

# KOCHAJ, JAK UMIESZ

*Nie zarzucaj go uczuciem, nie zawłaszczaj, ale też wymagaj – od niego i od siebie. Trwaj, jeśli jest nam dobrze razem, a nie dla samego trwania. Oto miniporadnik na temat: „Jak żyć w związku w XXI wieku i nie zwariować”.*

Nie spytam cię o to, jak kochać mężczyznę, bo wiem, co mi odpowiesz.

Tak...?

Że najpierw trzeba pokochać siebie.

137

(śmiech) Ale to prawda!

**Wiem, rozmawialiśmy o tym już wiele razy. Dlatego spytam inaczej: czy aby żyć i wytrzymać z mężczyzną, którego kochamy, trzeba mieć inne podejście niż powiedzmy 100 lat temu?**

No pewnie, że trzeba mieć trochę inne podejście, bo wiele od tego czasu się zmieniło, choć zapewne jakiś procent dam – podejrzewam – kocha i potrzebuje mężczyzn po staremu, tradycyjnie. Niemniej jednak od zakończenia II wojny światowej cały pakiet oczekiwań co do roli mężczyzny w naszym życiu się zmienia. Dziś mężczyzna nie jest kobiecie niezbędny do tego, by urządzić jej świat. Bo ona ma całe połacie życia na wyłączność: ma swoje zainteresowania, swój zawód, swo-

je pieniądze, mieszkanie... Swoje decyzje, plany i potrzeby, które już niekoniecznie łączy z mężczyzną. To jest kolosalna zmiana.

### **Czyli dzisiaj bardziej kochamy mężczyzn dla nich samych, nie dla ich pozycji, pieniędzy...?**

O to właśnie walczyliśmy, gdy walczyliśmy między innymi o rozwody. Nie chcieliśmy tkwić w małżeństwie tylko dlatego, że to zobowiązanie prawie takie jak firma – tylko chcieliśmy być w nim z miłości. Co prawda nadal niektórzy żenią się dla majątku czy popularności, ale nie robią tego z musu. Wolno nam dziś kierować się uczuciami, ale to niesie ze sobą konsekwencje – w tym takie, że inne rzeczy już nas nie podtrzymują w związku. Dlatego rozwodów jest coraz więcej. Zostaje ta biedna, goła miłość, która ma wszystko unieść. I wcale to nie jest proste. W dodatku dziewczynki jedną nóżką są w XXI wieku, a drugą w XIX.

### **Co to znaczy?**

Ta nóżka, która tkwi w XIX wieku, to marzenie o romantycznej miłości, wyjęte trochę z książek, podtrzymane przez filmy. Druga nóżka, ta z XXI wieku, to niezależność i równouprawnienie.

### **No to robimy niezły szpagat...**

Zgadza się – jedna kra płynie do przodu, a druga do tyłu – i bądź tu teraz w harmonii. (śmiech)

**Myślałam, że może powiesz, iż trzeba dzisiaj kochać cierpliwiej, trwalej – w końcu rodzaj męski jest w trudnym okresie przepoczwarczenia się...**

Bez przesady. Wciąż jeszcze mężczyźni mają od nas lepiej i więcej. I ciągle się zastanawiają, czy już zacząć się przepoczwarczać, czy może bez tego uda się zachować status quo. Kobiocie i tak warto żyć pełnią życia i wymagać – od siebie i od faceta. Jeżeli się uda taka sytuacja, że spotykają się świadome siebie dwie osoby, a do tego jeszcze się lubią, cenią i nie przeszkadza im za bardzo, że ta druga osoba nie jest taka albo owa – to można powiedzieć, że to jest cudowne optimum. Czyli związek, gdzie obydwójce mogą sobie wspierać, cieszyć się ze swoich osiągnięć, nie zazdrościć sobie, nie porównywać się za bardzo. I jeśli pojawia się dziecko, to nadal są dla siebie najważniejsi, nie porzucają dla dziecka partnera, co powiedziałabym jest polską specjalnością. Polskie kobiety nie nauczyły się ufać mężczyznom w sprawie opieki nad dziećmi, bo nie mają w tym doświadczenia. Jakiś czas temu w jednej z audycji radiowych powiedziałam, że Polki mają za mało fajnych facetów, którym chciałyby rodzić dzieci i z którymi chciałyby je wychowywać. Dziś kobiety w dużej mierze liczą się z tym, że dzieci będą tylko na ich głowie. Oczywiście jest trochę fajnych chłopaków, takich nowoczesnych ojców, którzy włączają się w wychowanie dziecka w pełni, ale to są pierwiosnki. Nadal wielu jest nieobecnych w życiu ich dzieci.

### **Po części są nieobecni dlatego, że zakładają nowe rodziny z nowymi partnerkami.**

Skoro żyjemy dłużej, więcej się mieści tych związków w naszym życiu. I więcej dzieci się z nich rodzi. No, ale gdybyśmy nauczyli się, że wszystkie dzieci są nasze, to byłoby bardzo przyjemnie na tym świecie. Niestety, nadal jest w nas silna potrzeba własności: zarówno wobec dzieci, jak i partnerów.

**Jako partnerki powinnyśmy nauczyć się dzielić swoimi mężczyznami? Z ich dziećmi z poprzedniego związku,**

### **z byłymi żonami, z którymi, daj Boże, są w serdecznych relacjach...**

A daj Boże, serdecznych. Bo nie chodzi o to, by z byłą żoną żyć w jakiejś wielkiej przyjaźni, ale przynajmniej nie zakładać z góry, że tam po drugiej stronie jest wróg. I nie powiedziałabym „dzielić”, bo to słowo oznacza zawłaszczanie, a potem krojenie na kawałki. Tymczasem chodzi o to, by traktować mężczyznę jako odrębną osobę. Z całą jego przeszłością, te-  
rażniejszością i przyszłością.

### **Dziś coraz rzadziej spotyka się mężczyznę bez przeszłości.**

Co więcej, dziś wiele kobiet wiązuje się z mężczyzną, który jeszcze jest w związku. Choć co prawda on mówi, jak w piosence, że „żona go nie rozumie i wcale ze sobą nie śpią”, jednak to nie jest takie pewne. Ale nawet jeśli jest wolny, to i tak nie mamy go na wyłączność. Nie możemy myśleć o nikim, w tym o mężczyźnie, że my go posiadamy. W miłości to jest tym bar-  
dziej ważne, bo kochać to nie znaczy posiadać.

### **Ale mówimy: mój facet, moja kobieta...**

Mówimy i bardzo potrzebujemy poczucia, że jesteśmy dla ko-  
goś wyjątkowi, jedyni. To nie jest jednak równoznaczne z po-  
siadaniem, tylko z wyborem. Przecież o to chodzi, że on chce  
być ze mną, a ja chcę być z nim. Ale jest też zrozumiałe, że  
mamy inne kontakty – z rodzicami, z przyjaciółmi, z dziećmi.  
Znam bardzo dużo kobiet zazdrosnych o dzieci, co jest jakimś  
grubym nieporozumieniem. Jasne, że potrzebujemy, by w sfe-  
rze miłości on był tylko z nami, ale w koleżeństwie? Trudno,  
by nie miał znajomych i nie chciał spędzać z nimi czasu. Choć  
jeśli z jakąś kobietą spędza za dużo czasu, to się niepokoiimy.  
No bo czy kobieta może się przyjaźnić z mężczyzną? Moim

zdaniem może. Nie róbmy sobie tej krzywdy, że skoro ty z kim-  
kolwiek jesteś blisko, to ja na tym tracę. Bo ja na tym właściwie  
zyskuję. Jeśli człowiek ma szerokie spektrum ludzi dookoła,  
to potrafi też więcej dawać. I wszyscy na tym korzystają. Ale  
nie potrafimy tego zrozumieć. Ci, którzy się boją odrzucenia,  
boją się, że ktoś przyjdzie i im tego ukochanego zabierze. Jak  
ma przyjść i zabrać, to i tak to robi. A poza tym ukochany  
musi sam chcieć dać się zabrać, bo nie jest przecież workiem  
z kartoflami.

### **Często trafiamy na kogoś zranionego poprzednim zwią- kiem.**

Można powiedzieć, że rzadko się zdarza, że trafiamy na kogoś,  
kto nigdy nie był skrzywdzony...

### **Kochać takiego mężczyznę to jeszcze większe wyzwanie?**

W ogóle kochać drugiego człowieka to jest wyzwanie, bo  
mamy do przekroczenia zarówno własne lęki i urazy, jak i jego.  
Jeśli jesteśmy osobą bardziej otwartą, która nauczyła się nie  
żyć tymi urazami, to generalnie jest nam łatwiej w życiu, bo  
nie bierzemy wszystkiego do siebie. Ale owszem, zdarza się  
tak, że na przykład kobieta ma poczucie, że tak łatwo byłoby  
się kochać, a on się nie daje albo nie odpowiada tym samym,  
nie wie jak albo się wstydzi. I co, powiedzieć mu: „Nie wstydź  
się”? Skoro on się wstydzi.

### **To co robić? Jak postępować?**

No, kiciuś, postępować, jak się da. Na pewno kobiety niektó-  
rych rzeczy robić nie powinny, a zwłaszcza zalewać mężczyznę  
uczuciem, bo on się wtedy zwija jak ślimak. To problem aktu-  
alny od wieków. Najpierw ona z oporem daje się zdobywać,

a potem, kiedy on ją już zdobył, to ona do niego tak przywiera, że on się zaczyna odklejać. I ona wtedy zdziwiona: „No jak to, przecież on mnie chciał i teraz co, już nie chce?”. Dziś już zmieniła się ta reguła, że on ma zdobywać, a ona się strasznie długo opierać. Coraz częściej to kobiety startują do mężczyzn, bo czemu nie? I coraz częściej pary są ze sobą na teraz, nie na zawsze.

### **Czyli dziś największym wyzwaniem jest trwać przy sobie?**

W dużym stopniu tak. Trwać i nie mieć poczucia, że „zamienię ciebie na lepszy model”, nie czekać na lepszy model, tylko wiedzieć, że facet jest, jaki jest, i trzeba się nauczyć być z nim takim, jaki on jest – no, chyba że jest łajdakiem, to wtedy trzeba spieprzać. I tak, to jest wyzwanie. Ludzie nie chcą się uczyć siebie samych i innych. Choć i tak widzę duży postęp. I to zwłaszcza u kobiet. Ale myślę, że bardziej powinny oczekiwać tego od mężczyzn. Dużo jest jeszcze do zrobienia w tej materii...

### **W materii ich stosunku do nas?**

Były czasy, kiedy mężczyźni wprawdzie rączki całowali, ale za to nie dopuszczali nas do pieniędzy i władzy. Teraz już tak bardzo rączek się nie całuje, zresztą kobiety coraz częściej tego nie chcą, ale nadal jest duży opór przed traktowaniem nas jako równych sobie. Pornografia i sex shopy nadal są tylko dla facetów, z drugiej strony oni coraz częściej pozwalają sobie na dopuszczanie do głosu swojej kobiecej części, tyle że kobiety tego nie lubią. One chcą zachować to, co było, plus dostać coś nowego. Wiadomo nie od dziś, że kobiety chcą więcej i to – trzeba powiedzieć – jest wobec mężczyzn nieuczciwe. Natomiast nie doszło jeszcze do dogadania się płci. Co prawda jest nie najgorzej, ale skoro nasze związki są na trochę, to

znaczy, że my tylko na trochę potrafimy się ze sobą dogadać. Jeślibyśmy sobie zdali sprawę z tego, że w ogóle życie jest na teraz, na trochę – to byłoby nam lżej i prościej. Może z czasem przestaniemy mieć wizję jednego związku na całe życie jako najlepszego rozwiązania.

**Może przestaniemy, tylko czy przestaniemy mieć potrzebę czegoś, co bym nazwała lojalnością? Nasze związki z czasem się przekształcają, z kochanków stajemy się przyjaciółmi – ale nadal mamy poczucie, że ktoś trwa przy nas, nie zostawia nas, że możemy na niego liczyć. Co prawda kiedyś mąż bankrutował, a żona nie miała wyboru, musiała przy nim trwać.**

No właśnie, musiała. Dziś nie musi. Choć popatrz, dziewczyny przy alkoholikach trwają. Przy bijących też. Za to przy bankrutujących i zdradzających nie trwają. Jak to możliwe? Nas się wychowuje do tego, by trwać przy tych pierwszych. A mężczyźni przy alkoholikach raczej nie trwają, ciekawe, czy będą trwać przy bankrutkach?

### **Chcesz powiedzieć, że trwanie nie zawsze jest wartością?**

Właśnie. Trwanie czasem utrwała patologiczną sytuację. Poza tym dzisiaj mamy różne szkoły i różne filozofie. Jedna mówi, że trwanie, lojalność jest wartością. Druga, że masz jedno życie i od ciebie zależy, co z nim i w nim zrobisz. Jedni powiedzą, że odejście ze związku, w którym nie czujesz się szczęśliwa, jest egotyczne i złe, drudzy – że zdrowe. Ci pierwsi są z takiej, powiedziałabym, starej szkoły. Kiedy oglądam filmy z bohaterkami z tej właśnie starej szkoły, to mam poczucie, że one jednak nie dokonują własnych wyborów. Na przykład ona miała odejść od męża, ale on się rozchorował, więc ona zostaje. Wie, że to koniec jej szczęścia, ale cóż, nie może postąpić

inaczej. Dla mnie to jest jednak nefajne. Moim zdaniem nadal powinna mieć takie samo prawo, by odejść. A jakby zrobiła to tydzień wcześniej?

**W przysiędze małżeńskiej obiecujemy sobie, że będziemy ze sobą w chorobie...**

Przysięga małżeńska powinna zostać zmieniona – dlatego ludzie nie chcą się dzisiaj żenić i wolą żyć na kocią łapę, bo wtedy nie zdradzają przysięgi. Poza tym jak możesz komuś obiecać, że będziesz z nim do śmierci? Jedyne, co możesz obiecać drugiej osobie, to to, że będziesz z nią tak długo, jak będziesz chciał z nią być. Poza tym przecież możesz się kimś zajmować w chorobie, niekoniecznie będąc z nim cały czas. Możesz powiedzieć swojemu nowemu partnerowi: „Jestem z tobą, ale teraz mój były mąż jest chory, więc będę odwiedzała go w szpitalu”.

**Pamiętasz film *Co się wydarzyło w Madison County*? Tam bohaterka też dokonała wyboru, nie odeszła od męża, mimo że spotkała jeśli nie miłość swojego życia, to na pewno największą namiętność.**

Pewnie, że pamiętam, wybitny film. Ona tam zadała sobie najpierw dwa ważne pytania: „Jak ja się będę czuła za parę lat?”. I: „Skąd mam wiedzieć, czy to miłość?”. W nich uczucie walnęło jak piorun, znali się tylko kilka dni, a na drugiej szali był mąż, dzieci, dobre życie... Co prawda udowodnili z czasem, że to była prawdziwa miłość i kochali się aż do śmierci. Myśleli o sobie, pamiętali – dlatego, że to było tak mocne. To też pokazuje, że można kogoś kochać, nie będąc z nim i przy nim. Na przykład w *Rozważnej i romantycznej* Romantyczna naprawdę się zakochała i nie przestała kochać, nawet jeśli on wybrał intrygę, nie uczucie.

**Jak widać, ta goła miłość, jak mówiłaś na początku, nie zawsze wystarczy. Bywa, że kochamy, ale nie jesteśmy w stanie razem żyć albo różne zdarzenia życiowe nam to uniemożliwiają, a czasem uniemożliwiają nam to nasze wartości.**

Bohaterowie *Co się wydarzyło...* przynajmniej dali sobie te kilka dni razem, zawiesili świat na kołku i mieli tylko siebie.

**Czyli, że znów wrócę do tego pytania: jak kochać, Kasiu?**

Ano, kochać jak się da.

**(śmiech) Jak on się da?**

Jak on się da, jak ty potrafisz i jak życie wam pozwala.

### **Praca domowa**

Dr Brene Brown, znana badaczka odwagi i wrażliwości, prowadziła też badania nad tzw. osobowością serdeczną (z żalem odkrywając, że sama takiej nie ma), które opisuje w książce *Dary niedoskonałości*. Otóż według tego, co ustaliła, ludzie o takiej osobowości kochają samych siebie, co oznacza, że traktują siebie z życzliwością, szacunkiem, czułością i zaufaniem. Akceptują siebie takimi, jacy są, i wierzą w to, że są warci miłości – tak po prostu.

Kiedy naprawdę kochamy samych siebie, nie określamy wstępnych warunków, kochamy siebie mimo wszystko.

Badania dr Brown doprowadziły ją do konkluzji, że nie możemy kochać swojego partnera – a także swoich dzieci i przyjaciół – bardziej, niż kochamy samych siebie. Poza tym nie jesteśmy w stanie przyjąć miłości drugiej osoby, jeśli uważamy, że na nią nie zasługujemy. Kiedy kochamy siebie, umiemy też wyznaczać innym granice. To nie znaczy, że czujemy złość czy

# NIE PRÓBUJ GO ZMIENIAĆ

*Chciałabyś, by był bardziej empatyczny albo by pamiętał o wspólnych rocznicach, nie spóźniał się, był mniej flegmatyczny? Częściej mówił, że kocha? Da się w ogóle wychować dorosłego człowieka? Jak zmieniać się dzięki ukochanej osobie, jednocześnie pozostając sobą?*

**Czy my się od siebie uczymy w związkach, czy pozostajemy tacy sami?**

Myszę, że na to pytanie są dwie odpowiedzi, a może nawet trzy. Jedna to: „Oczywiście, że się uczymy”, druga: „Nie, w ogóle”, a trzecia jest trochę pośrodku. Czyli niektórzy ludzie szalenie dużo uczą się od partnerów, powiedziałabym, że związki wyprowadzają ich na prostą, inni w ogóle się nie zmieniają, a jeszcze inni trochę się zmieniają, a trochę nie.

**I od czego zależy, do której kategorii się zaliczamy? Naszej otwartości na doznania i drugiego człowieka?**

Od otwartości przede wszystkim, ale też od zasobów i od tego, czy nasza historia życia nauczyła nas korzystać z doświadczenia. Ale też, jeśli jesteśmy w parze i wiemy w dodatku, że jest to para na długo, to zwyczajnie trzeba się nauczyć znosić pewne rzeczy, których nie lubimy. Zobacz, jak to uczy cierpliwości, i to dość brutalnie. Uczy też tolerancji, pokory i zgody na to, że druga osoba jest, jaka jest. Czyli z racji tego, że niektóre