Jacek Pulikowski, O seksie, płci i komunikacji małżeńskiej

Niech będzie pochwalony Jezus Chrystus. Będę mówić na temat płciowości człowieka. Dlaczego jest to takie ważne? Dlatego, że ten temat jest nieprawdopodobnie zagospodarowany przez nieprzyjaciela. Nie powiemy sobie wszystkiego, ale pewną rzecz musimy widzieć, żeby móc zdemaskować nieprzyjaciela. Otóż cała wiedza o dziedzinie płciowości, którą wszyscy mamy, jest prefabrykowana i ma niewiele wspólnego z prawdą. Tę wiedzę ubiera się w tzw. mity. Ważne, byśmy znali konstrukcję mitu, żeby można go obnażyć.

Otóż ”mit” jest to budowla fałszywa z prawdziwych klocków. Wygląda prawdziwie. Wszystko się zgadza detalicznie, ale końcowy wniosek jest absurdalny. Ja to porównuję do góry złota. Każdy z nas widział złoto, prawda? Każdy widział górę. I każdy z nas bez mniejszego wysiłku może sobie wyobrazić górę złota. Ale wszyscy wiemy, że góry złota nie ma. I tak się tworzy różne mity. Kto z nas nie słyszał o niedopasowaniu seksualnym? Chłopakowi mówią: *Słuchaj, tyle małżeństw się rozpada z powodu niedopasowania seksualnego, prawda?* Prawda. *Tyle małżeństw cierpi z powodu zabałaganienia tej sfery, prawda?* Prawda. *Tyle małżeństw się zdradza. Tyle dzieci cierpi. To czy nie lepiej raz sprawdzić, czy jesteście dopasowani czy nie, niż potem całe życie się męczyć?*Brzmi logicznie, zwłaszcza dla kogoś, kto ma na to ochotę. Jednak jak się temu przyjrzeć bliżej, to jest gigantyczne kłamstwo.

Człowiek jest tworem trójwymiarowym. Ma ciało, ale nie jest tylko ciałem, ma wymiar psychiczny, ma wreszcie wymiar duchowy. Czy Kościół jest okrutny, zalecając czystość przed ślubem? Ile razy słyszałem, że małżeństwa rozwodzą się przez Kościół. Bo jakby się zgodził na sprawdzenie dopasowania przed ślubem, to by potem nie było tragedii, małżeństwa nie rozpadałyby się itd. To przeczy oczywistym faktom. Pary, które nie współżyły przed ślubem, nie rozpadają się, natomiast pary, które zaczynają wcześnie, i rozpadają się, i zdradzają. W poradni rozmawiam z człowiekiem, który chce się poświęcić dla trwałości małżeństwa. Pytam: *W jakim wymiarze chcesz sprawdzić dopasowanie? W wymiarze ciała? Nie musisz. Każdy facet na świecie pasuje do każdej kobiety. Tak jesteśmy skonstruowani.*

A rozmiary narządów? Spokojnie, to następny mit. Świat, w którym żyjemy, sprytnie odwraca uwagę od rzeczy istotnych. Rozmiary narządów płciowych nie mają żadnego wpływu na rozrodczość. A psychicznie czy my do siebie pasujemy? Odpowiadam: *Nie pasujecie.* Żaden facet na świecie nie pasuje do żadnej kobiety. Reaguje na zupełnie inne bodźce, w zupełnie innym czasie. U mężczyzny z napięciem mięśniowym wzrasta napięcie seksualne. Prosty mechanizm. A kobieta czuje ból. Dla niej to żaden bodziec seksualny. Większość kobiet o tym nie mówi, bo boi się że zrobi mężowi przykrość. Ta, która się odważy powiedzieć: *Bo mi połamiesz żebra*, może będzie oskarżona, że jest nieromantyczna. Co się dzieje u mężczyzny od bodźca wzrokowego przetworzonego wyobraźnią? Krew wypełnia ciała jamiste i wzwód następuje w kilkadziesiąt sekund. Parę sekund wystarczy do zjednoczenia narządów, bo jest wtedy do tego gotowy. Po kilku sekundach wytrysk nasienia. Koniec. Dwie minuty. Żadna kobieta na świecie w takim czasie nie zareaguje w żaden sposób. Będzie się czuła użyta. I tak też one mówią. To jest dramatyczne. Rozmawiam z żonami i wiem, że tak się czują we współżyciu. Ale zaciskają zęby, bo jeśli jest żoną, to musi. To kolejny mit. Więc w wymiarze psychicznym mężczyzna do kobiety nie pasuje.

W czym leży oszustwo? W użyciu słowa *dopasowanie*. Rzeczywiście, dopasowanie to jest proces, który trwa całe życie małżeńskie i kończy się często … śmiercią jednego z małżonków. Uwaga! Ten proces nie może się zacząć, dopóki nie będzie dobrych warunków. A dobrych warunków nie da się (dotyczy to również się niewierzących) stworzyć poza małżeństwem. Żadna kobieta poza małżeństwem nie będzie się czuła bezpiecznie. Po to są wolne związki, żeby w każdej chwili mężczyzna mógł wybrać wolność. Kobieta nie poczuje się bezpiecznie, jeśli nie będzie pewna, że jeżeli dziecko się pocznie, będzie miało ojca. A kiedy kobieta się boi, jej lęk ma tłumiący wpływ na wszystkie wyższe przeżycia. Nie ma takiej siły w człowieku, by przeżywał cokolwiek wyższego, gdy się boi. I to jest pierwsza podstawowa tajemnica, dlaczego współżycie jest takie niszczące, również w małżeństwie. Kobiety są bardziej wrażliwe, bardziej narażone.

Nie wystarczy, że on powiedział ”tak” przy ołtarzu, żeby ona przestała się bać. Mąż potrafi powiedzieć żonie: *Pamiętaj, żebyś mi w ciążę nie zaszła.*A jeśli zajdzie, to jej nie pozwoli urodzić tego dziecka, bo już mają jedno i wystarczy. Jak ona ma się jemu ufnie oddać? Ona jest totalnie zblokowana. Ten sam bodziec daje coraz słabszą reakcję. Małżeństwo, które nie odblokuje lęku kobiety, w krótkim czasie skazuje się na coraz mniejszą atrakcyjność współżycia. Widocznie tak musi być, myślą. Nie!

Proces dopasowania może przebiegać przecudownie i po kilkudziesięciu latach współżycie może być dużo piękniejsze niż na początku małżeństwa. Dlaczego? Bo ono coraz więcej znaczy. Reakcje ciała nie będą inne, nic więcej się nie wydarzy. Natomiast ciało może wyrażać największą głębię więzi psychicznej. Nie ma na świecie małżeństwa, które powie, że ma taką głębię więzi psychicznej, że większa już nie istnieje. *Cel małżeństwa to droga do świętości przez budowę komunii osób na wzór komunii osób boskich* – zdaniem Jana Pawła II. Współżycie może wyrażać coraz większą głębię więzi psychicznej i duchowej i przez to być jeszcze piękniejsze.

Ale świat się koncentruje wyłącznie na doznaniach, które przemijają, jeżeli nie stworzymy odpowiedniego klimatu. A jak z małżeństwem niewierzącym? Jaka tam będzie głębia więzi duchowej? Nie da się takiej więzi zbudować. Budowanie głębi więzi z osobą, która neguje istnienie głębi, jest niemożliwe. Owszem, zawsze można powiedzieć, że któreś z małżonków się nawróci. Jest taka szansa. Ja na kolanach błagałbym córkę, żeby nie wychodziła za faceta, który być może kiedyś się nawróci. Ryzyko jest zbyt duże. Nie wolno robić tego sobie, nie wolno robić tego dzieciom.

Kolejny mit: facet musi się dobrze nauczyć techniki współżycia. Ludzie szerzący nieład seksualny za pieniądze są bezwzględni i trzeba też ich myśli demaskować.

O micie spontaniczności wszyscy słyszeli. To naturalne, że jak wam się nie chce, to musicie, a jak chcecie, to nie możecie. A łykniesz jedną pigułkę i możesz, kiedy tylko chcesz. Dopowiedzcie do końca: łykniesz pigułkę miesiąc, dwa, trzy i kompletnie siada ochota na współżycie. Kobieta nie ma najmniejszej ochoty, ale zgadza się na współżycie tylko po to, żeby facet nie poszedł sobie do innej. Gdy kobieta czuje największą pobudliwość, jest jajeczkowanie i największa szansa na poczęcie dziecka.

I teraz mit spontaniczności. Popatrzmy na to spokojnie. Co człowiek robi spontanicznie? Nawet gdy siadamy do obiadu niedzielnego, nakrywamy stół białym obrusem, siadamy wszyscy do stołu elegancko. Celebrujemy. Na tym człowieczeństwo polega, że ważne rzeczy celebruje. Wszystko możemy celebrować, tylko współżycie ma być spontaniczne? Ten mit jest powszechny. Antykoncepcja pozwala na spontaniczność. Tak, nie trzeba panować ani rozumem, ani wolą, żeby wejść w działania. To sprzyja degradacji człowieka, nie wzrostowi.

Mit, że facet ma być ekspertem, a kobieta ma siedzieć cicho, niszczy małżeństwo. Najbardziej absurdalny z mitów. Są dwa zdjęcia. Jakieś urządzenie do podłączenia światła, mikrofonu, głośników. Pełno dziureczek, wtyczek, potencjometrów, jakiś migające diody. Podpisane: KOBIETA. Na drugim zdjęciu taka sama skrzynka. Na środku jeden kołeczek on/off i podpisane: MĘŻCZYZNA. Tak mniej więcej wygląda nasze skomplikowanie w działaniu seksualnym. Uczynić tego on/off ekspertem, a zakneblować tą, która wszystko czuje, to jest majstersztyk. To chyba Lucyfer z całą bandą pomocników musiał wymyślić, bo człowiek by tego nie wymyślił. Kobieta zaciska zęby i znosi najgorsze katusze w sferze seksualnej, bo ona musi siedzieć cicho. Dziwimy się, że ją boli głowa na samą myśl o współżyciu?

W środku nocy mąż przynosi na tacy szklankę wody, pigułkę od bólu głowy, ciasteczka do zagryzienia. Budzi żonę. Kochanie, kochanie na pewno strasznie boli cię głowa. A odwal się, żadna głowa mnie nie boli! – A mam cię!

Ból głowy żony jest skutkiem tego, że ona zgadzała się na współżycie wbrew sobie. Każda dziewczyna zgadzająca się na współżycie przed ślubem robi to wbrew sobie. Swojej córce by tego nie poleciła. Wszystkim dziewczynom mogę dać natychmiastową receptę, jakie warunki są dobre. Jeżeli byś nie poleciła córce, spróbuj sama tego nie robić. Jeżeli tego mitu małżeństwo nie złamie, to skąd mężczyzna będzie wnosił pomysły do współżycia? Z pornografii i z opowieści kolegów. Wtedy nie będzie żony dobrze traktować. Powiedzieli mu, że wszystkie kobiety lubią brutali. Żona uwierzyła i udaje, że lubi brutali, bo chce być prawdziwą kobietą. W Polsce między 75 a 80% żon zgadza się na współżycie, bo mężowi na tym zależy. Mężczyzna myśli, że musi być ekspertem, a koncentruje się na doznaniach. I coraz częściej dziewczyny też ulegają mitowi orgazmu jako jedynemu celowi. Orgazm można wywołać elektrowstrząsami lub farmakologicznie. Ale jaką to będzie miało treść? Nie wolno treści spotkania człowieka z człowiekiem mierzyć tylko przyjemnością. Oczywiście orgazm jest czymś dobrym. Pan Bóg to wymyślił, że nawet jest w tym działanie propłodnościowe, bo u kobiety z ujścia macicy wypada czop, otwiera drogi rodne, wspomaga transport plemników. Orgazm jest przyjemny. Ponad dwadzieścia kilka procent kobiet nigdy tego nie przeżyje. Czy mają uznać, że nie trafiły na właściwego mężczyznę? Kobieta może być zadowolona ze współżycia, nie przeżywając orgazmu. W spotkaniu dwojga kochających się osób chodzi o coś znacznie więcej niż jakaś tam fizjologiczna reakcja ciała, o którą – powtarzam – należy zadbać. Mężczyzna ma to za darmo automatycznie. Potrzebuje na to kilkadziesiąt sekund. I dlatego dobrze jest, jeżeli przewodniczką po sferze seksualności w małżeństwie stanie się kobieta, ściśle mówiąc przewodniczką po sobie samej.

Lęk irracjonalny czy prawdziwy jest tak samo ważny. Tak samo skuteczny, tak samo niszczący i blokujący. Kto mu to powie? On na to wpadnie? Ale żony tego nie mówią. Chyba sam powinien wiedzieć. I coraz bardziej oburzone na męża, że jest taki… Nie kocha. Bo jakby kochał, to by wiedział.

Największy lęk jest przed dzieckiem. Nie da się go oszukać. *Kobieta mówi: Ja się nie boję dziecka. Łykam pigułki, drogie, ale dobre, najlepszej firmy*. – *A dlaczego pani je łyka? Dla zdrowia, dla urody, dla fantazji, dla kaprysu? Nie wskaże mi pani żadnego powodu poza tym, że pani się boi skutku waszego spotkania. Spotyka się pani, jak pani się wydaje, z ukochanym mężczyzną i boi się pani, że pocznie się dziecko. To spotkanie jest zafałszowane.*Żadne spotkanie poza małżeństwem nigdy nie zbuduje więzi. Zawsze rozdrażnia i frustruje. Daje chwilę przyjemności, ale to wszystko. Cena tej przyjemności jest za wysoka. Czystość. Nie ma lepszego pomysłu na szczęście. To nie jest tak, że ludzie przestrzegający przykazań żyją siermiężnie, biednie, bez wrażeń. Żyją mądrze. Ta inwestycja stokrotnie się opłaca.

Namawiam, żeby sięgać po książki, które mają imprimatur albo nihil obstat, znaczy, że nie ma nic sprzecznego z nauką Kościoła. Każda kobieta w środku wie, co jest dobre dla niej. Gdyby mąż uszanował wszystkie lęki swojej żony, to w każdym małżeństwie kłopot byłby zupełnie inny niż jest teraz.

Jaki jest kłopot w przeciętnych małżeństwach już po kilku latach? Mąż wraca do domu, piękny dzień, wszystko się dobrze układa, proponuje żonie: *Może zakończymy dzień ucztą miłosną w łóżku?*, a żona mówi: *O, jeju, znowu*? *No, dobra tylko szybciutko, bo serial za chwilę!* Jeżeli mąż zlikwiduje wszystkie źródła lęków swojej żony, to ona się rozwinie w tej sferze. Jaki będzie kłopot? On wraca do domu po robocie, zmęczony, pada na tapczan, żeby chwilę odpocząć, a tu żona przychodzi: *Kochanie, a może dzisiaj?*, a on: *O, jeju, znowu*? Tak. Tego kłopotu życzę wszystkim facetom, bo to będzie znaczyło, że żona pod ich skrzydłami nie ma się czego bać. Największym lękiem jest lęk przed poczęciem dziecka. I antykoncepcja tego lęku nie zdejmuje, dlatego, że środek techniczny nie ma mocy rozwiązania problemów. Była taka reklama prezerwatywy: *Lubisz niebezpieczne sytuacje, lubisz ekstremalne przeżycia, lubisz nowe znajomości? Załóż prezerwatywę. Ona rozwiąże twój problem.*Ktoś to sparafrazował: *Lubisz niebezpieczne sytuacje, lubisz mocne przeżycia ? Załóż kask, on rozwiąże twój problem!*Moc rozwiązania problemów ludzkich mają rozum i wola.

Jeżeli poznamy płodność, zaprzyjaźnimy się z nią i mądrze zagospodarujemy, nie ma miejsca na lęk. Taki przykład: Kobieta 10 lat po okresie przekwitania, wszystkie procesy wygasły i nagle wpada na pomysł: *A gdyby dziecko się jeszcze poczęło?*Albo kobieta po operacji nowotworowej. Pochwa zostaje, możliwe jest współżycie. I nagle pyta: *A gdyby się poczęło?* Co ma zrobić mężczyzna ? Zagospodarować również ten lęk. A gdyby się poczęło, to ja, ojciec tego dziecka, oczywiście je przyjmuję. Co prawda uważałem, że nie możemy mieć więcej dzieci, ale skoro ktoś mądrzejszy ode mnie da nam ten prezent, to widocznie nasza rodzina potrzebuje jeszcze jednego dziecka. Nawet gdybyś ty zwariowała i chciałabyś mu zrobić krzywdę, to ci nigdy w życiu nie pozwolę na to. Amen. I wreszcie kobieta nie ma się czego bać. Wtedy dopiero się otwiera. I wtedy właściwie zaczyna się proces dopasowania seksualnego, o którym nie mają pojęcia „eksperci”.

Głębia może być przeżywana wyłącznie w monogamicznej parze. Jest nawet takie pojęcie, które skrzętnie ukrywają „eksperci”: wtórna, wyższa wrażliwość erotyczna. W okresie dojrzewania kształtuje się wrażliwość erotyczna dziewczyn na chłopaków i wrażliwość erotyczna chłopaków na dziewczyny. Nazywa się to heteroseksualizm. Jest to jedyna norma dla człowieka. Nie ma innej. Tylko działania heteroseksualne mogą przedłużyć gatunek, więc biologicznie tylko one mają sens. Jest to zgodne z naturą, wszystko inne jest wynaturzone. Każde inne celowe uruchomienie narządów rozrodczych, nie prowadzące do zjednoczenia męża i żony, jest wynaturzeniem, jest sprzeczne z naturą i przynosi szkodę. Samogwałt, seks oralny, analny, homoseksualny – to wszystko przynosi szkodę człowiekowi. Ci, którzy twierdzą, że Kościół odbiera szczęście, nie wiedzą, co mówią! Kościół chroni szczęście i wzywa wszystkich do czystości. I tych, którzy mają orientację homoseksualną, i tych, którzy się pogubili w ten czy inny sposób. We wspólnotach są osoby z zaburzoną orientacją, ale żyją w czystości. Nie ma żadnej choroby w wyniku niedziałania seksualnego. Są natomiast dziesiątki chorób przenoszonych drogą płciową.

Człowiek musi wiedzieć, jak to jest. Jeśli mąż nie umie nie działać seksualnie, to jest tragedia w tym małżeństwie. Bełkot świata na temat seksualności jest profesjonalnie, celowo spreparowanym kłamstwem wcale nie po to, żeby małżeństwa były trwałe. Biznes zarabia na bałaganie seksualnym.

Trwałe wierne małżeństwo, żyjące w czystości do ślubu, nie zdradzające się i kochające dzieci? Cały przemysł idzie w odstawkę. Sensem istnienia płciowości jest płodność. Po to jesteśmy na dwa sposoby ciałem – jak powiedział Jan Paweł II, żebyśmy się rozmnażali. *Rozmnażajcie się i napełniajcie ziemię*(Rdz). To jest cel istnienia płciowości i organicznie z nią związanej płodności. Ale jest inny cel. Przyjemność z działania seksualnego jest nagrodą dla tych ludzi, którzy zdecydowali się na trud wejścia w małżeństwo i wychowania dzieci. Poza małżeństwem nikomu się nie uda jej zdobyć. Bo to jest sprzeczne z naturą. Można ukraść przyjemność, ale to wszystko. W małżeństwie są dwa elementy: przekazywanie życia i budowanie komunii małżonków. Komunia małżeńska powinna być najważniejszym celem życia ludzi. Najpierw komunia mąż – żona, potem więzi z dziećmi, potem z innymi ludźmi, a przede wszystkim z teściami. Jeżeli się nie pojednamy z teściami, nigdy nie zbudujemy pięknej komunii z mężem czy żoną. Wielu tego, zwłaszcza mężczyzn, nie przyjmuje do wiadomości, i cierpią z tego tytułu. Kluczowym zadaniem każdego z nas, oprócz tego, żeby urosnąć do pewnej wolności, stać się panem siebie, móc sobą zadysponować, czyli stać się świętym, zdolnym do wyboru dobra czy zła, jest umiejętność budowania relacji z drugim człowiekiem. Niestety, bardzo dużo ludzi cierpi z powodu niszczenia relacji z niewiedzy.

Bóg stworzył człowieka mężczyzną i niewiastą – na dwa sposoby: bycia ciałem na sposób męski, stworzony, przeznaczony, wyposażony do ojcowania, i bycia ciałem na sposób kobiecy: stworzony, przeznaczony, wyposażony do matkowania. Jan Paweł II wskazał na to, że musimy wbrew światu głosić, że różnimy się. Ten, który nas stworzył, stworzył nas mądrze. Mężczyźni produkują testosteron, hormon siły. Ktoś powiedział, że feminizm się kończy, jak trzeba szafę wnieść na czwarte piętro. Jeśli nie nauczymy się rozpoznawać różnic, nie uwierzymy, że jesteśmy inni, będziemy mieć do siebie ciągle pretensje.

W ciągu trzydziestu lat mojej pracy w poradni o co żony mają pretensję do mężów? *Proszę pana, mój mąż jest chłopem! To nie do wytrzymania! Proszę pana, on źle myśli – inaczej niż ja. On źle czuje. Co ja mówię, on w ogóle nie czuje. A ja czuję. On źle pracuje – inaczej niż ja. On źle odpoczywa – inaczej niż ja. On źle tęskni – inaczej niż ja. Proszę pana, on na złość mi tak robi. On na złość jest facetem.*

Dlaczego małżeństwa rozpadają się? W dużej mierze dlatego, że małżonkowie są inni. A myśleli, że będą tacy sami. Jeżeli nie poznamy istoty różnic, to będziemy się ciągle o to rozbijać, będzie nam ciągle źle w życiu. Bo żona ciągle będzie kobietą, a mąż będzie ciągle facetem. Jak się uda tego faceta przerobić na babę, to nikt nie będzie szczęśliwy. Generalnie kobieta jest stworzona ku człowiekowi, bo macierzyństwo jest ukierunkowane na człowieka. Zauważmy, że im człowiek jest słabszy, bardziej bronny, bardziej chory, bardziej potrzebujący pomocy, tym geniusz bardziej kobiety jest nie do zastąpienia. Kobieta jest stworzona do tego człowieka. Motywacją dla kobiety jest pomóc człowiekowi. A mężczyzna chce zmierzyć, ile mu przybyło, np. pieniędzy. Zobaczmy, jak się dzisiaj próbuje niszczyć dziewczyny. Ile mamy dzisiaj wulgarnych, chamskich dziewczyn, oglądających przemoc, horrory? Kobiety z zabitą wrażliwością nie są w stanie spełnić potrzeb emocjonalnych dziecka. Ideał kobiety nowoczesnej: być jak facet. I w mordę potrafi dać, i zakląć potrafi, i wódę pić. Jedna rzecz je wyraźnie od mężczyzn wyróżnia: są zdolne do rodzenia dzieci. Tak więc walczą o prawo, aby mogły zabijać swoje dzieci, żeby były zupełnie jak mężczyźni.

Ten obłęd ma swoje źródło między innymi w syndromie postaborcyjnym. Skąd jest taka agresja przeciw dzieciom? Kiedy rząd lewicowy doszedł do władzy, mieliśmy skrócenie urlopu macierzyńskiego, odebranie urlopów wychowawczych, odebranie zasiłków pielęgnacyjnych, wprowadzenie VAT na ubrania dziecięce i jednocześnie dofinansowanie antykoncepcji. Człowieka możemy nazwać morulą, blastulą, zygotą, embrionem, płodem, dzieckiem, młodzieńcem, starcem, ale zawsze będzie to ten sam człowiek.

Żadna kobieta nigdy w świecie nie zabiłaby swojego dziecka, gdyby w obronie tego dziecka stanął mężczyzna, jego ojciec. Z bezradności to robi. Biskup Karol Wojtyła powiedział niesamowite zdanie, kiedy jeszcze nie był odkryty syndrom postaborcyjny, zanim jeszcze psychologowie go opisali: *Nie wiem jak, ale polski naród będzie musiał ciężko odpokutować za zbrodnie zabijania własnych dzieci.* Potem w Kaliszu już jako papież powiedział: *Naród, który zabija własne dzieci, jest narodem bez przyszłości* i dodał poza oficjalnym tekstem: *Nie myślcie, że łatwo mi było to tutaj powiedzieć.* On wiedział, że nie wolno bezkarnie zabijać. A był czas w Polsce, że więcej dzieci zabijano w łonach matek niż się rodziło. Na kobietę polską w wieku 15-49 przypada 1,35 dziecka, a żeby naród nie wymarł, potrzeba ponad 2,20. Jesteśmy narodem na wymarciu.

Nie musimy rozumieć syndromu postaborcyjnego, nie musimy rozumieć czystości. Wystarczy, że uwierzymy: Nie zabijaj! Nie cudzołóż! Nie kradnij! Stwórca wie dobrze, co jest dla nas dobre.

Mężczyzna ukierunkowany na świat, kobieta na człowieka, tyle powiedziałem. Kobieta chce być wartościowa, chce być piękna i dobra. Mężczyzna chce być wartościowy, mądry, silny, inteligentny, sprawny. Co kobiety mówią swoim mężczyznom, swoim mężom? Śliczne włoski masz, koteczek, misiaczek, pluszaczek. Co z tego faceta wyrośnie? A co mężczyźni mówią kobietom; duża i silna jesteś. Mówimy to, co sami chcielibyśmy usłyszeć i ranimy się na każdym kroku. Nie potrzeba złej woli, żeby zniszczyć relację damsko-męską w małżeństwie, a wystarczy być sobą i szczerze się komunikować.

Ale jeżeli się nauczymy jednego – dobrej komunikacji, porozumiewania, to przeskoczymy wszystkie bariery. Również cały wymiar seksualności uporządkujemy, jeśli się nauczymy po prostu rozmawiać.

Przykład: chłopak z dziewczyną pokłócili się. Ona płacze, on wkurzony. W pewnym momencie on mówi: *Porozmawiajmy!* Ona mówi: Nie, nie teraz! *Teraz! Prawda nas wyzwoli!*Oczywiście, nie o prawdę on walczy. On startuje do wojny, którą musi wygrać. On jej udowodni, że ma rację. I udowodni. Robi jej wykład na ten temat, jak to ona wszystkiemu jest winna. Wszystko się zgadza. Ona przecież nie jest głupia, zaczyna się bronić. Podaje jakieś argumenty na swoją obronę. On się temu przysłuchuje i wplata w materiały dowodowe przeciw niej. I wszystko się zgadza. Dla mężczyzny, jeśli coś da się ułożyć w jakiś ciąg logiczny, to jest prawda. I dlatego wszyscy mężczyźni mają rację, zawsze są niewinni. Mąż mówi mi w poradni: *Proszę pana, biję żonę, to jest straszne, ja wiem, ale ja muszę. Ja to robię dla jej dobra. Jak jej nie wleję, to do niej nic nie dociera.* Pytam: *A gdyby zięć prał pana córkę, to co pan by powiedział? No przecież muszą znaleźć inny sposób.*Nie ma takiej podłości, do której facet nie może sobie dorobić świętej ideologii. Może coś zrobił, ale to jest nic w porównaniu, do czego żona go zmusiła. Niesamowita jest ta zdolność tworzeń ciągów. To jest śmiertelnie niebezpieczne dla każdego mężczyzny: i dla męża, i dla księdza, i dla chłopaka, i dla dziadka. Co na to poradzę, że zawsze ja mam rację, a nie żona? Rozmowa, w której on jej udowadnia winy, nie ma najmniejszego sensu, ponieważ ona w tym momencie tak, że jest gotowa skoczyć z mostu.

My, mężczyźni, mówimy w zupełnie innym celu niż wy, kobiety. Dlatego się nie dogadujemy. Kobieta musi mówić. Normalna kobieta, jeżeli cokolwiek przeżywa, a wszystkie przeżywają, musi się tym przeżyciem podzielić, nazywając je słowami. To cudownie działa przy małym dziecku. Bo ona musi się z tym dzieckiem kontaktować. Jeszcze przed urodzeniem z nim rozmawia. Dziękujmy za to Panu Bogu, że kobieta musi mówić. Dla nas to nie jest łatwe, polubienie tego, że żona mówi o wszystkim, co w niej się dzieje. Kiedy już mu o wszystkim opowiedziała, czeka, żeby on opowiedział. Nic, a jeszcze wyciąga wnioski: *Ja mu mówię, to jest normalne, a on mi nie mówi. To jest nienormalne. Pewnie coś ukrywa, jakąś babę tam ma w robocie!*Bo on ma inaczej.

Mężczyzna mówi, żeby przekazać informację. A nie, żeby rozładować uczucia. Wobec tego jeśli ma jakieś trudności w pracy, zaciska zęby, pokonuje przeszkodę i ewentualnie informuje: *Były trudności, ale jest już po wszystkim.* To jest normalne zachowanie mężczyzny. Jeżeli mąż powiedział żonie przed ślubem, że ją kocha, po co ma to mówić po ślubie? Informację przekazał i nie odwołał. Dobrze jest, jak mąż żonie mówi, że ją kocha, ale on nie ma takiej potrzeby. Mąż musi zrozumieć, że żona ma potrzebę usłyszeć, że jest kochana. Jeśli mądry mąż 10 razy dziennie powie żonie, że ją kocha, robi to z rozsądku, dobrze i mądrze robi, bo spełnia jej potrzebę i żonie będzie z nim dobrze. Ale nie żądajcie, abyśmy to robili sami z siebie, bo nie mamy tego pragnienia.

I teraz, drogie panie, jak przekazać mężowi, żeby ciebie wysłuchał. Dobra komunikacja to załatwia, że on się dowiaduje. Żona prosi, żeby mąż posłuchał, bo ona tego potrzebuje. Ona wtedy czuje, że mąż ją kocha. Ona wtedy czuje, że jemu na niej zależy. Jak ma się tak czuć, to dobrze, będę to robił. Nie przekracza to możliwości przeciętnego mężczyzny, że posłucha żony. Może czasem pięć minut wystarczy. Dlaczego my mamy tego słuchać? Prosty rachunek, prosty biznes. Jeżeli ja nie wysłucham, to opowie to komuś innemu. Nie ma możliwości, żeby nie opowiedziała. Jak opowie mamusi, on w pretensjach: *Wywlekasz nasze sprawy.* Opowie koleżankom w pracy, to jeszcze gorzej. *Jak śmiałaś!* Opowie koledze, który z wyrachowania albo z życzliwości wysłucha. Zapyta, co się dzieje? Ten kolega spełnia jej największą potrzebę uczuciową bycia wysłuchaną. A mąż nie spełnia. Do kogo jest jej bliżej uczuciowo? Do tego kolegi. I to jest śmiertelne zagrożenie dla małżeństwa. Gdyby mężczyźni to wiedzieli, podejmowaliby trud wysłuchiwania żony. A żony wiedząc, że dla mężczyzny nie jest to łatwe, streszczałyby niektóre fragmenty. Zobaczmy – nie potrzeba złej woli. Taki to przykład komunikacji niedoskonałej. Rozmowa kobiety z mężczyzną, dziewczyny z chłopkiem, ale i męża z żoną po czterdziestu latach małżeństwa: *Mówiliśmy o tym. – Nie mówiliśmy. Na pewno mówiliśmy. – Na pewno nie mówiliśmy.*Obydwoje są święcie przekonani. Inaczej widzą ten świat. Mało tego – co innego zapamiętują z wydarzenia, które miało miejsce.

Zderzenie dwóch samochodów. Najnowsze BMW z Mercedesem. Było tam dziecko ranne w rękę, krwawiło. Nie ma na świecie kobiety, która nie zauważy tego dziecka. Dziecko było. Pierwsze spojrzenie jest na człowieka. Trudno nie znaleźć faceta, który by nie zauważył, jakie fury się zderzyły. I wcale nie możemy wyciągać wniosku, że faceci są bez serca. Mają inne postrzeganie świata. Nie osądzajmy siebie nawzajem, że jesteśmy inni. W małżeństwie trzeba skonstruować takie sposoby komunikowania się, żebyśmy do siebie dotarli mimo tej totalnej inności.

Bardzo często daję rady żonom udręczonym złym działaniem seksualnym męża. Mąż zmusza do odgrywania scen z filmów pornograficznych i wrzeszczy na nią, że jest głupia i nie chce być szczęśliwa, bo on na własne oczy widział, jak tamte kobiety były szczęśliwe. Nie wziął pod uwagę, że w tych filmach wszystko jest sztuczne. Żadna kobieta na świecie, nawet ta aktorka z filmu pornograficznego nie wygląda w łóżku tak, jak wygląda w filmie. A my jesteśmy wzrokowcami. Tam nie ma głębi, więzi, wszystko zakłamane. I na tym się mężczyźni szkolą i uczą żony. Wtedy mówię żonie: Opowiedz mu bajkę o sobie. W szczególności o swoich lękach. Jeżeli on zdobędzie się na genialną mądrość posłuchania ciebie i zlikwidowania wszystkich lęków, to może tę relację odbudować. Nawet po latach bałaganu można odbudować relację seksualną. Ale przewodnikiem musi stać się kobieta. Nie ma innego wyjścia. Proszę mi wierzyć, że kobieta gotowa jest umrzeć, a nie powie słowa. Tak weszła w rolę tej, która nie może się odezwać. Przyzwoita kobieta nie może się odzywać. Przerabiałem to wiele razy.

Wracamy do porozumiewania się. Komunikacja i komunia mają wiele wspólnego. Każda nasza rozmowa, której nie buduje bliskości z drugim człowiekiem, jest sprzeniewierzeniem się zamysłowi Stwórcy. A my rozmawiamy po to, żeby udowodnić, zdołować, żeby wziąć górę, żeby się zemścić. Nie po to jednak mamy zdolność porozumiewania się, żeby niszczyć drugiego, ale żeby budować komunię.

Porozumiewanie się w polskim języku jest traktowane wymiennie z komunikacją. Trzeba użyć rozumu. Nie rozmawiajmy, nie próbujmy komunikować się z osobami, które odmawiają użycia rozumu. Na czarne mówią białe. Wchodzą na emocje, kiedy nie mają argumentów rozumowych. Rozmowa opierać się ma na rozumie. I jeśli ktoś odmawia użycia rozumu, nie rozmawiajmy, bo to nie ma sensu. Jeśli chcemy się dogadywać, budować komunię, to nie rozmawiajmy wtedy, kiedy nie jesteśmy gotowi do rozmowy. Nie wolno zmuszać kobiety do rozmowy. Bo zmusimy ją do nieszczerości. To jest specjalność męska: *Teraz porozmawiamy, prawda nas wyzwoli.*Nie zbliżymy się do siebie. Możemy się najwyżej poranić. A jeśli nie zdobędziemy się na szczerość, nigdy nie zbliżymy się do siebie prawdziwie. Szczerość jest konieczna. Dużo lepiej jest spokojnie powiedzieć: *Przepraszam, nie mogę w tej chwili rozmawiać*. Szczerość komunikacji to jest gotowość na rozmowę. Można o to prosić, można zachęcać, stwarzać warunki, ale nie wolno nikogo zmusić do rozmowy. Bo nic z tego nie wyjdzie.

Nadawca ma w sobie jakąś intencję. Przekazuje tę intencję gestami, słowami, mimiką. Przekaz. Odbiorca swoimi zmysłami odbiera: słyszy, widzi, czuje i interpretuje, co też miałoby to znaczyć. Co nadawca mu powiedział? Intencja-przekaz -odbiór -interpretacja. Interpretacja nie zawsze równa się intencji. Czy to znaczy, że nie należy się rozmawiać? Nie. Ale nie należy pochopnie interpretować. *Dobrze, dobrze już nie kończ! Już dobrze, wiem, co chciałeś powiedzieć!*Typowe rozmowy w poranionym małżeństwie.

Aby zbliżyć intencję do interpretacji, wymyślono informację zwrotną. Odbiorca swoimi słowami określa, jak zrozumiał wypowiedź. My zgadujemy w lot najgorszą z możliwych interpretacji i obrażamy się na siebie śmiertelnie bez powodu, bez niczyjej złej woli, bez niczyjej winy.

Na każdym etapie komunikacji można popełniać błędy, które uniemożliwią dogadanie się. Ktoś powie: chwileczkę, jak można popełniać błędy na poziomie intencji. Oczywiście, że można! Tu paniom się kłaniam, bo są w tym lepsze. Nie wiem, o co mi chodzi i zaczynam nadawać. Biada mężowi, który podejmie temat. To jest jedna z trudniejszych rzeczy, żeby mąż wiedział, że to mówienie jest po prostu mówieniem, że kobieta musi troszkę pomarudzić. Trzeba to godnie przetrzymać, a nie podejmować temat, bo tematu nie ma.

Ustalmy, o czym rozmawiamy. Ale jest jeszcze gorszy błąd: Wiem o co mi chodzi, ale nie powiem, niech się domyśli. Jeśli nie jestem gotowa, żeby powiedzieć, to nie podejmuję tematu. Ale jeżeli już mówię, to nie liczę na domyślanie. Na domyślność mężczyzn nie liczmy.

Na poziomie przekazu możliwe są liczne błędów. Ktoś powiedział niewyraźnie, ktoś się przesłyszał. Ktoś mówi intelekt duży, inny usłyszał intelekt kurzy. Jak zastosują informację zwrotną, to za chwilę nieźle się ubawią. Jak nie zastosują, mogą się obrazić na siebie do końca życia. Ja ciągle rozmawiam z małżeństwami, które się na siebie po obrażały, bo ktoś się przesłyszał, bo ktoś nie doprecyzował. Bez żadnej złej woli. Twierdzę, że na początku małżeństwa naprawdę nie ma złej woli. Ale po latach, kiedy żona ciągle widzi, że jej mąż robi jej na złość, bo tak to interpretuje, to też zaczyna robić mu na złość – w drugą stronę. Przez nieporozumienia komunikacyjne w dużej mierze ludzie niszczą sobie życie. Dlatego warto się po prostu tego nauczyć.

Na poziomie przekazu może być bardzo wiele błędów. Najgorszym jest sprzeczność przekazu słownego i pozasłownego. Mąż widzi, że żona jest nie w sosie: *Co ci się stało?* – *Nic*. Jak nic, pójdzie do swoich spraw. Nie ma możliwości dogadania się w tym momencie.

Odbiór jest odbiciem przekazu. Sprzeczny przekaz odczytany nie tak, jak powinien itd. Najgorsze, co może być, to nieżyczliwa interpretacja. *No, powtórz, powtórz! Szkoda, że nie nagrałem, bym ci codziennie puszczał. O właśnie taka jesteś! Cała wyszłaś w tym jednym słowie!*Ona się przejęzyczyła. To jest nienośne i tak raniące, że za chwilę będzie odwet taki lub inny. Mężczyźnie jest znacznie łatwiej nadać, o co mu chodzi. Po pierwsze: chodzi mu o znacznie mniej, a po drugie: wie konkretnie, o co. Więc jest lepszym nadawcą.

Z kolei kobieta jest dużo lepszym odbiorcą. W mig zgaduje myśli, kiedy facet ni w ząb. W pewnych rzeczach są lepsze kobiety, a w pewnych mężczyźni. I mieć cierpliwość. Nadawca powinien być maksymalnie przezroczysty, ujawniać, o co mu chodzi, zapewnia to szczerość. Odbiorca powinien być maksymalnie empatyczny, wczuwający się. No i tu kobiety są lepsze, mają wyższy poziom empatii od mężczyzn.

Jak rozmawiamy w języku obcym, który słabo znamy? Mówimy wolno i wyraźnie, patrzymy na usta, jak mówimy *korba* – to kręcimy ręką, jak mówimy *w prawo* – to oczy i ręce zwracamy w prawo, jak mówimy *w górę* – to patrzymy w górę. Mało tego, żadnych wycieczek słownych, żadnych ozdobników, prosto do celu. Co chwilę pytamy: *Czy ja dobrze zrozumiałem?* – informacja zwrotna. *Czy ja zostałem dobrze zrozumiany?* – w drugą stronę, wymuszanie informacji zwrotnej. I co się okazuje? W języku, który kiepsko znamy, dogadujemy się niezwykle precyzyjnie. Dlaczego? Bo się baliśmy, że się nie dogadamy. Jaka rada? Rozmawiając o trudnej sprawie, bójmy się, że się nie dogadamy, konstruktywnie się bójmy. Czy ja cię na pewno dobrze zrozumiałem? Czy na pewno ci o to chodziło? Czy na pewno ty mnie dobrze zrozumiałeś? I okazuje się, że rozmowa niesamowicie nas do siebie przybliża.

Co ludzi przybliża? Kiedy odkrywają tereny, które nie są widoczne dla innych. Rozmowa o rzeczach, które nie są widoczne dla ludzi z ulicy: to mnie boli, tego nie rozumiem, to mnie bardzo dotyka, z tym mam problem. Co robimy, jak człowiek nam powie, że ma problem? Co wtedy powstaje się w człowieku? Taki mechanizm, że chciałbym go otoczyć opieką. Dlaczego? Bo on mi zaufał. To jest to, co w Piśmie Świętym jest opisane: ktoś cię poprosi o chleb – nie podasz kamienia. Dokładnie tak. Uruchamia się w człowieku jakiś pokład dobroci, dla tego, który mi zaufał. W walce się możemy pozabijać, ale gdy ktoś bezbronny do mnie podchodzi i powierza się, czujemy się zobowiązani. I takie mechanizmy działają przy dobrej rozmowie. I warto uczyć się tego. Spotyka się chłopak z dziewczyną – robimy trening rozmowy. Informujmy siebie, gdzie się nie dogadywaliśmy, co nas denerwowało, co bolało. Ciebie nie tykam, mówię o swoich odczuciach. To jedna z zasad komunikacji.

Jeszcze jedna rzecz. Interpretacja. Te same fakty 10 różnych osób może całkowicie inaczej zinterpretować. Uczestniczą w tym samym wydarzeniu i zapamiętują zupełnie coś innego. O co kłócą się małżeństwa? O swoje interpretacje. Oboje pamiętają dokładnie i zupełnie co innego.

Był Niemiec i Polak. Faszysta, krew na rękach, Brzydki stary, okropny. Polak – młody, dzielny, przystojny partyzant – patriota. Jeszcze była potrzebna matka i osiemnastoletnia córka. Jadą pociągiem. Pociąg wjeżdża do tunelu. Nic nie widać i wszystkie cztery osoby słyszą dokładnie ten sam dźwięk: głośne cmoknięcie i uderzenie gołą dłonią w policzek. Identyczny przekaz dla całej czwórki. I teraz kolejne interpretacje. Matka myśli: *Dobrze wychowałam córkę.* Córka myśli: *Zaraz, zaraz ktoś tu się chyba pomylił. Ale trzeba przyznać, że mamuśka ma klasę.*Niemiec myśli: *Pewnie ten świnia Polak dobierał się do młodej, a mi się dostało.* Polak myśli: *Żeby tak jeszcze jeden tunel i znowu się cmoknę w rękę i dam szkopowi w pysk*.

Nie kłóćmy się o interpretację. Przestanie istnieć połowa tematów do kłótni. Dużo bliżej nam będzie do siebie i dużo łatwiejsze będą nasze rozmowy, jeśli nie będziemy ustalać, kto ma rację. Oboje mamy rację. Dużym błędem jest rozmowa w gniewie. To, co facet powiedział, gdy był wściekły, może nie mieć najmniejszego związku z rzeczywistością. Bo on po prostu chce jej dowalić. *Tak, ożeniłem się z tobą z litości,żebyś wiedziała. W ogóle nigdy nie byłaś w moim typie. Byłaś brzydka, gruba, głupia.* Drogie panie, to co on powiedział, kiedy był wściekły, oznaczało tylko to, jak bardzo był wściekły. Nic więcej. Zero zgodności z treścią. Był to rodzaj ekspresji. Chciał dowalić i dowalił. W to co najbardziej boli, oczywiście. A więc nie rozmawiać w gniewie. I rzeczywiście warto się nad tym zastanowić.

U naszych przyjaciół dochodziło do bardzo ostrych spięć słownych krótko po ślubie. Skakali sobie do oczu, a potem wstydzili się tego, co zrobili. Kiedyś usiedli spokojnie i wymyślili, co zrobią. Na palcach noszą takie pierścionki z dziesięcioma guziczkami i jednym krzyżykiem. Postanowili tak: kiedy rozmowa zacznie wchodzić na niebezpieczne rejestry i jedno z nas się zorientuje, że robi się groźnie, ma prawo rzucić hasło *kółko*. W ich narzeczu to oznacza: rozchodzimy się do dwóch pokoi i odmawiamy dziesiątkę różańca w intencji współmałżonka. Jak zaświadczyli, a byli już wtedy trzydzieści lat po ślubie, nigdy więcej kłótnie się nie powtórzyły. Owszem, parę razy trudno im było się jeszcze rozejść, bo jeszcze któreś chciało coś powiedzieć. Ale umówili się, trudno.

Wprowadźcie taki zwyczaj, że każde z nas ma prawo powiedzieć ”stop”. Unikniemy w ten sposób słów, które będą bolały, i nic dobrego nie przyniosą, tylko rany. Postawienie tamy rozmowom w gniewie jest czymś bardzo ważnym. Ostrzegam panie, dla mężczyzny nie jest to łatwe. Ale jak się odwołasz do jego męskości, do jego dzielności, odpowiedzialności, mądrości – to okaże się, że da radę.

Odwołując się do mądrości faceta, możecie bardzo dużo uzyskać. A wy co robicie na co dzień? *Niedojda jesteś, skończona niedojda. Jakby były mistrzostwa niedojdów to byś zajął drugie miejsce. – A dlaczego drugie? – Bo taka niedojda jesteś.*Żaden facet nie zmobilizuje się do lotu przy takim tekście. Mężczyźni są niedojrzali, ale właśnie takim traktowaniem pogarsza się ich sytuacja.

Natomiast żony słyszą czasem za rzadko: *ładnie wyglądasz, ładne te kwiatki w ogródku, ładnie nakryłaś do stołu, wrażliwa jesteś, cieszę się, że dzieciaki tak potrafisz ogarnąć.* Mężczyźni nie słyszą, że są mądrzy.

Pytam czasem żon, która pamięta, kiedy spojrzała w oczy mężowi i powiedziała: *Jaki ty jesteś mądry.*Chichot zdradzający uraz: *bo to jestem głupia?* Nie, człowiek mądry cieszy się mądrością innych. Kobieta nie powie mężczyźnie, że jest mądry. Jak coś zrobi dobrze, to uda, że nie widzi, żeby nie być gorszą. A już powiedzieć: *Co ja bym bez ciebie zrobiła* – nie przejdzie przez usta nowoczesnej dziewczyny. A tak naprawdę, co byście bez nas poczęły? Mamy sobie nawzajem dziękować za to, że jesteśmy sobie niezbędnie potrzebni. A my sobie udowadniajmy, że damy sobie radę bez siebie. I dziwimy się, że małżeństwa się sypią, że ludziom nie jest dobrze w małżeństwie.

Kobiety dzielą się na dwie kategorie: niewiasty – czyli te, które nic nie wiedzą, i wiedźmy – czyli te, co wszystko wiedzą lepiej od facetów. Stokrotnie nie opłaca się być wiedźmą.

Jeszcze kilka zasad komunikacji. Nie ranić. Nikt nie wygrywa na ranieniu. Co to jest ranienie ? Dotykanie czegoś, na co rozmówca nie ma wpływu. Zauważmy, że nikt z nas nie ma wpływu na przeszłość. Wypominanie rzeczy z przeszłości jest klasycznym ranieniem. Nie powiedziałem *zapomnieć*, ale: porozmawiać, przeprosić, wybaczyć i nigdy więcej nie wracać. Jedyna rozsądna zasada. *Ja bym ci nawet chciała uwierzyć, ale jak mogę, skoro 5 maja 19-któregoś roku zrobiłeś tak i tak.* Przez 26 lat żona mówi tylko o jednym: jak mąż na początku małżeństwa się zachowywał. I sąsiedzi wiedzą, i trójka dzieci wie, i ona się tym napędza każdego dnia, jak on mógł jej takie świństwo zrobić. On to planował jeszcze przed ślubem, on chciał ją upokorzyć. A facet siedzi zgarbiony. – *Przyszła na pana kolej, może coś pan powie.*– *Panie, ja wiem jestem świnia, bydlak, cham, ale co ja mogę zrobić?*On nic nie może zrobić. Ona 26 lat pożywia się krzywdą, jakiej doznała. Wracanie do przeszłości nie ma żadnego sensu.

Drugi sposób ranienia to dotykanie domu rodzinnego. Nie mamy wpływu, w jakim domu wyrośliśmy. *No tak, jesteś flejtuch, ale nie mam do ciebie pretensji, masz to po matce, twoja matka była taka sama*. Nie da się spokojnie tego znieść. Zaraz rykoszetem idzie: *Porozmawiajmy o twojej mamuśce, wszyscy dobrze wiedzą, że*…

Ranienie to jest również dotykanie cech człowieka, na które on nie ma wpływu. Gdy jestem gruby dlatego, że nie jestem opanowany w jedzeniu, to można tego dotykać. Natomiast jeśli jestem gruby dlatego, że jestem chory, to nie wolno tego dotykać, bo to niegodziwe. Pamiętam kobietę, która przyszła do poradni. Bardzo elegancka, wymalowana. Przyprowadziła za rękę i posadziła takiego małego mężczyznę, metr pięćdziesiąt w kapeluszu i zaczęła mówić, jaki on jest. Zaczęła mi tłumaczyć, co ja mam mu powiedzieć, żeby on… Mija 45 minut z godziny, która była dla nich. Kiedy w pewnym momencie nabrała powietrza, zwracam się do tego mężczyzny: *Proszę pana może, chociaż w kilku słowach, bo wiele czasu już nie mamy, niech pan powie, jak to wygląda od pana strony.* Kiedy ona usłyszała, że on miałby coś teraz powiedzieć, powiedziała taki tekst: *Panie, on jest taki kurdupel i ja z nim nie będę rozmawiać* i wyszła! Ani centymetr nie był wyższy w dniu ślubu. Oczywiście jest to niegodziwość posunięta do granic wytrzymałości. Nie wolno ranić, dotykać rzeczy, na które nie mamy wpływu! Jeżeli było coś w przeszłości, porozmawiać, przeprosić, wybaczyć, zapamiętać nie z mściwości, ale żeby nigdy nie dopuścić do podobnych sytuacji. Nigdy nie wypominać.

I wreszcie – nie rozmawiać przy osobach trzecich. To też jest ranienie. Siedzimy na imieninach: *Posłuchajcie, co ostatnio moja żoneczka zrobiła*, a ona wtrąca: *Zaraz, zaraz to niech on powie, co zrobił dwa dni wcześniej.*Nie wolno w tym nawet uczestniczyć, bo rany, które małżonkowie zadają sobie publicznie, będą się goiły dużo gorzej, niż by to załatwili w czterech ścianach. Stłuc szklankę, ściągnąć obrus, zrobić jakiś bałagan. Przerwać to. Nie wolno w tym uczestniczyć. Oni się długo będą lizać z tych ran, które sobie publicznie zadadzą. Owszem, można skorzystać z pomocy osoby trzeciej, ale kiedy obopólnie ustaliliśmy, że nie radzimy sobie z jakimś problemem. Idziemy do kogoś mądrego, któremu oboje ufamy. Niech wysłucha jednej i drugiej strony, niech doradzi. Ale nie używać osób trzecich do walki z żoną czy z mężem. Przy tym: *zawsze, nigdy, w ogóle*. Nie używajmy tych słów, bo one przekreślają człowieka. *– Spóźniłaś się ! No tak, ty się zawsze spóźniasz, na tobie nigdy nie można polegać.*Kiedy nas ktoś karci za coś, uszy po sobie i trudno. Zasłużyliśmy sobie, bierzemy lekcję, ale niech nas spróbują skarcić za coś, czego nie zrobiliśmy, natychmiast duch bojowy w nas wstępuje.

Te słowa: *zawsze* i *nigdy*wywołują ducha bojowego, to są ulubione wzmacniacze, żeby dodać sobie mocy. Nie używajmy ich.

Pewna rzecz łagodzi napięcia. Trzeba o niej wiedzieć i przećwiczyć w rozmowach z przełożonymi, z szefami, z rodzicami, z proboszczami. Wszędzie działa. Używać w pierwszej osobie liczby pojedynczej. Pokłóciłem się z żoną. Wieczorem klękamy do wspólnej modlitwy: *i odpuść nam nasze winy, jako i my odpuszczamy.* Całkowicie uspokojony, spokojnym ciepłym głosem mówię do żony: *No widzisz, znowu jak zwykle zrobiłaś mi na złość*. Ty mi zrobiłaś na złość, ty jesteś wredna baba, ty zawsze masz złe intencje. Jestem sędzią sprawiedliwym, który za złe karze, a za dobro wynagradza, a ty jesteś wredna baba, ja to wiem. O! i teraz porozmawiajmy.

To nie jest punkt wyjścia do rozmowy. Cofnijmy taśmę. Powtórzę to jeszcze raz, tym razem poprawnie, wcale nie muszę czułym głosem: *Słuchaj, nie wiem, co się dzisiaj stało. Jak to zrobiłaś, że tak się wściekłem. Nie wiem, czy to mi z dzieciństwa zostało, czy na starość przyszło. Ja się tak wściekłem, że pomyślałem, że mi na złość robisz.* I co? I nic! Ja jej nie dotknąłem, powiedziałem o sobie. Pierwsza osoba liczby pojedynczej, wszystko można powiedzieć. I nie da się powiedzieć *kłamiesz*. Słuchaj, mnie to strasznie zabolało! Kłamiesz? Nie, ja to wiem, mnie to zabolało. Przećwiczmy na jakimś przykładzie, spoza relacji damsko-męskiej, żeby widzieć, jak to działa:

Przyszedł nowy dyrektor. Nowa miotła. Podejmuje decyzje, bo chce się popisać. Wiadomo, jak nie zna terenu, to musi podjąć i dobre, i złe decyzję. Więc parę co najmniej było kiepskich. Pracuje w tej fabryce prosty, jak sam o sobie mówi, robol, dwie klasy szkoły podstawowej, Jan Kowalski niech będzie. Więc Jan Kowalski pójdzie do Dyrektora i powie: *Panie Dyrektorze, pan chyba zwariował, to są głupie decyzje.* Co zrobi dyrektor? Nie ma wątpliwości – Kowalski na bruk! Majestat Dyrektora nie pozwala, by z takimi opiniami w ogóle dyskutować. Ale jeżeli ten Kowalski z genialną wrażliwością ludzi prostych powie: *Panie Dyrektorze, ja to jestem prosty robol, ale już tu robię 40 lat i mi się widzi, że tak nie będzie dobrze*, dyrektor byłby idiotą, gdyby nie skorzystał z jego rady. Kowalski podzielił się swoją wiedzą i doświadczeniem.

Zobaczmy, jeśli atakujemy i oskarżamy, natychmiast powodujemy odwet. Jeżeli zaś mówimy o sobie, rozmówca jest rozbrojony. Nawet nie ma jak nas zaatakować. A więc mówmy o sobie. Ja tak odbieram, a ja tak. Mnie to boli, a mnie to. Tego nie wiedziałam, teraz będę wiedzieć. I nagle się okazuje, że po każdej rozmowie jest nam bliżej do siebie. Przećwiczcie najbanalniejszy temat rozmowy, w którym każdy będzie mówił w pierwszej osobie liczby pojedynczej. Będzie mówił: *Ja to widzę tak.*.. Wszystko da się powiedzieć. I nie ma ducha walki. W rozmowie mamy się stawać sobie bliżsi.

Ostatnia rzecz. Ofiarujmy sobie czas, rozmawiajmy spokojnie. Jeśli żona chce porozmawiać, odpowiedz: *Dobrze, słucham*. Dajmy sobie czas. Lekcję słuchania dał mi Papież. Jakiś mężczyzna mówił kilka minut. Papież patrzył mu w oczy i słuchał. Nie powiedział ani słowa. Ja tego nie zapomnę. Od tego czasu, kiedy mi zdarza się taka sytuacja, że przychodzi zbolała kobieta i mówi, mówi, mówi, mówi, ja zdążę powiedzieć przez godzinę: *Mmm mm. No widzi pani.*Pani wstaje i mówi: *Bardzo panu dziękuję, bardzo pan mi pomógł.* Ja wiem, że jej bardzo pomogłem. Bo mogła to zwalić na mnie, mogła to wypowiedzieć, już samo nazwanie jej ulżyło. Znalazła faceta, który z życzliwością, nie patrząc na zegarek jej to umożliwił.

Czasem nie musimy umieć mądrze odpowiedzieć na ból ludzi, którzy z nami rozmawiają. Możemy pokiwać głową, wspólnie zapłakać albo zaproponować wspólną modlitwę. Jeśli po ludzku coś jest nie do objęcia, pomódlmy się wspólnie. Mogę ci obiecać, że jeszcze to zrobię kilka razy, jak już się rozstaniemy. Dajmy człowiekowi czas. Jest mu lżej i rzeczywiście mu pomogłem.

Kardynał Stefan Wyszyński mówił: *Ludzie mówią „czas to pieniądz”, a ja mówię „czas to miłość”*. Nieraz w spotkaniu z drugim człowiekiem mamy do ofiarowania tylko czas i aż czas. W rozmowach, gdy mają nas do siebie zbliżyć, gdy mają budować komunię, nie żałujmy sobie czasu. To jest jeden z większych darów, który zawsze mamy w zasięgu ręki. A że odpuścimy coś, co planowaliśmy? Spokojnie! Budowa komunii warta jest wyrzeczeń.

Kochani! Kończymy w tym miejscu albo zawieszamy. Tak! Zawieszamy w tym miejscu z poczuciem, ile rzeczy jeszcze zostało do omówienia. Chodziło mi o ukazanie, jak stwarzać nastrój poprawnej komunikacji małżonków. Żebyśmy zapragnęli budowania pięknej komunii. Żebyśmy zaprzestali damsko-męskiej walki, którą nam świat podpowiada. Żebyśmy zapragnęli budować piękne więzi, bo te leżą u podstaw szczęścia człowieka.

To daj, Panie Boże. Amen.