

John Galindo

Owen F. Cummings

**DUCHOWOŚĆ,
INTYMNOŚĆ
I SEKSUALNOŚĆ**

przełożył

Przemysław Gwadera SJ

Wydawnictwo WAM

Rozdział 1

DUCHOWOŚĆ I SEKSUALNOŚĆ W MAŁŻEŃSTWIE

Oto typowa sytuacja: para małżeńska doświadcza w swoim związku trudności związanych ze sferą seksualną. Są po trzydziestce, mają małe dzieci. Żona czuje, że jej mąż chce współżyć zbyt często. On z kolei czuje się odrzucany i sfrustrowany. Widać po nich, że bardzo zależy im na sobie nawzajem i że dobrze funkcjonują w innych dziedzinach życia. Potrzebują tylko trochę pomocy w tej konkretnej sferze. Ona wspomina, że gdy była mała, jej starszy, nastoletni brat „wpadł” ze swoją dziewczyną. Rodzice byli oburzeni i zmusili jej brata, żeby wziął ze swoją dziewczyną ślub. Przypomina sobie, że od tego czasu matka regularnie mówiła jej o niebezpieczeństwach związanych z aktywnością seksualną i o hańbie, jaką może okryć swoją rodzinę. Mówi,

że nawet teraz, po ślubie, nadal ma lekkie poczucie winy za każdym razem, gdy uprawia seks.

Podzieliłem się z nią kilkoma myślami związanymi z tymi fragmentami w Piśmie Świętym, które mówią o stosunku Boga do seksualnej intymności między poślubionymi sobie osobami. Wyglądała na zaintrygowaną, gdy usłyszała, że Bóg pragnie, byśmy w małżeństwie oddawali się sobie nawzajem całkowicie i żeby było to dla nas przyjemne. Zaproponowałem też taką myśl: jej pełniejsze oddawanie się Bogu może znajdować wyraz w dzieleniu się sobą z mężem.

W jej obecności porozmawiałem też z mężem. Mówiłem, że intymność seksualna nie zaczyna się w sypialni, ale tuż po przebudzeniu. Wyraża się w tym, jak ze sobą rozmawiamy i jak się nawzajem słuchamy. Jest w uczuciu szacunku i wdzięczności za drugą osobę. Wiąże się nawet z czymś tak zwyčajnym jak pomaganie żonie w opiece nad dziećmi i w sprzątaniu. Wszystko to jest dla niej pociągające i ujmujące. Intymność seksualna to sposób bycia ze sobą przez cały czas; nie definiuje jej samo tylko współżycie. Pocałunki, rozmowa, przytulanie, pieszczenie – to też formy intymności seksualnej. Trzymanie się przekonania, że nie ma intymności seksualnej bez współżycia, pozbawia nas słodczy bycia blisko z ukochaną osobą na wszystkie inne sposoby.

Każdy terapeuta potrzebuje raz na jakiś czas spotkać właśnie taką parę jak ta przywołana powyżej, żeby poczuć smak swojego powołania. Ta dwójka przyswoiła sobie to, co im powiedziałem, i wprowadziła to w życie, tak że już po krótkim czasie nie byłem im więcej potrzebny. Wielką przyjemnością było dla mnie pracować z nimi na styku duchowości i seksualności. Jest to z pewnością duże wyzwanie, ale też i przywilej.

BÓG WYRAŻONY, BÓG PRZYJĘTY

Zacznijmy od przesłanki, na której opierają się wszystkie myśli rozwijane w tym rozdziale: W relacji do naszej ukochanej osoby wyrażamy i przyjmujemy Boga. Przyjrzyjmy się tym wersetom z Księgi Proroka Izajasza:

Nie lękaj się, bo już się nie zawstydzisz,
nie wstydz się, bo już nie doznasz pohańbienia.
Raczej zapomnisz o wstydzie twej młodości.
I nie wspomnisz już hańby twego wdowieństwa.
Bo małżonkiem twoim jest twój Stworzyciel,
któremu na imię – Pan Zastępów;
Odkupicielem twoim – Święty Izraela,

nazywają Go Bogiem całej ziemi.
Zaiste, jak niewiastę porzuconą
i zgębioną na duchu, wezwał cię Pan.
I jakby do porzuconej żony młodości mówi twój

Bóg:

Na krótką chwilę porzuciłem ciebie,
ale z ogromną miłością cię przygarnę.
W przystępie gniewu ukryłem
przed tobą na krótko swe oblicze,
ale w miłości wieczystej
nad tobą się ulitowałem,
mówi Pan, twój Odkupiciel.
Dzieje się ze Mną tak, jak za dni Noego,
kiedy przysiągłem, że wody Noego
nie spadną już nigdy na ziemię;
tak teraz przysięgam, że się nie rozjatrzę na
ciebie

ani cię gromić nie będę.
Bo góry mogą się poruszyć
i pagórki się zachwiać,
ale miłość moja nie odstąpi od ciebie
i nie zachwieje się moje przymierze pokoju,
mówi Pan, który ma litość nad tobą.
(Iz 54,4–10)

Ten fragment oddaje w pewien sposób kształt
i istotę zaangażowania w związek. Nie ma tutaj lęku,

wstydu, hańby, poniżania, wyrzutów ani długotrwałego gniewu. W obfitości są za to obecne: współczucie, troska o drugą osobę, łagodność, pokój i niewyczerpana miłość. Bóg postanowił, że objawi się Izraelowi, swoim ludziom – także mnie i tobie – mówiąc do nas takim samym językiem jak ten, którym kochanek zwraca się do swojej ukochanej. Bycie czymś ukochanym i czyjaś ukochaną jest wzięciem udziału w zbawczym, relacyjnym sakramencie Bożego stwarzania i zamieszkiwania. To, czego przez wiarę dowiadujemy się o naszym Bogu, objawia się, podlega próbie i staje się żywym doświadczeniem w zaangażowanym związku.

DYLEMAT

Małżeństwo jest próbą, która ujawnia z jednej strony nasze opory wobec oddania się w całości, a z drugiej – naszą ogromną potrzebę uczynienia tego. Na dodatek jest to próba, w którą równocześnie angażujemy naszą ukochaną osobę i Boga. Nasza najgłębsza, najbardziej autentyczna tożsamość ujawnia się wtedy, gdy oddajemy się Bogu, który jest źródłem i ostatecznym celem naszej egzystencji. On też jest

źródłem i celem naszego dawania. Niestety, nie ma w nas naturalnej skłonności, by w pełni oddawać się Bogu lub naszej ukochanej osobie.

Jest chyba tak, że zawsze chcemy zachować coś dla siebie, czyż nie? Nie można w tym jednak widzieć tylko i wyłącznie małoduszności. Jest w tym też coś z instynktu przetrwania. Nasza ambiwalencja w pewien sposób chce nas ochronić. Jeśli oddamy się Bogu i naszej ukochanej osobie całkowicie i w pełni, to przecież staniemy się całkowicie wystawieni na zranienia! Jeśli oddamy się całkowicie, a relacja nie wypali, to zaryzykujemy, że zostaniemy zupełnie z niczym. Ale jeśli zachowamy sobie jakąś część naszego serca i rozumu, to będziemy mieli przynajmniej tę część siebie. Z tą częścią będziemy mogli zacząć coś od nowa.

Jakże trzeźwiące może jednak być odkrycie, że do prawdziwej miłości (do tej miłości, która zbawia) nie wystarczy tylko większa część mnie. Nie wystarczy nic mniejszego niż ja cały! Mogę myśleć, że gdy daję prawie wszystko, to już czynię to, co potrzebne, by związek dobrze się rozwijał. Tak jednak nie jest. Jest raczej tak, że wszystko to, co zatrzymujemy dla siebie, ogranicza nas i zatrzymuje. Moja ukochana mówi mi, że mnie kocha, ale ja nie jestem w stanie uwierzyć w to do końca, bo nie dałem jej całego siebie do pokochania. Ja też mówię jej, że ją kocham, ale czy

tak naprawdę kocham ją całym sobą? Zatrzymujemy część siebie dla bezpieczeństwa psychicznego, ale to zatrzymywanie przeszkadza nam w wypełnianiu naszych przyrzeczeń i w dobrym rozwoju naszych relacji z Bogiem i z ukochaną osobą. To, co zatrzymaliśmy dla siebie, stanowi glebę dla naszych lęków, wątpliwości, depresji, gniewu, zniechęcenia, uzależnień i rozdrażnienia. Kiedy jesteśmy nieszczęśliwi w związku, wtedy wyraźnie rzuca się nam w oczy to, czego nie otrzymujemy, ale zazwyczaj zupełnie zapominamy o tym, czego my sami nie dajemy.

DAWANIE SIEBIE

Moja babcia wychowywała mnie aż do swojej śmierci w wieku siedemdziesięciu lat. Gdy umierała, ja miałem lat osiem. Wspominam ją bardzo czule. Wujek zabrał mnie do szpitala, żebyśmy ją wspólnie odwiedzili... a następne wspomnienie, to jak kilka miesięcy później stoję przy jej grobie. Chyba tak się to wtedy po prostu robiło. Nikt mi nie powiedział, że była poważnie chora. Nikt nie rozmawiał ze mną o jej śmierci. Życie toczyło się dalej. Później mieszkałem z matką. Poza krótkimi okresami spokoju

doświadczałem nieustannej zmienności. Często się przeprowadzaliśmy. Związki uczuciowe mojej matki były przelotne. Pamiętam, że dwa razy sama zgłosiła się do szpitala psychiatrycznego z powodu tak zwanego „załamania nerwowego”. Gdy miałem piętnaście lat, nie była w stanie zajmować się mną dalej. Od tego czasu mieszkalem więc u rodzin zastępczych. Nim osiągnąłem pełnoletność, byłem u trzech różnych rodzin. Myślę, że moi rodzice zastępczy robili dla mnie wszystko, co było w ich mocy, ale nie da się zmienić faktów. Ja nie byłem tak naprawdę ich dzieckiem, a ich dom nie był moim domem.

Gdy skończyłem osiemnaście lat, sąd orzekł o mojej samodzielności, co oznaczało, że od tej pory byłem zdany na siebie. Przez rok studiowałem. Był to czas wojny w Wietnamie i trwał pobór do wojska. Drogą losowania zostałem przydzielony do służby. Wiedząc, że wezwanie przyjdzie prędzej czy później, wolałem sam zgłosić się wcześniej.

Gdy byliśmy w liceum, poznałem Nancy. Kiedy zaciągnąłem się do armii, nadal jeszcze chodziliśmy ze sobą. Nancy była wtedy w szkole pielęgniarskiej. Postanowiliśmy się pobrać. Ona miała dziewiętnaście lat, ja – dwadzieścia. To, że nikt z naszych gości ślubnych nie osiągnął jeszcze wieku pozwalającego na podpisanie naszego aktu małżeństwa w charakterze świadka, powinno było dać nam wtedy do

myślenia... Cóż, byliśmy w sobie zakochani. To było jedyne, o czym wtedy myśleliśmy i o czym w ogóle chcieliśmy myśleć.

Moja przeszłość budziła jednak obawy w rodzicach Nancy. Martwili się, jakim mężem dla niej będę. Ich obawy były oczywiście uzasadnione. Ich córka poślubiła młodego mężczyznę, który co prawda był zaradny, ale brakowało mu emocjonalnej dojrzałości potrzebnej do tego, by prawdziwie ją kochać i przyjąć jej miłość. Wszystkie straty, wszystkie przenosiny do nowych domów, wszystkie rozczarowania, jakich doświadczyłem przez pierwsze dwadzieścia lat mojego życia, nauczyły mnie przede wszystkim tego, jak sobie radzić, jak przetrwać i jak się nie rozklejać. Nosilem w sobie głębokie przeświadczenie, że w ostatecznym rozrachunku mogę liczyć tylko na siebie.

Przez ponad trzydzieści lat życia w małżeństwie, zostawszy ojcem, potem dziadkiem, nieustannie zmagam się ze sobą, próbując w pełni odpowiedzieć na jej miłość, która jest wielka i głęboka. Podobne zmagania towarzyszą mojej relacji z Bogiem. Umiejętności emocjonalnego przetrwania, które pomagały mi kiedyś we wczesnych, trudnych latach życia, w zetknięciu z głęboką miłością stały się dla mnie obciążeniem. Bez wątpienia zawsze chciałem kochać i być kochany. Problem polegał na tym, że nie byłem

w stanie oddać siebie w całości i nie odkładać żadnej części mojego serca na bok na wszelki wypadek.

Dziś już nie staram się aż tak bardzo mieć na baczności, jak to bywało kiedyś, choć stare nawyki giną z trudem. Na szczęście jednak stopniowo giną, dzięki Bożej łasce. Znakiem tej łaski jest dla mnie to, że miłość Boga do mnie i miłość Nancy są w moim doświadczeniu ze sobą splecione. Czuję, jakby wszystko, cokolwiek zatrzymam dla siebie w relacji do Nancy, czyniło mnie mniej dostępnym dla Boga. Dobrą stroną tego jest to, że moja wzajemność wobec Boga pogłębia moje dawanie siebie Nancy, wzajemność zaś wobec Nancy pogłębia moje oddanie się Bogu. To umacnia we mnie owo kluczowe przekonanie, że choć Bóg zdecydowanie różni się od stworzenia, a więc i od naszych ludzkich relacji, to jednak nigdy nie jest od nich oddzielony. Nasza relacja z Bogiem zawsze odzwierciedla nasze relacje z innymi ludźmi.

WYGLĄDASZ ZNAJOMO

Pewien dobry przyjaciel opowiedział mi kiedyś o rozmowie ze swoją siostrą. Miała za sobą kilka

uczuciowych związków. Większość z nich była słaba, a niektóre można by ocenić jako zdecydowanie koszarne. Zauważyła, że przez wiele lat w alegorycznym sensie „randkowała ze swoim ojcem”. To zaniepokoiło mojego przyjaciela, bo był przekonany, że zauważyłby taką tendencję. Mówiła, że ich ojciec nie był dla niej emocjonalnie dostępny i że mężczyźni, których sobie wybierała, tak naprawdę przypominali go w tym względzie. Uświadomiła sobie, że prawdopodobnie próbowała kompensować sobie to, czego nie otrzymała od ojca, próbując uzyskać to od kogoś podobnego do niego. Niesamowity wgląd w siebie, nie sądzicie?

Czasem wydaje nam się, że nasza miłość jest tak silna i że mamy jej tak wiele, że wystarczy, by uzupełnić wszystkie braki wynikające z tego, że druga osoba nie daje siebie. Gdyby tak rzeczywiście było, to po ziemi chodziłoby o wiele więcej szczęśliwych par. Do tanga jednak trzeba dwojga. Jeśli druga osoba nie jest zaangażowana i nie chce tego zmieniać, to związek staje się samotnością we dwoje. Moje zdanie jest w tym przypadku jasne i jednoznaczne: jeśli masz nadzieję, że Twój partner zmieni się w istotny sposób po waszym ślubie, to najprawdopodobniej gotujesz sobie spore rozczarowanie. Małżeństwo zwykle pogłębia to, co jest już obecne w związku, zarówno te dobre rzeczy, jak i te złe. Jeżeli chcemy

kogoś „zbawić”, to lepiej zaangażować się w którąś z wielu możliwych akcji dobroczynnych, które z chęcią przyjmą naszą pomoc. Nie powinniśmy wchodzić z kimś w związek małżeński pomimo osobistych obaw, bo najprawdopodobniej będziemy później żałować tego wyboru.

Na przykład młoda para, która spotykała się już od kilku lat, przyszła do mnie po poradę dotyczącą ich związku i wspólnej przyszłości. Ona chciała ślubu. Czuła, że są już ze sobą wystarczająco długo. Poza tym jej młodsza siostra miała wyjść za mąż wcześniej niż ona, co wydawało jej się niewłaściwe. On z kolei dopiero co skończył szkołę i podjął pierwszą pracę. Cieszył się, że stać go na wiele rzeczy, na które wcześniej przez wiele lat nie mógł sobie pozwolić ze względu na skromny studencki budżet. Zupełnie nie podzielał jej pośpiechu związanego ze ślubem. Zapytałem ich, jak postrzegają relacje panujące w małżeństwach ich rodziców. Wspomniałem, że rzadko się zdarza, żeby stosunek zaangażowania każdej ze stron w związek przypominał idealne 50–50. Spytałem ich też, jak w tym procentowym ujęciu wyglądałby ich własny związek. Spojrzeli po sobie, jakby z twarzy drugiej osoby chcieli wyczytać odpowiedź, zanim sami jej udzielą. Pierwsza odezwała się ona: „Myślę, że byłoby to 80–20”. Powiedziała to pewnie i bez wahania, tak jakby czytała prognozę pogody

na jutro. Spytałem: „80–20, to znaczy...?”. A ona: „To znaczy, że ja daję 80 procent, a on daje 20”. Spojrzała na niego, czekając na jego odpowiedź. A on na to dobroduszenie: „No tak, to się chyba zgadza”.

Przyznam, że miałem nadzieję, że w momencie gdy usłyszą te liczby, będą lekko wstrząśnięci. Myślałem, że ona powie: „Nie wyjdę za mąż za kogoś, kto do relacji wnosi tylko 20 procent!”, lub że on powie z determinacją: „20 procent?! Przecież stać mnie na więcej!”. Ale żadne z nich tak nie powiedziało. Nie wiem, czy ostatecznie wzięli ślub, ale wiem, że ona zasługiwała na kogoś, kto hojniej dzieliłby się sobą w związku. On z kolei zasługiwał na kogoś, komu sam chciałby dać więcej niż tylko minimum. Cza-sami dwoje dobrych ludzi nie jest odpowiednimi partnerami dla siebie nawzajem.