



# Kochać i być kochanym

Dlatego opuści człowiek ojca swego i matkę swoją i złączy się z żoną swoją, i staną się jednym ciałem – 1 Mojż. 2:24

Kochać i być kochanym jest jednym z najgłębszych doznań w życiu człowieka. Z Księgi Rodzaju 2:24-25 dowiadujemy się, że *opuści człowiek ojca swego i matkę swoją i złączy się z żoną swoją, i staną się jednym ciałem. A człowiek i jego żona byli oboje nadzy, lecz nie wstydziła się*. Jednym z najgłębszych i najmocniejszych pragnień każdego człowieka jest, aby być poznany przez drugą osobę takim, jakim naprawdę się jest. Uzewewnętrznić swoją najgłębszą i najskrytszą istotę.

Pragnienie, aby „być razem” znaczy poznać siebie fizycznie i psychicznie na najbardziej intymnej płaszczyźnie. Intymność jest to stan, który jest zarezerwowany tylko dla tych, którzy prawdziwie oddali sobie nawzajem swoje serca i złączyli się razem w obliczu Boga. *A tak już nie są dwoje, ale jedno ciało. Co tedy Bóg złączył, człowiek niechaj nie rozłącza* – Mat. 19:6. Jest to coś bardzo prywatnego, szlachetnego, uświęconego przez samego Boga.

W Księdze Rodzaju 2:7 i 1:31 czytamy również:

*ukształtował Pan Bóg człowieka z prochu ziemi i tchnął w nozdrza jego dech życia. Wtedy stał się człowiek istotą żywą. [...] I spojrział Bóg na wszystko, co uczynił, a było to bardzo dobre.*

Ciało ludzkie jest w oczach Bożych czymś bardzo pięknym i dobrym. Ludzie, w odróżnieniu od innych istot, mogą widzieć siebie twarzą w twarz podczas zbliżeń intymnych. Być może Bóg chciał nam zasugerować, że w tej dziedzinie musimy być ze sobą bardzo, ale to bardzo, szczerzy i otwarci. Musimy się dać poznać takimi, jakimi naprawdę jesteśmy. Bliskość fizyczna dwojga ludzi jest prawdopodobnie najbardziej radykalną formą poznania siebie i wspólnej akceptacji. Dlatego bezgraniczna szczerść i zdrowa komunikacja jest najważniejsza dla udanego związku dwojga ludzi.

Apostoł Paweł tak nam radzi:

*Mąż niech 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. Nie strońcie od współżycia z sobą, chyba że za wspólną zgodą* – 1 Kor. 7:3-5.

W intymnym związku pomiędzy dwojgiem kochających się osób nic nie może być niedopowiedzianego. Kochankowie powinni obnażać przed sobą swoje wnętrza. Dzielić się nie tylko swoimi oczekiwaniami i marzeniami, ale również ujawniać swoje obawy i rozczarowania. Kochające się osoby ufają sobie nawzajem, są ze sobą otwarte, mówią sobie o wszystkim. Mówią o tym, co sprawia przyjemność, a co przykrość. Nie myślimy nigdy: Jeżeli mnie kocha, to będzie wiedział/wiedziała, czego ja pragnę. Pomyślimy raczej: Powiem mu/jej, co sprawia mi przyjemność, bo go/ją bardzo kocham i chcę, aby wiedział/wiedziała wszystko o mnie, kim naprawdę jestem.

Umiejętność rozmowy na tematy intymne jest czymś bardzo pięknym, a jednocześnie koniecznym do udanego związku dwojga osób. Jednak jest czymś niesamowicie trudnym. Większość małżeństw rozpada się na punkcie seksualnym. Z kolei większość problemów w tej dziedzinie, to problemy z otwartą komunikacją.

Intymność dwojga osób jest niezmiernie delikatna i wrażliwa. Jest ją łatwo zranić, czy też nawet stracić lub zniszczyć. Albo też założyć ciężkie kłody, które potem trzeba ciągnąć przez wiele lat.

Bliskość fizyczna jest czymś bardzo delikatnym i kruchym. Dlatego nigdy, ale to nigdy, żadne z partnerów nie może się poczuć niedocenione lub w jakikolwiek sposób zlekceważone. Może się zdarzyć, że nie będziemy rozumieć potrzeb drugiej osoby, albo że te potrzeby będą niewygodne lub nawet dziwne. Szanujemy różnice pomiędzy kobietą a mężczyzną i starajmy się je zrozumieć, ale nigdy nie odrzucajmy, ani nie ignorujemy potrzeb kochanej osoby.

Rozmowa na tematy intymne jest niesamowicie trudna, dlatego musimy się tego uczyć.

Musimy się uczyć mówić sobie o tym, co lubimy, jak lubimy i to nie tylko słowami, gesty są często bardziej wymowne. Małżonkowie powinni rozmawiać ze sobą o problemach intymnych wtedy tylko, kiedy są ze sobą bardzo blisko. Mamy tendencje wygarniać nasze bolączki czy niespełnione oczekiwania, gdy jesteśmy zirytowani lub sfrustrowani. To są rzeczy zbyt ważne i zbyt delikatne, aby o nich rozmawiać w nerwach. Pamiętajmy, że umiejętność rozmowy o trudnych rzeczach intymnych jest czymś niesamowicie „eleganckim”. Dlatego nie wstydźmy się takich rozmów.

Kiedy rozmawiamy na tematy intymne, zawsze mówmy z uczuciem. Nie bójmy się ujawniać swoich obaw, swoich niepewności, uzewnętrznić swojej wrażliwości i



czułości, swoich emocji. Kiedy przerywamy tę komunikację lub nie pozwalamy drugiej osobie dzielić się swoimi uczuciami, lub gdy nawet po prostu przerywamy w pół zdania, robimy coś więcej niż zwyczajne niesłuchanie lub przerywanie. Odcinamy małżonka od siebie jako osobę. Wtedy rozpoczyna się niebezpieczny i destrukcyjny proces, sprawiający, że druga osoba czuje się coraz bardziej obco, zamiast czuć się jak najważniejsza osoba w życiu. Wszyscy pragniemy być zrozumiani, wysłuchani. Gdy sami czujemy się zrozumiani, jest nam o wiele łatwiej wysłuchać i zrozumieć drugą osobę.

Historia wieży Babel, zanotowana w 11 rozdziale Księgi Rodzaju, podkreśla niesamowity potencjał i siłę komunikacji. W stanie buntu przeciwko Bogu ludzie próbowali zbudować wieżę, która „dotarłaby do nieba”. Aby im zapobiec, zamiast zesłać trzęsienie ziemi lub jakieś plagi, Bóg postanowił zakłócić zdolność komunikowania się. Wiedział, że komunikacja była podstawą ich zdolności do wykonania czegokolwiek.

Komunikacja jest absolutnie niezbędna w ludzkim funkcjonowaniu, a szczególnie w intymnym związku dwojga ludzi. Bóg pragnie, abyśmy komunikowali się ze sobą w sposób, który rozwiąże problemy, zbuduje relacje i przyniesie Mu chwałę.

Komunikacja nie tylko buduje relacje, ale pomaga rozwiązywać problemy w tych relacjach. Najważniejszą zasadą dobrej komunikacji jest, aby słuchać całym sobą. Izajasz 55:2-3 mówi:

*Słuchajcie uważnie Mnie [...] Nakłońcie swoje ucho i przyjdźcie do Mnie: słuchajcie, a wasza dusza będzie żyć.*

Słowo „nakłońcie” w hebrajskim języku oznacza „inteligentnie słuchać, zwracać uwagę”. To różni się od prostego aktu przysłuchiwania się. Oznacza słuchanie w sposób zamierzony, intensywny. Zwrot „nakłońcie swoje ucho” w języku hebrajskim oznacza: „rozciągnięcie lub zgięcie”. Oznacza to, że robimy coś, co powoduje, że się poddajemy. Kiedy słuchamy naszego małżonka, musimy to robić celowo, inteligentnie, całym sobą.

Przeprowadzono badanie o przekazie wiadomości w rozmowie. Okazuje się, że słowa stanowią tylko 7% całości przekazu wiadomości, gestykulacja i ton głosu 38%, a komunikacja naszym ciałem i wyraz twarzy stanowią większość przekazu – 55%. Jeśli nie zwracamy uwagi, kiedy nasz małżonek mówi do nas, jeśli słyszymy tylko słowa, ale nie patrzymy na siebie z uwagą, odbieramy tylko mały procent całkowitej wiadomości.

Uczmy się skupiać pełną uwagę na naszych małżonkach, kiedy rozmawiamy ze sobą, kiedy otwier-

amy przed sobą nasze serca. W rozmowach na tematy intymne uczmy się być dobrymi słuchaczami. Słuchajmy całym sobą. Nie bądźmy defensywni, nie brońmy się zaraz, nie tłumaczmy się – po prostu słuchajmy. Nie myślmy o tym, co odpowiedzieć, jak wytłumaczyć – po prostu słuchajmy. A gdy nasz małżonek skończy, powtórzmy w skrócie, co usłyszeliśmy. Niech nasz małżonek wie, że uważnie słuchaliśmy, że go rozumiemy, że to, co mówi, jest dla nas ważne. A potem możemy powiedzieć: Powiedz mi jeszcze więcej, chcę naprawdę wiedzieć, jak ty to czujesz. Powiedz mi, tak bardzo chcę ciebie poznać lepiej. Nie bójmy się poznawać wnętrza osoby kochanej. Takie jest prawo intymności.

W bliskim i intymnym związku dwojga osób każdy musi mieć swoje własne, indywidualne miejsce. Każdy indywidualnie musi kształtować ten związek, tchnąc w niego życie, tchnąc energię i pasję. Każdy musi zrobić to w swój własny sposób. Musi kochać po swojemu, naśladować swe własne serce, musi po prostu być sobą.

Ze zdziwieniem zauważamy, że jeżeli jesteśmy sobą, to mamy dużo miejsca i swobody w naszym związku. I to nie kosztem drugiej osoby, ale kosztem tego, że dobieramy w życiu partnera, który nas uzupełnia, który wypełnia to, czego nam samym brakuje. Podświadomie wybieramy partnerów, którzy są przeciwieństwem nas samych. To właśnie ta odmiennosc nas najbardziej zachwyca i pociąga. Z czasem jednak ta odmiennosc staje się uciążliwa, często wprost niemożliwa do zaakceptowania, trudna do zniesienia. Dlatego zachęcam do poznania samego siebie, bo gdy poznamy i rozumiemy samego siebie, zaakceptujemy swojego partnera jako swoje odbicie. Nie zmieniaj swojego partnera, kochaj go takim, jaki jest. To jest sekret każdego udanego związku.

Często potrzeba wiele lat współżycia i wiele przeżyć, aby dojrzeć do tej prawidłowości. Apostoł Paweł posiadał głębokie zrozumienie różnicy pomiędzy mężczyzną a kobietą i ich potrzeb. Dlatego przekazuje nam taką życiową radę: *Żony bądźcie uległe mężom swoim, jak przystoi w Panu* – Efezj. 5:22. Żony, szanujcie mężów swoich, wierzcie w nich i ufajcie im. A jeśli to będziecie robić szczerze, on odkryje w sobie potencjał, o którym nawet ty ani on nie wiedzieliście.

*Mężowie miłujcie żony swoje, jak i Chrystus umiłował Kościół i wydał zań swoje życie* – Efezj. 5:25.

Mężowie, kochajcie swoje żony całym sercem, kochajcie je bez granic. Kochajcie je z pasją. A jeśli to będziecie robić szczerze, kobieta potrafi stworzyć świat magiczny. Świat, w którym ty sam będziesz mógł się rozwijać i być sobą. Bezgraniczna miłość męża jest kluczem



do tego świata.

Małżonkowie nie powinni nigdy zaprzestać mówić sobie o swojej miłości. Mówić: Kocham cię, nie tylko za to, kim jesteś, ale również za to, kim ja jestem przy tobie.

A miłość najbardziej uzewnętrznia się szczególnie wtedy, kiedy małżonkowie razem pokonują życiowe porażki, kiedy jedno drugiemu podaje rękę. W trudnościach ukryte jest piękno życia.

*Lepiej jest dwóm niż jednemu, [...] bo jeśli upadną to jeden drugiego podniesie [...]. A sznur potrójny nie tak szybko się zerwie - Kazn. 4:9-10,12.*

Dlaczego sznur jest potrójny? Bo Bóg błogosławi i uświęca związek dwojga kochających się osób.

Szarkowicz Daniel (CA)