

ks. Marek Dziewiecki

Communio z braćmi, czyli miłość bliźniego

Wstęp

Każdy człowiek chce być kochanym przez innych ludzi. Nie tylko dzieci i młodzież, ale także dorośli wołają – różnymi sposobami – o miłość. Jedyna różnica polega na tym, że dzieci czynią to z reguły w sposób bezpośredni i głośno, a gdy dorastają, zaczynają ukrywać potrzebę bycia kochanym albo wyrażają ją w sposób pośredni, niewerbalny, na przykład przez rozgoryczenie, lęki, depresję. Również agresja wobec innych lub wobec samych siebie okazuje się często ukrytą formą wołania o miłość. Nawet stany samobójcze są zwykle wołaniem o pomoc i o miłość, a nie o śmierć. Wszyscy odczuwamy głód miłości. Wszyscy pragniemy, by inni ludzie nas kochali, czasem wręcz żądamy miłości. Nie wszyscy jednak pamiętamy o tym, że także my powinniśmy kochać ludzi, od których oczekujemy miłości. Żyjemy w świecie, w którym tak wielu pragnie, by inni ich kochali, a tak niewielu wymaga od siebie, by pokochać innych ludzi, poczynawszy od najbliższych.

Miłość do drugiego człowieka, tak jak miłość do Boga i do samego siebie, nie jest postawą łatwą ani spontaniczną, stawia wysokie wymagania. Z tego powodu człowiek szuka różnych argumentów, które mogłyby usprawiedliwić jego brak miłości do bliźnich; niektórzy stwierdzają, że ludzie po prostu nie zasługują na miłość, inni z kolei interpretują miłość do drugiego człowieka

jako niepotrzebny nakaz, a nawet jako przejaw naiwnego czy bezsensownego poświęcenia siebie dla innych, kosztem słusznej troski o własne życie i szczęście. Także wśród dzieci i młodzieży nie brak tych, którzy sądzą, że mogą stać się szczęśliwymi ludźmi, nie ucząc się dojrzałej miłości do drugiego człowieka.

Dlaczego kochać bliźniego?

Zadaniem wychowawców jest ukazywanie dzieciom i młodzieży pogłębionych motywów miłości bliźniego. Pierwszy z nich to fakt, że człowiek nie może uniknąć kontaktu z drugim człowiekiem. Każdy z ludzi przychodzi na świat jako owoc intymnego spotkania rodziców i rozwija się przez spotkania z innymi osobami. Wszystko w człowieku jest nakierowane na te spotkania: cielesność, płciowość, świadomość, wolność. Próby unikania spotkań są znakiem poważnych zaburzeń psychospołecznych. Unikanie kontaktów międzyludzkich przybiera nie tylko formy, które są oczywiste i czytelne, jak np. autyzm, próby samobójcze czy patologiczny lęk przed ludźmi. Może przybierać również takie formy, które są trudniejsze do odczytania, np. używanie alkoholu przez nieletnich, nadużywanie alkoholu przez dorosłych albo sięganie po narkotyki. Tego typu zachowania są bowiem próbą ucieczki od świadomego i odpowiedzialnego kontaktu z samym sobą i z drugim

człowiekiem. Unikanie spotkań unie-możliwia rozwój, prowadzi do osamotnienia i cierpienia, a czasem nawet do śmierci. Niedobrze jest przecieź człowiekowi być samemu (por. Rdz 2,18), bo być człowiekiem – to być spotkaniem.

Człowiek nie może unikać kontaktu z innymi ludźmi, ani nie może normalnie funkcjonować poza kontekstem więzi międzysobowych – ma więc do wyboru jedynie sposób spotkania się z drugim człowiekiem. Spotkania oparte na miłości sprawiają, że kontakt z innymi staje się źródłem szczęścia, satysfakcji, rozwoju, umocnienia w dobru i prawdzie oraz w poczuciu bezpieczeństwa. Natomiast spotkania oparte na wrogości czy krzywdzie sprawiają, że kontakt z innymi okazuje się źródłem cierpienia, wzajemnej agresji, źródłem depresji, rozpacz i zaburzeń. Unikanie bolesnych konsekwencji „złego” spotykania się z innymi ludźmi nie jest, oczywiście, jedynym motywem miłości do drugiego człowieka. Motywem podstawowym i pozytywnym jest fakt, że miłość bliźniego to nie wynik poświęcenia się dla innych czy lęku przed konsekwencjami życia bez miłości, lecz osobisty zysk dla człowieka, który kocha. Oczywiście otrzymują wielkie wsparcie ci ludzie, którzy są kochani. Jednak najwięcej zyskuje ten, kto kocha. Kochać innych to najlepszy sposób i sprawdzian dojrzałego pokochania samego siebie. Z tego właśnie względu Bóg, który kocha każdego człowieka, wzywa nas, byśmy pokochali naszych bliźnich (por. Mt 22,39). Wtedy bowiem my sami zyskamy najwięcej, a nasza radość będzie pełna.

Często młodzi ludzie pytają mnie o najważniejsze odkrycie w moim życiu. Odpowiadam, że jest nim odkrycie prawdy, iż najpełniej rozwijam się i kocham samego siebie wtedy, gdy uczę się szczerze i dojrzałe kochać innych ludzi. Człowiek, który kocha, staje się

bowiem silny, niezależny, wolny od lęków i rozzarowań, wolny od niedojrzałych oczekiwań, od ciągłej potrzeby, by inni go kochali i by nieustannie potwierdzali swoją miłość do niego. A gdy ktoś kocha innych i nie oczekuje od nich odpowiedzi, wtedy właśnie ta odpowiedź przychodzi – w sposób zaskakujący i ponad miarę. Największą szansę na to, by być kochanymi, mają zatem ci, którzy sami kochają. Ci natomiast, którzy z jakichś względów nie chcą czy nie potrafią kochać innych, nie poczuja się nigdy kochani, nawet wtedy, gdy wiele osób będzie ich kochało w sposób szczery i dojrzały. Kto nie kocha innych, nie może przecieź uwierzyć, że oni go kochają. Tak jak złodziej nie może uwierzyć, że inni są uczciwi i jak człowiek nieszczęśliwy nie może uwierzyć, że inni cieszą się życiem i że doświadczenie szczęścia w ogóle istnieje.

Miłość bliźniego a uczucia

Pomoc wychowawcza w dorastaniu do miłości bliźniego nie polega jedynie na ukazaniu dzieciom i młodzieży wskazanych wyżej pozytywnych motywów, dla których warto kochać. Równie istotnym zadaniem wychowawców jest wyjaśnianie wychowankom, na czym polega dojrzała miłość bliźniego, co stanowi istotę tej miłości. Istnieje bowiem wiele błędnych przekonań na ten temat. Sądzę, że błędem najbardziej niebezpiecznym i jednocześnie najbardziej rozpowszechnionym jest przekonanie, że miłość jest uczuciem. Z tego typu mylnym rozumieniem miłości spotykam się nie tylko u ludzi młodych, ale także u wielu dorosłych – również u niektórych wychowawców. Trzeba cierpliwie i konsekwentnie tłumaczyć dzieciom i młodzieży, że miłość nie jest uczuciem. Nie oznacza to, że miłość nie ma związku z uczuciami, oznacza natomiast, że miłość to coś znacznie więcej niż uczucia.

Gdyby miłość była uczuciem, wtedy nie można by jej było ślubować; nie można byłoby składać np. przysięgi małżeńskiej ani ślubować wiernej miłości w kapłaństwie czy życiu zakonnym. Nie możemy przecież ślubować czy przysięgać, że będziemy zawsze przeżywali określone uczucia. Zmienność emocjonalna jest nieuchronnym elementem ludzkiego życia, związanym z nieuchronną zmiennością sytuacji, których człowiek doświadcza. Przysięgi i ślubowania mogą dotyczyć jedynie naszych decyzji i naszych zachowań, ale nie naszych uczuć czy nastrojów. Miłość emocjonalna – z samej definicji – nie mogłaby być ani wierna, ani trwała.

Zwykle mamy do czynienia z podwójnym błędem: ze zredukowaniem miłości do uczuć oraz ze zredukowaniem bogactwa uczuć, które towarzyszą miłości, jedynie do przyjemnych stanów emocjonalnych. Oczywiście, prawdą jest, że miłości zawsze towarzyszy jakieś uczucie. Nie oznacza to jednak, że miłość jest uczuciem ani że miłości towarzyszą jedynie przyjemne uczucia czy nastroje. Gdy kochamy samych siebie i innych ludzi, wtedy przeżywamy bardzo różnorodne uczucia i emocje: od radości, entuzjazmu, satysfakcji i poczucia bezpieczeństwa aż do lęku, rozgoryczenia, gniewu i przerażenia. Nasze przeżycia emocjonalne są bowiem odzwierciedleniem tego, co dzieje się w nas i w naszym kontakcie z innymi. A ponieważ my sami i ludzie, których kochamy, przeżywamy bardzo różne doświadczenia, toteż emocje towarzyszące miłości zmieniają się nieustannie. Wyobraźmy sobie rodziców, których dorastający syn czy córka zaczyna wyrządzać krzywdy innym ludziom albo zaczyna niszczyć własne życie, np. sięgając po narkotyki czy wchodząc na drogę przestępstwa. Kochający rodzice będą wtedy przeżywali niepokój, żal, lęk, gniew, rozczarowanie i wiele innych bolesnych uczuć – właśnie dlatego, że kochają.

Gdyby wycofali swoją miłość, mogliby znów spać spokojnie. Jeśli kocham osobę, która postępuje dojrzałe, wtedy odczuwam radość i satysfakcję, jeśli jednak ta osoba wyrządza sobie krzywdę lub jest przez kogoś krzywdzona, wtedy przeżywam niepokój i lęk.

Kochać to nie to samo, co lubić kogoś czy czuć do niego sympatię. Można kochać także tych, których się w danym momencie nie lubi, albo których się w ogóle nie lubi, a nawet tych, którzy nas emocjonalnie drażnią czy niepokoją. Można natomiast nie kochać dojrzałe tych, których się bardzo lubi. Pamiętam kobietę, która w rozmowie ze mną zwierzyła się, iż jest córką alkoholiczki. Wyznała także, że czuje się wielką grzesznicą i że męczą ją ogromne wyrzuty sumienia, gdyż od dziecka nienawidzi swej uzależnionej matki, chociaż nigdy nie wyrządziła jej krzywdy. Jej bolesne uczucia wobec matki nigdy nie zmieniły się w negatywne zachowania wobec niej. Zobaczyłem wielką ulgę w oczach tej kobiety, gdy wyjaśniłem, iż w obliczu dramatycznych cierpień spowodowanych zaburzonymi zachowaniami matki – alkoholiczki, uczucia nienawiści, lęku, gniewu czy rozczarowania u dziecka są normalną reakcją emocjonalną. Nie są natomiast zaprzeczeniem miłości ani wyrządzaniem krzywdy drugiej osobie.

Jak wynika z przytoczonych przykładów, miłość zawsze wiąże się z uczuciami. Obojętność emocjonalna byłaby znakiem wycofania miłości. Jednak z faktu, że miłości zawsze towarzyszą uczucia i emocje nie wynika, że są to tylko miłe uczucia, ani że miłość jest uczuciem. Im silniejsza jest miłość, tym bardziej intensywne uczucia jej towarzyszą. Ale powtórzmy raz jeszcze: mogą to być bardzo różne uczucia. Także takie (np. rozgoryczenie, żal, niepokój, rozpacz), których na co dzień zupełnie nie kojarzymy z miłością i których nie bylibyśmy skłonni nazywać „uczuciem miłości”.

Nikim nie cieszymy się tak bardzo jak osobami, które najbardziej kochamy, a jednocześnie nikt nie może nas tak boleśnie zranić emocjonalnie, jak najbliższe nam osoby. Właśnie z powodu silnych więzi emocjonalnych nikogo nie jest tak łatwo kochać jak bliskich, gdy dominują radosne nastroje, a jednocześnie nikogo nie jest tak trudno kochać jak bliskich, gdy pojawiają się poważne problemy czy bolesne napięcia. Znacznie łatwiej jest nam w takiej sytuacji mądrze kochać obcych ludzi niż osoby z kręgu rodzinnego.

Widzimy zatem, że miłość wiąże się z ambiwalencją i zmiennością uczuć wobec osób, które kochamy. Zmienność tych uczuć nie świadczy jednak o zmienności naszej miłości, lecz o zmienności sytuacji, w której przychodzi nam kochać drugiego człowieka. Nie musimy lękać się czy obwiniać, gdy czasami czujemy żal, złość lub intensywny gniew wobec tych, których kochamy. Jedynym znakiem, który powinien nas w tej sytuacji zaniepokoić, byłaby obojętność, a nie zmienność emocjonalna. Zaprzeczeniem miłości nie jest bowiem odczuwanie bolesnych uczuć wobec drugiej osoby, lecz zupełna obojętność emocjonalna na jej los.

Błędnym jest również mocno rozpowszechnione przekonanie, że „przyjemne” uczucia wobec drugiej osoby (sympatia, przywiązanie emocjonalne), ułatwiają pokochanie tej osoby. Faktem jest, że miłe i radosne emocje mogą ułatwiać miłość, ale nie zawsze tak się dzieje. Czasem tego typu emocje utrudniają lub niemal uniemożliwiają dojrzałe pokochanie drugiego człowieka. Dzieje się tak zwłaszcza w sytuacjach trudnych czy konfliktowych. Silna więź emocjonalna z daną osobą może nam wtedy utrudniać np. obiektywną ocenę jej zachowań czy postawienie jej słusznych, ale trudnych wymagań. Ponadto naszą wolność, a przez to również naszą dojrzałą miłość wobec tej osoby, może paraliżować lęk, że odtąd pogorszą się między

nami więzi emocjonalne. W obliczu „przyjemnych” i silnych więzi emocjonalnych trudniej też odróżnić, czy nasze zachowanie wobec danej osoby wynika z bezinteresownej miłości, czy raczej z szukania własnego zadowolenia emocjonalnego. Są więc sytuacje, w których znacznie łatwiej przychodzi nam dojrzałe kochać tych, z którymi nie wiążą nas „miłe” czy intensywne więzi emocjonalne. Łatwiej wtedy o bardziej obiektywne spojrzenie na ich sytuację czy o udzielenie im odpowiedniej pomocy. Można to zaobserwować np. w sytuacji osoby uzależnionej od alkoholu, gdy zwykle ktoś z zewnątrz potrafi zdobyć się na dojrzałą postawę niż ludzie z najbliższego otoczenia, ci bowiem reagują bardziej w oparciu o emocje niż w oparciu o miłość.

Z powyższych analiz wynika, że miłość nie jest jedynie uczuciem, oraz że związek między miłością a uczuciami jest bardzo złożony. W szczególnie sposób trzeba przypominać o tym ludziom młodym, którzy z natury przeżywają dużą zmienność nastrojów i uczuć, zwłaszcza wobec osób, które najbardziej kochają. Wychowankom trudno jest prawidłowo i precyzyjnie odróżniać własne nastroje i przeżycia od decyzji i zachowań. Gdy nie rozumiemy złożonej relacji między miłością a uczuciami, łatwo wtedy o bolesne nieporozumienia w kontakcie z samym sobą i z innymi ludźmi, a także o niepotrzebne poczucie winy czy wyrzuty sumienia. Zadaniem wychowawców jest wyjaśnianie dzieciom i młodzieży, iż możliwa jest stałość w miłości, mimo zmienności w przeżywanych emocjach i nastrojach – właśnie dlatego, że miłości nie można redukować do uczuć.

Miłość bliźniego to decyzja i działanie

Skoro miłość nie jest jedynie uczuciem, to co stanowi istotę dojrzałej miłości bliźniego? Otóż miłość jest

decyzją. Istotą miłości jest rozważne decydowanie i konkretne działanie. Kochać – to znaczy podjąć decyzję, by troszczyć się o dobro drugiego człowieka. Kochać – to być obecnym w życiu drugiego człowieka w taki sposób, by łatwiej było mu stawiać się najlepszą wersją samego siebie. Kochać to pomagać rosnąć – także wtedy, gdy pomoc ta wiąże się z niepokojem, ze stawianiem wymagań, z bolesnymi przeżyciami. Miłość w swej istocie jest zatem troską o los drugiego człowieka, a nie szukaniem dobrego, romantycznego nastroju. Przeżywanie takiego nastroju jest z pewnością czymś cennym i potrzebnym, ale jest to jedynie jedna z konsekwencji miłości, a nie sama miłość. Z powyższych określeń można wyciągnąć kilka istotnych wniosków. Pierwszy, że miłość w odniesieniu do bliźniego i do samego siebie polega dokładnie na tym samym: na trosce o pełny rozwój człowieka. Istota dojrzałej miłości jest bowiem zawsze ta sama, niezależnie od tego, czy człowiek obejmuje nią innych ludzi, czy też samego siebie.

Drugi wniosek jest równie ważny wychowawczo. Otóż skoro istotą miłości nie jest uczucie, lecz decyzja troski o dobro kochanej osoby, to zakochanie nie jest formą dojrzałej miłości. Po pierwsze dlatego, że zakochanie nie jest rezultatem naszej świadomej decyzji; pojawia się niezależnie od naszej woli i od naszych pragnień, często nas zaskakuje, dziwi, a nawet z jakiegoś względu niepokoi. Zakochany doznaje zauroczenia emocjonalnego, czasami nie zdaje sobie nawet z tego sprawy. W zależności od stopnia dojrzałości i wewnętrznej wolności dany wychowanek może decydować o tym, w jaki sposób przeżywa i wyraża swoje zakochanie; nie może natomiast zdecydować, kiedy i wobec jakiej osoby ono się pojawi. Zakochanie nie jest formą dojrzałej miłości nie tylko dlatego, że nie pojawia się w oparciu o świadomą decyzję naszej woli,

ale także z tego względu, że zdecydowanie dominuje w nim aspekt emocjonalny; z tego właśnie względu zakochanie nie trwa „wiecznie”. Po kilku miesiącach czy latach przemija i dlatego nie może być wystarczającą podstawą dojrzałej przyjaźni, a tym bardziej harmonijnego życia małżeńskiego. Zakochany podejmuje nieraz bardzo ofiarne czyny wobec osoby, w której się zakochał, ale nie dlatego, że stać go na odpowiedzialną troskę o rozwój tej osoby, lecz głównie dlatego, że chce ją zatrzymać przy sobie – tak jak dziecko, które walczy o bliskość rodziców.

Stwierdzenie, że miłość to decyzja, by troszczyć się o rozwój drugiego człowieka oraz działanie wynikające z tej decyzji, dobrze określa istotę miłości. Czyni to jednak w sposób ogólny, a przez to dopuszcza możliwość nieporozumień czy błędnych interpretacji. Uczenie się dojrzałej miłości wymaga uświadomienia sobie, w jaki sposób tę miłość, która jest troską o człowieka, należy realizować. Otóż realizacja miłości bliźniego dokonuje się głównie przez określone słowa i czyny. Kochać, to w taki sposób rozmawiać z drugim człowiekiem i tak wobec niego postępować, by służyło to jego rozwojowi, by wprowadzało go w świat dobra, prawdy i piękna. Miłość wyraża się przez wysiłek i aktywność, przez sposób postępowania. Miłość jest więc widzialna! Wprawdzie rodzi się ona we wnętrzu człowieka, w tajemnicy jego serca i jego ducha, lecz prowadzi do słów i do czynów, które są widzialne, które można – dosłownie – sfilmować i sfotografować. Prawdziwa miłość jest miłością wcieloną.

Najwspanialszym wzorem miłości wcielonej jest tajemnica Bożego narodzenia. W tej tajemnicy niewidzialny Bóg, który jest Miłością, decyduje się przyjąć ludzkie ciało, aby dosłownie, czyli fizycznie wcielić się w człowieka i jego sytuację na ziemi. W ten sposób Jego miłość do człowieka staje się

miłością wcieloną, a przez to dostrzeżalną z zewnątrz. Pełnia czasów, pełnia objawienia się miłości to sytuacja, w której człowiek może w Chrystusie zobaczyć – dosłownie – Bożą miłość. Miłość potrzebuje nóg, by pójść do człowieka, o którego się troszczy. Potrzebuje rąk, by go dotykać i podtrzymywać. Potrzebuje oczu i uszu, by go widzieć, słyszeć, poznawać i rozumieć. Potrzebuje ust, by z nim rozmawiać. Potrzebuje twarzy, by wyrażać nią poruszenia serca. Chrystus do końca nas ukochał w taki właśnie wcielony i widzialny sposób. Dlatego Apostołowie mogli powiedzieć, że ujrzeli Bożą miłość własnymi oczami, że na nią patrzyli, że dotykali ją własnymi rękami (por. 1J 1,1).

Jeśli miłość ogranicza się jedynie do duchowych pragnień czy emocjonalnych poruszeń, jeśli nie wyraża się przez fizyczny wysiłek, przez służenie drugiej osobie własnym uśmiechem i pracą, własnym zdrowiem i czasem, własną siłą i wytrwałością, to taka miłość jest jedynie złudzeniem. Taka miłość nie jest autentyczną troską, nikogo nie przemieni, nikomu nie doda siły i odwagi, by szedł w dobrym kierunku, by nie ustał w drodze. Najbardziej wymownym przykładem miłości wcielonej, na jaką potrafi zdobyć się człowiek, jest miłość macierzyńska. Jest to bowiem sytuacja, w której kobieta-matka ofiaruje dziecku część własnego ciała, aby podzielić się z nim życiem i miłością – swoim życiem i swoją miłością. A potem do końca życia oddaje resztę ciała i krwi – ofiaruje swe siły, zdrowie i czas, aby jej dziecko czuło się kochane i aby mogło się rozwijać. Więcej uczynił jedynie Jezus, który z miłości do nas ofiarował na krzyżu całe swoje Ciało i przelał za nas wszystką swoją Krew.

Miłość bliźniego jest wcielona i widzialna

W przeprowadzonych z młodzieżą rozmowach na temat miłości bardzo mocno podkreślam fakt, że miłość jest

decyzją i działaniem, że wymaga wysiłku i dyscypliny, że nie jest ona osiągalna dla ludzi leniwych i że prawdziwa miłość zawsze jest widzialna. Tłumacząc także, że w związku z tym weryfikacja miłości dokonuje się przez obserwację rozmów i zachowań danego człowieka, a nie przez analizę jego miłosnych deklaracji. Dziewczyna, którą chłopiec zapewnia o swojej miłości, może zwerfikować jego miłość, gdy np. zaprosi go do swego domu i całość spotkania sfilmuje. Może później zobaczyć czy i „w jaki sposób” ów chłopiec ją kocha. Może sama, lub z pomocą swoich bliskich, przeanalizować zarejestrowane na taśmie wideo zachowanie chłopca i przekonać się, czy rozmawiał z nią na takie tematy i w taki sposób, że to ją umacniało, czy jego postępowanie było dla niej źródłem radości, wsparciem oraz czy mogło się przyczynić do jej rozwoju psychicznego, moralnego, duchowego i społecznego.

Dlaczego jest rzeczą aż tak ważną, by miłość do drugiego człowieka była widzialna, by była wcielona w konkretne słowa i czyny? Otóż dlatego, że człowiek nie może udowodnić drugiej osobie, że ją kocha. Autentyczna i dojrzała miłość wypływa przecież z wnętrza człowieka, jest konsekwencją jego wewnętrznego świata, jego hierarchii wartości, jego wewnętrznej wrażliwości, jego najgłębszych motywacji. To we wnętrzu człowieka rodzi się decyzja, by troszczyć się o dobro innych ludzi. A wewnątrz człowieka nie podlega bezpośredniej obserwacji. Człowiek, który kocha samego siebie, zna własne wnętrze i serce. Może więc być pewien swojej miłości bez potrzeby podejmowania zewnętrznych działań. Sytuacja zmienia się, gdy miłość skierowana jest do drugiej osoby. W tym przypadku człowiek, który kocha, nie może odsłonić swego serca i swego wnętrza, nie może pokazać tej osobie swoich myśli i motywacji, nie może „namacalnie” pokazać swojej decyzji o tym, że postanowił wiernie

i nieodwołalnie troszczyć się o jej dobro. Może jedynie dawać jej widzialne znaki, że to wszystko jest prawdą.

Odkrywanie miłości opiera się zatem nie na dowodach, lecz na znakach. Mają one pomóc człowiekowi, by uwierzył w miłość, by zaufał, że jest kochany, by podjął takie ryzyko. Uwierzyć, że jest się kochanym, stanowi bowiem ryzyko, gdyż prowadzi do więzi opartych na otwartości, na szczerości, na częściowym przynajmniej odsłonięciu własnej tajemnicy, własnej sytuacji, własnych doświadczeń i pragnień, a także własnych trudności i słabości. Takie ufne „odsłonięcie” siebie wobec drugiego człowieka sprawia, że stajemy się od niego w pewien sposób zależni i podatni na zranienie, gdyby jego miłość okazała się niedojrzała lub nieszczerą. Podjęcie więzi miłości niesie ze sobą ryzyko łez, a nawet ryzyko poważnych zranień. Dawanie widzialnych znaków miłości jest potrzebne, aby pomóc drugiemu człowiekowi, by uwierzył, że jest kochany. A warto się o to starać, gdyż pewność, że jest się kochanym ma niezwykle moc: staje się źródłem intensywnej radości, daje wewnętrzną siłę i entuzjazm działania, rodzi nową nadzieję. Miłość doświadczana ze strony innych pomaga człowiekowi pokochać samego siebie, pomaga mu zaakceptować własne życie i poczuć się bezpiecznie w świecie.

Ale na tym nie kończy się sens dawania widzialnych znaków miłości. Słowa i czyny są potrzebne nie tylko po to, by drugi człowiek uwierzył w miłość i nią się umacniał, lecz także po to, by mocą tej miłości mógł się rozwijać, by mógł włączać się coraz bardziej w obiektywny świat prawdy, dobra i piękna, do którego jest powołany, by mógł stawiać się najpiękniejszą wersją samego siebie. Kochać to pomagać, by drugi człowiek pozytywnie przemieniał siebie i swoje życie. Potrzebuje on w tym celu konkretnych słów i konkretnych czynów ze strony tych, którzy go kochają. Ten podwójny

sens miłości najłatwiej zaobserwować w odniesieniu do dzieci i młodzieży. Z jednej strony młodzi potrzebują znaków, które codziennie na nowo potwierdzają miłość rodziców wobec nich, np. w postaci czułego spojrzenia i sposobu rozmawiania, w postaci przytulenia, pocałunku czy życzliwej obecności. Jednocześnie synowie i córki potrzebują konkretnych rozmów, decyzji i wskazań rodziców, dzięki którym mogą się rozwijać, lepiej odróżniać dobro od zła, skuteczniej pokonywać wewnętrzne słabości oraz zewnętrzne zagrożenia.

Wyrażanie miłości w widzialnych zachowaniach jest konieczne z jeszcze jednego powodu. Otóż może się zdarzyć, że ktoś jest przekonany, iż kocha drugą osobę, lecz w rzeczywistości jest to tylko złudzenie. Jakże często dana osoba szczerze deklaruje drugiemu człowiekowi swoją miłość, nie będąc świadomą, że to nie jest miłość, lecz jedynie zależność emocjonalna lub zaspokajanie własnych niedojrzałych potrzeb psychospołecznych pod pozorem troski o drugiego człowieka. Łatwiej jest łudzić się czy oszukiwać w sferze przekonań niż w sferze zachowań. Z tego właśnie powodu widzialne wyrażanie miłości przez konkretne słowa i czyny stwarza szansę zarówno kochającemu, jak i osobie przez niego kochanej, by zweryfikować deklarowaną miłość w sposób konkretny i odpowiedzialny.

Miłość bliźniego wymaga mądrości

Z dotychczasowych analiz wynika, że miłość oznacza troskę o dobro drugiego człowieka, wyrażaną w sposób widzialny, czyli wcielony w konkretne słowa i czyny. Wiemy jednak, że nie wszystkie słowa i czyny są wyrazem miłości, wyrazem troski o drugiego człowieka. Ludzkie słowa i czyny mogą niestety wyrażać także wrogość i agresję, mogą niepokoić i krzywdzić, mogą nawet doprowadzić do rozpacz.

Nie każde więc słowo i nie każde działanie skierowane do drugiego człowieka jest wyrazem miłości. Kochać drugiego człowieka, to rozmawiać z nim w określony sposób – i w żaden inny. Kochać drugiego człowieka, to postępować wobec niego w określony sposób – i w żaden inny. A zatem jedynie niektóre – i to z reguły raczej nieliczne – sposoby rozmowy i postępowania są wyrazem miłości. Wszystkie inne słowa i czyny okazują się zaprzeczeniem miłości lub jedynie jej namiastką.

W ten sposób dochodzimy do określenia największego wymagania, jakie stawia miłość – wymaga ona nie „jakiegokolwiek” działania na rzecz drugiego człowieka, lecz takiego postępowania, które rzeczywiście umacnia drugą osobę i służy jej rozwojowi. Dojrzała miłość stawia nas wobec niezwykle trudnego pytania: w jaki sposób kochać tego konkretnego człowieka? Jakimi rozmowami i na jaki temat? Jakimi decyzjami i jakim postępowaniem? Każdy człowiek jest przecież inny, niepowtarzalny. Z tego względu ta sama miłość, ale skierowana do innych ludzi, powinna wyrażać się przez inne słowa i czyny. Czasami mogą to być słowa i czyny bardzo podobne, a czasami zupełnie różne czy niemal przeciwstawne. Innymi przecież słowami i czynami wyrażamy miłość wobec dziecka, a innymi wobec dorosłego. Inaczej rozmawiamy i postępujemy wobec ludzi dojrzałych i uczciwych, a inaczej wobec ludzi z zaburzeniami czy przewrotnych. Inaczej wobec wrażliwych i stawiających sobie wymagania, a inaczej wobec egoistów czy uciekających od prawdy o sobie. Dlatego grupom młodzieży i dorosłych, z którymi mam regularny kontakt, wyjaśniam, by nie oczekiwali ode mnie jednakowego postępowania wobec każdego z nich. Przeciwnie, w miarę jak będę ich coraz lepiej poznawał, będę też coraz bardziej różnicował moje zachowanie wobec poszczególnych osób. Z każdym będę o czym innym i w inny sposób

rozmawiał, a także inaczej będę wobec każdego z nich postępował. Nie dlatego, że moja postawa wobec poszczególnych ludzi jest odmienna, lecz dlatego, że osobista sytuacja i postępowanie każdego ze spotykanych ludzi są odmienne.

Chrystus jest najdoskonalszym wzorem takiej zdolności, by wyrażać miłość w sposób niepowtarzalny i dostosowany do sytuacji danej osoby. Do jednych odnosił się z czułością i rozrzewnieniem; przebaczał im, uzdrawiał, dodawał nadziei, długimi godzinami nauczał, szukał ich i odwiedzał. Bo to właśnie służyło ich dobru i pomagało im przemieniać życie. Wobec innych Chrystus był bardzo stanowczy, zdecydowanie bronił się przed nimi, mówił im bolesną prawdę o nich samych, w bardzo ostrych słowach demaskował ich przewrotność i egoizm. W ich konkretnej sytuacji takie właśnie zachowanie stwarzało największe szanse, by zastanowili się i zmienili swoje postępowanie.

W ten sposób odkrywamy kolejny warunek dojrzałej miłości. Miłość wymaga poznania drugiej osoby. Tylko Bóg może kochać wszystkich ludzi, gdyż tylko On wie, co kryje się w sercu każdego z nas. Natomiast człowiek może kochać w sposób konkretny i indywidualny tylko tych, których pozna. I tylko na tyle, na ile ich rzeczywiście pozna. Tylko wtedy bowiem ma szansę odkryć i zrozumieć, przez jakie słowa i jakie czyny może najskuteczniej troszczyć się o ich dobro. Wobec tych ludzi, których dany człowiek jeszcze nie zna, może mieć jedynie dobrą wolę i gotowość, by ich pokochać w miarę, jak będzie ich poznawał i rozumiał ich sytuację życiową.

Miłość bliźniego jest empatyczna

Większość ludzi ma świadomość, że osobiste, pogłębione poznanie drugiego człowieka jest zadaniem niezwykle trudnym. Każdy z nas przeżywa

przecież czasami poważne trudności, by poznać i zrozumieć samego siebie. Tym bardziej więc powinniśmy być pokorni wobec tajemnicy drugiego człowieka. Kto chce poznać i zrozumieć drugiego człowieka, musi najpierw pokonać typowe przeszkody, które mogą uniemożliwić szukanie prawdy o nim. Pierwszą z takich przeszkód jest przekonanie, że drugi człowiek jest taki sam jak ja, albo bardzo do mnie podobny. Jest to zatem sytuacja, kiedy człowiek nie odróżnia siebie od drugiego człowieka – jest wtedy przekonany, że drugi człowiek potrzebuje dokładnie tego samego, co on: że te same słowa i gesty go cieszą, że te same czyny i działania go umacniają, a nawet, że smakują mu te same potrawy. Tymczasem jest to bardzo niebezpieczne złudzenie. Te same słowa i czyny mogą mieć zupełnie różne znaczenie dla poszczególnych osób i mogą powodować zupełnie inne skutki. Kochać to nie znaczy postępować wobec innych tak samo, jak wobec siebie.

Jeśli już uznamy, że drugi człowiek jest zupełnie inny niż my sami, że ma inną historię i inną wrażliwość, że co innego niż nam może mu pomóc lub szkodzić, to jeszcze nie znaczy, że zaczniemy go naprawdę poznawać. Możemy bowiem ulec kolejnemu złudzeniu; możemy uwierzyć, że potrafimy domyśleć się, kim on jest, co się w nim dzieje i co służy jego dobru. Tego typu przekonanie może prowadzić do wielkich nieporozumień, a nawet dramatów, gdyż nikt z nas nie ma zdolności, by rzeczywiście odkryć to, co dzieje się w drugim człowieku. Jedynie, co możemy w takiej sytuacji zrobić, to błędnie się domyślać. A wtedy nasze zachowanie wobec danej osoby będzie równie błędne, choćby nasza miłość była bardzo szczera. Domyślanie się oparte jest bowiem w znacznej mierze na własnych cechach, potrzebach czy doświadczeniach. Z tego względu sposób domyślania się, co dzieje się w innych ludziach, często więcej mówi

o próbującym się domyślać niż o tych ludziach. Im bardziej ktoś jest niedojrzały, tym bardziej błędne i niedojrzałe są jego obserwacje innych ludzi. Obowiązuje tu zatem zasada: powiedz mi czego się domyślasz na temat innych, a ja powiem ci, kim ty jesteś i co się w tobie dzieje.

Innym czynnikiem, który utrudnia domyślanie się tego, co dzieje się w drugim człowieku, jest fakt, że domysły opierają się na obserwacji zewnętrznych gestów i zachowań danej osoby, a te mogą okazać się bardzo mylące. Zwykle kierujemy się bowiem błędnym założeniem, że zewnętrzne zachowania człowieka zgodne są z jego wewnętrznymi stanami i przeżyciami. Czasami tak właśnie się dzieje, ale często rzeczywistość bywa zupełnie inna. Któregoś dnia poprosiła mnie o rozmowę pewna studentka. Pojawiła się w drzwiach z lekkim uśmiechem. Zapytałem wtedy, co oznacza jej uśmiech – ja wiem jedynie co oznacza mój uśmiech w danej sytuacji, nie zakładam natomiast, że dla innych ludzi uśmiech znaczy to samo, co dla mnie, albo że potrafię się domyśleć ewentualnych różnic w tym względzie. Dziewczyna była zaskoczona moim pytaniem, po chwili milczenia odpowiedziała: „Gdy uśmiecham się, tak jak teraz, to znaczy, że chce mi się płakać. Uśmiech pomaga mi w takich sytuacjach zapanować nad sobą i nie rozplakać się”.

Chciałbym wspomnieć w tym kontekście o innej dziewczynie, której ojciec zmarł, gdy miała kilka lat. W rozmowie ze mną powiedziała, że była bardziej zżyta z ojcem niż z matką, i że jego śmierć wywołała u niej bolesny szok, trwający do dzisiaj. Ma, oczywiście, na swym biurku zdjęcie ojca, ale bywają takie dni, że jej tęsknota za zmarłym jest tak wielka, a ból z powodu jego śmierci tak intensywny, że musi odwracać zdjęcie, by na nie patrzeć na tę fotografię. W przeciwnym przypadku przez cały dzień

nie mogłaby nic innego robić, tylko płakać. Rozmawiałem później z jej matką, która powiedziała, że ma żal do córki, gdyż ta lekceważy pamięć swego ojca. Co jakiś czas odwraca bowiem jego zdjęcie. Dodała, że w takich sytuacjach nie krytykuje wprost swej córki, ale daje jej odczuć w słowach i zachowaniach, że ma do niej pretensje o to, że... gardzi pamięcią zmarłego ojca. Ten przykład wyraźnie ukazuje, do jak bolesnych nieporozumień mogą prowadzić domysły. Oto matka, która szczerze kocha córkę, wyrządza jej krzywdę swoim zachowaniem, bo opiera się na domysłach. Gdyby rzeczywiście rozumiała córkę, to zachowywałaby się wobec niej zupełnie inaczej. Widząc odwrócone zdjęcie ojca, nie reagowałaby zdenerwowaniem i rozżaleniem, lecz okazałaby córce czułość i bliskość potrzebną w takich chwilach.

Jeśli ktoś wierzy, że potrafi się domyśleć tego, co dzieje się we wnętrzu drugiego człowieka, to znaczy, że nie poznał dotąd nikogo w sposób pogłębiony i osobisty. Nasze domysły mogą być słuszne jedynie w odniesieniu do spraw banalnych i powierzchownych, co nie jest wystarczającą podstawą, by wiedzieć, w jaki sposób kochać drugiego człowieka. Jeśli zatem nie można domyśleć się tego, co dzieje się w innym człowieku – a miłość wymaga rzeczywistego zrozumienia osoby, którą chcemy kochać – to czy istnieje jakiś sposób, aby poznać tajemnicę jego wnętrza i aby zrozumieć jego niepowtarzalną sytuację? Otóż taki sposób istnieje i polega na tym, by stworzyć warunki, w których drugi człowiek będzie skłonny otworzyć się przed nami i zaprosi nas do poznania swego wnętrza. Stworzenie takich warunków to przede wszystkim zapewnienie klimatu bezpieczeństwa. Mój sposób odnoszenia się do drugiej osoby, sposób rozmawiania z nią i traktowania jej, powinien być tak przejrzysty, przyjazny i życzliwy,

by druga osoba mogła poczuć się zupełnie bezpieczna, by mogła upewnić się, że jest dla mnie cenna i że wszystko, czego się ewentualnie o niej dowiem, wykorzystam jedynie dla jej dobra. Kochać więc, to najpierw stworzyć warunki, w których drugi człowiek będzie skłonny odsłonić mi część własnej tajemnicy. Całej tajemnicy nie zna nawet on sam, dlatego oczekiwanie, że powie mi wszystko o sobie jest nierealne i bardzo niedojrzałe; byłoby bardziej wynikiem mojej ciekawości czy niezaspokojonych potrzeb, niż przejawem miłości i troski o drugą osobę.

Jednak stwarzając nawet najlepsze warunki bezpieczeństwa i życzliwości, nie mogę mieć pewności, że drugi człowiek rzeczywiście się przede mną otworzy, nie mogę także tego od niego żądać. Tworzenie klimatu bezpieczeństwa jest moim darem dla niego, a jego ewentualna odpowiedź będzie darem dla mnie. Mojego zachowania nie mogę traktować jako zobowiązującego, by drugi człowiek otworzył się przede mną. Wtedy moja miłość nie byłaby bezinteresowna, a więc nie byłaby miłością. Autentyczne otwarcie się może być jedynie niespodziewanym darem, który zaskakuje obie strony i którego nie można zaplanować. Ponadto trzeba zdawać sobie sprawę, że drugi człowiek ma za sobą historię spotkań, o których ja nie wiem. Być może został przez kogoś skrzywdzony i ma prawo być nieufny, może potrzebuje czasu, by znowu poczuć się bezpiecznym i by uwierzyć w miłość.

Jeśli uda mi się stworzyć klimat bezpieczeństwa, a drugi człowiek zechce się wtedy otworzyć i odsłonić mi część swej tajemnicy, to jeszcze nie znaczy, że potrafię go poznać i zrozumieć. Nie może mi on odsłonić swego serca i swego wnętrza, może jedynie opowiadać o sobie. A w obliczu słów możliwe są nieporozumienia. Z tego względu miłość wymaga nie tylko tego, by stworzyć warunki,

w których drugi człowiek będzie miał szansę szczerze mówić o sobie, lecz wymaga ode mnie umiejętności wsłuchiwania się w jego słowa. Jest to niezwykle trudna umiejętność – ideałem jest szczególnego rodzaju słuchanie, zwane empatią. Empatia oznacza wczuwanie się w niepowtarzalny świat drugiej osoby. Człowiek wypowiada swój wewnętrzny świat głównie przez własne sposoby myślenia oraz własne sposoby emocjonalnego przeżywania samego siebie i otaczającego go świata. Empatia polega zatem na precyzyjnym wczuciu się w to, jak dana osoba myśli o sobie i świecie, oraz w jaki sposób przeżywa siebie i rzeczywistość zewnętrzną. Słuchanie empatyczne, to jakby wejście do wnętrza drugiego człowieka, jakby wcielenie się w jego subiektywny świat. To popatrzenie na świat z perspektywy tej drugiej osoby, z perspektywy jej historii, jej wychowania, jej osobowości, z perspektywy jej potrzeb i jej obecnej sytuacji. Innymi słowy, chodzi o zdolność wczucia się w to, co dla danej osoby znaczy np. radość, ból, przyjaźń, świat, Bóg, kontakt z drugim człowiekiem. Słuchanie empatyczne polega na tym, by dać się wprowadzić do świata myśli i przeżyć drugiego człowieka – tak jakby wprowadzał nas do swojego mieszkania – i zobaczyć, jak wygląda jego wnętrze, jakimi treściami i przeżyciami jest ono „umeblowane”. Empatia polega na chwilowym „zamieszkaniu” w tym świecie, by odczuć, jakie są jego rozmiary, jak z tej subiektywnej perspektywy jawi się zewnętrzne środowisko i życiowa sytuacja danego człowieka.

Empatia nie oznacza jednak utożsamiania się z drugim człowiekiem. Jest to istotne szczególnie wtedy, gdy świat drugiego człowieka okazuje się z jakiegoś względu niedojrzały, pogmatwany, bolejący, niepokojący, pełen zaburzeń, depresji, lęku, poczucia bezradności. Utożsamiając się z takim światem ktoś mógłby wprowadzić mocno wczuć się w sytuację

drugiego człowieka, ale nie mógłby mu pomóc w rozwoju ani nie potrafiłby dojrzałe zatroszczyć się o niego. Nie mógłby go zatem kochać. Co więcej, utożsamianie się z drugim człowiekiem groziłoby słuchaczowi popadnięciem w te same trudne stany i przeżycia, których doświadcza jego partner. Słuchając empatycznie, należy więc maksymalnie wczuć się – psychicznie wcielić – w świat drugiego człowieka, pozostając jednak sobą, czyli zachowując własną osobowość, własne sposoby myślenia i przeżywania, własną siłę i doświadczenie, własną samoświadomość i tożsamość. Drugi człowiek nie potrzebuje bowiem lustra, lecz przyjaciela.

Tak rozumiana empatia jest pierwszym i podstawowym wyrazem miłości. Jest jedną z najcenniejszych, a jednocześnie jedną z najtrudniejszych umiejętności, do jakich zdolny jest człowiek. Wymaga ona niezwyklej dyscypliny wewnętrznej i dojrzałości. W historii ludzkości mamy jeden przykład doskonałej empatii – Chrystusa. Wcielenie Syna Bożego w nasz ludzki świat to apogeum empatii. Chrystus wszedł w sytuację egzystencjalną człowieka, z jego cielesnością i psychiką, z jego doświadczeniem cierpienia i śmierci. Doświadczył tego wszystkiego na samym sobie, stał się we wszystkim do nas podobny, oprócz grzechu. Zamieszkawszy w naszym świecie i w nas, pozostał jednocześnie sobą. Z tego względu może nas doskonale rozumieć, a jednocześnie może nas kochać i przemieniać. Chrystus nie ogranicza się do dawania nam rad czy pouczeń z zewnątrz, z perspektywy innej rzeczywistości. Zstępuje z nieba, by wcielić się w niepowtarzalną sytuację każdego z nas, by dać nam znak, iż każdego z nas kocha i rozumie indywidualnie, oraz by każdemu podać dłoń i pomóc mu włączyć się w historię prawdy i miłości. Dorastać do miłości bliźniego to dorastać do takiej właśnie empatii, która wczuwa się w świat

drugiego człowieka po to, by wiedzieć, jakimi słowami i czynami troszczyć się o jego dobro.

Ale to jeszcze nie wszystko. Dorastanie do miłości wobec drugiego człowieka wymaga bowiem nie tylko wczucia się w jego subiektywny świat myśli i przeżyć. Dojrzała miłość wymaga także zrozumienia jego sytuacji obiektywnej. Okazuje się to szczególnie ważne tym bardziej, im bardziej niedojrzały jest drugi człowiek oraz im bardziej on sam nie rozumie własnej sytuacji, im bardziej nie jest świadomy tego, co rzeczywiście się z nim dzieje. Z natury rzeczy w takiej sytuacji są wszystkie dzieci. Często nierozumiejącego, co jest dla nich dobre, ani nie zdają sobie sprawy z tego, co im szkodzi. W sposób spontaniczny pragną zwykle tego, co łatwiejsze, a nie tego, co bardziej wartościowe. Dlatego rodzice nie kochaliby dojrzałe swoich dzieci, gdyby tylko wczuwali się w ich subiektywne przeżycia oraz pragnienia i bezkrytycznie starali się je respektować czy zaspokoić. Prawdopodobnie tak „kochane” dzieci jadłyby tylko czekoladę i godzinami oglądały programy telewizyjne. Innym przykładem jest sytuacja osoby uzależnionej od alkoholu. Do natury choroby alkoholowej należy zaprzeczanie, że jest się człowiekiem uzależnionym. Gdy ktoś wczuwa się w subiektywne sposoby myślenia i przeżywania osoby uzależnionej, lecz nie rozumie jej obiektywnej sytuacji, wtedy nie może kochać jej w dojrzały sposób. Przeciwnie, będzie poddawał się manipulacji ze strony chorego i wbrew swej woli będzie przyczyniał się do pogarszania jego sytuacji.

Jedynie w sytuacji ludzi bardzo dojrzałych i zrównoważonych miłość może oznaczać całkowite respektowanie ich subiektywnych potrzeb, pragnień czy przekonań. Ale jest to raczej hipotetyczna sytuacja, gdyż w praktyce możemy tylko przybliżać się do takiej dojrzałości, lecz nigdy – na ziemi – nie osiągniemy jej w pełni.

Z tego powodu dojrzała miłość wymaga, by w niektórych sytuacjach w taki sposób rozmawiać z drugim człowiekiem i tak wobec niego postępować, aby nie odpowiadało to jego subiektywnym oczekiwaniom, a nawet powodowało jego niezadowolenie, protesty, agresję czy bunt. Miłość nie może przecież unikać prawdy ani stawiania wymagań. Nic dziwnego, że w niektórych okolicznościach miłość staje się znakiem sprzeciwu. Troska o dobro drugiego człowieka powinna być zawsze ważniejsza od dążenia do dobrego nastroju czy od unikania przykrych, chociaż pożytecznych konfrontacji. Kochać, to troszczyć się o dobro drugiego człowieka także wtedy, gdy on sam nie rozumie naszej miłości i gdy czyni wszystko, by nas do siebie zniechęcić. Miłość weryfikuje się najbardziej w chwilach próby i bolesnych trudności. Dopiero wtedy możemy przekonać się i upewnić, czy rzeczywiście kochamy drugą osobę, czy nasza więź z nią oparta jest tylko na emocjach lub na naszych niezaspokojonych potrzebach.

Miłość bliźniego w sytuacjach skrajnych

Sytuacja skrajna w kontekście naszych rozważań oznacza sytuację, w której przychodzi nam kochać kogoś, kto z jakiegoś względu nie potrafi lub nie chce kochać innych ludzi, ani nawet samego siebie. Tak dzieje się na przykład wtedy, gdy próbujemy kochać ludzi skrajnie niedojrzałych, egoistów, przestępców, ludzi uzależnionych, powierzchownych czy prymitywnych, a zatem ludzi, którzy wyrządzają nieraz drastyczne krzywdy innym ludziom i samym sobie. Nasza miłość jest wtedy wystawiana na największą próbę. Często jest to wręcz heroiczna próba miłości. W polskich warunkach mamy najczęściej do czynienia z taką sytuacją w rodzinach z problemem alkoholowym.

W sposób spontaniczny grożą wtedy postawy skrajne. Jedną skrajnością jest naiwne litowanie się nad człowiekiem uzależnionym od alkoholu, a drugą skrajnością jest wycofanie miłości wobec niego. Tymczasem dojrzała miłość jest działaniem (konkretne słowa i czyny), dostosowanym do sytuacji i postępowania drugiej osoby. Dojrzałe pokochać alkoholika czy alkoholicką, to najpierw poznać mechanizmy tej choroby. Człowiek uzależniony od alkoholu to ktoś, kto dosłownie ślepo i śmiertelnie „zakochał się” w substancji chemicznej, która obiecuje łatwe szczęście, oszukuje, uzależnia i zabija. To ktoś, kto na drodze chemicznej pułapki szuka poprawy nastroju bez poprawy własnego postępowania. Jednocześnie alkoholik to ktoś, kto nie rozumie samego siebie. To ktoś, kto wmawia sobie, że nie jest uzależniony i że nie ma problemu z alkoholem. Na tym właśnie polega typowy dla ludzi uzależnionych system iluzji i zaprzeczeń. Innymi słowy alkoholik to ktoś, kto nałogowo oszukuje samego siebie. To jednocześnie ktoś, kto jest „mistrzem” w manipulowaniu najbliższym środowiskiem, by tworzyć sobie komfort picia. Odwołując się do różnych form nacisku i szantażu próbuje doprowadzić do sytuacji, w której obowiązuje zasada: „Ja piję, a inni mnie chronią, usprawiedliwiają, ukrywają przed sąsiadami i policją”. Innymi słowy alkoholik to ktoś, kto nieświadomie i wbrew swej woli robi wszystko, by doprowadzać siebie i bliskich do coraz większej krzywdy i cierpienia oraz by poddać się śmiertelnej chorobie.

W tej sytuacji dojrzałe kochać alkoholika to najpierw dokładnie poznać tę jego dramatyczną sytuację. Wtedy dopiero rozumiemy, że dojrzała miłość polega na stosowaniu zasady: „ty nadużywasz alkoholu, ty ponosisz konsekwencje”. Ponoszenie przez uzależnionego bolesnych konsekwencji sięgania po alkohol jest bowiem koniecznym warunkiem uznania prawdy

o sobie i podjęcia terapii. Stosowanie powyższej zasady musi być jednak bardzo konkretne. Oznacza to na przykład, że współmałżonek uzależnionego (najczęściej żona) nie podaje posiłków, jeśli uzależniony wydał pieniądze na alkohol, nie pierze jego pobrudzonych ubrań, ani nie usprawiedliwia go w pracy, gdy jest nietrzeźwy. Rozumie bowiem, że lepiej jest, by uzależniony był głodny czy nawet stracił pracę, niż miałby stracić życie na skutek trwania w chorobie alkoholowej.

Tak rozumiana kompetentna miłość nie jest zwykle możliwa, jeśli współmałżonek czy inne osoby z najbliższej rodziny pozostają sam na sam z alkoholikiem. Uzależniony bywa wtedy agresywny, a nawet groźny. Potrafi znęcać się fizycznie i psychicznie. Potrafi kłamać, manipulować, szantażować lub wzbudzać litość. Realizowanie zasady kompetentnej miłości wymaga zatem wyjścia z ukrycia i osamotnienia, by poszukać wsparcia na zewnątrz. W polskich warunkach skutecznym rozwiązaniem okazuje się kontakt z grupami samopomocy (grupy Al-Anon i Kluby Abstynenta). Pożyteczny jest kontakt z duszpasterzem. Czasem konieczny jest także kontakt z urzędem gminnym, psychologiem, prawnikiem, policją. Jednak nawet wtedy, gdy współuzależniony otrzyma pomoc z zewnątrz, może się okazać, że ze względu na agresywność czy wręcz brutalność uzależnionego, nadal nie jest możliwe stosowanie reguł kompetentnej miłości. Jedynym rozwiązaniem pozostaje wtedy rozstanie się z osobą uzależnioną. Taka sytuacja tworzy warunki, by pijący rzeczywiście sam ponosił wszelkie konsekwencje swojej choroby. Trwanie latami przy uzależnionym, który znęca się nad najbliższymi i nimi manipuluje, okazuje się cierpieniem, które ma destrukcyjny wpływ na współmałżonka i dzieci, a nie przynosi żadnej zmiany w postawie alkoholika. Co więcej, pozwala mu trwać w nałogu. Nie mamy

wtedy do czynienia z miłością, lecz z naiwnością i z bezsensownym cierpieniem, czyli z takim cierpieniem, które nie pomoże kochanej przez nas osobie. Alkoholika nie wzruszy bowiem i nie przemieni cierpienie innych ludzi. Może go ocalić jedynie jego własne cierpienie.

W tego typu skrajnej sytuacji odejście od osoby uzależnionej nie oznacza wycofania miłości. Nie jest też przejawem okrucieństwa czy zemsty. Jest natomiast – bolesną z konieczności – formą dojrzałej miłości wobec osoby, która w dramatyczny sposób krzywdzi siebie i innych. Jeśli technicznie jest to możliwe, to można zdecydować się najpierw na rozstanie czasowe (np. kilkumiesięczne). Może ono okazać się wystarczające, by uzależniony – ponosząc konsekwencje własnej choroby – uznał, że jest alkoholikiem i by podjął terapię. Jeśli takie rozwiązanie – zwykle ze względów mieszkaniowych i finansowych – nie jest możliwe, to koniecznością okazuje się rozstanie usankcjonowane formalnie.

Dla osób wierzących, które zawarły małżeństwo sakramentalne, rozwiązaniem w takiej sytuacji jest separacja, dokonana przed sądem kościelnym. Separacja nie zrywa więzi małżeńskiej, ani nie łamie przysięgi małżeńskiej. Kościół Katolicki uznaje, że są sytuacje, w których wspólne życie i mieszkanie małżonków sprzeciwiałyby się dojrzałej miłości i odpowiedzialności. Miłość małżeńska jest bezwarunkowa. Ale tylko miłość. Nie jest natomiast bezwarunkowe wspólne mieszkanie małżonków, współżycie seksualne, wspólne wychowywanie dzieci, wspólnota majątkowa. To wszystko jest już warunkowe. Ma miejsce pod warunkiem, że obie strony odnoszą się do siebie z miłością i odpowiedzialnością. Kościół ustanowił instytucję separacji małżeńskiej na czas, w którym bycie razem nie jest możliwe, gdyż jedna ze stron – ze względu np. na złą wolę czy uzależnienia –

nie jest w stanie respektować złożonej przez siebie przysięgi małżeńskiej, zobowiązującej do miłości, wierności i uczciwości. Obecnie mamy już w Polsce sytuację prawną, w której separacja kościelna posiada także skutki cywilne. Dzięki temu współmałżonek na mocy separacji może uzyskać podział majątku i świadczenia alimentacyjne.

Być może niektórzy Czytelnicy mają obawy, czy w ogóle można wziąć pod uwagę separację w sytuacji choroby alkoholowej i czy współmałżonek – na skutek cierpienia – nie jest skłonny do pochopnego podjęcia decyzji o rozstaniu. Doświadczenie wskazuje, że – zwłaszcza kobietom – grozi raczej tendencja odwrotna. W Polsce żyją tysiące kobiet, które przez dziesiątki lat są maltretowane przez mężów alkoholików, a mimo to nie decydują się na czasowe nawet rozstanie. Fakt ten nie jest zaskoczeniem jeśli wiemy, że jedną z podstawowych cech osób żyjących w rodzinach alkoholowych jest nieświadoma tendencja, by trwać w toksycznym związku. Tendencja ta widoczna jest zdecydowanie bardziej u kobiet niż u mężczyzn. Okazuje się bowiem, że 90% kobiet pozostaje we wspólnocie mieszkania z alkoholikiem, podczas gdy 90% mężczyzn opuszcza swoje żony – alkoholiczki.

Myśl o rozstaniu jest decyzją wyjątkowo trudną i bolesną dla współmałżonka, który kocha osobę uzależnioną. W tej sytuacji zadaniem osób z najbliższego otoczenia jest wskazywanie na tych, którzy umieją dojrzałe kochać w obliczu dramatycznych okoliczności. Sądzę, że bardzo czytelnym wzorcem kompetentnej miłości w tego typu skrajnych sytuacjach, jest wspomnianą już wcześniej przypowieść o odchodzącym synu i mądrze kochającym ojcu (por. Łk 15,11-32). Ojciec z tej przypowieści potrafi kochać syna, który ulega iluzjom łatwego szczęścia i odchodzi. W tak dramatycznej sytuacji ojciec nie cofa swej miłości, ale też

nie udziela synowi pomocy. Nie jest okrutny, ale też nie jest naiwny. Ojciec pozostawia błądzącego syna własnemu losowi. Gdyby przestał go kochać, to syn nie miałby do kogo wrócić. Gdyby natomiast udzielał mu pomocy i brał na siebie konsekwencje jego błędów, to syn nie miałby powodu, by się zastanowić nad własnym postępowaniem i dokonać przemiany życia. Syn z przypowieści korzysta z mądrej miłości ojca, zastanawia się i podejmuje decyzję o całkowitej zmianie życia. Staje się synem powracającym. Teraz dopiero rozumie, że ojciec nigdy nie przestał go kochać, oraz że kochał go naprawdę dojrzałe.

Jeśli ktoś zmuszony jest do rozstania z małżonkiem – alkoholikiem, to powinien wyjaśnić uzależnionemu, że czyni to z miłości i odpowiedzialności, z nadzieją, że ta druga osoba uświadomi sobie swoją chorobę, że podejmie terapię i zmieni postępowanie. Wtedy stanie się możliwe odzyskanie wspólnoty życia i zamieszkania. Oczywiście przed podjęciem decyzji o ewentualnej separacji – a także o momencie ewentualnego powrotu – warto porozmawiać z duszpasterzem, a także ze specjalistą w dziedzinie uzależnień. Fizyczne opuszczenie osoby, która w dramatyczny sposób błądzi i krzywdzi siebie oraz innych ludzi, jest najdalszym punktem, do jakiego może posunąć się ktoś, kto kocha w sposób dojrzały. Nie może on natomiast posunąć się jeszcze dalej, czyli nie może przestać kochać. Również Chrystus doświadczał takiej sytuacji, gdy musiał odejść od tych, którzy byli przewrotni, zamknęli się na Jego miłość i zastawiali na Niego śmiertelną pułapkę. Jednak nie wycofał do nich miłości i także za nich oddał życie.

Zakończenie

Być dojrzałym chrześcijaninem to nie tylko uczyć się kochać drugiego człowieka w sposób dostosowany do jego sytuacji życiowej oraz do jego postępowania. Być dojrzałym uczniem Jezusa, to także umieć dostrzec i uznać granice własnej miłości. Naszą ludzką miłością nie potrafimy przecieżyć całkowicie przemienić i uszczęśliwić nawet samych siebie. Tym bardziej nie możemy oczekiwać, że naszą miłością zupełnie przemienimy i uszczęśliwimy innych ludzi. Choćby tylko tych najbliższych czy tych, którzy są naszymi wychowankami. Sytuacja innych ludzi zależy przecież od tak wielu osób, środowisk, wydarzeń i okoliczności.

Kochać drugiego człowieka, to nie znaczy być jego wybawicielem. Kochać drugiego, to nie znaczy zapewnić mu szczęście i prawidłowy rozwój. Kochać drugiego człowieka – to pomagać mu troszczyć się o własny rozwój i dobro. A zatem kochać, to nie znaczy być odpowiedzialnym za drugiego człowieka. Kochać, to znaczy być odpowiedzialnym za własną postawę wobec niego, ale nie za sposób, w jaki kochana przez nas osoba odpowiada na naszą miłość albo za brak odpowiedzi z jej strony. Uznając tak rozumiane granice naszej miłości, unikniemy wielu rozczarowań, pretensji, a także niepotrzebnych oskarżeń czy poczucia winy. Zyskamy natomiast cierpliwość, pogodę ducha i wytrwałość. Nasza miłość będzie bardziej dojrzała i spokojniejsza. Będzie miłością pokorną i wychowującą. I dopiero wtedy może czynić niezwykle rzeczy. Najpierw w nas samych, a później także w tych, których kochamy.

Ks. dr Marek Dziewiecki – psycholog, adiunkt Instytutu Teologicznego Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Radomiu, krajowy duszpasterz powołań, dyrektor Radomskiego Telefonu Zaufania „Linia Braterskich Serc”.