

Duchowe fundamenty małżeństwa

Czego nie możemy tracić z oczu, to fakt, że małżeństwo pełni ważną funkcję – zarówno dla społeczeństwa, jak i dla rozwoju psychologicznego i duchowego człowieka. Kiedy zaniedbujemy istotne aspekty jego przeżywania, cierpią na tym zarówno jednostki, jak i całe społeczeństwo.

Jeszcze jako dzieci zaczynamy poznawać świat poprzez miniaturowy świat naszej rodziny; tam też zaczynamy uczyć się relacji, a zwłaszcza tego, jak powinna wyglądać relacja między małżonkami. Wierzcie mi: uczymy się, czym jest małżeństwo, od naszych rodziców, jak przypomina Alberto Almeida: *„Uczymy się być mężami i żonami w codziennym doświadczeniu, szczególnie przy rodzicach, świadomie lub nieświadomie...”*

Rodzina jest naszym pierwszym modelem świata i tam uczymy się lubić albo nie lubić, działać lub reagować, dawać coś z siebie lub nie itd. Na przykład, jeśli mieliśmy szczęście dorastać w środowisku, gdzie emocje były akceptowane i szanowane, będziemy mieli lepsze warunki, aby radzić sobie z nimi w zdrowy sposób. Jeśli byliśmy obdarzeni kochającymi rodzicami, którzy okazywali sobie czułość, a my mogliśmy dorastać, widząc ich przytulających się, całujących i doceniających swoje wartości i zalety, to z dużym prawdopodobieństwem będziemy chcieli zbudować własny model w oparciu o te wzorce. Oczywiście, nie możemy też pominąć wpływu emocjonalnej relacji rodziców z nami, która bezpośrednio oddziałuje na nasze wybory miłosne.

Z drugiej strony, dopóki jesteśmy uwięzieni w ranach z dzieciństwa, będziemy utrzymywać niedojrzałe i dziecinne związki. Dzieje się tak dlatego, że dopóki nasza relacja z samymi sobą jest deficytowa, jakość naszych związków będzie cierpieć, a nierozwiązane problemy będziemy projektować na osoby najbliższe – a któż jest bliższy niż współmałżonek?

Pośród tak wielu kryzysów, jakie przeżywamy – indywidualnych, zbiorowych i globalnych – również relacje nie są od wolne od problemów. Czy to z powodu nieumiejętności, niekompatybilności, „zbiorowej karmy”, czy kaprysu – faktem jest, że więzi emocjonalne nie są już tak silne. Ci, którzy są samotni (szczególnie kobiety), pragną się pobrać, a ci, którzy są już w małżeństwie, narzekają! I pytamy: gdzie tkwi problem?

To prowadzi nas do wniosku: **bez procesu samopoznania prędzej czy później nasze relacje ucierpią** – albo dlatego, że znajdą się w kryzysie, albo dlatego, że w ogóle do nich nie dojdzie...

Pamiętam pacjentkę, która świętowała sześćdziesiątą rocznicę ślubu. Byłem zdumiony, gdy wyznała: *„Tylko ja wiem, jaką cenę zapłaciłam, żeby tu dojść.”* Tego zupełnie się nie spodziewałem. Czy całe małżeństwo było złe? Sześćdziesiąt lat... Odpowiedź zawarta była jednak w historii tego związku, bo było to małżeństwo „zaaranżowane” przez rodziny. Nie chodzi o to, że było złe, ale też nie było dobre w sensie wzajemnego rozwoju małżonków. Z tego wynika, że nie czas trwania małżeństwa nadaje mu prawdziwy wymiar, ale to, w jakim stopniu jego uczestnicy rozwijają się jako osoby.

Niezrozumienie znaczenia małżeństwa prowadzi do zaniedbywania istotnych spraw, a do przeceniania rzeczy, które nie powinny pochłaniać naszej energii. Przykładem jest to, ile inwestuje się w przyjęcia weselne, często wydając więcej niż dochody pary, a jak niewiele inwestuje się w samą relację. Oczywiście, ślub to czas świętowania, ale nadmiar z jednej strony i niedobór z drugiej pokazują, że bardziej liczy się wygląd niż istota relacji. Koszt tego paradoksu jest zbyt wysoki.



Niektórzy pytają: jak możemy odnieść sukces, jeśli nie mieliśmy wzorców do naśladowania? Gdzie się zgubiliśmy i straciliśmy czas? To jedne z pytań, które słyszymy w terapii. Odpowiedź musi jednak wypłynąć z osobistej refleksji i odwagi, by odnaleźć „nas” w fundamentach miłości – zarówno na drodze pojedynczych jednostek, jak i par myślących o partnerstwie.

A gdy jesteśmy uważni, otrzymujemy bardzo wyraźne sygnały podczas relacji, że coś jest nie tak. Joanna de Angelis wskazuje na następujące znaki ostrzegawcze:

- nieuzasadniona cisza lub nuda w towarzystwie drugiej osoby;
- gniew, nawet ukryty, gdy współmałżonek wyraża opinię;
- brak dialogu i stała izolacja w lekturach, internecie, mediach społecznościowych, programach TV itd.;
- irytacja na myśl o powrocie do domu;
- nadmierne spory, przesadna krytyka i ciągła drażliwość.

Takie aspekty nie mogą pozostać niezauważone ani zignorowane przez parę. **Relacja powinna służyć tym, którzy ją dzielą, pozwalając i stymulując rozwój różnych wymiarów, które są**

częścią jednostki. Gdy jedna osoba nie czuje się dobrze, ważne jest stworzenie środowiska sprzyjającego emocjonalnej odbudowie. Kryzysy są naturalne i w pewnym sensie ważne, ponieważ każą nam pytać, jak możemy ulepszać nasze relacje, ale radzenie sobie z kryzysem wymaga dojrzałości i rozwiniętych wartości moralnych – a to, niestety, nie zawsze ma miejsce.

Niestety, istnieje wiele błędnych przekonań dotyczących miłości, roli mężczyzny, kobiety czy partnera, które zakłócają naturalny przepływ uczuć. Wielu dziedziczy sfrustrowane doświadczenia rodziców, wciąż dźwigając ciężar destrukcyjnych relacji. Ale to nie może być wymówką do powielania wzorców, które się nie sprawdziły.

Aby zmienić ten rezultat, musimy zacząć od lepszej relacji z samym sobą. Potrzebujemy budować nowe fundamenty, na których oprzemy związki. Fundamenty te muszą zaczynać się w jednostce, która napełniona miłością własną, stale inwestuje w swój rozwój i okazuje należyty szacunek drugiej osobie. Uwolnione od konfliktów naszego wewnętrznego świata, zwłaszcza tych, które wpływają na okazywanie uczuć, związki mają szansę stać się głębsze i prawdziwsze, jeśli będą spełniać swoją podstawową funkcję – wspierania rozwoju jednostek, partnerów i rodziny, co z kolei przyniesie korzyść całemu społeczeństwu.

====

Autorzy:

Iris Sinoti i Claudio Sinoti są psychologami klinicznymi w Brazylii. Jako spirytyści prowadzą studia psychologiczne nad dziełami Joanny de Angelis poprzez książki spisane przez Divaldo Franco