz 1,21; Ef 5,20

Samokontrola, opanowanie

Prz 16,32; Rz 5,3–4;

1 Kor 13,6; Ga 5,23

Szukanie własnego dobra

Branie

Interesowność

Kłamliwość

Pycha

Nienawiść

Nieufność

Zazdrość

Zarozumiałość

Próżność

Nieodpowiedzialność

Myślenie o własnej reputacji

Brak przebaczenia

Krytykanctwo

Narzekanie

Niewdzięczność

Pobłażanie sobie

Nieopanowane nerwy

Pilność	Samozadowolenie
Jk 4,17; Kol 3,23	
Zachowanie tajemnicy	Plotkarstwo
1 Kor 13,7; 1 P 2,9; 1 Tm 5,13	
Łagodność	Szorstkość
Ga 5,23; Kol 3,12	
Współczucie	Nieczułość
Kol 3,12; Łk 6,28; Ga 6,2	
Wrażliwość, uprzejmość	Nieuprzejmość
1 Kor 13,5	
Wierność	Niewierność
Ga 5,22	

Możesz być tak przytłoczony tą listą, jak ja byłem na początku. Być może jesteś gotowy, aby poddać się, zanim jeszcze rozpoczniesz, ponieważ wydaje ci się, że musiałbyś być Bogiem lub jakimś gigantem duchowym, aby doświadczyć wszystkich tych pozytywnych czynników. Twój zdrowy rozsądek mówi, że są to pozytywne czynniki w kształtowaniu bliskich, intymnych więzi z ludźmi. Ponieważ wiesz, że nie potrafisz wytworzyć ich sam, możesz czuć się sfrustrowany.

Odpnij się, jest dobra nowina! Pomocą jest DUCH ŚWIĘTY. Bóg nie tylko dał nam trudną normę, według której mamy żyć, lecz dał nam także siłę do życia według niej. Powyższe pozytywne czynniki są po prostu cechami samego Boga w jego podstawowej naturze. Innymi słowy, sam Bóg jest nie tylko normą, według której mamy żyć, lecz jego charakter jest także samą istotą tego, co powinno być wcielone w nasze życie w zjednoczeniu miłości, małżeństwa i seksu.

Nasz kochający Ojciec niebieski pokazuje nam swoją naturę, to, kim jest, w Biblii. Przez Ducha Świętego zamieszkuje w wierzącym, aby prowadzić swoje życie przez niego. W osobie Ducha Świętego Bóg dał nam wszystko, czego potrzebujemy, aby prowadzić życie chrześcijańskie. Obecność Boga zamieszkującego w nas przez Ducha Świętego jest źródłem, które daje nam moc do bycia „właściwą osobą” w więzi małżeńskiej.

Nie akceptuj żadnych środków zastępczych

Z powodu niezwyklej ważności zamieszkania Ducha Świętego w nas chciałbym powtórzyć tutaj to, czym dzieliłem się w mojej książce „Jego obraz — mój obraz” na temat „nowego poczucia swoich możliwości”:

Najskuteczniejszym sposobem zrozumienia potencjalnych możliwości, które masz dzięki Duchowi Świętemu, jest poznanie środków, które posiada każdy chrześcijanin w rezultacie zamieszkania w nim Ducha Świętego.

Coś wspaniałego przydarzyło się uczniom Pana w dniu Pięćdziesiątnicy. Zostali napełnieni Duchem Świętym i wyszli z wieczernika w jego mocy, aby przemienić bieg historii. Ten sam Duch Święty, który wyposażył mocą uczniów, aby prowadzili święte życie i byli potężnymi i owocnymi świadkami, chce działać dzisiaj w nas. Zdumiewający fakt, że Jezus Chrystus żyje w nas i wyraża swoją miłość przez nas, jest jedną z największych prawd w Słowie Bożym.

Próby prowadzenia o własnych siłach życia według niemożliwych norm chrześcijaństwa — i nieuniknione upadki — osłabiają nasze poczucie własnych możliwości. Mówiąc prawdę, chrześcijanin, który próbuje być jak najbardziej podobny do Chrystusa (nadprzyrodzony ideał), może mieć gorsze poczucie własnych możliwości niż człowiek, który nie jest chrześcijaninem i postanawia żyć w oparciu o jakiś ideał ludzki. Normy chrześcijańskiego życia są zbyt trudne dla nas, abyśmy sami je osiągnęli. Według Słowa Bożego tylko jeden człowiek potrafił zachować je — Jezus Chrystus. Chrześcijańskie życie może być prowadzone jedynie w mocy jego Ducha Świętego.

Duch Święty nie tylko umożliwia chrześcijaninowi narodzenie się w Bożej rodzinie, lecz towarzyszy mu w duchowym wzroście przynosząc swój owoc.

To Duch Święty wyposaża nas mocą do owocnego świadectwa. Gdy Jezus powiedział, że mamy być jego „świadkami w Jerozolimie i w całej Judei, i w Samarii, i aż po krańce ziemi”, poprzedził to słowami: „Gdy Duch Święty zstąpi na was, otrzymacie Jego moc” (Dz 1,8). Nie tylko niemożliwe jest zostanie chrześcijaninem bez Ducha Świętego, lecz niemożliwe jest także bez niego przyniesienie owocu Ducha w naszym życiu i przyprowadzenie innych do Chrystusa.

Od chwili, w której przyjęliśmy Chrystusa i w której zamieszkał w nas Duch Święty, wszystko, czego potrzebujemy, aby być Bożymi ludźmi i być owocnymi dla Chrystusa, jest nam dostępne. Kluczem jest pozwolenie Duchowi Świętemu, aby napełnił i wyposażył nasze życie mocą tak, abyśmy mogli doświadczać wszystkiego, co jest nasze. Ważne jest uświadomienie sobie, że słowo „napełnić” nie oznacza czegoś

napelniającego z zewnątrz, lecz raczej coś, co już jest w tobie i co napelnia cię od wewnątrz. Dlatego właśnie wolę korzystać ze słów „przenikać” albo „wyposażać mocą”.

Jesteśmy napelnieni Duchem przez wiarę, wiarę we Wszechmocnego Boga, który nas kocha. Gdy idziesz z książeczką oszczędnościową do banku i masz tam pieniądze, nie musisz mieć wątpliwości, czy te pieniądze zostaną ci wypłacone. Nie przygotowujesz się do tego, by błagać kasjera o danie ci pieniędzy. Przeciwnie, idziesz po prostu „w wierze”, umieszczasz książeczkę przy okienku kasowym i oczekujesz, że otrzymasz pieniądze, które są już twoje. Gdy prosimy Boga, aby napelniał nas całkowicie Duchem Świętym, który już zamieszkuje w nas, także prosimy o coś, co należy do nas jako dzieci Boga.

Choć możesz oczekiwać zarówno otrzymania pieniędzy w banku, jak i napelnienia Duchem Świętym przez Boga jedynie przez wiarę, musisz jednak uznać pewne czynniki, które poprzedzają ich otrzymanie. Otrzymujesz pieniądze w banku jedynie wtedy, gdy idziesz tam z właściwie wypełnioną książeczką. Jeżeli zlekceważysz zasady panujące w banku przy wypłacaniu pieniędzy, prawdopodobne jest, że możesz ich nie otrzymać. Stanie przed bankiem i krzykzenie: „Chcę moich pieniędzy!” nie doprowadzi do upragnionych rezultatów.

Przygotowanie

W podobny sposób istnieje kilka rzeczy, które przygotowują cię do napelnienia Duchem Świętym. Po pierwsze, musisz łaknąć i pragnąć Boga i szczerze pragnąć napelnienia Duchem Świętym. Obietnica Jezusa brzmi: „Błogosławieni, którzy łakną i pragną sprawiedliwości, albowiem oni będą nasyceni” (Mt 5,6).

Po drugie, musisz być gotowy, aby oddać kierownictwo i kontrolę swojego życia Chrystusowi. Jak powiedział Paweł: „Tak więc, drodzy bracia, proszę was, abyście dali swoje ciała Bogu. Niech staną się one żywą ofiarą, świętą, taką, jaką On może przyjąć. Gdy myślicie o tym, co On zrobił dla was, czy uważacie, że proszę was o zbyt wiele?” (Rz 12,1; parafraza).

Po trzecie, wyznaj każdy znany ci grzech, który Duch Święty przywodzi ci na myśl i przyjmij przebaczenie i oczyszczenie, które Bóg obiecuje. „Lecz jeśli wyznajemy mu nasze grzechy, możemy być pewni, że On przebaczy nam i oczyści nas z każdego zła. Bóg może to zrobić, ponieważ Chrystus umarł, aby zmyć nasze grzechy” (1 J 1,9; parafraza).

Napelnienie Duchem Świętym nie jest jedną z możliwości, jaką chrześcijanin może wybrać albo nie. Bóg nakazuje nam, abyśmy napelniali się jego Duchem: „Nie upijajcie się winem, bo to jest przyczyną rozwążłości, lecz napelniajcie się Duchem” (Ef 5,18). Bóg

nie nakazuje nam niczego bez podania sposobu, w jaki możemy okazać posłuszeństwo jego przykazaniom. On daje nam obietnicę, że „wysłuchuje wszystkich próśb zgodnych z Jego wolą. A jeżeli wiemy, że wysłuchuje wszystkich naszych próśb, pewni jesteśmy również posiadania tego, o cośmy Go prosili” (1 J 5,14–15).

Duch Święty już mieszka w każdym chrześcijaninie, tak więc nie musi go prosić, aby wkroczył w jego życie. Powinieneś jedynie prosić, aby nappełnił cię i zapanował nad każdą częścią twojego życia, nad każdym kąciem i zakamarkiem.

Choć Duch Święty zamieszkuje w chrześcijaninie tylko raz (wtedy, gdy Chrystus wchodzi w nasze życie przez Ducha Świętego), jesteśmy napęlniani Duchem wiele razy. W rzeczywistości greckie słowo z Ef 5,18 oznacza „bądźcie napęlniani”, wskazując na nieustanny proces napęlniania się Duchem Świętym w celu kierowania naszego życia i wyposażenia nas mocą.

Zniechęcenie wywoływane nieskutecznością naszych wysiłków jest wyeliminowane, gdy żyjemy w mocy Ducha Świętego. Jedynie On może dać nam zdolność prowadzenia świętego i pożytecznego życia, którego pragniemy.

„Jeżeli wiesz, że pragniesz życia napęlnionego Duchem, musisz jedynie poprosić o nie Ojca. Uznaj, że sam kierowałeś swoim życiem, co jest grzechem przeciwko Bogu, prawowitemu władcy twojego życia. Podziękuj mu za przebaczenie twoich grzechów przez śmierć Jezusa Chrystusa na krzyżu za ciebie. Poproś, aby Chrystus objął kontrolę nad twoim życiem i aby Duch Święty napęlnił cię mocą tak, żebyś mógł oddawać chwałę Chrystusowi we wszystkim, co robisz.

Jako akt wiary podziękuj mu potem za zrobienie tego, o co prosiłeś. Dziękowanie mu nie jest oparte na przypuszczeniu, lecz jest aktem wiary, że On dotrzymuje swoich obietnic, aby dać nam wszystko to, o co prosimy, a co jest zgodne z jego wolą. A skoro nakazuje nam, abyśmy byli napęlnieni jego Duchem, jest jego wolą dla wszystkich chrześcijan, aby prowadzili życie nadprzyrodzone.

Boża siła czy nasza?

Paweł mógł powiedzieć w oparciu o poczucie własnych możliwości, które otrzymał dzięki doświadczeniu mocy Ducha Świętego: „Wszystko mogę w Tym, który mnie umacnia” (Flp 4,13). Paweł widział swoje możliwości nie w sobie samym, lecz w Bogu, którego poznał jako nieodłączną część swojego życia „Nie żebyśmy uważali, że jesteśmy w stanie pomyśleć coś sami z siebie, lecz ta możność nasza jest z Boga” (2 Kor 3,5).

Zastanawiając się nad ludźmi, którymi Bóg się posługuje, zauważamy często, że gdy poddali się Bogu, On wziął ich ograniczenia i przekształcił je w ich siłę.

Tak często ludzie mówią: „Czy on nie powinien znaleźć się w jakimś specjalnym rodzaju pracy chrześcijańskiej? Jest tak utalentowany, tak przekonujący, tak obdarowany w tej właśnie dziedzinie!” Lecz czasami nasza siła staje się naszym ograniczeniem. Siła, na której polegamy, zanim Bogu oddamy całkowitą kontrolę nad naszym życiem, może czasem przynieść szkodę. Mamy tendencję, aby opierać się na tym, co było w nas silne, zanim świadomie pozwoliliśmy Duchowi Świętemu wprowadzić nową moc w nasze życie. Siła, którą mieliśmy, zanim Duch Święty objął kontrolę, staje się czasem pokusą do postawy samowystarczalności, koncentracji na sobie i pychy.

Z drugiej strony, słabości, których jesteśmy świadomi, mogą utrzymać nas w zależności od Bożego Ducha, jeżeli wiemy, że musimy polegać na nim, aby je pokonywał. Mogą przekształcić się w jedne z naszych najsilniejszych punktów.

Właściwa perspektywa siebie polega na zrozumieniu, kim jesteś ze swoimi silnymi i dobrymi punktami, ze swoimi wadami i brakami oraz na pamiętaniu, że te powierzchowne silne punkty mogą stać się pokusami pychy. Posiadanie zdrowego obrazu siebie nie oznacza, że nie masz ograniczeń. Jeżeli wiesz, kim jesteś w Chrystusie, jesteś wolny, aby zaakceptować swoje słabości, wady i błędy — nie musisz być przez nie zagrożony. Cierpliwie i z nadzieją możesz pracować nad tymi problemami bez poniżania siebie z powodu tego, że nie realizujesz jakichś wyimaginowanych norm doskonałości.

Człowiek posiadający krzepki filar poczucia własnych możliwości może potwierdzić słowa, które przytoczyłem wcześniej: „Nie jestem taki, jaki powinienem być albo na jakiego zostałem stworzony, lecz nie jestem już taki, jaki byłem, a dzięki łasce Boga będę inny, niż jestem”. Możemy być pewni, że „ten, który zapoczątkował w nas dobre dzieło, dokończy je do dnia Jezusa Chrystusa” (Flp 1,6).⁷⁰

Nie masz racji, jeżeli myślisz, że życie chrześcijańskie jest trudne. Lepiej byłoby określić je jako „niemożliwe”, jeżeli próbujesz prowadzić je o własnych siłach. Tylko Duch Święty może żyć swoją obecnością przez ciebie. Bóg chce uczynić swoje cechy charakteru rzeczywistością w twoim życiu. Apostoł Paweł, zwracając uwagę na cechy charakterystyczne człowieka prowadzonego przez Ducha, pisze: „Owoce zaś Ducha jest: miłość, radość, pokój, cierpliwość, uprzejmość, dobroć, wierność, łagodność, wstrzemięźliwość. Przeciwno takim nie ma prawa” (Ga 5,22–23). „Bycie właściwą osobą” z perspektywy biblijnej ma miejsce wtedy,

kiedy Bóg przez Ducha Świętego prowadzi w tobie i przez ciebie swoje życie i kształtuje w tobie swój charakter.

Chciałbym podkreślić ponownie, że najważniejszym aspektem mojego małżeństwa z Dottie jest moja osobista więź z Jezusem Chrystusem. Konieczne jest nie tylko autentyczne oddanie się Jezusowi, lecz także pragnienie wzrostu i dojrzewania duchowego. Tak często sfrustrowany mąż lub sfrustrowana żona mówi na temat oziębłości lub obojętności współmałżonka na sprawy duchowe: „Myślałem, że ona (lub on) zmieni się po ślubie”.

Chciałbym zakończyć przedstawiając ci cztery doskonałe wskazówki, przy pomocy których możesz ocenić, czy dokonuje się proces dojrzewania duchowego. Są one podane przez dra J. Allana Petersona w jego wspaniałej książce „Before You Marry” („Zanim zawrzesz małżeństwo”). Podkreśla on, że para małżeńska powinna ciągle wzrastać w poniższych dziedzinach. Będziesz „właściwą osobą”, jeżeli stale będziesz koncentrował się na tych rzeczach:

1. Przyznanie priorytetu codziennemu czasowi spędzanemu z Bogiem.
2. Częste rozmawianie z innymi o Chrystusie.
3. Bycie wrażliwym na grzech w swoim życiu i wyznawanie go.
4. Wzrastanie w posłuszeństwie Słowu Bożemu.⁷¹

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Dlaczego intymność duchowa wzmacnia intymność seksualną?
- ◆ Przystudiuj wersety, które podane są przy pozytywnych cechach małżeńskich.
- ◆ Jaka jest rola Ducha Świętego w naszym życiu?

STRES

Czy doświadczasz stresu? Czy on wpływa na twoje życie miłości? Nie jesteś sam!

Kiedy dyrektor Narodowego Instytutu Zdrowia Psychicznego w Anglii przemawiał ostatnio w Stanach Zjednoczonych, wypowiedział się następująco: „Cały świat zachodni znajduje się w stanie stresu. Jest to jedna z najszybciej wzrastających chorób na świecie”. Stres jest głównym źródłem problemów małżeńskich i problemów w więziach międzyludzkich w ogólności. Dotyka każdego z nas, a nasza zdolność stawiania mu czoła wpłynie na naszą zdolność do codziennego bycia „właściwą osobą” w więzi miłości.

Spośród 15.000 ludzi, wśród których generał Mills przeprowadził w latach 1978–1979 ankietę zatytułowaną: „Zdrowie rodziny w erze stresu”, 82% znalazło się wśród tych, którzy mają rozpaczliwą potrzebę nauczania się, jak walczyć ze stresem. W oparciu o badania przeprowadzone w ciągu ostatnich dziesięciu lat Amerykańska Akademia Lekarzy Rodzinnych szacuje, że dwie trzecie pacjentów odwiedzających lekarzy ogólnych ma problemy związane ze stresem.

Te i podobne statystyki sprawiły, że wielu prezesów spółek i przywódców przemysłowych zaczyna się niepokoić. Martwią się, ponieważ w zeszłym roku nieobecności i koszty medyczne przedsiębiorstw wywołane chorobami związanymi ze stresem oraz utratą produktywności doprowadziły ich przedsiębiorstwa do straty 50 miliardów dolarów.

Sądzą oni, że w przeciągu dwóch lat czynnik stresu doprowadzi do utraty 75 miliardów dolarów — przeciętnie 750 dolarów na każdego pracownika w Stanach Zjednoczonych. Rodziny i małżeństwa są jedną z największych grup ludności znajdujących się pod wpływem stresu. Jest on jednym z głównych źródeł problemów małżeńskich i problemów międzyludzkich w ogólności.

Don Osgood, odpowiedzialny za kadry w IBM, posiada doskonały materiał dotyczący stresu, jego powodów i sposobu leczenia. Poniższy artykuł, który chcę zacytować w całości z powodu jego doskonałej treści i wartości, udziela dobrej odpowiedzi dotyczącej stresu.

Przyczyny i skutek

Czy zauważyłeś, jaki stres odczuwasz, kiedy zrobiłeś coś złego i boisz się, że ktoś to wykryje? Ten rodzaj stresu znany jest nam wszystkim, ponieważ wszyscy zrobiliśmy coś złego, czy będzie to zjedzenie w tajemnicy ciastek ze spizarki czy też złamanie prawa i spotkanie policjanta z rogiem. Są jednak inne przyczyny.

Czasami nabawiasz się stresu w taki sposób, w jaki nabawiasz się przeziębienia — przez codzienny kontakt. Nikt nie podnosi alarmu, ponieważ wszyscy wiedzą, że trochę stresu ci nie zaszkodzi. Trochę stresu rzeczywiście może być dla ciebie pożyteczne. Pewnego dnia jednak zauważasz, że zapadłeś na chorobę przeciążenia stresem nie wiedząc nawet, kiedy się to zaczęło. Wtedy musisz zacząć szukać sposobu wyjścia ze swojej choroby — odpoczęcia od walki, która w cichy sposób niszczy cię. W tej osobistej walce ze stresem Bóg może dać ci uzdrowienie, kiedy porzucisz swoją własną drogę.

Więzi z ludźmi są jednym z kluczowych czynników przy radzeniu sobie ze stresem. Kiedy robimy coś złego lub coś, co może zranić kogoś, gdy się o tym dowie, przyczyniamy się do naszego stresu. Jednym z powodów jest nasz strach przed utratą więzi z drugą osobą. Holmes i Rahe, dwóch lekarzy ze Szkoły Medycznej University of Washington, wykonali listę 43 wydarzeń życiowych, które tworzą skalę stresu. Spośród tych czterdziestu trzech wydarzeń dziesięć wytwarza najsilniejszy stres. Siedem z tych dziesięciu wydarzeń jest bezpośrednio związanych z utratą więzi z drugą osobą. Są to wydarzenia takie jak: rozwód, śmierć współmałżonka, separacja małżeńska lub przejście na emeryturę. Jest jednak coś, czego nie ma na tej skali: nie ma więzi posłuszeństwa z Bogiem, który nie da się przekonać ani wmanipulować w coś złego dla nas.

W czwartym rozdziale Listu do Hebrajczyków podkreślona jest więź posłuszeństwa jako sposób wyjścia z choroby stresu. Jest to zrobione w sposób tak prosty, że łatwo jest nam przeoczyć to: „kto wkroczył do swojego odpoczynku, odpoczął od swoich czynów”. Ta myśl o zaprzestaniu osobistych czynów była zarówno wezwaniem dla Izraelitów dotyczącym sabatu, jak i wzmianką o Ziemi Obiecanej. Jest ona także udzieloną przez Boga receptą na uzyskanie codziennego uzdrowienia w naszej własnej walce ze stresem.

Korzenie choroby

Pierwszym krokiem jest przebadanie naszego „ja”. Dr Harry Levinson, znany psycholog, mówi o czymś, co nazywa się „idealnym ja” — jasną, świetlistą koncepcją tego, jacy możemy ostatecznie stać się. Zrobimy niemal wszystko, aby zobaczyć, jak wielcy i dobrzy jesteśmy, ponieważ chcemy móc lubić siebie. Często jednak między tym, jacy jesteśmy, a tym, jacy chcielibyśmy być, zieje przepaść mogąca wywołać chorobę stresu — będę nazywał go stresem „ja” — ponieważ nasze „ja” powoduje problem będący jego podstawą. Dlatego właśnie choć możesz być oddanym chrześcijaninem, musisz przebadać swój sposób życia.

Moje własne doświadczenie ze stresem tego rodzaju nauczyło mnie ważnej lekcji. Zostałem poproszony przez moje przedsiębiorstwo o zastanowienie się nad pracą w Japonii. Była to wielka pożywka dla mojego „ja”. Wiedziałem jednak, że to może stworzyć problemy rodzinne. Cztery razy już przeprowadzałem się z moją rodziną do różnych miast, a po jednej z tych przeprowadzek mój najstarszy syn, wtedy piętnastoletni, uciekł z domu na kilka dni. Powinienem wiedzieć, że nie ma sensu zastanawianie się teraz nad takim przeniesieniem, kiedy następny syn osiągnął przełomowy wiek piętnastu lat. Pozwoliłem jednak, aby zarząd rozważał moją kandydaturę wraz z innymi przez sześć długich tygodni. „Nie będę próbował sprzedać siebie, Boże. Po prostu pozwolę im zdecydować”. Moja żona Joan powiedziała: „Modłę się o wskazówkę dla nas, Don”. Wiedziałem ze sposobu, w jaki to powiedziała, że nie chce tam jechać. Mój piętnastoletni syn powiedział wprost: „Nie chcę jechać, tato!”

Pod koniec sześciu tygodni ogłoszono, że wybrany został ktoś inny. „Wszystko w porządku” — powiedziałem. Ale zaraz dwa dni później pojawiło się u mnie jakieś zaburzenie jelitowe, które nie chciało przejść. Dopiero wtedy zacząłem sobie uświadamiać, jak głęboka była walka. Po czterech dniach niewygodny obudziłem się w środku nocy z powodu tej dolegliwości i ze szczerością, którą wywołuje wyczerpanie, modliłem się pokornie: „Rozumiem teraz, jak mocno walczyłem, Panie. Ulecz mnie z mojego grzechu zajmowania się przede wszystkim moimi pragnieniami. Uzdrów moją więź z moją rodziną... i, proszę, uzdrów mnie także z tej dolegliwości fizycznej”.

Nie musiałem już więcej wstawać z łóżka tej nocy, ponieważ mój grzech został przebaczony, a moja trudność zniknęła natychmiast — wraz z napięciem. W końcu nauczyłem się ważnej lekcji. Człowiek może tak bardzo zająć się uzyskaniem miejsca w życiu, że ryzykuje załamaniem więzi z rodziną i więzi duchowej z Bogiem. A po drodze zagrzebujemy głęboko naszą wiedzę o tym, co jest dobre.

Śmiertelne zaprzątnięcie umysłu

Jeżeli twoim sposobem życia jest staranie się o sprawowanie kontroli nad wszystkim dookoła, jeżeli nie potrafisz pozwolić, by coś toczyło się bez twojej kontroli albo jeżeli prowadzisz walkę „ja” z Bogiem, to żyjesz w swoim królestwie, a nie na jego drodze.

Zdolność do przejęcia przewodnictwa jest ważną umiejętnością w naszym pędzącym świecie, a „ja” jest ważną jego częścią. Bóg stworzył nas z „ja”, aby umożliwić nam osiągnięcie celów. Ale to właśnie zaprzątnięcie umysłu sobą jest tym, czemu Bóg się sprzeciwia, ponieważ ono trzyma w niewoli nas samych. Prawdopodobnie 90% naszego życia upływa na myśleniu o sobie samych i pościgu za naszym idealnym „ja”. Ale Boży plan dla nas, kiedy jesteśmy przeciążeni stresem, polega na zaprzestaniu naszych własnych czynów i na zajęciu się ponownie nim. Według starego hiszpańskiego przysłowia: „To nie ciężar, lecz przeciążenie zabija zwierzę”. Innymi słowy, to normalny stres dnia plus martwienie się o siebie szkodzi nam. Jezus wiedział o tym, kiedy mówił: „Pójdźcie do mnie wszyscy, którzy jesteście spracowani i obciążeni (przeciążeni, doświadczający przeciążenia stresem, wyczerpani w biegu), a ja wam dam ukojenie” (Mt 11,28). To jest droga posłuszeństwa wypełnionego odpoczynkiem.

Jest jednak także inny rodzaj stresu, wywoływany przez niepokój powodowany brakiem decyzji. Kiedy mieszkałem w Kansas City, próbując zdecydować się, w którą stronę zwrócić się z powodu reorganizacji przedsiębiorstwa, zaproponowano mi pracę w Chicago i drugą pracę w Nowym Jorku. Ja chciałem pozostać w Kansas City, lecz Joan nie chciała. Myślałem, że jestem powołany do służby w pewnej działającej tam organizacji ewangelicznej, lecz ludzie z tej organizacji powiedzieli: „I ty, i twoja żona musicie odczuwać powołanie”. A Joan po prostu go nie czuła. Po kilku tygodniach niepokoju poradziłem się chrześcijańskiego brata, który zaproponował pewien sposób na rozwiązanie stresu niepewności, kiedy istnieje niezgodność między ludźmi, którzy są sobie najbliżsi.

„Są trzy rzeczy, które musisz zrobić” — powiedział. „Wyznaj wszelki grzech w twoim życiu i oczyść się ze wszystkiego, co stoi na drodze czystej więzi z Bogiem. Potem wyjaśnij swój problem jemu tak otwarcie, jak tylko potrafisz. W końcu uwierz, że On teraz realizuje twoją odpowiedź — nie, że robi to w przyszłości, lecz że robi to właśnie teraz. Potem odpręż się”. To nazywa się zapomnienie. Wykonałem dwa pierwsze kroki, nie wykonałem jednak trzeciego, najważniejszego. Gdy powiedziałem Bogu, że wierzę, że On realizuje odpowiedź w tej chwili — już kilka minut później odkryłem, gdzie mam pojechać.

Pewien biznesmen udawał się na wykład, który miał poprowadzić w Rochester w stanie Minnesota. Właśnie opuszczał Minneapolis odległe o

osiemdziesiąt mil bez śniadania, mając tylko półtorej godziny do rozpoczęcia wykładu. Choć zazwyczaj nie przekraczał dozwolonych 90 km na godzinę, tym razem przyspieszył do przerażającej prędkości 135 km na godzinę. Aż w końcu został zauważony przez policjanta. Widział, jak policjant patrzył wprost na niego, gdy go mijał. Pomodlił się: „Panie, wiesz, że muszę dostać się do Rochester, nie pozwól mu, aby zatrzymał mnie”. Coś jednak go ukłuło, dodał więc: „Jeżeli uważasz, że to jest w porządku”. Tym razem nie było w porządku, ponieważ policjant zatrzymał go i zapytał, dokąd jedzie. Odparł: „Aby powiedzieć wykład na temat stresu”. Potem czując upokorzenie dodał: „A właśnie teraz doświadczam silnego stresu”.

Nie chcemy spotykać ludzi, kiedy zrobiliśmy coś złego. Zwłaszcza ludzi mających władzę. Ale przyznanie, że postąpiliśmy źle, redukuje stres. Choć nie jest to zbyt zabawne, bardziej wyzwalające jest zostać złapanym niż nosić ze sobą świadomość winy. Prędzej czy później musimy coś zrobić z naszą winą albo utracimy otwartość, która umożliwia prawdziwą więź duchową.

Niemożliwe wymaganie

Tak samo jest ze stresem wywołanym przez wątpliwości w stosunku do siebie. Pewien mój przyjaciel ze stopniem naukowym doktora zaczął odczuwać, że jego przedsiębiorstwo za bardzo liczy na jego zdolność odkrywania nowych rozwiązań technicznych, a on nie dokonuje postępu, który, jak odczuwał, powinien dokonywać. Jego natrętne wątpliwości, że nie żyje według pokładanych w nim oczekiwań, doprowadziły go w końcu do szpitala. Dopiero wtedy uświadomił sobie, że bezpieczne więzi z ludźmi zbudowane są na tym, jacy jesteśmy, nie na tym, jakimi ludzie chcą, abyśmy byli. Kiedy psychiatra w końcu zapytał mojego przyjaciela po roku pracy z nim w przychodni: „Dlaczego jesteś tak surowy wobec siebie? Bóg cię kocha!” — rozpoczęło się uzdrowienie.

Jeżeli w dalszym ciągu prowadzimy nasze życie w oparciu o założenie, że Bóg oczekuje, abyśmy byli dobrzy, prowadzimy styl życia pełen stresu dla „ja”, choć możemy być tego zupełnie nieświadomi. Kiedy uświadomimy sobie, że Bóg kocha nas wiedząc, że nie możemy być dobrzy bez niego, jesteśmy bliżsi wolności. Lekarstwem Chrystusa jest: „Nie próbuj mocniej. Nawet nie myśl silniej. Zamiast kroczenia własną drogą, poddaj się bardziej”. Mówił o tym w różny sposób w Kazaniu na Górze: „Spójrzcie na lilie polne...” Im większy jednak sukces odnosimy, tym trudniej jest widzieć lilie, a tym bardziej zastanowić się nad nimi. Kiedy rzeczywiście zastanawiamy się nad lilią, zaczynamy uświadamiać sobie, że jest ona piękna po prostu przez to, że jest taka, jaką Bóg chce, aby była, bez rozdrażnienia tym, czym mogłaby zostać lub tym, czym nie może zostać.

Jeżeli nie nauczysz się ponownie ufać planowi naszego Pana, być może będziesz gdzieś po drodze flirtował ze stanem niepokoju. Chrystus miał silne przekonanie co do tego. „Nie troszczcie się” — mówił. Kiedy jakieś zadanie jest tak wielkie, że nie możesz zobaczyć jego końca, a wiesz, że musisz wykonać je w ciągu miesiąca, postanów dokładnie, ile zrobisz dzisiaj. Nie daj się odciągnąć na bok przez myślenie o tym, co musisz mieć zrobione za dwa tygodnie. To jest praktyczny sposób postępowania według słów Chrystusa, że nie mamy troszczyć się o jutro.

Zamiast uzdrawiać cię z twojego niepokoju, Chrystus chce uzdrowić cię ze stanu, który może cię do niego doprowadzić. Jeżeli osiągnąłeś punkt, w którym nie możesz przyglądać się liliom dzień po dniu, być może już prowadzisz styl życia stresu. Oto kilka codziennych sygnałów stresu, o których trzeba wiedzieć:

Niewyjaśniona przemiana w skuteczności twojego działania. Nagle uświadamiasz sobie, że nie jesteś w stanie w zadowalający sposób wykonać czynności, którą zwykle wykonywałeś dobrze.

Nieregularne działanie. Bardzo owocnie pracowałeś w ostatnim tygodniu, lecz w tym tygodniu z jakiegoś powodu wydaje się, że nic nie osiągniesz.

Nieobecność. Zauważasz, że gdy zbliża się jakieś zajęcie lub spotkanie z kimś, bierzesz dzień wolny lub zapelniasz swój czas innymi „ważnymi sprawami”.

Chłodne więzi z ludźmi. Ludzie, z którymi zazwyczaj dobrze się czułeś, nie są tak naturalni i przyjacielscy wobec ciebie jak zawsze.

Te i inne sygnały wskazują, że stres może dobieierać się do ciebie i że powinieneś coś zrobić w związku z tym.

Jakie są niektóre przyczyny zaprzętania myśli sobą i w rezultacie tego niewierności i nieposłuszeństwa, jakie mogą się pojawić?

Nagła przemiana. Niezależnie od tego, czy powodujemy ją sami czy też czyni to ktoś inny. Czy życie przeniosło cię do nowych obowiązków, do których nie jesteś przygotowany, albo do takich, które wymagają pracy w dziedzinie twoich słabości zamiast silnych stron? Czy właśnie przeprowadziłeś się albo wkrótce się przeprowadzisz?

Pokrzyżowana ambicja. Czy osiągnąłeś średni wiek nie osiągnąwszy celów życiowych, które kiedyś spodziewałeś się osiągnąć i nie mając większej szansy na osiągnięcie ich kiedykolwiek?

Strach przed tym, że w miarę jak stajesz się coraz starszy, twoje zdolności zanikają. Zazwyczaj strach ten jest bezpodstawny. Twoje zdolności zmieniają się w miarę, jak dojrzewasz, i pojawiają się w tobie nowe silne punkty równoważące zmniejszoną zdolność w innych.

Kolizja osobowości. Często ma ona miejsce, gdy ktoś próbuje nagiąć cię do swojego pragnienia odnośnie twojego życia — albo kiedy ty próbujesz nagiąć kogoś do swojej koncepcji życia, jakie on powinien

prowadzić. Tak czy owak ludzie nie lubią być zmieniani przez innych i kiedy ktoś podejmuje taką próbę, pojawia się stres. Czasami jest to konieczne. Na przykład podczas lat, w których rodzice wychowują dzieci. Ale wychowywanie kogoś w drodze Pańskiej a kontrolowanie i manipulowanie tą osobą, to dwie całkowicie odmienne rzeczy. Wychowywanie powinno mieć miejsce, manipulowanie nie — niezależnie od tego, czy jesteś pastorem, dyrektorem czy matką.

Robienie czegoś, co sprzeciwia się twojemu sumieniu. Stanięcie po stronie tego, w co się wierzy, wymaga dojrzałości i odwagi. Wymaga tego powiedzenie do swojego sąsiada lub przełożonego: „To jest coś, czego nie zrobię”. Może kosztować cię to utratę zaproszenia lub nawet utratę pracy w jakimś punkcie twojego życia, ale okazuje to szczególną lojalność i pomaga ci żyć ze sobą. Jako chrześcijanin musisz nauczyć się, jak żyć ze sobą bez zaprzatania myślenia sobą. To nie jest łatwe, lecz jest niezbędne.

Sila słabości

Oto kilka praktycznych kroków zapobiegawczych, które pomogą ci ustrzec się życia w niepokoju, od wyczerpania, od polegania na własnej sile. Powinieneś rozważyć te kroki dopiero wtedy, gdy odnowiłeś więź posłuszeństwa z Bogiem i wierzysz, że On wykonuje w tobie swoją pracę. Wtedy możesz podjąć pewne działania.

Ucz się na pewien czas odstawiać na bok swoje problemy. Kiedy jesteś w sytuacji stresowej, naucz się usuwać ją ze swojego umysłu. Skoncentruj się na czymś zdecydowanie różnym przez ustalony z góry czas, po którym powrócisz do swojego problemu. Powiedz sobie: „Mogę nie angażować się w to przez następną godzinę, ponieważ nie potrafię poradzić sobie z tym teraz”. Rada podana w Księdze Przypowieści 3,5: „Zaufaj Panu i nie polegaj na własnym rozumieniu” rzeczywiście reprezentuje postawę wiary zastosowaną do konkretnego problemu.

Pracuj według niekonwencjonalnego rozkładu dnia. Pracuj nad trudnymi zadaniami wcześniej rano, kiedy możesz wykonać je bez przeszkód wywołujących stres. Ucz się na modlitwie czekać na instrukcje Pana na ten dzień, naśladując Chrystusowy przykład wstawania wcześniej rano, aby się modlić.

Pisz „listy” do Boga. Jeżeli znajdziesz się w sytuacji stresowej, napisz zdecydowaną notatkę wyjaśniającą twoje uczucia w jasnych i silnych słowach. Napisz dokładnie, co cię męczy. Podaj po imieniu konkretne osoby i czyny, które cię męczą. Wydobądź uczucia na zewnątrz swojego systemu. Często już samo napisanie ich da ci inną perspektywę, sprawi, że problem będzie bardziej rozwiązywalny, i uwolni cię od stresu. Nie mów sobie, że nie czujesz się źle, kiedy czujesz

się źle. Bądź szczerzy i powiedz Bogu prawdę. Przyznaj, że masz potrzebę i poproś Go, aby pomógł ci rozwiązać te problemy, o których napisałeś.

Zmień środowisko. Poświęć dwadzieścia minut na bieg, a następnie wykup się lub weź prysznic. Albo zjedz w spokoju sam drugie śniadanie. Albo, kiedy wzmaga się stres, przespaceruj się. Ważną rzeczą jest całkowita zmiana otoczenia. Czasami zrób to w sposób jeszcze radykalniejszy. Na przykład wyjedź gdzieś na weekend z żoną (lub mężem), bez dzieci, aby odkryć ponownie radość i ważność waszej więzi. Wszystko to są dobre chwile, aby nawiązać ponownie dialog z Panem.

Znajdź wzór do naśladowania. Pomyśl o człowieczeństwie Chrystusa i o tym, dlaczego zniósł On o wiele więcej stresu niż ty. On potrafił zrobić to nie tylko dlatego, że był Bogiem, lecz dlatego, że uczynił coś jako osoba. Jedną z rzeczy, które czynił, było pozostawianie na pewien czas tylko ze sobą. On praktykował to przez całe swoje dorosłe życie.

Znajdź kogoś „specjalnego”, kto może ci pomóc. Wybierz osoby, które szczególnie podziwiasz, którym możesz ufać, że będą szczerze wobec ciebie, i do których możesz zwrócić się po poradę ze swoimi problemami (nie musi to być ktoś z twoich przełożonych ani ktoś, po kim spodziewasz się, że wydobędzie cię z kłopotów). Wybierz kogoś, z kim będziesz mógł modlić się otwarcie lub po cichu. Tak czy owak modlitwa z przyjacielem, która sprawi, że będziecie szczerzy wobec siebie, w szczególny sposób przyczyni się do złagodzenia stresu. Kiedy się modlisz, uznaj, że Bóg interesuje się prawdziwym źródłem twoich trosk. To dlatego właśnie On chce, aby dwóch lub trzech z nas modliło się zgodnie.

Izraelici nie weszli do Ziemi Obiecanej z powodu swojego nieposłuszeństwa, braku wiary w Boga i tendencji do ufania jedynie we własne rozwiązania. Prawda ta ma zastosowanie do ciebie i do mnie. Nasze współczesne miejsce odpoczynienia jest dla nas równie dostępne, jak Ziemia Obiecana dla Izraelitów — bez lat spędzonych na sesjach poradnictwa i bez osobistej walki. Jeżeli jednak złożymy nasze zaufanie tylko w praktycznych metodach leczenia, one okażą się w najlepszym przypadku jedynie bandażami.

Przyjrzyj się dokładnie dziewiętemu i dziesiątemu wersetowi z czwartego rozdziału listu do Hebrajczyków. Przedstawiają one model odpoczynku praktykowanego przez Boga: „A tak pozostaje jeszcze odpocznienie dla ludu Bożego. Kto bowiem wszedł do odpocznienia jego, ten sam odpoczął od dzieł swoich, jak Bóg od swoich”. To jest sprawdzony przez Boga sposób wyjścia z pustyni przeciążenia stresem. On zastępuje stres odpoczynkiem. Gdy wierzysz, że nauka jego Syna Jezusa, to przykazania, którym trzeba być posłusznym, obietnice, którym trzeba wierzyć i przykłady, które trzeba wykorzystywać na co dzień, zaczynasz redukować walkę „ja”, która wywołuje stres.⁷²

Sztuczki zawodu

W wywiadzie dla „DPD” (wewnętrzny organ IBM) Osgood podaje kilka sugestii na temat tego, jak radzić sobie ze stresem w pracy. Jest to bardzo ważne, ponieważ trudności i napięcia małżeńskie są często bezpośrednio związane ze stresem doświadczanym w pracy.

Nikt nie musi zajmować się stresem sam, lecz większość z nas próbuje w pracy zrobić wrażenie silnych, dlatego często dusimy się różnymi rzeczami nie znajdując kogoś, komu moglibyśmy się zwierzyć. W pewnym sensie stajemy się podobni do szybkowarów: uczucia, które cisną się wewnątrz, w końcu zbierają swoje żniwo. Musimy ponownie nauczyć się, jak być szczerymi wobec siebie i wobec innych bez szkody dla naszych więzi z nimi.

Znajdź kogoś, kto może zaakceptować cię takim, jakim jesteś — ze słabościami i wszystkim innym. Dojrzałe więzi z ludźmi są zbudowane na takiej akceptacji. Kiedyś zrobiłem to, kiedy planowaliśmy z moim dyrektorem mój plan pracy. Powiedziałem: „Chciałbym powiedzieć ci o niektórych moich słabościach. Jeżeli ty powiesz mi o swoich, może będziemy mogli lepiej pracować razem”. Był to jeden z najbardziej satysfakcjonujących dni w mojej karierze. Pomógł nam bardzo później, kiedy napięcia w pracy zaczęły stawać się męczące.

Ucz się wyrażać szczerą troskę bez sądzenia. Następnym razem, gdy kolega powie coś, co sprawi ci przykrość, spróbuj powiedzieć: „Kiedy to powiedziałeś, poczułem się zawiedziony” zamiast: „Kiedy to powiedziałeś, zawiodłeś mnie”. To jest sąd. W tym drugim przypadku w rzeczywistości mówimy: „To twoja wina”.

Ucz się wyrażać prawdziwą wdzięczność. Nie chowaj w sobie podziwu, zainteresowania czy wdzięczności, jeśli tylko są szczerze.

Wykształć w sobie umiejętność robienia czegoś dla własnej satysfakcji. Zrób coś w pracy czy poza pracą, co rzeczywiście chcesz zrobić, nawet jeżeli wydaje się to głupie — najlepiej zrób to z kimś, z kim lubisz być. Wybierz się na wycieczkę po kraju lub popłyń rzeką w łodzi mieszkalnej. Kup coś, za czym tęsknisz, jeśli tylko nie będzie to zbyt duże obciążenie dla twojego budżetu. Poszukaj sposobów robienia przynajmniej niektórych z tych rzeczy, które zawsze chciałeś robić, bez szkodenia twoim więziom z innymi.

Pomóż innym w ich problemach. Gdy będziesz im pomagał, możesz zdobyć bardziej pozytywną perspektywę swoich kłopotów.⁷³

Oczywiście nie jestem nawet w stanie podkreślić zbyt mocno, że stresu nie wolno ignorować. Jeżeli będzie on pozostawiony sam sobie, doprowadzi do osobistego zniechęcenia, złamanego zdrowia, ran

emocjonalnych i pozrywanych więzi z ludźmi. Jeżeli jednak nauczysz się teraz walczyć ze stresem, odniesiesz wiele korzyści w twych relacjach z ludźmi— szczególnie w więzi miłości, małżeństwa i seksu. Niezależnie od tego, jaka może być przyczyna stresu w twoim życiu, możesz nauczyć się radzić sobie z nim tak, jak ja się nauczyłem. Budowanie dobrych więzi z ludźmi, szczególnie z partnerem twojego małżeństwa, jest jednym z najlepszych lekarstw na stres. Każdy z nas potrzebuje kogoś, na kim może się oprzeć i komu może się zwierzyć w kłopotach.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Co wywołuje największy stres w twoim życiu?
- ◆ Podaj objawy stresu, które możesz rozpoznać w swoim życiu.
- ◆ Co możesz zrobić od razu, aby rozpocząć redukować stres?

STRZEŻ SIĘ NIEWOLI FINANSOWEJ

Jaka była przyczyna ostatniej kłótni z twoim współmałżonkiem? Jeżeli jesteście przeciętnym małżeństwem, prawdopodobnie był to sposób zarabiania lub wydawania pieniędzy. Kiedy dwoje ludzi spotyka się w małżeństwie, najwcześniejszym obszarem niezgody jest często sposób korzystania z pieniędzy — i zbyt często pozostaje najbardziej spornym tematem w ich życiu. Jeżeli pragniesz cieszyć się szczęśliwą więzią miłości, małżeństwa i seksu, absolutnie konieczna jest zdolność do skutecznego radzenia sobie z pieniędzmi.

„Nic nie potrafi szybciej wywołać kłopotu w więzi dwojga osób niż problemy związane ze złym zarządzaniem pieniędzmi. Powód jest podany przez Jezusa w Ewangelii Mateusza 6,21: „Albowiem gdzie jest skarb twój, tam będzie i serce twoje”. Sposób wykorzystywania pieniędzy jest najlepszym sprawdzianem motywów serca człowieka. Nic dziwnego, że konflikt związany z pieniędzmi jest jedną z głównych przyczyn rozwodów.

Wcześniej cytowałem ankietę czasopisma „McCall” przeprowadzoną wśród trzydziestu tysięcy kobiet. Pokazała ona, że niemal jedna kobieta na trzy stwierdziła, że „brak pieniędzy jest poważnym problemem między nią a jej mężem”. W rzeczywistości „problemy finansowe” daleko przewyższyły wszystkie inne przedstawione problemy, z wyjątkiem jednego — „słabej komunikacji”.⁷⁴ Badania pokazują, że osiągnięcie przystosowania w dziedzinie finansów trwa dłużej niż osiągnięcie go w jakiegokolwiek innej dziedzinie z wyjątkiem przystosowania seksualnego.⁷⁵

Przeciętny pracujący Amerykanin zużywa około 80% swojego czasu bezpośrednio lub pośrednio na myślenie o pieniądzu. „Czy powinienem kupić to? Czy dostanę podwyżkę? Czy powinienem zainwestować pieniądze w tę sprawę? Ile powinienem wydać na ubrania? Czy mogę

kupić dom, czy wynająć? Czy mogę sobie pozwolić na przelot samolotem do rodziców na Boże Narodzenie? Ciekawe, ile Fred zarabia w ciągu roku? Czy mamy kupić nowy samochód, czy używany? Ile mam oddawać Bogu?”

Wybierz swojego Pana

Powód podany jest przez Jezusa w Ewangelii Mateusza 6,24: „Nikt nie może dwóm panom służyć, gdyż albo jednego nienawidzić będzie, a drugiego miłować, albo jednego trzymać się będzie, a drugim pogardzi. Nie możecie Bogu służyć i mamonie [bogactwu]”. Albo ty będziesz panował nad pieniędzmi, albo pieniądze będą panowały nad tobą.

Ponieważ wniesiesz ze sobą do małżeństwa swoje nawyki wydawania pieniędzy, ważne jest, abyś zbudował zdrowe nawyki finansowe, kiedy jesteś osobą samotną. Sposób korzystania z pieniędzy może być silnym źródłem napięcia w każdym domu. Beztroski czy niezdyscyplinowany partner może dosłownie zniszczyć małżeństwo przez złe korzystanie z pieniędzy. Niewątpliwie miałeś okazję zaobserwować to albo w swoim domu, albo w innym, który znasz.

Dla chrześcijan jedyną słuszną możliwością jest służenie Bogu, nie mamonie. Apostoł Paweł, długoletni obserwator rodzin i kościołów, napisał: „Albowiem korzeniem wszelkiego zła jest miłość pieniędzy” (1 Tm 6,10). Zauważ, że napisał on „miłość pieniędzy”, nie „pieniądze”. To miłość pieniędzy jest „korzeniem wszelkiego zła”. Pieniądze są neutralne — ani dobre, ani złe. Jedynie nasza postawa wobec pieniędzy i to, co robimy z nimi, może być złe. Sposób, w jaki postępujesz z pieniędzmi, mówi wiele o twojej więzi z Bogiem i innymi.

W swojej książce „Your Finances In Changing Times” („Twoje finanse w niepewnych czasach”) Larry Burkett podkreśla, że istnieje ponad 700 wersetów w Biblii dotyczących pieniędzy i posiadłości, i że ponad dwie trzecie przypowieści Jezusa dotyczy pieniędzy lub posiadłości. Jezus wiedział, jak bardzo serca ludzi mogą być rozdarte między nim a pieniędzmi, dlatego nauczał wyraźnie, że ludzie muszą nie tylko wybrać pomiędzy służeniem Bogu a służeniem pieniądzu, lecz także muszą w odpowiedzialny sposób zająć się pieniędzmi, które mają.

Kontrola finansów

Mając to wszystko na uwadze chcę, abyśmy spojrzeli na znaczenie pieniędzy z naszej własnej perspektywy i z perspektywy Boga.

Przyjrzyjmy się osobistym finansom na bardzo praktycznym poziomie. Większość tego, czym chcę się tutaj podzielić, pochodzi albo z mojego własnego doświadczenia, albo ze spostrzeżeń, które przekazał mi mój bliski przyjaciel Ethan Pope, także członek personelu Campus Crusade for Christ, który często pisze i przemawia na temat planowania finansowego.

1. Ustalcie cele finansowe. Wiele małżeństw dyskutuje (a często kłóci się) o pieniądzach dlatego, że nigdy nie omówili celów finansowych swojej rodziny. Wiele kłótni pojawia się po prostu jako rezultat różnych założeń. Mąż może uważać, że kupno łodzi jest wysokim priorytetem, podczas gdy żona uważa, że najważniejsze jest oszczędzanie na zaliczkę na dom.

Można by uniknąć większości konfliktów finansowych w małżeństwie przez zastosowanie dwóch prostych rzeczy:

- Ustalenie celów finansowych w budżecie
- Regularne rozmowy dotyczące celów finansowych

W Księdze Przypowieści 21,5 czytamy: „Plany pilnego prowadzą do korzyści”. Wprowadzenie tych prostych zasad w życie może dać ci korzyść panowania nad swoimi finansami, a nie bycia opanowanym przez nie.

Często nie posiadamy jasnych celów finansowych dla naszego życia dlatego, że nie wiemy, jak zapisać je i jak uczynić je możliwymi do zastosowania. Aby pokonać tę trudność, musisz wykonać następujące pięć kroków ustalenia celu: modlitwa, napisanie ich, ocenienie, ustalenie daty i sprawdzenie konkretności. Zbadajmy każdy krok.

Najważniejszym aspektem ustalenia celów jest modlitwa. Zapytaj Boga, co chciałby, abyś zrobił ze swoim życiem i z pieniędzmi, które On ci dał. W Liście Jakuba 1,5 czytamy: „A jeśli komu z was brak mądrości, niech prosi Boga, który wszystkich obdarza chętnie i bez wypominania, a będzie mu dane”. (Najpierw musimy zaufać, że Bóg da nam mądrość, kiedy poprosimy go o nią).

Drugim ważnym krokiem jest zapisanie celów na papierze. Marzenia zazwyczaj nie stają się celami ani rzeczywistością, dopóki nie zostaną napisane. To wymaga, abyście chodzili z Bogiem chwila po chwili. Zanim usiądziecie, aby napisać swoje cele, musicie być pewni, że wszystko w waszym życiu jest w porządku wobec Boga, że wasze serce jest czyste i że żaden znany grzech nie pozostaje nie wyznany. Jeżeli wszystko będzie uporządkowane z waszej strony, Bóg da wam mądrość, której będziecie potrzebowali. Jeżeli jednak w waszym życiu będzie jakiś grzech, którego nie wyznacie — przez co świadomie wyłączycie się z przyjaźni z Bogiem

— bardzo możliwe jest, że będziecie ustalać własne cele, a nie cele, jakie Bóg chce, abyście ustalili.

Następnie oceńcie, czy wasze cele są realistyczne i możliwe do osiągnięcia. Na przykład, gdyby ktoś chciał ofiarować w ciągu roku milion dolarów, ale zarabiał jedynie trzydzieści tysięcy, to cel ten, mówiąc łagodnie, jest bardzo nierealistyczny. Na pewno nie chcemy ograniczać potężnej mocy Boga mogącego działać cuda w naszym życiu, możemy jednak zniechęcić się, kiedy ustalimy cele, których nie będziemy mogli osiągnąć. Musimy pozwolić Bogu, aby pracował z nami tam, gdzie jesteśmy. Jeżeli ufamy, że Pan pomoże nam osiągnąć cele, będziemy zdobywali coraz większą pewność przy ustalaniu jeszcze większych celów na przyszłość.

Ustalenie konkretnych dat dla naszych celów jest czwartym krokiem. Cel bez daty jest jak piłka bez powietrza. Praktycznie jest nieprzydatny.

Poza ustaleniem dat dla naszych celów konieczny jest piąty krok — uczynienie celów wymiernymi. Powiedzenie „Chcę ofiarować wiele pieniędzy w tym roku” jest zbyt ogólne. Skąd będziesz wiedział, czy osiągnąłeś ten cel przy końcu roku? Co to znaczy „dużo pieniędzy”? Może sądzisz, że ofiarowanie 20% swojego dochodu to dużo? Ktoś inny może jednak uważać, że ofiarowanie 30% to skąpstwo. Kiedy będziesz konkretny przy swoich celach, będziesz wiedział, czy zrealizowałeś to, co zaplanowałeś, czy nie.

Wierzę, że mąż powinien podjąć przywództwo w ustalaniu celów. Żona powinna być jednak aktywnie zaangażowana w proces podejmowania decyzji. Musi być między nimi jedność, gdyż inaczej ktoś będzie cierpiał.

2. Ustalajcie budżet. To powinien być jeden z waszych pierwszych celów finansowych. Chwileczkę, poczekaj! Wiem, że prawdopodobnie nie chcesz przeczytać tej części, ale proszę, nie pomijaj jej. Ona jest zbyt ważna.

Następująca lista wyjaśnia dokładnie, czym jest budżet i w jaki sposób może ci pomóc. Budżet:

- ? pokazuje wpływy
- ? pokazuje wydatki
- ? jest spisaniem planu działania
- ? powinien być przygotowany przez męża i żonę razem
- ? daje ci wewnętrzną pewność co do swojej sytuacji finansowej
- ? uwalnia cię
- ? pomaga ci być lepszym szafarzem tego, co Bóg ci powierzył

? jest napisany ołówkiem, nie długopisem, tak, że może być zmieniony, kiedy tylko zajdzie taka potrzeba

Larry Burkett oferuje następujące wskazówki do pracy nad budżetem:

Rozpocznijcie tygodniową ocenę finansową. Kiedy już ustalicie swój budżet, dokonujcie co tydzień przeglądu wpływów i wydatków. Małżeństwa powinny robić to razem. Polega to po prostu na przejrzeniu budżetu, aby zobaczyć, jak wam idzie — nie zajmuje to więcej niż dziesięć minut. O wiele łatwiej jest dokonywać korekty w wydatkach po upływie jednego tygodnia niż całego miesiąca. Burkett podkreśla:

Przy planowaniu finansów pojawiają się często dwie trudności: jedna osoba jest zbyt oszczędna, druga zbyt rozrzutna. Próba skorygowania dziesięciu lat złych nawyków finansowych w ciągu jednego miesiąca prowadzi do legalizmu. Mąż i żona muszą być gotowi na dokonanie zmian. Ustalony jednostronnie plan obciążenia pieniędzy na wydatki drugiego szybko staje się punktem napięcia.

Rozrzutność zazwyczaj ma miejsce wtedy, gdy po zaplanowaniu budżetu nie jest on nigdy przeglądany. Proces planowania może sprawić, że ktoś poczuje się lepiej, lecz żaden plan nie posiada wartości, dopóki nie zostanie zastosowany.⁷⁶

Zróbcie listy „Przyszłe wydatki” i „Dawanie”. Możecie omawiać je w czasie waszych cotygodniowych spotkań budżetowych. Zróbcie listę wszystkich rzeczy, które potrzebujecie lub chcielibyście kupić, i listę potrzeb, które chcielibyście zaspokoić w życiu waszych przyjaciół lub waszego kościoła. Potem uporządkujcie każdą listę według priorytetów. Zauważcie, że gdy będziecie omawiać swoje marzenia, troski, nadzieje i napięcia, jakie odczuwacie, powstanie nowy obszar komunikacji w waszym małżeństwie, przez co staniecie się sobie jeszcze bliżsi.

Jeżeli ustaliliście cele finansowe i roboczy budżet rodzinny, życie stanie się dla was o wiele łatwiejsze, niż było dotychczas! Ja zauważyłem, że dzięki budżetowi zostaje już podjęta większość decyzji finansowych. Zostaną ustalone wasze granice finansowe. Jeżeli ktoś z was będzie chciał coś kupić, na przykład magnetofon czy nowe buty narciarskie, pytanie, jakie będziecie musieli sobie postawić, będzie proste: „Czy są na to pieniądze w budżecie? Czy jest to priorytet na naszej liście «Rzeczy do kupienia»?” Jeśli odpowiedź jest przecząca, problem jest rozwiązany. Nie kupujcie tego! Jeżeli jest to coś, co rzeczywiście chcecie uczynić priorytetem, dokonajcie przeglądu waszej listy na tygodniowym spotkaniu, aby zobaczyć, gdzie trzeba wprowadzić zmiany.

Jeżeli chodzi o inwestycje lub niezwykle wydatki, Biblia podaje jasne i pomocne wskazówki. Burkett stwierdza: „Straty Bożych pieniędzy mogą być prawie w każdym przypadku poważnie zredukowane przez zachowanie kilku prostych biblijnych reguł:

- ? Módl się i proś Boga, aby dał ci trzeźwy umysł (Prz 3,13).
- ? Mąż i żona niech rozmawiają ze sobą o planowanym zakupie. Jeżeli nie zgadzają się, nie powinni tego kupować (Prz 12,14).
- ? Czekaj przed działaniem. Twoja wizja finansowa staje się o wiele lepsza w miarę upływu czasu (Ps 37,7).
- ? Trzymaj się tego, co znasz, a unikaj angażowania się w dziedziny, w których nie masz orientacji (Prz 22,12).
- ? Jeśli nie masz pokoju — zatrzymaj się (Prz 10,22).⁷⁷

Pamiętaj, że aby budżet działał, mąż i żona muszą zgadzać się i muszą pracować nad nim jako zespół. Doprowadzenie do tego, aby budżet działał, jest w rzeczywistości sprawą samodyscypliny. Jest to akt woli. Nie jest przypadkiem, że ludzie, którzy planują swoje budżety i trzymają się ich — w elastyczny sposób, tam, gdzie jest to konieczne — mają swoje finanse uporządkowane. Oszczędzili sobie rytuału załamywania rąk we frustracji pod koniec miesiąca ze słowami: „Na co to wszystko poszło?”

Unikaj kredytu. Nie prowadź życia ponad swoje możliwości. Wielu ludzi kupuje rzeczy, których nie potrzebują, za pieniądze, których nie mają, aby zrobić wrażenie na ludziach, których nie lubią. Kredyt, podobnie jak pieniądze, nie jest ani dobry, ani zły. Staje się jednak dobry lub zły w zależności od tego, jak się nim posługujesz. Może być twoim przyjacielem lub wrogiem.

Oprócz kredytów istnieją inne propozycje finansowe, które mogą wprowadzić cię w długi: niskie zaliczki, rabaty, kupowanie na raty. Pamiętaj, że niemal każda forma kredytu jest oparta na twoim przewidywanym przyszłym dochodzie. A przyszły dochód najczęściej nie jest na 100% pewny. Utrata pracy, poważne kalectwo czy choroba lub zmiana sytuacji rynkowej nie usuną twojego zobowiązania do spłacenia kredytu.

Młode małżeństwa są ulubionym celem tych, którzy chcą udzielać kredytu. Ktoś świeżo po studiach, mający pracę i małżonka, posiada zazwyczaj długą listę zakupów — odzież, meble, sprzęty, samochód. Jeżeli bez trudu może uzyskać kredyt, łatwo jest mu kupować impulsywnie. W bardzo krótkim czasie posiada dużo rzeczy, bez których w rzeczywistości mógłby żyć, oraz poważny ciężar finansowy na

ramionach. Moją radą jest, aby, jeżeli to możliwe, wystrzegać się kupowania czegokolwiek na kredyt przez pierwsze dwa lata małżeństwa. Ostatnią rzeczą, jakiej potrzebujecie, jest napięcie wynikające z długów.

Spółeczeństwo mówi: „Zdobądź to dzisiaj”. I większość młodych małżeństw słucha. Chcą mieć od razu to, na co ich rodzice pracowali przez dwadzieścia lat.

Nie ma szybszej drogi do doświadczenia niewoli finansowej, jak niedojrzałe i niewłaściwe korzystanie z kredytu. W Księdze Przypowieści 22,7 czytamy: „Bogacz panuje nad nędzarzem, lecz dłużnik jest sługą wierzyciela”.

Wasz „rzeczomierz”

Nasza kultura nieustannie komunikuje nam potrzebę kupowania rzeczy. Podoba mi się perspektywa dra Johna MacArthura jr co do tej obsesji posiadania.

Pan i pani Rzecz są bardzo przyjemną parą, której powiodło się w życiu. Przynajmniej taki jest werdykt większości ludzi, którzy mierzą sukces „rzeczomierzem”. Kiedy „rzeczomierz” zostanie zastosowany w życiu pani i pana Rzecz, rezultat jest zdumiewający.

Oto siedzi on na bardzo drogiej i luksusowej rzeczy, niemal zasłonięty przez dużą ilość innych rzeczy (...). Rzeczy, na których można siedzieć, rzeczy, przy których można siedzieć, rzeczy, na których można gotować, rzeczy, z których można jeść. Wszystkie świeące i nowe. Rzeczy, rzeczy, rzeczy.

Rzeczy, którymi można czyścić, rzeczy, którymi można myć, rzeczy, które trzeba czyścić i rzeczy, które trzeba myć. Rzeczy do zdumiewania, rzeczy do robienia przyjemności, rzeczy do oglądania i rzeczy do zabawy. Rzeczy na długie gorące lato, rzeczy na krótkie mroźne zimy. Rzeczy dla wielkiej rzeczy, w której mieszkają, rzeczy dla ogródka, rzeczy dla łazienki, rzeczy dla kuchni, rzeczy dla sypialni. Rzeczy na czterech kołach, rzeczy na dwóch kołach, rzeczy do postawienia na czterech kołach, rzeczy do ciągnięcia za czterema kołami, rzeczy dodatkowe do wnętrza rzeczy na czterech kołach.

Rzeczy, rzeczy, rzeczy, a pośrodku nich pan i pani Rzecz. Uśmiechnięci, zadowoleni z siebie, myślący o następnych rzeczach do dodania do swojej kolekcji. Bezpieczeństwo w zamku rzeczy!

„No dobrze, panie Rzecz, mam dla pana złą nowinę. Proszę? Pan mnie nie słyszy? Rzeczy przeszkadzają? (...) Ale to jest właśnie problem z rzeczami. Niech pan spojrzy na tę rzecz, która stoi obok pana domu. Niezależnie od tego, jaka jest jej wartość dla handlarza rzeczami, ma ona

wielką wartość dla pana. A wystarczy błąd oceny, chwilowa utrata skupienia i ta rzecz może być kupą pogiętego metalu przeznaczoną do składnicy złomu.

A co z tymi wszystkimi rzeczami w pana domu? Czy one są bezpieczniejsze? Tak, czas iść spać. Niech pan nie zapomni zaryglować drzwi i zamknąć okien. Niech pan uważa, krąży tu jakiś złodziej (...)"

W ten sposób przemija życie. Kiedyś, kiedy pan umrze, włożą tylko jedną rzecz do skrzynki — pana. Jak ktoś powiedział: „Nie ma kieszeni w całunie pogrzebowym”. Pomimo tego, że jest to tak głupie, jesteśmy zasadniczo oddani nabywaniu rzeczy.⁷⁸

Rzeczy a szczęście

Posiadanie wielu rzeczy materialnych nie jest kluczem do wspaniałej więzi małżeńskiej. Gdyby tak było, ludzie biedni nie mogliby być szczęśliwi! Z drugiej strony, niektórzy ludzie świadomie wyrzekają się posiadłości, aby być „duchowymi”. Jest to także obsesja materializmu, jedynie przejawiająca się w odmienny sposób. Rzeczy — pieniądze czy posiadłości materialne — nie czynią małżeństwa dobrym. Czynią je takim ludzie troszczący się o wewnętrzne cechy życia, takie jak miłość, radość, pokój, cierpliwość, uprzejmość, dobroć, wierność, łagodność i opanowanie. Wypełniają oni swoje życie cechami wiecznymi, które nie mogą zardzewieć ani zostać skradzione. Nie możesz kupić prawdomówności czy współczucia, a jednak to właśnie takie rzeczy, nie dające się zniszczyć, sprawiają, że warto żyć i dają nam pokój ze sobą.

Niech twoje rzeczy materialne będą podobne jedynie do kremu na ciastku. Raduj się z błogosławieństwa, którym Bóg cię otoczył, lecz nie pozwól im, aby zapanowały nad tobą. Jak powiedział Jezus: „Szukajcie najpierw Królestwa Bożego i sprawiedliwości jego, a wszystko inne będzie wam dodane” (Mt 6,33).

4. Uporządkujcie osobiste finanse. Innym waszym celem powinno być uporządkowanie dokumentacji finansowej. Możecie rozpocząć od przejrzania razem poniższej listy. Celem jest zachęcenie do komunikacji i poinformowanie się nawzajem, gdzie znajdują się ważne dokumenty. Jeżeli jakiś punkt nie ma zastosowania do waszej sytuacji, po prostu pomińcie go.

Dokument/Rzecz	Miejsce
Zeszyt budżetowy	
Akt własności samochodu	
Akt własności lub wynajmu mieszkania	
Książeczka oszczędnościowa	
Książeczka mieszkaniowa	
Książeczka czekowa	
Akcje	
Obligacje	
Inne papiery wartościowe	
Testament	
Dowody opłat ubezpieczeniowych na:	
Samochód	
Życie	
Zdrowie	
Mieszkanie	
Inne	
Aktualne dokumenty podatkowe	
Dokumenty podatkowe z lat poprzednich	
Klucz do miejsca, w którym przechowujecie dokumenty i pieniądze	(nie piszcie odpowiedzi)

Sprawy finansowe tradycyjnie należą do męża. Jeżeli tak jest w waszym przypadku, dobrze byłoby, gdyby żona angażowała się w jak najwięcej czynności finansowych. Niech przez jeden miesiąc płaci wszystkie rachunki albo zaplanuje budżet (wszystko to może robić pod okiem męża i z jego pomocą). Jeżeli sam płacisz podatki, zorientuj żonę w tym, jak to się robi. Na wypadek twojej śmierci powinna wiedzieć, gdzie są potrzebne rzeczy, jak zająć się sprawami finansowymi i do kogo się zwrócić o pomoc. Pomóż jej wybrać kogoś, kto zna ciebie i podejmowałby decyzje podobne do twoich, aby mogła się do niego zwrócić.

5. Ustalcie stały plan dawania. Najważniejszym aspektem waszych finansów jest dawanie. Ono powinno być waszym najwyższym priorytetem finansowym. Nic nie sprawdza lepiej oddania się człowieka Bogu niż pieniądze.

Bez wchodzenia w zbędne szczegóły, chciałbym podzielić się kilkoma podstawowymi zasadami dawania.

Dawaj najpierw Bogu. Przypowieści 3,9: „Czcij Pana darami ze swojego mienia i z pierwocin wszystkich swoich plonów”.

Posiadasz wiele. Świat chce, abyś myślał, że dopóki nie jeździsz Rolls Roycem i nie jesteś otoczony luksusem, jesteś niemal ubogi. Faktem jest, że nawet najuboższy z nas zasadniczo posiada więcej niż ktokolwiek z głodnych i bezdomnych milionów w krajach trzeciego świata. Kiedy uczciwie zobaczysz wartość każdej rzeczy wokół siebie, zobaczysz jakie kryje się w nich bogactwo.

Dawaj z pierwszych twoich owoców. Innymi słowy, dawaj Bogu najpierw, kiedy odbierasz swoją wypłatę. Nie dawaj Bogu tego, co zostanie, ponieważ zazwyczaj skończy się to okradaniem go. Dawanie najpierw Bogu demonstruje postawę „Bóg jest pierwszy”.

Uznaj, że Bóg już posiada wszystko. Ty jesteś jedynie szafarzem tego, co Bóg ci udzielił. Uświadomienie sobie, że jesteś szafarzem Bożych pieniędzy, dodaje nową perspektywę twoim decyzjom. Czy będziesz gotowy na zdanie sprawy za swojego zadania?

Bądź wierny z tym, co masz. Jezus powiedział: „Kto jest wierny w najmniejszej sprawie i wielkiej jest wierny. A kto w najmniejszej jest niesprawiedliwy, i w wielkiej jest niesprawiedliwy” (Łk 16,10). Nie możesz spodziewać się, że będziesz sprawiedliwy, jeżeli jesteś złym szafarzem pieniędzy, które dał ci Bóg.

Kiedy zastanawiasz się nad daniem, nie powinieneś czekać, aż będziesz miał dużo do dania. Raczej dawaj z tego, co masz teraz. Bóg nie chce, abyś oszczędzał po to, by dać wielki dar. Wielkie liczby nie wywierają wrażenia na Bogu — On poszukuje wielkich serc. Pismo mówi nam o kobiecie, która miała bardzo wielkie serce w oczach Boga. W 41-szym rozdziale Ewangelii Łukasza czytamy o ubogiej wdowie, która włożyła dwa małe pieniążki do skarbca świątyni, co spodobało się Panu bardziej niż każdy inny dar ofiarowany tego dnia. Jezus powiedział nawet, że ta wdowa włożyła więcej niż wszyscy bogaci, którzy dawali tego dnia pieniądze.

Zastanów się nad zyskiem z zainwestowanej kwoty. Dawanie Bogu jest najlepszą inwestycją, jakiej możesz kiedykolwiek dokonać, o wiele lepszą niż giełda czy inne inwestycje. Korzyści są wieczne. Nie musisz nawet opłacać doradcy finansowego, aby powiedział ci, jak dawać! Jezus powiedział: „Nie gromadźcie sobie skarbów na ziemi, gdzie mól i rdza niszczą i gdzie złodzieje podkopują i kradną, ale gromadźcie sobie skarb w niebie, gdzie ani mól, ani rdza nie niszczą i gdzie złodzieje nie podkopują i nie kradną” (Mt 6,19–20).

Oczekuj żniw. W dawaniu, podobnie jak we wszystkim innym, co robisz, będziesz zbierał to, co zasiejesz. Apostoł Paweł pisze: „To powiadam, kto sieje skąpo, skąpo też żąć będzie. A kto sieje obficie, obficie też żąć będzie” (2 Kor 9,6).

Bądź radosnym dawcą. Biblia mówi nam między innymi o tym, co podoba się Bogu i co mu się nie podoba. W Drugim Liście do Koryntian 9,7 czytamy: „Każdy tak, jak sobie postanowił w sercu, nie z żalem albo z przymusem, gdyż ochotnego dawcę Bóg miłuje”.

Dawaj tylko z miłości. „I choćbym rozdał całe mienie swoje, (...) a miłości bym nie miał, nic mi to nie pomoże” (1 Kor 13,3).

Dojrzała więź miłości małżeńskiej i seksu nie może funkcjonować w Boży sposób w codziennych sprawach życia bez odpowiedzialności finansowej. Szukaj Bożej woli na modlitwie i staraj się być dobrym szafarzem tego, co On ci powierzył. Naszym ostatecznym celem jest przyniesienie chwały Bogu. A nasze ostateczne zaufanie co do wolności finansowej, szczodrego serca, opanowania materializmu i szczęśliwego małżeństwa złożone jest w nim!

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ W jaki sposób ustalasz cele finansowe?
- ◆ Jakie są niektóre biblijne wskazówki co do finansów?
- ◆ Jakie jest znaczenie dziesięciny — co mówi Biblia?
- ◆ Jaki jest cel budżetu?

DALSZE POMOCY

Larry Burkett, „What Husbands Wish Their Wives Knew about Money”, Wheaton, IL, Victor Books, 1982.

Larry Burkett, „Twoje finanse w niepewnych czasach”, Pojednanie, Lublin, 1993.

TWOJE, MOJE I NASZE

Jedną z mniej widocznych dziedzin konfliktów w więzi miłości, małżeństwa i seksu jest sprawa rzeczy, które będziecie posiadać. Zauważam, że pary narzeczonych próbując koncentrować się na takich sprawach, jak zaufanie, przyjaźń i miłość, często zaniedbują lub odsuwają na bok ten dość podstawowy i praktyczny aspekt ich więzi. Choć jest bardzo ważne, aby takie rzeczy, jak przyjaźń, zaufanie, miłość były punktem koncentracji więzi dwojga osób, jest także konieczne, aby dojść do porozumienia w sprawie rzeczy, które będziecie posiadać.

Im więcej spraw może być wydobytych na światło i omówionych przed małżeństwem, tym lepiej. Trzeba dojść do porozumienia szczególnie w tych dziedzinach, które związane są z silnymi przywiązaniami emocjonalnymi, upodobaniami i niechęciami. Jestem zdumiony tym, jak wielu ludzi pozwala, aby rzeczy materialne, takie jak na przykład meble, stały się cierniem w ciele małżeństwa.

Dottie i ja rozmawialiśmy z pewnym małżeństwem, które nigdy przed ślubem nie rozmawiało ze sobą o tych sprawach. Po ślubie zdecydowali, że ona będzie miała swoje konto na nazwisko panieńskie, a on na swoje nazwisko. Ich rozmowy często zawierały takie zwroty, jak: „To jest moje” i „To jest twoje”.

Nic dziwnego, że szybko rozpoczęły się problemy. Ona zawsze marzyła o posiadaniu wczesnoamerykańskich antyków, a on sądził, że będą posiadać meble w stylu śródziemnomorskim — zawsze podobały mu się śródziemnomorskie meble w domu rodziców. A więc, nie porozmawiawszy nawet na ten temat, ta świeżo upieczona para małżeńska udała się razem na zakupy — po raz pierwszy i ostatni. Począwszy od tego dnia on kupował meble śródziemnomorskie, a ona antyki. Postanowił nawet, że kupi jej coś w stylu śródziemnomorskim w prezencie na Boże

Narodzenie, co było mniej więcej podobne do kupienia twojej żonie stołu do gry w bilarda, który zawsze chciałeś mieć.

Fotel na biegunach

Nie wiedziałem nic o tej sytuacji, kiedy udałem się do ich domu pewnego wieczoru, aby z nimi porozmawiać. Kiedy tam wszedłem, zauważyłem stary amerykański fotel na biegunach, który bardzo mi się podobał. Im bardziej pozytywnie wyrażałem się o tym fotelu, tym większa złość opanowywała męża. Sprawa stylów mebli stała się tak niszczącą siłą w ich więzi, że ich małżeństwo w tragiczny sposób zakończyło się rozwodem. Biblia wzywa męża i żonę, aby stali się jedno w więzi małżeńskiej, ale oni nie byli posłuszni. Ich terminologie i punkty widzenia nigdy nie zmieniły się z „ja” i „moje” na „my” i „nasze”.

Kiedy Dottie i ja zaręczyliśmy się, rozmawialiśmy o rzeczach, które będziemy posiadać, szczególnie o meblach. Zawsze chciałem mieć meble w stylu hiszpańskim i znalazłem już artystę w Meksyku, który mógł wykonać je dla nas. Był tylko jeden problem — moja żona nie mogła znieść mebli w tym stylu. Ona wołała wczesnoamerykańskie antyki. Modliliśmy się więc wspólnie w związku z tą sytuacją i, ponieważ zaplanowaliśmy spędzić nasz miesiąc miodowy w Meksyku, zaproponowałem jej, że zabiorę ją do miejsca, gdzie robione są te meble. Zdecydowaliśmy także, że udamy się na wyprzedaż mebli i do sklepów z antykami, aby przyjrzeć się jakimś meblom wczesnoamerykańskim.

Nie trwało długo, zanim uświadomiłem sobie, że kupowanie antyków jest dość sensowne. Jest to przecież jedyny typ mebli, którego wartość wzrasta w miarę upływu czasu. A poza tym nasz pierwszy dom w San Bernardino był w stylu hiszpańskim. W końcu mieliśmy więc dom w stylu hiszpańskim z wczesnoamerykańskimi antykami. Sądzę, że Bóg ma wspaniałe poczucie humoru!

Sprawdź, jakich słów używasz w odniesieniu do „rzeczy”, kiedy opisujesz swoje więzi z ludźmi lub kiedy mówisz o swojej idealnej więzi miłości, małżeństwa i seksu. Wiele odkryjesz o tym, jak blisko jesteś do bycia „właściwą osobą”. Największą szansę na sukces ma ten, kto mówi: „my”, „nas”, „nasze”, o wiele większą niż ten, który mówi: „ja”, „moje”, „mnie”.

Jak się to wszystko łączy?

Zbadaliśmy razem jedenaście cech osoby istotnych dla kogoś, kto chce wziąć na swoje barki odpowiedzialność bycia właściwą osobą i doświadcza niesamowitej korzyści i radości płynących z bycia właściwą osobą w więzi miłości, małżeństwa i seksu. Proponuję więc, abyś postawił sobie oczywiste pytanie: „Czy jestem właściwą osobą do małżeństwa?”

Prawdopodobnie w głębi serca znasz prawdziwą odpowiedź. A nawet jeżeli potrafisz oszukać sam siebie, prawdopodobnie nie oszukasz wielu innych. Różne cechy, w oparciu o które dochodzisz do wniosku, czy jesteś „właściwą osobą”, mogą być także twoją podstawą do ustalenia, czy twój potencjalny małżonek jest „właściwą osobą”. To z kolei doprowadzi cię do decydującego pytania przy rozważaniu małżeństwa: *Czy jesteśmy właściwymi osobami dla siebie nawzajem?*

Podstawa dla solidnej więzi miłości, małżeństwa i seksu musi być ustalona na długo przedtem, zanim spotkasz osobę, którą będziesz chciał poślubić. Proces ten rozpoczyna się od ciebie.

Dotychczas w budowaniu tego rodzaju solidnej więzi dwojga osób pracowaliśmy z twojego punktu widzenia — z perspektywy jednostki. Teraz skoncentrujemy się na tym, w jaki sposób dwoje ludzi może ustalić, czy miłość, której doświadczają, jest miłością dojrzałą. Zanim jednak przejdziemy dalej, chciałbym przedstawić słowo ostrzeżenia.

Nie doskonały, lecz wzrastający

Ani ty, ani twój potencjalny współmałżonek nie jesteście doskonali i nigdy tacy nie będziecie. Cechy, które analizowaliśmy, konieczne do zostania właściwą osobą, łatwo mogą wydawać się przytłaczające. Pamiętaj jednak, że nie każdy aspekt każdej z nich będzie obecny i doskonale czynny przez cały czas.

Jeżeli twoją postawą jest: „Ja nigdy nie radziłem sobie z pieniędzmi. Taki już jestem”, twoje małżeństwo już ma problem. Jeżeli jednak twoją postawą jest: „Nigdy nie radziłem sobie z pieniędzmi, ale poczynawszy od teraz będę pracował, aby to zmienić”, jesteś na właściwej drodze. Oczywiście perspektywę tę można zastosować nie tylko do radzenia sobie z pieniędzmi, lecz także do innych cech, którym się przyglądaliśmy.

To, co pokazałem, może pomóc ci wejść w więź z drugą osobą z szeroko otwartymi oczami. Kiedy z góry będziesz znał swoje słabe i silne strony, będziesz mógł pracować nad nimi i ufać Bogu, że wykształci w tobie te cechy, które potrzebują poprawy. W ten sposób będziesz tak

przygotowany, aby Bóg mógł dać ci trwałą więź małżeńską — taką, która będzie się w pełni jemu podobać. Jeżeli jesteś prawdziwie mądry, będziesz wdzięczny, kiedy Bóg lub twój współmałżonek pokaże ci w twoim życiu coś wymagającego poprawy. Każda cecha osobista, w którą teraz będziesz inwestował, każda, którą teraz naprostujesz, powiększy bogactwo korzyści, które zbierzesz w przyszłości.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Jakimi słowami posługujesz się rozmawiając o rzeczach, które będziecie posiadać?
- ◆ Jeżeli zastanawiasz się nad zawarciem małżeństwa, to które z jedenastu omówionych cech są obecne w tobie?
- ◆ Jakie dziedziny twojego życia wymagają nadal dojrzewania, abyś był właściwą osobą?

CZĘŚĆ II

DOJRZAŁA MIŁOŚĆ

*Jak możesz poznać, czy miłość, która
was łączy, będzie trwała?*

ROZPOZNANIE DOJRZAŁEJ MIŁOŚCI

Każdego dnia spotykamy coraz więcej ludzi, którzy boją się, że zawiodą w małżeństwie. Kiedyś uważali, że wiedzą, o co w tym wszystkim chodzi, ale teraz nie są tego tak bardzo pewni. Chcą lepszej odpowiedzi na pytanie: „Co to naprawdę znaczy kochać?”

Jeżeli nie stanąłeś dotychczas przed pasjonującym i często wprawiającym w zakłopotanie problemem „miłości”, to prawdopodobnie stanesz. Być może właśnie teraz stawiasz sobie pytanie, czy uczucie, jakim darzysz konkretnego mężczyznę czy konkretną kobietę, jest prawdziwą miłością. Może podejrzewasz tę osobę o pewną powierzchowność. Kiedy indziej jednak wydaje się ona tak bardzo prawdziwa i cudowna. Czy nie byłoby to wspaniałe, gdyby jakiś bystry naukowiec mógł zaprogramować „superkomputer”, który mówiłby nam w sposób ostateczny, czy to jest miłość czy nie? Albo podawałby także, jak długo określona więź miłości będzie trwać. Niestety, żaden taki „miernik miłości” nie istnieje, aby mógł mierzyć głębię czy jakość miłości, którą odczuwamy. Wiele składających się na nią czynników i wiele różnic między ludźmi sprawia, że niemożliwe jest przewidzenie ścieżki miłości na tabeli przy pomocy statystyk.

A więc problem pozostaje. Jak możemy przetestować miłość? Przy wszystkich tych różnorodnych uczuciach miłości wobec różnych ludzi, czy możesz wiedzieć na pewno, że twoje uczucia do określonej osoby są autentyczne? Czy możesz wiedzieć, że to jest to?

Uniezależnienie się od domysłów

Wielu poradziłoby ci po prostu „iść za porywem serca”. Być może już wiesz, że posłuchanie tej rady może prowadzić do rozdzierających serce sytuacji. Słyszano kiedyś, jak pewien uczuciowy student wołał: „Wiem, że spotkałem tę dziewczynę! Nie mogę spać, nie mogę jeść, zawalam wszystkie egzaminy!” To mi wygląda na coś w rodzaju grypy.

Chciałbym zaproponować zmianę pytania, które stawiasz. Zamiast pytać: „Czy to jest miłość?”, pytaj: „Czy moja miłość jest wystarczająco dojrzała, aby stanowić podstawę dla szczęśliwej więzi miłości, małżeństwa i seksu?” Ja wolę oceniać miłość w kategoriach dojrzałości, ponieważ wierzę, że zawsze „kochamy”. Dziecięca miłość jest też rodzajem miłości, lecz różni się bardzo co do stopnia i intensywności od miłości dojrzałej.

Dziecięca miłość jest z pewnością prawdziwa i zasługuje na taki sam szacunek, jak inne uczucia, które ludzie mają w swoim życiu. Kiedy dziecko przychodzi do domu i mówi „kocham”, nie należy się z tego śmiać. Uczucia miłości nastolatków są równie autentyczne i cudowne. Są one bardzo realne dla młodych ludzi, którzy ich doświadczają i nie powinno się ich lekceważyć.

A więc, powtórzmy: problem nie polega na tym, czy jest to miłość. Prawdziwe pytanie brzmi: „Czy moja miłość jest wystarczająco dojrzała, aby doprowadzić do oddania się i trwałej więzi z drugą osobą?” Różne stopnie miłości nie mogą być wyrażone w kategoriach numerycznych. Uczuć nie da się ściśle skategoryzować. Uważam jednak, że możesz ocenić osobiście więź miłości i ustalić, czy przejawia ona cechy dojrzałości. Specjalistka w sprawach małżeństwa dr Evelyn Duvall wyjaśnia, że: „Jeżeli para rozpozna przed małżeństwem, jak krucha jest podstawa ich miłości, to jest to para, która może mówić o szczęściu”.⁷⁹

Tajemnica miłości to nie tylko bycie właściwą osobą, lecz także doświadczanie właściwego typu miłości.

W pozostałej części książki chcę omówić charakterystyczne cechy dojrzałej miłości. Możesz posłużyć się nimi jako przewodnikiem dla oceny tego, jak dojrzała jest twoja miłość. Proszę jednak, bądź ostrożny. Podane tu cechy nie są absolutami. Podaję je jedynie po to, by pomóc ci w lepszym zrozumieniu twojej więzi z drugą osobą.

Miłość jest stanem wysoce subiektywnym. Jej miara zależy w dużym stopniu od czynników osobistych. A jednak niezależnie od twojego wychowania, wykształcenia i przekonań religijnych, przedstawione w następnych rozdziałach trzynaście charakterystycznych cech dojrzałej

miłości może w bardzo pozytywny i wartościowy sposób wpłynąć na twoje myślenie i stanowić pomocne narzędzie dla oceny jakości uczuć, którymi darzysz drugą osobę.

DALSZE POMOCY

Marie Chapan, „Kochaj i pozwól się kochać”, Pojednanie, Lublin, 1994

W. Phillip Keller, „A Layman Looks at the Love of God”, Bethany House Publishers.

MIŁOŚĆ NASTAWIONA NA CAŁĄ OSOBE

Małżeństwo musi być uznane za oddanie się dwóch całych osób sobie nawzajem. Wielu z nas jednak opiera swoją miłość lub małżeństwo na silnym uczuciu do jedynie jednego lub dwóch aspektów drugiej osoby.

Sol Gordon, psycholog i dyrektor Instytutu Kształcenia i Badań Rodziny na Syracuse University, przemawiając ostatnio do grupy rodziców został zapytany, jak ważny jest seks w więzi małżeńskiej. Stwierdził wtedy, że według jego badań seks pojawiał się na dziewiątym miejscu pośród głównych dziesięciu aspektów więzi dwojga osób — daleko za takimi cechami, jak troszczenie się i miłość (pierwsze miejsce), poczucie humoru (drugie miejsce) i komunikacja (trzecie miejsce).

Rozważmy ustaloną przez Gordona listę dziesięciu najważniejszych elementów małżeństwa. Są one podane tutaj (nie w kolejności ich ważności) wraz z komentarzem doradcy rodzinnego dra H. Normana Wrighta:

1. *Śmiech*. Nauczenie się, jak się śmiać i zbudowanie w sobie poczucia humoru może nadać równowagę codziennemu życiu. Poszukuj w różnych sytuacjach humoru zamiast pozwalać, aby niszczyły twoje nerwy.

2. *Przyjaźnie*. Jako małżeństwo macie przyjaciół, którzy są waszymi wspólnymi przyjaciółmi, ale macie także przyjaciół indywidualnych. Jest to w porządku, a nawet jest konieczne. Twój współmałżonek będzie zaspokajał niektóre twoje potrzeby, lecz są także inni, którzy mają podobne do ciebie zdolności i zainteresowania w sporcie czy hobby i czas spędzony z nimi w tej dziedzinie jest zdrowy.

3. *Służba*. Jako małżeństwo miejcie poczucie celu w związku z czymś poza waszym małżeństwem i domem. Kiedy będziecie razem pracować nad jakimś istotnym zadaniem, będziecie mieli wspólne poczucie

zaangażowania i służby. Niektóre małżeństwa nauczają razem w szkole niedzielnej lub służą w zespole organizującym jakieś przedsięwzięcie. W sytuacji naszego małżeństwa ja nauczam wiele na uniwersytetach, w kościołach i na seminariach w całym kraju. Jestem widoczny nauczając i przemawiając. Joyce, moja żona, nigdy nie jest widoczna, ale jest bezpośrednio zaangażowana w moją służbę. Ona przygotowuje setki plansz do moich pokazów. Zna treść moich wykładów i jest zaangażowana w takim samym stopniu, jakby to ona nauczala.

4. *Seks*. Spełnienie seksualne jest wyrazem intymności małżeńskiej. Aby seks przynosił spełnienie, musi łączyć się z miłością. Zbyt wiele małżeństw przestaje się pasjonować swoją więzią seksualną, w wyniku czego staje się ona nudna. Często zachęcam małżeństwa do przeczytania książki „Solomon on Sex” („Salomon o seksie”) Josepha Dillowa (wydanej przez Thomas Nelson), gdzie mogą znaleźć praktyczne propozycje kontynuowania romantycznej strony współżycia seksualnego. Seks jest częścią małżeństwa, niektórzy przeceniają jednak jego znaczenie uważając go za główną korzyść małżeństwa.

5. *Dzielenie się*. Oznacza to dzielenie się myślami, informacjami, pracą, itp. Dotyczy zarówno rzeczy przyjemnych, jak i nieprzyjemnych. Sztuczność struktury ról męskich i żeńskich w domu stopniowo zmienia się, a przemiany te pozwalają na większą możliwość dzielenia się raczej w oparciu o zdolności, dary i współpracę niż o sztywną strukturę.

6. *Prawdopodobność*. Bycie osobą wiarygodną i niezawodną oraz nie zgadzanie się na kompromis w sprawie swoich przekonań i norm jest odzwierciedleniem prawdopodobności.

7. *Rozmowa*. Dialog, który jest interesujący, pouczający i zawiera zarówno informacje, jak i emocje jest pomocą dla małżeństwa. Ważna jest otwarta i szczerza komunikacja, wolna od strachu przed ujawnieniem własnych uczuć czy wkroczeniem w uczucia drugiego.

8. *Miłość*. Obejmuje troszczenie się, intymność, zaufanie i oddanie się. Wrażliwe zachowanie w dużych i małych sprawach pokazuje miłość równie dobrze jak słowa. W miłości zawarte jest lubienie drugiej osoby i pragnienie bycia z nią.

9. *Zdolność dostosowania się*. Obejmuje akceptację niepowtarzalności drugiej osoby. Zdolność dostosowania się to akceptowanie drugiej osoby taką, jaką ona jest, bez usiłowania uczynienia jej kopią siebie. Oznacza to pozwolenie drugiej osobie na robienie czegoś innego, niż oczekujesz i bycie inną, niż oczekujesz.

10. *Tolerancja*. Innym słowem na określenie tej cechy jest akceptacja. Akceptowanie osobliwości drugiego, jego sporadycznych zapomnień, nieznosnych nastrojów oznacza pozwalanie partnerowi na bycie człowiekiem, jakim sam jesteś. Kiedy potrzebujesz wyrazić niezadowolnienie lub zmartwienie, rób to w taki sposób, żeby to pomogło waszej więzi, a nie szkodziło jej.⁸⁰

Coś więcej niż suma części

Więź miłości jest wieloaspektowa, obejmuje wszystkie aspekty dwóch kochających się osób: cielesny, społeczny, intelektualny i duchowy. Podobnie jak każdy potrzebuje rozwijać się w tych dziedzinach, aby być zdrową i kompletną jednostką, tak też małżeństwo musi razem rozwijać się w każdej z nich.

Jezus pokazał proces wzrostu we własnym życiu. Czytamy w Ewangelii Łukasza 2,52: „Jezusowi zaś przybywało mądrości (umysłowy aspekt jego wzrostu) i wzrostu (aspekt cielesny) oraz łaski u Boga (aspekt duchowy) i u ludzi (aspekt społeczny)”. Jezus był pełną osobą, podobnie jak ty jesteś pełną osobą. W kategoriach więzi międzyludzkich „Osoba jest wystarczająco dojrzała do małżeństwa, kiedy jest gotowa do kochania i do bycia kochaną głęboko i w pełni jako cała osoba”.⁸¹

Miłość niedojrzała koncentruje się jedynie na jednym czy dwóch aspektach osoby. Jeżeli więź z drugą osobą jest skoncentrowana jedynie na jednym aspekcie osoby, istnieje prawdopodobieństwo, że jest to aspekt cielesny. Powab ten może być tak potężny, że może zasłonić inne aspekty osoby kochanej. Miłość może rozpocząć się od powabu seksualnego, jeżeli jednak ma przekształcić się w silną i intymną więź, partnerzy muszą nawiązać kontakt i interakcje we wszystkich aspektach swojej osobowości.

Czynnik seksu zawodzi

Kiedy miłość oparta jest na atrakcyjności fizycznej i powabie seksualnym, nie trwa długo. Choć atrakcyjność seksualna może być pasjonująca, jest to tak wąski czynnik, że nie potrafi utrzymać sam siebie. Wkrótce człowiek uświadamia sobie, że czegoś brakuje. W małżeństwach opartych na powabie seksualnym więź dwojga osób jest zagrożona, gdy pojawi się ktoś atrakcyjniejszy.

Dr Owen Morgan, dyrektor Centrum Studiów nad Życiem Rodziny w Arizona State University, zauważa niebezpieczeństwa ukryte w budowaniu więzi dwojga osób na powabie seksualnym czy zaspokojeniu

popędu seksualnego. Stwierdza on: „Mniej niż jedna dziesiąta jednego procenta czasu przeciętnego małżeństwa spędzana jest na jakimkolwiek rodzaju bezpośredniej gry seksualnej”. Morgan podkreśla, że „znaczenie, jakie mąż i żona przywiązują do siebie nawzajem we wszystkich aspektach swojego wspólnego życia (...) decyduje o powodzeniu małżeństwa”.⁸² Zdumiewające jest, że ludzie opierają małżeństwo i więź z drugą osobą — których trwałości pragną — na czymś, co zajmuje tak drobny ułamek czasu.

Silne emocje seksualne mogą na pewien czas usunąć w cień płytkość więzi z drugą osobą. Problem polega na tym, że nawet potężne emocje muszą jednak w końcu ostygnąć. C.S. Lewis porównuje to do rozgrzewania silnika samochodu — trzeba włączyć „ssanie”, aby go uruchomić, jeżeli jednak nie wyłączy się go na czas jazdy, szybko skończy się benzyna. Małżeństwa oparte na romantycznych oczekiwaniach skazane są na rozczarowanie. W studium przeprowadzonym wśród studentów wyższych lat University of Minnesota psycholog Ellen Bersheid stwierdziła, że „ponad połowa chciałaby rozwodu, gdyby pasja zniknęła z ich małżeństwa”.⁸³

Biblia mówi nam, że miłość jest cierpliwa. Całkowicie naturalne jest pragnienie seksu przed małżeństwem, lecz przejawem miłości jest czekanie do małżeństwa. Prawdziwa miłość może odłożyć zadowolenie na później, a zamiast tego koncentrować się na kochaniu całej osoby. Osoba, która wymaga kontaktu seksualnego jako dowodu miłości, wyraża miłość egoistyczną. Dziewczyna, która oddaje się wbrew własnym pragnieniom, objawia dziecinną lub neurotyczną słabość. Ustawiczne domaganie się i pełne obawy uleganie są świadectwem niedojrzałej miłości, która ignoruje całą osobę.

Papież Jan Paweł II powiedział, że „mężowie, którzy jedynie patrzą na swoją żonę z pożądaniem, popełniają cudzołóstwo w swoim sercu”.⁸⁴ Choć słowa te spotkały się z silną krytyką, wierzę, że ich zamierzone znaczenie jest prawdziwe. Papież stwierdzał, że pełna więź miłości, małżeństwa i seksu musi być oparta na miłości do całej osoby, nie jedynie na seksie. Pożądanie w małżeństwie odzwierciedla płytkość postawy wobec partnera i brak szacunku dla niego.

Prosty test

Nie poślubiasz ciała — poślubiasz osobę. Powab seksualny z pewnością odgrywa ważną rolę w kochaniu całej osoby, aby jednak

wzrastała dojrzała miłość, powab cielesny nie może zacieniać ani zastępować innego aspektu osoby. Postaw sobie następujące pytanie: „Czy moglibyśmy cieszyć się spędzeniem razem wieczoru bez jakiegokolwiek kontaktu fizycznego?” Jeżeli nie potrafilibyście prawdziwie cieszyć się takim wieczorem, wasza miłość nie jest dojrzała. Lubię także wzywać ludzi do „trzydziestodniowego testu miłości”, aby zobaczyli, czy potrafią wytrzymać tak długo nawet bez trzymania się za ręce i dalej cieszyć się sobą nawzajem. Wielu ludzi przechwala się na początku, że nie będą mieli żadnego problemu z przeprowadzeniem tego testu. Po kilku dniach muszą jednak stawić czoło rzeczywistości, kiedy zakrada się frustracja i zdenerwowanie. Wiele par wyznało mi, że dopiero „trzydziestodniowy test” pokazał im, jak wąska jest ich „miłość”. Musieli stawić czoło nieprzyjemnemu faktowi, że nie jest to miłość, a jedynie atrakcyjność seksualna.

Jednobarwne więzi

Koncentrowanie więzi z drugą osobą na jednym aspekcie może przyjąć wiele form. Niektórzy opierają miłość do drugiej osoby na umiejętności cieszenia się sobą na płaszczyźnie towarzyskiej. Pewna rozwiedziona osoba podzieliła się ze mną: „Było nam tak dobrze ze sobą i bawiliśmy się tak wspaniale, kiedy spotykaliśmy się, że wydawało się, że jest to miłość”. Nie jest rzeczą niezwykłą, że ludzie myślą, że skoro tak bardzo cieszą się swoim towarzystwem, musi to być miłość. Możesz bawić się wspaniale z szympansem, ale to nie oznacza, że powinieneś go poślubić! Problem więzi tego typu polega na tym, że gdy pojawiają się trudności i zakradnie się frustracja, potrzeba czegoś więcej niż wspólna zabawa, aby z tym sobie poradzić.

Jak wspomniałem wcześniej, podczas moich studiów chodziłem z młodą damą imieniem Paula. Byliśmy bardzo zgodni i świetnie bawiliśmy się razem. W końcu jednak przestaliśmy chodzić ze sobą. Zdaliśmy sobie sprawę, że to, co mamy, nie wystarcza do zbudowania trwałego intymnego małżeństwa, i że pozwoliliśmy, aby nasze dobre chwile spędzone razem zasłoniły brakujące dziedziny naszej więzi.

Niektórzy nudzą się ze swoim partnerem, jeżeli nie robią razem czegoś pasjonującego. Miłość dojrzała kocha drugiego takiego, jakim jest. Nie jedynie dla dobrych chwil, które spędza się razem.

Jeszcze inni opierają miłość na duchowej stronie więzi z drugą osobą. Tłumaczą sobie, że modlą się razem, wspólnie cieszą się studiując Biblię i

że Bóg posłużył się nimi, aby przyprowadzić innych do Jezusa, a więc musi to być miłość. Ponieważ prowadzą wspólnie głębsze życie duchowe i mają te same duchowe pragnienia i cele, wyciągają wniosek, że są przeznaczeni dla siebie nawzajem. W ich oczach miłość do Jezusa równa się miłości do siebie nawzajem.

Czy to znaczy, że skoro ja kocham Jezusa i Billy Graham kocha Jezusa, to powinniśmy się pobrać? Ludzie, którzy opierają miłość na bliskości duchowej, nie dostrzegają faktu, że Jezus głosił ewangelię nie jedynie dla zbawienia dusz ludzi. On nauczał i stawiał pytania, aby pobudzić do pracy ich umysły i aby uzdrawiać ich ciała. On troszczył się o ich więzi z innymi, obawy, nadzieje na przyszłość. Jezus troszczył się o całą osobę. Aspekt duchowy jest bardzo ważny, lecz nie jest wystarczającą podstawą dla trwałego małżeństwa.

Pobieranie się dla pieniędzy

Jeszcze inni opierają swoją więź na pieniądzach. Pewien mężczyzna powiedział do narzeczonej: „Myślałem, że mówiłaś, że mam coś, co lubisz”. Ona odparła: „Tak, miałeś, lecz wszystko wydałeś”.

Dr Howard Hendricks dokonuje spostrzegawczej obserwacji:

We właściwej więzi miłości wzbogacasz całość życia drugiej osoby. W więzi tego rodzaju osoba, która przeżyła dwadzieścia lub czterdzieści lat, dalej pasjonuje się swoim partnerem, i to o wiele bardziej niż w pierwszą noc miesiąca miodowego. Dlaczego? Ponieważ nie poślubiła ciała. Gdyby tak było, wszystko wypaliłoby się dawno, dawno temu. Poślubiła osobę, dlatego z każdym przemijającym rokiem osoba ta staje się ubogacona. Dlatego też ich więź jest ubogaczona”.

Pomyśl o tym biednym facecie, który poślubia dziewczynę tylko jako ciało, ale kiedy już jakiś czas jest jej mężem, odkrywa, że ma ona piękne ciało, ale intelektualnie jest osłem. Nie potrafi nawet z nim porozmawiać. Duchowo jest niemowlakiem i nie przejmuje się tym. Pod względem towarzyskim jest osobą upośledzoną. Uświadamia sobie, że w rzeczywistości zrobił kiepski interes, niezależnie od tego, jak ponętna była na początku. Jakże inaczej przedstawia się sytuacja, kiedy znajdzie się osobę pociągającą w każdej dziedzinie. Może nie być ona szczególnie atrakcyjna dla kogoś innego, ale dla ciebie jest bezgranicznie urocza.⁸⁵

Poszukiwanie prawdy

Postaw sobie pytania: czy podoba mi się sposób, w jaki on (ona) zachowuje się wśród ludzi, sposób, w jaki wyraża siebie? Czy będę mógł

być szczęśliwy wiedząc, że przez resztę mojego życia będę prowadził rozmowy z tą osobą? Czy podoba mi się sposób, w jaki ona reaguje, gdy źle się czuję? Gdybym został zaproszony na przyjęcie do Białego Domu, czy byłbym dumny, że ta osoba towarzyszy mi jako współmałżonek?

Nieszczęśliwe rezultaty wielu małżeństw pojawiają się dlatego, że ich więź nie jest oparta na całkowitej odpowiedzi na całkowitą osobę. Bez takiej odpowiedzi miłość jest niedojrzała i niekompletna.

Musimy jednak uważać, aby oddzielić osobę od jej postępowania. Dottie kocha mnie nie dlatego, że jestem mówcą i autorem książek. Ona pomaga mi w tym, co robię, lecz kocha mnie takiego, jakim jestem. Mąż powinien kochać żonę nie dlatego, że jest wspaniałą kucharką, a kobieta powinna poślubić mężczyznę nie dlatego, że umożliwia jej ważne kontakty towarzyskie. „Małżeństwo to oddanie się dwojga ludzi sobie nawzajem nie dla wymiany produktów czy usług, lecz dla całkowitego odejścia od psychologii wymiany. Każdy partner przyjmuje drugiego jako całą osobę. Raczej ze względu na to, jaka ona jest, niż ze względu na to, co stara się robić”.⁸⁶

Dottie zauważa, że żaden mężczyzna, którego znała wcześniej, nie odpowiadał jej pod wszystkimi względami. „Przy Joshu byłam nastawiona na całą osobę. Pociągał mnie fizycznie, lecz pociągał mnie także jego umysł i sposób bycia. Jego myślenie stanowiło dla mnie wyzwanie, podobnie jak decyzje, które podejmował. Jego głębia duchowa i sposób, w jaki przyjacielsko odnosił się do każdego człowieka, który znajdował się w promieniu osiemdziesięciu metrów od niego”. To jest totalna odpowiedź na totalną osobę.

Poznanie drugiej osoby powinno być wspierane dobrymi zwyczajami podczas chodzenia ze sobą. Powinniśmy planować spotkania, które stawiają nas w sytuacjach pomagających nam poznać drugą osobę. Musimy zobaczyć jakość naszej komunikacji. Jednym z moich największych zadań było poznanie Dottie intelektualnie. Ona ma bystry umysł i prawdopodobnie jest jednym z moich najlepszych redaktorów.

Jeden z doradców twierdzi, że istnieje tylko jeden sposób, „aby zagwarantować stałą dziedzinę wspólnego zainteresowania podczas małżeństwa, a jest nim budowanie więzi z drugą osobą. Jak? Przyjrzyj się swojej sympatii w różnego rodzaju okolicznościach. Zagraj z nią w „Monopol” lub w szachy i zobacz, jak reaguje, kiedy przegrywa. Możesz odkryć, że Romeo ma naprawdę gorące nerwy. Zapytaj się, czy chcesz żyć z taką wadą przez resztę życia?”

Dojrzała miłość jest nastawiona na całą osobę. Oznacza to nie tylko kochanie i akceptowanie drugiego jako pełnej osoby, oznacza to także bycie kochanym i akceptowanym takim, jakim jesteś we wszystkich dziedzinach. Niektórzy potrafią kochać taką totalną miłością, nie potrafią jednak doprowadzić do otwarcia się w każdym aspekcie, by ktoś mógł całkowicie pokochać ich, choć mogą tego pragnąć. Jeżeli nie jest się kochanym jako cała osoba, oznacza to śmierć głodową. Jeżeli nie kocha się drugiego jako całej osoby, oznacza to śmierć przez uduszenie.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Dlaczego niebezpieczne jest budowanie więzi z drugą osobą na powabie seksualnym?
- ◆ Co to znaczy, że miłość powinna być nastawiona na całą osobę? Bądź konkretny.
- ◆ Jakie są najważniejsze elementy małżeństwa? Dlaczego?
- ◆ Co możesz zrobić, aby poznać całą osobę, z którą chodzisz?

MIŁOŚĆ PISZE SIĘ: D–A–W–A–Ć

Jak pisze się miłość? Jak zdefiniowałbyś postawę człowieka prawdziwie kochającego?

Kiedy ludzie proszą mnie, abym zdefiniował miłość, odpowiadam, że kiedy dochodzi do punktu, w którym szczęście, bezpieczeństwo i rozwój drugiej osoby są dla ciebie tak bardzo pobudzające, jak twoje własne szczęście, bezpieczeństwo i rozwój, to jest to dojrzała miłość.

Prawdziwa miłość pisze się D–A–W–A–Ć. Nie jest oparta na tym, co możesz uzyskać, lecz zakorzeniona w tym, co możesz dać drugiej osobie.

Dr Paul Ammons i dr Nick Stinnet, naukowcy, których cytowałem wcześniej, stwierdzili, że jedną z ważnych wspólnych cech ludzi, którzy posiadali zdrowe więzi z innymi, było to, że byli oni ludźmi dającymi. Evelyn Duvall, która pomogła wielu ludziom w dziedzinie miłości, pisze: „Trwała miłość obejmuje prawdziwą i autentyczną troskę o innych jako osoby, o odczuwane przez nich wartości, o ich rozwój i wzrost”.⁸⁷

Dojrzała miłość jest skoncentrowana na drugiej osobie. W swojej książce „Marriage Is for Love” („Małżeństwo jest dla miłości”) dr Richard Strauss pisze:

Największą satysfakcję znajdujemy w czynieniu innych szczęśliwymi. Nigdy nie znajdziemy szczęścia jedynie poszukując go. Im bardziej go poszukujemy, tym bardziej czujemy się sfrustrowani i rozczarowani. Egoistyczne poszukiwania własnego szczęścia nie daje nic z wyjątkiem nieszczęścia. Bezinteresowne życie dla dobra innych przynosi ogromne korzyści. Dojrzała miłość polega na wzrastaniu od stanu, w którym otrzymuje się wiele, a daje mało, do stanu radosnego dawania wszystkiego i nie wymagania niczego w zamian.⁸⁸

Czego pragniesz najbardziej?

Powszechna postawa wyrażająca się słowami: „Chcę to, czego chcę, i chcę tego od razu” to fundamentalne nastawienie wywołujące wojny i napięcia międzynarodowe. Ta sama siła, która niszczy narody, niszczy także małżeństwa i rodziny. Wierzę, że moglibyśmy rozwiązać większość problemów będących plagą dzisiejszego świata, gdybyśmy tylko potrafili wykształcić w sobie postawę dawania siebie, stawiania na pierwszym miejscu potrzeb drugiego. Niemal wszystkie więzi małżeńskie i rodzinne mogłyby zostać uzdrowione przez tę prostą, lecz głęboką przemianę w naszej postawie.

Elof G. Nelson kieruje każdej wiosny dwunastogodzinny kursiem przygotowania małżeńskiego, w ramach programu religii i zdrowia w szpitalu Fairview Hospital w Minneapolis. W swojej książce „Your Life Together” („Wasze życie razem”) opowiada następującą historię:

Wkrótce po ślubie John zaczął żyć tak, jak żył, kiedy był samotny. Kochał koszykówkę. Ponieważ akurat był sezon koszykówki, ponownie przyłączył się do trzech zespołów, w których kiedyś grał w ostatnich pięciu latach.

W dwa miesiące po ślubie John był nieobecny w domu od poniedziałku do piątku wieczorem. Chodził albo na treningi, albo na zawody. W sobotę po południu przyprowadzał do domu kilku przyjaciół, aby oglądać zawody w telewizji. To było jego życie — jesienią, zimą i wczesną wiosną pierwszego i drugiego roku ich małżeństwa. Kiedy nadchodziła wiosna, pochłaniały go te same zajęcia jako fanatyka baseballu.

Wyrosły z tego zagorzałe sprzeczki. John rzadko spędzał wieczór z Nancy. Kiedy był w domu, spędzał czas czytając wszystkie czasopisma sportowe, jakie tylko mógł kupić. Ona czuła się tak, jakby on ożenił się z gospodynią domową, a nie z żoną. Potem zaczął wychodzić z kolegami prawie w każdy wieczór sobotni i niedzielny. Było oczywiste, że nie chce przestawić się na życie małżeńskie. Jego ulubionym powiedzeniem było: „Nie pozwolę, aby ktokolwiek ingerował w mój sposób życia”.⁸⁹

John najwyraźniej ciągle myślał jedynie o sobie i żył jedynie dla siebie, nie biorąc pod uwagę pragnień żony. Był prawdziwym przykładem postawy: „Chcę to, czego chcę”, co najwyraźniej stało się przyczyną złego małżeństwa.

Kiedy niedawno leciałem z Los Angeles do Atlanty, postanowiłem porozmawiać z mężczyzną siedzącym obok mnie. Najczęściej rozmawiam

o jednej z dwóch rzeczy, o których zazwyczaj myślę — o Jezusie Chrystusie lub o mojej żonie. Pomyślałem, że tym razem rozpocznę od żony.

„Czy jesteś żonaty?” — zapytałem go.

Pytanie to niemal wyrzuciło go z fotela.

„O nie, to nie dla mnie!” — powiedział tak głośno, że mogli usłyszeć go wszyscy siedzący w sąsiednich pięciu rzędach.

„Nie dla ciebie?” — powiedziałem i zacząłem opowiadać mu o mojej żonie, dwóch córkach, synu i o wszystkim, co nas łączy.

Niepowodzenie modelu pół na pół

Wkrótce jego postawa zmieniła się i powiedział: „No cóż, może pewnego dnia ożenię się. Ale dla mnie będzie to układ pół na pół”.

Powiedziałem wtedy: „Błagam, nie żeń się!”

Maksymalna więź dwojga osób polega na dawaniu 100% niezależnie od tego, jaka jest odpowiedź. Problem w więzi typu 50% na 50% polega na tym, że zawsze próbujesz ustalić, czy druga osoba zrobiła to, co do niej należy. Jakoś zawsze wydaje się, że ona robi za mało. Kiedy dajesz 100%, jesteś wolny, aby bezwarunkowo kochać i akceptować drugą osobę.

Istnieje wspaniała nagroda, kiedy uczynisz priorytetem dawanie. Odkryjesz, że kiedy dajesz 100%, otrzymujesz z powrotem 150%. Kiedy człowiek wie, że jest kochany bezwarunkowo, odpowiada miłością. Zawsze będziesz otrzymywał z powrotem więcej, niż dajesz.

Kiedy twoja miłość jest dojrzała, będziesz troszczył się nie tylko o zaspokojenie własnych potrzeb. Będziesz w równym stopniu troszczył się o zaspokojenie potrzeb drugiej osoby. A kiedykolwiek będzie się wydawało, że jej potrzeby są w konflikcie z twoimi, dojrzała miłość nie będzie musiała rzucać monetą, aby zdecydować, czyje potrzeby zostaną zaspokojone najpierw. Dojrzała miłość pragnie odpowiedzieć najpierw na potrzeby drugiej osoby. Zobaczysz, że potrzeby drugiej osoby będą dla ciebie ważniejsze niż twoje własne.

C.S. Lewis zauważył: „Jednym potężnym susem [miłość] przeskoczyła wysoki mur naszego samolubstwa. Uczyniła samo pragnienie altruistycznym. Odstawiła osobiste szczęście na bok jako rzecz mało ważną i umieściła w centrum naszej istoty dobro drugiego”.⁹⁰

Lewis porównuje miłość dwojga ludzi do skrzypiec i smyczka. W rękach utalentowanego muzyka wydają one piękny dźwięk, który trudno sobie wyobrazić patrząc na skrzypce i smyczek oddzielnie. Podobnie kiedy mężczyzna i kobieta łączą się obdarowując się nawzajem, miłość, piękno i

harmonia, które istnieją między nimi, są trudne do wyobrażenia, gdy widzi się ich oddzielnie.

Dawanie aż do bólu

Jednym z głównych aspektów dawania jest uwzględnianie uczuć i opinii drugiej osoby przy podejmowaniu decyzji. Cindy i Kip nie doświadczali dojrzałej miłości nawet po osiemnastu miesiącach narzeczeństwa. Cindy nie brała pod uwagę uczuć i opinii Kipa przy podejmowaniu decyzji na temat ich więzi. Uważała za rzecz oczywistą, że będzie on entuzjastycznie nastawiony do jej planu. On w końcu zdał sobie sprawę, że jest jedynie źródłem zaspokajania przez Cindy jej własnych potrzeb miłości. Ona planowała ich więź, a on odczuwał, że oczekuje od niego, aby w milczeniu postępował za jej jednokierunkowymi decyzjami. On nie mógł nawet dawać jej, ponieważ nie była otwarta, aby przyjmować coś od niego.

Dojrzała miłość jest gotowa do ofiary. Kiedy prawdziwie troszczysz się o szczęście, bezpieczeństwo i rozwój drugiej osoby, będziesz gotowy potwierdzić swoją miłość czynami.

Naszym modelem dojrzałej miłości jest Jezus Chrystus. Jego miłość była gotowa do ofiary. On był żywym przykładem swojego nauczania miłości: „Większej miłości nikt nie ma nad tę, gdy kto życie swoje kładzie za przyjaciół swoich” (J 15,13). Celem życia Jezusa i jego śmierci na krzyżu było nie tylko nasze zbawienie, lecz także „aby radość była w was i aby radość wasza była zupełna” (J 15,11).

W Liście do Efezjan 5,1–2 Paweł podkreśla naszą potrzebę: „Bądźcie więc naśladowcami Boga, jako dzieci umiłowane i chodźcie w miłości, jak i Chrystus umiłował was i siebie samego wydał za nas jako dar i ofiarę Bogu ku miłej wonności”.

Naśladując przykład Jezusa Paweł napisał: „Każdy z nas niech się bliźniemu podoba ku jego dobru, dla zbudowania” (Rz 15,2).

Twoja miłość jest dojrzała, kiedy troszczy się bardziej o więź z drugą osobą niż o własne pragnienia. Jest dojrzała, kiedy wspólne cele i wartości stają się priorytetem dla was obojga. I kiedy własne zwycięstwo i udowodnienie własnej racji przestają być ważne.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Dlaczego więź typu pół na pół nie działa?
- ◆ Pod jakimi względami Jezus jest modelem miłości gotowej do dawania i ofiary?
- ◆ Jakimi sposobami dawanie przejawia się w dojrzałej więzi dwojga osób?

OKAZYWANIE RESPEKTU I SZACUNKU

Lubimy się śmiać, kiedy jakiś komik narzeka, że nikt nie darzy go szacunkiem. Kiedy jednak pojawia się brak szacunku w prawdziwych kontaktach międzyludzkich, nie jest to sprawa śmieszna. Jestem zdumiony tym, jak wielu ludzi w więzi miłości nie darzy swojego partnera nawet zwykłym respektem, jaki regularnie okazuje obcym. Doradca rodzinny Judson Swihart oparł na tej myśli pomocną książkę zatytułowaną „How to Treat Your Family As Well As You Treat Your Friends” („Jak traktować swoją rodzinę podobnie jak traktujesz swoich przyjaciół”).

Ważnym wskaźnikiem dojrzałej miłości jest poziom respektu i szacunku, jaki okazujesz kochanej osobie. W dojrzałej więzi dwojga osób ten szacunek i respekt będą wzajemne. Jeżeli nie są one obecne, miłość przestaje być miłością, a staje się jedynie egoistyczną pasją.

Respekt jest okazywany przez udzielenie drugiej osobie wolności do wzrastania i dojrzewania. Respekt mówi: „Jesteś w porządku i pragnę cię takim, jakim jesteś”. Respekt zachęca osobę kochaną, aby autentycznie była sobą i aby wzrastała i rozwijała się nie ze względu na to, by lepiej służyć partnerowi, lecz po prostu dla niej samej.

Szacunek to postawa poważania drugiego, nie zawierająca ani cienia wyzysku. Wzajemny szacunek strzeże małżeństwo przed uleganiem nieuchronnym wzlotom i upadkom, na jakie napotka.

Autor i doradca rodzinny Larry Christensen zauważa:

Jeśli troska i czułość męża dla żony uzależnione są od tego, jak ona wygląda lub jak czuje się danego dnia — jeżeli respekt żony dla męża zmienia się wraz z jej nastrojami lub jej oceną tego, na ile spełnia jej

normy i oczekiwania — to małżeństwo to jest oparte na chwiejnych podstawach. Miłość stała się ofiarą przemijających nastrojów i uczuć. Bóg chce, aby miłość i małżeństwo zostały zbudowane na bardziej stabilnym fundamencie. Fundamentem tym jest poważanie ze względu na pozycję, w której współmałżonek został postawiony przez Boga.⁹¹

Respekt i szacunek, jaki dwie osoby okazują sobie nawzajem, zachowuje integralność i indywidualność obu osób w więzi miłości.

„Ostatecznie” — mówi psycholog Nathaniel Branden — „miłość romantyczna musi być zdefiniowana jako namiętne przywiązanie duchowo–emocjonalno–seksualne, które oznacza wzajemny głęboki szacunek dla drugiej osoby.”⁹²

John Powell, jeden z najbardziej spostrzegawczych autorów piszących o miłości, zauważa: „Wiemy, że jeżeli pąk kwiatowy zostanie uszkodzony obcymi siłami, na przykład późnym przymrozkiem, nie otworzy się. Podobnie także istota ludzka, która będzie pozbawiona gorącej zachęty miłości i będzie musiała znosić mrozącą nieobecność pochwały i uczucia, pozostanie zamknięta w sobie.”⁹³

Pokazujące prawdę pytanie

Kluczową dziedziną, w której brak szacunku prowadzi do manipulacji, jest seks przed małżeństwem. Respekt i szacunek nie korzystają ze zdań w rodzaju: „Jeśli mnie kochasz, to mi pozwolisz”. To zasługuje na odpowiedź: „Gdybyś naprawdę *mnie* kochał, nie upierałbyś się przy tym” albo: „Czy kochasz mnie aż tak słabo, że musisz mieć seks, aby to udowodnić?”

Stwierdzenie, że „każdy to robi”, to egoistyczny hedonizm ukryty pod płaszczykiem miłości. Dobrą odpowiedzią byłoby: „To znaczy, że nie będzie ci trudno znaleźć kogoś innego”. Kiedyś spotkałem nieodparty argument, kiedy pewna studentka poprosiła mnie: „Mr McDowell, czy mógłby mi pan pomóc?” „Jak?” — odpowiedziałem. „W czym jest problem?” Ona odparła: „Mój chłopak powiedział mi, że jeżeli nie będziemy współżyć seksualnie, wpłynie to źle na moje nerki”.

Wszystkie z powyższych i podobnych im stwierdzeń odzwierciedlają tanie postawy i motywacje, które przenikają wiele „miłości”.

Na konferencji dla osób samotnych w Chicago pewna kobieta postawiła mi bardzo wrażliwe pytanie. Później, kiedy opowiadałem jej historię na wykładzie w Kalifornii, zapomniałem, że miało to miejsce w Chicago. Po wykładzie podszedł do mnie rozzłoszczony student, który

myślał, że to jego dziewczyna powiedziała mi o nim i że ja podzieliłem się tym ze wszystkimi słuchaczami.

Była to historia o młodej kobiecie, która była w ciąży i zapytała o moją opinię na temat aborcji. Odpowiedziałem: „Zanim udzielę ci odpowiedzi, czy mogę postawić ci osobiste pytanie?” Ona odpowiedziała: „Tak”. Wtedy zapytałem ją: „Jak doszło do tego, że współżyłaś ze swoim chłopakiem?” Ona odpowiedziała: „Josh, zawsze chciałam czekać na właściwy czas i właściwą osobę, ale napięcie stało się zbyt wielkie. On ciągle mówił do mnie: «Kochanie, jeśli mnie kochasz, pozwolisz mi. Skarbie, jeżeli zależy ci na mnie, pozwolisz mi. Joyce, jeżeli kochasz mnie, pozwolisz mi».”

Zapytałem ją więc: „A teraz, kiedy jesteś w ciąży, co mówi ten twój wielki wielbiciel?”

Na podstawie setek rozmów telefonicznych, listów i rozmów osobistych wiedziałem dokładnie, co odpowie. Powiedziała: „Teraz on mówi mi: «Kochanie, jeżeli kochasz mnie, usuniesz tę ciążę. Skarbie, jeżeli zależy ci na mnie, pójdziesz na zabieg».”

Przeciwstawienie się

„Jeżeli kochasz mnie, to pozwolisz mi” — to jedno z najtańszych i najbardziej poniżających zdań, jakie możesz komuś powiedzieć. Jeżeli więc jakiś mężczyzna lub jakaś kobieta wywiera na ciebie nacisk, abyście współżyli seksualnie, pierwszą rzeczą, którą trzeba powiedzieć, jest: „Nie”. Jeżeli osoba ta dalej się upiera, otwórz przed nią swoje serce i powiedz: „Czy wiesz, jakie uczucia wywołuje to we mnie?” A jeżeli podzielenie się uczuciami nie zadziała, powiedz tej osobie: „Żegnaj”. Nie jest to taka więź, w jaką chciałbyś być zaangażowany, ponieważ druga osoba patrzy na ciebie i traktuje cię nie jako osobę posiadającą wartość, lecz jako przedmiot do wykorzystania.

Wielu ludzi przychodzi do mnie i mówi: „Josh, chcę czekać” lub: „Nie czekałem dotychczas, ale od teraz chcę czekać na właściwą osobę i małżeństwo. Potrzebuję wiedzieć, jak wyjaśnić osobie, z którą chodzę, dlaczego chcę czekać”.

Mówię im: „Jeżeli chcesz czekać, powinieneś znać powody. Jeżeli mówisz „nie”, a druga strona nalega, jasne jest, że ten ktoś w rzeczywistości nie kocha ciebie. Nie ma w ogóle miłości. Zasadniczo wszystko, czego chce, to zaspokojenie popędu seksualnego i swoich

pragnień. Masz dobre powody, aby czekać, i nie musisz się z tego tłumaczyć”.

Każdy, kto będzie wywierał na ciebie nacisk w dziedzinie seksu, prawdopodobnie później będzie wywierał nacisk w innej dziedzinie — być może kazałby ci kłamać, oszukiwać czy coś innego. Jest to wada charakteru, która kształtowała się w tej osobie w ciągu lat. I ona będzie wpływać na powierzchnię. Pamiętaj, jakość czyjś życia w miłości jest odzwierciedleniem jego charakteru.

Czego oczekujesz?

W książce „The Total Couple” („Totalna para”) Albert Lee i Carol Allman Lee opowiadają klasyczną historię nauczyciela, który popełnił błąd w kształceniu swoich uczniów:

Nauczyciel pierwszego dnia zajęć otrzymał listę nazwisk dzieci. Po każdym imieniu następowała dwu lub trzycyfrowa liczba. Pod koniec roku stopnie dzieci współgrały z liczbami obok ich nazwisk. Uczeń, który miał „140” po swoim nazwisku, otrzymywał najlepsze oceny, a uczeń z „87” — najgorsze. Dopiero po ustaleniu ocen nauczyciel zauważył, że liczby te nie były wynikiem badań ilorazu inteligencji, lecz numerami dzieci w szatni. Nauczyciel dokonał pewnych założeń co do zdolności uczniów, a oni pracowali według jego oczekiwań. W parze powinno się zawsze zakładać najwyższy możliwy wynik dla partnera.⁹⁴

W swojej książce „The Secrets Behind Successful Marriages” („Sekrety skutecznych małżeństw”) Madara Holt pisze o ważności respektu. Opowiada historię kobiety, która doświadczyła szczęścia i spełnienia w więzi z mężem:

Kiedy się pobraliśmy, moi rodzice powiedzieli, że nasze małżeństwo nie przeżyje sześciu miesięcy i ja zawsze będę musiała pracować, abyśmy się utrzymali. Nie mieli racji. Przetrwaliśmy wiele burz, choć tak jak mówili, ja byłam zawsze żywicielką rodziny. Dzięki cierpliwości mojego męża, jego pełnemu miłości respektowi i oszczędnej naturze, mogłam przekształcić swój talent na twórczą, owocną, pasjonującą i długą karierę. Gdyby on w mądry sposób nie kierował naszymi wydatkami, mogłabym skończyć tak, jak wiele kobiet mi współczesnych — mając bardzo niewiele lub będąc bez grosza.

Respekt, wzajemny respekt jest kluczem. Przykład: W pewnym punkcie mojej kariery byłam na szczycie w moim zawodzie i zarabiałam wiele pieniędzy. Na scenie pojawił się mężczyzna, jak mi się wydawało, wymarzony. Był towarzyski, inteligentny, miał wspaniałe poczucie

humoru i był multimilionerem. Zdecydowałam się na separację z mężem i wystąpiłam o rozwód mając nadzieję, że w końcu poślubię mężczyznę lepszego niż ja. Od przyjaciółki dowiedziałam się jednak, że kiedy mnie nie było w mieście, on zatelefonował do niej z propozycją „lepszego zapoznania się”. Wiedziałam, że jego żona rozwiodła się z nim z powodu jego niewierności. Zaczęłam więc obiektywnie zastanawiać się nad tą sytuacją.

Wtedy byłam już od dwudziestu pięciu lat żoną i ani razu mój mąż nie wprowadził mnie w zakłopotanie, gdy patrzył na inną kobietę. Czy sława, pieniądze i kilka chwil uśmiechu okazały się lepsze niż bardzo przyzwoity mężczyzna o cichej prawości? Nie! Zjednoczyliśmy się ponownie i była to najlepsza decyzja, jaką kiedykolwiek podjęłam. Wcześniej adoptowaliśmy dziecko. Teraz wstrząsają mną dreszcze, kiedy pomyślę o negatywnym wpływie, jaki wywarłaby na nie sytuacja, gdybyśmy jako jego rodzice nie uzgodnili swoich różnic.⁹⁵

Moc podziwu

Moja żona uważa mnie za króla. Uważa, że jestem najlepszym mówcą, najlepszym mężem i najlepszym ojcem na świecie. Czy wiesz, jak to na mnie wpływa? To motywuje mnie, aby być wszystkim tym, czym powinienem być w mojej więzi z nią. Jest coś w respekcie, który mi okazuje, co sprawia, że pragnę zostać taką osobą, jaką inni pragną, abym był. Respekt zachowuje nienaruszalność więzi z drugą osobą, ponieważ stwarza pragnienie ochrony jej przed naciskami z zewnątrz, a także ochrony samej więzi. Wzajemny respekt i szacunek przeprowadzają małżeństwo przez wiele trudnych sytuacji i ochronią przed wszelkimi rodzajami ataku.

Jeżeli aktualnie chodzisz z kimś i rozważasz małżeństwo, muszę wezwać cię, abyś postawił sobie bardzo podstawowe pytanie: „Czy odnoszę się z respektem do osoby, z którą chodzę? Czy będę mógł wyrażać respekt do niej przez resztę mojego życia z powodu tego, jaka ona jest i co robi?”

Jeżeli twoją odpowiedzią jest szczerze „tak”, możesz wykorzystać ten fakt nie tylko, aby pomóc sobie zdecydować, czy powinieneś poślubić tę osobę czy nie, lecz także, aby ocenić prawdziwy poziom dojrzałości waszej miłości.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Dlaczego respekt i szacunek są tak ważnymi składnikami intymnej więzi małżeńskiej?
- ◆ Jakie są niektóre sposoby okazywania szacunku i respektu dla drugiej osoby?

ŻADNYCH WARUNKÓW

Nie mógłbym opisać ci natury dojrzałej miłości bez przedstawienia najwspanialszego opisu miłości, jaki kiedykolwiek został napisany. Lista cech, którymi za chwilę podzielę się z tobą, pojawia się w wielu współczesnych książkach psychologicznych. Pierwotnie jednak pojawiła się w Biblii. Chciałbym pokazać ci cechy maksymalnej więzi miłości, seksu i małżeństwa, jakie znajdujemy w Pierwszym Liście do Koryntian 13,4–8.

Proszę jednak, nie myśl o tym dobrze znanym fragmencie Pisma jako o definicji miłości. Jedyną prawdziwą definicją miłości, jaką znajdujemy w Biblii, jest śmierć Jezusa na krzyżu. Gary Inrig mówi o tym doskonale w swojej książce „Quality Friendship”, kiedy stwierdza: „Miłość to działanie, które jest zgodne z wolą i charakterem Boga i które, motywowane przez charakter kochającego i potrzebę kochanego, nie ma względu na osobisty koszt, a jedynie na korzyść drugiego. Jedynie na krzyżu możemy dostrzec taką miłość, dlatego każda definicja miłości bez Kalwarii będzie niewystarczająca.”⁹⁶

Kochać — to czasownik

Inrig przypomina nam, że w oryginalnym tekście greckim słowa użyte na opisanie miłości to nie przymiotniki, lecz czasowniki. To, jak wyjaśnia, „ma na celu przypomnienie, że miłość nigdy nie jest bierna ani statyczna. Miłość zawsze działa, zawsze jest w ruchu”.⁹⁷

Kenneth S. Wuest, który wydobywa pełne znaczenie każdego ze słów greckich w swoim poszerzonym wydaniu Nowego Testamentu, wyraźnie pokazuje, że miłość jest aktywna. Oto jego tłumaczenie Pierwszego Listu do Koryntian 13,4–8:

Miłość cicho i cierpliwie znosi złe traktowanie ze strony innych. Miłość jest życzliwa, łagodna, delikatna, przenikająca całą naturę, łagodząca wszystko, co byłoby szorstkie i ostre, nie jest zazdrosna.

Miłość nie przechwala się, nie popisuje, nie jest ostentacyjna, nie nadyma się, nie postępuje niestosownie, nie szuka swojego, nie denerwuje się, nie daje się sprowokować, rozjątrzyć, pobudzić do gniewu, nie zachowuje w pamięci zła (które cierpi), nie cieszy się z nieprawości, lecz cieszy się wspólnie z prawdą, znosi wszystko, wierzy wszystkiemu, na wszystko ma nadzieję, we wszystkim wytrwa, nie tracąc serca ani odwagi. Miłość nigdy nie zawodzi.⁹⁸

Mając taki rodzaj miłości przestaniemy domagać się, aby wszystko działało się po naszymu. Nie będziemy stawiać warunków dla naszej miłości. Będziemy stawiać dobro i pragnienia osoby kochanej przed naszymi własnymi.

Przekształcające ćwiczenie

Jak reagujesz, gdy ktoś wypowiada bezmyślną uwagę? Czy nie czujesz czasami, że dawałeś innym wystarczająco długo i że teraz oni z kolei powinni dawać tobie?

Jeżeli twoje postawy w jakikolwiek sposób nie dorównują biblijnej miłości, spróbuj przeczytać Pierwszy List do Koryntian 13,4–8 wstawiając „Bóg” zamiast „miłość” („Bóg jest cierpliwy, Bóg jest łaskawy itd.”). Teraz przepisuj ten tekst wstawiając zamiast słowa „miłość” swoje imię („Josh jest cierpliwy, Josh jest łaskawy itd.”). Au! To coś znaczy, prawda? Kiedy Biblia mówi o byciu przekształconym na obraz Jezusa, właśnie to ma na myśli. Bóg ma wysokie normy.

Pierwszy List do Koryntian 13 nie jest ostatecznym słowem na temat miłości. Boża miłość okazana jest niezliczonymi sposobami w całej Biblii. Chciałbym jednak wezwać cię, abyś podjął wysiłek wprowadzenia w twoje życie i w twoje więzi z innymi cech miłości przedstawionych w tym fragmencie.

Nie „jeżeli” ani „ponieważ” — „kropka!”

Teraz chciałbym opisać ci trzy rodzaje miłości. Chciałbym, abyś posłużył się tym opisem jako lustrem dla oceny więzi miłości, jaką obecnie masz z przyjaciółmi, rodziną, osobami płci przeciwnej lub współmałżonkiem.

Pierwszy typ miłości jest jedynym rodzajem, jaki wielu ludzi kiedykolwiek poznało. Nazywam go „miłość *jeżeli*”. Ty i ja okazujemy lub otrzymujemy tę miłość, kiedy spełnione są pewne wymagania. Nasza motywacja jest zasadniczo egoistyczna, a naszym celem jest uzyskanie czegoś w zamian za miłość. „Jeżeli będziesz dobrym dzieckiem, tatuś będzie cię kochał”. „Jeżeli spełnisz moje oczekiwania... Jeżeli zaspokoisz moje pragnienia... Jeżeli pójdziesz ze mną do łóżka, będę cię kochał”.

Spotkałem wiele kobiet, które nie znają żadnego innego typu miłości oprócz tej, która mówi: „Będę kochał cię, jeżeli będziesz się starać”. Wiele małżeństw rozpadło się, ponieważ były one zbudowane na miłości tego typu. Okazało się, że mąż lub żona kochali jakiś romantyczny obraz. Kiedy zakradnie się rozczarowanie lub oczekiwania nie będą spełnione, miłość „*jeżeli*” często przekształca się w urazę.

Drugi rodzaj miłości (myślę, że większość ludzi pobiera się na podstawie miłości tego rodzaju), to miłość „*ponieważ*”. Ktoś jest kochany z powodu tego, kim jest, co ma lub co robi. Ta miłość jest oparta o jakąś cechę lub stan w życiu drugiej osoby. Miłość „*ponieważ*” często mówi: „Kocham cię, bo jesteś ładna”. „Kocham cię, ponieważ dajesz mi poczucie bezpieczeństwa, ponieważ jesteś tak popularny” itd.

Być może myślisz, że miłość „*ponieważ*” nie jest taka zła. Wszyscy lubimy być kochani z powodu jakiejś cechy w naszym życiu. Jeżeli ktoś nas kocha z powodu tego, jacy jesteśmy, początkowo odpręża nas to, ponieważ wiemy, że jest w nas coś, co można kochać. Ale ten typ miłości jest niewiele lepszy niż miłość „*jeżeli*” i jest na prawdę chwiejnym gruntem dla małżeństwa.

Na przykład rozważ problem rywalizacji. W więzi opartej na miłości „*ponieważ*” problem zaczyna się, kiedy pojawi się ktoś, kto posiada silniejszą niż ty cechę, za którą jesteś kochany. Załóżmy, że jesteś kobietą i twój wygląd jest jedną z przyczyn miłości twojego męża. Co się stanie, kiedy na scenie pojawi się piękniejsza kobieta? Albo założmy, że jesteś mężczyzną i miłość twojej żony oparta jest na twojej pensji i rzeczach, jakie można za nią kupić. Co się stanie, kiedy pojawi się ktoś z większą ilością pieniędzy? Czy rywalizacja nie odstawi ciebie na bok? Czy to zagrazi waszej miłości? Jeżeli tak, to posiadacie miłość typu „*ponieważ*”.

Większość z nas posiada dwa obrazy siebie. Jesteśmy jedną osobą na zewnątrz, lecz wiemy także, że wewnątrz nas jest osoba, którą niewielu ludzi rzeczywiście zna. Zaobserwowałem, że w miłości „*ponieważ*” obawiamy się poznania przez naszego partnera tego, jakimi rzeczywiście jesteśmy głęboko wewnątrz. Boimy się, że będziemy mniej akceptowani,

mniej kochani lub nawet odrzuceni, jeżeli nasz partner pozna, jacy naprawdę jesteśmy.

Czy jest coś w twoim życiu, czym nie możesz podzielić się z partnerem ze strachu przed odrzuceniem lub choćby drobną niechęcią? Jeżeli tak, mogę ci powiedzieć, że będziecie mieli trudności w doświadczeniu maksymalnego seksu, ponieważ głęboka intymność seksualna wymaga 100% zaufania i dawania. Pierwszym miejscem, w którym wyjdzie na jaw strach lub poczucie zagrożenia, będzie łóżko.

W maksymalnym wyrazie prawdziwej seksualności zawsze stajemy się całkowicie otwarci. To właśnie to otwarcie umożliwia maksymalną satysfakcję seksualną i maksymalne dzielenie się. Ta sama otwartość umożliwia najgłębsze zranienie, jeżeli nie jesteśmy całkowicie akceptowani. W więzi opartej na miłości typu „ponieważ” nigdy nie możesz oddać się całkowicie współzyciu seksualnemu, ponieważ ryzyko zranienia jest tak wielkie.

To jest to!

Cieszę się, że mogę powiedzieć, że jest jeszcze jeden rodzaj miłości. Jest to miłość bez warunków, czyli miłość bezwarunkowa. Miłość ta mówi: „Kocham cię pomimo tego, jaki możesz być głęboko wewnątrz. Kocham cię niezależnie od tego, co zmieni się w tobie. Kocham cię — KROPKA!”

Niech to nie wprowadzi cię w błąd. Ta miłość nie jest ślepa. Może ona w pełni znać wady i słabości drugiej osoby. A jednak całkowicie akceptuje ją bez żądania czegokolwiek w zamian. Nie możesz zasłużyć na miłość tego rodzaju i nie możesz jej zgasić. Różni się ona od miłości „ponieważ” tym, że jej podstawą nie jest jakaś atrakcyjna cecha osoby kochanej.

Miłość „kropka” może być doświadczana jedynie przez kompletną i spełnioną osobę — kogoś, kto nie musi korzystać z więzi z drugą osobą, aby zapełnić pustkę we własnym życiu.

Jako człowiek, który dużo podróżuje, widziałem zarówno chrześcijan, jak i nie chrześcijan, którzy doświadczali tego trzeciego rodzaju miłości. A jednak ci, którzy doświadczali jej przez dłuższy czas (a w ten sposób lubię oceniać jakość pewnych rzeczy), byli to nawet nie po prostu chrześcijanie, lecz chrześcijanie skoncentrowani na Chrystusie.

Jak być może pamiętasz, byłem na drugim roku uniwersytetu, kiedy postanowiłem napisać moją pierwszą książkę — „Evidence that Demands a Verdict”, aby zażartować sobie z chrześcijaństwa. Myślałem: „Każdy

głupiec może to zrobić, a więc ja także”. Moim celem było ośmieszenie kilku profesorów, którzy po prostu irytowali mnie swoimi wypowiedziami o Jezusie. Po dwóch latach badań w całych Stanach Zjednoczonych i w Europie to wszystko zwróciło się przeciwko mnie. Uświadomiłem sobie intelektualnie, że Jezus Chrystus jest tym, za kogo się podawał. I jestem bardziej pewien tego dzisiaj, niż byłem kiedykolwiek wcześniej.

Chrystus powiedział: „Oto stoję u drzwi i kołaczę. Jeśli ktoś posłyszysz mój głos i drzwi otworzy, wejdę do niego”. Dlatego zaprosiłem Chrystusa, aby wszedł w moje życie i w ciągu pierwszego roku, On wypełnił mnie wewnątrz tak, że byłem wolny do dawania bez żądania czegokolwiek w zamian.

To jest właściwie podstawowa różnica pomiędzy miłością „jeżeli” i miłością „ponieważ” z jednej strony, a miłością „kropka” z drugiej. Miłość nie może doczekać się, aby dawać. Pożądanie nie może doczekać się, by dostać. Nazywam tę miłość bezwarunkową, choć każdy z nas jest ograniczony przez samą naszą naturę, która jest egoistyczna. Bunt przeciw Bogu osłabił naszą zdolność do bezwarunkowego kochania. Tylko Bóg przez Jezusa Chrystusa okazał całkowicie bezwarunkową miłość. Jedynie przez wiarę w Jezusa Chrystusa możemy otrzymać przebaczenie i mieć osobistą więź z naszym Niebieskim Ojcem, ponieważ Chrystus umarł na krzyżu za nasze grzechy. Czy zdajesz sobie z tego sprawę czy nie, miłość „kropka” jest bardzo ważna dla ciebie.

Możliwe marzenie

Jeżeli aktualnie nie doświadczasz tego rodzaju miłości, prawdopodobnie jest, że w dalszym ciągu masz nadzieję, że któregoś dnia będziesz jej doświadczał. Miłość „kropka” pisze się D-A-W-A-C. Jest to szczodre dawanie siebie. W takiej więzi dwojga osób nie ma miejsca na strach, frustrację, nacisk czy zazdrość.

Może teraz zastanawiasz się, czy ten trzeci typ miłości jest praktyczny lub choćby możliwy. Pewna kobieta w Anglii powiedziała do mnie: „Gdybym kochała mojego narzeczonego po prostu takim, jakim jest, niezależnie od tego, co się dzieje, on przestałby się przejmować tym, jak wygląda lub co robi i nasza więź pogorszyłaby się”. Ja odparłem: „Właśnie tutaj mylisz się”. Ta trzecia postawa wobec miłości jest miłością twórczą, miłością, która wywołuje przemiany w osobie, która przyjmuje ją.

Podczas czternastu lat naszego małżeństwa moja żona pokazała mi różne rzeczy, które przemienione umożliwiłyby mi bycie lepszą osobą, lepszym mężem, ojcem, przedstawicielem Jezusa Chrystusa oraz lepszym przyjacielem. Ale w czternastu latach naszego małżeństwa moja żona nigdy nie powiedziała do mnie: „Kochanie, musisz się zmienić!” Zamiast tego, pokazuje mi coś, tłumaczy to, zachęca mnie do przemiany, a potem dalej kocha mnie. Wiem, że gdybym nigdy nie zmienił się w tej dziedzinie, to nie wpłynie na jej akceptację mnie. Czy wiesz, co się dzieje? To jest absolutnie zdumiewające. Wewnątrz mnie powstaje pragnienie przemiany — nie dlatego, że muszę, lecz dlatego, że chcę się zmienić. Jedynie ten trzeci rodzaj miłości sprawia takie twórcze przemiany.

Chciałbym podzielić się z tobą własnymi słowami Dottie, dlaczego pozbawiona warunków miłość motywuje ją, aby była lepsza:

„Mam całkowitą pewność, że Josh kocha mnie i akceptuje dokładnie taką, jaką jestem. To zachęca mnie, bym była lepsza, i wyzwala, bym była sobą i próbowała być jeszcze lepsza, ponieważ nie czuję się przymuszona. Dojrzała miłość charakteryzuje się bezwarunkową akceptacją i jest nie tylko skoncentrowana na drugiej osobie, lecz daje pragnienie akceptowania jej dokładnie taką, jaką jest, a nie ze względu na to, jaką może zostać lub jak może zmienić się w przyszłości. Mówiąc po prostu miłość dojrzała to nie mniej i nie więcej jak szczere pragnienie „otrzymania tego, co widzisz”.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Jakie są niektóre problemy z miłością „ponieważ”?
- ◆ Wyjaśnij miłość bezwarunkową.
- ◆ Dlaczego miłość bezwarunkowa motywuje nas do bycia lepszymi?

DALSZE POMOC

Gary Inrig, „Quality Friendship”, Chicago, IL, Moody Press, 1981.

RADOŚĆ Z PRZEBYWANIA RAZEM

Jednym z największych testów miłości jest istnienie bólu przy oddzieleniu od osoby kochanej oraz radość, kiedy jest się w jej obecności. Miłość dojrząca przejawia ogromną radość w obecności drugiej osoby i tęsknotę do bycia razem, gdy jest się oddzielonym od niej.

Pewnego wtorku byłem na uczelni Virginia Polytechnical Institute, kiedy podszedł do mnie młody człowiek prosząc o radę. Był studentem ostatniego roku tej uczelni, a jego narzeczona pracowała na innym uniwersytecie. Podzielił się ze mną, że mają poślubić się w następną sobotę, ale, jak wyjaśniał: „Już dotychczas dwa razy odwoływaliśmy ślub — raz było to tydzień wcześniej. Mój problem polega na tym, że w rzeczywistości nie wiem, czy ją kocham”.

Choć człowiek ten był zdenerwowany widziałem, że jego problem, to nie tylko trema przedmałżeńska. Byłem też zdumiony, że nie rozpoznał dwa miesiące wcześniej, czy kocha ją czy nie. Zapytałem go więc: „Czy miałeś kiedyś długi stracony weekend?” On nie rozumiał, więc wyjaśniłem.

„Na przykład Święta Wielkanocne mogą być dobrym przykładem «długiego straconego weekendu», kiedy możecie być ze sobą razem przez około cztery dni. Powiedzmy, od środy wieczorem do niedzieli. Nazywam to stracony weekend, ponieważ nie pamiętacie nic z tego, co działo się w tych dniach na świecie”.

„Tak, mieliśmy dużo takich weekendów” — odpowiedział.

„W porządku” — kontynuowałem — „a teraz chcę, żebyś powiedział mi, jak wyglądały te weekendy”.

Dwa scenariusze

„Chciałbym przedstawić ci dwa scenariusze i zobaczymy, który lepiej opisuje was.

W pierwszym scenariuszu dwa lub trzy tygodnie przed Wielkanocą zaczynasz liczyć dni, godziny, a nawet minuty, jakie pozostały do waszego spotkania. W środę wieczorem jest już po zajęciach albo po pracy i nie możesz doczekać się, aby spotkać się z nią. Wskakujesz do samochodu i ruszasz (jedyna pora roku, w której zbierałem kiedykolwiek mandaty, to właśnie wtedy, kiedy jechałem do Dottie, gdy chodziliśmy ze sobą).

Gdy przyjeżdżasz na miejsce, padacie sobie w ramiona i czujesz się, jakbyś był na szczycie świata! Czwartek i piątek przychodzą i odchodzą, a kiedy zaczyna się sobota, nie chcesz nawet myśleć o niedzieli, ponieważ wiesz, że wtedy będziecie musieli się rozstać. Próbujesz wyrzucić tę myśl ze swojego umysłu. W sobotę wieczorem nie chcesz iść spać, bo wiesz, że kiedy wstaniesz następnego dnia, będziecie mieli przed sobą już tylko kilka godzin razem. W niedzielę próbujesz zwolnić czas, ale godziny biegną jedna za drugą. Kiedy mówicie sobie „Do zobaczenia”, czujesz, jakbyś zostawiał część siebie za sobą.

Czy doświadczyłeś takiej sytuacji? Albo może drugi scenariusz pasuje do ciebie lepiej?

Przyjeżdżasz w środę wieczorem i wszystko jest wspaniale. Czwartek i piątek są fantastyczne. Jest wam wspaniale ze sobą. Kiedy nadchodzi sobota, oczekujesz niedzieli, bo wiesz, że potrzebujesz przerwy. W niedzielę nie masz nic przeciwko temu, że musicie się rozstać — jest czas na wzięcie oddechu”.

Potem zapytałem studenta: „Czy są takie chwile, w których wiesz, że potrzebujesz oddechu? Czy czujesz, że potrzebujesz nieco miejsca?”

On odpowiedział: „Przez długi czas pasował do mnie pierwszy scenariusz, ale muszę przyznać, że w ostatnich sześciu czy dziesięciu miesiącach oczekiwałem tej chwili na oddech”.

„W takim przypadku” — powiedziałem mu — „nie żęń się. Nie żęń się z kimś, z kim możesz żyć. Ożeń się z kimś, bez kogo żyć nie możesz. To jest wielka różnica”.

Różnica w tęsknotach

Dojrzała miłość raduje się z przebywania razem i ta radość nie zmniejsza się po kilku dniach. W rzeczywistości wzmaga się tak bardzo, że chcesz wyrzucić z umysłu wszelką myśl o dniu, w którym będziecie

musieli się rozstać. Nie decyduję się na małżeństwo, dopóki z właściwych powodów nie chcesz, aby nadchodziła niedziela.

To była jedna z głównych różnic pomiędzy moją więzią z Dottie, a moją więzią z Paulą. Paula i ja myśleliśmy, że łączy nas miłość. Weekendy, które spędzaliśmy razem, były bardzo dobre, ale kiedy nadchodziła niedziela, nie miałem nic przeciwko temu. Oczekiwałem przerwy.

Inaczej było, kiedy chodziłem z Dottie. Kiedy nadchodził czwartek, nie chciałem myśleć o piątku. W piątek nie chciałem, aby nadeszła sobota, ponieważ to był dzień przed moim wyjazdem. W sobotę myślałem o każdej możliwej wymówce, aby pozostać. Kiedy przychodziła niedziela, nie nastawiałem nawet budzika myśląc, że jeżeli zaśpię, nie będę musiał wyjeżdżać.

Pamiętam pierwszy „długi stracony weekend” w domu przyjaciela w Houston. W niedzielę Dottie musiała polecieć do Austin, a ja musiałem udać się na konferencję do Chicago. Kiedy odwoziłem ją na lotnisko, modliłem się, aby samolot był spóźniony. Staliśmy w hallu. Potem pocałowałem ją na pożegnanie, a kiedy szła korytarzem i wsiadała do samolotu, musiałem wyżyć wszystkie siły, aby nie pobiec za nią i nie zawołać: „Nie wyjeżdżaj!”

We wszystkich chwilach, w których byliśmy razem, radość z obecności drugiego wzrastała i nawet kiedy dzisiaj jesteśmy oddzieleni, mamy pragnienie, aby być razem. Dzięki łasce Boga mógłbym żyć bez Dottie, lecz mówiąc szczerze, jestem pewien, że nie chciałbym. Sądzę, że jest to znak dojrzałej miłości.

Walter Trobisch w swojej książce: „Kochałem młodą dziewczynę” mówi, że miłość łączy was wtedy, „jeżeli nie możesz sobie wyobrazić życia bez niej, kiedy odczuwasz ból, gdy jesteś z dala od niej. Jeżeli ona zajmuje twoje myśli i jest natchnieniem dla twoich snów i marzeń przez cały czas. Jeżeli jej szczęście znaczy dla ciebie więcej niż twoje własne”.⁹⁹

Dr Henry Brandt, doradca małżeński i rodzinny, pisze, że miłość jest dojrzała, kiedy dwoje ludzi „przebywając razem cieszy się bardziej niż będąc z kimkolwiek innym. Choć inni nie są wykluczeni z ich życia. Odkrywają nawet, że każde z nich może cieszyć się robieniem takich rzeczy, które nie sprawiałoby mu radości, gdyby robił je osobno. Kiedy są oddzieleni od siebie, każde stanowi «tło» dla myśli drugiego”.¹⁰⁰

Stare powiedzenie: „Nieobecność rozgrzewa serca” bardziej wskazuje na dojrzałą miłość, niż wielu ludzi sobie to uświadamia.

Trudniej za każdym razem

Moja służba chrześcijańska sprawia, że jestem w podróży przez połowę mojego czasu. Choć czasami towarzyszy mi rodzina, jestem oddzielony od Dottie i dzieci przynajmniej przez dwanaście dni w miesiącu. Może myślisz, że stało się to łatwiejsze po piętnastu latach, ale jest wręcz przeciwnie. Niektórzy mężczyźni przychodzą do mnie po spędzeniu weekendu bez żony i mówią mi: „To było trudne. Nie wiem, jak ty to robisz. Ja nigdy nie mogłbym być bez żony i dzieci przez dłuższy czas”. Dodają: „Sądzę jednak, że przyzwyczyłeś się do tego”. Zawsze wtedy stanowczo zaprzeczam — nigdy się do tego nie przyzwyczyłem. Nawet nie chcę. Kiedy miłość jest dojrzała i głęboka, rozpaczliwie próbujesz skrócić dziesięciodniowy wyjazd na dziewięciodniowy, zawsze myśląc o tym, aby być razem.

Dottie często jest pytana o moje wyjazdy. Ludzie mają dobrą wolę i troszcząc się wyrażają swoją sympatię i zachętę mówiąc, że mają nadzieję, że w przyszłości będę więcej w domu. Dottie wyjaśnia swoje uczucia i odpowiada:

„Nigdy nie cieszę się, kiedy widzę, że wyjeżdża, ale jestem oddana temu, co robi. W pewnym sensie jest trochę smutku za każdym razem, kiedy musi wyjechać, ponieważ brakuje mi go. Jest pustka, która nie może być zapełniona niczym innym. Ale ponieważ jesteśmy oddani temu, co on robi, jest to wybór, którego dokonaliśmy. Wybory nie zawsze są łatwe, ale są konieczne. Wierzę w ten wybór tak bardzo, że pozwalam, aby Josh robił to, co potrzebuje robić — to, do czego powołał go Bóg — i sama robię to, do czego Bóg powołał mnie.

Nie znaczy to, że cieszę się, kiedy przechodzi przez drzwi i wyjeżdża. Jestem osobą, która mogłaby bardzo łatwo uzależnić się od niego. Muszę być trochę niezależna i podejmować trochę niezależnych decyzji, co jest bardzo dobre dla mnie. Ale nie jest to łatwe i bycie oddzieloną nie jest czymś, do czego można się kiedykolwiek przyzwyczaić.

Jestem dumna z tego, co Josh robi i co robimy razem jako zespół, choć oznacza to trochę niewygody dla nas obojga. Jest radość, kiedy jestem z nim, i jest pewna radość, kiedy nie jestem z nim, ponieważ wiem, że robi to, co Bóg chce, aby robił, i że może wykorzystywać niesamowity dar, jaki dał mu Bóg”.

Dojrzała miłość może podjąć decyzję, aby być bez drugiej osoby, choć nie jest to łatwe.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Jeżeli aktualnie rozważasz możliwość małżeństwa z jakąś osobą, zastosuj test „długiego straconego weekendu”.
- ◆ Czy w twoim przypadku nieobecność rozgrzewa serce?

REALIZM

Być może prawdą jest, że małżeństwa są łączone w niebie, są jednak przeżywane tutaj na ziemi przez niedoskonałych ludzi. Kiedy miłość jest dojrzała, bierze to pod uwagę i jest realistyczna w swoich oczekiwaniach. Jeżeli twoja miłość do kogoś jest dojrzała, będziesz kochał i akceptował tą osobę dokładnie taką, jaka ona jest — z jej wadami i ze wszystkim — a nie ze względu na to, jakich przemian się w niej spodziewasz.

Taki rodzaj dojrzałej miłości zawsze jednak napotykał na różne bariery w realistycznym patrzeniu na drugą osobę.

Idealistyczne fantazje o naszym małżeństwie i współmałżonku to pierwsza bariera, którą zazwyczaj napotykamy.

„Najbardziej niebezpieczną osobą, którą moglibyśmy poślubić” — pisze Evelyn Duvall, „jest nasz ideał — niebezpieczną, ponieważ prawdopodobnie nie będziesz dostrzegał istnienia w niej dyskwalifikujących wad lub istotnych cech charakteru”.¹⁰¹

Ktoś powiedział, że małżeństwo przetnie twoje smutki na pół, podwoi twoją radość i pomoże potroić twoje wydatki. W swoim gorącym pragnieniu małżeństwa mężczyzna, który myśli, że znalazł swój ideał, może w łatwy sposób usprawiedliwiać narzeczoną z jej wad. Kobieta, która patrzy na potencjalnego męża przez różowe okulary, będzie miała zniekształcony jego obraz. To zawsze stanowi barierę dla doświadczenia prawdziwej i dojrzałej miłości.

Autor Charles Swindoll dotyka sprawy realizmu w więziach z ludźmi, gdy zauważa: „Nie ma czegoś takiego, jak dom całkowicie bez konfliktów. To dzieje się tylko w bajkach. Choć jesteś oddany współmałżonkowi, mimo to będą chwile napięcia, łez, walki, niezgody i niecierpliwości. Poddanie się nie likwiduje waszego człowieczeństwa! To jest zła nowina, ale jest to nowina realistyczna”.¹⁰²

Kiedy ktoś zakochuje się w fantazji albo w wyidealizowanym obrazie, zazwyczaj ma miejsce jeden z dwóch rezultatów: albo współmałżonek jest odrzucony, kiedy okazuje się, że nie dorasta do tego obrazu, albo spotyka się z wysiłkami przemienienia go na ten obraz.

Zmienne uczucia

Pragnienie ciągłych uczuć i pasji jest drugą przeszkodą dla realistycznej miłości. Dojrzała miłość to nie po prostu silne uczucie. Jest to oddanie się, obietnica, zobowiązanie się. Uczucia będą przychodzić i odchodzić, lecz miłość będzie pozostawać stała. Nie martw się, jeżeli nie zawsze kipisz uczuciami w miłości i nie rezygnuj, kiedy po raz pierwszy poczujesz, że wasze uczucia stygną. Miłość realistyczna jest przygotowana na te chwile i wykorzystuje to raczej dla wzmocnienia niż dla osłabienia więzi dwojga osób.

Mój małżonek będzie zaspokajał wszystkie moje potrzeby przez cały czas. To jest trzecia bariera dla realizmu w miłości. W tę powszechną pułapkę wpada wiele par. Wielu ludzi poszukuje kogoś, kto będzie rozumiał ich w pełni i obdarzy ich wszystkim, czego brak odczuwają w swoim życiu.

Często w takim wypadku zdarza się, że mężczyzna spotyka kobietę, która zaspokaja kilka jego najżywniejszych potrzeb. W wyniku tego on uważa, że ona zaspokaja wszystkie jego potrzeby. Sądzi, że znalazł „właściwą osobę”, która spełnia każde jego pragnienie, podczas gdy w rzeczywistości znalazł kogoś, kto zaspokaja potrzeby w kilku kluczowych dziedzinach jego życia. Nie dostrzega na razie potrzeb, które nie są zaspokajane. W rzeczywistości mówi do niej: „Kocham cię jedynie dlatego, że zajmujesz się potrzebami w moim życiu i spełniasz moje oczekiwania”.

Pewien autor wyraził to następująco: „Prawdopodobnie niemożliwe jest, aby kiedykolwiek dwoje ludzi mogło całkowicie zaspokajać swoje potrzeby. Gdyby w jakiejś parze mogło nastąpić wzajemne zaspokojenie choćby 80% potrzeb, byłoby to coś na kształt cudu. Oczekiwanie całkowitego zaspokojenia potrzeb w małżeństwie rujnuje wiele więzi małżeńskich.”¹⁰³

Szczegóły, szczegóły

W moim małżeństwie odkryłem wiele sytuacji, w których nie zaspokajałem potrzeb Dottie. Jak opisałem wcześniej, ona oczekiwała,

abym interesował się drobnymi szczegółami opowiadanych przez nią historii, ja natomiast nie zawsze je zapamiętywałem. Ona teraz wyjaśnia to:

„Martwiło mnie to najbardziej na początku naszego małżeństwa. Zobaczyłam jednak, że nie mogę oczekiwać, aby Josh był kimś, kim nie jest. On nie zawsze może zaspokoić każdą potrzebę, którą mam. Gdyby mógł, byłby Bogiem. On też zdaje sobie sprawę, że ja nie mogę zaspokoić każdej jego potrzeby. Robię jednak to, co mogę.

Gdybym myślała, że Josh mnie nie słucha, czułabym, że nie podejmuje wysiłku, aby mnie rozumieć. Kiedy on nie koncentruje się na każdym słowie z mojej historii, stoję przed wyborem pomiędzy uczuciem zranienia, a uświadomieniem sobie, że jest to jego temperament i osobowość.

Ja jestem osobą, która słucha każdego szczegółu opowiadanej historii. On jest osobą, której umysł przeskakuje na inne rzeczy po usłyszeniu zbyt wielu szczegółów, ponieważ po prostu nie są dla niego konieczne. Skoro rozumiem, jaki on jest i „z czego jest zrobiony”, mogę być realistyczna w naszej więzi. Chciałabym, aby chłonał wszystkie szczegóły, ale to nie jest jego styl. I nie mogę oczekiwać od niego więcej niż to, co może zrobić”.

Psycholog dr Larry Crabb wyjaśnia, dlaczego nie jesteśmy w stanie zaspokoić wszystkich potrzeb współmałżonka:

Najbardziej akceptująca żona na świecie nie potrafi zaspokoić potrzeby znaczenia swojego męża. Ponieważ moja żona jest grzesznikiem, nie zawsze będzie postępować wobec mnie tak, jak powinna. Nawet jednak gdyby tak robiła, nie posiada mocy, aby przygotować mnie do zadania ważnego na wieczność — a jedynie to usatysfakcjonuje mnie.

*Najbardziej kochający mąż na świecie nigdy nie będzie mógł zaspokoić potrzeby poczucia bezpieczeństwa u swojej żony. Skaza koncentracji na sobie zniekształca każdą naszą motywację. Jesteśmy całkowicie niezdolni do obdarzenia żony bezwarunkową i bezinteresowną akceptacją, której ona potrzebuje. Po prostu nie wystarczamy dla siebie nawzajem”.*¹⁰⁴

Mąż i żona mogą spełnić pewne pragnienia. Są jednak inne, o które może się zatroszczyć jedynie Bóg. Zmuszanie współmałżonka do zaspokajania każdej potrzeby stwarza konflikt i doprowadza do zniszczenia więzi małżeńskiej. Jako chrześcijanie wiemy, że jesteśmy kompletni w Chrystusie i że nie ma nic w naszym życiu, czemu nie moglibyśmy sprostać, a jednak często oczekujemy, aby współmałżonek odgrywał dla nas rolę Boga. Musimy sobie uświadomić, że niezdolność

współmałżonka do całkowitego zaspokajania naszych potrzeb jest darem od Boga — sprawia ona, że oczekujemy pomocy od niego.

Obietnice, obietnice

Obietnice przemiany, zazwyczaj związane z jakimś wydarzeniem lub okresem, to jeszcze jedna bariera dla realistycznego patrzenia na osobę lub więź z nią. Wielu już ludzi mówiło: „Nie martw się, kochanie, kiedy się pobierzemy, przestanę pić” lub: „Wierz mi, kiedy się pobierzemy, przestanę zwracać uwagę na inne kobiety”.

Chcę, abyś teraz zwrócił uwagę na moje słowa. W obietnicy i charakterze takiej osoby nie ma nic, co byłoby godne wiary. Obietnice takie nigdy się nie skończą. „Kiedy urodzi się nasze pierwsze dziecko, na pewno przestanę pić... Kiedy uzyskam ten awans... Kiedy będziemy mieli własne mieszkanie... itd”

Nie opieraj swojej więzi z drugą osobą na obietnicach. Niech to będzie jasne od początku. Liczy się to, jaka jest wasza więź teraz.

Jeżeli chcesz, aby twój współmałżonek myślał o tobie jako o rzeczywiście wiarygodnej osobie, musisz być wiarygodny teraz. Jeżeli chcesz, aby współmałżonek widział cię jako Bożego człowieka, musisz być nim teraz. Jeżeli wszystkie wydarzenia w twoim życiu aż do chwili obecnej nie sprawiły, że przestałeś pić, skąd możesz wiedzieć, że jakieś magiczne wydarzenie w przyszłości doprowadzi do tego? Realizm w więzi z drugą osobą jest utracony, gdy jest ona oparta na obietnicach.

Pragnienie przemienienia drugiej osoby to piąta przeszkoda dla realistycznej oceny drugiego. „Już ja oduczę cię tego, kiedy tylko się pobierzemy!” To jest podobne do problemu obietnic z tym wyjątkiem, że w tym przypadku jeden z partnerów bierze na siebie zadanie kształtowania drugiego. „On potrzebuje jeszcze trochę czasu. Ja go oduczę tego, kiedy już się urządzimy”. Zwykły zdrowy rozsądek każe uznać, że czas na przemianę powinien być mu dany zanim wypowie swoje „chcę”.

Otrzymujesz to, co widzisz, i jeszcze więcej

Bądź pewien, że kochasz drugą osobę taką, jaka ona jest, nie taką, jaką sobie wyobrażasz lub jaką chcesz, aby się stała. Straciłem już rachubę ludzi, którym udzielałem porad, a którzy sądzili, że będą mogli zmienić drugą osobę, kiedy się pobiorą. Kluczowe zdanie, które trzeba zapamiętać, jest następujące: *Jaki jesteś jako osoba samotna, taki będziesz w małżeństwie, tyle tylko, że w większym stopniu.* Każda negatywna cecha

charakteru ulegnie intensyfikacji w więzi małżeńskiej, ponieważ przestaniesz starać się tak bardzo jak wcześniej — ktoś oddał się już tobie i nie musisz bać się, że stracisz go.

Para, która często kłóci się lub która nie jest w stanie pracować nad swoimi różnicami, nie będzie miała wcale łatwiejszego życia po ślubie.

„Ty sam nie potrafisz przemienić drugiej osoby” — ostrzega dr Herman Weiss. „Nie będziesz w stanie uczynić go bardziej romantycznym, schludnym, rozmowniejszym, mniej pijącym, palącym czy grającym w karty. Nie możesz być jego matką, nauczycielem czy terapeutą. Przyjrzyj mu się, zanim zdecydujesz się na związek z nim”¹⁰⁵.

Kobieta może zakochać się w mężczyźnie, ponieważ chce wierzyć, że on jest taki, za jakiego się podaje. Problem polega na tym, że wielu mężczyzn potrafi mówić o sobie dobrze. Nie zawsze jednak żyją według tego, co mówią. Dojrzała miłość ani nie przechwala się, ani nie wierzy w przechwałki. Jeżeli twoja miłość jest dojrzała, nie dasz się oszukać przez drugiego.

Dottie wiedziała, na co się decyduje, kiedy decydowała się na małżeństwo ze mną. Wiedziała, że Bóg powołał mnie do służby mówcy i nie oszukiwała się myśląc o tym, jakie to może być życie. Powiedziała:

„Kiedy oddałam się Joshowi, oddałam mu się całkowicie jako osoba. I całkowicie oddałam się jemu w świetle faktu, że jest mówcą. Wraz z tym złączona jest realność jego częstych wyjazdów. Co znaczy, że nie zawsze możemy być razem.

Kiedy zastanawialiśmy się nad małżeństwem, stanęła przede mną sprawa jego wyjazdów. Musiałam stawić temu czoło i rozważyć to, zanim mogłam podjąć rozsądną decyzję dotyczącą małżeństwa.

Ludzie będą mówić: «Och, jakie to przykre, że tak często jesteście oddzieleni. Czy nie chciałabyś, aby nie musiał tyle wyjeżdżać?» Czasami ostro reaguję na takie słowa, ponieważ Josh nie porzuca mnie. Nikt nie ma pojęcia, czym jest dla niego decyzja podróżowania — nie jest to decyzja podjęta łatwo. My dokonujemy takiego wyboru.

Sądzę, że potrafię teraz poradzić sobie z jego wyjazdami, ponieważ Bóg przygotował mnie na to wcześniej. Byłam członkiem personelu Campus Crusade for Christ na University of Texas, kiedy po raz pierwszy usłyszałam, jak Josh przemawiał. Nigdy wcześniej nie słyszałam go i byłam pod głębokim wpływem tego, co on powiedział. Często cytowałam go: «Ten sławny mówca mówi...» (Jednym z moich ulubionych cytatów były słowa: *Pokój to nie nieobecność konfliktu, lecz zdolność do stawiania mu czoła*. Często z niego korzystałam).

Byłam pod silnym wrażeniem jego służby i wpływu, jaki miał na naszym uniwersytecie, choć nie miałam pojęcia, że później poślubię go, a on nawet nie wiedział, że ja istnieję.

Później, kiedy chodziliśmy ze sobą, miałam wspaniałą okazję pojechać z nim na University of Tennessee. Mogłam zobaczyć jego służbę z innej perspektywy. I mogłam zobaczyć, w jaki sposób wpływa na życie studentów i członków personelu. Uczestniczyłam więc w przygotowaniach do jego przybycia na uniwersytet, a także byłam z nim, kiedy udawał się tam, by służyć swoimi darami. Widziałam ogrom pracy wkładany w jego wyjazdy— przygotowanie, badania, prace do późnych godzin, wyczerpanie, napięte rozkłady, spanie co noc w innym łóżku itd. To dało mi dobrze zrównoważone zrozumienie jego służby, zanim się jeszcze pobraliśmy.

Popieram Josha przez cały czas, ponieważ uważam, że Bóg wyposażył go w niepowtarzalny sposób do dzielenia się z ludźmi na całym świecie tym, jak mogą poznać Chrystusa osobiście i chodzić z nim na co dzień w swoim życiu.

Mówię o tym, aby pokazać, że jeśli chodzi o wyjazdy Josha, przyjrzałam się im z wszystkich perspektyw tak, żebym mogła je realistycznie rozumieć. Musiałam ocenić tę sytuację w świetle mojej miłości do niego, w świetle tego, co on robi i w świetle tego, do czego Bóg powołał mnie.

Ponieważ zajęliśmy się tym problemem i zwróciliśmy na niego uwagę od początku naszej znajomości, nie stał się on bolącym miejscem naszego małżeństwa. W rzeczywistości stał się błogosławieństwem, gdy razem pracujemy nad planem jego pracy i widzimy Boże działanie”.

Miłość nie jest ślepa

Jedną z najbardziej subtelnych barier dla realistycznego oceniania więzi z drugą osobą jest przyjęty ogólnie slogan: „Miłość jest ślepa”. Ta postawa przejawia się w słowach: „Przecież kochasz ją, co? Więc nie martw się o te rzeczy” lub: „Nie martw się, pobierzcie się, a wszystko się jakoś ułoży. Zawsze tak jest”. Statystyki rozwodowe pokazują, że w ponad połowie sytuacji nie wszystko jakoś się układa i że świadome lekceważenie potencjalnych punktów konfliktu jest równoznaczne z zapraszaniem nieszczęścia.

Niektórzy ludzie żartują, że małżeństwo jest „skokiem w ciemno przy świetle księżyca”. Inni, że istnieje „miłość od pierwszego wejrzenia”.

Chciałbym zaproponować ci, abyś spojrział po raz drugi, zanim skoczysz. Często człowiek jest tak pochłonięty marzeniami i ideałami, że nie dostrzega drugiej osoby jako człowieka z krwi i kości, a widzi go jedynie jako ucieleśnienie swoich pragnień. Ślepa miłość może przez pewien czas ignorować wady drugiego, ale to nie może trwać na wieki.

Jeżeli moja miłość jest ślepa, prędzej czy później skazana jest na niepowodzenie. Jeżeli kochasz całą osobę, nie wprowadzasz się w błąd co do niej. Dojrzała miłość poznaje wszystkie aspekty osoby. Zarówno pozytywne, jak i negatywne. I oznacza zrozumienie swoim umysłem, że możesz kochać tę osobę na dobre i na złe.

Tak, będą kolacje przy świetle świec i pocałunki, ale będzie także pranie i zakupy, i dwoje ludzi próbujących równocześnie korzystać rano z łazienki. Będą długie romantyczne spacery i zaplatanie włosów na palcach, lecz będą także zmarszczki i pryszcze. Miłość jest ślepa, gdy nie widzimy i nie akceptujemy drugiego jako całą osobę.

Pewna kobieta powiedziała, że realistyczna akceptacja mężczyzny oznacza kochanie go dzisiaj takim, jakim jest, nie takim, jakim chciałabyś pomóc mu stać się jutro. To oczywiście nie znaczy, że żona ma być ślepa na wady męża. To znaczy jedynie, że dostosowuje się do nich. „Mówiąc prawdę nie zmieniłabym go wcale” — napisała. „Gdybym mogła, dałabym mu dar taktu. On jest człowiekiem tak bezpośrednim, że nie mogę uwierzyć, że radzi sobie tak dobrze w polityce. Dokładnie: «To, co widzisz, otrzymujesz»”.¹⁰⁶

Małżeństwo to dwoje niedoskonałych ludzi łączących się ze sobą. Dojrzała miłość jest bezwarunkowym oddaniem się niedoskonałej osobie.

Fatalne wyolbrzymienia

W książce „American Ways of Love („Amerykańskie drogi miłości”) Frank Cox pisze:

Często nakładamy nasze przekonania na drugą osobę, wyolbrzymiając te cechy charakterystyczne, które odpowiadają cechom, jakich poszukujemy i zasłaniając te, których nie chcielibyśmy widzieć. W ten sposób przekształcamy drugą osobę w nierzeczywisty ideał, dopasowując ją do własnej koncepcji romantycznego partnera małżeństwa. W istocie często kochamy własny romantyczny ideał, a nie rzeczywistą ludzką istotę.

Ci, którzy „kochają” w ten sposób, doświadczają rozczarowania, kiedy zacznie wychodzić na światło dzienne prawdziwa osoba, jaką jest ich partner. Zamiast powitać tę wyłaniającą się osobę z radością i

entuzjazmem, partnerzy, którzy trzymali się swoich romantycznych ideałów, mogą odrzucać rzeczywistość na korzyść swoich stereotypowych wyobrażeń. Mogą ponownie podjąć poszukiwanie „właściwego” przedmiotu swojej miłości, odrzucając partnera z prawdziwego życia jako niegodnego lub zmienionego.¹⁰⁷

Realistyczne kroki

Choć przeszkody dla realistycznej oceny więzi z drugą osobą są liczne, możesz je pokonać. Przez podjęcie kilku pozytywnych kroków możesz lepiej ustalić status waszej więzi i twoje rozumienie drugiej osoby.

Jednym z tych kroków jest postawienie sobie kilku trudnych, przyziemnych pytań: Dlaczego chcę go (ją) poślubić? Czy dla pieniędzy, poczucia bezpieczeństwa, pozycji czy dla jakiegokolwiek innego powodu? Czy nie jest to ucieczka przed czymś? Czy nie jest to dlatego, że sędzę, że to rozwiąże moje problemy? Jakie byłyby moje uczucia wobec tej osoby, gdyby coś się stało i ona nie miała już tego bogactwa i miłej powierzchowności, jakie ma teraz? Czy między nami ma miejsce autentyczna komunikacja? Czy jesteście dla siebie pobudzeniem intelektualnym? A może dla jednego z was drugie jest intelektualnie nudne? Czy macie te same ogólne cele i zainteresowania? Czy jesteście zgodni w swoim życiu duchowym? Czy lubicie nawzajem swoich przyjaciół? (To bardzo wiele mówi). Czy zgadzacie się rzeczywiście w swoich postawach wobec dzieci, pieniędzy, teściów itp?

Jakie są jej (jego) wady i słabości? Jakie są twoje wady? Czego nie lubisz w nim (w niej)? Dlaczego? Jak sądzisz, czego on (ona) nie lubi w tobie? Dlaczego?

Jeżeli uważasz, że chciałbyś spędzić resztę życia z tą osobą, lepiej byłoby, gdybyś uśmiechał się na samą myśl o tym. Jeżeli nie jesteś gotowy do przyjęcia tej osoby taką, jaka ona jest teraz, to proszę, zastanów się poważnie nad swoją pozycją. Musisz umieć zaakceptować drugiego jako prawdziwą osobę — razem z jej wadami. Musisz umieć zająć się różnicami w Boży i akceptujący sposób.

Miłość dojrzała i realistyczna zdaje sobie sprawę, że partnerzy mają różne perspektywy w wielu dziedzinach, i kocha drugą osobę taką, jaka ona jest, nie ze względu na to, co ma do zaoferowania.

Znaj swoje oczekiwania

Innym pozytywnym krokiem jest podzielenie się nawzajem swoimi oczekiwaniami wobec siebie samych i małżeństwa. To uchroni was od nieszczęsnych rezultatów zawierania małżeństwa z nierealistycznymi oczekiwaniami i wykrzywionym obrazem drugiej osoby. Dowiedźcie się jak najczęściej o sobie nawzajem, aby dać swojej więzi jak najsolidniejszą podstawę.

Doradca małżeński i autor dr H. Norman Wright opisuje wartość przejrzystości w omawianiu oczekiwań małżeńskich:

Każdy wkracza w małżeństwo z zestawem oczekiwań — tak jawnych, jak i ukrytych — wobec małżeństwa i postępowania partnera. W miarę trwania małżeństwa niektóre z dotychczas ukrytych wychodzą na jaw, a inne dalej pozostają w ukryciu. Kiedy wszystkie te oczekiwania są wydobyte na światło, ocenione, rozważone i omówione, w małżeństwie pojawia się większa harmonia. „Będzie on jak drzewo zasadzone nad strumieniami wód, wydające swój owoc we właściwym czasie, którego liść nie więdnie, a wszystko, co uczyni, powiedzie się”. (Ps 1,3).¹⁰⁸

Mówienie o nadziejach i oczekiwaniach jest bardzo zdrową praktyką w więzi dwojga osób, ponieważ pozwala każdemu partnerowi na właściwe ocenienie siebie w świetle pragnień drugiego i zobaczenie, czy każdy z nich jest w stanie zaspokoić potrzeby drugiego. Rozmawianie na ten temat pozwala także na wydobyte na jaw możliwych dziedzin konfliktu na długo przed powstaniem sytuacji konfliktowej i pozwala każdemu na lepsze przygotowanie się do rozumienia punktu widzenia drugiego w trakcie konfliktu. Jednocześnie dwoje ludzi może odkryć dziedziny zgodności i wspólnego zainteresowania nigdy przedtem nie omawiane.

Pewna kobieta opisała, w jaki sposób podzielenie się oczekiwaniami z jej przyszłym mężem pomogło wyjaśnić dziedziny, które były źródłami napięcia:

Większość przystosowań będzie miała miejsce w sposobie komunikacji i rozumienia się nawzajem, ponieważ za każdym razem, kiedy dwoje ludzi chce się pobrać, wchodzi w grę różne płcie (oczywiście), różne rodziny, wychowanie, tło kulturowe itd. Nagle trzeba to wszystko uczynić jednym. Odkrywacie, że macie różne perspektywy na wiele spraw. Sądzę, że z jakiegoś powodu nie oczekiwałam, że będziemy mieli te różne perspektywy.

Jakoś myślałam, że kiedy się pobierzemy, jak za dotknięciem czarodziejskiej różdżki zawsze będziemy się zgadzać. Omawianie natury

naszych oczekiwań pokazało nam wiele. To był początek mojego uświadamiania sobie, że nie zawsze będziemy się zgadzać. Ale sądzę, że najbardziej uderzyło mnie odkrycie, jak różne były w rzeczywistości nasze oczekiwania. To jest to, co trzeba wiedzieć.

Trudna rada

Brad i Margy borykali się z problemem dzielących ich różnic i zdenerwowaniem przedmażeńskim, dlatego przyszli do mnie po radę. Powiedziałem im: „Nie jestem pewien, czy powinniście się pobierać. To jest decyzja, którą musicie podjąć we dwoje. Chciałbym was jednak zachęcić, kiedy będziecie oceniać waszą więź i miłość do siebie nawzajem, abyście otwarcie i szczerze stanęli przed wszystkimi wątpliwościami i obawami w tych dziedzinach. Może okaże się, że nie mają one żadnych podstaw. Ale nie ignorujcie ich. Przez zajęcie się tymi uczuciami albo wzmocnicie waszą więź, albo odkryjecie, że nie jesteście dla siebie nawzajem właściwymi osobami.

Po drugie, chcę potwierdzić wartość małżeństwa, gdy znalazło się właściwą osobę. Małżeństwo jest cudownym błogosławieństwem, lecz jest także zbyt ważne, by wkraczać w nie z wątpliwościami. Rzeczą naturalną jest posiadanie pewnej obawy przy rozpoczynaniu trwającego całe życie oddania się w małżeństwie. Lecz jeśli wasze uczucia są czymś więcej niż zwykłą przedmażeńską treścią, nie pobierajcie się teraz — dajcie sobie czas.

Najgorszą możliwą rzeczą, jaką moglibyście zrobić, jest zignorowanie uczuć niepewności lub udawanie, że one nie istnieją. Widziałem wielu ludzi, którzy cierpieli, ponieważ zdecydowali się na małżeństwo bez rozstrzygnięcia wątpliwości. Widziałem także, jak Bóg ratował małżeństwa, które wydawały się nie do uratowania. Problem polega na tym, że większość ludzi nie jest gotowa na kompromis w swoich wymaganiach i na pozwolenie Bogu na działanie w ich życiu.

Dziękuję Bogu za Dottie i nasze małżeństwo. Wiem jednak, że dla dwojga ludzi, którzy nie są właściwymi osobami dla siebie, małżeństwo może być katastrofą”.

Przesadne uduchowanie

Dojrzała miłość ma otwarte oczy i jest realistyczna. Niestety, wiele par próbuje przesadnie uduchawiać swoją więź, próbując ukryć wątpliwości.

Przeakcentowywanie duchowego aspektu więzi dwojga osób dokonywane w celu zignorowania codziennych trudności jest niewłaściwe.

Zanim będziesz mógł przedstawić przyszłemu współmałżonkowi swoje oczekiwania, musisz wiedzieć, jakie one są. Najlepszym sposobem zrozumienia swojego myślenia jest spisanie go. Spisz swoje oczekiwania w stosunku do siebie, swojego małżeństwa, współmałżonka, swojej przyszłości i wszystkiego innego, co przyjdzie ci na myśl. Kiedy każde z was zrobi to, będziecie mogli spotkać się w postawie oczekiwania i ciekawości. To jest wasza szansa zorientowania się, czego druga osoba naprawdę chce od życia i czy jesteście zwrócenii w tym samym kierunku. Im bardziej realistycznie będziesz widział drugą osobę teraz, tym silniejszy fundament będziecie mieli, jeżeli się pobierzecie.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Jakie są przeszkody na drodze realistycznej miłości?
- ◆ Która z nich jest obecna w twoim życiu?
- ◆ Jakie trudne pytania musisz sobie postawić na temat swoich oczekiwań?

DALSZE POMOC

Josh McDowell, „Powód do radości”, TKECh.

OPIEKUŃCZOŚĆ

Nieustannie zdumiewa mnie to, co ludzie potrafią powiedzieć publicznie o swoim współmałżonku. Zastanawiam się, co oni mówią do siebie, kiedy są sami! W obecności swojej żony pewien człowiek powiedział do mnie: „Niewielu ludzi gotuje tak, jak moja żona. Można to porównać tylko z tym, co dają jeść w wojsku”. Prawdopodobnie na różnych przyjęciach słyszałeś nieraz coś w rodzaju: „Tobie zawsze coś się nie uda!”

Prawdziwa miłość nie wypowiada takich uwag. Dojrzała miłość objawia się postawą opiekuńczą. Jeżeli zdarzy się powiedzenie czegoś negatywnego, dojrzała miłość natychmiast żałuje i prosi o przebaczenie.

Jeżeli twoja miłość jest dojrzała, będziesz najpierw myślał o drugiej osobie i będziesz chciał chronić ją zarówno wobec ludzi, jak i wtedy, gdy jesteście sami. Kiedy szczęście, poczucie bezpieczeństwa i rozwój drugiej osoby staną się tak ważne, jak twoje własne, będziesz chciał uchronić ją przed każdym bólem.

Pewna kobieta podzieliła się tym, jak jej mąż zaczął poniżać ją przed ludźmi.

„Czy nie widzisz, że zanudzasz wszystkich?” — powiedział.

„Byłam zdumiona, zraniona i upokorzona” — wyznała.

Mogę zapewnić cię, że jeżeli chcesz krytykować mnie w moim domu w negatywny sposób, nie rób tego w obecności mojej żony. Ona kocha mnie i ma bardzo opiekuńczą postawę. Usadzi cię na twoim miejscu.

Po moim wystąpieniu w pewnym kościele na Alasce miejscowy przeciwnik chrześcijaństwa, który często pojawiał się w kościele, wyszedł na przód i zaczął miotać na mnie oskarżenia. Ja pozostałem spokojny — moja żona natomiast chciała chwycić parasolkę leżącą obok niej i przepędzić go. Pamięta, że była tak rozzłoszczona, że dwóch ludzi musiało ją powstrzymywać. Chciała ochronić mnie. Norman Wright mądrze

zaobserwował, że „małżeństwo przypomina nożyczki. Ich ostrza są tak związane, że nie mogą być oddzielone. Często poruszają się w przeciwnym kierunku, zawsze jednak ukarają każdego, kto znajdzie się między nimi”.¹⁰⁹

Stawanie w obronie

Ja także chronię Dottie w odmienny, lecz bardzo praktyczny sposób. Chronię ją przed dziećmi, kiedy zachowują się wobec niej w sposób pozbawiony szacunku. Dottie niedawno powiedziała:

„On nieustannie podbudowuje mnie wobec dzieci i mówi im, jaką wspaniałą mają mamę. Ja potrzebuję słyszeć i czuć to wsparcie w wielu zajęciach z nimi i w rzeczach, których próbuję ich nauczyć. Jedną z rzeczy, które Josh robi, a które pokazują mi, że jest po mojej stronie i jak bardzo mnie kocha, jest to, że zawsze przychodzi mi na pomoc, kiedy tylko któreś dziecko okazuje jakikolwiek przejaw braku szacunku.

Na początku naszego małżeństwa czytałam książkę na temat tego, jak ojciec broni matkę przed dziećmi. Myślałam i myślałam, ale nie mogłam zrozumieć, o czym ona mówi. Nie miało to dla mnie żadnego sensu. Ale kilka lat później, kiedy jedno z dzieci odniosło się do mnie w lekceważący sposób, Josh podszedł i powiedział: «Możesz mówić w ten sposób do swojej matki, ale nie chcę słyszeć, żebyś mówił w ten sposób do mojej żony!» Dziecko zrozumiało i przestało.

Josh chronił mnie przed niedojrzałością dziecka i jego oskarżeniami, robiąc jedną z tych wspaniałych rzeczy, które ojciec może robić dla matki — chronienie jej przed złym zachowaniem dziecka. Jest to korzyść dla matki, ponieważ wie, że mąż ją wspiera. Jest to korzyść dla dziecka, ponieważ uświadamia sobie, że rodzice są razem.”

Autor Harold J. Sala oferuje dobrą radę w swoim artykule „20 Commandments for a Better Marriage” („20 przykazań dla lepszego małżeństwa”): „Nie będziesz pozwalając, aby ktokolwiek krytykował twoją żonę wobec ciebie i aby uszło mu to na sucho”.¹¹⁰ Ochranianie współmałżonka nie oznacza, że jesteś ślepy na jego wady, oznacza jednak, że bronisz go i ochraniasz przed napaścią słowną i fizyczną.

Kiedy wiesz, że współmałżonek będzie ochraniał cię i przychodził ci na pomoc, staniesz się bardziej ufny i otwarty, bardziej intymny i troskliwy.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- Co to znaczy posiadać opiekuńczą postawę wobec kochanej osoby?
- W jaki sposób możesz chronić tego, kogo kochasz?
- Jakie są pozytywne rezultaty posiadania opiekuńczej postawy?

ODPOWIEDZIALNOŚĆ

Czy pamiętasz tego męża, który był kibicem koszykówki i baseballu — i jego kolegów? Co sądzisz o jego zachowaniu? Jestem pewien, że nie podobało ci się ono podobnie jak mi, gdyż dojrzała miłość przyjmuje odpowiedzialność!

Prawdziwa miłość zawsze przejawia się w trosce o drugą osobę, okazywaniu gotowości do podjęcia odpowiedzialności za rodzinę, zdrowie, dzieci. Jeżeli uważasz, że współmałżonek nie podejmuje odpowiedzialności w waszej więzi, nigdy nie będziesz potrafił oddać mu się całkowicie.

Jeżeli natomiast wiesz, że twój partner podejmuje autentyczną odpowiedzialność za waszą miłość, będziesz prawdziwie wolny, by kochać go bez granic. Całkowite oddanie się drugiej osobie w maksymalnej więzi miłości, małżeństwa i seksu jest tym, co Bóg zamierzył dla naszej radości. Jest to nasze duchowe powołanie. Jest ono jednak nieosiągalne, jeżeli choćby jeden z partnerów jest nieodpowiedzialny.

W naszym wieku „życia po swojemu” — piszą państwo Lee w książce „The Total Couple” („Totalne małżeństwo”) — odpowiedzialność stała się brzydkim słowem. Ze wszystkich stron mówi się nam, że nie musimy się czuć winni, kiedy odrzucamy odpowiedzialność za własne większe dobro. Jakże niewrażliwe to jest! Prawdą jest, że każdy uciekający od odpowiedzialności, jeżeli troszczy się o innych, musi czuć jakąś winę za wymuszanie przemiany. (...) Wina ta nie powinna powstrzymać nas od prowadzenia własnego życia. Powinna jedynie zapobiec niepotrzebnemu zadawaniu bólu innym.¹¹¹

Seks i odpowiedzialność

Jeżeli twój współmałżonek nie będzie w stały sposób okazywał odpowiedzialności, będzie to dla ciebie hamulcem w waszej więzi i będzie uniemożliwiało ci całkowite zaufanie mu. Dzisiaj tak wielu chce seksu bez

odpowiedzialności i intymności, bez oddania się na stałe. Nic dziwnego, że czują się okradzeni i puści w swoim życiu seksualnym. Seks został stworzony po to, aby wyrażał się w kontekście oddania się na stałe i odpowiedzialności.

Dr Betty Hamburg, psychiatra prowadząca badania w Narodowym Instytucie Zdrowia Psychicznego, mówi o młodzieży: „Dokonaliśmy przyspieszenia, które nie bardzo pomogło dorastającym. Nauczamy ich o jajowodach, niewiele jednak mówimy o znaczeniu więzi międzyludzkich i odpowiedzialności wobec innych”.¹¹²

Walter Trobisch stwierdza w książce „Kochałem młodą dziewczynę”:

Prawdziwa miłość obejmuje odpowiedzialność — odpowiedzialność za siebie nawzajem i odpowiedzialność obojga przed Bogiem. Tam, gdzie jest miłość, nie mówi się już dłużej „ja”, lecz „ty”. Ja jestem odpowiedzialny za ciebie. Ty jesteś odpowiedzialna za mnie. Potem razem stajecie przed Bogiem i nie mówicie już „ty” i „ja”, lecz „my”.¹¹³

Bez odpowiedzialności więź małżeńska jest jedynie więzią dwóch skoncentrowanych na sobie jednostek nawiązujących skoncentrowaną na sobie więź. Miłość dojrzała obejmuje odpowiedzialność i niezawodność. Strauss zauważa:

Niedokończone prace, niedotrzymane obietnice i niespełnione dobre zamiary to przykłady zawodności. Niedojrzała osoba nie potrafi bez narzekania wykonać zadań, za które jest odpowiedzialna. Utyskuje i narzeka, nie znajdując satysfakcji ani radości w dobrze wykonanej pracy. Gospodynie narzekają, ponieważ życie jest nudne i rutynowe. Pracujące matki pragną przez cały czas zajmować się domem, mężczyźni przeskakują z pracy do pracy w szybkich, nieprzemyślanych decyzjach, w których nie biorą pod uwagę żony. Niektórzy mężczyźni nie pamiętają o tym, aby zatelefonować do żony, kiedy nie mogą przybyć do domu w przewidzianym czasie. Owocem Ducha jest wierność, które to słowo oznacza także „niezawodność”. Musimy poddać się Duchowi i wzrastać do wierności.¹¹⁴

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Co dzieje się w więzi dwojga osób, kiedy brak im poczucia odpowiedzialności?
- ◆ Co dzieje się, kiedy oboje partnerzy podejmują odpowiedzialność za samych siebie oraz za swoją więź?

ODDANIE SIĘ NA STAŁE

Jakiego rodzaju oddanie się miało miejsce w twojej przysiędze małżeńskiej? Czy rzeczywiście miałeś na myśli „aż do śmierci”? Jeżeli tak, to jesteś w mniejszości. Oddanie się na stałe nie jest dzisiaj popularne.

Wydaje się, że nasza kultura odrzuca zasadę oddania się na stałe w więzi z drugą osobą. Dr Robert Taylor, autor książki „Couples — the Art of Staying Together” („Małżeństwo — sztuka pozostawania razem”), powiedział: „Żyjemy obecnie w wieku jednorazowości: wykorzystaj raz i wyrzuć. W ciągu ostatniego dziesięciolecia rozwinęło się poczucie, według którego więzi z ludźmi są równie jednorazowe”.¹¹⁵ A jednak znakiem dojrzałej miłości jest oddanie się na stałe.

Doszedłem do przekonania, że większość par jest pokonana, zanim się jeszcze pobiorą. Wkraczają one w małżeństwo z podstawą: „Jeżeli to nie będzie działało albo jeżeli będziemy mieli problemy, po prostu pozbędziemy się tego”. Takie płytkie spojrzenie na oddanie się jest najlepiej opisane powiedzeniami: „Co z oczu, to z myśli” i „Jeżeli nie jesteś z tym, kogo kochasz, kochaj tego, z kim jesteś”. Nie ma miejsca na takie egoistyczne postawy w prawdziwie chrześcijańskiej więzi miłości, małżeństwa i seksu. Dojrzała miłość mówi: „Jeżeli nie jestem z tym, kogo kocham, będę czekał”.

Odpowiadając na pytanie: „Czy sądzisz, że tak zwane społeczeństwo typu «ja» prowadzi do większej ilości rozbitych małżeństw?” Robert Taylor powiedział:

Tak, uważam, że filozofia „ja” przyczynia się do obecnego wysokiego poziomu rozwodów. Problem ten wywodzi się z zasad stosowanych przy wychowywaniu dzieci mniej więcej od połowy lat 40-tych do połowy lat 60-tych. Był to wiek permissywizmu, kiedy pragnienia stały się

potrzebami, a rodzice nie nauczyli dzieci, jak radzić sobie z frustracją. Nie nauczyli ich oddania się na stałe w więziach z innymi. Wielu ludzi z tej grupy wkracza obecnie w dorosłość, w pierwsze lata małżeństwa, kiedy są najbardziej podatni na rozwód.¹¹⁶

Druąa strona medalu

Nic dziwnego, że w tych samych czasach obok oddania się na stałe upadła ofiarność. A jednak bez ofiarności oddanie się jest bez znaczenia. Ofiarność jest wyrazem oddania się na stałe. Wiemy, że nasz współmałżonek jest oddany nam na stałe, gdy jest gotowy do ofiarowania czegoś dla nas. Nie tylko słowami, lecz także czynami. Jeżeli nie jesteś pewny, że twój współmałżonek jest oddany na stałe waszej więzi i jest gotowy na ofiary dla ciebie, nie potrafisz zapomnieć o sobie dla drugiej osoby, tak jak Bóg zamierzył. Zawsze coś będzie cię powstrzymywało. W rezultacie tego będziesz ograbiony z intymności i jedności w więzi z drugą osobą, którą miałeś się cieszyć.

Powszechna postawa: „Będę pracował nad więzią z drugą osobą tak długo, jak długo będę mógł coś z tego skorzystać”, jest absolutnie destrukcyjna. Zamiast rezygnować, gdy nadchodzą trudności, dojrzała miłość jest gotowa pozostać i pracować nad problemem. Badania wykazują, że oddanie się na stałe jest istotne dla małżeństwa, aby mogło radzić sobie skutecznie z problemami i frustracjami. Wskazują one, że kiedy para małżeńska demonstruje wzajemne oddanie się sobie na stałe, wzrasta wzajemna atrakcyjność — sposób widzenia współmałżonka zmienia się i partnerzy darzą się silniejszą miłością.

Jedno z takich badań pokazuje, że oddanie się na stałe i gotowość do ofiary oraz do pracy nad więzią z drugą osobą jest kluczem do długiego, szczęśliwego małżeństwa. Dr Charles Swindoll i jego żona Cynthia wypowiadają swoje oddanie się sobie nawzajem kilka razy w roku. On mówi: „Wyjeżdżamy gdzieś, często na całą noc, sami, do miejsca zaciszego i przytulnego. Kiedy jesteśmy tam, patrzymy na siebie i wyrażamy słowami naszą obietnicę pozostania wiernymi. Głośno wypowiadamy nasze oddanie się. Nie potrafimy wyjaśnić tego, jak ani dlaczego to działa, ale jest coś, co daje zapewnienie, gdy wyraża się te rzeczy słowami. Kiedy nasze uszy słyszą, co mówią nasze usta (i co pochodzi z naszego serca), nasza wierność zostaje potwierdzona”.¹¹⁷

Niedawno poczułem potrzebę ponownego słownego wyrażenia mojego oddania się żonie. Powiedziałem jej, że gdybym musiał wybierać jeszcze

raz, wybrałbym ją bez chwili wahania. Kiedy twój współmałżonek wie, że ty jesteś oddany w ten sposób waszemu małżeństwu oraz jemu, cieszy się większym poczuciem bezpieczeństwa i bliskości.

Dlaczego tak ważne jest zobowiązanie się do pracy nad problemami, a nie do prostego zrezygnowania z więzi z drugą osobą? Charles Swindoll podaje następujące powody:

1. Jest to powtarzająca się wielokrotnie rada Pisma.
2. Jest przez to wzmocniony wzrost człowieka w Chrystusie.
3. Świadek Chrystusa wobec ludzi ulega wzmocnieniu.
4. Praca nad problemami prowadzi do potrzebnych zmian. Rozejście się oznacza wniesienie tych samych problemów w więź z następną osobą.
5. Dzieci w rodzinie zachowują poczucie bezpieczeństwa, stabilność i równowagę. One uczą się uciekać, gdy rodzice uciekają (...) lub pracować nad trudnościami, jeżeli taki wzór dali im mama i tata.¹¹⁸

Co do tego nie ma żadnych wątpliwości: *Dojrzała miłość charakteryzuje się oddaniem i gotowością do ofiary.*

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Jak możesz zademonstrować oddanie się na stałe osobie, którą kochasz?
- ◆ Co dzieje się w więzi dwojga osób, kiedy okazywane jest oddanie się na stałe?
- ◆ Dlaczego ważne jest zobowiązanie się do pracy nad problemami?

DYNAMICZNY WZROST

Miłość nie jest statyczna. Miłość w maksymalnej więzi małżeństwa i seksu albo wzrasta, albo więdnie. Miłość dojrzała będzie doświadczała dynamicznego wzrostu.

Na początku naszego małżeństwa przemawiałem na temat ekonomii do około 300 wykładowców i pracowników administracji University of Tennessee. Jak czynię to zazwyczaj w ciągu pierwszych kilku minut mojego wystąpienia, wypowiedziałem kilka uwag o mojej żonie. Wargi człowieka mówią przecież o tym, co jest w jego sercu.

Tak czy owak myślałem, że były to bardzo właściwe uwagi. Nagle pewien młody wykładowca przerwał mi i zapytał sarkastycznym tonem: „Jak długo jesteś żonaty?”

„Sześć miesięcy” — odparłem. Potem wypowiedział to smutne stwierdzenie, które tak wiele razy słyszałem: „Zobaczmy, co będziesz mówił po pięciu latach małżeństwa!”

Poczekaj trochę, a zobaczysz!

Zanim poznałem Dottie, przemawiałem już na temat tajemnicy miłości i ludzie mówili mi wtedy: „Zobaczmy, co będziesz mówił, kiedy będziesz zaręczony!” Potem ich uwagi zmieniały się — mówili, abym poczekał, aż się ożenię. Kiedy się ożeniłem, mówili, że zmienię zdanie po pięciu latach, potem po dziesięciu, a potem po dwudziestu.

Byłem i jestem pewien, że ci ludzie nie mają racji. Moją filozofią zawsze było przekonanie, że człowiek, który ma doświadczenie, jest w lepszej sytuacji niż człowiek, który ma argument. Kiedy więc stałem tam przed słuchaczami na University of Tennessee, wydawało się, że ten

profesor posiada wyższość doświadczenia. Była to jedna z tych kilku sytuacji w moim życiu, w których zabrakło mi słów.

Nagle jakiś człowiek z tyłu wstał i zaczął iść naprzód. Miał około siedemdziesięciu pięciu lat. Nie znałem go, ale czułem, że on dopiero mi pokaże. Później dowiedziałem się, że był to Roger Rusk, dynamiczny chrześcijanin, bardzo szanowany profesor na tym uniwersytecie, brat byłego sekretarza stanu Deana Ruska.

Podszedł do pierwszego rzędu i spojrzał mi prosto w oczy. Potem odwrócił się do profesora, który zabierał głos, pochylił się ku niemu i powiedział: „Proszę pana, to jest coraz lepsze po pięćdziesięciu pięciu latach!” Poczułem niesamowitą ulgę. To wydarzenie podkreśliło dla mnie jedną z głównych cech dojrzałej miłości — ona nie pozostaje w stagnacji. Jeżeli twoja miłość jest dojrzała, będzie wzrastać. Jeżeli nie jest dojrzała, rozwije się.

Cztery etapy wzrostu

Kilka przeprowadzonych badań demonstruje obecnie, że szczęśliwe małżeństwo to wzrastająca, zmieniająca się więź. Badania te pokazują, że więź małżeńska będzie przechodziła przez cztery podstawowe etapy wzrostu.

Na pierwszym etapie „małżonkowie są zazwyczaj skoncentrowani na sobie, patrzą jedynie na to, w jaki sposób ich więź może im służyć. Na następnym stopniu negocjują coś za coś — usługę za usługę, zgodę za zgodę. W trzecim etapie zaczynają doceniać nawzajem swoją indywidualność i dostosowywać się dla dobra małżeństwa i siebie nawzajem. Na czwartym etapie posiadają już zestaw «reguł małżeńskich», dzięki którym mogą unikać problemów lub rozwiązywać je. Niestety, wiele małżeństw utknęło na etapie drugim” — zauważa dr Ronald Levant, profesor i terapeuta rodzinny z Boston University. „Mąż i żona nigdy nie wychodzą poza powiedzenie «umyję ci plecy, jeśli ty umyjesz moje»”¹¹⁹

Jeżeli twoja miłość jest zasadniczo bezwarunkowa, jeżeli akceptuje drugą osobę taką, jaka ona jest, zachęcając równocześnie do poprawy, będziesz wzrastał. Dodaj do tego oddanie się waszej więzi na stałe i czynnik zaufania prowadzący do głębokiej intymnej komunikacji, a będziesz miał wzrost dynamiczny. Ten wzrost prowadzi do głębszych uczuć i większej troski ze strony partnera.

Jeżeli masz najlepszego przyjaciela — kogoś, kogo znasz głęboko i intymnie — prawdopodobnie polubiłeś go za pierwszym razem, kiedy się

spotkaliście. Czułeś się mniej więcej tak, jakbyś chciał powiedzieć: „Hej, tutaj działa coś szczególnego. Rzeczywiście pasujemy do siebie i czujemy się dobrze ze sobą”. Potem w ciągu lat mieliście coraz więcej wspólnych doświadczeń i „zjedliście razem beczkę soli”. W wyniku tego kochasz tego człowieka jeszcze bardziej, ponieważ znasz go lepiej. Im więcej czasu upływa, tym bardziej wzrasta twoje uczucie do niego. To samo jest prawdą, jeśli chodzi o Pana. Kiedy zostałeś chrześcijaninem, kochałeś go tak bardzo, że ledwo mogłeś to wytrzymać. W miarę jak czas upływa, uczucia pogłębiają się.

Spójrz na swoją więź z drugą osobą. Czy widzisz jej wzrost? Szczególnie, jeżeli jesteście zaręczeni, czy widzisz pogłębianie się twoich uczuć, twojego oddania się, zaufania, zdolności do komunikowania na najbardziej intymnym poziomie uczuć? Jeżeli wasza miłość jest miłością dojrzałą, będzie to widoczne przez ogromny wzrost, jaki będziesz mógł dostrzec w waszej więzi.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Na jakim etapie wzrostu jesteście w waszej więzi?
- ◆ Co możecie zrobić, aby doświadczać większego wzrostu?

MIŁOŚĆ TWÓRCZA

Wiem, co myślisz: „Ten test dojrzałej miłości nie jest sprawiedliwy. Ja nie jestem twórczą osobą”. Dobrze, możesz się odprężyć. Nie chodzi tutaj o twórczość artystyczną. Dojrzała miłość jest raczej twórcza w sposób, w jaki okazuje respekt i szacunek dla drugiej osoby. Jest wrażliwa na jej potrzeby i dlatego będzie znajdować różne sposoby wyrażania się w sposób twórczy. Miłość dojrzała poszukuje okazji i niepowtarzalnych sposobów powiedzenia „kocham cię” osobie, która jest przedmiotem jej uczuć.

Jednym z twórczych sposobów, którymi okazuję Dottie, że ją kocham, jest pewne bardzo praktyczne zajęcie. Pomagam jej przy dzieciach. Jako matka trójki dzieci pełni służbę przez dwadzieścia cztery godziny dziennie. Kiedy dzieci były małe, pomagałem zmieniać pieluchy. Teraz często przyrządzam dla nich śniadanie, aby dać jej nieco czasu dla siebie. Kiedy jestem w domu, próbuję usilnie znaleźć twórcze sposoby uwolnienia jej od niektórych obowiązków przy domu, by pokazać jej, że ją kocham.

Dottie jest także bardzo pomysłowa. Pamiętam szczególnie jedną sytuację, kiedy odwiedzała swoich rodziców, a ja pozostałem w domu. Pewnego dnia otworzyłem lodówkę i znalazłem w niej kartkę ze słowami: „Kocham cię, kochanie”. Kiedy otworzyłem moją szafę, na każdym ubraniu była przypięta karteczka. Jedną znalazłem w moich butach, inną na ręczniku. Kilka słów było napisane szminką na lustrze. To było pasjonujące!

Kiedy podróżujemy razem, próbuję dać Dottie czas dla siebie. Dottie ma bliską przyjaciółkę, która mieszka w Tampa na Florydzie. Kiedy więc byliśmy w Nowym Orleanie, jej przyjaciółka mogła przylecieć do nas, aby spotkać się z nami. Ona i Dottie spędziły razem cały dzień, podczas gdy ja zajmowałem się dziećmi. To był mój pomysłowy sposób powiedzenia: „Kocham cię”.

Kupony miłości

Jednym z ulubionych pomysłów Dottie jest „kupon miłości”. Dottie wyjaśnia: „Josh często pozostawia «kupony miłości» po całym domu, kiedy wyrusza w podróż. Obiecuje na nich, że zabierze mnie na film albo na obiad do restauracji, albo po prostu uściska mnie. Mogę realizować je po jego powrocie. Znajduję je przypięte do mojego ręcznika albo na drzwiach szafki, albo na mojej poduszce. Kupon, który wymaga największej ofiary z jego strony to ten, w którym obiecuje zabrać mnie na balet, ponieważ on sam nie przepada za tym”.

Gdybym przedstawił ci listę pomysłowych rzeczy, które Dottie i ja robimy, aby okazać sobie naszą miłość, mógłbym pozbawić cię radości wymyślania ich samemu. Wszystko, co potrzebujesz zrobić, to szukać jakiejś potrzeby w życiu drugiej osoby. Może to być coś tak praktycznego, jak danie jej krótkich wakacji od dzieci lub coś tak zabawnego, jak kupienie mężowi coś za pieniądze, które planowałaś wydać na coś dla siebie. Jeżeli wasza miłość jest dojrzała i wzrasta, nigdy nie zabraknie wam pomysłów. Najlepszy typ pomysłowości zazwyczaj nie kosztuje nic.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- ◆ Jakie są niektóre pomysłowe sposoby okazania drugiej osobie twojej miłości? Zrealizuj swoje pomysły.
- ◆ Jak sądzisz, dlaczego ważne jest, by stale i pomysłowo okazywać miłość drugiej osobie?
- ◆ Jaki pomysłowy sposób wyrażania miłości jest obecny w waszej więzi?
- ◆ Co możesz zrobić w tym tygodniu, aby wyrazić swoją miłość bardziej pomysłowo?

KONKLUZJA

Nie jesteś pierwszą osobą, która poszukuje „tajemnicy miłości”. Poszukiwanie dobrego partnera małżeństwa doprowadziło dziesiątki autorów do napisania setek artykułów i książek. Cytowałem wiele z nich i podawałem te źródła, abyś mógł znaleźć informacje najbardziej pożyteczne dla ciebie.

Moim prawdziwym celem było jednak udzielenie ci pomocy, abyś mógł ostatecznie cieszyć się bezpiecznym małżeństwem, które będzie przynosiło zadowolenie zarówno tobie, jak i Bogu. Wiem, czym jest doświadczanie radosnego i szczęśliwego małżeństwa. Chciałbym, by każdy miał to doświadczenie. Szczerze wierzę, że możliwe jest, aby każde małżeństwo było błogosławieństwem i sukcesem.

Oczywiście nie stanie się to w ten sposób, że obudzisz się pewnego ranka i odkryjesz, że twoje małżeństwo nagle jest szczęśliwe. Maksymalna więź małżeńska wymaga wiele pracy zarówno przed nałożeniem obrączek, jak i potem. Wiem o tym z osobistego doświadczenia.

I nie tylko to, będą także chwile, gdy będzie wydawało się, że jedynie ty podejmujesz jakiś wysiłek. Być może stwierdzisz, że dajesz, a nic nie otrzymujesz. Przebaczasz, a nie otrzymujesz przebaczenia. Kochasz drugiego bezwarunkowo jako całą osobę, nie będąc całkowicie akceptowanym. Być może zapytasz: „Dlaczego mam się męczyć?” Otóż powinieneś się męczyć z jednego prostego powodu — warto!

Łatwo zapominały o tym, ale błagam, pamiętaj, że małżeństwo jest trwającym całe życie procesem uczenia się. Jeżeli wydaje się, że współmałżonek zadowala się waszą więzią taką, jaka jest, albo pozwala jej na błędzenie bez celu, to on traci, nie ty.

Zarówno ty, jak i twój partner zostaliście uczynieni na obraz Boga — Boga, który tak umiłował świat. W każdym z nas stworzył On pragnienie do kochania i odpowiedzenia na miłość. I kiedy ktoś obdarza nas czymś,

uświadamiamy sobie, że otwiera się przez to na nas, a to sprawia, że chcemy dać jemu coś z siebie. Kiedy ktoś nas akceptuje, nawet z naszymi wadami, uświadamiamy sobie, że jesteśmy kochani tacy, jakimi jesteśmy. I to sprawia, że chcemy kochać innych takimi, jakimi są.

Jeżeli dajesz 100% w swojej więzi z drugą osobą, lecz nie otrzymujesz wiele z powrotem, proszę, nie rezygnuj. Wierzę, że druga osoba odpowie. Bóg uczynił nas w ten sposób.

Nieodparta miłość

Być może to jest jeden z powodów, dla którego tak wielu ludzi odrzuca Jezusa Chrystusa. Oni po prostu nie mogą uwierzyć, że ktoś kogo nawet nie znają, może kochać ich tak bardzo, żeby oddać swoje życie, by oni mogli otrzymać całkowite przebaczenie od Boga. Ponieważ większość z nas nigdy nie widziała miłości do tego stopnia, wydaje się to przekraczać nasze rozumienie. A łatwo odrzucać to, czego nie możemy zrozumieć.

Człowiek może odrzucić ewangelię i nigdy nie zastanowić się nad nią drugi raz. O wiele trudniejsze jest jednak — a może nawet niemożliwe? — zignorowanie miłości namacalnej osoby. Szczególnie kogoś, kto mieszka pod tym samym dachem. Kobieta, która nie może wyobrazić sobie przebaczenia Chrystusa, może zobaczyć przebaczenie w swoim mężu. I to właśnie ta autentyczna interakcja tutaj, w czasie i przestrzeni, może doprowadzić do odpowiedzi. Jak powiedziałem wcześniej, kiedy dajesz 100%, otrzymujesz 150%.

Żadnych wyjątków

Każda cecha potrzebna do tego, by być „właściwą osobą” i każdy aspekt dojrzałej miłości stosują się do każdego człowieka. Niezależnie od tego, czy przeżyłeś już w małżeństwie trzydzieści lat, czy też ciągle jeszcze nie miałeś swojej pierwszej randki, musisz wprowadzić w swoje życie charakter i zasady konieczne dla budowania trwałego i dobrego małżeństwa.

Być może uważasz, że jakaś część z tego, co przedstawiłem tutaj, nie jest konieczna. Po co w ogóle to gadanie o czystym sumieniu? Kto mówi, że muszę być pomysłowy w miłości do współmałżonka? Jeżeli uważasz, że któraś z cech osoby lub któryś z aspektów dojrzałej miłości, jaki przedstawiłem, nie jest rzeczywiście konieczny w więzi z drugą osobą, powinieneś zbadać podstawę swojego rozumowania. Możliwe, że widzisz

niewłaściwe cechy w sobie lub w swojej więzi z drugą osobą i po prostu nie chcesz się nimi zająć.

Problemy w małżeństwach nie rozwiązują się same. Musisz rozwiązywać dziedziny napięcia przez stawianie im czoła, szczerze i zawsze w miłości. A jeżeli najlepszym i najbardziej bezpośrednim rozwiązaniem problemu jest przełknięcie swojej pychy i poproszenie o przebaczenie, zrób to! Straciłem już rachubę pozbawionych życia małżeństw, które na moich oczach powracały do życia, ponieważ jedna osoba zdecydowała się na podjęcie pierwszego kroku pojednania. Jeżeli twoje małżeństwo nie jest żywe i pasjonujące albo jeżeli jest w potrzebie pojednania, zrób coś w związku z tym. Korzyści, jakie zbierzesz dzięki rozpalonej na nowo miłości i pełnemu życia małżeństwie, nie dadzą się wprost opisać!

Prawdziwy sekret

Podstawowa zasada brzmi następująco: *Staraj się poprawić siebie i staraj się o najlepsze dobro drugiego*. To jest tajemnica bycia właściwą osobą — i ostatecznie tajemnica miłości. Większość ludzi podchodzi do tego w sposób przeciwny. Jeżeli kiedykolwiek zastanawiałeś się, dlaczego jedno małżeństwo na dwa kończy się rozwodem, właśnie to jest powodem.

Staraj się poprawić siebie. Psalm 119,11 mówi: „W sercu moim przechowuję słowo twoje, abym nie zgrzeszył przeciwko tobie”. Psalmista szukał mądrości w Słowie Bożym. Jeżeli znajdował ją, uczył się jej na pamięć — nie po to, aby poprawiać innych, lecz aby sam mógł być prawy przed Bogiem.

Staraj się o najlepsze dobro drugiego. W Ewangelii Mateusza 25 Jezus daje nam definicję ludzi sprawiedliwych. Sprawiedliwi, jego uczniowie, to ci, którzy dają z tego, co mają, materialnie i w inny sposób, którzy wychodzą naprzeciw innym rozpoznając ich potrzeby i zaspokajając je, którzy akceptują i przebaczą z otwartymi ramionami. Czy w ten sposób postępujesz wobec współmałżonka?

Czasami będziesz musiał wskazać aspekty życia współmałżonka, nad którymi on ciągle powinien pracować. Jeżeli twoim celem będzie jedynie ukształtowanie tej osoby na taką, jaką chcesz, to twój egoizm raczej osłabi, niż wzmocni waszą więź. Jeżeli będziesz jednak uczciwie szukał najlepszego dobra współmałżonka, będziesz na właściwej drodze.

Jeżeli nie żyjesz w małżeństwie, może się wydawać, że masz przed sobą strasznie trudne zadanie. To prawda. Do małżeństwa nie można

podchodzić bez przywiązywania do niego odpowiedniej wagi. Bóg zaplanował, aby było ono odzwierciedleniem jego charakteru — całkowitej, bezinteresownej, ofiarnej miłości, bez żadnych warunków, podobnie jak Ojciec, Syn i Duch Święty są jedno. „Dlatego opuści człowiek ojca swojego i matkę swoją i złączy się z żoną swoją. I staną się jednym ciałem” (Rdz 2,24).

Jako ludzie grzeszni zawsze w ten czy inny sposób nie będziemy w pełni realizować tej doskonałej jedności. Nie jest to jednak wymówka, nie jest to powód do rezygnacji z próbowania.

M o d l i t w a

Więź miłości, małżeństwa i seksu przeżywana w pełni jest radością i świętowaniem. Jest darem Boga i oddaniem się Bogu i sobie nawzajem.

Módl się o mądrość, aby być dobrym mężem i duchowym przywódcą, takim, który sprawia, że jego żona jest spragniona Boga. Módl się o mądrość, aby być dobrą żoną i pomocą, taką, która sprawia, że jej mąż pragnie sprawiedliwości we własnym życiu. Módl się, aby Bóg uczynił cię właściwą osobą dla kogoś innego.

Jeżeli będziesz szukał Boga, jeśli będziesz starał się poprawiać siebie i będziesz troszczył się o najlepsze dobro drugiego, twoje małżeństwo będzie szczęśliwe. Wydobędzie z każdego z was to, co najlepsze, jak nigdy przedtem.

¹ Leo Buscaglia, „Don't Give Your Love with Strings Attached”, „USA Today”, 12 X 1984, 11A.

² Mei-Mei Chan and Michelle Healy, „Lot of Women Grinning and Bearing It”, „USA Today”, 15 I 1985, 1.

³ Leslie Linthicum, „The Hug or the Whole Thing?”, „The Houston Post”, 16 I 1985.

⁴ Chan and Healy, „Grinning and Bearing It”, 1.

⁵ Dorothy T. Samuel, „Love, Liberation and Marriage”, New York, Funk and Wagnalls, 1976, Preface.

⁶ Rollo May, „Love and Will”, New York, Dell Pub. Co., 1969, 40.

⁷ William H. Masters and Virginia E. Johnson, „The Pleasure Bond”, New York, Bantam Books, 1976, 113–114.

⁸ Buscaglia, „Don't Give Love”, 11A.

⁹ Ibid.

Rozdział 2

¹⁰ Evelyn Millis Duvall and Reuben Hill, „When You Marry”, New York, Association Press, 1948, 1.

¹¹ Ibid., 26.

¹² Elof G. Nelson, „Your Life Together”, Richmond, John Knox Press, 1967, 18.

¹³ Bob Phillips, „A Humorous Look at Love and Marriage”, Eugene Oreg., Harvest House, 1981, 54–57.

Rozdział 3

¹⁴ Matt Clark, „The Sex–Therapy Revolution”, „Newsweek”, 17 XI 1980, 98.

¹⁵ „I Am Loved”, William J. and Gloria Gaither, © 1978 by Wm. J. Gaither. All rights reserved. Used by permission.

¹⁶ C.S. Lewis, „The Screwtape Letters”, New York, Macmillan, 64.

Rozdział 4

¹⁷ Clarie Safran, „Troubles That Pull Couples Apart”, „Redbook”, I 1979, 83.

¹⁸ Terri Schultz, „Does Marriage Give Today's Women What They Really Want?”, „Ladies' Home Journal”, VI 1980, 90, 150.

¹⁹ Carla Stephens, „50 Questions Before You Say, I Do”, „Christian Life”, IX 1979, 26.

²⁰ Herbert A. Gliberman, „Why So Many Marriages Fail”, „U.S. News & World Report”, 20 VII 1981, 54.

²¹ Buscaglia, „Don't Give Your Love”, 11A.

²² Marilyn Elias, „Affairs, Women Look for Intimacy”, „USA Today”, 6 XI 1984, 1D.

²³ H. Norman Wright, „Communication, Key to Your Marriage”, Ventura, Calif, Regal Books, 1979, 52.

²⁴ Dwight Small, „After You've Said I Do”, Old Tappan, N.J., Fleming H. Revell, 1968, 51.

²⁵ Cynthia Deutsch, „The Dangers of a Silent Partner”, „Parents”, X 1979, 24.

²⁶ „Hamlet”, akt 1, sc. 3, l. 68.

²⁷ Richard B. Austin, „How to Make It with Another Person”, New York, Macmillian, 1976, 93.

²⁸ David Augsburg, „Freedom of Forgiveness”, Chicago, Moody Press, 1973, 87.

²⁹ David Augsburg, „Caring Enough to Hear and Be Heard”, Ventura, Calif., Regal Books, 1982, 104.

³⁰ H. Norman Wright, „More Communication Keys to Your Marriage”, Ventura, Calif., Regal Books, 1983, 89.

³¹ Michelle Sandlass, „The Power of Happy Positive Self-Image”, „Glamour”, I 1979, 120.

³² Augsburg, „Caring Enough”, 149–150.

³³ Joyce Landorf, „Tough and Tender”, Old Tappan, N.J., Fleming H. Revell, 1975, 76.

Rozdział 5

³⁴ Wright, „More Communication Keys”, 90.

³⁵ Augsburg, „Caring Enough”, 74.

³⁶ Richard Strauss, „Marriage Is for Love”, Wheaton, Ill., Tyndale House Pubs., 1979, 87.

³⁷ George E. and Nikki Koehler, „My Family, How Shall I Live with It?”, Chicago, Rand McNally & Co., 1968, 27.

³⁸ Jody Gaylin, „First-Year Fights”, „Glamour”, XII 1979, 26.

³⁹ J. Allan Peterson, „Before You Marry”, Wheaton, Ill., Tyndale House Pubs., 1974, 43.

⁴⁰ David R. Mace, „Getting Ready for Marriage” Nashville, Abingdon Press, 1972, 71.

⁴¹ Wright, „More Communication Keys”, 127–128.

⁴² Buscaglia, „Don't Give Your Love”, 11A.

⁴³ Margaret Lane, „Are You Really Listening?” „Reader's Digest”, XI 1980, 183.

⁴⁴ Strauss, „Marriage”, 86.

⁴⁵ H. Norman Wright, „The Pillars of Marriage”, Ventura, Calif., Regal Books, 1979, 86.

⁴⁶ Wright, „Communication”, 150.

Rozdział 6

⁴⁷ Augsburg, „Caring Enough”, 20.

Rozdział 7

⁴⁸ Tim LaHaye, „How to Live Happily Ever After”, „Christian Life”, IX 1979, 26.

⁴⁹ Strauss, „Marriage”, 95–96.

⁵⁰ Hal Lindsay, „The Liberation of Planet Earth”, Grand Rapids, Zondervan, 1974, 170–172.

Rozdział 8

⁵¹ Strauss, „Marriage, 17.

⁵² Gretchen Kurz, „Sexual Liberation, Is It Worth the Hassle?“, „Mademoiselle“, VIII 1977, 207–208.

⁵³ Lonnie Barbach and Linda Livine, „How to Turn Good Sex into Great Sex“, „Mademoiselle“, X 1980, 207.

Rozdział 9

⁵⁴ Sally Wendkos Olds, „Do You Have What It Takes to Make a Good Marriage?“, „Ladies' Home Journal“, X 1980, 202.

⁵⁵ David R. Mace, „What Makes a Good Marriage?“, „Family Guide to Good Living“, Woodbury, Bobbley Pub. Corp., 1977, 175.

⁵⁶ H.G. Zerof, „Pitfalls of Romantic Love“, n.p., n.d., 166.

⁵⁷ David Bogard, „Marriage Made in Heaven“, „Decision“, VI 1981, 8.

Rozdział 10

⁵⁸ Hebert J. Miles, „Sexual Understanding Before Marriage“, Grand Rapids, Zondervan, 1971, 197.

⁵⁹ Nelson, „Your Life“, 20.

⁶⁰ Mace, „Getting Ready“, 45.

Rozdział 11

Olds, „Do You Have What It Takes?“ 76–78, 202–204.

⁶² Lorna nad Philip Sarrel, eds., „The Redbok Report on Sexual Relationships, A Major New Survey of More Than 26,000 Women and Men“, „Redbook“, X 1980, 76–77.

⁶³ Natalie Gittelson, „Happily Married Women, How They Got That Way, How They Stay That Way“, McCall's, II 1980, 36.

⁶⁴ George A. Hughston and Michael J. Sporakowski, „Prescriptions for Happy Marriage, Adjustmenst and Satisfactions of Couples Married for 50 or More Years“, „The Family Coordinator“, X 1978, 323.

⁶⁵ Robert B. Taylor, cyt. w: „Behind the Surge in Broken Marriages“, „U.S. News & World Report“, 22 I 1979, 52.

⁶⁶ David Milofsky, „What Makes a Good Family?“ „Redbokok“, VIII 1981, 6–62.

⁶⁷ Evelyn Millis Duvall, „Building Your Marriage“, „The Family Guide to Good Living“, Woodburg, Bobbley Pub. Corp., 1977, 68.

⁶⁸ James Robinson, „Survey Hints Religion May Aid Sexual Enjoyment“, „Chicago Tribune“, n.d., n.p.

⁶⁹ Miles, „Sexual Understanding“, 76–78. Podstawa badan dra Milesa podana jest w: „Sexual Happiness in Marriage“, Appendix I, 131; Appendix II, 132–146.

⁷⁰ Josh McDowell, „His Image... My Image“, San Bernardino, Calif., Here's Life Pubs., 1984, 126–129.

⁷¹ Petersen, „Before You Marry“, 28.

Rozdział 12

Don Osgood, „Christian Herald“, XII 1976.

⁷³ „DPD Digest”, IBM Corporation.

Rozdział 13

⁷⁴ Schultz, „Does Marriage Give?”, 91.

⁷⁵ Urban G. Steinmetz and Bernard R. Weis, „Everything You Need to Know to Stay Married and Like It”, Grand Rapids, Zondervan, 1972, 143.

⁷⁶ Osobisty list od Larry’ego Burketta, XII 1984.

⁷⁷ Ibid.

⁷⁸ John MacArthur, jr, „Mastering Materialism” — notatki.

Część II

Wprowadzenie

⁷⁹ Sylvanus M. Duvall, „Before You Marry”, New York, Association Press, 1959, 36.

Rozdział 15

⁸⁰ Wright, „Pillars”, 41–42.

⁸¹ Evelyn M. Duvall, „Mature Enough to Marry”, „The Marriage Affair”, ed. J. Allan Petersen, Wheaton, Ill., Tyndale House Pubs., 1971, 17.

⁸² Ben A. Ard, jr, and Constance C. Ard, „Handbook of Marriage Counseling”, Palo Alto, Science and Behavior Books, 289.

⁸³ Jerry Adler, „The Science of Love”, „Newsweek”, 25 II 1980, 89.

⁸⁴ Kenneth Woodward, „What the Pope Is Really Saying about Sex and Marriage”, McCall’s, IV 1981, 192.

⁸⁵ Howard Hendricks, „Yardsticks for Love”, notatki, 25.

⁸⁶ George F. Gilder, „Sexual Suicide”, New York, Quadrangle, 1973, 72.

Rozdział 16

⁸⁷ Duvall and Hill, „When You Marry”, 35.

⁸⁸ Strauss, „Marriage”, 35.

⁸⁹ Nelson, „Your Life”, 68–69.

⁹⁰ C.S. Lewis, „The Four Loves”, New York, Fontana, 1963, 194E.

Rozdział 17

⁹¹ Larry Christenson, „The Christian Family”, Minneapolis, Bethany House, 1970, 27–28.

⁹² Stanley L. Englehardt, „What Is This Thing Called Love?” „Reader’s Digest”, VI 1980, 109.

⁹³ John Powell, „Why Am I Afraid to Love?” Allen, Tex., Argus Communications, 1972, 25, 27.

⁹⁴ Albert Lee and Carol Allman Lee, „The Total Couple”, Dayton, Lorenz Press, 1977, 75–76.

⁹⁵ Madora Holt, „The Secrets Behind Successful Marriages”, „Christian Science Monitor”, 5 X 1978, 17.

Rozdział 18

⁹⁶ Gary Inrig, „Quality Friendship, Chicago Moody Press, 1981, 156–157.

⁹⁷ Ibid.

⁹⁸ Kenneth S. Wuest, „The New Testament, An Expanded Translation”, Grand Rapids, Eerdmans, 1981, 407.

Rozdział 19

⁹⁹ Walter Trobisch, „I Loved a Girl”, New York, Harper & Row, 1963, 25.

¹⁰⁰ Henry Brandt, „When a Teen Falls in Love”, Grand Rapids, Zondervan, n.d., 27.

Rozdział 20

¹⁰¹ Duvall, „Before You Marry”, 33.

¹⁰² Charles R. Swindoll, „Commitment, The Key to Marriage”, Portland, Oreg., Multnomah Press, 1981, 15.

¹⁰³ Frank O. Cox, „Human Intimacy, Marriage, the Family and Its Meaning”, St. Paul, West Pub. Co., 1984, 118.

¹⁰⁴ Lawrence Crabb, Jr., „The Marriage Builder”, Grand Rapids, Zondervan, 1982, 33–34.

¹⁰⁵ Herman Weiss and Judy Davis, „How to Get Married”, New York, Ballantine Books, 1983, 12.

¹⁰⁶ Gittelson, „Happily Married Women”, 36.

¹⁰⁷ Frank O. Cox, „American Ways of Love”, Santa Clara, Calif., West Pub. Co., 1978, 79.

¹⁰⁸ Wright, „Pillars”, 44.

Rozdział 21

¹⁰⁹ H. Norman Wright and Marvin Inmon, „A Guidebook to Dating, Waiting, and Choosing a Mate”, Irvine, Calif., Harvest House, 1978, 17.

¹¹⁰ Harold J. Sala, „20 Commandments for a Better Marriage”, „Christian Life”, I 1979, 53.

Rozdział 22

¹¹¹ Lee, „Total Couple”, 54.

¹¹² Kathleen Fury, „Sex and the American Teenager”, „Ladies' Home Journal”, III 1980, 159.

¹¹³ Trobisch, „I Loved”, 4.

¹¹⁴ Strauss, „Marriage”, 34–35.

Rozdział 23

¹¹⁵ Robert B. Taylor, „Behind the Surge in Broken Marriages”, „U.S. News & World Report”, 22 I 1979, 53.

¹¹⁶ Ibid.

¹¹⁷ Swindoll, „Commitment”, 18.

¹¹⁸ Ibid.

Rozdział 24

¹¹⁹ David Gelman, „How Marriages Can Last”, „Newsweek”, 13 VII 1981, 73.