

WALT LARIMORE
BARB LARIMORE

Jej mózg jego mózg

czyli Bóg wie, co robi



PSYCHOLOGIA I WIARA

w|drodze

Jej mózg, jego mózg

WALT LARIMORE
BARB LARIMORE

Jej mózg, jego mózg

czyli Bóg wie, co robi

Przełożyła
Anna Wawrzyniak-Kędziorek

w|drodze


Tytuł oryginału
*His Brain, Her Brain: How Divinely Designed Differences
Can Strengthen Your Marriage*

Copyright © 2008 by Walt Larimore
Published by arrangement with The Zondervan Corporation L.L.C.,
a division of HarperCollins Christian Publishing, Inc.

© Copyright for this edition by Wydawnictwo W drodze, 2016

Redakcja
Paulina Jeske-Choińska

Projekt okładki do serii
Radosław Krawczyk

Redakcja techniczna i opracowanie okładki
Justyna Nowaczyk

Fotografia na okładce
Fotolia © freshidea

ISBN 978-83-7906-087-0

Wydawnictwo Polskiej Prowincji Dominikanów W drodze sp. z o.o.

Wydanie I, 2016

ul. Kościuszki 99, 61-716 Poznań

tel. 61 852 39 62, faks 61 850 17 82

www.wdrodze.pl sprzedaz@wdrodze.pl

*Naszym rodzicom, Stanowi i Inez Shawom
oraz Philipowi i Maxine Larimore'om,
którzy od wielu lat okazują sobie oddanie
i poświęcenie, na dobre i na złe.*



*Billowi i Jane Judge'om,
naszym małżeńskim mentorom,
wzorom i drogim przyjaciołom
od prawie dwudziestu pięciu lat.*

Przedmowa

Tysiące lat temu pary, o których czytamy na kartach Pisma Świętego, prawdopodobnie stykały się z takimi samymi podstawowymi problemami, z jakimi mamy do czynienia współcześnie. Przypuszczam, że Sara z irytacją pytała swoje przyjaciółki: „Dlaczego Abraham po prostu nie powie mi, co czuje?”. On z kolei pytał mężczyzn w sąsiednim namiocie: „Dlaczego ona po prostu nie odpuści?”. Ich synowa, Rebecka, wykrzyczała pewnie Izaakowi: „Nie chcę, żebyś to n a p r a w i a ł, chcę tylko, żebyś mnie wysłuchał!”. Równie możliwe, że Izaak, odchodząc, mruczał pod nosem: „Byłoby lepiej, gdybyś tyle nie głądziła!”.

Sefora pewnie kazała Mojżeszowi wreszcie zapytać o drogę podczas wędrówki przez pustynię. A król Dawid doskonale wiedział, tam, na tarasie, że jeśli nie odwróci wzroku od kąpiącej się Batszeby, wpadnie w tarapaty.

No właśnie. Życie w związku niesie z sobą wiele dylematów, które są nie tylko uniwersalne, ale i ponadczasowe. Nie mają one wiele wspólnego z okolicznościami czy kulturą, są za to ściśle związane z konstrukcją naszych mózgów.

Ostatnia dekada przyniosła rozkwit w dziedzinie nauk o mózgu. Badacze dokonali weryfikacji swoich uprzednich założeń. Najważniejszym do tej pory odkryciem jest zróżnicowanie mózgów ze względu na płeć. Mało tego, odkryte różnice są drastyczne. Każdy z nas stworzony został albo z typowo męskim, albo kobiecym mózgiem, co oddziałuje dosłownie na wszystko – od procesu przetwarzania najskrytszych uczuć (kobiety: szybko; faceci: wolno) po gotowość do podjęcia współżycia (hmm – domyśl się).

Jak wielu czytelników wie, ostatnie kilka lat poświęcałam badaniu tego wszystkiego, co zaskakuje w najbliższych nam osobach najbardziej – szczególnie kwestiom, które kobiety powinny wiedzieć o mężczyznach, i na odwrót. Chociaż proces zdobywania tej wiedzy jest fascynujący, często bywa również źródłem frustracji, ponieważ, choć jestem w stanie uznać, że (na przykład): „Mężczyźni t a k właśnie zwykle myślą i odczuwają”, to nie mam pojęcia, d l a c z e g o tak się dzieje.

Całe szczęście w wielu wypadkach nauki o mózgu przychodzą nam z pomocą. A kiedy już zrozumiemy, że istnieje f i z y c z n e wytłumaczenie tych wszystkich pogmatwanych zachowań, zmienia się wszystko. Przykładowo, podczas kłótni, żona zamiast myśleć: „On po prostu nie c h c e dzielić się swoimi uczuciami”, może dojść do wniosku, że obwody mózgowe jej męża są przeładowane emocjami i pewnie dopiero po kilku godzinach będzie on w stanie je fizycznie przetworzyć i podzielić się swoimi przemyśleniami. Mąż za to może zdać sobie sprawę, że względny brak testosteronu u jego żony oznacza, iż fizycznie n i e jest ona zdolna zareagować seksualnie tak szybko jak on, a zatem wymaga innego podejścia.

Odkąd usłyszałam o postępach w naukach o mózgu, wiedziałam, że zdobycie wiedzy na ten temat po prostu m u s i stanowić kolejny krok w moich własnych poszukiwaniach. Przyznaję się jednak, że

odłożyłam tę kwestię na przeszło rok, tylko ze względu na nieprzyjemne uczucie w żołądku, które pojawiało się za każdym razem, gdy spoglądałam na stertę nieprzeczytanych raportów badawczych, artykułów i podręczników piętrzących się na półce przy biurku.

Większość z nas po prostu nie potrafi przebrnąć przez skomplikowane badania naukowe, by wydobyć najcenniejsze myśli, które wpływają na nas każdego dnia. Właśnie tutaj na pomoc przychodzi *Jej mózg, jego mózg, czyli Bóg wie, co robi*. Nie jestem w stanie opisać zachwyty, jakiego doznałam, gdy dowiedziałam się, że para małżonków szanowanych zarówno w środowisku medycznym, jak i duszpasterskim stawiała czoło tym stosom informacji w naszym imieniu. Walt i Barb Larimore'owie zabrali się za nauki o mózgu i opisali wszystko to, co po prostu musimy w sobie nawzajem zrozumieć, ujmując złożone zagadnienia w przyswajalną terminologię. Przeczytałam ich książkę jednym tchem i natychmiast zaczęłam dostrzegać jej zastosowania we własnym małżeństwie.

Łap za przekąskę, coś do picia i zanurz się w wygodnym fotelu, ponieważ jeśli choć trochę podzielisz moje odczucia, to naprawdę trudno będzie ci się oderwać od lektury.

Pora uczcić nasze różnice!

Shaunti Feldhahn,
mówczyni, autorka artykułów
prasowych i międzynarodowego
bestsellera *Tylko dla kobiet*.
Przewodnik po tym, co kryje się
w duszy mężczyzny, współautorka
książki *Tylko dla mężczyzn. Prosty*
*i jasny przewodnik po duszy kobiety*¹

¹ Obie książki ukazały się po polsku w wydawnictwie Esprit (przyp. red.).

Podziękowania

Do powstania tej książki przyczyniło się wiele osób. Jesteśmy bardzo wdzięczni za wsparcie całemu zespołowi wydawnictwa Zondervan. Cindy Hays Lamber od samego początku miała wyraźną wizję niniejszego tomu. Sandy Vander Zicht była naszą redaktorką i orędowniczką w procesie przygotowywania oraz samej publikacji. Jej fachowe rady stanowiły dla nas nieocenioną pomoc podczas opracowywania, pisania i redakcji. Dirk Buursma, jak zawsze, pięknie złożył ostateczną wersję tekstu. Doceniamy jego rozsądne sugestie w kwestiach redakcyjnych oraz umiejętności, dzięki którym zapobiegliśmy na tych stronach wielu pomyłkom. Za pozostałe błędy bierzemy jednak pełną odpowiedzialność.

Podziękowania należą się Scottowi Heagle'owi i Karen Campbell za dostarczenie nam wiedzy z zakresu marketingu i public relations, Beth Shagene za znakomity projekt wnętrza książki, a także Jeffowi Giffordowi za fantastyczną okładkę. Wiele innych pracowników Zondervan przyczyniło się do ostatecznego kształtu tomu, za co jesteśmy im wdzięczni.

Na etapie opracowywania i pisania byliśmy urzeczeni możliwością współpracy z naszymi przyjaciółmi oraz redaktorami prowadzącymi, Stephenem i Amandą Sorensonami. Amanda okazała się naszym głównym kibicem, zaopatrzeniowcem i redaktorem. Była też powierniczką, cheerleaderką i krytykiem. Jej nieprawdopodobna zdolność wplatania słów i myśli pomiędzy zdania pięknie opracowanego tekstu była wartościowym darem. Dziękujemy, Amando, za wsparcie, zachęcanie nas do działania oraz za modlitwę na końcowym etapie pisania.

Dziękujemy Paulowi Baturze za pomoc w poszukiwaniu informacji i pozyskiwaniu licencji, a także Nedowi McLeodowi, naszemu długoletniemu doradcy biznesowemu i przyjacielowi. Doceniamy porady i fachową wiedzę Sally Dunn w sprawach graficznych.

Bardzo dziękujemy wszystkim tym, którzy poświęcili swój czas na dokładny przegląd pierwszych szkiców i udzielenie nam wskazówek – dzięki nim książka stała się lepsza. Dziękujemy Zanesie Duncan, Gene'owi Ruddowi, Kentowi Shihowi, Davidowi Stevensowi, pastrowi Chrisowi Taylorowi, dr. Rodneyowi Woodowi. Jesteśmy również wdzięczni radzie naszej parafii Little Log Church w Palmer Lake w Kolorado (pastorowi Billowi Story'owi, Jeffowi Ballowi, Dave'owi Flowerowi i Rickowi Fisherowi) za recenzje i porady. Dziękujemy także mgr. Allanowi Harmerowi, za wsparcie i upewnianie nas w naszych decyzjach.

Wreszcie, co najistotniejsze, wdzięczni jesteśmy Bogu, że pozwolił nam służyć Mu poprzez pisanie. Modlimy się gorąco, by ta książka przyniosła Mu chwałę.

Walt i Barb Larimore'owie
Monument, Kolorado
Październik 2007

Wstęp

Czy naprawdę potrzebujemy kolejnej książki o małżeństwie? Niespecjalnie. Napisało ich dosłownie setki, a wiele z nich zyskało miano bestsellerów. Nie byłem więc (ja, Walt) zainteresowany dorzucaniem się do tej sterty.

Za to ja (Barb) wierzyłam, że istnieje zapotrzebowanie na książkę, która pokaże coś, co my, kobiety, wiedziałyśmy od zawsze – że nasze kobiece mózgi są wyjątkowe i że myślimy, czujemy, postrzegamy, reagujemy, kochamy, potrzebujemy i doceniamy życie oraz relacje międzyludzkie w inny sposób niż nasi mężowie.

Barb miała rację. Gdy zacząłem rozumieć, że Bóg zaprojektował nas jako zupełnie różnych, a przy tym jako Jego dary dla siebie nawzajem, zacząłem również doświadczać bardziej spełnionego i wartościowego małżeństwa. Podjęliśmy rozmowę o napisaniu książki, która pomoże także innym mężczyznom i kobietom odkryć, w jaki sposób ich różnice mogą prowadzić do bardziej satysfakcjonujących i wartościowych małżeństw.

Kiedy zrozumiemy już, w jaki sposób Bóg nas stworzył i zaprojektował, będziemy bardziej skłonni przemienić niezliczone różnice,

słabe strony i niedociągnięcia w jedność i siłę, by w pełni cieszyć się zachwycającym Bożym planem na małżeństwo.

Jeśli pogląd, że nasze mózgi różniły się od siebie już w łonie matki, to dla ciebie nowość, bez obaw – też kiedyś nie zdawałem sobie z tego sprawy. Zmieniłem zdanie dopiero po ukończeniu college'u i studiów medycznych.

Nic dziwnego, że tyle mu to zajęło. Nie miał siostr. Moja siostra i ja miałyśmy jednak braci, wiedziałyśmy więc, że chłopcy i dziewczęta różnią się od siebie, zanim jeszcze nauczyłyśmy się słów, którymi dałoby się to opisać.

Okej, przyznaję się, byłem oporny. Jako nastolatek, a później student college'u ufałem obiegowym opiniom, jakoby mężczyźni i kobiety byli w zasadzie tacy sami, a różnice między nimi stanowiły wypadkową kultury, środowiska, wychowania i społeczeństwa. Właśnie wtedy pewne wydarzenia zmieniły mój punkt widzenia.

Po pierwsze, w ostatniej klasie liceum zakochałem się w Barb i zacząłem na własnej skórze odczuwać wiele różnic między naszymi mózgami.

Po drugie, w college'u zaczęliśmy z Barb studiować Pismo Święte. Nauczyliśmy się, między innymi, że Bóg stworzył mężczyznę i kobietę całkowicie różnymi. Mało tego, różnice powstałe pod Bożym nadzorem zostały zaprojektowane tak, by umacniać naszą relację z Bogiem i sobą nawzajem.

Gdy czytaliśmy Biblię wspólnie, ze zdumieniem spostrzeżliśmy, że mężczyźni i kobiety mogą doznać przemiany za sprawą przykazań Bożych i osobistej relacji z Nim; stają się wtedy lepszymi ludźmi, lepszymi małżonkami, lepszymi rodzicami – nie wspominając o budowaniu lepszego małżeństwa, dzięki zrozumieniu obmyślonych przez Boga różnic.

Po trzecie, przez lata praktyki lekarskiej docierały do mnie dokonania wielu naukowców, którzy zaczęli odkrywać niezliczone wrodzone różnice pomiędzy mózgami mężczyzn i kobiet. Szczególne wrażenie wywarły na mnie wyraźnie zauważalne, drastyczne różnice pomiędzy związkami chemicznymi obecnymi w naszych mózgach.

Przejrzeliśmy dziesiątki opracowań, książek i stron internetowych, by zaprezentować ci najnowsze odkrycia badaczy z całego świata. Podczas dyskusji na temat owych odkryć byliśmy z Barb zaskoczeni naukowymi wy tłumaczeniami męskich i kobiecych sposobów myślenia oraz zachowania.

Co jeszcze bardziej zdumiewające, różnice te nie tylko wydały nam się sensowne z naukowego punktu widzenia, ale zdaliśmy sobie również sprawę, że nimi żyjemy! Ten Boży projekt codziennie oddziałuje na nasze myśli, reakcje i zachowania.

Okazało się, że każdy z tych czynników potwierdza nauczanie biblijne na temat zróżnicowania płciowego. Dokonania naukowców korespondują z Bożym projektem dla mężów i żon. Ufamy, że nasze różnice, pojmowane i stosowane w zgodzie z zasadami biblijnymi, uczynią twoje małżeństwo – podobnie jak nasze – bardziej satysfakcjonującym i stabilnym.

Podczas gdy ty będziesz zapoznawać się z naszymi odkryciami, ja dołożę wszelkich starań, by powstrzymywać Walta przed zagłębianiem się w to, co nazywam „nudną nauką”. Nierzadko muszę mu przypominać, żeby unikał podawania NI – natłoku informacji. Choć do każdego rozdziału dorzuciłam swoje trzy grosze, dla ułatwienia głównym narratorem pozostanie Walt. Jeśli będę chciała powiedzieć coś od siebie, zaznaczę te fragmenty kursywą, tak jak teraz.

Oboje doszliśmy do wniosku, że chcemy dostarczyć czytelnikowi tyle informacji, ile potrzeba, by zrozumiał swoją drugą połówkę. Mało

tego, pragniemy udzielić tyłu praktycznych wskazówek, by udało ci się skutecznie zastosować owe informacje w twoim małżeństwie lub związku. Czytelnicy, którzy odczuwają potrzebę zgłębienia danego tematu, w przypisach znajdą wiele odwołań do badań oraz źródeł teologicznych.

Choć wydaje się, że nasze doświadczenie jest dość typowe i znajduje zastosowanie u większości mężczyzn i kobiet, niekiedy będziemy operować ogólnikami. Nasze słowa nie muszą sprawdzać się w twoim przypadku w stu procentach. Korzystaj z tego, co ci odpowiada, a nad resztą przejdź do porządku dziennego.

Kiedy odnosimy się do mężczyzn i kobiet, lub dziewczyn i chłopaków, mamy na myśli „większość”, a nie „wszystkich”. Zdajemy sobie sprawę, że znajdują się wyjątki – być może nawet w twoim życiu czy małżeństwie. Zachęcamy jednak, by nie wylewać dziecka z kąpielą. Możesz odnotować wyjątki, ale czytaj dalej i baw się dobrze.

Mamy prosty cel: pomóc ci dostrzec wartość twojego małżonka (albo przyszłego małżonka) oraz jego lub jej wyjątkowy projekt.

Pragniemy również pomóc ci umocnić twoje małżeństwo, wspierając mężczyzn w zrozumieniu mózgów ich żon, a kobiety w zrozumieniu mózgów ich mężów, byście razem służyli Bogu i bliźnim o wiele skuteczniej niż w pojedynkę. Osoba, która kocha i czerpie radość z obmyślanych przez Boga, zachwycających różnic między własnym mózgiem a mózgiem małżonka (z p o w o d u tych różnic, a nie p o m i m o ich), kładzie mocniejsze podwaliny pod miłość na całe życie.

Jeśli nie zdołamy zrozumieć i docenić owych zaplanowanych przez Stworzyciela różnic jako darów i zalet, prawdopodobnie zaczniemy powtarzać słowa Katharine Hepburn: „Czasami zastanawiam się, czy

mężczyźni i kobiety w ogóle do siebie pasują. Może powinni mieszkać po sąsiedzku i tylko od czasu do czasu się odwiedzać”¹.

Modlimy się, by niniejsza książka stanowiła ogromne wsparcie i sprawiła ci dużo radości. Żywimy głęboką nadzieję, że za sprawą przykazań i swojego Słowa Bóg nauczy cię rozumieć i dostrzegać w twoim małżonku stworzony z rozmysłem, wyjątkowy dar.

Podczas lektury, rozważań i porównywania proponowanych przez nas zasad z przekazem Pisma Świętego, otwórz się na działanie Stwórcy mózgu męskiego i mózgu kobiecego w twoim mózgu, umyśle i sercu. Kiedy już zastosujesz wskazówki zawarte w niniejszej książce i rozważysz, w jaki sposób wprowadzić je w życie, otwórz się na przemianę twojego małżeństwa.

Przygotuj się na zaskoczenie. Spodziewaj się radości. A przede wszystkim, przygotuj się na przestrzeganie owych zasad – dla siebie, dla twojego małżeństwa, dla twoich dzieci, jeśli Bóg cię nimi pobłogosławił, i ku chwale Bożej.

¹ Katharine Hepburn, *Brainy Quote*, www.brainyquote.com/quotes/quotes/k/katharineh100498.html (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).



Część I

*Jej mózg,
jego mózg*

Nauka



Rozdział 1

Różni przez Boży projekt

Pewnego sobotniego ranka wpadł nasz przyjaciel Chris i spędziliśmy razem trochę czasu przy kawie. Chris i jego żona, Sherri, byli wtedy małżeństwem z półrocznym stażem. Wybrali mnie i Barb na swoich mentorów w sprawach małżeńskich, więc spotykaliśmy się z nimi w okresie narzeczeńskim, a potem także po ślubie. Wymieniliśmy się z Chrisem spostrzeżeniami na temat ostatniego sezonu drużyny futbolu amerykańskiego Denver Broncos, po czym zaczęliśmy rozmawiać o małżeństwie.

– Walt – zaczął. – Kiedy spotykaliśmy się z tobą i Barb przed ślubem, opowiadałeś nam o pewnych różnicach między mężczyznami a kobietami i naszymi mózgami. Przyjąłem to wtedy do wiadomości, ale nie zdawałem sobie sprawy, jaki to ciężki kawałek chleba.

– Co masz na myśli? – spytałem.

– Nawet nie wiem, od czego zacząć. Różnimy się w tylu sprawach. Jeśli chodzi o seks, to Sherri jest zwolenniczką półgodzinnej,

powolnej gry wstępnej. Mi za całą grę wstępną wystarczy zgaszenie światła w sypialni. Ja lubię oglądać futbol amerykański i *Jednostkę*¹, a ona *Taniec z gwiazdami* i ogólnie wszystko, co leci na HGTV².

Sączył kawę, a ja milczałem, domyślając się, że jeszcze nie skończył.

– Kiedy zostawiam Sherri kartkę, zapisuję tylko najważniejsze informacje – to, co dla niej niezbędne. Kiedy ona pisze do mnie, używa pachnącej papeterii, a nad literką „i” zamiast kropki rysuje serduszko. Nawet gdy w tych liścikach mnie ochrzania, na końcu umieszcza głupekowaty uśmiezek. Nie c i e r p i ę tego! Co gorsza, każe mi pisać w ten sam sposób.

Chyba się zamyślił, po czym kontynuował.

– Wkurza mnie jeszcze coś. Kiedy ja mówię, że jestem gotowy do wyjścia, to znaczy, że mogę wyjść od razu, w tej chwili. Kiedy ona twierdzi, że jest gotowa, oznacza to, że będzie gotowa w ciągu godziny – jak ułoży włosy, umaluje się i przebierze dwa czy trzy razy.

– Nie wspominając o łazience – dodał. – Ja mam, co najwyżej, sześć przyborów higienicznych – krem do golenia, maszynkę, szczoteczkę do zębów, pastę do zębów, kostkę mydła i dezodorant. Ale za to Sherri ma ich chyba z sześćdziesiąt! Nie mam pojęcia, do czego jest pięćdziesiąt z nich.

– Aha, Walt, czy telefon komórkowy nie służy przypadkiem do komunikowania się? Ja używam komórki do przekazywania krótkich komunikatów, pisanie zwięzłych SMS-ów i odbierania połączeń. Sherri

¹ Amerykański serial akcji opowiadający o losach specjalnej jednostki wojskowej. Emitowany był również w Polsce (przyp. tłum.).

² Skrót od Home & Garden Television (Telewizja Dom i Ogród). Amerykański tematyczny kanał telewizyjny emitujący programy o urządzaniu domu, ogrodnictwie czy rękodziele (przyp. tłum.).

używa swojego telefonu do dwugodzinnych debat z przyjaciółką, z którą widziała się na lunchu tego samego dnia!

Wreszcie przerwał, więc byłem w stanie się wtrącić.

– Czyli jakie to ma dla ciebie znaczenie?

Pogrążył się w zadumie, przełykając kawę i w końcu pokiwał głową.

– Miałeś rację, kiedy mówiłeś mi, że mężczyźni i kobiety są b a r d z o różni. Teraz muszę tylko wymyślić, co z tym począć.

Nie, nie wydaje ci się

Chris ma całkowitą rację. Nie trzeba dowodów naukowych, by większość z nas zdała sobie sprawę, że mężczyźni i kobiety b a r d z o się od siebie różnią. W pewnej ankiecie internetowej spytano po prostu, czy badani zgadzają się z następującym stwierdzeniem: „Mężczyźni i kobiety są bardzo różni”. Siedemdziesiąt procent osób wybrało odpowiedź „Tak, dwa różne światy!”. Osiemnaście procent stwierdziło, że „Niespecjalnie. To przereklamowane”. Dwanaście procent kliknęło „Nie jestem pewien”³.

Moje przyjaciółki często opowiadają, jacy to ich mężowie są bezmyślni i bezduszni, nie słuchają tak, jak one by tego chciały, za dużo myślą o seksie i sporcie, nie są wystarczająco empatyczni, wolą uprawiać seks niż się kochać i do tego nie opuszczają klapy.

Z drugiej strony, i ja często słyszę narzekania moich kolegów na to, jak ich żony prowadzą samochody, że czytają mapy do góry nogami, za dużo gadają i ciągle płaczą; nie potrafią wyjaśnić swoich przeczuc,

³ Ankieta online przeprowadzona w grudniu 2005 r.

za rzadko inicjują seks, a do tego opuszczają deskę, chociaż to oczywiste, że powinna być podniesiona.

W książce *Dlaczego mężczyźni nie słuchają, a kobiety nie umieją czytać map* Barbara i Allan Pease'owie poczynili następującą obserwację:

Mężczyźni sprawiają wrażenie, że nigdy nie potrafią niczego znaleźć, ale płyty kompaktowe układają w porządku alfabetycznym. Kobiety zawsze odnajdują zagubiony komplet kluczyków do samochodu, ale rzadko najkrótszą drogę do miejsca przeznaczenia. (...)

Mężczyzn zdumiewa fakt, że kobieta potrafi wejść do pokoju pełnego ludzi i natychmiast wygłosić jakąś uwagę na temat każdego z nich. Kobiety nie mogą uwierzyć, że mężczyźni są aż tak mało spostrzegawczy⁴.

Różnice te nie są kwestią naszej wyobraźni. Nie są to też akty woli, których dokonujemy, by uprzykrzyć sobie nawzajem życie. To nie tylko czyjeś dziwactwa. Wiele, jeśli nie większość, tych odmienności ma związek z charakterystycznymi sposobami funkcjonowania naszych mózgów.

Mnóstwo badań, które opublikowano w ciągu ostatnich dwóch dekad odkrywa przed nami olbrzymie różnice anatomiczne, chemiczne, hormonalne i fizjologiczne. Odmienności te oddziałują na emocje, myślenie, a także zachowanie dzieci i dorosłych. Różnice te są tak fundamentalne, że genetyk dr Anne Moir i dziennikarz David Jessel rozpoczęli swoją książkę *Płeć mózgu. O prawdziwej różnicy między*

⁴ Allan Pease, Barbara Pease, *Dlaczego mężczyźni nie słuchają, a kobiety nie umieją czytać map*, przeł. Małgorzata Samborska, Poznań 2006, s. 24.

mężczyzną a kobietą od kontrowersyjnej tezy: „Mężczyźni różnią się od kobiet. Obie płcie są sobie równe jedynie ze względu na wspólną przynależność do tego samego gatunku – *Homo sapiens*. Utrzymując, że ich skłonności, uzdolnienia czy zachowania są takie same, budujemy społeczeństwo oparte na biologicznym i naukowym kłamstwie”⁵.

Różnice płciowe: już w tonie matki

A zatem, skoro mózgi męski i kobiecy tak się od siebie różnią, to czy różnice te są wrodzone, czy nabyte? Czy jesteśmy inni z natury, czy przez wychowanie? Czy różnice te są zaplanowane, czy wtórne?

Odpowiedź na te pytania jest prosta: mózg męski i mózg kobiecy nie tylko się różnią, ale zostały w ten sposób zaprojektowane przez Stworzyciela. Nasze mózgi już od urodzenia są tak wyraźnie różne, że neuropsycholog Uniwersytetu w Cambridge, dr Simon Baron-Cohen, pisze o „zasadniczych różnicach”⁶.

Nie brakuje dowodów naukowych potwierdzających tezę, że nasze różnice są wrodzone. Doktor Louann Brizendine, neuropsychiatra, profesor na Uniwersytecie Kalifornijskim w San Francisco, pisze: „Nie ma mózgu bezpłciowego. Dziewczynki przychodzą na świat już wyposażone jak dziewczynki, a chłopcy jak chłopcy. Ich mózgi różnią się jeszcze przed narodzinami”⁷.

⁵ Anne Moir, David Jessel, *Płeć mózgu. O prawdziwej różnicy między mężczyzną a kobietą*, przeł. Nina Kancewicz-Hoffman, Warszawa 2003, s. 11.

⁶ Simon Baron-Cohen, *The Essential Difference: The Truth about the Male and Female Brain*, Nowy Jork 2003, s. 1.

⁷ Cyt. za: Joe Garofoli, *Femme Mentale: San Francisco Neuropsychiatrist Says Differences Between Women's and Men's Brains Are Very Real, and the Sooner We*

Doktor Anne Moir pisze zaskakująco bezpośrednio: „Niemowlęta to nie czyste kartki, na których grzymolimy instrukcję zgodnych z płcią zachowań. Przychodzą na świat już ze swoim męskim lub kobiecym umysłem, który wykształciły w łonie matki, niezagrożone przez liczne rzesze niecierpliwie ich oczekujących inżynierów społecznych”⁸.

Do jej wniosków mamy tylko jedno zastrzeżenie: to nie dzieci kształtują swoje umysły w łonie matki. Mózg i układ nerwowy nie-narodzonego dziecka są raczej intencjonalnie i umiejętnie wplecione i utkane w łonie matki. Lub też, jak zauważył psalmista:

Ty bowiem utworzyłeś moje nerki,
Ty utkałeś mnie w łonie mej matki.
Dziękuję Ci, że mnie stworzyłeś tak cudownie,
godne podziwu są Twoje dzieła.
I dobrze znasz moją duszę,
nie tajna Ci moja istota,
kiedy w ukryciu powstawałem,
utkany w głębi ziemi (Ps 139,13–15)⁹.

Jak wspólnie odkrywamy, wiele różnic uwiadamia się na bardzo wczesnym etapie rozwoju człowieka – nawet już w łonie matki. Każda mama czytająca tę książkę, która wychowuje chłopca i dziewczynkę, jest naocznym świadkiem tej odmienności! Choć niektórzy badacze utrzymują, że wiele różnic między mężczyznami a kobietami to wynik czynników środowiskowych, a nie genetycznych (przez czynniki

All Understand It, the Better, opublikowane 6 sierpnia 2006 r.: A – 1, „San Francisco Chronicle”, <http://sfgate.com/cgi-bin/article.cgi?file=/c/a/2006/08/06/MNG3HKAMVO1.DTL> (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

⁸ Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 33.

⁹ Cytaty biblijne pochodzą z *Biblii Tysiąclecia*, wyd. IV, Poznań 2003.

środowiskowe rozumiem kulturę, socjalizację, naukę czy doświadczenie), istnieje jeden przypadek, który wstrząsa tą ułudą w posadach, a mianowicie – posiadanie dzieci.

Doktor Marc Breedlove, specjalizujący się w roli hormonów w procesie rozwoju mózgu, również był zwolennikiem teorii czynników środowiskowych – przynajmniej do narodzin córki. Ku jego zdumieniu, nie interesowała się ona zabawkami swoich starszych braci. Był zaskoczony, że zanim jeszcze nauczyła się mówić, uwielbiała zaglądać matce do szafy i zakładać jej buty. Jako sześciolatka córka Breedlove'ów stroniła od spodni i ciągle chciała chodzić w sukienkach. W związku z tym Breedlove określa tych, którzy sądzą, że „samo tylko społeczeństwo kształtuje role płciowe dziecka”, mianem „bezdzielników”¹⁰.

Wpływ testosteronu na mózg

Co zatem wiemy na temat procesów w łonie matki, które przygotowują dziewczynki do bycia dziewczynkami, a chłopców do bycia chłopcami? W ciągu ostatnich kilku dekad dowiedzieliśmy się tyle, że to się w głowie nie mieści, a wszystko zaczęło się od męskiego hormonu – testosteronu.

Znamy doskonale dowcipy o kobiecych hormonach. Wiemy, jak drastyczny wpływ mają one na kobiety. Wszyscy widywaliśmy mężczyzn, którzy przewracają oczami, kręcą głowami i mamroczą pod nosem „te babskie hormony”, gdy życie z kobietą wydaje im się trudne. Ale wyobraź sobie, że to, co hormony robią z kobietą, to nic w porówna-

¹⁰ Cyt. za: Steven E. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, San Francisco 2004, s. 23.

niu z tym, co w mózgu i ciele nienarodzonego dziecka wyprawia testosteron!

Okolo szóstego tygodnia życia płodowego męskie hormony nienarodzonego chłopca (zwane *a n d r o g e n a m i*) biorą się do roboty. Jeden szczególny hormon, testosteron, staje się głównym przekaźnikiem w mózgu i ciele dziecka. „Następuje skok testosteronu (...) który jest bardzo ważny dla przyszłych zachowań seksualnych” – pisze dr Sophie Messenger. „Po jego zahamowaniu samce szczurów zachowują się jak samice przez resztę życia”¹¹.

Testosteron powoduje przejście potencjalnie żeńskich narządów w stan hibernacji i napędza rozwój narządów męskich (np. genitaliów), które rosną w tym okresie jak szalone. Dodatkowo testosteron ma niesamowity wpływ na mięśnie szkieletowe – dlatego mali chłopcy prawie nieustannie szarpią się, szturchają i uderzają pięściami.

Te z nas, które rodziły i wychowywały chłopców, wiedzą, że maluchy bez przerwy się ruszają, zarówno w brzuchu, jak i poza nim! Większość tej aktywności ma związek z testosteronem, który wzmacnia kości – nawet kości mózgowcowe. Zatem kiedy nam, matkom, wydaje się, że chłopcy i mężczyźni, których wychowujemy, są tacy „twardzi”, mamy całkowitą rację.

W łonie matki nie tylko chłopięce genitalia, mięśnie i kości skąpane są w testosteronie. Tak naprawdę, hormon ten zmienia pierwotnie kobiecy mózg w mózg męski¹². Rozwijający się mózg kobiecy, nie-

¹¹ Cyt. za: Ronald Kotulak, *Gender and the Brain: New Evidence Shows How Hormones Wire the Minds of Men and Women to See the World Differently*, „Chicago Tribune”, 30 kwietnia 2006 r. Online na http://www.rci.rutgers.edu/~shors/pdf/gender_brain_Apr30_2006.pdf (dostęp 1 sierpnia 2007 r.).

¹² Zob. R.A. Gorski, *Sexual Differentiation of the Brain*, „Hospital Practice” 13, nr 10 (październik 1978), s. 55–62.

poddany działaniu testosteronu, przechodzi jedynie niewielką zmianę strukturalną i funkcjonalną, za to zastrzyk testosteronu niemal dosłownie przyprawia o zawrót głowy!

Przykładowo, ciało modzelowate to największe spoidło mózgu łączące dwie półkule mózgowe. Ten kanał, złożony z ponad trzystu milionów włókien¹³, działa niczym potężny przewód, który umożliwia półkulom komunikację i wzajemne przetwarzanie informacji. Przyływ testosteronu powoduje zmniejszanie się pewnych części ciała modzelowatego, co wiąże się z gorszą komunikacją międzypółkulową czy mniejszą ilością włókien nerwowych¹⁴.

U kobiecych płodów dzieje się odwrotnie. Ekspozycja na działanie hormonu żeńskiego, estrogenu, pobudza komórki nerwowe do wytwarzania większej ilości połączeń między półkulami. U dziewczynek ciało modzelowate jest nie tylko większe niż u chłopców już w łonie matki, mało tego, rośnie jeszcze w dzieciństwie¹⁵ i dorosłości¹⁶.

¹³ Zob. S. Hofer, J. Frahm, *Topography of the Human Corpus Callosum Revisited – Comprehensive Fiber Tractography Using Diffusion Tensor Magnetic Resonance Imaging*, „Journal of Neuroimaging” 32, nr 3 (wrzesień 2006), s. 989–994.

¹⁴ Zob. R. Achiron, A. Achiron, *Development of the Human Fetal Corpus Callosum: A High-Resolution, Cross-Sectional Sonographic Study*, „Ultrasound in Obstetrics and Gynecology” 18, nr 4 (październik 2001), s. 343–347.

¹⁵ Zob. S.J. Hwang i in., *Gender Differences in the Corpus Callosum of Neonates*, „NeuroReport” 15, nr 6 (29 kwietnia 2004), s. 1029–1032. Zob. też R. Achiron, S. Lipitz, A. Achiron, *Sex-Related Differences in the Development of the Human Fetal Corpus Callosum: In Utero Ultrasonographic Study*, „Prenatal Diagnosis” 21, nr 2 (luty 2001), s. 116–120.

¹⁶ Zob. M.C. Tuncer, E.S. Hatipoglu, M. Ozates, *Sexual Dimorphism and Handedness in the Human Corpus Callosum Based on Magnetic Resonance Imaging*, „Surgical and Radiologic Anatomy” 27, nr 3 (sierpień 2005), s. 254–259. Zob. też A. Dubb i in., *Characterization of Sexual Dimorphism in the Human Corpus Callosum*, „NeuroImage” 20, nr 1 (wrzesień 2003), s. 512–519.

Testosteron powoduje również nieodwracalne zmiany w innych partiach mózgu męskiego, chroniąc komórki nerwowe, które odpowiadają za myślenie, i spowalniając rozwój włókien, które łączą ośrodki przetwarzania informacji. Co z tego wynika? Twoja żona posiada nie tylko bardziej rozwinięte ciało modzelowate, ale ma także ma o wiele większe możliwości przetwarzania informacji na poziomie podświadomości.

Nie tylko hormony

Hormony męskie, które zalewają chłopca w łonie matki, i hormony żeńskie, które bombardują nienarodzoną jeszcze dziewczynkę, nie wyjaśniają wszystkich różnic rozwojowych między męskim i kobiecym mózgiem. Istnieją również odmienności strukturalne i genetyczne.

Skoro mózg męski jest, przeciętnie, o jakieś dziesięć procent większy niż mózg kobiecy, wydawałoby się, że to on jest inteligentniejszy. Ale nie w tym rzecz. Ogólnie rzecz biorąc, mężczyźni i kobiety konsekwentnie osiągają takie same wyniki w testach inteligencji. Badacze z University of Pennsylvania Medical Center znaleźli jednak rozwiązanie. Doktor Raquel E. Gur, psychiatra i neurolog, pisze: „Mózg kobiecy okazuje się bardziej wydajny w takim sensie, że identyczny wzrost jego objętości u kobiet powoduje większy wzrost zdolności przetwarzania niż u mężczyzn”¹⁷.

Podczas gdy mózg męski zawiera około sześć i pół razy więcej istoty szarej – „istoty myślącej” – mózg kobiecy ma ponad dziewięć i pół

¹⁷ *Sex Differences Found in Proportions of Gray and White Matter in the Brain: Links to Differences in Cognitive Performance Seen*, opublikowane 18 maja 1999 r., „Science Daily”, www.sciencedaily.com/releases/1999/05/990518072823.htm (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

razy więcej istoty białej – „istoty przetwarzającej”¹⁸. Widać to choćby w ciele modelowatym. „Wskutek posiadania większej ilości istoty białej w połączeniach międzypółkulowych, u kobiet zachodzi lepsza komunikacja pomiędzy ośrodkami mózgowymi odpowiedzialnymi za postrzeganie i odnoszenie się do świata zewnętrznego”, twierdzi dr Gur. Z drugiej strony, mężczyźni, którzy posiadają względnie mniejsze ciało modelowate, które zawiera mniej istoty białej, „wykazują wyższy poziom koncentracji w ramach pojedynczych ośrodków”¹⁹.

Zrozumienie tych różnic może okazać się kluczowe w zrozumieniu naszych mężów – ich uporu, zdecydowania, determinacji i skupienia na jednym celu. Może to również pomóc im zrozumieć i docenić nas – naszą intuicję i empatię!

Doktor Eric Vilain, który prowadzi badania nad genetyką rozwoju seksualnego człowieka na Uniwersytecie Kalifornijskim w Los Angeles, odkrył zróżnicowanie genetyczne, które odgrywa rolę w nierównościach między męskim a kobiecym mózgiem. Wraz z zespołem porównał produkcję genów w mózgach samców i samic u płodów myszy – na długo, zanim u zwierząt tych wykształciły się narządy płciowe²⁰. Ku własnemu zdumieniu, odkryli, że przynajmniej pięćdziesiąt cztery geny są produkowane w różnych ilościach w mózgach samców i samic, z a n i m jeszcze do głosu dojdzie hormon męski. Osiemnaście

¹⁸ Elizabeth Heubeck, *How Male and Female Brains Differ: Researchers Reveal Sex Differences in the Brain's Form and Function*, opublikowane 11 kwietnia 2005 r., „WebMD Feature”, www.medicinenet.com/script/main/art.asp?articlekey=50512 (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

¹⁹ *Sex Differences Found in Proportions of Gray and White Matter...*

²⁰ Zob. P. Dewing i in., *Sexually Dimorphic Gene Expression in Mouse Brain Precedes Gonadal Differentiation*, „Molecular Brain Research” 118, nr 1–2 (21 października 2003 r.), s. 82–90.

z tych genów wykazywało wyższy poziom w mózgach samców, a trzydzieści sześć w mózgach samic.

„Nie spodziewaliśmy się znaleźć różnic genetycznych pomiędzy mózgami dwóch płci”, wyznał dr Vilain w wywiadzie telewizyjnym. „Odkryliśmy jednak, że mózgi te różniły się na wiele mierzalnych sposobów, w tym pod względem anatomii i funkcji”²¹. Choć badanie to przeprowadzono na myszach, badacze uważają, że najprawdopodobniej wnioski sprawdzają się również u ludzi.

Kolejne badania wykazały, że „geny chromosomów płciowych bezpośrednio przyczyniają się do zróżnicowania płciowego mózgow”²². By zrozumieć ten wpływ, musimy przyjrzeć się podstawowym informacjom na temat chromosomów płciowych.

W momencie poczęcia jedna para chromosomów płciowych²³ ulega replikacji (powieleniu) do każdej komórki naszego ciała; jeden chromosom pochodzi od jednego rodzica, drugi od drugiego. Zasadniczo mężczyźni posiadają jeden chromosom X i jeden chromosom Y, natomiast kobiety posiadają dwa chromosomy X. Gdy chłopiec zaczyna rosnąć w łonie matki, jego genetyczny projekt zaczyna przysyłać wiadomość z użyciem chromosomów XY. U dziewczynek dzieje się podobnie, ale przy pomocy chromosomów XX.

Wiele genów znajdujących się na chromosomie Y ma swój udział w procesie różnicowania i męskiego rozwoju. To właśnie męskotwór-

²¹ Brain May „Hard-Wire” Sexuality Before Birth, opublikowane 22 października 2003 r., „Science Daily”, www.sciencedaily.com/releases/2003/10/031022062408.htm (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

²² Zob. G.J. DeVries i in., *A Model System for Study of Sex Chromosome Effects on Sexually Dimorphic Neural and Behavioral Traits*, „Journal of Neuroscience” 22, nr 20 (15 października 2002 r.), s. 9005–9014.

²³ Chromosom to pałeczkowata lub nitkowata struktura zawierająca DNA obecna w jądrze każdej komórki naszego ciała.

czy chromosom Y rozpoczyna maraton zmian, które odróżniają małego chłopca i jego mózg od małej dziewczynki i jej mózgu. Chromosom Y kieruje procesem rozwoju zawiązek gonad w jądra – a to właśnie jądra stanowią główną fabrykę testosteronu, który napędza rozwój męskości w mózgu i ciele płodu.

Przeciętna kobieta posiada dwa chromosomy X – jeden od matki i jeden od ojca. W komórkach ciała aktywny jest jeden z dwóch chromosomów X, podczas gdy drugi pozostaje uśpiony. Naukowcy odkryli, że reakcje mózgowe różnią się w zależności od tego, na którym chromosomie położony jest nieaktywny gen²⁴. Średnio co piąty z dodatkowych genów unika uśpienia i pozostaje aktywny. Kiedy takie zjawisko zachodzi, komórki danej kobiety otrzymują „podwójną dawkę” genów X. Uważa się, że ta nadwyżka zapasowych genów pomaga chronić kobietę przed całym wachlarzem zaburzeń fizycznych, psychicznych i behawioralnych²⁵.

Rezerwowe geny skutkują także większym zróżnicowaniem genetycznym w kobiecym mózgu. Autorka artykułów do „New York Timesa”, Maureen Dowd, pisze, że „kobiety nie tylko różnią się od mężczyzn bardziej, niż nam się wydaje. Kobiety różnią się też od siebie nawzajem – »jej różnorodność tak nieskończona«, jak pisze Szekspir”²⁶. Według Dowd „oznacza to, że męskie uogólnienia nie są bez-

²⁴ Hara Estroff Marano, *The New Sex Scorecard: Men and Women's Minds Really Do Work Differently – But Not on Everything*, opublikowane na przełomie lipca/sierpnia 2003 r., „Psychology Today”, www.psychologytoday.com/articles/pto-20030624-000003.html (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

²⁵ DeVries, *A Model System for Study of Sex Chromosome Effects...*

²⁶ Zob. William Szekspir, *Antoniusz i Kleopatra*, przeł. Maciej Słomczyński, Kraków 1999, s. 46.

podstawne. Kobiety są tajemnicze, zmienne, przebiegłe, ekscentryczne – po prostu inny gatunek”²⁷.

W odniesieniu do korzyści płynących z obecności dwóch chromosomów X genetyk dr Huntington Willard z Duke University uważa, że „my, biedni mężczyźni, mamy tylko czterdzieści pięć chromosomów, które wykonują swoją pracę, ponieważ czterdziesty szósty chromosom to żałosny Y, który zawiera jedynie kilka genów. (...) Dla porównania, wiemy już, że kobiety posiadają pełne czterdzieści sześć chromosomów, gdzie ostatni z nich to drugi chromosom X, który ma większe możliwości, niż myśleliśmy”²⁸.

Niejedno jest jeszcze do poznania, niejeden być może szczegół czy zastrzeżenie do dodania, ale obecna wiedza o naturze i przyczynach tych różnic nie zostawia miejsca na spekulacje, uprzedzenia czy racjonalnie uzasadnione wątpliwości²⁹.

Dr Anne Moir

Doktor Willard wspólnie z dr Laurą Carrell, biologiem molekularnym na Pennsylvania State University College of Medicine, odkryli, że aż piętnaście procent (dwieście do trzystu) genów na drugim chromosomie X, które uważano do tej pory za uśpione, jest aktywnych, co oznacza znacznie większą aktywność genów u kobiety niż u mężczyzny³⁰. Dwa chromosomy X to kolejna odpowiedź na pytanie, w jaki

²⁷ Maureen Dowd, *X-celling Over Men*, „New York Times”, 20 marca 2005 r., s. 13.

²⁸ Cyt. za: Dowd, *X-celling Over Men*...

²⁹ Moir, Jessel, *Płeć mózgu*..., s. 20.

³⁰ Laura Carrel, Huntington F. Willard, *X-inactivation profile reveals extensive variability in X-linked gene expression in females*, „Nature” 434, nr 7031 (17 marca 2005 r.), s. 279–280.

sposób nasze różnice pod względem zachowania i osobowości zapisane są w mózgu, poza aspektami hormonalnym czy kulturalnym³¹.

Boży projekt

Skoro najwyraźniej wiele różnic między mózgiem męskim a kobiecym rzeczywiście istnieje, i to od początku, uzasadnione wydaje się pytanie: „Skąd to się bierze?”. Większość badaczy uważa, że odmienność ta wynika po prostu z dywergencji, czyli powstawania różnic podczas rozwoju ewolucyjnego. My jednak żyjemy przekonanie, że nasze mózgi nie tylko są zaprojektowane przez Boga jako zachwycająco różne, ale ma to swój cel. U podstaw naszego przekonania leży Księga Rodzaju:

A wreszcie rzekł Bóg: „Uczyńmy człowieka na Nasz obraz, podobnego Nam. Niech panuje nad rybami morskimi, nad ptactwem powietrznym, nad bydłem, nad ziemią i nad wszystkimi zwierzętami pełzającymi po ziemi!” Stworzył więc Bóg człowieka na swój obraz, na obraz Boży go stworzył: stworzył mężczyznę i niewiastę. Po czym Bóg im błogosławił, mówiąc do nich: „Bądźcie płodni i rozmnażajcie się, abyście zaludnili ziemię i uczynili ją sobie poddaną; abyście panowali nad rybami morskimi, nad ptactwem powietrznym i nad wszystkimi zwierzętami pełzającymi po ziemi” (Rdz 1,26–28).

Z tego ustępu wynika jasno, że zarówno mężczyźni, jak i kobiety stworzeni zostali na obraz Boga: „stworzył mężczyznę i niewiastę. Po czym Bóg im błogosławił” (Rz 1,27–28). Według Biblii mężczyźni nie są z Marsa, a kobiety z Wenus. Zostali oni stworzeni z miłością na

³¹ Zob. Dowd, *X-celling Over Men...*

obraz Boga na ziemi. W ten sposób nosimy w sobie pieczęć naszego Stwórcy.

Pismo Święte mówi również wyraźnie, że „równi” nie znaczy „tacy sami”. Mężczyźni i kobiety zostali stworzeni równymi, ale nie takimi samymi ani nie w taki sam sposób. Zostaliśmy stworzeni innymi i inaczej – innymi słowy, mężczyźni i kobiety są zaprojektowani w inny sposób i zaprojektowani jako inni³².

Różni od dnia pierwszego

Genetyczne, hormonalne i stworzone różnice w jego i jej mózgu pojawiają się na długo przed narodzinami, kiedy nie ma żadnych szans na wpływ socjalizacji. Wynikająca stąd odmienność zauważalna jest w łonie matki, w niemowlęctwie i dzieciństwie aż do dorosłości.

Przykładowo, wśród noworodków i jednolatków to dziewczynki częściej niż chłopcy nawiązują kontakt wzrokowy z dorosłymi³³. Różnice stają się bardziej oczywiste, gdy dzieci rosną i rozwijają się. Kiedy w przedszkolu ktoś przynosi nową zabawkę, chłopcy zawsze porzucają dotychczasowe zajęcia i idą ją obejrzeć. Za to gdy na placu zabaw pojawiają się nowe dzieci, to dziewczynki wychodzą do nich częściej niż chłopcy³⁴. Co więcej, w porównaniu z chłopcami, dziewczynki szybciej uczą się mówić, znają więcej słów, lepiej je sobie przypominają, robią mniej przerw i dobrze radzą sobie z łamańcami językowymi³⁵.

³² W rozdziale 13 wyjaśnimy tę koncepcję bardziej szczegółowo.

³³ Zob. Svetlana Lutchmaya, Simon Baron-Cohen, Peter Raggatt, *Foetal Testosterone and Eye Contact in 12-Month-Old Infants*, „Infant Behavior and Development” 25 (2002), s. 327–335.

³⁴ Zob. Christina Hoff Sommers, *Who Stole Feminism?*, Nowy Jork 1994, s. 73–74.

³⁵ Zob. Marano, *New Sex Scorecard...*

Doktor Harriet Wehner Hanlon z zespołem Virginia Tech University przeprowadzali badania nad aktywnością mózgową ponad pięciuset dzieci w wieku od dwóch miesięcy do ponad szesnastu lat. Doszli do wniosku, że obszary w mózgu odpowiedzialne za język, pamięć przestrzenną, koordynację ruchową i relacje międzyludzkie rozwijają się w różnej kolejności, czasie i tempie w zależności od płci³⁶.

Różnice te przejawiają się na wiele sposobów. Przykładowo, rozmowa to kluczowy element kobiecych przyjaźni w każdym wieku. Doktor Leonard Sax, lekarz i psycholog, zauważa, że „znakiem rozpoznawczym bliskiej przyjaźni między dwiema dziewczynkami lub dwiema kobietami jest wzajemne dzielenie się sekretami, których nie wyjawiają nikomu innemu”³⁷. W przeciwieństwie do nich, chłopcy nie spędzają zbyt wiele czasu na rozmowie ani nie mają ochoty wysłuchiwać czyichś tajemnic. Zdecydowanie chętniej budują modele, bawią się zabawkami i grają w gry wideo³⁸.

Czy zróżnicowanie płciowe wyrównuje się z wiekiem? Na ogół nie. Mózgi kobiet i mężczyzn pozostają różne przez całe życie. Przykładowo, kobiety czerpią siłę i pociechę z bliskich relacji oraz rozmów. Kiedy dziewczęta i kobiety są zestresowane, często zwracają się do siebie po wsparcie i pocieszenie³⁹. Nie mężczyźni. Kiedy chłopcy i mężczyźni odczuwają napięcie, zwykle wolą poćwiczyć lub pobyć samemu⁴⁰.

³⁶ Zob. H. Hanlon, R. Thatcher, M. Cline, *Gender Differences in the Development of EEG Coherence in Normal Children*, „Developmental Neuropsychology” 16, nr 3 (1999), s. 479–506.

³⁷ Leonard Sax, *Why Gender Matters: What Parents and Teachers Need to Know about the Emerging Science of Sex Differences*, Nowy Jork 2005, s. 83.

³⁸ Zob. K. Dindia, M. Allen, *Sex Differences in Self-Disclosure: A Meta-Analysis*, „Psychological Bulletin” 112 (1992), s. 106–124.

³⁹ Zob. Sax, *Why Gender Matters...*, s. 83.

⁴⁰ Tamże.

Badacze zaczynają rozumieć, że różnice te nie są czymś złym, ale wręcz przeciwnie. Doktor Ruben C. Gur pisze: „Większość cech różniących wzajemnie się uzupełnia. Zwiększają one szanse na łączenie się w pary. Służą całemu gatunkowi”⁴¹. Według nas różnice te wskazują również sposób, w jaki Bóg nas zaprojektował i stworzył.

Zaobserwowaliśmy z Waltem wiele wrodzonych różnic między chłopcami i dziewczętami, kiedy nasze dzieci, Kate i Scott, dorastały. Ubieraliśmy Kate w jej najlepszy odświętny strój i w kościele wyglądała idealnie. Scott, ubrany na tę samą okazję, rzadko kiedy docierał do samochodu, nie znalazłszy kałuży, w którą mógłby wdepnąć, albo kijka, który trzeba było zabrać na wycieczkę.

W pokoju Scotta notorycznie cuchnęło i panował bałagan. Kate czasami bałaganiła, ale zawsze pachniało u niej ładnie.

Kate bawiła się lalkami w dom i wymyślała skomplikowane scenariusze. Scott brał te same lalki i aranżował bitwę między nimi. Odrywał im głowy, ręce i nogi.

Kate zaczęła myśleć o swoim przyszłym chłopaku bardzo wcześnie. W tym samym wieku Scott uważał, że dziewczynki mają wszy i lepiej ich nie dotykać.

Jeszcze wcześniej Kate mówiła całymi zdaniami. W tym samym wieku Scott naśladował jedynie dźwięki karabinów maszynowych i wybuchów bombowych.

Wydało nam się oczywiste, że różnice między Kate i Scottem to nie kwestia kultury, środowiska czy socjalizacji – nie rezultat nauczania czy wzorców panujących w domu. Nasi rodzice widzieli w nas te same cechy, a my nadal widzimy je w sobie nawzajem.

Ubieram się odświętnie do kościoła i na miejscu wszystko nadal jest

⁴¹ Cyt. za: Heubeck, *How Male and Female Brains Differ...*

czyste i niewygniecione. W jakiś tajemniczy sposób Walt rzadko kiedy opuszcza garaż, nie zatrzymawszy się przy czymś, co wymaga naprawy, i zawsze ma na sobie tłuszcz albo brud.

Okej, przyznaję, moja strona szafy jest w umiarkowanym nieładzie i wydobywa się z niej słaby odór mokrych skarpet – podczas gdy po stronie Barb panuje porządek i zawsze ładnie pachnie. A kiedy Barb przypadkowo beknie (to znaczy, odbije jej się), zawsze przeprosza, zawstydzona. Ja nie przywiązuję wagi do tego, że czasem wymsknie mi się gaz – ale za to Barb zorientuje się na drugim końcu pokoju.

Nadal to ja częściej utrzymuję kontakt wzrokowy ze znajomymi. Lubię z nimi rozmawiać. Walt woli bardziej zwięzłe, głośnie i gwałtowne wymiany zdań ze swoimi kolegami. Ja lubię ludzi – Walt woli zadania.

Ech, jesteśmy tacy różni! Doszliśmy z Barb do tego, że nie tylko zauważamy, ale i doceniamy różnice między naszymi mózgami. Postrzegamy je jako część Bożego projektu – odmienności, które zostały stworzone i utkane, zanim pierwszy raz zaczerpnęliśmy oddech.

Kiedy dzieliliśmy się z naszymi przyjaciółmi Chrisem i Sherri swoją wiedzą, oni też zaczęli doceniać, jak różnie są zaprojektowani. Teraz, zamiast stwierdzać: „Muszę wymyślić, co z tym począć”, Chris uśmiecha się i mówi „Niech żyją różnice!”. Zrozumienie owej odmienności skutkuje umacnianiem ich małżeństwa już od ośmiu lat. Ufamy, że pomoże i twojemu związkowi.



Rozdział 2

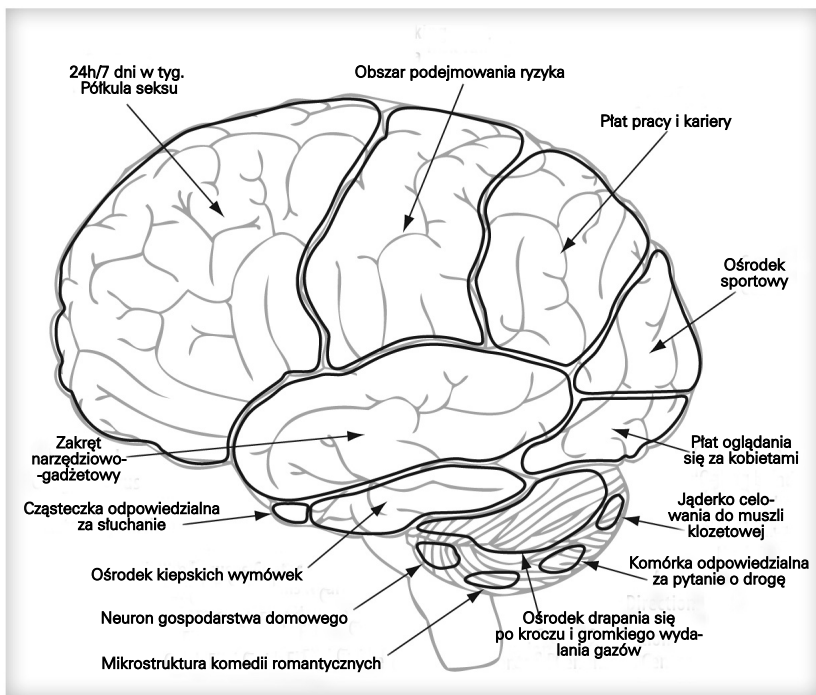
Podobni jak dzień do nocy

Gdy tylko miałem okazję asystować przy operacji na mózgu, nigdy jej nie marnowałem! Byłem zafascynowany mózgiem, kunsztem i złożonością jego budowy. Kiedy jednak zajrzysz do wnętrza czaszki, zupełnie nie jesteś w stanie stwierdzić, czy mózg ten należy do mężczyzny, czy do kobiety – przynajmniej nie na oko. Różnice są jednak kolosalne i w dużej mierze oparte na obwodach mózgowych oraz związkach chemicznych, które nasz Stworzyciel utkał już w łonie matki.

Kiedy na studiach oglądałem obrazy CT, MRI czy PET¹, neurobiologia mnie intrygowała. Nigdy nie postrzegałem wiedzy o mózgu jako narzędzia do budowy związku i małżeństwa. Umknęło to mojej uwadze – ba, nawet nie przeszło mi to przez myśl.

¹ Wszystkie trzy metody obrazowania są nieinwazyjne i pozwalają bezboleśnie zajrzeć przez czaszkę do mózgu, dzięki dwu- i trójwymiarowym zdjęciom. CT = tomografia komputerowa; MRI = rezonans magnetyczny; PET = tomografia emisyjna pozytonowa.

Gwałtowny postęp w badaniach nad mózgiem i metodami obrazowania w ciągu ostatnich trzydziestu lat uczynił neurobiologię jeszcze ciekawszą. Wykorzystanie wyspecjalizowanych odmian metod obrazowania (np. fCT, fMRI czy fPET²), które mierzą wzrost przepływu krwi towarzyszący aktywności komórek nerwowych, umożliwia badaczom mapowanie procesów mózgowych. Dzięki temu naukowcy właśnie zaczynają rozumieć zróżnicowanie płciowe mózgów. By pomóc tobie zrozumieć podstawy tej nowej nauki i zauważyć wpływ



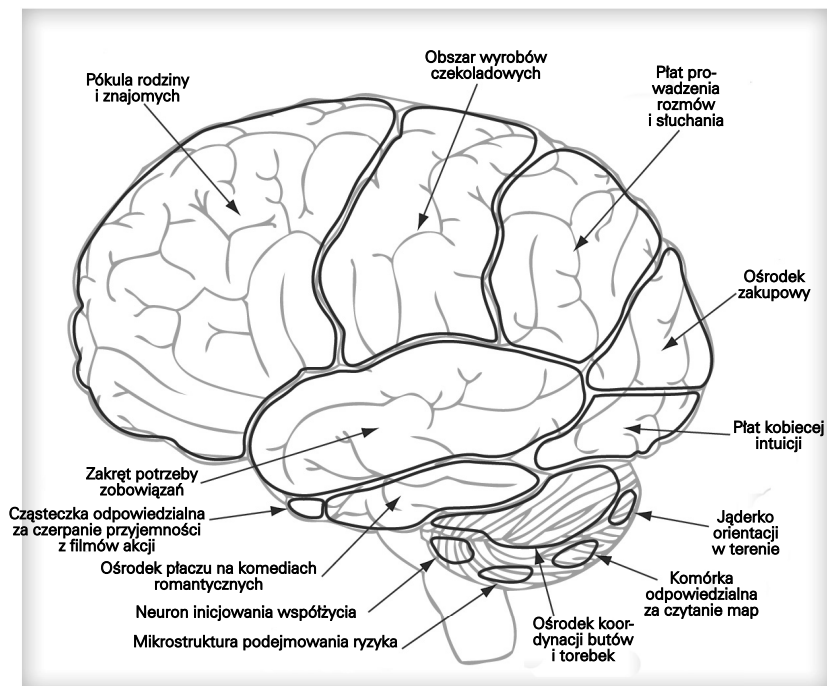
Rycina 1 – Jego mózg

² fCT = funkcjonalna tomografia komputerowa; fMRI = funkcjonalny rezonans magnetyczny; fPET = funkcjonalna tomografia emisyjna pozytonowa.

owych różnic na związek czy małżeństwo, muszę opowiedzieć ci o kilku strukturach i związkach chemicznych w mózgu.

Pozwolę Waltowi podzielić się z tobą pewnymi danymi naukowymi, ale obiecuję go pilnować, by nie komplikował sprawy! Powstrzymam się również od prostackich żartów w stylu: „Mężczyźni mają dwa mózgi – jeden się zgubił, a drugi poszedł go poszukać i nie pyta przechodniów o drogę!”. Po prostu nie zamierzam uciekać się do tego typu szczeniackich dowcipów. Musisz jednak przyznać, że powyższa rycina jest całkiem adekwatna – prawda?

Cóż, ja nie pozostanę dłużny, pozwól zatem, że przedstawię rycinę 2, czyli mój schemat kobiecego mózgu.



Rycina 2 – Jej mózg

PODOBNI JAK DZIEŃ DO NOCY

Nasza synowa, Jennifer, doktorantka w dziedzinie neurobiologii, mogła nam przygotować powyższe ilustracje – mamy nadzieję, że ci się spodobały. Ale jeśli na tym wolisz zakończyć dywagacje naukowe, możesz pominąć pozostałą część rozdziału i przejść do tabelk na stronach 49, 52 i 59, które stanowią podsumowanie informacji podanych przez Walta.

Bardziej docieklwym przedstawię absolutnie cudowny wytwór – ludzki mózg. Potrafi on przetwarzać mowę, złożone obrazy, szerokie spektrum dźwięków. Sprawuje kontrolę nad temperaturą ciała, ciśnieniem krwi, tętnem i oddychaniem. Przyjmuje istny zalew informacji o świecie zewnętrznym za pośrednictwem rozmaitych zmysłów. Koordynuje ruch, kiedy spacerujesz, rozmawiasz, stoisz, żujesz, przelżykasz lub po prostu siedzisz. Pozwala ci myśleć, śnić, rozumować i doświadczać emocji.

Mózg waży średnio jedynie około tysiąca trzystu gramów (dwa procent przeciętnej masy ciała), a zużywa dwadzieścia procent wdychanego tlenu i dwadzieścia pięć procent spożywanych kalorii. Mało tego, około dwudziestu procent krwi pompowanej z serca trafia do mózgu³. Mózg złożony jest ze stu miliardów neuronów – co przyprawia o zawrót głowy, jeśli zdasz sobie sprawę, że podobno cała Droga Mleczna składa się ze stu miliardów planet i gwiazd.

Mózg wymaga nieustannego przepływu krwi, tlenu i kalorii, by nadążyć z ogromnym zapotrzebowaniem metabolicznym⁴ stu trylionów synaps i połączeń⁵, które działają z niesamowitą prędkością. Sza-

³ Zob. *Brain Facts, Brain Connection*, www.brainconnection.com/library/?main=explore-home/brain-facts (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

⁴ Tamże.

⁵ Zob. Jeffrey M. Schwartz, Sharon Begley, *The Mind and the Brain*, Nowy Jork 2003, s. 111.

cuje się, że mózg zawiaduje dziesięcioma kwadrylionami instrukcji na sekundę, co stanowi dziesięciokrotność teoretycznej maksymalnej prędkości najlepszego superkomputera, który wykonuje co najwyżej kwadrylion operacji na sekundę⁶.

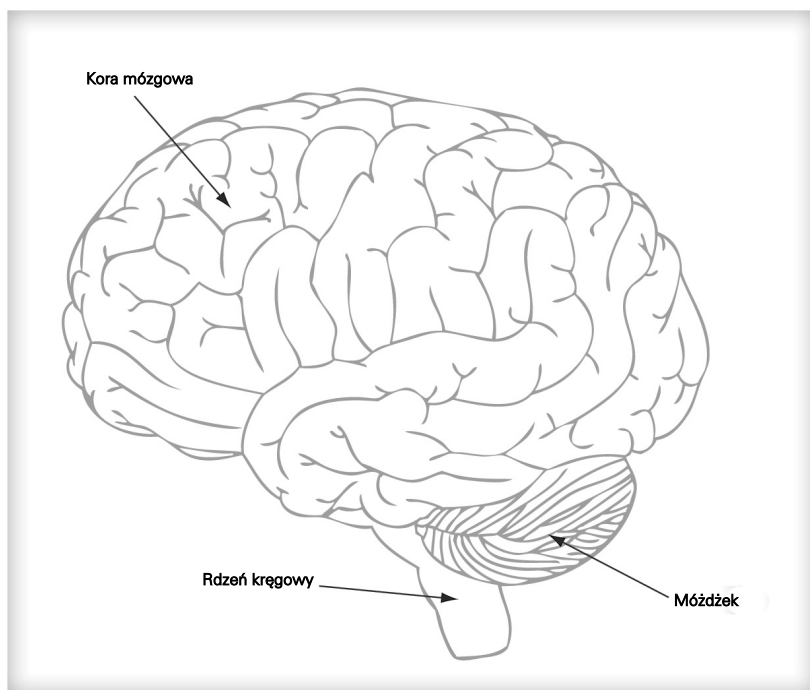
Mózg naprawdę jest niesamowity!

Anatomia mózgu dla bystrzaków

Jeśli weźmiemy pod uwagę strukturę, mózg składa się z trzech głównych części: dwie z nich – kora mózgowa i pień mózgu – są widoczne z zewnątrz (patrz: rycina 3), trzecia natomiast – układ limbiczny – znajduje się w głębi (patrz: rycina 4).

Pień mózgu, w tym mózgdżek, zlokalizowany jest u złączenia czaszki i szyi. Jest to obszar regulujący takie funkcje jak oddychanie, krążenie czy trawienie. Nawet gdy wyższe partie mózgu ulegną uszkodzeniu (np. w wyniku rozległego wylewu lub urazu głowy), pień mózgu zwykle pracuje nadal. Okazuje się, że obszar ten nie jest specjalnie zróżnicowany u mężczyzn i kobiet. Im wyżej jednak się przemieszczamy, tym więcej imponujących różnic.

⁶ Zob. *What Is the World's Fastest Computer?*, „How Stuff Works”, <http://computer.howstuffworks.com/question54.htm> (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).



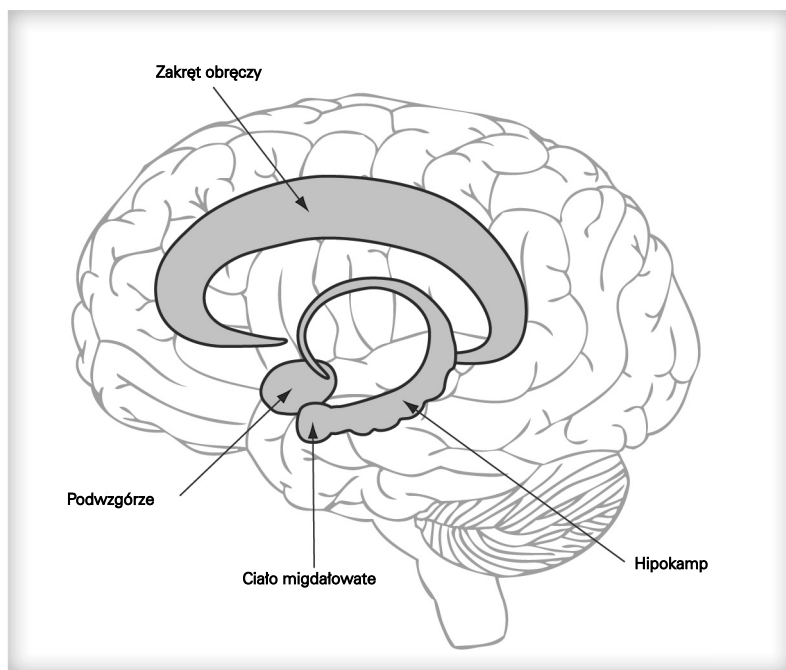
Rycina 3 – Struktury mózgu

Układ limbiczny, zlokalizowany w głębi wokół pnia mózgu, jest zaprojektowany tak, by towarzyszyć nam w procesie reakcji na bodźce zmysłowe ze świata zewnętrznego. W każdej chwili, niezależnie od tego, czy akurat śpimy, czy nie, miliony bodźców zmysłowych pochodzących z zakończeń nerwowych w skórze, oczach, nosie, uszach i kubkach smakowych (dotyk, wzrok, węch, słuch, smak) przetwarzane są przez układ limbiczny.

Jeśli dany bodziec po raz pierwszy wiąże się z jakąś emocją, ta „pamięć emocjonalna” zostaje wdrukowana w nasz układ limbiczny. Gdy powtarzany bodziec pobudza pamięć emocjonalną, układ limbiczny

przekazuje informację do kory i pnia mózgu. Doktor Turhan Canli, psycholog, wykazał, że kobiety zapisują wspomnienia z użyciem zróżnicowanych i o wiele bardziej skomplikowanych szlaków niż mężczyźni. Wskutek tego kobiety trafniej przywołują właściwe wspomnienie (w porównaniu z mężczyznami) i związane z nim emocje czy odczucia⁷.

Co najmniej cztery główne części układu limbicznego są zróżnicowane ze względu na płeć – są to podwzgórze, ciało migdałowe, hipokamp oraz zakręt obręczy.



Rycina 4 – Układ limbiczny

⁷ Zob. Amanda Onion, *Scientists Find Sex Differences in Brain: Controversial Research Revealing Differences Between Men and Women*, opublikowane 19 stycznia 2005 r., „ABC News”, <http://abcnews.go.com/Technology/Health/story?id=424260> (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

Podwzgórze to ośrodek odpowiedzialny za seks. Jak łatwo sobie wyobrazić, ten gruczoł wielkości kuli duńskiej pełni zupełnie odmienne funkcje u mężczyzn i kobiet. Silnie reaguje na testosteron i jest o wiele większy u mężczyzn niż u kobiet. Rozmiar i wrażliwość owego gruczołu to jeden z powodów, dla którego mężczyźni odczuwają o wiele większy popęd seksualny niż kobiety.

Hipokamp oraz ciało migdałowe odbierają, przetwarzają i przechowują pamięć emocjonalną. Ciało migdałowe potęguje zarówno wspomnienia przyjemne, jak i budzące lęk.

Przekazuje ono do hipokampu informację, które wspomnienia powinny być zatrzymane i naciągnięte na łańcuszek niczym perły w naszyjniku. Nigdy nie pozwoli nam na przykład zapomnieć, co robiliśmy 11 września 2001 roku.

Te dwie części układu limbicznego są o wiele większe i bardziej aktywne u kobiet niż u mężczyzn, są również lepiej połączone z ośrodkami odpowiedzialnymi za mowę i emocje. W związku z tym kobiety łączą słowa i uczucia ze wspomnieniami silniej niż mężczyźni. Wskutek tego mężczyźni o wiele rzadziej zapamiętują doświadczenia emocjonalne. U mężczyzn wspomniane części układu limbicznego są o wiele lepiej połączone z rdzeniem kręgowym niż z korą. W związku z tym w odpowiedzi na bodziec emocjonalny mężczyźni rzadziej wyrażają uczucia werbalnie, a częściej reagują fizycznie.

Zakręt obręczy uważany jest za „kluczowy ośrodek emocji w układzie limbicznym”⁸. Podczas gdy emocje, bliskość i poczucie więzi posiadają w mózgu reprezentacje w postaci połączeń i przewodnictwa chemicznego oraz nerwowego, zakręt obręczy nadzoruje cały ten proces. Zakręt obręczy jest nie tylko większy i bardziej aktywny u kobiet,

⁸ Michael Gurian, *What Could He Be Thinking? How a Man's Mind Really Works*, Nowy Jork 2003, s. 82.

posiada również więcej połączeń nerwowych z korą mózgową niż u mężczyzn (zwłaszcza z ośrodkami przetwarzania mowy i emocji po obu stronach kory). Pomaga to wyjaśnić naturalną skłonność kobiet do opiekuńczości, wychowania dzieci i rozmowy o uczuciach.

Kora mózgową to najwyższej położona struktura mózgu (zarówno funkcjonalnie, jak i anatomicznie, oczywiście, kiedy stoimy na nogach). Kora mózgową odpowiedzialna jest za widzenie, słyszenie, powonienie, myślenie, zapamiętywanie i wnioskowanie. Pomaga również w podejmowaniu decyzji moralnych, abstrakcyjnym myśleniu, projektowaniu, idealizowaniu, stawianiu celów, znajdowaniu motywacji i wielu innych czynnościach właściwych człowiekowi.

To właśnie te kunsztowne połączenia pomiędzy ciałem, układem limbicznym i korą mózgową – a także różnice między nimi w mózgu męskim i mózgu kobiecym – wpływają na nasze związki i małżeństwa.

Kora mózgową podzielona jest na strony lewą i prawą, a każdą z nich określa się mianem półkuli. Każda półkula ma swoje charakterystyczne funkcje, które podsumuję w tabeli 1.

Tabela 1 – Funkcje półkul mózgowych

Lewa półkula	Prawa półkula
Kontroluje prawą stronę ciała	Kontroluje lewą stronę ciała
„Racjonalna” połowa mózgu	„Artystyczna” połowa mózgu
Odpowiedzialna za logikę, rozumowanie i mowę	Odpowiedzialna za pomysły i wyobraźnię
Myśli analitycznie. Jest „praktyczną” i „zdroworozsądkową” stroną mózgu	Myśli holistycznie
Widzi szczegół	Widzi ogół
Przeprowadza myślenie linearne i wykonanie poszczególnych zadań	Przeprowadza myślenie przestrzenne i wielotorowe
Zapamiętuje, na przykład, słowa piosenek	Zapamiętuje, na przykład, melodie piosenki

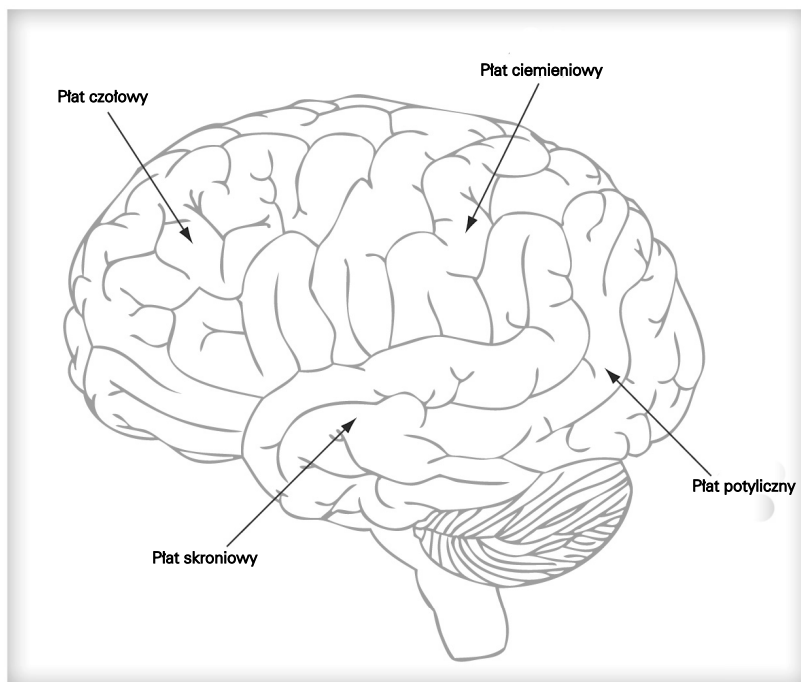
Ponadto każda z półkul dzieli się jeszcze na cztery płaty – czołowy, ciemieniowy, skroniowy i potyliczny (zob. rycina 5).

Płat czołowy zajmuje się przede wszystkim rozumowaniem, planowaniem, częściami mowy, ruchem (kora ruchowa), emocjami i rozwiązywaniem problemów.

Płat ciemieniowy odpowiedzialny jest za percepcję bodźców związanych z dotykiem, ciśnieniem, temperaturą i bólem.

Płat skroniowy zajmuje się percepcją i rozpoznawaniem bodźców dźwiękowych (słuchem) oraz pamięcią.

Płat potyliczny znajduje się na tyłach mózgu i odpowiedzialny jest za wiele aspektów widzenia.



Rycina 5 – Płaty kory mózgowej

Ponadto kora mózgowa zawiera dwa rodzaje substancji. Istota szara odpowiedzialna jest za większość funkcji mózgowych i procesów przetwarzania energii. Istota biała składa się z długich włókien (aksonów), które transmitują sygnały elektryczne w mózgu oraz do i z ciała.

Mózgi męskie zawierają o wiele więcej istoty białej łączącej ośrodki myślenia i reagowania z rdzeniem kręgowym niż mózgi kobiece. W związku z tym mężczyźni zaprojektowani są tak, że w pierwszej kolejności reagują fizycznie, dopiero potem refleksywnie. Mózgi kobiece posiadają więcej istoty białej łączącej dwie półkule, wskutek czego są bardziej predysponowane do wielozadaniowości.

W późniejszych rozdziałach mówić będziemy o zagadkowych sposobach, w jakie różnice strukturalne naszych mózgów wpływają na małżeństwo. Najpierw skorzystajmy jednak z tabeli 2, by podsumować kilka znaczących różnic strukturalnych między mózgiem męskim a kobiecym.



Męskie i kobiece mózgi są zróżnicowane pod względem budowy i składu chemicznego. Im szybciej kobiety – i ci, którzy je kochają – zaakceptują i docenią różnice neurologiczne kształtujące kobiece zachowania, tym lepiej będzie nam się układać⁹.

Louann Brizendine

⁹ Cyt. za: Joe Garofoli, *Femme Mentale: San Francisco Neuropsychiatrist Says Differences Between Women's and Men's Brains Are Very Real, and the Sooner We All Understand It, the Better*, opublikowane 6 sierpnia 2006 r., „San Francisco Chronicle”, <http://sfgate.com/cgi-bin/article.cgi?file=/c/a/2006/08/06/MNG3HKAMVO1.DTL> (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

Tabela 2 – Różnice strukturalne między mózgiem męskim a kobiecym

Struktura mózgowa	Mózg męski	Mózg kobiecy
Ciało modzelowate	Mniejsze	Większe
Ciało migdałowe, hipokamp i pamięć emocjonalna	Mniejsze i słabiej połączone z korą mózgową, ale lepiej połączone z rdzeniem kręgowym i resztą ciała	Większe i lepiej połączone z korą mózgową – zwłaszcza z ośrodkami mowy w korze
Ośrodki mowy	Mniej słabo połączonych	Wiele dobrze połączonych
Zakręt obręczy i panowanie nad emocjami	Słabiej połączone z korą mózgową, ale lepiej z rdzeniem kręgowym	Lepiej połączone z korą mózgową, ale słabiej z rdzeniem kręgowym
Hipokamp i ośrodki odpowiedzialne za emocje w kresomózgowiu	Niewielkie i słabo połączone	Duże i dobrze połączone

Chemia mózgu dla bystrzaków

Nie tylko struktury naszych mózgów są bardzo odmienne – także ich skład chemiczny okazuje się wyraźnie różny. Związki chemiczne w mózgu transportują sygnały z jednej części mózgu (lub z jednego neuronu) do drugiej – lub z ciała do mózgu (i na odwrót). Ponad siedemdziesiąt różnych substancji ma kolosalny wpływ na mózg, oddziałuje na nasze emocje i reakcje. Dwa najciekawsze rodzaje związków chemicznych oddziałujących na mózg to hormony¹⁰

¹⁰ Hormony to związki chemiczne (zwykle peptydy lub sterydy) wytwarzane przez określoną tkankę, transportowane przez krew i oddziałujące na aktywność fizjologiczną (np. wzrost czy metabolizm) w innej tkance.

i neurohormony¹¹, które mogą wywierać wpływ na nasze mózgi (lub układy nerwowe) w zupełnie inny sposób.

Testosteron

Najważniejszy hormon męski, testosteron, wpływa na zachowania i nastroje mężczyzny. Jako regulator nastroju testosteron jest jednak błahostką w porównaniu z hormonami żeńskimi – estrogenem i progesteronem. Niemniej jednak, testosteron to hormon najbardziej powiązany z męską agresją, skłonnością do rywalizacji i zdecydowaniem. Kiedy biernemu mężczyźnie poda się testosteron, zacznie on być bardziej stanowczy i agresywny. Ponadto współzawodnictwo podnosi poziom testosteronu, a rywalizacja napędza agresję. Przykładowo, poziom testosteronu u sportowców jest wyższy u końca rywalizacji niż na początku¹².

Kiedy testosteron zaaplikuje się kobiecie, będzie on wzmacniał u niej agresję, ale nie tak bardzo jak u mężczyzny, ponieważ jego mózg reaguje na ten hormon silniej. Poziom testosteronu (oraz ochota na seks) u kobiety wzrasta w czasie owulacji. Skok ten trwa około czterdziestu godzin. U mężczyzny natomiast testosteron utrzymuje się na stałym poziomie.

Testosteron pomaga również mężczyźnie skupić się na danym zadaniu, rywalizacji, misji czy przedsięwzięciu. Powstrzymuje go przed rozproszeniem. Badacze z Georgia State University odkryli, że „ludzie

¹¹ Neurohormony to hormony wydzielane przez różne partie układu nerwowego.

¹² Zob. P.H. Mehta, R.A. Josephs, *Testosterone Change after Losing Predicts the Decision to Compete Again*, „Hormones and Behavior” 50, nr 5 (grudzień 2006), s. 684–692. Zob. też Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 114.

sukcesu” w różnych dziedzinach (biznesmeni, politycy, sportowcy itp.) mieli wyższy poziom testosteronu¹³.

[Testosteron] jest to hormon, który, jak się zdaje, czyni mózg mniej podatnym na zmęczenie – bardziej skoncentrowanym na jednym celu¹⁴.

Dr Anne Moir

Oprócz tego testosteron przyczynia się do męskiej potrzeby niezależności. Theresa Crenshaw, lekarka specjalizująca się w farmakologicznym leczeniu zaburzeń seksualnych, pisze: „»Samotniczy charakter« testosteronu jest kluczem do zrozumienia istoty mężczyzny (...) Testosteron wzmacnia w mężczyźnie dążenie do samotności inaczej niż u kobiety (...) Sprawia, że masz ochotę na seks, a jednocześnie chcesz być sam”¹⁵.

Kiedy żona mówi: „Mój mąż jest nakręcony!” albo „Mój mąż jest taki niezależny”, albo „Mój mąż po prostu nigdy się nie poddaje!”, widzi testosteron w akcji. Stymuluje on pragnienie sukcesu – jego osiągnięcia i podtrzymania. Pobudza do rywalizacji, a czasami wzmacnia potrzebę samotności. Może również prowadzić do zachowań defensywnych i złości, gdy kobieta nie rozumie mężczyzny i nie wie, jak z nim postępować.

¹³ Zob. J.M. Dabbs Jr., D. de La Rue, P.M. Williams, *Testosterone and Occupational Choice: Actors, Ministers, and Other Men*, „Journal of Personality and Social Psychology” 59, nr 6 (grudzień 1990), s. 1261–1265.

¹⁴ Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 134.

¹⁵ Cyt. za: Steven E. Rhoads, *The Case Against Androgynous Marriage*, „The American Enterprise”, www.taemag.com/issues/articleid.17048/article_detail.asp (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

Oksytocyna

Hormon ten nazywany jest hormonem „przytulania” lub „przywiązania”, ponieważ wydziela się właśnie podczas przytulania. Wzmacnia on czułość na dotyk i powstawanie więzi uczuciowych, zwłaszcza u kobiet. Im wyższy poziom oksytocyny, tym dana osoba jest mniej agresywna i bardziej empatyczna. Jak łatwo się domyślić, u kobiet poziom oksytocyny jest zwykle wyższy niż u mężczyzn.

Oksytocyna wzbudza w mózgu kobiety zachowania, które biolodzy nazywają „zaopiekuj się i zaprzyjaźnij” (w przeciwieństwie do napędzanych testosteronem reakcji „walcz lub uciekaj”). Kiedy kobieta czuje się z kimś lub czymś blisko związana, jest to uczucie w dużej mierze potęgowane przez oksytocynę. Oksytocyna wzmacnia gotowość do współżycia i jest częściowo odpowiedzialna za intensywne poczucie spełnienia w trakcie i po akcie seksualnym, nawet jeśli kobieta nie doświadcza orgazmu¹⁶. Oksytocyna zwiększa również ciepłe uczucia i opiekuńczość względem dziecka, a także odpowiada za odruch wpływu pokarmu podczas karmienia piersią. Kiedy matka patrzy w oczy swojego dziecka, poziom oksytocyny skacze o wiele wyżej niż u mężczyzny, mało tego, skok ten jest dla kobiety niezwykle przyjemny. W rzeczywistości taki wzrost poziomu oksytocyny sprawia, że kobieta „czuje się lepiej niż dobrze”, ponieważ „jej istota, jej jestestwo jest w najwyższej mierze spełnione”¹⁷.

Istnieje jednak jeden przypadek, kiedy oksytocyna osiąga u mężczyzny taki sam poziom jak u kobiety – podczas i zaraz po orgazmie.

¹⁶ Zob. Marnia Robinson, *Your Brain on Sex*, opublikowane 25 czerwca 2005 r., „Reuniting”, http://www.reuniting.info/science/sex_in_the_brain (dostęp 23 lipca 2007 r.).

¹⁷ Gurian, *What Could He Be Thinking?...*, s. 45.

To jest chwila poczucia więzi i „oksytocynowego spełnienia”. Zjawisko poczucia emocjonalnej więzi jest tym silniejsze, im dłużej trwa małżeństwo. W przypadku mężczyzn monogamia może zatem zacieśniać więzi i wspierać zachowanie wierności żonie.

Wazopresyna

Hormon ten, wytwarzany przez podwzgórze, odpowiada, do spółki z testosteronem, za „więź z partnerką, zachowania agresywne, manifestację siły i znaczenie terenu”¹⁸. Wazopresyna może również podsycać w mężczyznach zachowania rodzicielskie¹⁹. Jednym z powodów, dla których mężczyźni mają wyższy poziom wazopresyny, jest fakt, że chromosom Y (nieobecny u kobiet) wzmacnia gęstość włókien odpowiedzialnych za produkcję tego hormonu. Wazopresyna wydzielana jest podczas gry wstępnej u mężczyzn, ale nie u kobiet (i całe szczęście, ponieważ wyższy poziom wazopresyny u kobiet obniża popęd seksualny).

[Wazopresyna] stanowi kolejny powód, dla którego opieka nad niemowlętami nie jest i nigdy nie stanie się domeną mężczyzn. A wśród nauczycieli pierwszych klas szkoły podstawowej nigdy nie będą przeważać mężczyźni. Uczniowie w tym wieku potrzebują opiekuna z wyższym poziomem oksytocyny niż wazopresyny. W liceach częściej uczą mężczyźni, ponieważ nastolatki są już bardziej niezależne, mogą więc częściej potrzebować agresywnych wyzwań, których dostarczają im mężczyźni²⁰.

Michael Gurian

¹⁸ Tamże, s. 44.

¹⁹ Zob. Marano, *The New Sex Scorecard...*

²⁰ Tamże.

Serotonina

Serotonina służy do kojenia nerwów. Mężczyźni zwykle posiadają o wiele mniej serotoniny niż kobiety, z tego powodu w większym stopniu reagują impulsywnie i fizycznie. Połączenie niższych poziomów serotoniny i oksytocyny z wyższymi poziomami testosteronu i wazopresyny biologicznie predysponuje mężczyzn najpierw do działania, później do mówienia.

Kobięcy mózg i nastroje mają być uspokajane przez wysoki poziom serotoniny. Serotonina, w połączeniu z wysokim poziomem oksytocyny, czyni kobiety bardziej skłonnymi i zdolnymi do siedzenia w miejscu, angażowania się w rozmowę czy opiekę nad dzieckiem.



Wyciszona impulsywność serotoniny (...) zapewnia [kobietom] biologiczną przewagę nad mężczyznami w czerpaniu większej satysfakcji z tworzenia więzi i opieki nad dziećmi²¹.

Michael Gurian

Estrogen

Kiedy przez mózg kobiety przepływa estrogen, ma ona ogólne poczucie dobrostanu i zadowolenia. Estrogen ma działanie uspokajające i poprawia pamięć. Poziom tego hormonu rośnie w pierwszej fazie cyklu miesięczkowego, czyniąc kobiecy mózg bardziej czujnym i wrażliwym na bodźce. Zapewnia jej mózgowi poczucie wyższej samooceny, entuzjazm, przyjemność i pobudzenie seksualne. Jak zauważa dr Anne Moir, dzięki niemu kobiety „górują w zadaniach wymagających

²¹ Gurian, *What Could He Be Thinking?...*, s. 13.

szybkich, zręcznych, precyzyjnych ruchów, jak również we wszystkim, co wymaga płynności i jasności werbalnej”²².

Zmiany hormonalne występujące w czasie cyklu miesięcznego, premenopauzy i wczesnej menopauzy bezpośrednio wpływają na funkcjonowanie mózgu, zwłaszcza kiedy kobieta doświadcza emocji. Hormony te oddziałują nie tylko na jej układ limbiczny, ale również na hormony mózgowe i ich funkcjonowanie. Kobiety w okresie menopauzy, które wykazują niższy poziom estrogenu, ale nadal posiadają pewne dawki testosteronu, w naturalny sposób stają się bardziej agresywne.

Progesteron

Hormon ten wzmacnia opiekuńczość i zachowania rodzicielskie, zapewniając kobiecie ogólne poczucie dobrostanu i zadowolenia. Podobnie jak estrogen, również uspokaja i usprawnia pamięć. Progesteron ma działanie zwiotczające, a więc gdy jego poziom gwałtownie spada, jak tuż przed cyklem miesięczkowym (lub po porodzie), kobieta może odczuwać większy niepokój i problemy z zasypianiem²³.

Podwyższony poziom progesteronu może natomiast wywołać ospałość, co skutkować będzie obniżonym nastrojem i niewielkim libido. Zjawisko to typowe jest dla drugiej fazy cyklu miesięczkowego, kiedy progesteronu jest więcej.

Hormony sprawują kontrolę nad wieloma aspektami fizycznego i umysłowego zdrowia kobiety. Kobiety mogą mieć bardzo zmienne nastroje, potrzeby, odczucia i objawy w różnym czasie – i to nie dlatego, że specjalnie chcą sprawiać kłopot! Ich hormony dosłownie

²² Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 137.

²³ Zob. *Feeling Hormonal?*, „Ivillage”, <http://redbook.ivillage.com/health/0,,9jr4v1b4-3,00.html> (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

zmieniają działanie mózgu. Gdy hormony szaleją, mogą spowodować absolutnie wszystko od trądziku po bezsenność, luki w pamięci i przybieranie na wadze. To wystarczy, by zrujnować dzień z życia pary – nie wspominając o napięciu w małżeństwie.

Co to wszystko znaczy?

Tabela 3 podsumowuje poziomy różnych związków chemicznych w mózgach kobiety i mężczyzny. Substancje te w wyraźny sposób wpływają na działanie mózgu.

Tabela 3 – Poziomy hormonów w mózgach męskim i kobiecym

Hormon	Mężczyzna	Kobieta
Oksytocyna Serotonina Estrogen Progesteron	Niski	Wysoki
Testosteron Wazopresyna	Wysoki	Niski

Podstawowa struktura i funkcja mózgu mężczyzny zostaje określona w łonie matki, kiedy to mózg skąpany jest w testosteronie. Następnie testosteron i wazopresyna – oba wydzielane przez wyjątkowy chromosom Y – zaczynają regulować męskie popędy. Taka kombinacja struktury mózgu i chemii skutkuje wstępnym przygotowaniem go do rywalizacji i zdobywania.

U kobiet połączenia mózgowe oraz podniesione poziomy oksytocyny i kolejnego hormonu związanego z dobrostanem, dopaminy

– zwłaszcza w trakcie rozmowy – skutkują odczuwaniem dużej przyjemności. Takie połączenie budowy mózgu i chemii sprawia, że kobiety są przygotowane do konwersacji i tworzenia więzi z innymi ludźmi – przytulania, romansowania i zakochania.

Mamy nadzieję, że ten szybki przegląd neuroanatomii i chemii mózgu powiedział ci co nieco na temat ogromnego wpływu owych czynników na stabilność, siłę i satysfakcję w małżeństwie. Nauka wyraźnie pokazuje, że istnieją dwa zupełnie różne mózgi.

- Jeden stworzony do planowania i zawierania układów – drugi do opiekowania się i tworzenia więzi.
- Jeden na pierwszym planie stawia rywalizację – drugi współczucie i troskę.
- Jeden jest zorientowany na przestrzeń i wynik – drugi na rozmowę i współpracę.
- Jeden ciąży ku zadaniom – drugi ku ludziom.

Naukowcy odkryli wiele, wiele różnic między mózgiem męskim a mózgiem kobiecym – przypuszczamy, że odkryją ich jeszcze tysiące. Powód? Nasze mózgi są w sposób złożony zaprojektowane do zachwycających różnic i zupełnie przeciwnych reakcji.

Do tej pory opisano co najmniej sto różnic płciowych między mózgami męskim i kobiecym. W badaniach nad zwierzętami i ludźmi wciąż pojawiają się nowe²⁴.

Dr Nancy G. Forger

²⁴ Cyt. za: Onion, *Scientists Find Sex Differences in Brain...*

Czas położyć kres złudzeniu, że mózg męski i mózg kobiecy są takie same. Nie są i nigdy nie były. Nasze mózgi są podobne jak dzień do nocy, bo jednak dzień i noc przypominają nam, że świat kręci się prawidłowo – tak jak stworzył go Bóg.

W tym szkopał. To nie przypadek, że Bóg zaprojektował t y l e różnic między naszymi mózgami. Jeśli nauczymy się, jak rozumieć, doceniać i respektować owe różnice, odniesiemy wiele korzyści i umocnimy nasze związki.



Pogląd, że mężczyźni są z Marsa, a kobiety z Wenus, przedstawia różnice między dwiema płciami zbyt skrajnie. Dwie płcie są różne, ale nie do tego stopnia, byśmy nie byli w stanie się porozumieć²⁵.

Dr Simon Baron-Cohen

Być może właśnie dlatego św. Piotr poucza mężów, by „liczyli się rozumnie” (1 P 3,7) ze swoimi żonami. Odkrywając wiele zachwycających różnic, mężowie i żony mogą wzrastać w docenianiu i rozumieniu siebie nawzajem. Może to prowadzić do bardziej realistycznych oczekiwań względem siebie. A wtedy frustracja, rozczarowanie i złość ustąpią miejsca wspólnej radości życia w małżeństwie.

²⁵ Baron-Cohen, *The Essential Difference*, s. 9.

Część II

*Jej mózg,
jego mózg*

Różnice



Rozdział 3

Różnice w postrzeganiu świata

Barb i ja zawsze oczarowani jesteśmy mieniącą się kolorami tęczą, którą czasem możemy podziwiać z naszego ganku. Tęcza zwykle jaśnieje na tle ciemnych chmur wschodniego nieba i przypomina nam o niekończącej się Bożej miłości do nas¹. Za każdym razem zdumiewa nas wspaniałe Boże dzieło². Przypomina nam ona również, jak bardzo odmiennie kobiety i mężczyźni postrzegają świat.

¹ Zob. Rdz 9,16: „Gdy zatem będzie ten łuk na obłokach, patrząc na niego, wspomnę na przymierze wieczne między mną a wszelką istotą żyjącą w każdym ciele, które jest na ziemi”.

² Zob. Rz 1,20: „Albowiem od stworzenia świata niewidzialne Jego przymioty – wiekuista Jego potęga oraz bóstwo – stają się widzialne dla umysłu przez Jego dzieła, tak że nie mogą się wymówić od winy”.

Kobiety widzą kolory i tekstury, których nie dostrzegają mężczyźni. Słyszą dźwięki, których nie odbierają mężczyźni, czują zapachy, których mężczyźni wyczuć nie potrafią³.

Dr Leonard Sax

Gdy spoglądam na tęczę, widzę tylko siedem kolorów (tak samo jak Izaak Newton – czerwony, pomarańczowy, żółty, zielony, niebieski, granatowy i fioletowy). Barb jednak zazwyczaj widzi osiem albo dziewięć barw. Kiedy zastanawialiśmy się nad kolorem ścian naszej sypialni, Barb brała pod uwagę cały wachlarz zieleni – szmaragdową, jadeitową, soczystą, oliwkową, limonkową i trzydzieści cztery inne odcienie. Ja patrzyłem na te same barwy i widziałem tylko jaśniejsze i ciemniejsze odcienie zieleni. Nie dostrzegałem żadnej różnicy między jasną zielenią a zielenią liliową – żadnej! Ale dla kobiet, które wykazują tak zwany tetrachromatyzm⁴, różnica w kolorach jest uderzająca. Tetrachromatyczki są w stanie wydzielić na tęczy średnio dziesięć różnych barw⁵.

³ Cyt. za: Amanda Ripley, *Who Says a Woman Can't Be Einstein?*, opublikowane 27 lutego 2005, „Time Magazine”, www.time.com/time/printout/0,8816,1032332,00.html (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

⁴ Tetrachromatyzm wiąże się z posiadaniem czterech niezależnych kanałów przekazywania informacji o barwach lub obecnością czterech typów czopków, dzięki czemu rozpoznaje się o jedną barwę podstawową więcej (poza czerwonym, zielonym i niebieskim).

⁵ Zob. K.A. Jameson, S.M. Highnote, L.M. Wasserman, *Richer Color Experience in Observers with Multiple Photopigment Opsin Genes*, „Psychonomic Bulletin and Review” 8, nr 2 (czerwiec 2001), s. 244–261.

Różnice w widzeniu

Istnieją biologiczne powody tych różnic. Siatkówka odbiera światło i przekazuje je, za pośrednictwem nerwu wzrokowego, do mózgu. Komórki w kształcie prętów (pręciki) na siatkówce to fotoreceptory czerni i bieli, natomiast komórki w kształcie czopków (czopki) odpowiedzialne są za barwy. Kobiety posiadają proporcjonalnie więcej czopków niż mężczyźni i dlatego to one lepiej widzą kolory. Nic dziwnego, że wielu facetów nie potrafi dobrać koszuli, krawata i skarpetek!

Badania wykazują, że w okresie niemowlęstwa chłopcy przyjmują mniej szczegółów sensorycznych niż dziewczynki. W Anglii podczas obserwacji dwu- do czterodniowych niemowlaków odkryto, że dziewczynki dwukrotnie dłużej utrzymywały kontakt wzrokowy z dorosłymi, niezależnie od tego, czy dorosły milczał, czy mówił⁶. Małeńkie dziewczynki obserwują i podążają za wzrokiem dorosłego dużo częściej niż chłopcy⁷, a także częściej nawiązują kontakt wzrokowy⁸.

Jak w przypadku każdej różnicy między mężczyzną a kobietą, istnieją plusy i minusy – mocne i słabe strony. Weźmy na przykład prowadzenie samochodu w nocy. Oczy mężczyzn są lepiej przystosowane do dalekowzroczności – szczególnie w nocy. W połączeniu z prawo-

⁶ Zob. Jennifer Connellan i in., *Sex Differences in Human Neonatal Social Perception*, „Infant Behavior and Development” 23 (2001), s. 113–115.

⁷ Zob. A.P. Bayliss, G. di Pellegrino, S. P. Tipper, *Sex Differences in Eye Gaze and Symbolic Cueing of Attention*, „Quarterly Journal of Experimental Psychology” 58, nr 4 (maj 2005), s. 631–650.

⁸ Zob. Svetlana Lutchmaya, Simon Baron-Cohen, Peter Raggatt, *Foetal Testosterone and Eye Contact in 12-Month-Old Infants*, „Infant Behavior and Development” 25 (2002), s. 327–335.

półkulową wyobraźnią przestrzenną, mężczyzna dostrzega i rozpoznaje nadjeżdżające pojazdy o wiele szybciej niż kobieta.

My, mężczyźni, widzimy lepiej niż kobiety w jasnym świetle, ale mamy za to węższe pole widzenia. Innymi słowy, wykazujemy coś, co naukowcy nazywają widzeniem tunelowym „przy większej koncentracji na głębi widzenia”⁹. Możliwe, że jest to jeden z powodów, dla których wśród dzieci rannych lub zabitych przy przechodzeniu przez jezdnię jest dwukrotnie więcej chłopców. Nie dzieje się tak tylko dlatego, że chłopcy są bardziej skłonni do ryzyka (choć jest tak w istocie), ale dlatego, że mają oni węższe widzenie obwodowe niż dziewczynki¹⁰. Szerokie widzenie obwodowe kobiety pozwala jej całkiem dosłownie odbierać większy obraz¹¹. Taka budowa oka może również tłumaczyć, dlaczego istnieje mniejsze prawdopodobieństwo, że pojazd prowadzony przez kobietę zostanie uderzony w bok na skrzyżowaniu, niż wtedy, gdy kierowcą jest mężczyzna¹².

Te różnice w strukturze męskich i kobiecych oczu wyjaśniają również, co wydarzyło się pewnej nocy, kiedy szukałem czegoś w łazience. Barb wysprzątała łazienkę i byłem przekonany, że specjalnie schowała przede mną to, czego szukałem. A szukałem wszędzie. Zawołałem Barb, chcąc się dowiedzieć, gdzie ta kryjówka. Wytknąwszy mi ślepotę, wmaszerowała do łazienki i, jak z kapelusza, wyciągnęła przedmiot z kosmetyczki – sam go tam włożyłem!

⁹ Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 30.

¹⁰ Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 40.

¹¹ Zob. Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 30.

¹² Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 41.



Mózg mężczyzny przetwarza mniej bodźców zmysłowych niż kobiety. To dlatego nie widzimy kurzu, który podobno ścieli się na meblach. Mężczyzn nie obchodzi wnętrze domu. Jesteśmy stworzeni do większych przestrzeni, takich jak garaż, podjazd, ogródek¹³.

Tom Purcell

Na wczesnym etapie naszego małżeństwa byłem przekonany, że Barb jest iluzjonistką – potrafi z powietrza wyczarować przedmioty, których szukałem – czy to w lodówce, czy na biurku, czy stole warsztatowym. Abrakadabra! Hokus-pokus!

Śrubokręty, nić dentystyczna, kostka masła, kluczyki, portfele – przez te wszystkie lata zawsze tutaj były. Po prostu ich nie widziałem, w przeciwieństwie do Barb. Dzięki szerszemu polu widzenia i lepszej percepcji barw, obejmuje ona wzrokiem całą zawartość lodówki, nie poruszywszy głową. Ja, ze swoim widzeniem tunelowym, muszę kręcić głową i przewracać oczami, by zlokalizować poszukiwany obiekt.

Deficyt widzenia obwodowego występujący u mężczyzn może również tłumaczyć, dlaczego oglądają się za kobietami. Zarówno mężczyźni, jak i kobiety przyglądają się atrakcyjnym przedstawicielom płci przeciwnej¹⁴. Mężczyźni natomiast za sprawą względnie wą-

¹³ Tom Purcell, *Men and Women and Brains*, opublikowane 10 października 2003, „Men’s News Daily”, <http://mensnewsdaily.com/archive/p/purcell/03/purcell101003.htm> (dostęp 13 kwietnia 2007 r.).

¹⁴ Zob. J.K. Maner i in., *Sexually Selective Cognition: Beauty Captures the Mind of the Beholder*, „Journal of Personality and Social Psychology” 85, nr 6 (grudzień 2003), s. 1107–1120, Florida State University Department of Psychology, www.psy.fsu.edu/faculty/maner/sexually%20selective%20cognition.pdf (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

skiego pola widzenia muszą nieco odwrócić głowę, i choć ruch ten jest nieznaczny, prawie za każdym razem dają się przyłapać.

Różnice między naszymi mózgami w zakresie postrzegania nie kończą się na wzroku, ale dotyczą również słuchu, dotyku, węchu i smaku. Spodobało nam się żartobliwe podsumowanie owych różnic autorstwa Ricka Davida:

- ♦ Mózg kobiety, za pomocą receptorów węchowych, odbiera odstręczające wrażenia zapachowe przy stężeniu wynoszącym jedną część na miliard. Zanim mężczyzna poczuje, że coś śmierdzi, jest już za późno.
- ♦ U kobiet lepiej rozwinięte jest ciało „przeszkadzowate”. Obszar ten wzbudza w niej potrzebę rozmowy o sprawach rodzinnych w ostatnich minutach emocjonujących play-offów w telewizji.
- ♦ Mężczyźni nie posiadają „czołowego płata sanitarnego”.
- ♦ „Wzgórze termiczne” informuje kobietę o ciągłej potrzebie zmiany temperatury w pomieszczeniu.
- ♦ Gruczoł „zatrzymaj-się-muszę-siku” obecny u kobiety przypomina radar, który wywiera niekontrolowany nacisk na pęcherz podczas przejazdu przez najbardziej niebezpieczną dzielnicę miasta¹⁵.

Jeśli oczekujesz od swojego współmałżonka, że będzie postrzegał świat tak samo jak ty, możesz gorzko się rozczarować.

¹⁵ Rick David, *The Latest Male/Female Brain Research (Shocking Revelations!)*, „Merchant America San Diego”, www.sandiego.merchantamerica.com/index.php?x=articles&periodical_key=3479 (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

Różnice w słuchu

Badacze z McMaster University odkryli, że u kobiet występuje o wiele większa gęstość nerwów w obszarach mózgu odpowiedzialnych za przetwarzanie i rozumienie języka¹⁶. Przykładowo, jedno z badań przeprowadzone za pomocą metody obrazowania wykazało, że mężczyźni słuchają tylko jedną półkulą mózgu, kobiety natomiast wykorzystują obie¹⁷. Inny eksperyment wykazał, że kobiety są w stanie usłyszeć, zrozumieć i przetworzyć siedem oddzielnych sygnałów dźwiękowych (np. rozmów) jednocześnie, podczas gdy mężczyźni z trudem radzą sobie z jednym¹⁸. Jedną z przyczyn może być większe u kobiet ciało modzelowate łączące ze sobą półkule i umożliwiające im wykorzystanie kilku świetnie połączonych ośrodków słuchowych po obu stronach mózgu w tym samym czasie.

My, kobiety, mamy przewagę nad mężczyznami, jeśli chodzi o słuchanie. Najprościej mówiąc, kobiety są lepiej stworzone do odbioru i przetwarzania zróżnicowanych sygnałów dźwiękowych jednocześnie. Okazuje się, że męski mózg przypomina dwie puszeki połączone bardzo cienkim sznurkiem.

Hej, wypraszam sobie! Tak czy inaczej, muszę przyznać, że Barbóruje w słuchaniu i słyszeniu. U zdecydowanej większości kobiet jest to zdolność nie wyuczona, a wrodzona. Wrodzone zróżnico-

¹⁶ Zob. Sandra F. Witelson, I.I. Glezer, D.L. Kigar, *Women Have Greater Numerical Density of Neurons in Posterior Temporal Cortex*, „Journal of Neuroscience” 15 (1995), s. 3418–3428.

¹⁷ Zob. Purcell, *Men and Women and Brains...*

¹⁸ Zob. K. Kansaku, S. Kitazawa, *Imaging Studies on Sex Differences in the Lateralization of Language*, „Journal of Neuroscience Research” 41, nr 4 (grudzień 2001), s. 333–337.

wanie słuchu jest widoczne już u bardzo małych chłopców i dziewczynek. W pierwszym tygodniu życia dziewczynki odróżniały głos matki lub płacz innego dziecka od pozostałych dźwięków. Chłopcy tego nie potrafili¹⁹. Naukowcy, którzy przeprowadzali to badanie, zauważyli, że dziewczynki reagują na łagodniejsze dźwięki niż chłopcy. Dziewczynki posiadają dwukrotnie lub nawet czterokrotnie lepszy słuch niż chłopcy (w zależności od badanej częstotliwości). Różnica ta uwidacznia się od kiedy dziecko może zostać wiarygodnie przebadane²⁰.

Pomaga to wyjaśnić, dlaczego mogę rozmawiać z przyjaciółką przez telefon, jednocześnie słuchać radia i słyszeć Kate, która czyta na głos przy stole w kuchni, i Scotta, który ogląda telewizję w drugim pokoju! Za to kiedy w domu zadzwoni telefon, Walt musi wyłączyć telewizor, ściszyć muzykę i kazać dzieciom siedzieć cicho, zanim odbierze. Ja po prostu podnoszę słuchawkę.

Barb jest w stanie obudzić ciekący kran. Ale za to gdybym ja nie spał i stanął tuż przed tym samym kranem, pewnie nawet nie zwróciłbym na niego uwagi. Kobiety nie tylko lepiej słyszą nowe dźwięki w otoczeniu; lepiej słyszą również wysokie dźwięki i posiadają wrodzoną zdolność do odnotowywania subtelnych zmian w głośności i tonie dźwięku²¹. Wyjaśnia to, dlaczego matki instynktownie śpiewają dziewczynkom kołysanki, a z chłopcami rozmawiają (lub się bawią).

¹⁹ Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 49.

²⁰ Zob. J. Cassidy, K. Ditty, *Gender Differences among Newborns on a Transient Otoacoustic Emissions Test for Hearing*, „Journal of Music Therapy” 38 (2001), s. 28–35. Zob. też B. Cone-Wesson, G. Ramirez, *Hearing Sensitivity in Newborns Estimated from ABRs to Bone-Conducted Sounds*, „Journal of the American Academy of Audiology” 8 (1997), s. 299–307.

²¹ Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 49.

Może to być również jeden z powodów, dla których sześć razy więcej dziewcząt niż chłopców umie śpiewać czysto²².

Zdolność rozróżniania drobnych zmian w tonie głosu usposabia nas również do „słyszenia” emocji dzieci lub dorosłych. Pamiętam, jak zwykłam mówić do Scotta „Nie mów do mnie takim tonem, młody człowieku”. Nie miał pojęcia, jak to wyczuwam.

Być może dlatego właśnie Barb twierdzi, że rozpoznaje moje emocje po tonie głosu. Wyobraź sobie – uważa, że potrafi określić, kiedy w środku jestem poirytowany, a na zewnątrz staram się być miły!

Mój mózg, jak u każdego przeciętnego faceta, radzi sobie tylko z pojedynczym sygnałem dźwiękowym. Wiedza o tym pomaga mi słuchać Barb uważnie. Przykładowo, kiedy ostatnio jechaliśmy na lotnisko, włączyliśmy w samochodzie muzykę. Kiedy Barb zaczęła do mnie mówić, wyłączyłem odtwarzacz. Barb powiedziała: „Nie musisz wyłączać”. Ja uśmiechnąłem się i odparłem: „Owszem, muszę, ponieważ chcę słyszeć każde twoje słowo”.

Biorąc pod uwagę całą tę wrodzoną przewagę słuchową oraz fakt, że mój mózg potrafi łączyć bodźce zmysłowe ze wspomnieniami, nic dziwnego, że pamiętam wiele wypowiedzi Walta od chwili, kiedy się poznaaliśmy. Walt za to ma problem, żeby przypomnieć sobie połowę rzeczy, które miał kupić w sklepie!

Różnice w dotyku i odczuwaniu bólu

Nasze mózgi różnią się nie tylko w zakresie słuchu i wzroku – koibiety od urodzenia reagują szybciej i mocniej na dotyk i ból. Brytyjscy

²² Zob. Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 29.

naukowcy odkryli, że kobiety w porównaniu z mężczyznami odczuwają więcej bólu w wielu częściach ciała, częściej i dłużej²³. Skóra dorosłej kobiety jest co najmniej dziesięciokrotnie wrażliwsza na dotyk i nacisk niż u mężczyzny²⁴ i, wbrew obiegowym przekonaniom, kobiety posiadają również niższy próg bólu²⁵.

Badania wrażliwości skóry w dzieciństwie i dorosłości wykazują tak uderzające różnice, że czasami wyniki mężczyzn i kobiet nawet się nie zazębiają. Tak naprawdę najwrażliwsi chłopcy wydają się czuć mniej niż najbardziej niewrażliwe dziewczynki²⁶.

Dr J.M. Reinisch

Wysoki poziom oksytocyny u kobiet nie tylko wzmacnia potrzebę dotykania; oksytocyna uruchamia również receptory dotyku znajdujące się na skórze. Fakt ten wyjaśnia, dlaczego istnieje od czterech do sześciu razy większe prawdopodobieństwo, że kobieta pochodząca z Zachodu podczas rozmowy dotknie innej kobiety, niż że zrobi to mężczyzna wobec innego mężczyzny²⁷. Tłumaczy to również, dlaczego matka nie tylko szybciej ruszy na pomoc dziecku, które się przewróciło i płacze; jest też bardziej skłonna dotknąć, pogłaskać,

²³ Zob. *It's the Truth – Pain Hurts Women More than Men*, News-Medical, www.news-medical.net/?id=11498 (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

²⁴ Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 53–54.

²⁵ Zob. *It's the Truth – Pain Hurts Women More than Men...*

²⁶ J.M. Reinisch, *Fetal Hormones, the Brain, and Human Sex Differences: A Heuristic, Integrative Review of the Recent Literature*, „Archives of Sexual Behavior” 3, nr 1 (styczeń 1974), s. 51–90.

²⁷ Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 54.

przytulić malca. Nic dziwnego, że używamy takich zwrotów jak „być w kontakcie”, „dotknęło mnie to do żywego”, „gruboskórny” czy „taki a taki zaszedł mi za skórę”.

Dopisek: kobiety są o wiele wrażliwsze od mężczyzn. Mężczyzna powinien zapamiętać, że delikatny dotyk i długa, powolna pieszczota wystarczy kobiecie na długo.

Różnice w węchu i smaku

Mówiąc, że istnieją różnice w tym zakresie, nie mamy na myśli, że kobieta dosłownie czuje lepiej, ale że jej poczucie zapachu (i smaku, w tym wypadku) jest o wiele lepsze niż u mężczyzn.

Mam lepszą zdolność wyczuwania smaków niż Walt. A zapach – nic mi nie mów. Kiedyś myślałam, że ignorowanie tych śmierdzących skarpetek w szafie to jego sposób na wkurzenie mnie. Teraz wiem, że nie w tym rzecz. On po prostu nie jest tak skonstruowany, by czuć zapach i smak tak samo jak ja.

Bóg wyposażył każdego z nas w co najmniej dziesięć tysięcy kubków smakowych, które pozwalają odróżniać smaki słodki, słony, kwaśny i gorzki; wyczuwamy każdy z nich na różnych obszarach języka²⁸. Mężczyźni, nawet jako noworodki, lepiej rozróżniają smaki słony i kwaśny²⁹. Kobiety posiadają jednak więcej kubków smakowych i okazują się znacznie lepsze w wyczuwaniu goryczy, a także smaków złożonych.

²⁸ Zob. I. Edward Alcamo, *Anatomy Coloring Workbook*, Nowy Jork 2003, s. 136.

²⁹ Zob. L. Zhang, H.Q. Li, *Analysis of Taste Development in 62 Newborn Infants*, „Chinese Journal of Pediatrics (Zhonghua Er Ke Za Zhi)” 44, nr 5 (maj 2006), s. 350–355.

Jeśli chodzi o zapachy (węch), kobiety to zupełnie inna klasa niż faceci – choć do niedawna wiedza na ten temat ograniczała się do anegdot z życia wziętych³⁰. Badaczka reakcji sensorycznych, dr Pamela Dalton, wraz z zespołem wykazali, że kobiety w wieku rozrodczym są szczególnie wrażliwe na nieprzyjemne zapachy. Przy powtarzanej ekspozycji na rozmaite zapachy, kobiety szybciej uczyły się rozpoznawać nieprzyjemne wonie. Ta podwyższona wrażliwość okazała się o pięć jednostek wyższa dla badanych kobiet niż mężczyzn. Faceci po prostu nie byli w stanie wyczuć nieprzyjemnego zapachu, nawet w praktyce. W innych eksperymentach kobiety wypadły lepiej od mężczyzn we wskazywaniu źródła nieprzyjemnego zapachu na tle innych woni, czyli w otoczeniu bliższym rzeczywistości³¹.

Naukowcy z Uniwersytetu Yale dowiedli również tego, co wie każda ciążarna – kobiecy smak zmienia się drastycznie w czasie trwania ciąży³². Także nasz węch jest wtedy bardziej wyczulony. Kiedy byłam w ciąży z Kate i Scottem, czułam zapachy pochodzące z budynku, na przykład z warzywniaka, zanim jeszcze tam weszłam. Wydawało mi się również, że potrafię „wywęszyć” nastroje Walta. Niedawno naukowcy dowiedli, że my, kobiety, potrafimy wyczuć feromony oraz piżmopodobną woń właściwą mężczyźnie – i to podświadomie³³!

Zawsze się zastanawiałem, jak to możliwe, że Barb potrafi wejść do naszej garderoby i stwierdzić, że powiesiłem tam parę spodni, które

³⁰ Zob. P. Dalton, N. Doolittle, P.A. Breslin, *Gender-Specific Induction of Enhanced Sensitivity to Odors*, „Nature Neuroscience” 5, nr 3 (marzec 2002), s. 199–200.

³¹ Zob. Tim Patterson, *Taste Bud Tales – Wine-Tasting Abilities of Women*, „Find Articles”, www.findarticles.com/p/articles/mi_m3488/is_6_84/ai_103995707 (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

³² Zob. V.B. Duffy i in., *Taste Changes across Pregnancy*, „Annals of the New York Academy of Sciences” 855 (30 listopada 1998), s. 805–809.

³³ Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 56.

miałem na sobie wielokrotnie, nie wyprawszy ich – jeszcze zanim je zlokalizowała!

Jeśli uważasz, że nasze zmysły są odmienne, poczekaj tylko, aż dowiesz się więcej na temat myślenia i zdolności przetwarzania informacji. Nasze sposoby przetwarzania doświadczeń dzielą dosłownie lata świetlne.



Rozdział 4

Różnice w przetwarzaniu sygnałów ze świata zewnętrznego

Przed wyjściem na wspólny popołudniowy spacer założyłem stary kapelusz, którego nie miałem na sobie od jakiegoś czasu. Kiedy wróciliśmy do domu, napiliśmy się trochę wody, po czym Barb pociągnęła nosem i zmarszczyła się.

– Pokaż ten kapelusz – zażądała. Podałem go jej, a ona wzięła głęboki oddech. Przez twarz przemknął jej szeroki uśmiech zadowolenia.

– O co chodzi? – spytałem.

– Czuję ubiegłe lato! – wykrzyknęła. – Czuję balsam do opalania, którego używałeś na plaży na wakacjach. Spędziliśmy wspaniałe chwile, prawda?

Uśmiechnąłem się. Tak było w istocie. Za nic nie potrafiłem jednak wyczuć zapachu kapelusza (a nawet gdyby mi się to udało, wiem, że nie połączyłbym zapachu ze wspomnieniem, jak zrobiła to Barb).

Różnice w przyjmowaniu i przetwarzaniu informacji sensorycznych przez nasze mózgi prowadzą nas do przekonania, że nasz współmałżonek (lub cała pleć przeciwna) to istota z kosmosu. Twój współmałżonek dosłownie postrzega i reaguje na świat inaczej niż ty – a wszystko przez odmienne sposoby, w jakie zaprojektowane są nasze mózgi. Zrozumienie tego faktu ma ogromne znaczenie, jeśli chcemy budować szczęśliwe małżeństwo.

Za każdym razem, gdy wybieramy się do innego kraju, poszukujemy z Barb informacji o historii, kulturze, zwyczajach i języku ludzi, których odwiedzimy. Dzięki zrozumieniu ich świata – w jaki sposób myślą i funkcjonują – możemy bardziej cieszyć się naszym doświadczeniem. Pragniemy więc z Barb pokazać ci, w jaki sposób twój współmałżonek przetwarza i odnosi się do emocji, stresów i powierzonych zadań. Często będzie ci się to wydawać nieco egzotyczne.

Współodczuwanie w relacji a porządkowanie rzeczywistości

Kobiety najchętniej spędzają godziny na rozmowach przy kawie lub herbacie, na pogaduszkach z sąsiadkami lub przyjaciółkami, zapraszają gości na spontaniczne kolacje, doradzają przyjaciołom w problemach związkowych, robią zakupy, dbają o znajomych, sąsiadów i zwierzaki. Kiedy stajemy z Barb przed wystawką z gazetami na lotnisku, ona, jak większość kobiet, najczęściej przegląda magazyny o modzie, urodzie, poradach związkowych, wystroju wnętrz, ogrodnictwie i wychowaniu dzieci.

Ja, jak większość facetów, wolę obejrzeć czasopisma o komputerach, samochodach, łodziach, polowaniu, sporcie, elektronice czy

aktywności na świeżym powietrzu. Mężczyźni są bardziej skłonni spędzać godziny na wykonywaniu zadań (projektowaniu albo wymyślaniu, jak coś ulepszyć, czy to w warsztacie, czy w pracy zawodowej, czy w związku z naszym hobby), samotnych działaniach (uprawianiu sportu lub aktywnościach na powietrzu), a także przedsięwzięciach, które wymagają rywalizacji i walki o dominację.

Te preferencje w zachowaniu i sposobach spędzania wolnego czasu mają swoje źródło w mózgu. Doktor Simon Baron-Cohen z Uniwersytetu w Cambridge podsumował te różnice następująco: „Mężczyźni zwykle czują większą potrzebę porządkowania rzeczywistości, a kobiety współodczuwania. Porządkowanie rzeczywistości wiąże się z odkrywaniem praw rządzących danym systemem (...) Współodczuwanie w relacji to natomiast rozpoznawanie uczuć i myśli drugiej osoby, a także reagowanie na te uczucia odpowiednimi emocjami”¹.

Przykładowo, dwunastomiesięczne dziewczynki bardziej empatycznie reagowały na troski innych ludzi, okazując zmartwienie poprzez smutne spojrzenia, życzliwe odgłosy i pocieszanie². Baron-Cohen zauważa: „Osoba empatyczna intuicyjnie rozszyfrowuje uczucia innych i wie, jak obchodzić się z nimi z należytą troską i wrażliwością”³.

¹ Simon Baron-Cohen, *Is Autism an Extreme of the Male Condition?*, opublikowane 9 sierpnia 2005 r., „The New York Times”, www.ihf.com/articles/2005/08/08/opinion/edbaron.php (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

² Zob. Onion, *Scientists Find Sex Differences in Brain...*

³ Simon Baron-Cohen, *They Just Can't Help It*, opublikowane 17 kwietnia 2003 r., „The Guardian”, <http://www.guardian.co.uk/life/feature/story/0,,937913,00.html> (dostęp 25 lipca 2007 r.).

Mózg męski funkcjonuje najlepiej, kiedy analizuje, odkrywa i konstruuje systemy. Baron-Cohen podpowiada: „Osoba systematyzująca rzeczywistość intuicyjnie rozszyfrowuje działanie różnych rzeczy, rozpoznaje ukryte prawa rządzące danym porządkiem. Mogą być to tak zróżnicowane systemy jak staw rybny, pojazd, komputer, równanie matematyczne czy nawet oddział wojskowy. Każdy z nich otrzymuje dane wejściowe i dostarcza wyjściowych, wykorzystując określone zasady”⁴.

Nie tak dawno temu wpadła do nas na obiad para nowożeńców. Opowiedzieli nam o niektórych wyzwaniach, z jakimi stykają się w swoim związku. My, mężczyźni, od razu zaczęliśmy dyskutować o różnych przypadkach i możliwych rozwiązaniach problemów.

Ja natomiast współodczuwałam z młodą żoną i razem z nią doświadczałam huśtawki emocji. Porządkujące podejście Walta i moja empatia to zupełnie przeciwieństwa, każdy z nas nawiązał jednak z tamtymi małżonkami wartościową relację.

SYSTEMATYZUJĄCY MĘŻCZYŹNI I EMPATYCZNE KOBIETY

Mózgi systematyzujący i empatyczny objawiają się na niezliczone sposoby:

- ♦ poprzez zabawki, którymi dzieci wolą się bawić (dziewczynki lubią przypominające człowieka lalki, chłopcy ciężarówki),
- ♦ w reakcjach na znecierpliwienie (kobiety negocjują, mężczyźni rozkazują),

⁴ Tamże.

- ♦ w orientacji w terenie (kobiety „oswajają przestrzeń”, szukając punktów orientacyjnych, mężczyźni kreślą siatkę geometryczną na podstawie układu ulic),
- ♦ podczas zabawy (dziewczynki współpracują, chłopcy rywalizują)⁵.

Hara Estroff Marano

Różnice w wyobraźni przestrzennej

Innym przykładem odmiennych sposobów przetwarzania informacji przez nasze mózgi jest wyobraźnia przestrzenna – umiejętność wyobrażenia sobie kształtu przedmiotów, ich trójwymiarowej perspektywy, wymiarów, współrzędnych, proporcji, ruchu w przestrzeni oraz położenia. Przetwarzanie informacji przestrzennych to, między innymi, zdolność do obracania przedmiotu, odwracania go na drugą stronę czy ustalania kierunku wokół przeszkody. Nawigowanie, czytanie map, wizualizowanie topografii czy projektów trójwymiarowych to właśnie umiejętności przestrzenne. Funkcjonalne metody obrazowania wykazały, że zdolności przestrzenne u mężczyzn zlokalizowane są w ściśle określonym, wysoce wydajnym obszarze prawej półkuli mózgu. U kobiet dobrze połączone półkule wzmacniają przetwarzanie mowy i emocji, utrudniają za to przetwarzanie przestrzenne. Tak naprawdę, jedynie dziesięć procent kobiet posiada tak dobrą wyobraźnię przestrzenną jak mężczyźni⁶.

⁵ Por. Marano, *The New Sex Scorecard...*

⁶ Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 120.

To prawda, na przykład, że większość kobiet nie umie czytać mapy tak dobrze jak mężczyzna. Ale kobiety umieją lepiej odczytać charakter ludzki. A ludzie są ważniejsi niż mapy. (W tym momencie męski umysł poszuka wyjątków od tego twierdzenia.) (...) Za uznaniem różnic między kobietami a mężczyznami najmocniej przemawia jednak przekonanie, że zapewne uczyni nas to szczęśliwsiymi⁷.

Dr Anne Moir

Różnice te tłumaczą kobiecie kłopoty z czytaniem map. Według brytyjskiego kartografa, Alana Collinsona, większość kobiet ma problemy z mapami, „ponieważ aby ustalić drogę, potrzebują perspektywy trójwymiarowej. Dlatego projektuję mapy turystyczne, które mają właśnie taką, trójwymiarową perspektywę. Umieszczam na niej drzewa, szczyty oraz inne punkty orientacyjne. Dzięki temu kobiety o wiele lepiej sobie radzą”. Dlaczego tak się dzieje? „Nasze badania wykazują, że mężczyźni potrafią przeobrazić dwuwymiarową mapę w trójwymiarowy obraz, natomiast wygląda na to, że większość kobiet nie jest do tego zdolna”⁸.

Sprawdzianem umiejętności przestrzennych i matematycznych jest dla mężczyzny prowadzenie samochodu. To dzięki nim mężczyzna prowadzi w sposób, który większości kobiet wydaje się niebezpieczny. Pomogło mi to zrozumieć, że kiedy Walt kieruje samochodem, to, co mi wydaje się ryzykowne, dla niego wcale takie nie jest, biorąc pod uwagę konstrukcję jego mózgu. Zamiast strofować go poleceniami „Uważaj!”

⁷ Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 13–14.

⁸ Cyt. za: Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 127.

albo „Zwolnij!”, mówię „Walt, poczułabym się bezpieczniej, gdybyś trochę zwolnił”. Wtedy do niczego go nie zmuszam.

Od kiedy zdałem sobie sprawę, jak bardzo różnimy się z Barb pod względem wyobraźni przestrzennej – zwłaszcza gdy słyszę, jak wzdycha, że jadę slalomem między samochodami – wiem, że mogę ją uspokoić, jadąc wolniej. Upewniam się, że między naszym a cudzym autem (które najwyraźniej prowadzi jakiś guzdrała) jest zachowany zapasowy (aczkolwiek niepotrzebny) odstęp. Im mniej westchnień słyszę, tym lepiej się czuję!

Różne reakcje na stres

Mózgi męski i kobiecy przetwarzają i reagują na stres w bardzo zróżnicowany sposób. Skłonność mężczyzny do reagowania złością pochodzi prawdopodobnie z jego połączeń mózgowych, które transportują reakcje emocjonalne przez ciało, uruchamiając reakcję fizyczną. Mózg kobiecy jest lepiej przystosowany do przetwarzania reakcji emocjonalnych w górę mózgu do ośrodków mowy, relacji i myślenia. W odpowiedzi na stres kobiety częściej pomyślą i poczną, zanim zrobią. Mężczyźni przeciwnie, wydają się zaprojektowani tak, by najpierw działać, a dopiero potem poddać zachowanie refleksji⁹. Uczucia, o ile w ogóle się pojawiają, są na szarym końcu.

Część różnic w reakcjach kryzysowych można wytłumaczyć strukturą połączeń wewnątrz-mózgowych; pozostałą część natomiast wpływem hormonów. Doktorzy Ruben i Raquel Gurowie wraz z zespołem

⁹ Zob. Shelly E. Taylor i in., *Biobehavioral Responses to Stress in Females: Tend-and-Befriend, Not Fight-or-Flight*, „Psychological Review” 107, nr 3 (2000), s. 411–429.

odkryli, że partie mózgu odpowiedzialne za panowanie nad agresją i złością są większe u kobiet niż u mężczyzn¹⁰. Poza tym, w sytuacji kryzysowej czy stresowej kobiety nie dostają pozytywnego zastrzyku z testosteronu, wazopresyny i serotoniny, który otrzymują mężczyźni, rywalizując, walcząc i podejmując ryzyko¹¹. Kobiety są bardziej skłonne czerpać satysfakcję z zastrzyku oksytocynowego, który dostają w wyniku zaangażowania w rozmowę czy relacje opiekuńcze¹².

Kobiety poddają się reakcjom „zaopiekuj się i zaprzyjaźnij” – zachowaniom związanym z wyższymi poziomami oksytocyny i estrogenu¹³. Opieka obejmuje tworzenie fizycznego i emocjonalnego poczucia bezpieczeństwa oraz przyjaznego środowiska dla członków naszej rodziny czy innych osób. Zaprzyjaźnianie się to budowanie relacji z innymi, którzy przyjdą z pomocą, jeśli nie będziemy w stanie zadbać o siebie lub własne dzieci¹⁴. Czujemy się też dobrze, uczestnicząc w działaniach z innymi kobietami¹⁵. Kiedy nasze dzieci były małe, nie mogłam się do-

¹⁰ Zob. Elizabeth Heubeck, *How Male and Female Brains Differ: Researchers Reveal Sex Differences in the Brain's Form and Function*, opublikowany 11 kwietnia 2005 r., „WebMD Feature”, www.medicinenet.com/script/main/art.asp?articlekey=50512 (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

¹¹ Zob. Helen S. Bateup i in., *Testosterone, Cortisol and Women's Competition*, „Journal of Evolution and Human Behavior” 23, nr 3 (2002), s. 181–192. Zob. też Helen Fisher, *The First Sex: The Natural Talents of Women and How They Are Changing the World*, Nowy Jork 1999, s. 287; Anne Moir, Bill Moir, *Why Men Don't Iron: The Fascinating and Unalterable Differences between Men and Women*, Nowy Jork 1999, s. 170–171.

¹² Zob. Susan Golombok, Robyn Fivush, *Gender Development*, Cambridge 1994, s. 164–165.

¹³ Zob. Fisher, *First Sex...*, s. 29.

¹⁴ Zob. Steven E. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, San Francisco 2004, s. 140.

¹⁵ Zob. Kingsley R. Browne, *Sex and Temperament in Modern Society: A Darwinian View of the Glass Ceiling and the Gender Gap*, „Arizona Law Review” 37, nr 3 (1995), s. 1024.

*czekać wspólnych posiłków przy placu zabaw z moimi koleżankami i ich pociechami. Te aktywności, które uruchamiają zastrzyki z oksytocyny i innych hormonów, wydają nam się bardzo przyjemne*¹⁶.

Fachowcy, którzy przeglądali pierwsze szkice niniejszej książki założyli, że nie zwracamy się do ambitnych, zorientowanych na sukces kobiet, które obserwujemy we współczesnym świecie zawodowym. Pamiętaj, że rozmawiamy o pewnych generalizacjach. Jak wspomnieliśmy we wstępie, istnieje wiele różnic między mężczyznami a kobietami i każda z nich nie musi w stu procentach sprawdzać się w twoim przypadku. Badania wskazują jednak wyraźnie, że od wczesnych lat szkolnych po naukę w liceum większość mężczyzn ma skłonność do rywalizacji, a większość kobiet woli współpracę¹⁷. Bez wątpienia istnieje wiele kobiet, które bardzo lubią konkurować. Nie zmienia to faktu, że są zaprojektowane do współpracy, nawet wtedy gdy rywalizują.

Przykładowo, większość studentek prawa nie lubi zajęć opartych na rywalizacji¹⁸. Wolą uczęszczać na seminaria, na których uczą się negocjacji. Prawniczki częściej ubiegają się o stanowiska w korporacjach lub chcą pracować jako sędziny¹⁹. Prawnicy o wiele bardziej wolą być „adwokatami, czyli gladiatorami w swoim zawodzie”²⁰. W sytuacjach stresowych „mężczyźni nie tylko wolą rywalizować, mało tego, wypadają lepiej, gdy sytuacja jest postrzegana jako wymagająca rywalizacji”²¹.

¹⁶ Zob. Golombok, Fivush, *Gender Development*, s. 164–165.

¹⁷ Zob. Eleanor E. Maccoby, *The Two Sexes: Growing Up Apart, Coming Together*, Cambridge 1998, s. 39; zob. też Golombok, Fivush, *Gender Development*, s. 243.

¹⁸ Zob. Anemona Hartocollis, *Women Lawyers; Justice Is Blind. Also, a Lady*, „The New York Times”, 1 kwietnia 2001 r., część 4, s. 3.

¹⁹ Zob. tamże.

²⁰ Zob. tamże.

²¹ Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 156.

Inne badanie dowiodło czegoś, co zaobserwowałem podczas nauki w szkole medycznej w latach siedemdziesiątych: jeśli panuje atmosfera rywalizacji i jest w ten sposób postrzegana, mężczyźni radzą sobie lepiej, a kobiety gorzej²². Pozostałe badania potwierdziły te wyniki: w sytuacjach stresowych, wymagających rywalizacji lub w momencie kryzysowym mężczyźni na ogół nie tylko cieszą się rywalizacją; bardzo często również nabierają pewności siebie, podczas gdy kobiety są niespokojne²³.

KOBIETY W POLITYCE

Sklonność kobiet do reakcji „zaopiekuj się i zaprzyjaźnij”, a także do współpracy w miejsce rywalizacji, nawet w bardzo konkurencyjnym świecie politycznym, najlepiej zilustrował przykład ze stycznia 2007 roku, kiedy dziennikarka amerykańskiej stacji telewizyjnej ABC, Diane Sawyer, zapytała szesnaście kobiet zasiadających w senacie, co zmieniłyby w męskim sposobie rządzenia²⁴. Oto cztery najczęstsze odpowiedzi:

- ♦ „Usłyszysz pani o współpracy, o współdziałaniu, o wszystkim tym, co według mnie zbliża ludzi”²⁵.
- ♦ „Kobiety sprzyjają... większej otwartości na dyskusję, gromadzą ludzi przy jednym stole... zachęcają do współpracy i kolegejalnego podejmowania decyzji”²⁶.

²² Zob. Browne, *Sex and Temperament in Modern Society*, s. 1020. Zob. też Katherine Blick Hoyenga, Kermit T. Hoyenga, *Gender-Related Differences: Origins and Outcomes*, Boston 1993, s. 319.

²³ Moir, *Why Men Don't Iron*, s. 173.

²⁴ Zob. „Sweet 16” *Women Senators Talk Defense, Obama: „GMA” Anchor Diane Sawyer Interviews Politicians on Being Women in Politics*, opublikowane 17 stycznia 2007 r., „ABC News”, <http://abcnews.go.com/GMA/Politics/story?id=2801015> (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

²⁵ Tamże, Senator Maria Cantwell (Waszyngton).

²⁶ Tamże, Senator Mary Landrieu (Luizjana).

- ♦ „[Kobiety] zwykle stronią od podziałów”²⁷.
- ♦ „[Kobiety] podkreślają, że są dobre w znajdывaniu płaszczyzny porozumienia”²⁸.

Mężczyźni znajdujący się pod wpływem stresu postrzegają agresję i ryzyko jako potrzebne, dla kobiet pozostaje to problemem²⁹. Kiedy mężczyźni reagują na stres fizycznie i zdają sobie sprawę, że osiągnęli pozytywny dla siebie rezultat (na przykład wygrana rywalizacja), ich poziomy testosteronu i wazopresyny, a także poczucie satysfakcji rosną skokowo³⁰.

Przykładowo, kiedy kupowaliśmy dom, negocjacje między dwoma agentami nieruchomości stały się napięte i niesmaczne. Natychmiast poczułem się gotowy do walki. Byłem wściekły. Na domiar złego, agent nieruchomości wynajęty przez sprzedającego nie był całkowicie wiarygodny i wyraźnie naruszył warunki umowy. Zacząłem szykować się do bitwy – wiedząc, że mamy przewagę.

Ja z kolei czułam dobroć serca i szczerą motywację kobiety, która sprzedawała jedyny dom, jaki miała na własność. Naprawdę jej współczułam i spytałam Walta, czy mogłabym z nią porozmawiać. Walt ufa mojej intuicji, więc uspokoił się i pozwolił mi zadziałać. Kiedy rozmawiałymy przez telefon, odkryłam, że kobieta ta była tak samo wściekła

²⁷ Tamże, Senator Dianne Feinstein (Kalifornia).

²⁸ Tamże, Senator Claire McCaskill (Missouri).

²⁹ Zob. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 144.

³⁰ Zob. James M. Dabbs, Mary Godwin Dabbs, *Heroes, Rogues, and Lovers: Testosterone and Behavior*, Nowy Jork 2000, s. 5, 13–14, 129–130, 138–139; zob. też Fisher, *First Sex*, s. 29.

jak ja (głównie na agentów), więc umówiliśmy się na spotkanie. Porozmawialiśmy przy kawie – nie tylko o agentach nieruchomości i domu, ale o naszych rodzinach i życiu. Kiedy się rozstawaliśmy, problem był już zażegnany.

Kiedy indziej z kolei na trudnym rynku nieruchomości zaoferowano nam bardzo niską cenę za sprzedaż domu. Przy nadmiernej podaży jedna rzecz to wystawić dom, a inna rzeczywiście go sprzedać. Ale taką dostaliśmy ofertę. Pomyślałem sobie: „No to zaczynamy!” i byłem gotów do rywalizacji.

Widzisz, jak działa jego mózg? Mój zareagował inaczej. Poczułam się niespokojna i rozdrażniona. Chciałam mieć już to za sobą. Nie miałam ochoty negocjować ani już dłużej patrzeć, jak nasz dom czeka na sprzedaż. Dla mnie przystanie na ofertę, nawet niekorzystną, wydawało się o wiele mniej stresującym wyborem. Gdybym to ja podejmowała decyzję, sprzedalibyśmy nasz dom po cenie o wiele niższej niż wynosiła wartość rynkowa. Ale za to gdyby Walt nie skontrolował swojej zadziorności – gdyby rozmawiał zbyt porywczo – moglibyśmy przepuścić okazję.

Podzieliliśmy się między sobą swoimi odmiennymi reakcjami i zdecydowaliśmy się negocjować wspólnie. Podczas całkiem miłego spotkania zaprezentowaliśmy potencjalnemu kupcowi rozsądną kontrofertę, co znacznie podniosło cenę.

Nasze reakcje na dokładnie takie same sytuacje całkowicie się różniły, razem jesteśmy jednak silniejsi niż w pojedynkę. Te wydarzenia wydały mi się świetnymi przykładami działania naszych mózgów dla wspólnego celu różnymi środkami! Od najmłodszych lat jego mózg skłania się ku rywalizacji, a jej ku współpracy.

Różne reakcje emocjonalne

Ciało migdałowe, „reagujący” obszar mózgu położony w głębi układu limbicznego, odpowiedzialny jest za reakcje emocjonalne i agresywne odruchy. Połączony jest z płatem czołowym w „myślącej” części mózgu, gdzie zachodzi kontrola impulsów i podejmowanie decyzji moralnych. Doktor Larry Cahill, neurobiolog Uniwersytetu Kalifornijskiego w Irvine, wraz z zespołem odkryli, że ciało migdałowe działa w różny sposób w zależności od płci. Może to tłumaczyć, dlaczego kobiety są zwykle mniej agresywne niż mężczyźni.

Przepływ testosteronu zwiększa rozmiary męskiego ciała migdałowego, a im większy ten obszar, tym dana osoba wykazuje większe skłonności do agresji. To jedna z przyczyn, dla których mężczyźni, ogólnie rzecz biorąc, częściej reagują fizycznie, agresywnie i gniewnie na bodźce emocjonalne. Ponadto silne połączenia między układem limbicznym a ciałem mężczyzny powodują, że woli on działać niż mówić. Połączenia między ciałem migdałowym a płatem czołowym są u kobiety o wiele większe niż u mężczyzny, jest ona zatem bardziej przygotowana do panowania nad reakcją fizyczną.

Płat czołowy, który pomaga kontrolować emocje, jest większy u kobiet niż u mężczyzn, kobiety mogą być zatem lepsze w filtrowaniu i odsuwaniu od siebie zbyt silnie pobudzających odczuć. Zdaniem dr. Cahilla „różnica ta może tłumaczyć, dlaczego kobiety rzadziej dają się ponieść złości”³¹. Ponadto, ponieważ u kobiety połączenia między ciałem migdałowym a ośrodkami języka i emocji w korze mózgowej są o wiele większe niż u mężczyzny, woli ona rozmawiać o uczuciach.

³¹ Cyt. za: Kotulak, *Gender and the Brain...*

Fakty te wyjaśniają, dlaczego kobiety rozpoznają i przetwarzają bodźce zmysłowe oraz emocjonalne znacznie szybciej niż przeciętny mężczyzna. Badania wykazały, że przetworzenie bodźców emocjonalnych, myśli i odczuć zajmuje mężczyźnie średnio siedem godzin dłużej niż kobiecie³².

Zrozumienie tego faktu mi pomogło. Wiedza o tym, że mężczyźni dłużej przetwarzają i radzą sobie ze swoimi uczuciami, pomogła mi uświadomić sobie, dlaczego Walt się zamyka lub milknie, kiedy jest zły lub stara się podjąć jakąś decyzję. Ja najczęściej muszę mówić, żeby coś przemyśleć, Walt za to potrzebuje czasu, przestrzeni i ciszy. W takim razie Walt nie tylko z trudnością werbalizuje swoje uczucia, mało tego, jak większość mężczyzn, o wiele dłużej przetwarza i wyraża swoje emocje.

Kiedy mężczyzna czuje się skrzywdzony lub odrzucony, może zareagować fizycznie, trzaskając drzwiami, uderzając lub kopiąc w coś. Może też się wycofać – wyjść z domu, do warsztatu albo usiąść przy komputerze. Innym razem może zamknąć się w sobie i zachować swoje uczucia dla siebie. Może nie mieć czasu przemyśleć, co tak naprawdę czuje. Wszystkie te uwarunkowane biologicznie zachowania mogą w sposób naturalny prowadzić do niezrozumienia i konfliktów w małżeństwie. Dlaczego? Natura kobiety polega na mówieniu o tym, co ją trapi, kiedy usiłuje poradzić sobie z emocjami. Gdy wyraża swoje uczucia werbalnie, jej mózg wytwarza więcej oksytocyny – która wprowadza ją w swego rodzaju stan euforii i pomaga jej pozbyć się stresu i napięcia.

Dla mężczyzny przydługie, przesycone emocjami rozmowy mogą jednak wywołać efekt odwrotny. Kobieta, która oczekuje od męża, że ten usiądzie i porozmawia z nią, pewnie zauważy, że okazuje on zniecierpli-

³² Zob. Moir, *Why Men Don't Iron*, s. 86.

wienie. Łatwo się rozprasza, próbuje szybko „naprawić usterkę” albo po prostu zająć się czymś innym. Kiedy żona usiłuje rozmawiać z mężem o swoich kłopotach, zanim mężczyzna zdąży wszystko przemyśleć i przetworzyć, może to wywołać w nim tyle samo napięcia, ile jej udało się wyzbyć. Żony powinny zatem nauczyć się rozpoznawać sygnały przeciążenia u swoich mężów. Michael Gurian opisał jedną z tych oznak następująco: „Podczas rozmowy mężczyzna może zacząć się wiercić i tracić kontakt wzrokowy. Może ci przerywać, próbować rozwiązać problem albo wykręcić się od rozmowy i zająć się swoimi sprawami, np. »oklapnąć« przez telewizorem albo zabrać się do pracy nad jakimś projektem”³³.

Ponieważ mężczyźni czują się niekomfortowo, rozmawiając o sprawach angażujących emocje, od najmłodszych lat uczą się ukrywać swoje uczucia przed światem. Kobieta powinna zrozumieć owe reakcje męskiego mózgu, ponieważ jeśli mężczyzna maskuje swoje emocje, zazwyczaj robi to z powodu uwarunkowań biologicznych. Reakcje twojego męża zwykle nie są wymierzone w ciebie. Są raczej dowodem na jego wyjątkowy projekt – zapewniają mu sposób radzenia sobie z emocjami i stresem, a także chronią jego relacje.

Mózg męski i mózg kobiecy przetwarzają emocje na zupełnie odmienne sposoby. Naukowcy odkryli, że jego mózg przetwarza informacje tylko po jednej stronie mózgu, podczas gdy jej mózg zajmuje się tym samym w obu półkulach jednocześnie³⁴. Oznacza to, że

³³ Gurian, *What Could He Be Thinking?*..., s. 87.

³⁴ Zob. G.B. Hall i in., *Sex Differences in Functional Activation Patterns Revealed by Increased Emotion Processing Demands*, „NeuroReport” 15, nr 2 (9 lutego 2004), s. 219–223; zob. też J.D. Bremner i in., *Gender Differences in Cognitive and Neural Correlates of Remembrance of Emotional Words*, „Psychopharmacology Bulletin” 35, nr 3 (lato 2001), s. 55–78.

mężczyzna potrafi radzić sobie z zadaniami logicznymi czy słowami za pomocą samej lewej półkuli. Może on też rozwiązywać problemy przestrzenne, wykorzystując tylko prawą półkulę. W ani jednym, ani drugim przypadku nie uaktywnia się jednak u niego ośrodki odpowiedzialne za emocje. U kobiet obszary mózgu zajmujące się uczuciami i pamięcią emocjonalną prawie zawsze pracują jednocześnie z innymi funkcjami mózgowymi. Innymi słowy, „u kobiet (...) emocje zajmują o wiele większy obszar rozciągający się w obu półkulach i mogą działać w tym samym czasie co pozostałe funkcje mózgu”³⁵.

Kiedy mężczyźni mówią mi: „Moja żona wzrusza się wszystkim!”, ja odpowiadam: „Bingo! Oczywiście, że tak!”. Tak właśnie jest „zaprogramowana”. Została zaprojektowana z całą tą wrażliwością – wrażliwością, której większości mężczyzn brak – by za nas dostrzegać emocje, których nie jesteśmy świadomi. Poza tym jej mózg jest o w i e l e lepiej przystosowany do takiej mentalnej zonglerki.

Różnice w wielozadaniowości

Doktorostwo Ruben i Raquel Gurowie wykorzystali funkcjonalny rezonans magnetyczny i wykazali, że podczas wykonywania wielu zadań naraz u kobiet aktywuje się więcej obszarów i szlaków mózgowych niż u mężczyzn³⁶. Ponieważ partie kobiecego mózgu są tak silnie ze sobą połączone, to one są bardziej predysponowane do wielozadaniowości. Kobięcy mózg jest nie tylko zaprojektowany w ten sposób; on praktycznie nigdy nie przestaje działać.

³⁵ Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 155.

³⁶ Zob. Onion, *Scientists Find Sex Differences in Brain...*

Shaunti i Jeff Feldhahnowie trafnie opisują zdolność kobiet do wykonywania wielu zadań jednocześnie:

Wyobraź sobie coś takiego: pracujesz na komputerze, przełączając się pomiędzy sześcioma czy siedmioma otwartymi okienkami. Być może edytujesz jednocześnie trzy lub cztery dokumenty Worda, arkusz Excela czy dwa, uruchomiłeś również program zarządzający domowym budżetem. Do tego włączyłeś także pocztę e-mail, przeglądarkę internetową i słuchasz ulubionego programu radiowego. Jest to po prostu cyfrowy Dworzec Centralny.

Dodaj do tego jeszcze jeden wymiar: wyobraź sobie, że niektóre pliki i programy są otwarte już od ponad tygodnia i przez cały ten czas działały w tle. Co gorsza, twój komputer został zarażony programami typu *spyware*, które bez przerwy uruchamiają irytujące reklamy. Wiele razy próbowałeś zamknąć te niechciane pliki i reklamy. Zainstalowałeś programy antywirusowe i restartowałeś komputer. Lecz te wszystkie uciążliwości po prostu nieustannie wracają³⁷.

Jeff podsumowuje te rozważania w następujący sposób: „Oto właśnie świat myśli i emocji kobiet”.

Wystarczy przejść się do pobliskiej restauracji, by zaobserwować podobne zjawisko. Kiedy rodziny z małymi dziećmi jedzą na mieście, to żona karmi niemowlaka siedzącego na krzeselku, obserwuje dziecko w foteliku, pyta męża, jak minął mu dzień, i prosi kelnera o więcej serwetek – jednocześnie jedząc obiad. Mąż skupia się na jednym zadaniu – na jedzeniu.

³⁷ Shaunti Feldhahn, Jeff Feldhahn, *Tylko dla mężczyzn. Prosty i jasny przewodnik po duszy kobiety*, przeł. Kazimierz Bocian, Kraków 2007, s. 56.

Mózg kobiety wydaje się lepiej „połączony w sieć”, podczas gdy mózg męski to raczej „osobne szufladki”. Zjawisko to zostało świetnie uchwycone w tytule książki Billa i Pam Farrellów *Men Are Like Waffles – Women Are Like Spaghetti*³⁸ (*Mężczyźni są jak gofry, kobiety jak spaghetti*). Podczas gdy mężczyźni zwykle skupiają się na „jednym opakowaniu gofrów” naraz, kobieta przetwarza informacje poprzez zawile połączenia – które przypominają „spaghetti”.

Dostrzegaliśmy z Barb wartość mojej zdolności do skupienia na jednym i jej wielozadaniowości, kiedy komuś z rodziny przydarzało się coś złego. Któregoś roku, przygotowując obiad wielkanocny, usłyszeliśmy trzask i wołanie o pomoc.

Natychmiast zorientowaliśmy się, że naszemu trzynastoletniemu synowi, Scottowi, musiało stać się coś złego – bardzo złego. Wbiegliśmy z Barb do garażu. Scott próbował wnieść rower po schodach i upadł. Leżał zwinięty na boku i płakał. Z nogi leciała mu krew.

Od razu wskoczyłem w rolę lekarza. Podbiegłem do Scotta i szybko zbadałem ranę. Łańcuchy od roweru przecięły skórę z tyłu kolana aż do tętnicy podkolanowej.

Ucisnąłem ranę dłonią i krzyknąłem do Barb: „Przynieś ręcznik! Musimy jechać na pogotowie”. Następnie zwróciłem się do syna i zapewniłem go, że wszystko będzie dobrze.

Chwyciłam czysty ręcznik i kazałam Kate wsiadać do samochodu, zadzwoniłam do przyjaciółki, by uruchomiła nasz krąg modlitewny, wyłączyłam piekarnik, spryskałam zakrwawioną podłogę środkiem czyszczącym i zamknęłam drzwi zewnętrzne. Walt zaniósł Scotta do samochodu i pojechaliśmy na pogotowie. Kiedy Walt badał Scotta w ga-

³⁸ Zob. Bill Farrel, Pam Farrel, *Men Are Like Waffles – Women Are Like Spaghetti*, Eugene 2001.

binecie, ja zabawiałam Kate, wypisywałam potrzebne formularze, zadzwoniłam do mamy, a następnie zaczęłam się zastanawiać, jak dokończyć gotowanie obiadu.

Jednocześnie martwiłem się o Scotta. Całe szczęście duża tętnica pozostała nienaruszona i udało mi się założyć szew na pogotowiu.

Mózg Walta zareagował na sytuację kryzysową ze spokojem, a jego zdolność koncentracji pozwoliła mu od razu zająć się problemem. Mój wielozadaniowy mózg kazał mi zadbać o sprawy, na które on w życiu by nie wpadł. Dzięki naszym mózgom razem zdziałamy więcej niż każdy z nas w pojedynkę.

Różnice w intuicji

Kiedy znajomy powiedział mi, że podziwia mój trafny osąd, przypomniało mi się powiedzenie, że trafny osąd bierze się z doświadczenia, a doświadczenie często bierze się z mylnego osądu. Jednym z moich najbardziej mylnych osądów było nieuwzględnienie rad i intuicji mojej żony, kiedy decydowałem się na sporą inwestycję u początków mojej kariery zawodowej.

Gdy otworzyłem prywatną praktykę, postanowiliśmy zastosować się do zasad gospodarowania pieniędzmi, których nauczyliśmy się z Pisma Świętego. Zawsze byliśmy dobrymi rządcami – dawaliśmy dziesięcinę i jałmużnę, a także planowaliśmy budżet, ale teraz przyszedł czas na inwestycje pod kątem przyszłej emerytury.

W tamtym czasie Walt był zachwycony planem emerytalnym, który mu zaproponowano. Z powodów, których do dziś nie potrafię wyjaśnić, nie uważałam, że jest się czym zachwycać.

– Dlaczego nie? – spytał.

– Nie wiem. Po prostu coś mi tu nie gra.

Walt spędził sporo czasu nad diagramami, wykresami i danymi, próbując przekonać moją lewą półkulę mózgu, dlaczego to dobra inwestycja. Słuchałam cierpliwie. Rozumiałam, co do mnie mówi, naprawdę – ale ciągle zapalała mi się czerwona lampka. Może dlatego, że podziwiam inteligencję Walta i rozumiem jego skłonność do podejmowania ryzyka, nie forsowałam swojego zdania. Dałam mu jednak do zrozumienia, że nie sądzę, aby to był dobry pomysł.

Moja racjonalna lewa półkula, niezdolna do skutecznej komunikacji z półkulą prawą, kazała mi zlekceważyć słowa Barb i jej wrażliwość na intuicyjne reakcje pochodzące ze złożonych połączeń pomiędzy jej półkulami. Zainwestowałam.

I zgadnij, co się stało? W rekordowym czasie wszystko straciłem. Przez to, że nie posłuchałem Barb i nie doceniłem jej wyjątkowej siły, omal nie doprowadziłem nas do bankructwa. Przez kolejne pięć lat wygrzebywaliśmy się z długów.

Nauczyłem się trudnej sztuki niepodważania potęgi podświadomości mojej żony. Nauczyłem się traktować jej intuicję poważnie – cenić i poważać ją – wskutek czego oszczędziłem sobie wielu rozmów kończących się zdaniem: „A nie mówiłam?”

Zmierzam do tego, że Barb spostrzegła coś, czego nie zauważyłem, i zareagowała dokładnie tak, jak jest zaprojektowana – tak jak tylko ona to potrafi. Gdybym docenił wyjątkowy projekt Barb – gdybym zrozumiał, że jej intuicja jest po to, by wypełniać moje luki, choć pewnie nigdy nie pojąłbym, skąd ona to wie, uniknąłbym katastrofy.

Historia ta pokazuje, jak różnie interpretujemy, osądzamy i odnosimy się do świata zewnętrznego. Mózg kobiecy zaprojektowany jest tak, by rozpoznawać subtelne szczegóły w spojrzeniu drugiej osoby, ruchach ciała, mimice twarzy, tonie głosu. Zdolność kobiety do pod-

świadomego przetwarzania mnogości obserwacji pozwala jej ocenić charakter i usposobienie drugiej osoby o wiele szybciej i trafniej niż robi to mężczyzna – i można to zaobserwować na bardzo wczesnym etapie rozwoju człowieka.

Intuicja jest właściwa kobietom, ale nie powinny one mylić tego daru z pochopnymi wnioskami³⁹.

Minna Antrim

Jeszcze zanim dziewczynki zaczną rozumieć język, wydają się lepiej niż chłopcy rozpoznawać emocjonalny przekaz wypowiedzi czy mimikę⁴⁰. Są wrażliwsze na wyraz twarzy i lepiej odczytują sygnały niewerbalne. Dziewczynki, na przykład, częściej gaworzą na widok ludzkiej twarzy, chłopcy z równą gotowością gaworzą na widok zabawek⁴¹. Kiedy dzieciom pokazywano dokładnie te same obrazki przedstawiające ludzi i przedmioty, dziewczynki widziały więcej osób, a chłopcy więcej przedmiotów⁴². Nic dziwnego, że niektórzy badacze uważają, iż tzw. kobieca intuicja może oznaczać naturalną zdolność kobiet do dostrzegania drobnych szczegółów i zmian w wyglądzie czy zachowaniu innych. Pease wskazuje, że „kobieta uważa za oczywiste, że wie, kiedy inna kobieta jest zdenerwowana lub urażona. Natomiast

³⁹ Minna Antrim, *Brainy Quote*, <http://www.brainyquote.com/quotes/quotes/m/minnaantri386699.html> (dostęp 23 lipca 2007 r.).

⁴⁰ Zob. C. Hutt, *Biological Bases of Psychological Sex Differences*, Artykuł konferencyjny dla European Society for Paediatric Endocrinology, Rotterdam, Holandia (czerwiec 1976 r.).

⁴¹ Zob. Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 150.

⁴² Tamże, s. 81.

mężczyzna musi być naocznym świadkiem łez, ataku hysterii lub dostać w twarz, zanim do niego wreszcie dotrze, że się coś dzieje”⁴³.

Nic dziwnego, że kiedy przychodzimy z Waltem na spotkanie, ja prawie od razu jestem w stanie dostrzec relacje między każdą parą znajdującą się w pomieszczeniu. Potrafię powiedzieć, kto się pokłócił albo właśnie to robi, kto z kim rywalizuje, kto jest z kim szczęśliwy, kto się do kogo zaleca. W tym samym czasie Walt nadal usiłuje zapamiętać nazwisko pary siedzącej na kanapie. Ja nie tylko pamiętam ich imiona, mało tego, wiem, jak się czują.

To jeden z powodów, dla których większość mężczyzn po prostu nie jest w stanie okłamać kobiety. Kiedy tylko spróbują, ona wychwyci to w ułamku sekundy. Na początku naszego małżeństwa odwiedzaliśmy różne kościoły, by znaleźć ten ulubiony. Pewnej niedzieli, kiedy Barb wyszła do miasta, poszedłem do kościoła, który wydał mi się w porządku, a znajdował się na naszej ulicy.

Następnej niedzieli poszliśmy do tego kościoła razem. Waltowi spodobał się pastor, ludzie, kazanie i wspólnota. Jednak moje pierwsze wrażenie było przytłaczające – pastor wydawał mi się zbyt wymuskany, za mocno starał się nam zaimponować i po prostu ściemniał. Nie potrafiłam mu zaufać.

Kilka lat później dowiedzieliśmy się, że człowiek ten został oskarżony o głoszenie cudzych homilii i wypełnianie CV wykształceniem czy certyfikatami, których nigdy nie uzyskał.

Nie potrafię wyjaśnić Waltowi źródła moich podejrzeń, ale w tamto pierwsze wrażenie nigdy nie wątpiłam. Biblia uczy nas, że Bóg daje „ci serce mądre i rozsądne” oraz „rozsądek nadzwyczajny” (1 Krl 3,12; 5,9).

⁴³ Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 37.

Zazwyczaj mądrość i rozsądek przychodzą do męża przez jego żonę. Mądry jest mężczyzna, który rozumie, docenia i poważa ten wyjątkowy dar, który posiadała jego żona.

Jeśli chodzi o sposoby przetwarzania informacji, mózgi męski i kobiecy różnią się od siebie. Tabela 4 podsumowuje niektóre z naszych wyjątkowych różnic.

Tabela 4 – Typy mózgów i różnice w przetwarzaniu informacji

Typ mózgu i przetwarzanie informacji	Jego mózg	Jej mózg
Typ mózgu	Systematyzujący	Empatyczny
Zdolność do kategoryzacji	Wysoka	Niska
Zdolność do wielozadaniowości	Niska	Wysoka
Zdolność do panowania nad emocjami	Wysoka	Niska
Ukierunkowanie na relacje	Niskie	Wysokie
Ukierunkowanie na działanie	Wysokie	Niskie
Zdolność do „wyłączenia się”	Wysoka	Niska
Reakcja na stres	Walczyć lub uciekać; najpierw działać, potem myśleć	Zaopiekuj się i zaprzyjaźnij; myśl i czuj zanim zrobisz
Reakcja na ryzyko	Agresja	Ostrożność
Reakcja na przedstawicieli tej samej płci	Rywalizacja	Współpraca

Pamiętaj, że generalizujemy. Zdajemy sobie sprawę, że mogą istnieć wyjątki od przypadków przedstawionych w tabeli 4, nawet w twoim

małżeństwie. Odnotuj te zastrzeżenia, ale zauważ, że większość tych różnic prawdopodobnie pasuje do większości mężczyzn i kobiet – i dobrze.



Kobieta wykorzystuje intelekt, by szukać dowodów na poparcie swojej intuicji⁴⁴.

Gilbert K. Chesterton

Louann Brizendine zauważa, że „bycie kobietą to jak posiadanie wielkiej, niewidzialnej anteny odbierającej świat, nieustannie świadomej emocji i potrzeb wszystkich dookoła”⁴⁵. Zrozumienie tego pozwala mi docenić sposób, w jaki Barb dochodzi do swoich wniosków. Teraz wiem, że połączenie większego ciała modelowego i większej objętości istoty białej zapewnia jej rozległy zespół świadomych i nieświadomych połączeń międzypółkulowych. Ten niezwykle projekt wyposaża ją w antenę na świat, której ja po prostu nie posiadam – wewnętrzny radar, który teraz doceniam i za który jestem bardzo wdzięczny.

⁴⁴ Gilbert K. Chesterton, *Brainy Quote*, <http://www.brainyquote.com/quotes/quotes/g/gilbertkc156951.html> (dostęp 23 lipca 2007 r.).

⁴⁵ Cyt. za: Elizabeth Weise, *Maybe We Are Different: New Book Argues Female Brain Wired to Nurture*, opublikowane 22 sierpnia 2006 r., „USA Today”, www.usatoday.com/tech/science/discoveries/2006-08-21-female-brain_x.htm (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).



Rozdział 5

Różnice w komunikowaniu się ze światem

Pastor Dave Stroder spisał zabawną historyjkę o różnych sposobach komunikacji kobiet i mężczyzn¹:

Wybieraliśmy się z moją żoną, Kristie, na piknik do szkoły niedzielnej i nie mogłem się doczekać tego dnia spędzonego na zabawie z naszą parafialną wspólnotą. Bezchmurne niebo, pyszny grill, pogodne rozmowy i, oczywiście, chipsy ziemniaczane. To było nasze zadanie – przynieść te cholerne chipsy.

W drodze na przyjęcie kabriołem żony zatrzymaliśmy się przy małym spożywczaku, by wypełnić swój obowiązek. Mówiła coś na temat zakupów, więc pokiwałem tylko głową.

¹ Dave Stroder, *Potato Chip Fallout*, „Marriage Partnership” (jesień 2005), „Christianity Today”, <http://www.christianitytoday.com/mp/2005/003/5.50.html> (dostęp 24 lipca 2007 r.). Wykorzystane za zgodą autora.

Nie pamiętam, co powiedziała. Bo nie słuchałem. Jestem dorosłym facetem, chyba wiem, jak kupić chipsy ziemniaczane.

Wróciłem do samochodu, rzuciłem paczkę do tyłu, wskoczyłem na siedzenie, gotów spędzić miły czas.

– Jakie chipsy kupiłeś? – spytała moja żona.

– Hę?

– Kupiłeś te chipsy, o które cię prosiłam?

– Kazałaś mi kupić jakieś konkretne?

– Nigdy mnie nie słuchasz! – stwierdziła z wyrzutem.

– Kogo to o b c h o d z i, jakie chipsy kupiłem? Chipsy to chipsy. Chyba potrafię kupić chipsy ziemniaczane – odparłem, przekonany, że w ten sposób zakończę dyskusję.

Tak się nie stało.

Nadal się piekliła.

– To wysadź mnie tutaj! – Podjąłem męską decyzję.

– A proszę cię bardzo! – Wcisnęła hamulce.

Jeszcze zanim się zatrzymaliśmy, wyskoczyłem z samochodu, uciekając od klótni i chipsów ziemniaczanych. I patrzyłem, jak Kristie pędzi w kierunku domu.

„Ale jej powiedziałem!”, pomyślałem sobie. I rozejrzałem się dookoła.

Jedna rada: Zanim zechcesz wysiąść z samochodu, sprawdź, gdzie dokładnie jesteś. Rozejrzawszy się, zdałem sobie sprawę, że stoję na zarośniętej ścieżce z dala od wszystkiego. Piknik miał odbyć się w lesie, więc w promieniu jakichś piętnastu kilometrów nie było śladów cywilizacji.

Kilka godzin i osiem kilometrów dalej, spocony, z pęcherzami na stopach i nogami jak z waty dotarłem do domu. Choć w domu panowała cisza, wiedziałem, gdzie szukać żony – spała w łóżku. Zwykle w ten sposób reagowała na klótnię.

Stałem i zacząłem się jej przyglądać. Już nie byłem zły; ledwie stałem na nogach.

Przebudziła się i odwzajemniła moje spojrzenie. Byłem przekonany, że też już się nie gniewa. I wtedy z pokorą wyrzekłem te dwa najważniejsze słowa.

– Przesuń się.

Wyczerpany, padłem na łóżko obok niej, zbyt zmęczony, by coś powiedzieć, ale rozpaczliwie chciałem się pogodzić. Leżeliśmy w milczeniu, aż oboje pogrążyliśmy się w upragnionym śnie.

– Trafieś do domu – powiedziała Kristie po przebudzeniu. W jej słowach krył się cień współczucia.

– Trochę mi to zajęło. – Urwałem. – Ale musiałem ochłonąć – przyznałem w końcu.

– Ktoś cię widział? – Po jej twarzy przemknął uśmiech.

– Nie. Udało mi się wskoczyć w krzaki, zanim toyota Wallace’ów pojawiła się za zakrętem. Skaleczyłem się. – Podciągnąłem koc, by odstąpić opuchliznę i zranione miejsce na nodze.

– Ojej, kochanie! – wykrzyknęła i wkroczyła do akcji. W biegu do umywalki chwyciła za szmatkę i podbiegła z powrotem do łóżka. Uśmiechnąłem się na myśl, jak łatwo ją udobruchałem – dopóki nie zauważyłem, że chciała tylko wyczyścić przescieradło, a nie zaopiekować się moją nogą.

„Cóż, przynajmniej odzywamy się do siebie”, pomyślałem, nieco zraniony.

Wtedy zdałem sobie sprawę, że muszę wyciągnąć rękę na zgodę. „Nie cierpię tego”, pomyślałem, na wpół się modląc.

– Posłuchaj – zacząłem. – Przepraszam za tamto.

– Za co dokładnie przepraszasz? – spytała. Widać było, że nie da się zbyć ogólnikami. – Co takiego mam ci wybaczyć?

Okej. To powinno być proste. Co w tym trudnego?

– Przepraszam, że kupiłem nie te chipsy – powiedziałem, robiąc oczy kota ze Shreka.

Miała surowe spojrzenie. Uniosła jedną brew. Czyli nie w tym problem.

– Nie, Davidzie, nie chodzi o chipsy.

– To o co?

Całe szczęście Kristie wiedziała, że kwestia: „Sam powinieś wiedzieć” nie działa na tak tępego faceta jak ja. Mi trzeba to narysować, żebyś zrozumiał.

– Nie słuchałeś mnie – zaczęła. – Kiedy nie uwzględniasz moich sugestii... czuję się, jakby moje zdanie się dla ciebie nie liczyło. Jakbym nie miała znaczenia. Nie chodzi o chipsy; chodzi o twój stosunek do mnie. Owszem, chipsy to drobnostka, ale ja prosiłam cię o coś, a ty bezczelnie to zlekceważyłeś.

Usiadłem na chwilę, by jej słowa do mnie dotarły i powtórzyłem, najdokładniej jak potrafiłem, to, co usłyszałem.

– Więc nie masz nic przeciwko chipsom o smaku barbecue? – Pokręciła głową i wyraźnie czekała, co jeszcze powiem. Wzięłem głęboki oddech. – Więc gdybym po prostu poprosił, żebyś powtórzyła, wiedziałbym, czego chcesz i, co najważniejsze, okazałbym ci w ten sposób szacunek, ponieważ poświęciłbym czas na wysłuchanie twojej opinii? – Czekałem na werdykt.

„Czy tym razem trafiłem?”, zastanawiałem się.

Kristie nie powiedziała ani słowa. Klasnęła w dłonie. Na jej twarz znów wstąpił uśmiech. Teraz, kiedy została wysłuchana, przewinęła kasetę w głowie i odniosła się do siebie.

– Ja też przepraszam.

– Naprawdę? Za co? – Nie miałem zamiaru jej tego ułatwiać.

– Przeholowałam. To tylko paczka chipsów, a ja zrobiłam scenę. Mogłam porozmawiać z tobą o tym później i poprzeć twój wybór. Pewnie poczułeś się poniżony, bo potraktowałam cię jak dziecko. Piknik przemknął nam koło nosa, a ty skaleczyłeś się w drodze do domu. – Nareszcie zajęła się moją nogą.

– Wybaczysz mi? – Jej kolej na oczy kota ze Shreka.

– A ty mi? – spytałem.

– Oczywiście – powiedzieliśmy jednocześnie.



Kiedy zdamy sobie sprawę, w jak odmienny sposób działają nasze mózgi, nie będzie nas już dziwić, że komunikacja męża i żony może stanowić wyzwanie. „Brak porozumienia [między kobietą a mężczyzną] to jedno z podstawowych zjawisk w życiu” pisze dr Anne Moir. „W świetle naszego nowego pojmowania płci wydaje się absolutnie przewidywalne, że kobiety zadręczać się będą niekomunikatywnością mężczyzn – bo przecież mózgi mężczyzn nie są przystosowane do tego celu”². Jej mózg jest po prostu lepiej skonstruowany do przetwarzania i czerpania przyjemności z komunikacji werbalnej.

Co mówiłaś? Biologia robi nam różnicę

Przyszliśmy na świat z różnicami w sposobie słyszenia i mówienia. Skutkiem działania testosteronu u nienarodzonego chłopca są zmiany w mózgu, w wyniku których ma on mniej i słabiej połączone ośrodki mowy niż dziewczynka. Nie powinno nas dziwić, że dziewczynki wcześniej rozwijają zaawansowane umiejętności językowe.

Dowody dostrzegamy już we wczesnym dzieciństwie. Dziewczynki szybciej uczą się mówić, mało tego, wcześniej budują dłuższe zdania. Różnice te są tak wyraźne, że do trzeciego roku życia przeciętna dziewczynka opanowuje dwa razy tyle słów co przeciętny chłopiec – jej mowa jest też prawie w stu procentach zrozumiała³.

² Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 180.

³ Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*

Co takiego dzieje się w mózgu, co powoduje owe różnice? Kobiety wykorzystują wyspecjalizowane obszary odpowiedzialne za funkcje mowy i języka zlokalizowane w obu półkulach, podczas gdy mężczyźni używają tylko jednej półkuli (lewej) do zadań werbalnych. Fakt ten został udokumentowany w badaniu, w którym ochotnicy słuchali fragmentu powieści Johna Grishama. Zespół badaczy wykorzystał funkcjonalny rezonans magnetyczny do zbadania obszarów mózgu najaktywniejszych podczas biernego słuchania. Odkryli, że kobiety używają obu półkuli, natomiast mężczyźni jedynie lewej⁴. Wyniki innych badań metodami obrazowania wykazały, że kiedy mężczyźni czytają, podświetla się tylko niewielki obszar w lewej półkuli mózgu (zakręt czołowy dolny). U kobiet podświetla się płat czołowy po obu stronach mózgu, a jego aktywność jest o wiele bardziej rozproszona⁵.

Badania skutków wylewu pomagają potwierdzić różnice w przetwarzaniu języka. Kobiety po udarze, który dotknął jedną z półkul, osiągały jedynie nieco gorsze wyniki w testach słownictwa i biegłości werbalnej niż wcześniej. U mężczyzn wyniki ulegały zmianie tylko wtedy, gdy uszkodzona została lewa półkula⁶.

A więc kto tak naprawdę gada więcej – mężczyźni czy kobiety? Barbara i Allan Pease'owie twierdzą, nie powołując się na źródła, że

⁴ Zob. Michael Phillips i in., *Temporal Lobe Activation Demonstrates Sex-Based Differences During Passive Listening*, „Radiology” 220, nr 1 (lipiec 2001), s. 202–207.

⁵ Zob. B.A. Shaywitz i in., *Sex Differences in the Functional Organization of the Brain for Language*, „Nature” 373, nr 6515 (16 lutego 1995), s. 607–609; zob. też A.M. Clements i in., *Sex Differences in Cerebral Laterality of Language and Visuospatial Processing*, „Brain and Language” 98, nr 2 (sierpień 2006), s. 150–158.

⁶ Zob. Doreen Kimura, *Sex Differences in the Brain: Men and Women Display Patterns of Behavioral and Cognitive Differences That Reflect Varying Hormonal Influences on Brain Development*, opublikowane 13 maja 2002 r., „Scientific American”, http://sciam.com/print_version.cfm?articleID=00018E9D-879D-1D06-8E49809EC588EEDF (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

„Kobieta bez trudu potrafi wypowiedzieć średnio od 6000 do 8000 słów dziennie. Dodatkowo wykorzysta do porozumiewania się od 2000 do 3000 dźwięków, ponadto około 8000–10 000 gestów, min, poruszeń głowy oraz innych sygnałów mowy ciała. To daje średnio dziennie ponad 20 000 »słów« (...) On używa zaledwie 2000–4000 słów, od 1000 do 2000 dźwięków, a wysyła zaledwie 2000–3000 sygnałów mowy ciała. Po dodaniu średnia wynosi około 7000 »słów«, czyli ponad jedną trzecią możliwości kobiety”⁷.

Znaleźliśmy wiele podobnych opinii, w których szacuje się, że kobiety wypowiadają od siedmiu tysięcy do pięćdziesięciu tysięcy słów dziennie, a mężczyźni od dwóch do dwudziestu pięciu tysięcy. Wszyscy autorzy twierdzą, że kobiety wypowiadają dwa do trzech razy więcej słów dziennie niż mężczyźni. Brakuje jednak aktualnych badań, które potwierdziłyby te założenia.

Twierdzenie, jakoby kobiety mówiły więcej od mężczyzn, może okazać się mitem. Jeden z autorów, który się temu przyjrzał, podsumowuje: „Nigdzie nie znalazłem dowodu, by ktokolwiek poparł tę tezę, rzeczywiście licząc słowa czy mierząc czas wypowiedzi”⁸.

Pewna grupa badaczy stwierdziła: „Okazuje się, że powszechna opinia, jakoby kobiety mówiły więcej od mężczyzn, nie jest poparta literaturą. Większość badań, które podejmowały temat interakcji w grupach mieszanych pod względem płci wykazało, że mężczyźni mówili więcej niż kobiety albo że nie odnotowano żadnej różnicy”⁹.

⁷ Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 98–99.

⁸ Mark Liberman, *Sex-linked Lexical Budgets*, <http://itre.cis.upenn.edu/~myl/languagelog/archives/003420.html> (dostęp 1 sierpnia 2007 r.).

⁹ Deborah James, Janice Drakich, *Understanding Gender Differences in Amount of Talk: A Critical Review of Research*, w: *Gender and Conversational Interaction*, red. Deborah Tannen, Nowy Jork 1993, s. 281–312.

Najnowsze badania, opublikowane w czasie gdy kończyliśmy niniejszą książkę, wykonali naukowcy, którzy przez osiem lat zbierali nagrania z dyktafonów cyfrowych, by obliczyć, ile słów dziennie wypowiada przeciętnie każdy z trzystu dziewięćdziesięciu sześciu uczniów college'u. Studenci nosili przy sobie dyktafony, które przez kilka dni nagrywały próbki ich wypowiedzi. Liczba wypowiadanych słów dziennie została wyliczona z nagrań. Badanie wykazało, że zarówno mężczyźni, jak i kobiety wypowiadają około szesnastu tysięcy słów dziennie¹⁰.

Jak jednak łatwo się domyślić, badacze wykryli pewne różnice w komunikacji, które koncentrowały się głównie na tematach rozmów. Mężczyźni mówili więcej o technologiach i sporcie, a kobiety o relacjach międzyludzkich. Naukowcy odkryli też, że kobiety używały więcej takich zaimków jak *I*, *she* i *we* (ja, ona, my), a mężczyźni posługiwali się takimi przedimkami jak *a* i *the*¹¹. „Odzwierciedla to, czym się interesują” stwierdził jeden z badaczy. „Przedimków używa się, mówiąc o rzeczach konkretnych. Kobiety rozmawiają o ludziach. Mężczyźni rozmawiają o narzędziach i sprzętach”¹².

Emocjonalne łącza

Kobiety są w naturalny sposób dobre w mówieniu, sprawia im to przyjemność i robią to często. Ponadto połączenia nerwowe między

¹⁰ Zob. Matthias R. Mehl i in., *Are Women Really More Talkative Than Men?*, „Science” 317 (lipiec 2007), s. 82.

¹¹ W języku angielskim przedimki stawia się przed rzeczownikami; *a/an* to przedimek nieokreślony, natomiast *the* określony. W języku polskim ta część mowy nie występuje (przyp. tłum.).

¹² Cyt. za: Nancy Shute, *Chatty Cathy, Chatty Charlie: Surprise! A Study Finds Males Talk Just as much as Females*, „US News and World Report”, <http://www.usnews.com/usnews/news/articles/070708/16talk.htm> (dostęp 1 sierpnia 2007 r.).

ośrodkami przetwarzania emocji a ośrodkami pamięciowymi są u kobiet większe, o wiele bardziej aktywne i silniej powiązane z ośrodkiem mowy niż u mężczyzn. Ona jest zaprojektowana tak, by łączyć ze sobą wspomnienia, słowa i uczucia, dlatego jej wypowiedzi wydają się przesycone emocjami i znaczeniem.

Inaczej jest u mężczyzn. Biologiczny projekt męczyzny sprawia, że jest on mniej predysponowany do rozpoznawania i komunikowania własnych emocji. Posiadając mniejszy hipokamp, mężczyźni zapamiętują mniej doświadczeń emocjonalnych niż kobiety. Ponadto partie jego mózgu odpowiedzialne za przetwarzanie emocji są o wiele mniejsze i słabiej połączone niż u niej. Męska zdolność do odczuwania i wyrażania emocji jest fizycznie odseparowana od zdolności werbalnego ich wyrażania. Podczas rozmowy mężczyźni są mniej skłonni (lub nawet niezdolni) mówić o emocjach i ogólnie przekazują mniej informacji o uczuciach niż przeciętna kobieta. Fakt ten wyjaśnia, dlaczego męskie rozmowy są zwykle pełne faktów i wyzute z emocji.



(...) przejawiany przez mężczyzn dystans wobec uczuć i niechęć do ich komunikowania ma korzenie biologiczne. Zdolność do odczuwania emocji jest u mężczyzn, w większym stopniu niż u kobiet, fizycznie oddzielona od ich zdolności do artykułowania. W dodatku ośrodki emocji w mózgu męskim są bardziej rozrzucone niż u kobiety¹³.

Dr Anne Moir

¹³ Moir, Jessel, *Płec mózgu...*, s. 193.

Kiedy Barb jest rozdrażniona lub zmartwiona, chce z kimś porozmawiać i dać upust emocjom. Kiedy ja jestem zdenerwowany, nie muszę szukać ujęcia w rozmowie. Muszę pomyśleć, nie mówić. W zeknieniu z sytuacjami angażującymi emocje lub problemami wymagającymi rozwiązania, mózg Barb zaprojektowany jest do rozmowy z innymi, a mój do rozmowy ze sobą samym.

Funkcjonalne obrazy mózgu pokazują, że kiedy mężczyzna chce z kimś porozmawiać, aktywuje się jego lewa półkula, jakby szukał on ośrodka mowy, ale nie potrafił go znaleźć. W związku z tym mężczyźni nie są tak sprawni werbalnie jak ich żony. W dodatku obszary przetwarzania informacji w korze mózgowej, których mężczyźni używają do rozwiązywania łamigłówek czy problemów to te same obszary, które kobiety wykorzystują do przetwarzania emocji¹⁴.

A zatem kiedy on pracuje nad projektem, problemem, sytuacją stresową lub emocją, zazwyczaj milknie. Kiedy używa prawej półkuli do rozwiązywania problemów i radzenia sobie z uczuciami, trudno mu użyć lewej półkuli do słuchania czy mówienia. Jego kategoryzujący mózg jest zaprojektowany do wykonywania jednej czynności naraz; trudno mu szukać rozwiązania problemu i jednocześnie rozmawiać. Badania mózgu metodą obrazowania wykazują, że kiedy mężczyzna siedzi cicho, jego mózg albo znajduje się w stanie spoczynku, albo „mężczyzna rozmawia ze sobą”¹⁵.

Dla większości kobiet takie zachowanie jest niezrozumiałe – a nawet przerażające – dopóki nie zdadzą sobie sprawy, że tak właśnie zaprojektowany jest męski mózg. To niemal przeciwieństwo kobiecego mózgu. Jej mózg nigdy nie odpoczywa, a kiedy próbuje ona rozwiązać jakiś problem, nie tylko chce porozmawiać, ale również tego potrzebuje.

¹⁴ Zob. Gurian, *What Could He Be Thinking?...*, s. 92–93.

¹⁵ Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 96.

Rozmowa z drugą osobą pozwala jej obniżyć poziom stresu i przegadać problem. Ważne, by mężczyźni zdali sobie sprawę, że kiedy ona to robi, niekoniecznie szuka rozwiązania problemu w ten sam sposób, co on.

Dobrym przykładem jest sytuacja, która spotkała nas podczas pisanie niniejszej książki. Podczas późnowiosennej burzy śnieżnej zrobiliśmy sobie przerwę na kawę i spędziliśmy kilka chwil, wpatrując się w wielkie, puszyste płatki śniegu. Przez głowę przemykało mi tysiące myśli: Czy skończymy książkę na czas? Kto wyszpachluje ściany w naszym nowym domu? Kto pomoże nam się przeprowadzić? Czy ten kolor, który wybrałam do jadalni, aby na pewno nie jest za ciemny? Byłam pewna, że w głowie Walta też musi się dużo dziać.

– O czym myślisz? – spytałam.

– O niczym – odparł.

Zaskoczyło mnie to, bo przecież tyle się działo w naszym życiu. Sądziłam, że na pewno o czymś rozmyśla. Wiem, że mi z a w s z e c oś chodzi po głowie – a właściwie cała masa „cosiów”. Ale on po prostu usiadł, nie myślał o niczym i cieszył się widokiem śniegu.

To fakt, że mózgi męski i kobiecy postrzegają świat całkiem inaczej i komunikujemy się na zupełnie różne sposoby. Rozumiemy różne rzeczy przez te same słowa. Wskutek tego może wytworzyć się między nami znaczna luka komunikacyjna, która oddzieli nas od siebie, jeśli nie uświadomimy sobie naszych zaprojektowanych różnic i powodu ich istnienia. By przerzucić most nad ową luką, musimy zrozumieć nie tylko to jak mówimy, to co mówimy, ale także co słyszy mózg płci przeciwnej.

Rozpoznanie i zrozumienie naszych różnic w komunikowaniu się i posługiwaniu się językiem pozwoliło mi i Barb uśmiechać się i śmiać częściej podczas pracy nad wzmacnianiem naszego małżeństwa. W kolejnym rozdziale podzielimy się z tobą tym, czego nauczyliśmy się o skutecznym przerzucaniu mostu nad tą przepaścią.



Rozdział 6

Odczytywanie różnic komunikacyjnych

Dla kobiety sprawą zupełnie naturalną jest chęć rozmowy o uczuciach i emocjach z mężczyzną swojego życia. Dla mężczyzny zaś naturalne jest unikanie dłuższej rozmowy – szczególnie, jeśli koncentruje się ona wokół emocji. Wychodząc od tych dwóch sprzecznych punktów widzenia, nie powinno nas dziwić, że dla kobiet najczęstszym powodem niezadowolenia w małżeństwie, przynajmniej po kilku latach, jest brak woli rozmowy ze strony męża¹.

Statystyki dotyczące tej problematycznej luki komunikacyjnej są szokujące:

¹ Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 158.

- ♦ Dziewięćdziesiąt osiem procent kobiet chciałoby, by ich partnerzy rozmawiali z nimi więcej o „swoich osobistych przemyśleniach, wrażeniach, planach, emocjach, wątpliwościach”².
- ♦ Siedemdziesiąt cztery procent pracujących kobiet mówi, że największą wadą ich mężów jest „niechęć do mówienia, zwłaszcza pod koniec dnia”³.
- ♦ Osiemdziesiąt procent kobiet twierdzi, że „to one inicjują większość poważnych rozmów, wkładając wiele wysiłku w skłonienie mężczyzn do wyrażania ich najsłynniejszych myśli i uczuć”⁴.

Jak się domyślasz, wrażliwość kobiet na tę lukę komunikacyjną ma swoje korzenie w biologii – w kojącym, wprawiającym w stan zadowolenia i wywołującym uczucie przywiązania hormonie zwanym oksytocyną. Hormon ten zmusza kobietę do szukania innych, z którymi może „przegadać sprawę”, ponieważ kiedy to robi, czuje się lepiej, rozładowuje stres i napięcie. Rozmowa z mężem jest szczególnie ważna, ponieważ wzmacnia ona uczucia przywiązania i bliskości, których żona pragnie w relacji z nim.

Tak jak [dla męża] seks, tak [dla żony] rozmowa jest przyjemnością samą w sobie. Ona potrzebuje rozmowy. Jednak podobnie jak w seksie, pewne sposoby konwersacji czynią ją przyjemniejszą. Dla większości kobiet im więcej w niej intymności, tym lepiej⁵.

Dr Willard F. Harley

² Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 192.

³ Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 101.

⁴ Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 192.

⁵ Willard F. Harley, *I żyli długo i szczęśliwie. Jak zbudować związek idealny?*, przet. Agata Błaż, Gdańsk 2014, s. 88.

Jeśli jednak żona oczekuje, by jej mąż był jedynym dostawcą oksytocyny wytwarzanej dzięki relacjom i rozmowom, będzie się czuła niekochana i samotna. Może oczekiwać, że jej mąż podoła wszystkim jej emocjom i potrzebie rozmowy, ale on po prostu nie jest tak skonstruowany!

Jego mózg jest zaprojektowany tak, by postrzegać rozmowę jako środek do celu, podczas gdy jej mózg widzi w rozmowie cel sam w sobie. Kobiety dzięki rozmowie nawiązują relacje, a poprzez słuchanie okazują wsparcie. Definiują siebie, przynajmniej po części, przez jakość swoich relacji i rozmów. Dla kobiety rozmowa jest zatem konieczna, choć jej mąż wcale nie jest zaprojektowany z tą samą potrzebą czy zdolnością słuchania.

Naukowcy odkryli, że jej mózg jest nie tylko skonstruowany, by dokładnie słuchać, kobieta ma w swoim repertuarze do sześciu wyrazów twarzy do reagowania, a następnie do odwzajemniania emocji rozmówcy podczas każdych dziesięciu sekund słuchania czyjejś wypowiedzi⁶. Kiedy kobiety mówią lub słuchają, okazują swoje uczucia poprzez mimikę. Kobiety wykorzystują wyraz twarzy do komunikowania swoich emocji do tego stopnia, że kiedy rozmawiają ze sobą, trudno powiedzieć, która z nich opowiada, a która reaguje na jej słowa.

Faceci zwykle słuchają z kamiennym wyrazem twarzy. Za to mężczyzna, który nauczy się słuchać oraz odzwierciedlać uczucia swojej żony za pomocą własnego wyrazu twarzy, wytworzy bardzo silne więzi z małżonką. „Na ogół mężczyźni z niechęcią myślą o zmianie wyrazu twarzy podczas słuchania. To jednak bardzo się im opłaca, kiedy już poznają tę sztukę”⁷.

⁶ Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 112.

⁷ Tamże, s. 113.

Barb i ja pojęliśmy te różnice i nauczyliśmy się darzyć uczuciem, rozumiejąc nasze sposoby komunikacji. Kiedy pisaliśmy tę książkę, rozglądaliśmy się równocześnie za nowym domem. Barb przejęła dowodzenie w szukaniu potencjalnych nieruchomości i czasami czuła się z tego powodu zestresowana lub spięta. Wtedy potrzebowała czasu na zwykłą rozmowę.

Dla mnie rozmowa o wszystkich domach, które brałam pod uwagę, była niesamowicie satysfakcjonująca, a Walt okazał się na tyle rozsądny, by po prostu mnie wysłuchać. Nie chciałam, żeby przedstawiał się na swój zwykły tryb „rozwiązywania problemu”. Potrzebowałam tylko rozmowy i przytulenia, dopóki nie poczułam się zrelaksowana i odprężona.

Jestem szczęśliwa, że Walt to robi, ponieważ wielu mężów uważa słuchanie wypowiedzi swojej żony za stratę czasu. Mężczyźni są przecież skonstruowani do naprawiania rzeczy, wypełniania zadań i ruchu. Walt też jest w ten sposób zaprojektowany. W sytuacji stresowej bierze się za jakieś zajęcie – układa narzędzia, idzie na spacer, gra w pasjansa na komputerze albo ogląda mecz w telewizji. Ale nauczył się również, że kiedy ja jestem zestresowana, chcę i potrzebuję rozmowy.

Mężowie i żony powinni zrozumieć i zwracać uwagę na te komunikacyjne sprzeczności. Rozwinięcie odpowiednich strategii lepszej komunikacji może być bardzo satysfakcjonujące. Oczekiwanie od mężczyzn komunikowania się w ten sam sposób co kobieta jest całkowicie bez sensu.

Reagowanie z furią na wrodzoną męskość mężczyzn jest równie skuteczne jak wściekanie się na pogodę czy na istnienie Himalajów. Sensowniejsze wydaje nam się założenie płaszcza przeciwdeszczowego i porzucenie planów zrównania Mount Everestu z ziemią⁸.

Dr Anne Moir

⁸ Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 181.

Mężczyźni posługują się językiem działania

Przydatna okazała się dla nas wiedza o tym, że mężczyzna jest zaprojektowany tak, by przetwarzać „emocję na pomysł, który można bezpiecznie zrealizować”⁹. Wyższe poziomy testosteronu i wazopresyny u mężczyzny sprawiają, że reaguje on na stresory próbą rozwiązania problemu. Męski mózg i jego hormony zmuszają go do odpowiadania na emocje i sytuacje stresowe działaniem lub naprawianiem czegoś. Każą mu reagować agresywnie i działać, dominować i podejmować decyzje.

Doktor Anne Moir doskonale opisuje, w jaki sposób wpływa to na naturalny wybór drogi komunikacji męża z żoną: „Język mężczyzny wyraża się raczej w słowniku działania – wykonanie czegoś, wspólne zajęcia, wyrażanie uczuć poprzez podarunki, uprzejmość i fizyczną pomoc. Przytrzymanie otwartych drzwi albo niesienie zakupów to nie tylko społeczny obyczaj. To męski odpowiednik wyznania »zależy mi na tobie«”¹⁰.

Jeśli para nie rozumie tej dynamiki, może dochodzić do nieporozumień, podobnie jak przydarzyło się to naszym znajomym nowożeńcom.

Żona poskarżyła się mężowi, że ten nie okazuje jej uczucia. Jego odpowiedzią było zasadzenie dla niej kwiatów i skoszenie trawnika. Wciąż nie była zadowolona, więc pomalował salon.

I to nie pomogło, więc kupił bilety na mecz Denver Broncosów. Nie potrafił sobie wyobrazić lepszej randki niż wyjście na prawdziwy mecz futbolu amerykańskiego. Kiedy powiedział jej o biletach, wy-

⁹ Gurian, *What Could He Be Thinking...*, s. 93.

¹⁰ Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 193.

buchnęła płaczem. Oszupiał i zaczął się bronić. Wkrótce przyszli do nas pokłóceni.

Kiedy rozmawialiśmy, stało się jasne, że praca w ogrodzie i malowanie stanowiły jego próby okazania jej miłości. Bilety miały być ukończeniem jego wysiłków – najlepszą rzeczą, jaką mógł zaproponować najlepszej przyjaciółce, swojej żonie. Nie miała pojęcia, że jego działania były wyrazem miłości i troski; była po prostu sfrustrowana, gdy mąż nadal się nie domyślał, że powinien usiąść i ją wysłuchać.



Aby dowieść swojej miłości dla niej, wspiał się na najwyższą górę, przepłynął najgłębszy ocean i przemierzył najszerszą pustynię. Ale ona odeszła. Nigdy nie było go w domu¹¹.

Barbara i Allan Pease'owie

Na wcześniejszym etapie naszego małżeństwa doświadczaliśmy z Barb podobnych trudności. Kiedy Barb mówiła o wyzwaniach, jakie ją czekają, ja sądziłem, że dyktuje mi listę problemów, które mam rozwiązać. Im dłużej mówiła, tym bardziej czułem się nieswojo. Słuchanie jej przez dłuższy czas było nie tylko nienaturalne, ale i bolesne. Dlaczego? Mężczyźni po prostu nie są skonstruowani tak, by w niekończoność słuchać o czyichś problemach – jesteśmy po to, by coś z nimi robić.

¹¹ Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 157.

Kobietom służy język relacji

Choć to wspaniałe, że Walt nauczył się, jak ważne jest słuchanie i rozmowa ze mną, rozumiem też, że mój Stwórca zaprojektował to tak, bym szukała innych kobiet, z którymi mogę tworzyć emocjonalne więzi i relacje. Potrzebuję długich rozmów i sprawiają mi one przyjemność – tego Walt nie jest w stanie mi zapewnić.

Poczułam ulgę, zrozumiałwszy, że nie jestem przystosowany do spełniania wszystkich potrzeb emocjonalnych Barb. I mojej żonie, i mi pomoże, jeśli zawrze ona wartościowe i satysfakcjonujące relacje z innymi kobietami. Naukowcy odkryli, że małżonkowie czują się lepiej w małżeństwie, gdy żony uzupełniają deficyty rozmowy z mężami poprzez przyjaźnie z innymi kobietami¹².

To dlatego spędzanie czasu z innymi kobietami jest dla mnie takie ważne. Przyjaciółki są niezbędne dla zdrowia emocjonalnego.



Wydaje się nam zupełnie naturalne, że najbliższym przyjacielem większości kobiet jest inna kobieta, bo biologia kobiety ogromne znaczenie nadaje związkom między ludźmi, a podobieństwa się przyciągają¹³.

Dr Anne Moir

Barb i ja jesteśmy i przez trzydzieści siedem lat byliśmy najlepszymi przyjaciółmi. A jednak zawsze rozumiałem, że Barb z jakiegoś powodu potrzebuje przyjaciółek, z którymi może porozmawiać. Zauważyłem, że to zdrowe nie tylko dla niej, ale i dla naszego związku

¹² Zob. Janice M. Steil, *Marital Equality: Its Relationship to the Well-Being of Husbands and Wives*, Thousand Oaks 1997, s. 214.

¹³ Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 180–181.

i małżeństwa. Odkrywam, że niektórzy mężczyźni, którzy zgłaszają się do mnie po poradę, nie rozumieją tej podstawowej zasady, a dokładniej, że kobieta potrzebuje rozmowy z inną kobietą dla zdrowia emocjonalnego. Fakt ten nie zniechęcił mnie jednak do nauczania się, w jaki sposób rozmawiać i słuchać Barb, kiedy ona mnie potrzebuje.

Nakłaniałam Walta, by poświęcił więcej czasu na rozmowę ze mną i czułam się zachęcona, kiedy nauczył się wyrażać najgłębsze uczucia wobec mnie. Niemniej jednak o wiele bardziej owocne jest dla mnie zaakceptowanie naszych wyjątkowych projektów i poszukiwanie spełnienia swoich potrzeb w rozmowach z innymi kobietami. Kobieta, która próbuje zmienić projekt swojego męża, zwykle kończy z coraz większym poczuciem samotności, ponieważ on nie jest w stanie całkowicie zaspokoić jej emocjonalnej potrzeby dłuższych rozmów.

Bezpieczeństwo, zdrowie związku i rodziny mogą zależeć od rozwijania przez kobietę opartych na działaniu oksytocyny relacji z innymi kobietami (...), z którymi może ona pełniej doświadczać uczuć, co odciąży jej emocjonalną relację z partnerem¹⁴.

Michael Gurian

Czytanie między wierszami

Kobiety nie mówią tak dosłownie jak mężczyźni. Dla nich precyzyjne definicje są nieistotne – najważniejsze jest to, co czują. *Licentia poetica* i skłonność do wyolbrzymiania nierzadko występują w kobie-

¹⁴ Gurian, *What Could He Be Thinking?...*, s. 93.

cym repertuarze. Kobiety są tak naprawdę specjalistkami w mówieniu nie wprost – w rozmowach przeszyconych emocjami i znaczeniem.

Mowa nie wprost praktycznie nigdy nie stanowi problemu w rozmowie z drugą kobietą. Język ten zawiera takie sformułowania jak „tak jakby”, „jakieś”, „coś w rodzaju”, „czy mógłbyś”, „troszkę”, „zawsze” i „każdy” – i wiele innych. Kobiety instynktownie rozpoznają prawdziwe znaczenie tego typu wypowiedzi. Takie słowa budują porozumienie i relacje wśród kobiet. Dla mężczyzn mogą okazać się jednak zgubne.

Mężczyźni są o wiele bardziej bezpośredni, konkretni i w komunikacji werbalnej opierają się na faktach. Ponieważ mężczyźni zazwyczaj posiadają i używają tylko jednego ośrodka mowy, który jest na dodatek słabo połączony z ośrodkiem emocji, zwykle posługują się mniejszą ilością słów i krótszymi zdaniami. Mężczyźni rozumieją wypowiedzi dosłownie. „Mów, co myślisz, i myśl, co mówisz” to mantra, którą kieruje się większość facetów. Język ten prawie nigdy nie stanowi problemu w męskiej rozmowie. My używamy takich sformułowań jak „żaden”, „absolutnie”, „nigdy”, „czy zrobisz?” i „kiedy to zrobisz?”. Taki język może sprawiać problemy w rozmowie z kobietą.

CO KOBIETY MÓWIĄ, A CO MYŚLĄ

Mężczyźni, którzy szczerzą się tym, że mówią, co myślą, często są zdezorientowani i zadziwieni językiem kobiet. Żartobliwe spojrzenie na różnice między tym, co kobiety mówią, a tym, co naprawdę mają na myśli, prowadzi do następujących obserwacji:

- ♦ Kiedy kobieta mówi: „w porządku”, jest to jeden z najgroźniejszych komunikatów skierowanych w stronę mężczyzny. „W porządku” oznacza, że chce ona dobrze przemyśleć zemstę za cokolwiek, co zrobiłeś nie tak. W niedalekiej przyszłości znajdziesz się w poważnych tarapatach¹⁵.
- ♦ Kiedy kobieta mówi: „świetnie”, jest to słowo, którego używa, by zakończyć kłótnię, gdy jest przekonana, że ma rację i powinieneś się zamknąć.
- ♦ Kiedy kobieta mówi: „pięć minut” oznacza to „pół godziny”. Równa się to pięciu minutom, po których skończy się mecz i dopiero będziesz mógł wynieść śmieci, więc to uczciwy interes.
- ♦ Kiedy kobieta mówi: „nic”, oznacza to „coś”, a ty powinieneś zachować czujność. „Nic” jest zwykle używane w sytuacji, gdy kobieta ma ochotę cię udusić. „Nic” zazwyczaj oznacza kłótnię, która potrwa „pięć minut” i zakończy się słowem „świetnie”.

W jaki sposób ta walka komunikacji wprost i nie wprost rozgrywa się w naszym życiu? Oto przykład wzięty z naszego małżeństwa. We wtorkowe poranki wywozi się u nas śmieci. Przedstawiamy wam listę komunikatów, które mogłabym skierować do męża każdego poniedziałkowego wieczoru. Lista ta zawiera wypowiedzi nie wprost (używane i rozumiane przeze mnie) oraz wprost (używane i rozumiane przez Walta). Być może przywoła ci to na myśl rozmowy zasłyszane w twoim domu:

¹⁵ Na podstawie: *What Women Say and What They MEAN*, „Funny 2”, <http://www.funny2.com/women.htm> (dostęp 1 sierpnia 2007 r.).

- ♦ Czy zechciałbyś dziś wieczorem wynieść śmieci?
- ♦ Czy nie lepiej byłoby wynieść śmieci dziś wieczorem?
- ♦ Czy nie uważasz, że śmieci powinny być wyniesione dzisiaj?
- ♦ Czy wyniosłbyś śmieci?
- ♦ Wyniesiesz śmieci?
- ♦ Wynieś te śmieci, w tej chwili!

Walt byłby w stanie odpowiedzieć „tak” na każde z trzech pierwszych pytań i nadal nie ruszyć się z miejsca, żeby wynieść śmieci – choć zwykle z chęcią wyświadcza mi tę przysługę.

Kiedy Barb zadaje mi pytanie: „Czy mógłbyś wynieść śmieci?”, zwykle rozumiem jej wypowiedź dosłownie. Oczywiście, że mogę wynieść śmieci. Mam tyle siły. Wiem, jak to zrobić. A zatem moja twierdząca odpowiedź na jej pytanie nie oznacza tego samego, co ma na myśli ona.

Mam do wyboru wściec się, zdenerwować, zacząć zrządzić albo posługiwać się komunikatami, dzięki którym on zrozumie, o co mi chodzi. Dla mnie najprostszym sposobem jest konstruowanie bardziej bezpośrednich wypowiedzi.

Przerzucanie mostu nad przepaścią komunikacyjną krok po kroku

Dobra wiadomość dla mężczyzn jest taka, że kobieta zwykle nie oczekuje od nas, byśmy odpowiadali na jej potrzebę mówienia w inny sposób niż przez wysłuchanie. Kiedy kończy mówić, czuje się lepiej – ze światem, ze swoimi problemami, ze sobą i z tobą! Możecie za-

pytać: „Skąd mam wiedzieć, czy prosi mnie o pomoc, czy mam po prostu słuchać?”. Cóż, daj z siebie wszystko. Bądź bezpośredni! Zapytaj ją! Kiedy zaczyna wylewać na ciebie wszystkie swoje żale, zapytaj: „Kochanie, chcesz, żebym cię wysłuchał, czy coś ci doradził?”. Ona z przyjemnością odpowie ci na pytanie!

Drogie żony, pamiętajcie, że wasi mężowie najlepiej rozumieją bezpośrednie komunikaty. Czasami mówię Waltowi: „Chcę, żebyś mnie wysłuchał, tak jak robią to Jennifer, Marian, Kathleen albo Penny”.

Nawet ja jestem w stanie to pojąć!

Kiedy pracuję w gabinecie, Barb po prostu oznajmia mi, kiedy chce porozmawiać i jak długo. Mówi coś w stylu: „Hej, kochanie, czy mógłbyś zrobić sobie jakieś pół godzinki przerwy?”. To genialne z jej strony. Podanie mi czasu, miejsca i planu pasuje do projektu mojego mózgu i sprawia, że czuję się doceniany. Ponieważ mój umysł ma skłonność do systematyzacji i kategoryzacji, a najlepiej radzi sobie z jedną rzeczą naraz, pierwszym krokiem do sukcesu w rozmowie z mężczyzną jest 3 x BEZ – bez aluzji, bez ceregieli, bez ogródek!

Czasami pomagam Waltowi mnie wysłuchać. Mój sekret? To bardzo proste:

- ♦ *Umawiajcie się. Ja przy śniadaniu pytam na przykład: „Kochanie, czy dziś po obiedzie moglibyśmy porozmawiać o planach na wakacje?”.*
- ♦ *Podaj mu plan. Na przykład: „Chciałabym ustalić termin naprawy naszego samochodu”.*
- ♦ *Daj mu znać, ile potrwa rozmowa. „Czy byłbyś w stanie zrobić sobie dziesięciominutową przerwę na pogawędkę?”.*
- ♦ *Daj mu do zrozumienia, czy oczekujesz rozwiązania problemu, czy chcesz, by po prostu cię wysłuchał.*

- ♦ *Upewnij się, że wokół nie ma innych sygnałów dźwiękowych (żadnych dzieci, telewizji czy radia).*

Jeśli chcesz porozumieć się z mężem, nie przerywaj mu, kiedy mówi. Wiele kobiet nie zdaje sobie z tego sprawy, ale mężczyzna przerywa drugiemu mężczyźnie tylko wtedy, gdy rywalizują lub są agresywni.

Kobietom może to sprawiać trudność, ponieważ kiedy rozmawiamy z przyjaciółkami, poruszamy jednocześnie kilka wątków. Takie zachowanie pobudza nasze umysły, przyczynia się do nawiązywania przyjaźni i umacnia nasze relacje. Aktywne uczestnictwo w dyskusji stanowi dla innych kobiet sygnał, że lubię je i akceptuję. To n i e działa, kiedy rozmawiam z Waltem. Wśród kobiet posługuję się kobiecym językiem; przy Walcie nauczyłam się mówić jego językiem.

I wreszcie, kobiety powinny zrozumieć, że kiedy mężczyzna nie mówi, niekoniecznie jest to oznaka czegoś złego. Dobra wiadomość dla kobiet jest taka, że kiedy mężczyzna milczy, zazwyczaj między wami wszystko jest dobrze. Pozwalanie mu na te chwile ciszy może wzmocnić wasze relacje. Kiedy będzie gotów, zacznie mówić.

Gdy zaczęliśmy z Barb rozumieć różnice między naszymi mózgami, nauczyliśmy się, jak skuteczniej się komunikować. Odkryliśmy, czego każde z nas potrzebuje i jak sprostać tym potrzebom. Nauczyliśmy się doceniać i pokonywać przeszkody w naszych wyjątkowych metodach komunikacji. Ponieważ pracowaliśmy nad tym jako para małżonków, problemy komunikacyjne, które osłabiają tak wiele związków tak naprawdę pomogły nam umocnić nasze małżeństwo.

Zdrowa komunikacja i udane życie seksualne to podstawy każdego dobrego małżeństwa. Przyjrzeliliśmy się różnym sposobom komunikacji; przejdźmy teraz do związków między seksem a mózgiem.



Część III

Jej mózg, jego mózg

Wpływ na relacje



Rozdział 7

Seks w wielkim mózgu

Jaki narząd jest w największym stopniu odpowiedzialny za seks? Możesz mi wierzyć albo nie, ale to twój mózg!

Pewnie nie zdziwi cię fakt, że to zwykle kobiety udzielały poprawnej odpowiedzi. Jak myślisz, co odpowiadali mężczyźni? No, właśnie!

Mózg jest naprawdę najbardziej seksownym organem ze wszystkich. To tutaj swój początek biorą popęd płciowy i pragnienia seksualne. Męski ośrodek odpowiedzialny za seks zlokalizowany w układzie limbicznym, zwłaszcza w podwzgórzu, jest o wiele większy niż u kobiet i wrażliwszy na działanie testosteronu. Biorąc pod uwagę rozmiar podwzgórza oraz fakt, że mężczyźni posiadają piętnaście do dwudziestu razy więcej testosteronu we krwi, który wzmacnia ich popęd płciowy, nic dziwnego, że mężczyźni tak często mają ochotę na seks. Kobiety mają niższy poziom testosteronu i mniejsze podwzgórze, a więc ich popęd zazwyczaj nie jest tak silny jak u mężczyzn.

Te podstawowe różnice w budowie biologicznej to tylko początek wielu, wielu różnic w funkcjonowaniu naszych mózgów w obszarze zachowań seksualnych:

- ♦ Mężczyźni są bardziej ukierunkowani na fizyczność; kobiety na uczucia i relacje.
- ♦ Mężczyzn pobudzają obrazy; kobiety uczucia, zapach, dotyk i słowa.
- ♦ Mężczyźni są w stanie zainicjować współżycie kiedykolwiek i gdziekolwiek; kobiety rzadziej inicjują współżycie.
- ♦ Mężczyźni szybciej są gotowi do współżycia i trudno ich rozprościć podczas uprawiania seksu; kobiety reagują wolniej i łatwiej je zdekoncentrować.
- ♦ Mężczyźni potrzebują orgazmu, by poczuć seksualne spełnienie; kobiety nie.
- ♦ Męski orgazm jest krótki, intensywny, ukierunkowany na fizyczność i pojedynczy; orgazm kobiecy jest dłuższy, jeszcze bardziej intensywny, ukierunkowany na emocje, a także (przynajmniej potencjalnie) wielokrotny.

Pomimo tych skrajnych różnic, seks jest konieczny i bardzo pożądaný w każdym zdrowym małżeństwie. Jeśli życie seksualne jest zdrowe, małżonkowie mają możliwość dawania i uzyskiwania fizycznej przyjemności, a także czerpania korzyści z niezbędnego złączenia emocjonalnego i duchowego. Seks może wzmocnić lub osłabić wzajemną bliskość i poczucie jedności. Kiedy jednak różnice te nie są respektowane, a potrzeby seksualne nie ulegają zaspokojeniu, może to prowadzić do poważnego konfliktu w małżeństwie. Krótko mówiąc, seks jest jak silny węzeł, który może się zacisnąć lub zerwać; może

on stanowić „być albo nie być związku małżeńskiego”¹, zwłaszcza jeśli mężczyźni i kobiety nie rozumieją sposobu, w jaki zaprojektowane są nasze mózgi. Doktor Willard Harley zauważa, że: „Statystyczna żona nie rozumie potrzeb seksualnych męża, tak jak mąż nie rozumie potrzeby czułości swojej żony”².

Mężczyźni są jak mikrofalówki, kobiety jak garnki ceramiczne

Męski popęd płciowy może uruchomić się niemal w jednej chwili. To jak gotowanie w mikrofalówce: naciskasz prawy guzik i w ciągu kilku sekund posiłek jest ciepły, parujący i gotowy.

Kobięcy popęd jest nieco inny. Ogromna ilość połączeń między jej układem limbicznym, emocjami i ośrodkami mowy, plus wrażliwość na dotyk, słuch i węch, sprawiają, że rozgrzewa się ona niczym garnek ceramiczny. Może i trwa to dłużej, ale kiedy osiągnie właściwą temperaturę, może gotować całkiem długo!

U mężczyzny wystarczy dodać obraz lub myśl do zawsze czujnego testosteronu i już jest „gotowy do akcji”. Od początku współżycia do orgazmu średni czas zdrowego mężczyzny wynosi dwie i pół minuty. Dla zdrowej kobiety to trzynaście minut³.

Kobięcy popęd bierze się z ogromnej ilości czynników emocjonalnych, w tym – ale nie tylko – bliskości, zaufania, poczucia bez-

¹ *Marriage Enrichment: Conflict Resolution*, „North Carolina State University”, www.ces.ncsu.edu/depts/fcs/human/pubs/fcs-466-4.pdf (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

² Harley, *I żyli długo...*, s. 60.

³ Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 229.

pieczeństwa w danym miejscu, odpowiedniego dotyku, przyjemnego zapachu, właściwych słów, a wszystko to prowadzi do produkcji hormonów płciowych. Jej mózg i hormony przygotowują ją do rozmowy, przytulania, opiekowania się i nawiązywania relacji. Projekt ten sprawia, że na popęd kobiety kolosalny wpływ mogą mieć nie tylko wydarzenia minionego dnia, ale także zachowania i postawy wobec niej, których doświadczyła w ciągu ostatnich kilku godzin, dni, tygodni czy miesięcy.



Kobiety są zaprogramowane do reakcji na zapach, słuch i dotyk. Pragniemy mężczyzny, który będzie mówił czule, dotykał nas powoli i pachniał seksownie. Chcemy być dotykane czule i delikatnie, jednocześnie słysząc te „czule słówka”, które nasz mężczyzna szepcze nam do ucha.

Barb Larimore

Jej mózg potrzebuje czasu i rozmowy przed, w trakcie, a także po współżyciu. Dzieje się tak dlatego, że słowa odgrywają bardzo istotną rolę w jej mózgu. Przetwarzanie języka jest silnie połączone z ośrodkami emocji i popędu płciowego. Dla niej seks wymaga zaaranżowania z wyprzedzeniem, przygotowania i odpowiedniej atmosfery – zarówno pod względem fizycznym, jak i emocjonalnym. Mężczyzna, który zrozumie jej potrzebę wrażliwego podejścia do seksu w bezpiecznym i cichym otoczeniu, a także stara się spełnić owe wymagania, zostanie za to sowiec wynagrodzony.

Podczas gdy ona potrzebuje werbalnego zapewnienia o zainteresowaniu i bezpieczeństwie, zanim dojdzie do współżycia, jemu nie zależy na dłuższej dyskusji. Jego mózg jest właściwie tak przystosowany

do kategoryzacji, że kiedy rozpoczyna współżycie, mówi niewiele albo wcale. To milczenie podczas seksu może wywołać u kobiety wrażenie, że jej mąż nie jest zainteresowany nią, tylko seksem. Tak naprawdę interesuje się i tym, i tym. Podczas współżycia mężczyzna wykorzystuje głównie prawą półkulę mózgu. Funkcjonalne metody obrazowania wykazały, że podczas uprawiania seksu (tak, ktoś naprawdę to badał) „[mężczyzna] jest tak skupiony na tym, co robi, iż praktycznie staje się głuchy”⁴. Nic dziwnego, że się nie odzywa!

Mężczyzna jest za to w stanie zareagować na pewne informacje zwrotne, które słyszy od kobiety: „O, tak, dobrze”, „Trochę wolniej” czy po prostu „Oooch” i „Aaach”. Ale jeśli spróbujesz nawiązać z nim dyskusję podczas seksu, będzie on musiał przełączyć się z prawej półkuli do ośrodka mowy w lewej półkuli mózgu – to jak dachowanie samochodu rajdowego. Kobieta z powodzeniem może równocześnie kochać się i mówić, ale mężczyzna tego nie potrafi.

Choć mężczyzna może niemal ogłuchnąć podczas seksu, z kobietą jest zupełnie inaczej. Podczas współżycia jest ona w stanie przetwarzać wiele sygnałów dźwiękowych z otoczenia. Podczas gdy mężczyzna może się kochać gdziekolwiek – w pomieszczeniu o cienkich ścianach, na dworze, w pokoju z otwartymi lub niezaryglowanymi drzwiami – większość kobiet po prostu nie czuje się bezpiecznie w takim środowisku. A jeśli kobieta nie czuje się bezpieczna, będzie miała problem z reakcjami seksualnymi.

Jim, kolejny mąż, który poprosił mnie o poradę, nauczył się tej ważnej zasady podczas miesiąca miodowego. Po powrocie do domu powiedział mi: „Chociaż mieliśmy prywatny apartament, a drzwi na korytarz były zamknięte na klucz, ona nie była w stanie się kochać,

⁴ Tamże, s. 240.

dopóki nie zamknąłem drzwi prowadzących z łazienki do prywatnego salonu. Nawet drzwi z sypialni do łazienki musiały być zamknięte!”. Właśnie tak wygląda chemia kobiecego mózgu w akcji!

ON JEST WKURZONY, ONA ZASYPIA

Dla mężczyzny seks może stanowić formę relaksu.

Dla kobiety, która jest zestresowana i zmęczona jak pies po ośmiogodzinnym dniu pracy, bieganiu za dziećmi albo załatwianiu różnych spraw, pora pójścia do łóżka oznacza czas na odpoczynek – sen.

On jest „zwarty i gotowy”!

Ona jest gotowa do snu.

On rusza do akcji.

Ona nie jest w nastroju.

On narzeka, że ona jest nieczuła i go nie kocha – albo gorzej.

Ona uważa, że on jest pozbawiony wrażliwości i jej nie kocha – albo gorzej.

On jest wkurzony i blokuje się emocjonalnie.

Ona zasypia.

Mężczyźni reagują na to, co widzą, kobiety reagują na to, co czują. Kiedy żona każe mężowi nie zauważać kształtów, krągłości i długości nóg ładnej kobiety, to tak jakby kazała mu przestać oddychać. Jego mózg jest na różne sposoby zaprojektowany do reagowania na kształty atrakcyjnej kobiety, w taki sam sposób, jak reaguje on na widok wypasionego komputera, odpicowanego samochodu czy luksusowej plazmy.

Kiedy żona widzi, jak jej facet ogląda się za inną kobietą, która uwodzicielsko kroczy chodnikiem, zwykle zaczyna źle myśleć o sobie (*Nigdy nie będę tak wyglądać. Ona jest o wiele ładniejsza ode mnie!*) albo o swoim mężu (*Ty gnojku, wolisz ją ode mnie?*). A prawda jest taka, że każda piękna kobieta przyciągnie uwagę mężczyzny.

Jeśli zwrócę uwagę na jakąś kobietę na ulicy, odwracam się do Barb i mówię: „Ona nie dorasta ci do pięt, kochanie”.

*Kiedy Walt to mówi, czuję się bezpieczna w naszym związku i od razu pozbywam się poczucia zagrożenia. Odpowiadam mu: „Doce-
niam, że nie oglądasz się za innymi publicznie”.*

Tak naprawdę mężczyzn pobudza i podnieca to, co widzą – szczególnie nagość kobiety. To jeden z powodów, dla których siedemdziesiąt sześć procent mężczyzn pragnie się kochać przy zapalonym świetle (dotyczy to tylko trzydziestu sześciu procent kobiet)⁵. Dla jej własnego dobra, kobieta powinna dawać mu dużo okazji do oglądania jej nago, by obrazy, które wryją mu się w ciało migdałowate i hipokamp, stanowiły tylko jej podobizny.

Kobieta, przeciwnie, zazwyczaj nie czuje się pobudzona widokiem nagości swojego męża. Nie chodzi o to, że nie chce go oglądać, ale droga do jej serca wiedzie przez uczucia, a nie przez obrazy. Podniecają ją czułe słówka i romantyzm. Dlatego kobiety „wolą uprawiać miłość przy zgaszonym świetle lub z zamkniętymi oczami, ponieważ to bardziej odpowiada ich doskonale nastrojonemu wyposażeniu zmysłowemu”⁶.

Skok oksytocynowy, który pojawia się u kobiety po seksie, czyni ją wrażliwą na przytulenie, czułości, szept, delikatne pieszczoty i rozmowę. Mężczyzna, który w ten sposób obdarowuje swoją żonę, spra-

⁵ Zob. tamże, s. 246.

⁶ Tamże.

wia, że inne substancje chemiczne po prostu zalewają jej mózg – dopamina zapewnia jej poczucie dobrostanu, fenyletyloamina (PEA) i endorfiny wzmagają jej uczucie do partnera, a serotonina stwarza poczucie emocjonalnej stabilizacji⁷. Dla wielu kobiet uczucia bliskości, ciepła, bezpieczeństwa i przywiązania są równie satysfakcjonujące jak orgazm.

Uprawiać seks czy kochać się: wszystko jedno?

Nawet sposób myślenia o seksie jest inny u mężczyzn i inny u kobiet. Kiedy mąż myśli o seksie ze swoją żoną, jego fantazje zwykle nie zawierają „trudnych relacji, zawiłych uczuć, skomplikowanej fabuły, flirtu, zalotów ani rozbudowanej gry wstępnej”⁸. Wyobraża sobie on jedynie sam akt seksualny.

Zatem mężczyźni w większości mogą zarówno uprawiać seks, jak i się kochać. Obie te formy zapewnią mu orgazm.

Większość kobiet woli jednak „kochać się” niż „uprawiać seks”. Kochając się, kobieta czuje się kochana, a kochanie i bycie kochanym uruchamia u niej orgazmiczny skok substancji chemicznych, który sprawia, że kobieta kocha się kochać.

Mężczyzna nie musi jednak kochać się kochać. Czy zdaje sobie z tego sprawę, czy nie, czasami chce po prostu seksu, by uwolnić się

⁷ Zob. tamże, s. 255.

⁸ Bruce J. Ellis, Donald Symons, *Sex Differences in Sexual Fantasy: An Evolutionary Psychological Approach*, w: *Human Nature: A Critical Reader*, red. L. Betzig, Nowy Jork 1997, s. 544.

od napięcia. Jego mózg reaguje na stres i emocje fizycznie (w przeciwieństwie do kobiet, które reagują emocjonalnie lub werbalnie). Mężczyźni, którzy zmagają się z jakimś problemem lub rozterką często odkrywają, że seks przynosi ulgę w napięciu.

W takim wypadku żona może poczuć się zrażona do seksu – zwłaszcza jeśli brakuje gry wstępnej. Czasami jednak twoja zgoda na seks to dokładnie to, czego on potrzebuje, by rozpracować swój problem.



Istnieje kilka męskich problemów, których nie rozwiąże najwspanialszy seks⁹.

Barbara i Allan Pease'owie

Niezależnie od przyczyny, większość mężczyzn myśli o seksie o wiele częściej niż ich żony. Tak naprawdę, prawie trzy razy więcej mężczyzn niż kobiet myśli o seksie przynajmniej raz na pół godziny¹⁰. Jedno z krajowych badań wykazało, że siedemdziesiąt procent mężczyzn myśli o seksie codziennie, co stanowi dwukrotność trzydziestu czterech procent kobiet. Ponadto czterdzieści trzy procent mężczyzn myśli o seksie kilka razy dziennie, a zaledwie trzynaście procent kobiet robi to równie często¹¹. Inne badania wykazały, że dziewiętna-

⁹ Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 239.

¹⁰ Zob. tamże, s. 220.

¹¹ Zob. Gary Langer, Cheryl Arndt, Dalia Sussman, *Primetime Live Poll: American Sex Survey: A Peek beneath the Sheets*, opublikowane 21 października 2004 r., „ABC News”, <http://abcnews.go.com/Primetime/News/story?id=156921&page=1> (dostęp 21 lipca 2007 r.).

ście procent kobiet myśli o seksie codziennie lub kilka razy dziennie – a czternaście procent kobiet robi to raz na miesiąc¹².

Powiedz facetowi, że sześćdziesiąt siedem procent kobiet myśli o seksie tylko kilka razy w miesiącu (albo co najwyżej kilka razy tygodniowo), a on spojrzysz na ciebie, jakby wyrosła ci trzecia ręka – dla niego takie statystyki są nie do pomyślenia!

Kobiety pragną dużo seksu z mężczyzną, którego kochają, natomiast mężczyźni chcą dużo seksu¹³.

Dr Glen Wilson

By poczuć ochotę na seks, mężczyźnie wystarczy wrócić do domu i spojrzeć na żonę. Za to kiedy kobieta myśli o seksie ze swoim mężem, jej głowa pełna jest „szczegółów dotyczących partnera i otoczenia”¹⁴. Ważne jest, by mężowie i żony nauczyli się komunikować sobie nawzajem swoje potrzeby i oczekiwania związane z seksem i kochaniem się.

Kiedy mężczyzna każe kobiecie podniecać się w takim sam sposób, jak on to robi, czyli w reakcji na obrazy i myśli, to tak jakby oczekiwał, że wyrzeknie się ona swojego projektu i natury. My, żony, możemy podać swoim mężom przepis na nieziemskie życie seksualne – ale muszą oni zechcieć uzbroić się w cierpliwość, by przygotować posiłek, nakryć

¹² Zob. *Frequently Asked Sexual Questions*, „Indiana University”, <http://www.indiana.edu/~kinsey/resources/FAQ.html> (dostęp 1 sierpnia 2007 r.).

¹³ Cyt. za: Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 190.

¹⁴ David C. Geary, *Male, Female: The Evolution of Human Sex Differences*, Washington 1998, s. 146.

do stołu, zapalić świece i delektować się kilkoma daniami! Kiedy facet próbuje przeskoczyć od razu do deseru, prawdopodobnie obejdzie się smakiem.

Mężczyźni czerpią przyjemność z seksu, kobiety z bliskości

Jeśli twoja żona nie dąży do współżycia z taką samą intensywnością jak ty, nie oznacza to, że nie jest w ogóle zainteresowana bliskością. Według jednego z badań siedem na dziesięć kobiet myśli o swojej relacji z mężem, a także o tym, jak jej mąż ją postrzega, z częstotliwością opisywaną określeniami z zakresu pomiędzy „od czasu do czasu” do „prawie zawsze”¹⁵. Podczas gdy on często myśli o seksie, ona często myśli o byciu pożądaną. Ponad osiem na dziesięć żon twierdzi, że wołałyby pragnąć seksu tak często jak ich mężowie¹⁶.

Ponieważ w jej mózgu znajduje się mniej „hormonów determinujących popęd” niż w jego mózgu, zazwyczaj czuje ona mniejszy przymus dążenia do współżycia. Theresa Crenshaw uważa, że „agresywny popęd seksualny nie jest wzbudzany tylko przez testosteron, jak myśli większość ludzi, lecz również przez wazopresynę, DHEA, serotoninę, dopaminę i LHRH. Kwestia receptywnego popędu seksualnego (...) była dotąd zupełnie pomijana. Receptywne pragnienie niekoniecznie oznacza pasywność, lecz raczej bycie otwartym, chętnym, choć bez inicjatywy, by starać się o seks”¹⁷.

¹⁵ Feldhahn, *Tylko dla mężczyzn...*, s. 30.

¹⁶ Zob. tamże, s. 137.

¹⁷ Cyt. za: tamże, s. 135.

Kobieta zazwyczaj nie myśli, żeby zabiegać o seks, co nie znaczy, że go nie chce albo nie będzie się nim cieszyła, gdy już się przytrafi¹⁸.

Jeff i Shaunti Feldhahnowie

Faceci powinni to wiedzieć, zwłaszcza jeśli ich żony czytają romanse (jedna na trzy kobiety w Stanach gustuje w tego typu powieściach). Większość facetów, z którymi rozmawiam, nie ma pojęcia, że romanse stanowią czterdzieści procent całości sprzedaży na rynku wydawniczym¹⁹. Dla tych z was, którzy nie czytali ostatnio (albo nigdy!) żadnego romansu: przepis na bestseller nie zmienił się od dziesięcioleci – historie te opowiadają o bliskości, uczuciu i związkach: „Ciągłe miłość. Przez cały czas. Zdobywanie miłości, podtrzymywanie miłości, uprawianie miłości”²⁰.

ALFABET BEZ A (I KILKU INNYCH LITER)

Jak zachęcić żonę do seksu? Oto lista przygotowana na podstawie fragmentu książki Barbary i Allana Pease’ów²¹:

brać w ramiona, bronić, czarować, chronić, czulić się, dbać, dzwonić, fascynować, gładzić, idealizować, ignorować zbyt pulchne fragmenty, karmić, koić, komplementować, łągo-

¹⁸ Tamże, s. 133.

¹⁹ Zob. Karlyn Bowman, *Poll Pourri: Love Sweet Love*, „Women’s Quarterly” (zima), s. 13.

²⁰ Ross D. Parke, Douglas B. Sawin, *The Father’s Role in Infancy: A Re-evaluation*, „Family Coordinator” 25, nr 4 (1976), s. 365–371.

²¹ Na podstawie: Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 238.

dzić, marzyć o niej, masować, muskać, naprawiać różne rzeczy, obejmować, oddawać cześć, pieścić, pobudzać, pocieszać, podniecać, podkreślać swoją wartość, przewidywać, przytulać, psuć, rozkoszować się, rozpieszczać, smakować, spełniać zachcianki, ściskać, śpiewać serenady, troszczyć się, ubierać, ufać, umierać dla niej, uświęcać, utwierdzać, wspierać, współczuć, współdziałać, wtulać się, wybaczać, wychwalać, wyświadczać przysługi, zabawiać, zwodzić, żartować.

A jak zachęcić męża do seksu?

Przyjdź do niego nago – z pizzą (żartuję, pizza nie jest konieczna!).

Kobiety zwykle odczuwają o wiele więcej emocji w związku ze zbliżeniem seksualnym niż mężczyźni, ale jest taka chwila, kiedy to mężczyzna staje się uczuciowy w stosunku do żony – i następuje to po seksie. Jest to związane z obecnością oksytocyny – hormonu przytulania, którego kobiety potrzebują p r z e d seksem. Okazuje się, że u mężczyzny najwyższy poziom oksytocyny pojawia się po seksie. Peasowie piszą, że „po upojnym stosunku ujawnia się u niego łagodniejsza, kobieca strona. Słyszy śpiew ptaków, zachwycają go barwy liści, czuje zapach kwiatów i wzruszają go słowa piosenki. Przed seksem zauważył ptaki tylko dlatego, że zabrudziły karoserię samochodu. Tymczasem powinien zrozumieć, że kobieta pragnie zobaczyć właśnie tę jego stronę »po stosunku« i uważa ją za niezwykle pociągającą”²².

²² Tamże, s. 237.

Żona woli dostrzegać tę stronę swojego męża przed współżyciem. Oglądanie go takim pomaga jej wejść w nastrój do kochania się. A im więcej pracują z mężem nad udanym współżyciem, tym częściej będzie ona doświadczać jej drugiej strony.

Smutne jest to, że wiele romansów ma początek w braku czułości i okazywania uczuć (w przypadku kobiet) i braku seksu (w przypadku mężczyzn). To błędne koło: ona nie otrzymuje wystarczająco wiele czułości, więc nie pozwala na seks, on nie dostaje seksu, więc ostatnią rzeczą, na jaką ma ochotę, jest okazywanie uczuć²³.

Dr Willard F. Harley

Jednocześnie mężczyzna musi opanować sztukę właściwego podejścia i zaspokajania seksualnego projektu swojej żony. Niespieszne zaloty po prostu nie leżą w naturze większości facetów. Wielu z nas nie ma pojęcia, że nasze żony są zaprogramowane, by czuć potrzebę „uwagi, pochwał, rozpieszczania i mnóstwa czasu”²⁴, i w taki właśnie sposób podgrzewają się ich garnki!

Tak naprawdę kobiety uwielbiają się przytulać. W większości krajów i kultur kobiety przytulają i uwielbiają być przytulane²⁵. Przytulamy się; przytulamy swoje dzieci; przytulamy dzieci znajomych; tulimy się do zwierząt, krewnych, a nawet maskotek. Przytulanie, ściskanie, słyszenie (słuchanie) i kręcenie się wokół nich to według kobiet najlepsze sposoby na okazywanie im uczucia przez mężczyzn. Uczucie przebywa

²³ Harley, *I żyli długo i szczęśliwie...*, s. 54

²⁴ Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 237.

²⁵ Zob. Harley, *I żyli długo...*, s. 46.

daleką drogę, by sprostać jej pragnieniu bliskości. Kiedy Walt poświęca czas na obsypywanie mnie tymi darami, inwestuje wtedy w moje emocjonalne konto oszczędnościowe.

Kiedy mężczyzna mówi, że nie jest „typem wrażliwca” albo nie lubi poświęcać czasu na przytulanie, ściskanie i wysłuchiwanie swojej żony, ale naciska, by spełniała ona jego potrzeby seksualne, pojawia się problem. Prawdopodobnie zniechęci się do swojej żony i ani jego, ani jej potrzeby nie zostaną spełnione. Doktor Willard Harley pisze, że „jeżeli chodzi o seks i czułość, to nie można mieć jednego bez drugiego”²⁶.

Prawie wszyscy mężczyźni potrzebują wskazówek, w jaki sposób stać się bardziej uczuciowym. W większości małżeństw najlepszymi instruktorkami są żony – przynajmniej jeśli mamy do nich właściwe podejście. Dla mnie oznaczało to tłumaczenie Barb, że bardzo ją kocham, i przyznawanie się, jak wiele razy nie zdołałem wyrazić mojego głębokiego uczucia i troski o nią. Wtedy musiałem po prostu poprosić ją, by nauczyła mnie, jak mam wyznawać jej miłość. Oto kilka prostych rzeczy, które poleciła mi robić:

- ♦ *Przytulaj mnie codziennie.*
- ♦ *Całuj mnie czule i mów mi, że mnie kochasz.*
- ♦ *Zadzwoń, jeśli jesteś w stanie oderwać się od codziennych zajęć, by zapytać, co u mnie.*
- ♦ *Módl się codziennie o łaski dla mnie (i módl się ze mną codziennie).*
- ♦ *Wyrażaj swoje uczucie do mnie, oczywiście w przyzwoity sposób, przed naszymi dziećmi.*

²⁶ Tamże, s. 48.

- ♦ *Podziel się ze mną najlepszymi i najgorszymi momentami dnia, abym nazajutrz wiedziała, o co się dla ciebie modlić.*
- ♦ *Spaceruj ze mną po ogrodzie, trzymając mnie za rękę.*
- ♦ *Oglądaj ze mną zachody słońca.*
- ♦ *Kochaj i spędzaj czas z naszymi dziećmi.*
- ♦ *Zjedz z nami obiad – nieważne, jak bardzo jesteś zajęty.*

Bestia potrzebuje Pięknej

Szukając partnerki na całe życie, mężczyźni szczególnie zwracają uwagę na wygląd kobiety – na jej urodę. Mało tego, mózg przeciętnego mężczyzny jest pobudzany seksualnie przez bodźce wzrokowe i skonstruowany do doświadczania różnorodności. Choć większość kobiet wie, że mężczyzn podniecają seksowne wdzianka i bielizna, nie mają pojęcia, jakie to u nich silne.

Kiedy każemy mężczyźnie nie zwracać uwagi na oznaki urody, młodości i zdrowia, to tak jakbyśmy kazali mu nie czuć, że cukier jest słodki²⁷.

Dr David M. Buss

Wykorzystując funkcjonalny rezonans magnetyczny, naukowcy zbadali mózgi młodych mężczyzn podczas oglądania zdjęć pięknych

²⁷ David M. Buss, *The Evolution of Desire*, Nowy Jork 1994, s. 71.

kobiet. Odkryli, że kobieca uroda oddziałuje na męski mózg na bardzo pierwotnym poziomie – tego samego doświadcza głodna osoba po spożyciu dobrego posiłku albo narkoman po dawce narkotyku²⁸. Jeden z naukowców stwierdził, że „to kwestia obwodów mózgowych. To nie odruch warunkowy”. Inny doszedł do wniosku, że „mężczyźni najwyraźniej nie potrafią nic poradzić na przyjemne odczucia [podczas patrzenia na piękno]”²⁹.

Jako żona chcę być jedyną kobietą, która zapewni Waltowi różnorodność, do której zaprojektowany jest jego mózg. Nie chcę, żeby wodził wzrokiem gdzieś indziej!

Barbara i Allan Pease'owie przytaczają historię o działach z bielizną w centrach handlowych, które przed Bożym Narodzeniem oblegane są przez zawstydzonych mężczyzn włóczących się między regałami w poszukiwaniu seksownych podarków dla żon. Poczynili następującą obserwację:

W styczniu kobiety stoją w kolejce do działu zwrotów w tym samym domu towarowym. „To nie dla mnie – powtarzają. – On chce, żebym się ubierała jak ładacznica!” Natomiast ładacznica to zawodowa sprzedawczyni seksu, która zbadała potrzeby rynku i jest gotowa do zawarcia transakcji. Pewne badania amerykańskie wykazały, że kobiety, które noszą erotyczną bieliznę, mają na ogół wierniejszych partnerów niż kobiety, które wolą bieliznę w kwiatki³⁰.

²⁸ Zob. John Stossel, *Lookism: The Ugly Truth about Beauty. Like It or Not, Looks Do Matter*, opublikowane 23 sierpnia 2002 r., „ABC News”, <http://abcnews.go.com/2020/story?id=123853> (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

²⁹ Cyt. za: Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 59.

³⁰ Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 229.

Jako żona Walta chcę wyglądać dobrze, nie tylko dlatego, że wtedy czuję się lepiej ze sobą, ale dlatego, że wiem, jakie to dla Walta ważne. Posiadanie atrakcyjnej partnerki jest jedną z najbardziej podstawowych potrzeb mężczyzny, a ja chcę, by Walt nadal uważał mnie za atrakcyjną.

Rozsądna żona dba o swój wygląd. Doktor Willard Harley podaje dwa powody, dla których jest to istotne:

1. Kiedy ona dobrze wygląda, on dobrze się czuje. (...) większość mężczyzn ma potrzebę, aby ich żony wyglądały atrakcyjnie. Panowie doceniają piękno³¹.
2. Zaspokajamy potrzebę emocjonalną [męża] za pomocą swojej aparycji (...). Często atrakcyjność fizyczna kobiety jest istotnym czynnikiem udanego małżeństwa, a każda żona, która z jakiegokolwiek powodu to lekceważy, naraża związek na porażkę³².

Piękna potrzebuje historii miłosnej

Dla większości kobiet uczucie i miłość romantyczna to spoiwo małżeństwa. Uczucie i miłość romantyczna symbolizują bezpieczeństwo, ochronę, pociechę i akceptację – wszystko to jest dla kobiety konieczne.

Doktor Harley zauważa, że „Kiedy mąż okazuje żonie czułość, wysyła następujące komunikaty:

³¹ Harley, *I żyli długo i szczęśliwie...*, s. 148.

³² Tamże, s. 156, 158.

- ♦ zależy mi na tobie;
- ♦ jesteś dla mnie ważna i nie chcę, aby cokolwiek ci się stało;
- ♦ twoje problemy są dla mnie ważne i pomogę ci poradzić sobie z nimi.

(...) Mężczyźni muszą zrozumieć, że kobiety potrzebują tych zapewnień. Statystycznej żonie takich gwarancji nigdy dość³³.

Romantyczne wyznania pomagają kobiecie zaufać w miłość, którą mąż do niej żywi. Doktor Steven Rhoads pisze, że „seksuolodzy uważają, iż rozkoszowanie się sobą [w sensie seksualnym] wymaga od kobiety całkowitego odprężenia. Zaufanie partnerowi wydaje się kluczowe, by kobieta była w stanie doświadczać przyjemności”³⁴. Nic dziwnego, że mężatki znacznie częściej od kobiet mieszkających ze swoimi partnerami bez ślubu odczuwają e m o c j o n a l n ą satysfakcję seksualną³⁵. Seks zwykle staje się coraz lepszy w miarę trwania małżeństwa. Tak naprawdę kobiety uważają, że życie seksualne jest bardziej udane po dwóch latach małżeństwa niż w pierwszych miesiącach po ślubie³⁶.

Tylko siedem procent kobiet mieszkających z partnerami seksualnymi, które postrzegają swoje związki jako „względnie krótkoterminowe”, twierdzi, że pożycie jest dla nich „niezwykle satysfakcjonujące fizycznie”. Nawet wśród kobiet, które spodziewają się, że ich związek będzie trwał długo, ale nie zakończy się małżeństwem, tylko

³³ Tamże, s. 45.

³⁴ Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 110–111.

³⁵ Zob. Linda J. Waite, Kara Joyner, *Emotional Satisfaction and Physical Pleasure in Sexual Unions: Time Horizon, Sexual Behavior, and Sexual Exclusivity*, „Journal of Marriage and Family” 63, nr 1 (2001), s. 247–264.

³⁶ Zob. William R. Mattox Jr., *Marital Bliss*, „American Enterprise” (maj/czerwiec 1996), s. 45–46.

jedenaście procent stwierdza, że seks jest niezwykle satysfakcjonujący³⁷. Krótko mówiąc, perspektywa zobowiązania na całe życie radykalnie wzmacnia u kobiet satysfakcję z życia seksualnego i częstotliwość współżycia³⁸.

Nieszczęśliwemu, zestresowanemu i kłótliwemu małżonkowi – czyli przepracowanemu, zatroskanemu albo niezadowolonemu z rozmaitych (pozaseksualnych) aspektów związku – znacznie trudniej będzie przychodzić podniecenie i zainteresowanie seksem ze swoją drugą połówką – zwłaszcza jeśli to ta druga strona jest źródłem konfliktu i niezadowolenia³⁹.

Prawdą jest również, że osoba, która nie czuje się usatysfakcjonowana ilością lub jakością współżycia w związku, może nie spełniać się w innych obszarach małżeństwa. Niezależnie od tego, czy relacja zmierza raczej w stronę seksualności, czy ogólnej satysfakcji, większość badaczy zgadza się, że oba te obszary są ze sobą blisko powiązane. Obopólna satysfakcja ze współżycia, plus skuteczna komunikacja pragnień i preferencji seksualnych, są z całą pewnością związane z poczuciem spełnienia seksualnego⁴⁰.

Nauka komunikowania małżonkowi naszych potrzeb seksualnych, a także wskazanie, co lubimy, a czego nie lubimy, może nie tylko wzmocnić seksualną bliskość, ale również zapobiec żalom, zgorzknieniu

³⁷ Zob. Waite, Joyner, *Emotional Satisfaction and Physical Pleasure...*

³⁸ Zob. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 112.

³⁹ Zob. *Marital Sex – Beliefs about Marital Sexuality, Sexual Frequency, the Decline of Sexual Frequency Over Time, Sexual Practices and Preferences*, „Marriage and Family Encyclopedia”, <http://family.jrank.org/pages/1109/Marital-Sex.html> (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

⁴⁰ Zob. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 112.

i złości w małżeństwie. Istnieje silna korelacja między zadowoleniem z pożycia a ogólnym szczęściem w małżeństwie⁴¹.

SZCZĘŚLIWI W SYPIALNI?

Poniższe pytania pomogą wam wywołać dyskusję na temat waszego życia seksualnego:

1. Co tak naprawdę podoba ci się w naszym życiu seksualnym? Co sprawia ci przyjemność? Co wydaje ci się najlepsze i najbardziej komfortowe?
2. Co jeszcze można poprawić? Co sprawi, że poczujesz się lepiej?
3. Jaki masz pomysł na „idealne” zbliżenie miłosne? Co mogę zrobić, by wnieść do współżycia więcej romantyzmu?
4. Jak mogę stać się lepszym kochankiem? Jak mogę stać się lepszym partnerem seksualnym?
5. Czy kiedykolwiek czujesz się jak obiekt seksualny? Dlaczego tak się dzieje? Jak mogę to zmienić?
6. Co myślisz o częstotliwości naszego współżycia? Jak możemy spełniać swoje potrzeby seksualne, nawet jeśli nasze zapotrzebowanie na seks jest inne?
7. Jakie przeszkody będziemy musieli pokonać, by mieć udane życie seksualne? Jakie aspekty naszej relacji wpływają na nasze życie seksualne? Jak możemy zacząć pokonywać te przeszkody?⁴²

⁴¹ Zob. Gail Saltz, *Are You Keeping Up with Your Lover's Appetites?*, „MSNBC”, <http://www.msnbc.msn.com/id/14301124/> (dostęp 1 sierpnia 2007 r.).

⁴² Na podstawie: Tim Gardner, Amy Gardner, *The Basics of Sex*, opublikowane jesienią 1999 r., „Christianity Today”, www.christianitytoday.com/mp/9m3/9m3056.html (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

Czy seks ma kluczowe znaczenie dla szczęśliwego małżeństwa? Owszem, zarówno jego, jak i jej mózg są zaprojektowane w taki sposób, że udane pożycie seksualne zacieśnia więzi małżeńskie. Czy nasze doświadczenia seksualne mogą stanowić część Bożego projektu? Mówimy stanowczo: „Tak!”. Właśnie o tym powiemy w kolejnym rozdziale.



Rozdział 8

Seks zaprojektowany przez Boga

Mój znajomy, Rob, myślał, że sprawdza się jako mąż. Przecież ciężko pracował, zapewniał swojej żonie byt i nigdy nie rozważał skoku w bok. Wszyscy mówili Rebecce, jaka z niej szczęściara, że ma takiego dobrego męża jak Rob. Z zewnątrz nikt by nie przypuszczał, co tak naprawdę dzieje się w ich małżeństwie.

Rebeka miała wszystko, czego mogłaby zapragnąć – wszystko kupili za ciężko zarobione pieniądze Roba – a jednak miała też żal, że mąż spędza tyle czasu w pracy. Czasami czuła się nawet jak matka samotnie wychowująca dziecko. Kiedy Rob wracał do domu, odpoczywał. W łóżku chciał seksu, ale nigdy nie miał ochoty rozmawiać czy się poprzytulać.

Dawno temu przestał przytulać i całować Rebekę. Nie pamiętała nawet, kiedy ostatnio powiedział, że ją kocha. „Ona wie, że ją Kocham”, powiedział mi Rob. „Przecież się z nią ożeniłem, nie?”

Tymczasem Rebeka czuła się coraz bardziej wyobcowana i samotna w swoim małżeństwie.

Rob miał do Rebeki pretensje, że nie docenia ona jego ciężkiej pracy i poświęcenia dla rodziny. Podczas gdy u niego podnosił się poziom stresu, a więc wzrastało zapotrzebowanie na seks, Rebeka najczęściej odmawiała współżycia.

Choć ich małżeństwa nie trawiły jeszcze nadużycia czy zdrady, Rebeca i Robowi groziły romanse lub rozwód. Ich małżeństwo ucierpiało na odrzucaniu przez Roba potrzeb Rebeki, a także przez jej odmowy zaspokajania jego potrzeb seksualnych. Ubytek związany z dysfunkcyjną relacją fizyczną jest cichy i podstępny – wpływał na ich zdrowie emocjonalne, duchowe i małżeńskie. Co najgorsze, można było temu zapobiec.

Rob i Rebeka nie przestrzegali zasad biblijnych, jakimi Bóg obdarował mężczyzn i kobiety, by pomóc im przerzucać mosty przez dzielącą ich seksualną przepaść. Tak, dobrze widzisz – zasady b i b l i j n e!

Jeśli Rob po prostu nauczy się i zacznie okazywać żonie wolę spełniania jej seksualnych potrzeb według projektu Bożego – a ona uczyni tak samo – wtedy ich małżeństwo się umocni i zacznie przynosić niewyobrażalnie więcej satysfakcji. Jeśli jednak dalej będą lekceważyć Boży projekt związany z małżeństwem, narażą się na prawdziwe niebezpieczeństwo.

Czy w Biblii jest seks?

Owszem, jest! I to s p o r o! Nasz Stworzyciel wie o seksie wszystko. Przecież to część Jego małżeńskiego projektu. To Jego dar dla nas. Ponieważ Bóg wie, jaka jest siła popędu płciowego, który sam obmyślił, stworzył relację, w której seks działa na korzyść – związek małżeński mężczyzny i kobiety (zob. 1 Kor 7,2). Seks w małżeństwie jest dobry i nieskalany (zob. Hbr 13,4), służy zarówno prokreacji (zob. Rdz 1,28a), jak i przyjemności (zob. Pwt 24,5; Prz 5,18–19; PnP 4,10).

Jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości, ile Biblia ma do powiedzenia na temat seksu, spróbuj poczytać Pieśń nad Pieśniami. Cała ta księga poświęcona jest zachwycającemu, radosnemu opisowi relacji seksualnej między mężem a żoną. Młody mąż przygląda się swojej nowo poślubionej żonie i wykrzykuje:

Głowa twa [wznosi się] nad tobą jak Karmel,
włosy głowy twej jak królewska purpura,
splecione w warkocze.
O jak piękna jesteś, jakże wdzięczna,
umiłowana, pełna rozkoszy!
Postać twoja wysmukła jak palma,
a piersi twe jak grona winne.
Rzekłem: wespnę się na palmę,
pochwyćę gałązki jej owocem brzemienne.
Tak! Piersi twe niech mi będą jako grona winne,
a tchnienie twe jak zapach jabłek (PnP 7,6–8).

Tak, zgadza się! Seks, seks i jeszcze raz seks! Jeśli wczytasz się w słowa tej księgi, gwarantuję ci, że już nigdy nie pomyślisz w ten sam sposób o ogrodzie, palmach i miłości.

Seks jest niesamowitym darem, który ofiarował nam Bóg. Gdy Bóg zobaczył wszystko, co uczynił, w tym seks, stwierdził, że było to „bardzo dobre” (Rdz 1,31). Bóg zaprojektował nasze mózgi tak, byśmy cieszyli się sobą w małżeństwie (zob. PnP 5,1–16). Bóg wykorzystuje pożycie seksualne między mężem a żoną, by pokazać nam, jak bardzo miłuje swoje dzieci (Oz 1–3; Ef 5,21–23; 2 Kor 11,1–3; Ap 19,6–9).

Bóg stworzył seks i związane z nim rozkosze. Orgazm nie jest złem, zbędnym dodatkiem do procesu prokreacji. To Bóg postanowił, że seks powinien być niewiarygodnie przyjemny. To On ustanowił określone warunki (mianowicie małżeństwo), by chronić i potęgować owe doświadczenia¹.

Tim i Amy Gardnerowie

Seks stanowi fizyczne potwierdzenie wszystkiego, co zostaje duchowo związane podczas ceremonii zaślubin. Wiąż pomiędzy mózgami męskim a kobiecym, która przejawia się w seksie to część „ściśłego połączenia” opisywanego przez Stworzyciela: „Dlatego to mężczyzna opuszcza ojca swego i matkę swoją i łączy się ze swą żoną tak ściśle, że stają się jednym ciałem” (Rdz 2,24). „Łączyć się ściśle” to znaczy „nie móc się od kogoś oderwać”, a najdoskonalszym spoiwem małżeńskim jest seks – małżonkowie mają stać się jednym ciałem na całe życie.

Ten niesamowity dar może być również źle wykorzystywany lub nadużywany i stanowić źródło problemów. W całej swojej mądrości Bóg uznał za konieczne udzielić nam porad, w jaki sposób cieszyć się seksem. Jeśli te niepodlegające dyskusji zalecenia biblijne będą prze-

¹ Gardner, *The Basics of Sex...*

strzegane w granicach małżeństwa, seks stanie się źródłem ogromnej wolności połączonej z dobrą zabawą, satysfakcją i przyjemnością.

Zaprojektowani do seksu w małżeństwie

Boży palec znajdziemy w samej fizjologii seksu. Kiedy mężczyzna wiąże się z kobietą i bierze z nią ślub, poziomy testosteronu i androgeny spadają, a poziomy oksytocyny i wazopresyny sprawiają, że chce on znaleźć się w bezpiecznej, długotrwałej relacji i doświadczać w niej spełnienia. Taka mieszanka chemiczna powoduje, że pragnie on chronić i zapewniać byt swojej żonie – związać się z nią.

U kobiet seks małżeński podwyższa poziomy oksytocyny. Wzmaga to jej zaufanie, a także przyczynia się do wytworzenia niewiarygodnie silnego poczucia przywiązania, komfortu i szacunku do męża.

W monogamicznym związku małżeńskim skoki testosteronu u mężczyzn są przytłumione, a więc hormony przyczyniające się do zacieśniania więzi mogą dojść do głosu. Seks w małżeństwie skutkuje u mężczyzn wyższymi poziomami oksytocyny, które mogą zwiększyć ilość spermy, ułatwiać jej transport i wzmacniać ejakulację. Małżeństwo może zatem wzmacniać męską płodność². Wyobraź sobie – wszystko to zaprojektował Bóg!

U kobiet produkcja oksytocyny zmienia się w zależności od stopnia poczucia bezpieczeństwa w związku³. Kobiety, które czują się

² Zob. Janice Shaw Crouse, *Love Potion Number O.*, opublikowane 25 stycznia 2006 r., „Concerned Women for America”, www.cwfa.org/articledisplay.asp?id=9936&department=BLI&categoryid=dotcommentary (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

³ Zob. R.A. Turner i in., *Preliminary Research on Plasma Oxytocin in Normal Cycling Women: Investigating Emotion and Interpersonal Distress*, „Psychiatry” 62, nr 2 (lato 1999), s. 97–113.

bardziej bezpieczne (odczuwają mniejszą ilość negatywnych emocji w życiu), doświadczają wzmożonej produkcji oksytocyny. Naukowcy wykazali, że kobiety, „które były w poważnym związku, wykazywały wyższe poziomy oksytocyny w reakcji na pozytywne emocje niż kobiety samotne”. Może to prowadzić do wniosku, że „stały związek może wpływać na reaktywność tego hormonu”⁴.

Istnieje prosta prawda: by kochać mocno i z pasją, musimy głęboko przemyśleć nasze relacje z płcią przeciwną. Oksytocyna odgrywa znaczącą rolę w regulowaniu popędu zarówno u mężczyzn, jak i u kobiet. Tworzy się swego rodzaju sprzężenie zwrotne dodatnie: im częściej para uprawia seks, tym częściej ma na niego ochotę. Seks z właściwą osobą (czytaj: mężem/żoną) prowadzi do produkcji psychochemicznego koktajlu, który może wyzwolić absolutną, bezwarunkową i bezgraniczną miłość – orgazm podnosi poziom oksytocyny od trzech do pięciu razy powyżej normy⁵.

Dr Janice Shaw Crouse

Zostaliśmy zaprojektowani, by czerpać fenomenalne korzyści ze stałego związku monogamicznego. Badacze odkryli, że w ciągu pierwszych osiemnastu miesięcy małżeństwa u par podniosły się poziomy wielu hormonów – zwłaszcza oksytocyny – pięć razy powyżej normy⁶.

⁴ *Hormone Involved in Reproduction May Have Role in the Maintenance of Relationships*, opublikowane 14 lipca 1999 r., „UCSF News Office”, <http://pub.ucsf.edu/newsservices/releases/2004010721/> (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

⁵ Crouse, *Love Potion...*

⁶ Zob. Paula Rinehart, *A Union Like No Other*, „Discipleship Journal” 27, nr 1 (styczeń/luty 2007), s. 43–47.

Ten „miłosny koktajl” powoduje, że seks staje się jednym – jeśli nie jedynym – z głównych zajęć pary w pierwszych kilku miesiącach małżeństwa. Nasz Stworzyciel zupełnie nie jest tym faktem zaskoczony; przecież to część Jego „bardzo dobrego” planu.

Chemia monogamii nie jest ograniczona do oksytocyny. Istnieje kolejny związek chemiczny, dopamina, który rozpala intensywne uczucie⁷. Naukowcy z University College w Londynie przebadali mężczyzn i kobiety, którzy byli w sobie „szaleńczo” zakochani. Mózgi ochotników zostały poddane obrazowaniu podczas przyglądania się zdjęciom partnerów i nieznajomych. Kiedy widzieli swoich kochanków, podświetlały się u nich obszary nerwowe aktywne również przy innego rodzaju stanie euforii, w którym pośredniczy dopamina – uzależnieniu od narkotyków⁸.

Najwyraźniej Boży projekt małżeństwa mężczyzny i kobiety ma zapewniać bodźce neurochemiczne, które wzmagają satysfakcję z siebie nawzajem, z seksu, ze związku, z rodziny. To jak zaprojektowane przez Boga chemiczne ubezpieczenie na szczęście małżeńskie!

Tajemnica małżeństwa „aż do śmierci”

Kiedy mąż i żona pobierają się, a następnie stwierdzają, że nie potrafią ze sobą wytrzymać, najczęstszą wymówką okazuje się „niezgod-

⁷ Zob. H. Fisher, A. Aron, L.L. Brown, *Romantic Love: An fMRI Study of a Neural Mechanism for Mate Choice*, „Journal of Comparative Neurology” 493, nr 1 (grudzień 2005), s. 58–62.

⁸ Zob. A. Bartels, S. Zeki, *The Neural Basis of Romantic Love*, „NeuroReport” 11, nr 17 (27 listopada 2000), s. 3829–3934.

ność charakterów”, czyli niezdolność do współlistnienia i pozostawiania w związku z powodu wzajemnej niezgody. Często mówią, że są niedopasowani seksualnie, choć niegdyś „nie mogli się sobie oprzeć” i czuli do siebie przemożny pociąg.

Jak przypomina nam jednak terapeuta małżeński dr Willard Harley: „Najskuteczniejszym lekiem na niedopasowanie i najszybszym sposobem, by partnerzy stali się nieodparcie pociągający, jest wzajemne zaspokajanie swoich najważniejszych potrzeb emocjonalnych”⁹. Spełnianie potrzeb emocjonalnych małżonka to kluczowy element Bożego projektu małżeństwa. Wiąże się to z bezinteresownym dawaniem i otrzymywaniem.

(...) kiedy mężczyzna decyduje się na wyłączność w relacji z żoną, powierza jej swoje potrzeby seksualne i liczy na ich zaspokojenie. W takim wypadku żona staje się nieustannym źródłem intensywnie przyjemnych doznań, co umacnia jego miłość do niej. Natomiast gdy potrzeby męża nie są zaspokajane, dzieje się coś odwrotnego. Mąż zaczyna kojarzyć z żoną uczucie frustracji. (...) Zobowiązanie do wyłączności w intymnej relacji z żoną każe mu wybierać pomiędzy frustracją a niewiernością¹⁰.

Dr Willard F. Harley

Zaskoczeniem dla wielu par okazuje się fakt, że mężczyzna nie jest w stanie osiągnąć spełnienia seksualnego w związku, póki jego żona również nie poczuje się spełniona. W jego mózgu seks nie jest tylko jedną z wielu możliwości budowania związku małżeńskiego. Jak pisze dr Harley: „Dla statystycznego mężczyzny seks jest jak powietrze lub

⁹ Harley, *I żyli długo...*, s. 242.

¹⁰ Tamże, s. 18–19.

woda”¹¹. Jak w tym starym kawale. Doradca małżeński pyta małżonków: „Ile razy w miesiącu uprawiacie seks?”. Mąż odpowiada: „Prawie wcale! Może sześć, siedem razy”. Żona odpowiada: „Bez przerwy! Siedem, może osiem razy w miesiącu”.

Żart ten opisuje nasze zróżnicowane potrzeby i sposoby postrzegania satysfakcji seksualnej, przy czym badania wykazują podobne zjawisko. Według amerykańskich badań ogólnokrajowych, większość małżeństw uprawia seks średnio siedem razy w miesiącu (rzadziej niż dwa razy w tygodniu)¹².

Istnieje ogromna różnorodność w częstotliwości współżycia w małżeństwie. W dużej mierze można to zrzucić na karb biologii mózgu i różnic biochemicznych. Niektóre pary uprawiają seks bardzo rzadko, podczas gdy inne codziennie. Częstotliwość deklarowana przez małżonków w każdym miesiącu pierwszego roku po ślubie wahała się od jednego razu (średnio dwanaście razy w roku) do czterdziestu pięciu (czyli pięćset czterdzieści razy w roku). U większości par dzieje się jednak tak, że jedno chce więcej seksu niż drugie – albo jedno ma większy apetyt na seks (libido) niż drugie. Zwykle, ale nie zawsze, tym pierwszym jest facet.

Jak małżonek o niższym libido powinien reagować? Biblia podsuwa nam wskazówkę: „Małżeństwo to decyzja o wzajemnej służbie, czy to w łożu małżeńskim, czy poza nim” (1 Kor 7,4 – MSG)¹³

¹¹ Tamże, s. 57.

¹² Zob. *Sexual Frequency*, „Marriage and Family Encyclopedia”, <http://family.jrank.org/pages/1102/Marital-Sex-Sexual-Frequency.html> (dostęp 22 lipca 2007 r.).

¹³ Skrótem MSG autorzy oznaczają fragmenty pochodzące z amerykańskiego przekładu Biblii *The Message: The Bible in Contemporary Language* (Nowina: *Biblia w języku współczesnym*), autorstwa pastora Eugene’a H. Petersona, brak polskiego wydania, podaję – tu i dalej – tłumaczenie własne – przyp. tłum.

(podkreślenie własne). Wers ten wprowadza nas w koncepcję, którą Lorraine Pintus nazywa postawą „służebną”¹⁴. Inny wers Pisma stanowi echo poprzedniego: „W miłości braterskiej nawzajem bądźcie życzliwi! W okazywaniu czci jedni drugich wyprzedzajcie!” (Rz 12,10). Pintus parafrazuje te słowa w następujący sposób: „Nie pozwól, aby waszym życiem seksualnym rządził egoizm. Bóg pragnie, abyś uważał swojego współmałżonka za ważniejszego od siebie. Przestań zatem myśleć o sobie i swoich zachciankach seksualnych. Zamiast tego zastanów się, czego pragnie twój współmałżonek i w jaki sposób go/ją zadowolić”¹⁵.

Kiedy Walt mi się oświadczył, ufał, że sprostam jego potrzebom seksualnym. Ufał, że jestem nim równie zainteresowana seksualnie, co on mną. Ufał i wierzył, że otworzę się przed nim seksualnie, by spełniać jego potrzeby, podobnie jak ja zaufałam jemu. Muszę się przyznać, że znalazł sobie żonę, która nie zawsze ma ochotę spełniać te zaprojektowane przez Boga wymagania. Nawet nie zdając sobie z tego sprawy, zostawiałam go na lodzie. Gdybym tylko wiedziała to, co wiem teraz o miłości służebnej.

Osoby, które kochają miłością służebną, poświęcają się seksualnie dla swoich partnerów. Osoby takie przedkładają potrzeby swoich partnerów nad swoje własne i bezinteresownie oddają się w sensie seksualnym. Rozumieją one potrzebę bezwarunkowego dawania i przyjmują, że nie będą w stanie tego czynić, dopóki nie nauczą się przezwyciężać swoich egoistycznych pragnień¹⁶.

Lorraine Pintus

¹⁴ Lorraine Pintus, *How to Be a Great Lover: Discover the Key to an Intimate Marriage*, „Discipleship Journal” 27, nr 1 (styczeń/luty 2007), s. 49–57.

¹⁵ Pintus, *How to Be a Great Lover...*, s. 51.

¹⁶ Tamże.

Oczywiście niektóre pragnienia seksualne są egoistyczne i potencjalnie destrukcyjne dla małżeństwa. Pierwszym z takich zachowań są notoryczne odmowy spełniania potrzeb seksualnych współmałżonka i lekceważenie jego inicjatywy. Niezależnie od tego, czy dotyczy do męża, czy żony, Biblia ma dla nas odpowiedź:

Mąż niech oddaje powinność żonie, podobnie też żona mężowi. (...) Nie unikajcie jedno drugiego, chyba że na pewien czas, za obopólną zgodą, by oddać się modlitwie; potem znów wróćcie do siebie, aby – wskutek niewstrzeżliwości waszej – nie kusił was szatan (1 Kor 7,3; 7,5).

Jedynym powodem okresowej odmowy „za obopólną zgodą”, jaki wskazuje Biblia, jest „modlitwa”. Oboje wierzymy, że owa przestroga dla małżeństw jest całkiem zdrowa. Jednakże w małżeństwie, w którym panują fizyczne, werbalne czy emocjonalne nadużycia lub poważny, nierozwiązany konflikt, ograniczenia są nie tylko wskazane, ale i obowiązkowe. Dla większości par biblijna rada jest jednak jasna: rzadko mów „nie”.

Drugim egoistycznym przyzwyczajeniem współmałżonka jest naleganie lub żądanie, by druga strona dzień w dzień spełniała wszystkie jego zachcianki. Po raz kolejny odniesiemy się do wersetów, które przypominają takiemu partnerowi, że Biblia zachęca nas do miłości, służby i czci wobec współmałżonka, a także woli poświęcenia się jemu.

Podsumowując, kiedy mózg męski i mózg kobiecy są spełnione seksualnie, więź małżeńska się zacieśnia. Stworzyciel podarował nam seks z wielu powodów, ale uznając, iż przez seks stajemy się „jednym ciałem” (Rdz 2,24), wskazuje, że współżycie to dar, który procentuje – dar, który umacnia więzi między mężem a żoną tak, jak nie uczynią tego słowa.

Czy monogamia jest przeżytkiem?

Być może zastanawiasz się, czy biblijna idea monogamii i seksu ograniczonego do małżeństwa nie jest zbyt staroświecka jak na nasze czasy. Odpowiedź brzmi: nie jest, przynajmniej według najnowszych badań. Częstotliwość współżycia i satysfakcja z życia seksualnego są najwyższe u mężczyzn i kobiet, którzy realizują się na tym polu tylko w małżeństwie. Nawet ci, którzy popełnili ten błąd i uprawiali seks pozamałżeński deklarują, że w małżeństwie jest lepiej. Mężatki przeżywają orgazm cztery do pięciu razy częściej niż singielki czy kobiety mieszkające z partnerami¹⁷.

Jeden z najbardziej miarodajnych projektów badawczych na temat seksualności Amerykanów przeprowadzony został kilka lat temu na Uniwersytecie w Chicago. Z badań wynika, że „publiczny wizerunek seksu w Ameryce ma niewiele wspólnego z prawdą”¹⁸. Wbrew obiegowym opiniom, że seks w małżeństwie jest nudny i zdarza się rzadko, to małżonkowie zadeklarowali wyższe poziomy zadowolenia z życia seksualnego. Naukowcy odkryli, że spośród wszystkich osób współżyjących to małżonkowie, którzy nigdy nie mieli innego partnera seksualnego, najczęściej deklarują, że są „zdecydowanie” albo „bardzo” zadowoleni z ilości fizycznej i emocjonalnej przyjemności płynącej z seksu¹⁹.

Autorzy badania uważają, że najprawdopodobniej przyczyną większej satysfakcji jest wyższy poziom zaangażowania, jaki występuje w małżeństwie. Wyjaśniają, że „tak naprawdę rzadko dyskutowane po-

¹⁷ Zob. Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 253.

¹⁸ Robert T. Michael i in., *Sex in America: A Definitive Survey*, Boston 1994, s. 1.

¹⁹ Zob. Edward O. Laumann i in., *The Social Organization of Sexuality: Sexual Practices in the United States*, Chicago 1994, s. 364, tabela 10.5.

życie małżeńskie jest tą formą życia seksualnego, która przynosi najwięcej satysfakcji²⁰. Innymi słowy małżeństwo przyczynia się do większego poczucia zaufania, bezpieczeństwa oraz lepszej komunikacji.

Choć biologia monogamii jest jeszcze w powijakach, przypuszczamy, że naukowcy nie przestaną ukazywać uzależniającego boskiego projektu małżeństwa. Po prawie trzydziestu czterech latach małżeństwa dopiero w niewielkim stopniu zaczynam ów projekt rozumieć. Nigdy nie byłem bardziej zakochany i bardziej uzależniony (w pozytywnym sensie) od Barb niż w tej chwili. Wkraczanie do sypialni z hormonami i wyobrażeniami pobudzonymi tylko i wyłącznie przez nią to wspaniałe uczucie. Nie wyobrażam sobie życia bez niej. Nic dziwnego, że przysięgi małżeńskie naszych przodków²¹ zawierały to niesamowite oświadczenie:

Swym ciałem będę cię wielbił. Ciało me uwielbiać cię będzie,
I tylko twoje ciało miłować będę.
Ciałem swym świadczyć będę o twojej wartości²².

Zakochanie kontra jedność

W powieści Louisa de Bernièresa *Kapitan Corelli* kochający ojciec próbuje wyjaśnić córce, co się dzieje, kiedy potrzeby seksualne mężczyzny i potrzeby bliskości kobiety dopasowują się do siebie w małżeństwie – kiedy małżonkowie zaczynają rozumieć różnicę między „sekssem” a miłością, czyli „zakochaniem” a „jednością”:

²⁰ Michael i in., *Sex in America...*, s. 131.

²¹ Chodzi o staroangielską ceremonię ślubną (przyp. tłum.).

²² Pintus, *How to Be a Great Lover...*, s. 51.

Miłość to chwilowe szaleństwo, wybucha jak wulkan, a potem ustaje. A gdy ustanie, musisz podjąć decyzję. Musisz ocenić, czy wasze korzenie spłotły się tak mocno, że rozstanie byłoby rzeczą niemożliwą. Ponieważ tym właśnie jest miłość. Nie jest brakiem tchu, nie jest ekscytacją, nie jest wypowiedaniem obietnic wiecznej namiętności, nie jest pragnieniem cielesnego obcowania ze sobą co chwila, nie jest nocnym czuwaniem i wyobrażaniem sobie, że on całuje każde zagłębienie twego ciała. Nie, nie rumień się, przekazuję ci tylko parę prawd. Nie chodzi jedynie o bycie „zakochanym”, co potrafi każdy głupiec. Sama miłość jest tym, co pozostaje, gdy wypali się miłosne uniesienie; to zarówno sztuka, jak i szczęśliwe zrządzenie losu. Ja i twoja matka zazналиśmy tego, mieliśmy korzenie, które rosły ku sobie pod ziemią, i gdy wszystkie piękne kwiaty opadły z naszych gałęzi, stwierdziliśmy, że jesteśmy już jednym drzewem²³.

Można się zakochać i uprawiać seks – to „potrafi każdy głupiec”. Ale miłość i seks w małżeństwie, jeśli nie są realizowane według Bożego projektu, mogą się znudzić i nie przynosić satysfakcji. Prawdziwa *agape*²⁴ wyrażana przez dwojga kochających miłością służebną, nieustannie pielęgnujących swoje małżeństwo niczym wspaniały ogród, których miłość do Stwórcy oraz siebie nawzajem ciągle rośnie, może zaowocować małżeństwem przypominającym ów ogród, gdzie kwiaty bujnie rozkwitają, roztaczając wokół zapach radości.

Albo, jak rzekł nasz Stwórca, „staną się jednym ciałem” (Rdz 2,24) i będą mieli „dłuższe i lepsze życie niż w najśmielszych snach” (J 10,10 – MSG). Któż by tego nie chciał?

²³ Louis de Bernières, *Kapitan Corelli*, przeł. Marek Fedyszak, Warszawa 2001, s. 320.

²⁴ Dokładniej wyjaśnimy ten termin w rozdziale 11.



Rozdział 9

Jego mózg – podboje, jej mózg – opieka

Według Biblii Adam, pierwszy człowiek, nie został stworzony w spokojnym, sielskim ogrodzie Eden. Bóg ulepił go raczej na pustkowiu – „został powołany do życia na zewnątrz, w nieoswojonej części stworzenia”¹ – przed stworzeniem Edenu. Może to jeden z powodów, dla którego, kiedy byłem małym chłopcem, najlepiej czułem się w lasach i na okolicznych polach. Bawiłem się z kolegami w żołnierza, odkrywcę, zdobywcę, bohatera. Charakter naszych przygód zmieniał się z dnia na dzień, ale zawsze byliśmy w drodze, zawsze wypatrywaliśmy wrogów, zawsze ruszaliśmy naprzód, by naprawiać świat.

¹ John Eldredge, *Dziki serce. Tęsknoty męskiej duszy*, przeł. Justyna Grzegorzcyk, Poznań 2003, s. 15.

W naturze mężczyzny leżą zdobywanie i podboje, stąd pewnie moje zamięłowanie do *Szeregowca Ryana* Stevena Spielberga. Film ten przedstawia historię kapitana Johna Millera, dowódcy kompanii w batalionie rangerów. Żołnierz otrzymuje rozkaz odnalezienia szeregowca Jamesa Francisa Ryana, który nie ma pojęcia, że na polu walki zginęło jego trzech braci. Armia amerykańska chce go odnaleźć i odeśłać do domu, by rodzice nie stracili jedynego syna.

Ten świetny film jest bliski mojemu sercu, po pierwsze dlatego, że pomógł mi on choć trochę zrozumieć, czego musiał doświadczyć mój ojciec podczas służby w Europie w czasie drugiej wojny światowej. Po drugie, obraz ten wywarł na mnie wrażenie, ponieważ doskonale wpasowuje się w projekt i właściwości męskiego mózgu. Film ten to kwintesencja poświęcenia i honoru, wyrzeknięcia się siebie i odwagi, szacunku do kraju i miłości do rodziny.

Pod koniec filmu kapitan Miller zostaje ranny i umiera na moście we francuskim miasteczku. Szeregowiec Ryan klęka przy nim, a kapitan Miller wypowiada ostatnie słowa do człowieka, za którego oddał życie: „James, zasłuż na to. Zasłuż na to!”². W kadrze widzimy twarz młodego szeregowca Ryana, która przechodzi płynnie w twarz tego samego człowieka, który wiele lat później staje nad grobem kapitana Millera.

Starszemu Ryanowi drżą wargi, a oczy są pełne łez. Przemawia do kamienia: „Szczерze mówiąc, nie wiedziałem, jakie to będzie uczucie. Codziennie myślę o pańskich ostatnich słowach. Starałem się żyć najlepiej jak mogłem. Mam nadzieję, że to wystarczyło”.

Żona Ryana podchodzi do niego, a on zwraca się do niej: „Powiedz, że żyłem uczciwie. Powiedz, że jestem dobrym człowiekiem”.

² Tekst polski filmu autorstwa Magdy Balcerek (przyp. tłum.).

Jego żona, wzruszona tym wyrazem uczuć swojego męża, łagodnie i ze współczuciem odpowiada: „Jesteś”.

Życie mężczyzny – różnorodne, pogmatwane, niedające się uprościć – ma swój początek w męskim mózgu, gdzie rozpoczyna się pogoń za dowodzeniem własnej wartości wbrew urazom, wbrew trudom, wbrew przeciwnościom (...) chłopcy i mężczyźni przez całe życie poszukują potwierdzenia własnej wartości, (...) co zdecydowanie różni ich od dziewcząt i kobiet³.

Michael Gurian

Dlaczego tak bardzo mnie ten film porusza? Myślę, że to przez projekt, według którego Bóg stworzył mnie jako mężczyznę. Tak wyposażył mój mózg i rozplanował przepływ hormonów. Bóg stworzył mnie, bym zdobywał, przezwyciężał i pokonywał. W głębi duszy rozumiemy, co jest zapisane w naszych sercach – że musimy coś robić ze sobą i swoim życiem. Wiemy (i wiedzieliśmy to od małości), że zostaliśmy stworzeni, by przeżyć przygodę i podbić świat.

*W przeciwieństwie do Adama, Ewa została ukształtowana w do-
rodnym, pachnącym ogrodzie Eden – w bezpiecznym schronieniu. Bóg
stworzył ją z mózgiem opartym na mowie, relacjach i opiece nad innymi.
Nie powinno zatem dziwić, że kobiety odruchowo – nawet w bardzo
młodym wieku – wolą przebywać w domu i wic w nim ciepłe gniazdko.
Pomaga to wyjaśnić, dlaczego, jak większość dziewczynek, czułam się
najlepiej, rozmawiając z koleżankami o tym, jakby to było mieć męża i ro-
dzinę. Godzinami dyskutowałyśmy o ideale męża, marząc o ślubie i mie-
siancu miodowym, wyobrażając sobie, jak to będzie mieć dzieci – w skró-*

³ Gurian, *What Could He Be Thinking?...*, s. 34.

cie, mieć męża, którego będę kochać i który będzie się o mnie troszczył, oraz rodzinę, którą będę się opiekować.

Również dlatego jednym z moich ulubionych filmów jest *Masz wiadomość*, komedia romantyczna o losach dwojga nowojorczyków, Kathleen Kelly i Joe'ego Foxa. Poznają się oni przez Internet i zaczynają pisać ze sobą maile. Odsłaniają przed sobą najskrytsze nadzieje i marzenia, piszą o swoich ulubionych książkach i filmach, ale ciągle nie spotykają się „w realu”, choć mieszkają w tej samej dzielnicy, kupują kawę w tym samym Starbucksie i bezwiednie mijają się na ulicy.

Na początku filmu zafascynowało mnie, jak Joe otwiera się przed Kathleen. Nasze, kobiece, mózgi reagują na takie romantyczne wiadomości skokiem oksytocyny. Jak większość kobiet, zostałyśmy stworzone, by pragnąć męża na całe życie, który będzie nas kochał i uwielbiał, pragniemy razem z nim wychowywać i opiekować się dziećmi. Jakaś częśćka mnie nie może się doczekać ich spotkania i zakochania. Niestety jeżeli Kathleen i Joe się zobaczą, ich cele zawodowe, jeśli nawzajem je przed sobą ujawnią, mogą pogrzebać kielkujące uczucie. Widzisz, Kathleen prowadzi uroczą księgarnię dla dzieci „Sklep za rogiem”, Joe okazuje się natomiast spadkobiercą Fox Books, drapieżnego koncernu wydawniczego, który w końcu wygryza Kathleen z rynku.

Gdy Kathleen zmuszona jest zamknąć swoją księgarenkę, wraca do domu, przygnębiona, i łapie przeziębienie. Joe (z którym się kiedyś spotkała, ale nie ma pojęcia, że to jej internetowy kolega ukrywający się pod nickiem NY152) przynosi jej ulubione kwiaty – margerytki. Pod koniec wizyty Kathleen pyta: „Po co przyszedłeś, bo zapomniałam?”⁴.

„Chciałem się z tobą zaprzyjaźnić”, odpowiada Joe. „Wiem, że to niemożliwe, ale często pragniemy rzeczy niemożliwych”.

⁴ Tekst polski filmu autorstwa Anny Wychlińskiej-Kacprzak (przyp.tłum.).

W finałowej scenie Kathleen idzie parkową alejką na „pierwsze” spotkanie z NY152. Nadal nie wie, że Joe, jej największy konkurent w branży wydawniczej, to równocześnie jej internetowa miłość. Przystaje i rogląda się dookoła. Mija ją młody biegacz. Kathleen zerka na zegarek, słyszy szczekanie. Za rogiem pojawia się pies Joe’ego, Brinkley. Kobieta podnosi wzrok, zauważa Joe’ego i zaczyna płakać. Kiedy Joe podchodzi do niej, łzy już ściekają mi po policzkach. Mężczyzna ociera jej twarz chusteczką i mówi: „Nie płacz, ekspedientko, nie płacz”.

Tuż przed pocałunkiem ona podnosi wzrok i mówi: „Chciałam, żebyś to był ty. Tak bardzo tego chciałam”.

Film ten poruszył we mnie czułą strunę – podobnie jak w każdej kobiecie, którą znam. Płaczę za każdym razem, gdy go oglądam. Dlaczego kobiety reagują tak emocjonalnie na romanse? Tak Bóg wyposażył nasze mózgi i rozplanował przepływ hormonów. Nie uciekniemy od faktu, że jesteśmy zaprojektowane, by budować i pielęgnować relacje. W głębi duszy wiemy (i wiedziałyśmy to od małości), że zostałyśmy stworzone, by kochać i być kochanymi – by stać się żonami i matkami.

Nie ma ucieczki od różnic

Męskie pragnienie podbojów i kobiece pragnienie opieki są wrodzone. Pragnienia ta wywodzą się z Bożego projektu i aranżowane są dzięki kompletnie odmiennym interakcjom naszych hormonów, układów rozrodczych i mózgów. Jeśli nie rozpoznajemy i nie szanujemy owych różnic, mogą one prowadzić do wielu konfliktów i poczucia zagubienia.

Kobiety mogą postrzegać mężczyzn jako niewrażliwych, ponieważ są mniej empatyczni i współczujący; jako chamów i prostaków, ponie-

waż nie przepadają za *Masz wiadomość* i innymi wspaniałymi filmami. Mężczyźni za to mogą postrzegać kobiety jako słabe i delikatne, ponieważ rzadziej dążą do rywalizacji i agresji, i nie podobają im się takie filmy jak *Szeregowiec Ryan*.

To, że jesteśmy inni, nie oznacza jednak, że mężczyźni się nie opiekują, a kobiety nie są silne. Po prostu przejawia się to u nas w różnym stopniu i na różne sposoby. Mężczyźni mogą być opiekuńczy, ale bardziej skłonni do nawiązywania relacji „przez agresję” niż przez „pełną współczucia opiekę”⁵.

Kobieta jest biologicznie predysponowana do opieki, pocieszenia i poszukiwania społecznego wsparcia w sytuacji stresowej (...) Mężczyźni również posiadają odruch [„zaopiekuj się i zaprzyjaźnij”), ale z powodu różnic hormonalnych wykazują go w mniejszym stopniu⁶.

Dr Shelley E. Taylor

Kobieta będzie na przykład trzymała i tuliła dziecko, a mężczyzna będzie podrzucał je w powietrzu. Większość dzieci uwielbia oba te typy interakcji – gruchają one z zadowoleniem w ramionach kobiety i piszczą z radości na rękach rozbrykanego mężczyzny.

Mężczyźni wykorzystują dominację i agresję do wygrywania i osiągnięcia pozycji, kobiety zaś posługują się zdecydowanie bardziej wytworną i subtelną siłą. Jak wciąż wykazują badania psychologiczne, kobiety są o wiele lepsze od mężczyzn w wyczuwaniu, rozumie-

⁵ Gurian, *What Could He Be Thinking?*..., s. 40–41.

⁶ Cyt. za: tamże, s. 44.

niu i przewidywaniu zachowania innych. Potrafią „wyczuć motyw kryjące się za wypowiedzią czy zachowaniem”⁷. Wrodzona kobieca zdolność do odczytywania zachowań mężczyzny, większa niż jego umiejętność zrozumienia jej, daje kobiecie wyjątkową siłę.

Męska siła jest dla mnie jak silnik samochodu – można przyspieszyć jego obroty. Kobieca siła jest za to jak kierownica i hamulce – kluczowe elementy zapewniające bezpieczne podróżowanie. Dopiero wszystko razem umożliwia długą, satysfakcjonującą podróż.

Walt Larimore

*Walt ma rację. Kiedy zastanawiam się nad kobiecą siłą, natychmiast staje mi przed oczami scena z filmu *Moje wielkie greckie wesele*, gdzie Toula, zaręczona córka, rozmawia ze swoją matką, Marią. Maria wygłasza starą małżeńską mądrość: „Może i mężczyzna jest głową rodziny, ale to kobieta jest szyją, która kręci głowę wedle swojego uznania”. Wyjątkowa siła kobiety wywodzi się z jej zdolności do tworzenia relacji przez więzi rodzinne i przyjacielskie – i, w rezultacie, wznoszenia fundamentów zdrowego społeczeństwa.*

A więc zamiast „drzeć koty” o wyraźnie konfliktogenne różnice, zastanówmy się, czy jesteśmy w stanie lepiej je zrozumieć i docenić. Przecież biologiczne podstawy owych różnic są świetnie udokumentowane.

⁷ Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 198.

Jego mózg jest zaprojektowany, by podbijać

Wiele badań wykazało, że agresywne zachowania mężczyzn są związane z działaniem dwóch neurohormonów. Pierwszym z nich jest testosteron – odpowiedzialny za impulsywność i spontaniczną agresję – drugim zaś serotonina. W porównaniu z kobietami mężczyźni posiadają więcej testosteronu i mniej serotoniny, szczególnie w korze czołowej odpowiedzialnej za podejmowanie decyzji⁸.

W dodatku funkcjonalne obrazowania określonych partii układu limbicznego związanych z agresją wykazały większą aktywność u mężczyzn niż u kobiet. U kobiet, przeciwnie, bardziej aktywny jest zakręt obręczy układu limbicznego odpowiedzialny za zmniejszoną agresję⁹. Z punktu widzenia anatomii, okolice oczodołowe kory mózgu związane z agresywnym zachowaniem są o wiele większe u mężczyzn niż u kobiet. Ponadto ten obszar mózgu uważa się za objęty zwiększoną ekspozycją na testosteron w łonie matki, ale niepodatny na uspokajające działanie serotoniny¹⁰.

Te różnice biologiczne są kluczowe, by kobiety nauczyły się rozumieć chłopców i mężczyzn, którymi się stają. Budowa ich mózgów skutkuje większą agresją, impulsywnością i stanowczością – są zaprojektowani, by zyskiwać wyższe poczucie własnej wartości. Są zmuszeni do odkrywania swojego powołania i życiowych wartości. Mają podbijać świat, i zaczynają swoje wyprawy w zaskakująco młodym wieku. Mama opowiadała mi, że jako beztroski berbecę uciekałem przed nią

⁸ Zob. Theresa Crenshaw, *The Alchemy of Love and Lust*, Nowy Jork 1996, s. 158, 184.

⁹ Zob. Christina Hoff Sommers, *The War Against Boys*, Nowy Jork 2000, s. 90.

¹⁰ Zob. Rob Stein, *Do Men Have Anger in Mind?*, „Washington Post” (30 września 2002).

ku wszystkiemu, co uznałem za przygodę, od kiedy tylko nauczyłem się chodzić.

Muszę dodać, że moje zachowanie było dla chłopca całkowicie normalne. Półroczni chłopcy są o wiele mniej strachliwi od dziewczynek, a owy brak lęku ma związek z poziomami testosteronu (im wyższy jego poziom, tym mniej strachu)¹¹; w wieku trzynastu miesięcy chłopcy są widocznie bardziej agresywni i zdecydowani od dziewczynek¹²; w trzydziestym szóstym miesiącu życia chłopcy dominują w grupach mieszanych. Kiedy idą do przedszkola, o wiele częściej od dziewczynek wdają się w przepychanki i nie mają oporów przed bójkami czy niszczeniem przedmiotów¹³.

Choć naturalnym odruchem kobiety jest uznanie takiego zachowania za szkodliwe, dla mnie jako matki kluczowe było nauczenie się, że tego typu zabawa jest tak naprawdę niezbędna do zdrowego rozwoju chłopca. Kiedy chłopcy wdają się w przepychanki, uczą się panować nad agresją i dostrzegają, jak bardzo są skłonni do rywalizacji¹⁴. Szczególnie przydało mi się zrozumienie, że kiedy Walt i Scott bawią się w ten sposób, jak czyni to większość ojców z synami, Scott raczej uczy się panowania nad sobą niż agresywnych zachowań¹⁵.

Dowiedziałam się również, że chłopcy w wieku przedszkolnym zazwyczaj wykazywać zachowanie, które wielu z nich prezentować będzie

¹¹ Zob. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 135.

¹² Zob. Anne Campbell, *A Mind of Her Own*, Oxford University Press, Nowy Jork 2002, s. 105.

¹³ Zob. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 168.

¹⁴ Zob. A.D. Pelegriani, Jane C. Perlmutter, *Rough and Tumble Play on the Elementary School Yard*, „Young Children” 43, nr 2 (1988), s. 14–47.

¹⁵ Zob. Eleanor E. Maccoby, *The Two Sexes: Growing Up Apart, Coming Together*, Cambridge 1998, s. 102.

*przez całe życie – nie słuchają poleceń dziewczynek!*¹⁶ *Ten aspekt męskiej żądzy podboju świata stał się dla mnie oczywisty pewnego popołudnia, kiedy Scott miał zaledwie pięć lat.*

Odebrałam wtedy nerwowy telefon od sąsiadki, Edny.

– Barb! – krzyczała do telefonu. – Przyjdź tutaj zaraz! Scott wszedł mi na dach!

Pobiegłam ulicą i zauważyłam go, jak spaceruje wzdłuż krawędzi dachu.

– Scott, złaż w tej chwili! Zrobisz sobie krzywdę! – skrzeczała Edna.

– A może wcale nie! – odparł Scott, spoglądając na nią sceptycznie. Oto mój syn na swojej wielkiej wyprawie, miał na sobie szorty i buty kowbojskie, i był przekonany, że nie potrzebuje rad od kobiety!

Mężczyźni pragną stoczyć dobrą walkę (...) Chłopcy wyruszają na podbój już w bardzo młodym wieku (...) Mężczyzna odruchowo chce być bohaterem; chce być najlepszy (...) tym samym zmieniając swoje życie w ryzykowną, pełną sukcesów i porażek, wygranych i przegranych wyprawę po wartość i władzę¹⁷.

Michael Gurian

Pewne badanie czwarto- i szóstoklasistów wykazało, że w czasie zabawy chłopcy rywalizowali z innymi chłopcami przez przeszło połowę czasu, podczas gdy dziewczętom zajmowało to tylko jeden procent czasu¹⁸. Gdy naukowcy pozwolili dzieciom pobawić się plastikowymi

¹⁶ Zob. tamże, s. 62–64.

¹⁷ Gurian, *What Could He Be Thinking?...*, s. 64.

¹⁸ Zob. Kingsley R. Browne, *Biology at Work: Rethinking Sexual Equality*, New Brunswick 2002, s. 16.

samochodami, które mogli prowadzić, zauważyli, że chłopcy chętniej prowokowali stłuczki. Umyślnie wjeżdżali pojazdem w inny pojazd lub inne dziecko¹⁹. Do gry wkroczyły testosteron i wazopresyna, rządy agresji i rywalizacji. To dlatego nastoletni chłopcy nierzadko wykazują bardzo ryzykowne zachowania. Po części poszukują w ten sposób powołania i manifestują swoją męskość.

Istotnie „w sercu każdego mężczyzny jest odrobina gwałtowności”²⁰. Każdy mężczyzna jest zaprojektowany do uczestnictwa w przygodzie – do bycia bohaterem, zdobywcą, wojownikiem. Doradca i autor książek John Eldredge zauważa: „Peleryny i miecze, kamuflaż, chusty na szyję i sześciopalcówki – to są uniformy chłopięctwa. Mali chłopcy pragną wiedzieć, że są silni, niebezpieczni, że są kimś, z kim trzeba się liczyć”. Eldredge jest „przekonany, że te pragnienia są uniwersalne, są kluczem do istoty męskości. Być może w tej chwili nie są na swoim miejscu, zostały zapomniane albo są fałszywie nakierowane, ale w sercu każdego mężczyzny znajduje się rozpaczliwe pragnienie stoczenia bitwy, przeżycia przygody i uratowania Pięknej”²¹.

Biologiczna skłonność mężczyzn do agresji połączona z wrodzonym pragnieniem dowodzenia własnej wartości skutkuje głęboko osadzonym „pragnieniem dziedzictwa”²². Podobnie jak szeregowiec Ryan po latach, mężczyzna chce wiedzieć: „Czy mi się udało? Czy wiodę dobre życie? Czy jestem dobrym człowiekiem?”. Na ziemi żyją dwie osoby, od których pragniemy usłyszeć potwierdzenie bardziej

¹⁹ Zob. Simon Baron-Cohen, opublikowane zimą 2005 r., „Phi Kappa Phi Forum”, www.findarticles.com/p/articles/mi_qa4026/is_200501/ai_n13486678 (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

²⁰ John Eldredge, *Dziki serce...*, s. 23.

²¹ Tamże, s. 22.

²² Gurian, *What Could He Be Thinking?*, s. 46.

niż od kogokolwiek innego – inny mężczyzna (szczególnie ojciec) i żona.

Po pierwsze, na ścieżce dowodzenia swojej wartości mężczyźni potrzebują zapewnienia innych mężczyzn. Dla faceta nie ma ważniejszego wsparcia, niż to otrzymane (szczególnie za młodu) od ojca. Pamiętasz, co wydarzyło się, kiedy Jezus wyszedł z Jordanu po chrzcie z rąk Jana? „Ten jest mój Syn umiłowany, w którym mam upodobanie” (Mt 3,17). Chwila, chwila – każdy mężczyzna chciałby usłyszeć takie słowa! Oto zapewnienie od Ojca ojców! Takiego wsparcia potrzebuje każdy mężczyzna – nasz Stwórca zapisał nam to w sercach.

Ten sam Ojciec uznaje tych, którzy pozostają z Nim w osobistej relacji, za swoje dzieci: „Wszystkim tym jednak, którzy Je przyjęli, dało moc, aby się stali dziećmi Bożymi, tym, którzy wierzą w imię Jego – którzy ani z krwi, ani z żądz ciała, ani z woli męża, ale z Boga się narodzili” (J 1,12–13). On myśli o tobie, zachwyca się tobą, raduje się z ciebie i śpiewa tobie (zob. Ps 40,17; 18,19; So 3,17); Jego aniołowie radują się z ciebie (zob. Łk 15,10) i ma w tobie upodobanie (zob. Pwt 7,7; Flp 1,8). Kocha ciebie każdą cząstką swojej niezmierzonej miłości. Nieważne jak bardzo kocha innych, nikogo nie kocha bardziej niż ciebie. I choć trudno nam to pojąć, Bóg kocha cię tak samo jak kocha Jezusa (zob. J 17,23). To dopiero aprobata!

Zapewnienie, za którym tęsknimy w całej okazałości odnajdujemy tylko w naszym niebieskim Ojcu. Jesteśmy w pełni kochani i w pełni akceptowani przez Ojca, który nigdy nas nie opuści (J 10,28). Z tego właśnie źródła nieskończonej miłości i wstawiennictwa czerpiemy siły, by jako mężowie i ojcowie ofiarnie i bezinteresownie darzyć miłością nasze żony i dzieci.

Po drugie, każdy mężczyzna pragnie być także bohaterem i obrońcą prawdziwej miłości – to pragnienie wyryte w naszych mózgach

i sercach przez Boga, który jest bohaterem i obrońcą naszych dusz (zob. Rz 7,24; Gal 1,4; 2 Tm 4,18; 2 P 2,9). Między innymi na tym polega moc wezwania Nehemiasza do obrony Jerozolimy: „Nie bójcie się ich! Na Pana wielkiego i strasznego pamiętajcie i walczcie za braci swoich, za synów swoich i córki, za żony swoje i domy!” (Ne 4,8).

Nieważne, jak mocno mężczyzna kocha swoją żonę i dzieci, dom nie stanowi podstawowego źródła zaspokojenia potrzeby dokonań. Zrozumienie, że mężowie i synowie są stworzeni do przygód i podbojów, że są zaprojektowani, by szukać, mierzyć i porównywać swoją wartość z innymi chłopcami i mężczyznami, może stanowić dla żon i matek odkrycie. Mężczyźni są skłonni do wielkich poświęceń w czasie wyprawy i jeśli stracą swoje powołanie lub zgubią się na drodze do podboju świata, będą wycofani, przygnębieni i zrezygnowani.

Jej mózg jest zaprojektowany, by się opiekować

Zróżnicowanie płciowe w skłonnościach do opieki ujawnia się jeszcze wcześniej niż pragnienie podboju. Dzieje się to, zanim dziewczęta i chłopcy nauczą się rozróżniać płci i rozpoznawać właściwe im zachowania²³. Nawet wśród dzieci w wieku od dwunastu do dwudziestu miesięcy bycie świadkiem zęciana się nad innymi wywołuje bardziej empatyczną reakcję u dziewcząt niż u chłopców²⁴.

²³ Zob. Jerome H. Barkow, Leda Cosmides, John Tooby, *The Adapted Mind: Evolutionary Psychology and the Generation of Culture*, Nowy Jork 1992, s. 538.

²⁴ Zob. David C. Geary, *Male, Female: The Evolution of Human Sex Differences*, Washington 1998, s. 219.

Różnice te stają się coraz bardziej widoczne w miarę jak dziewczynki dorastają. Niezależnie od wieku dziewczęta chętniej współpracują, a chłopcy rywalizują²⁵. Dziewczynki w wieku szkolnym starają się załagodzić konflikt, podczas gdy ich koledzy się nim napawają²⁶. Jej mózg pragnie budować więzi i opiekować się; jego mózg chce się bić. Po okresie adolescencji, kiedy, jak twierdzi jeden z badaczy, „łagodzące działanie estrogenu jest w pełni rozwinięte”²⁷, u kobiet pojawia się jeszcze wyraźniejszy wzrost skłonności do współpracy²⁸.

Naukowcy odkryli, że pragnienie „harmonijnych więzi jest silnie związane z estrogenem”²⁹, a więc kiedy jego poziom zaczyna rosnąć, kobieca wyższość w sferach opieki i kształtowania relacji staje się jeszcze bardziej oczywista³⁰. Przymus opieki staje się jeszcze silniejszy pod wpływem hormonów oksytocyny i prolaktyny, które uwalniane są w dużych ilościach podczas ciąży i karmienia piersią³¹.

Theresa Crenshaw uważa, że kobiety są rozjemczyniami i opiekunkami z powodu układu hormonów – „względnie wysokiego poziomu serotoniny w porównaniu do mężczyzn, obfitych zapasów oksytocyny, a także estrogenu, delikatnego, zwykle uspokajającego hormonu antydepresyjnego”³². Doktor Steven E. Rhoads zauważa, że „kolejnym powodem, dla którego kobiety łagodzą konflikty, jest ich głęboka

²⁵ Zob. Maccoby, *Two Sexes...*, s. 39.

²⁶ Zob. tamże, s. 37.

²⁷ Crenshaw, *Alchemy of Love and Lust*, s. 104.

²⁸ Zob. Campbell, *Mind of Her Own*, s. 116–117.

²⁹ Fisher, *The First Sex...*, s. 29.

³⁰ Zob. Geary, *Male, Female*, s. 250–251.

³¹ Zob. Campbell, *Mind of Her Own*, s. 55, 99.

³² Crenshaw, *Alchemy of Love and Lust*, s. 184.

potrzeba przyjaznych więzi. A najważniejsze dla nich więzi są w domu. Kobiety uważają, że relacje rodzinne są kluczem do szczęścia. Problemy rodzinne mają większy wpływ na zdrowie psychiczne żon niż mężów³³.

Zarówno u mężczyzn, jak i u kobiet oksytocyna wzmaga przywiązanie, poczucie spokoju i odprężenia emocjonalnego. U mężczyzn uwalniana jest w dużych ilościach podczas orgazmu. U kobiet rozmaite bodźce, nawet głaskanie dziecka³⁴, mogą pobudzić wytwarzanie oksytocyny. Naturalny opiat, oksytocyna, powoduje, że kobiety czują „euforię” i „ożywienie” podczas opieki na dzieckiem³⁵. Bóg zaprojektował kobiecy mózg jako w pełni podatny na działanie oksytocyny. Kobiety posiadają nie tylko więcej receptorów oksytocynowych w mózgu, mało tego, ich liczba zwiększa się w okresie trwania ciąży³⁶!

To, że kobiety są lepsze w opiece nad dziećmi niż mężczyźni, nie stanowi dla większości ludzi zaskoczenia. Krajowe badanie wykazało, że osiemdziesiąt siedem procent mężczyzn i siedemdziesiąt osiem procent kobiet uważa, że kobiety są lepiej przystosowane biologicznie do opieki nad dziećmi³⁷. Wiele badań wykazało, że kobiety są „bardziej empatyczne, czułe i opiekuńcze od mężczyzn”³⁸.

³³ Rhoads, *The Case Against Androgynous Marriage...*

³⁴ Zob. Sarah Blaffer Hrdy, *Mother Nature: A History of Mothers, Infants, and Natural Selection*, Nowy Jork 1999, s. 137–139.

³⁵ Zob. tamże, s. 137, 537–538.

³⁶ Zob. J.A. Russell, A.J. Douglas, C.D. Ingram, *Brain preparations for maternity – adaptive changes in behavioral and neuroendocrine systems during pregnancy and lactation. An Overview*, „Progress in Brain Research” 133 (2001), s. 1–38.

³⁷ Zob. Lynne E. Ford, *Women and Politics: The Pursuit of Equality*, Boston 2002, s. 285.

³⁸ Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 193.

Warto zdać sobie sprawę, że opieka wywiera niesamowicie pozytywny wpływ na kobiety. Możliwość sprawowania opieki nad dzieckiem w domu jest u kobiet „skorelowana z lepszym zdrowiem”³⁹. Dziewięćdziesiąt trzy procent matek uważa, że ich dzieci są źródłem szczęścia przez cały czas lub przez jego większość, a osiemdziesiąt sześć procent matek dzieci poniżej osiemnastego roku życia deklaruje, że relacja z dzieckiem ma decydujący wpływ na poczucie osobistego szczęścia (ocenianego w dziesięciopunktowej skali)⁴⁰.

Alice McDermott, laureatka nagród literackich, opisała, w jaki sposób ona i jej koleżanki z klasy zmieniły się pod wpływem macierzyństwa. Stwierdza, że „radość posiadania dzieci wydawała się (...) aż zbyt satysfakcjonująca, zbyt cudowna”, by wyrazić ją słowami. Poprosiła więc swoje koleżanki, by spróbowały ją opisać. Padały takie słowa jak: „Macierzyństwo to najlepsze, co mnie spotkało”, „To jak pływanie w ciepłym mleku”, „Mogłabym mieć cały stadion dzieci”⁴¹.

Poza wrodzonym pragnieniem opieki nad dziećmi, kobiety cieszą się wśród dzieci większym uznaniem za swoją troskę. Choć dzieci wydają się nie mieć preferencji, jeśli chodzi o zabawę z mamą lub z tatą, zdecydowanie wolą być pocieszane przez matki. Podsumowując, jeśli dzieci mają jakieś preferencje, wolą opiekę matek niż ojców w stosunku czternaście do jednego⁴².

³⁹ Myriam Khlat, Catherine Sermet, Annick Le Pape, *Women's Health in Relation with Their Family and Work Roles: France in the early 1990s*, „Social Science and Medicine” 50, nr 12 (czerwiec 2000), s. 1807–1825.

⁴⁰ Zob. *Motherhood Today – A Tougher Job, Less Ably Done: As American Women See It*, opublikowane 9 maja 1997, „Pew Research Center”, <http://people-press.org/dataarchive/#1997> (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

⁴¹ Cyt. za: Rhoads, *Case Against Androgynous Marriage...*

⁴² Zob. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 11.

Pragnienie opieki i korzyści z niej płynące nie są zarezerwowane tylko dla mężatek posiadających dzieci. Ustalono, że to córki chętniej opiekują się chorymi rodzicami niż synowie⁴³, i to kobiety częściej niż mężczyźni dbają o zwierzątko domowe⁴⁴. Singielki w każdym wieku nie tylko poszukują ujęcia dla potrzeby opieki, ale stają się zdrowsze dzięki okazywaniu troski. Samotna kobieta, która opiekuje się zwierzęciem, może w ten sposób znacznie obniżyć podwyższone ciśnienie krwi⁴⁵.

To nie warunki społeczne tłumaczą niepojętą radość i satysfakcję, jaką kobieta odczuwa podczas opieki – tak zaprojektowany jest jej mózg. Nic dziwnego, że kobiety tak bardzo cierpią, gdy są bezdzietne lub dziecko straciły. Pacjentki poddawane leczeniu niepłodności popadają w depresję porównywalną do pacjentów cierpiących na AIDS czy raka⁴⁶. Po poronieniu na sześć miesięcy ryzyko depresji wzrasta pięciokrotnie⁴⁷.

W wyniku poronień straciliśmy z Waltem czwórkę dzieci. Ból po każdej kolejnej stracie był dla mnie coraz większy. Walt płakał i cierpiał po każdej stracie – ale moje udręki były gorsze niż tortury. Została mi wydarta częśćka mnie, a utrata tych dzieci pozostawiła mi pustkę w sercu.

⁴³ Zob. Alan Wolfe, *Whose Keeper? Social Science and Moral Obligation*, Berkeley 1991, s. 164.

⁴⁴ Zob. Brad C. Gehrke, *Results of the 1997 AVMA Survey of U.S. Pet-Ownning Households Regarding Use of Veterinary Services and Expenditures*, „American Veterinarian Medical Association” 211, nr 4 (1997), s. 417–418.

⁴⁵ Zob. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 193.

⁴⁶ Zob. Rhoads, *Case Against Androgynous Marriage...*

⁴⁷ Zob. tamże.

On podbijał, a ona opiekowała się długo i szczęśliwie

Czy to możliwe, by jego podboje i jej opieka przynosiły im obojgu szczęście? Oczywiście, że tak! Bóg tak to wymyślił i jest to możliwe dzięki tzw. „delikatnym patriarchom” i „służebnym przywódcom”, jak określił ich dr W. Bradford Wilcox. Odkrył on w swoich badaniach, że są to te typy mężczyzn, którzy zwracają uwagę na kobiece potrzeby komunikacji i okazywania uczuć, a także są świadomi odpowiedzialności za potrzeby finansowe rodziny i zapewniają jej moralne prowadzenie. Tacy mężczyźni są bardziej skłonni podążać za biblijnym modelem małżeństwa. Częściej rozumieją także „święty obowiązek wykorzystywania siły do służby rodzinie”⁴⁸.

Badania na całym świecie wykazują, że kobiety (...) na partnerów i mężów wybierają mężczyzn, którzy dążą do osiągnięć i wysokiej pozycji. Kobiety pragną mężczyzn, którzy chcą być królami (choćby na poziomie lokalnym), wojownikami (obrońcami, dzięki którym poczują się bezpiecznie), czarodziejami (mężczyznami, którzy posiadają, choćby dzięki gadżetom, jakieś magiczne moce prowadzące do sukcesu), kochankami (mężczyznami, którzy czynią kobiety częścią swoich poszukiwań)⁴⁹.

Michael Gurian

Kobiece pragnienia silnego mężczyzny doskonale pasują do mentalności bohatera, w którą „umysły mężczyzn są biologicznie wypo-

⁴⁸ Cyt. za: Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 262.

⁴⁹ Gurian, *What Could He Be Thinking?...*, s. 62.

sażone”⁵⁰. Potwierdzają to badania naukowe. Pewien przegląd ponad dwudziestu badań dotyczących szczęścia małżeńskiego wykazał, że pary zdominowane przez żonę były mniej szczęśliwe, a także że żony te są mniej zadowolone ze swoich mężów. Innymi słowy, małżeństwo sprawdza się najlepiej, gdy „żona może wpływać na męża”, ale nie stara się go zdominować i poniżyć⁵¹.

Jeśli małżeństwo oznacza związek osoby skonstruowanej do podbojów i dążeń z osobą o zamiłowaniu do opieki i czułości, nie powinno nas dziwić, że pierwsza ze stron jest, w pewnym sensie, głową rodziny (...). Nie oznacza to, że ma on rządzić jak dyktator. Istotnie, nadal często słyszy się o słabych, kobiecych kobietach i ich męskich mężach, których „owinęły sobie wokół palców”. Szczęśliwa kobieta zazwyczaj rządzi pośrednio. Może rządzić, ponieważ mąż ją kocha i pragnie ją zadowolić (...) Wtedy obie strony są zadowolone⁵².

Dr Steven E. Rhoads

Większość mężczyzn po prostu nie interesuje się kobietami, które próbują sprawować nad nimi kontrolę⁵³. Badania wykazały, że mężczyźni „zdecydowanie nie lubią” tendencji do dominacji u partnerek⁵⁴. Dlaczego? Godzi to w biologiczną potrzebę podboju. Kiedy mężczyzna odnosi sukces, „osiąga przyjemny wzrost testosteronu; kiedy zawodzi, przegrywa lub jest poniżany, doświadcza spadku testosteronu”⁵⁵.

⁵⁰ Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 63.

⁵¹ Bernadette Gray-Little, Nancy Burks, *Power and Satisfaction in Marriage: A Review and Critique*, „Psychological Bulletin” 93, nr 3 (1983), s. 513–538.

⁵² Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 262.

⁵³ Zob. Campbell, *Mind of Her Own...*, s. 72, 110, 116.

⁵⁴ Zob. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 152.

⁵⁵ Tamże, s. 153.

Choć kobiety wydają się skonstruowane tak, by pragnąć mężczyzny, który je poprowadzi, potrzebują one także partnera, który je docenia i poważa – który jest wobec nich lojalny i okazuje im szacunek. Męska dominacja jest korzystna dla małżeństwa, jeśli władza jest w nim „wyważona, nie autokratyczna”⁵⁶. A zatem, choć kobietom podobają się silni, mężczyźni, nie chcą one tyranów. Tak naprawdę kobiety często rozwodzą się z mężczyznami, którzy zachowują się jak bezwzględni dyktatorzy i którzy je poniżają⁵⁷.

Szanujemy nasze projekty

Jego mózg jest zaprojektowany, by oceniać i rozumieć przedmioty, ludzi, systemy i ich relacje do innych przedmiotów. Jego mózg jest pobudzany i zaprojektowany do działania i naprawiania – w przeciwieństwie do jej mózgu, który został stworzony do łączenia ze sobą emocji i słów, znajomych i przyjaciół, opieki i troski. Nic dziwnego, że mężczyźni określają siebie poprzez pracę i dokonania – przez to, co zrobili, naprawili, rozwiązali – a kobiety przez relacje i powiązania – przez tych, o których się troszczą.

Kobiety z powodu sporych i aktywnych ośrodków mowy, silnych powiązań między układami mowy i emocji oraz pobudzanej przez estrogen i oksytocynę potrzeby opieki i przyjaźni, są skonstruowane do nawiązywania relacji – i określają siebie przez jakość owych związków. Ponadto jej mózg stworzony został z zaprojektowaną przez Boga potrzebą bycia tą, za którą się podąża i dla której się poświęca; chce ona

⁵⁶ Gray-Little, Burks, *Power and Satisfaction in Marriage...*, s. 513–538.

⁵⁷ Zob. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 78.

przeżyć przygodę ze swoim bohaterem; tęskni za tym, by ktoś rozpoznał i ujawnił jej wewnętrzne piękno.

Walt może czuć pociąg do bitew i walki, ale ja przede wszystkim pragnę, aby walczył za mnie. Serce kobiety pragnie, by o nie walczono, by je pielęgnowano i szanowano. Nic dziwnego, że kiedy byliśmy małe, pociągały nas historie o księciu, który uwalnia królową z rąk porywaczy, o żołnierzu, który szturmuje mury, by oswobodzić uwięzioną damę, o zawadiackim żeglarzu, który ratuje kobietę z opresji.

Podczas gdy Walt musi stawić czoła wielkiej przygodzie, by zaspokoić swoje potrzeby, ja także pragnę być częścią czegoś większego. Oczywiście dla mnie to założenie rodziny, wychowanie i opieka nad dziećmi. Ale jest coś jeszcze. Choć pragnę i potrzebuję bezpieczeństwa i pewnej stabilizacji, chcę również wiedzieć, że jestem niezbędną częścią jego przygody. Nie muszę być na szlaku, na pokładzie statku ani na pustkowiu – ale chcę mieć swój udział.

Walt pragnie uratować Piękną, ale ja skrywam w sobie uwodzicielkę, która pragnie uwagi. Jako mała dziewczynka cieszyłam się z aprobaty i podziwu ze strony ojca. Jako nastolatka pragnęłam oczarować młodzieńca. Jako żona chcę wiedzieć, że skradłam mojemu mężowi serce i przykuwam jego wzrok – i tylko on może mnie zapewnić, że tak się dzieje.

Kiedy zbliżaliśmy się do końca niniejszej książki, przechodziliśmy z Waltem kryzys. Termin gonił, a nas czekało jeszcze wiele pracy. Zostało nam czterdzieści osiem godzin, musieliśmy jechać na wesele, nasza ukochana krewna trafiła do szpitala z podejrzeniem wylewu, a my ślęczeliśmy nad papierami w osobnych pokojach. Zaniósłam mu cztery rozdziały, ale nie zrozumiałam dokładnie, co miałam zrobić. Warknęłam na mnie, a ja mu odwarknęłam. Mówiliśmy do siebie ostro i krzywdząco. Umknęłam do bezpiecznej kuchni i zaczęłam płakać.

Po chwili Walt przyszedł i wziął mnie w ramiona. Powiedział, że żadna książka ani terminarz nie są ważniejsze ode mnie. Wolałby przestać pisać i zwrócić wydawcy zaliczkę, niż stracić mnie. Nie chciał mnie ranić tylko po to, by skończyć książkę.

Mógł kazać mi wziąć się w garść. Mógł próbować zagrzewać mnie do walki. Mógł usiłować postawić mnie do pionu. Ale nie zrobił żadnej z tych męskich rzeczy. Zamiast tego nagrodził i ochronił moje kobiece serce. Odzyskał mnie mądrze, zamiast krzywdzić i ranić.

Oczywiście żona także musi poważać projekt mózgu swojego męża. Rozsądna żona dostrzeże mądrość w stwierdzeniu terapeuty małżeńskiego Michaela Guriana: „Być może zauważyłaś, że opowiadanie o własnych dokonaniach i zdolnościach sprawia mu przyjemność i daje powód do dumy (...) Kiedy podaje szczegóły (...), dzieje się rzecz piękna i tajemnicza: on zacieśnia z tobą więź, pokazując ci siebie”⁵⁸.

Jeśli danego dnia – ani tygodnia – nie dokonał żadnego bohaterskiego czynu, może mieć poczucie porażki i może starać się je przezwyciężyć, emocjonując się sukcesami swojego ulubionego sportowca (...) [lub] biorąc udział w jakiejś rywalizacji. Jeśli wygra w pokera (...) prawdopodobnie poczuje się lepiej, poczuje, że przecież sprostął wyzwaniu – zachował się heroicznie, był wolny i silny⁵⁹.

Michael Gurian

⁵⁸ Gurian, *What Could He Be Thinking?...*, s. 63.

⁵⁹ Tamże.

Mądra żona zauważy też, że męski sposób myślenia ma pewne luki. Mąż nie zawsze w pełni przetworzy swoje myśli i emocje, zanim zacznie działać. Nie zawsze dostrzega wszystkie możliwe zagrożenia i konsekwencje. Wielokrotnie nie zdaje sobie sprawy z własnej mocy – siły w działaniu, a szczególnie w słowach. Jego projekt pozwala mu jednak odpowiadać na prośbę żony, która kocha go i szanuje na tyle, by powiedzieć: „Pewnie tego nie zauważyłeś, ale zraniłeś naszego syna/naszą córkę/naszego znajomego, kiedy zrobiłeś... [albo powiedziałeś...]”.

Kiedy pewnego popołudnia Scott, nasz syn, skończył koszenie i pielencenie trawnika, zawołał tatę na zewnątrz, by pokazać mu swoją pracę – ponieważ należyte wypełnienie obowiązku było warunkiem wyjścia na imprezę w szkole. Wyszli do ogródka. Krótco później Scott wrócił do domu wściekły i cały we łzach. Kiedy go pocieszałam, pożałił mi się, że tata nigdy nie docenia tego, co robi – nigdy nie jest wystarczająco dobrze. „Tata zawsze coś wytknie”.

Zdałam sobie sprawę, że Walt chciał, by jego syn wypełniał swoje obowiązki perfekcyjnie. Mógł jednak poprawić swój sposób komunikacji ze Scottem. Tamtego wieczoru przeszliśmy się na spacer po ogrodzie.

– Wiesz, jak bardzo skrzywdziłeś Scotta, kiedy komentowałeś jego pracę?

Walt spojrzął na mnie z niedowierzaniem.

– Nie! A poczuł się skrzywdzony? Dlaczego? – pytał.

– Pewnie nie zdawałeś sobie z tego sprawy. Walt, Scott naprawdę potrzebuje zachęty i wsparcia z twojej strony. Chce wykonywać dobrą robotę i zasłużyć na twoje uznanie, ale ty ranisz go przez swoje reakcje – wyjaśniłam. Umilkłam na chwilę, by dać mu czas na przetworzenie tych słów. Widziałam, że przyjął je do wiadomości i że taka komunikacja działa. Później odbyliśmy pouczającą rozmowę o tym, w jaki sposób Walt może poprawić swoje reakcje. Następnego tygodnia, po skończo-

nej pracy w ogrodzie, Scott śmiał się razem z ojcem. Scott uniósł kciuki w górę i wiedziałam, że tata zachował się lepiej.

Barb zrozumiała, że mężczyzna jest skonstruowany nie tylko do podbojów, ale i do bycia podziwianym. Zaapelowała do mnie, nie tylko pokazując mi, że skrzywdziłem i zniechęciłem swojego syna do działania, ale podpowiadając, jak stać się lepszym. Razem naprawdę jesteśmy lepsi niż w pojedynkę!



Rozdział 10

Jego mózg – zapewnienie bytu, jej mózg – bezpieczeństwo

Kiedy pisaliśmy ten rozdział, zrobiliśmy sobie przerwę na *Sklepik z horrorami*, sztukę, która w karykaturalny sposób przedstawia lata pięćdziesiąte. Widziałem już ten musical i tym razem zainteresowały mnie reakcje widowni. Kiedy Audrey, jedna z głównych bohaterek, zaczęła śpiewać o swoich marzeniach o zamążpójściu i ucieczce ze Skid Row, rozejrzałem się po obecnych na sali studentach – głównie dziewczętach – spodziewając się śmiechów lub wyrazów oburzenia. Myślałem, że wiem, czego się spodziewać – jakże bardzo się myliłem!

Początkowo wszyscy się uśmiechali. Audrey śpiewała o drewnianym domku z grillem na patio, otoczonym stylowym płótnem. Kiedy jednak przeszła do opowieści o sprzątaniu w domu, podczas gdy jej mąż zajmować się będzie ogrodem, na twarzach młodszych kobiet dostrzegłem lekkie napięcie.

„Zaraz się wściekną!” pomyślałem, kiedy Audrey śpiewała dalej o gotowaniu mrożonek dla męża i wspólnym oglądaniu ulubionej komedii na ogromnym, dwunastocalowym telewizorze. Po widowni przetoczył się śmiech, widzowie pewnie pomyśleli sobie o dzisiejszych gigantycznych ekranach. Ale widziałem też łzy – wiele łez. Byłem zdumiony ich reakcją, kiedy Audrey skończyła piosenkę o domu marzeń, który nie tylko miał znajdować się z dala od Skid Row, ale miał być jak żywcem wzięty z magazynu „Dom & Wnętrze”.

Widzowie (po większości z nich spodziewałem się wybuchu złości lub żalu, jeśli ktokolwiek pozwoliłby sobie na tego typu sentymenty) wzniesli oklaski. Byłem zaskoczony faktem, że z takim uznaniem przyjęli bohaterkę teatralną, która w oczywisty sposób wyrażała potrzeby i pragnienia zaprojektowane przez Boga, w które wyposażył On każdego z nas.

Choć takie myśli o tradycyjnym domu i małżeństwie wydają się mało popularne wśród wielu osób, które chcą sterować naszymi wartościami kulturowymi, odzwierciedlają one trafnie różnice pomiędzy mózgami męskim a kobiecym, jeśli chodzi o zapewnianie bytu i bezpieczeństwa – ona pragnie bezpieczeństwa, on zapewnia byt materialny rodzinie i chroni swoją żonę.

Większość z nas, facetów (chyba że ktoś mieszka na innej planecie albo nie interesuje się płcią przeciwną), wie, że kobiety pragną bezpieczeństwa. A większość kobiet wie, że mężczyźni gorąco pragną chronić i zapewniać byt swoim żonom i rodzinom. Teraz już nie powinno cię dziwić, że te zaprojektowane przez Boga różnice w pewnym stopniu znajdują odzwierciedlenie w chemii naszych mózgów.

Chemia mózgu i szczęście rodzinne

Jedna z najgłębszych różnic chemicznych między mózgami kobiet i mężczyzny polega na wyższym poziomie oksytocyny u kobiet. Hormon ten powoduje, że jej mózg koncentruje się na poszukiwaniu możliwości zacieśnienia więzi w relacjach opiekuńczych.

Choć kobiety mogą zaspokajać potrzebę przywiązania poza domem, poziom oksytocyny rośnie, gdy znajdują się one w stabilnym, szczęśliwym małżeństwie, które umożliwia im stworzenie spokojnego domu, gdzie będą rodzić, pielęgnować i opiekować się dziećmi. Oksytocyna popycha je do tworzenia trwałych więzi, zakładania domu i rodziny¹. Kiedy kobiety poszukują partnera na całe życie, pragną, rzecz jasna, małżonka, który będzie rozważny, szczerzy, interesujący i wierny². Prawie zawsze szukają również mężczyzn, którzy będą je wspierać i zapewniać im byt³. Żywiciel rodziny jest im potrzebny, ponieważ większość kobiet, jeśli ma wybór, największą satysfakcję i zadowolenie czerpie z pracy w domu i wychowywania dzieci. Nawet jeśli pracują poza domem, wciąż traktują obowiązki domowe bardzo poważnie⁴ i mogą wręcz czuć się oszukane, kiedy mężowie przejmują ich zadania⁵.

W jaki sposób kobieca, wrodzona potrzeba tworzenia domu wpływa na małżeństwo? Pomyśl o czymś tak prostym jak zmywanie naczyń. Barb i ja postrzegamy czystość kompletnie inaczej. Dla mnie

¹ Zob. Gurian, *What Could He Be Thinking?...*, s. 147.

² Zob. Linda Mealey, *Sex Differences: Developmental and Evolutionary Strategies*, San Diego 2000, s. 272.

³ Zob. David M. Buss, *The Evolution of Desire*, Nowy Jork 1994, rozdziały 2–3.

⁴ Zob. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 35.

⁵ Zob. tamże, s. 257.

naczynia są czyste, kiedy spłuczę z nich większość jedzenia i tłuszczu. Dla Barb muszą lśnić. Stoją za tym przesłanki biologiczne, ponieważ mężczyźni i kobiety dosłownie widzą otoczenie inaczej. Jako mężczyzna mam mniej czułe oko na szczegóły niż Barb. Być może ważniejszym czynnikiem jest fakt, że krystalicznie czyste szkło nie znajduje się tak wysoko na mojej liście priorytetów co u Barb.

Dla kobiety, dla której dom jest nie tyle hotelem, co raczej tłem dla ważnych z jej punktu widzenia związków z ludźmi, brudna szklanka stanowi pośrednio milczący wyrzut wobec cenionych przez nią wartości. (...) Dla kobiety istotne jest, czy jej dom to miejsce, w którym przebywać jest przyjemnie i zdrowo, bo to, co jest dla kobiety ważne – miłość, czułość, związki uczuciowe, bezpieczeństwo – najczęściej rozgrywa się w domu⁶.

Dr Anne Moir

Tak naprawdę przeważająca część moich kolegów zauważa, że ich żony wykonują większość, jeśli nie wszystkie, prace związane ze sprzątaniem domu, ponieważ niemal wszyscy mężczyźni robią to byle jak. Jeden znajomy powiedział mi: „Wcześniej dawałem z siebie wszystko, by pomagać w domu. Ale jej standardy są o wiele wyższe od moich. Chciałbym pomagać więcej – robić więcej – ale przez nią czuję się nieudolny. Mówi, że kiedy robię coś w domu, ona musi po mnie poprawiać. Czuję się wtedy podle. Kiedy ona sprząta, ja idę pracować w ogrodzie”. Inny mąż mówi: „Nie domagam się już »sprzątania«

⁶ Moir, Jessel, *Płeć mózgu...*, s. 214–215.

w domu. Zamiast tego »ulepszam« go. Kiedy żona jest przeciążona, docenia moje wysiłki, ale oboje wiemy, że daleko temu do jej pojęcia czystości”.

My również musieliśmy nauczyć się radzić sobie z tymi fundamentalnymi różnicami w postrzeganiu i składzie chemicznym naszych mózgów. Kiedy jestem przygnębiona lub chora, on często – z jak najlepszymi intencjami – próbuje mnie odciążyć, przejmując niektóre obowiązki domowe. Nieważne, jak bardzo się stara, jego wysiłki przeważnie spływają na niczym i nie udaje mu się mi ulżyć. Po części dlatego, że ja tak naprawdę czerpię terapeutyczną przyjemność z wykonywania owych obowiązków; a po części dlatego, że chcę, by wszystko było zrobione po mojemu.

Przekonałem się, że dr Anne Moir ma całkowitą rację, wyjaśniając, że „mąż popada w kłopoty, niewłaściwie (choćby tylko minimalnie) wkładając naczynia do zmywarki lub źle składając obrus. Hormony uwydatniają zasadniczą odmienność postaw i postrzegania między płciami”⁷.

A jaka jest druga strona medalu? Czy męskie hormony wpływają na jego potrzebę zapewniania bytu i ochrony kobiecego pragnienia bezpieczeństwa? Pewnie, że tak. Zdziwisz się, w jaki sposób te zaprojektowane przez Boga potrzeby zapewniania bytu i bezpieczeństwa wzajemnie się dopełniają.

Mężczyźni są, rzecz jasna, mniej zdominowani przez oksytocynę, a bardziej przez testosteron i wazopresynę. Hormony te popychają ich do agresywnej uporczywości w dowodzeniu swojej wartości przed żonami i całym światem – wolą to niż siedzenie w domu i opiekowanie się dziećmi. Niezależność wzbudzana przez testosteron i wazopresynę, a także emocjonalna potrzeba bycia podziwianym i szanowanym

⁷ Tamże, s. 215.

każe im wyjść z domu i szukać swojego miejsca w świecie. Czynią to, by popisać się przed swoimi żonami i je uszczęśliwić⁸. Zapewnienie bytu żonie jest bardzo ważne – a nawet kluczowe – dla jego poczucia własnej wartości.

Wiele mężów i żon nie zdaje sobie jednak sprawy, jak głęboka i silna jest biologiczna potrzeba bycia uznanym i podziwianym za zapewnianie bytu żonie i rodzinie. To niczym wrodzony, biologiczny „test”, w którym każdy mężczyzna pragnie osiągać znakomite wyniki. Taki jest właśnie Boży projekt: on pragnie wyróżniać się w zapewnianiu bytu rodzinie, a ona ma to doceniać.

Podoba mi się, w jaki sposób Barbara i Allan Pease'owie opisują wzajemne dopełnianie się naszych biologicznych projektów i potrzeb: „Mężczyzna odczuwa biologiczną potrzebę, aby zaopatrywać kobietę, a potwierdzeniem jego sukcesu jest jej wdzięczność. Jeżeli ona jest szczęśliwa, on czuje się spełniony. Jeżeli zaś ona nie jest szczęśliwa, on uważa się za nieudacznika, ponieważ sądzi, że nie zdołał jej wszystkiego zapewnić. Mężczyźni bez przerwy mówią przyjaciółom: »Nigdy nie mogę jej zadowolić«. (...) On chce usłyszeć, że odniósł sukces w tym, co robi, i że wszystko jej zapewnił”⁹. Zapewnianie nam bytu i ochrony jest wbudowane w kod DNA naszych mężów. Kiedy próbujemy przywłaszczać sobie albo lekceważyć to, do czego zaprojektowany jest nasz mąż, narażamy nasz związek na niebezpieczeństwo.

Barb ma rację. Nasze małżeństwo jest zagrożone, jeśli lekceważymy Boży projekt. Przyjrzyj się następującym, udokumentowanym efektom zachwiania równowagi między zaopatrywaniem a bezpieczeństwem:

⁸ Zob. Gurian, *What Could He Be Thinking?...*, s. 147–148.

⁹ Pease, *Dlaczego mężczyźni...*, s. 157–158.

- ♦ Kobiety rozwodzą się z mężczyznami, którzy nie mają ambicji i stabilnej, dobrej pracy¹⁰.
- ♦ Mąż rzadko kiedy czuje się dobrze, gdy żona wspiera go finansowo¹¹.
- ♦ Pary, w których żona jest bardziej ambitna albo zarabia coraz więcej, częściej się rozstają¹².
- ♦ Młodzi, wykształceni, spełnieni zawodowo ojcowie pozostający w małżeństwach, w których obie strony pracują, są mniej zadowoleni z pracy, małżeństwa i życia osobistego niż podobni mężczyźni, którzy są jedynymi żywicielami rodziny¹³.
- ♦ Małżeństwa, w których obie strony pracują, deklarują, że „jest łatwiej”, gdy praca żony „przynosi mniej dochodów niż praca męża”. Większość kobiet podtrzymuje ten pogląd, ponieważ (1) uważają, że u męża praca bardziej wpływa na „poczucie własnej wartości”, (2) chcą, by ich mąż odnosił sukcesy¹⁴.
- ♦ Pary zadają sobie wiele trudu, by ukryć wysokie zarobki żony i ocalić status męża jako głównego żywiciela rodziny¹⁵.

¹⁰ Zob. Rhoads, *The Case Against Androgynous Marriage...*

¹¹ Zob. Harley, *I żyli długo...*, s. 166.

¹² Zob. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 61.

¹³ Zob. Linda Thompson, Alexis J. Walker, *Gender in Families: Women and Men in Marriage, Work, and Parenthood*, „Journal of Marriage and Family” 51 (1989), s. 853.

¹⁴ Zob. Janice M. Steil, *Marital Equality: Its Relationship to the Well-Being of Husbands and Wives*, Thousand Oaks 1997, s. 50–55.

¹⁵ Zob. tamże.

Wskaźniki rozwodów są wyższe, kiedy żona odnosi więcej sukcesów w pracy niż jej mąż. Dlaczego tak się dzieje? Ani wyzwolone samice alfa, ani znerwicowane samce beta nie czują się dobrze z taką zamianą ról. (...) Najpierw żona zaczyna tracić szacunek do męża, potem on czuje się zniewieściał, a następnie życie seksualne obumiera¹⁶.

Ralph Gardner Jr.

Nie chodzi tylko o „zamianę ról”. Powyższe wnioski nie są sekstowskie ani szowinistyczne. Idzie raczej o zadzieranie nosa i lekceważenie naszych wrodzonych projektów oraz intencji naszego Stworzyciela. Nic dziwnego, że Biblia potępia mężczyzn, którzy nie zapewniają bytu swoim rodzinom: „A jeśli kto nie dba o swoich, a zwłaszcza o domowników, wyparł się wiary i gorszy jest od niewierzącego” (1 Tm 5,8). Podejście do zapewniania bytu ma ogromny wpływ na zdrowie małżeństwa i rodziny. Badania przeprowadzone przed dra Stevena Rhoadsa doprowadziły go do wniosku, że „żonaci mężczyźni zazwyczaj sprawdzają się w roli żywiciela (...) praca po części zaspokaja potrzeby leżące w naturze mężczyzny. Pozwala mu przebywać poza ogniskiem rodzinnym. Zapewnia warunki do rywalizacji. Zarobki stanowią namacalny dowód rozwoju”¹⁷. Dalej: „Kobiety o wiele bardziej wolą opiekować się dziećmi i pracować w domu (...) Istnieją silne podstawy, by sądzić, że różnice te mają podłoże biologiczne”¹⁸.

¹⁶ Ralph Gardner Jr., *Alpha Women, Beta Men: Wives are Increasingly Outearning Their Husbands, But Their New Financial Muscle Is Causing Havoc in the Home*, opublikowane 17 listopada 2003 r., „New York Magazine”, www.newyorkmetro.com/nymetro/news/features/n_9495/ (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

¹⁷ Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 253.

¹⁸ Tamże, s. 256.

Kiedy żona pracuje poza domem

A zatem, co z małżeństwami żyjącymi w społeczeństwie, w którym podwójny dochód staje się normą? Czy to źle, że mężatki pracują poza domem? Czy możliwe jest zapewnianie rodzinie bytu przy jednoczesnym poważaniu zaprojektowanych przez Boga różnic? I Barb, i ja odpowiedzamy stanowcze „nie!” na pytanie pierwsze i „tak” na drugie. Nie mamy nic przeciwko kobietom, które chcą pracować, wierzymy jednak, że powinniśmy dbać o nasze rodziny w sposób zaprojektowany przez Boga i zapewniający maksymalną opiekę dzieciom. Co zrobić, by nam się to udało?

Często słyszę od mężatek, jak bardzo nie lubią tego, że życie zmusza je do pracy. Chcą mieć wybór pomiędzy angażowaniem się w karierę zawodową a tworzeniem domu – najlepiej, gdyby można było połączyć obie możliwości. (...) Pragnę raczej podkreślić pewną zasadę. Kobiety chcą mieć wybór i decydować, czy po urodzeniu dzieci podejmą pracę. Jeśli wybiorą karierę, to ich zarobki niekoniecznie muszą być przeznaczone na utrzymanie rodziny¹⁹. (...) Czasami zadziwia mnie, jak bardzo się zmienia stosunek żony do męża, kiedy ta sobie uświadomi, że jego pensja zabezpiecza wszystkie podstawowe potrzeby rodziny²⁰. (...) Jeśli chodzi o pieniądze i małżeństwo, to mniej może oznaczać więcej²¹.

Dr Willard Harley

¹⁹ Harley, *I żyli długo...*, s. 165.

²⁰ Tamże, s. 168.

²¹ Tamże, s. 172.

Po pierwsze, kobieta sama musi zdecydować, czy chce połączyć prowadzenie domu z karierą zawodową. Jeśli wyboru dokona za nią jej mąż, społeczeństwo lub ktokolwiek inny, wywoła to silne napięcie w małżeństwie, a kobieta może zostać pozbawiona satysfakcji i radości z bycia taką, jaką stworzył ją Bóg.

Po drugie, jeśli kobieta wybiera karierę, mogą wspólnie z mężem zdecydować, czy będą przeznaczać zarobione przez nią pieniądze na podstawowe potrzeby. To ma sens, biorąc pod uwagę różnice między naszymi mózgami. Kobieta zwykle potrzebuje i pragnie, by jej mąż zarabiał na podstawowe potrzeby, a on jest zaprojektowany, by to robić. Doktor Willard Harley zauważa: „Większość kobiet nie tylko oczekuje, że mąż będzie pracował, ale i że jego zarobki wystarczą na zabezpieczenie rodziny”²². Kiedy mąż nie może lub nie decyduje się na zaspokajanie podstawowych potrzeb rodziny, zwykle prowadzi to do konfliktu w małżeństwie.

Mówiąc prościej, niepowodzenie w zapewnieniu wystarczającego dochodu na utrzymanie domu, ubrania, jedzenie, transport i inne podstawowe potrzeby może, biorąc pod uwagę projekty naszych mózgów, doprowadzić do poważnych problemów.

Zawsze istnieją jednak wyjątki. Na przykład, kiedy Walt kształcił się w szkole medycznej, to ja byłam główną żywicielką rodziny. Oboje rozumieliśmy, że to poświęcenie z mojej strony i krótkoterminowa inwestycja, na którą decydujemy się wspólnie, by wypełniać jego powołanie i zapracować na naszą przyszłość. Czuliśmy, że Pan jest zadowolony z naszego postanowienia.

Kiedy małżeństwo stawia czoła sytuacji, w której żona pracuje zawodowo, a jej zarobki pozwalają na zapewnienie większości dochodu

²² Tamże, s. 165.

rodzinie (i zaspokojenie niektórych lub wszystkich podstawowych potrzeb), musi zdawać sobie sprawę, na co tak naprawdę się porywa. Zalecamy, by mąż i żona wspólnie to omodlili i porozmawiali z doradcą zawodowym lub duchownym o możliwych zagrożeniach, korzyściach i konsekwencjach dla małżeństwa i związku.

Po trzecie, jeśli para ta spodziewa się dziecka, czas dokonać ponownej oceny sytuacji. Nieważne, jak bardzo my, kobiety, lubimy naszą pracę, chemia mózgów i biologia większości z nas każe nam zostać w domu po urodzeniu dziecka. Kiedy po raz pierwszy zobaczyłam wynik pozytywny na teście ciążowym, zaczęłam rozważać czasową przerwę w pracy jako nauczycielka, zajęcie się domem i macierzyństwem. Uwielbiałam uczyć, ale czułam wewnętrzne powołanie do bycia pełnoetatową mamą. A dzieci są zaprojektowane tak, by czerpać korzyści z wyjątkowej opieki i miłości matki. Dzieci poszukują i pragną matczynej miłości, a dla zdecydowanej większości dzieci nie ma lepszej opiekunki niż mama.

Barb nie była jedyna. Choć siedemdziesiąt jeden procent mam pracuje zawodowo, badania Pew Research Center wykazały, że coraz więcej kobiet jest przekonanych o szkodliwym wpływie takiej sytuacji na dzieci. Tak naprawdę tylko dwadzieścia dziewięć procent kobiet uważa, że rodzice pracujący zawodowo są w stanie dobrze zająć się dzieckiem²³. Zaskakujące jest to, że „osoby z wyższym wykształceniem są bardziej negatywnie nastawione do wzrostu liczby matek pracujących zawodowo niż te z niższym wykształceniem (czterdzieści siedem procent kontra trzydzieści osiem uważa, że to niedobra tendencja)”²⁴.

Doktor Janice Shaw Crouse stwierdza, że „najwyraźniej coś trzeba poświęcić i rodzina musi razem pracować nad pogodzeniem obowiązków zawodowych obojga rodziców (...) Zdecydowanie zbyt wiele par

²³ Zob. *Motherhood Today – A Tougher Job, Less Ably Done...*

²⁴ Tamże.

zdaje sobie sprawę – za późno – że podjęło taką decyzję, kierując się niewłaściwymi priorytetami. Rozsądne kobiety wiedzą, że nie mogą mieć wszystkiego naraz; muszą uznać, że skoro zostały obdarzone dziećmi, ich potrzeby powinny stać najwyżej w hierarchii”²⁵.

Kiedy ponosisz porażkę w wychowaniu dzieci, reszta nie ma już większego znaczenia²⁶.

Jackie Kennedy

Naukowcy dowiedli czegoś, co wie praktycznie każda matka małego dziecka: dla mamy z dzieckiem poniżej osiemnastego roku życia relacja z pociechą stanowi najważniejszy aspekt jej życia – sprawdza się to zwłaszcza w przypadku matek dzieci w wieku przedszkolnym. Osiemdziesiąt procent mam uważa, że rola rodzica ma w ich życiu znaczenie nadrzędne²⁷. W książce *7 Myths of Working Mothers* (pol. *7 mitów na temat pracujących matek*) Suzanne Venker stwierdza, że „gdyby postrzegać macierzyństwo jako pracę na pełen etat, czym w istocie jest, a nie jako zajęcie dodatkowe, kobiety rzadziej starałyby się łączyć karierę z obowiązkami matki, tylko po to, by kilka lat stresu później przekonać się, że tego nie da się pogodzić”²⁸.

Względnie łatwo było mi planować powrót do pracy po urodzeniu Kate – przynajmniej dopóki się nie urodziła. Kiedy brałam ją na ręce, głaskałam i pielęgnowałam, nabrałam przytłaczającego przekonania,

²⁵ Cyt. za: Jessica Anderson, *Myths of Motherhood*, opublikowane 29 sierpnia 2005 r., „Concerned Women for America”, <http://www.cwfa.org/articledisplay.asp?id=8806&department=BLI&categoryid=family> (dostęp 28 lipca 2007 r.).

²⁶ Cyt. za: tamże.

²⁷ Zob. *Motherhood Today – A Tougher Job, Less Ably Done...*

²⁸ Suzanne Venker, *7 Myths of Working Mothers: Why Children and (Most) Careers Just Don't Mix*, Dallas 2004. Cyt. za: *About This Book*, „Spence Publishing Company”, <http://www.spencepublishing.com/books/index.cfm?action=Product&ProductID=79>.

że kobiety powinny opiekować się dziećmi. Wiedziałam, że żadna opiekunka nie będzie lepsza ode mnie. Za to Walt, któremu brakuje moich kobiecych hormonów, naturalnie przyjął inną postawę.

Pragmatyczny mózg faceta będzie powątpiewał, czy decyzja o pozostaniu matki w domu będzie korzystna finansowo. Oczywiście, że się nad tym zastanawiałem! Uczepiłem się argumentu, że „koszty wychowywania dzieci i zapewniania bytu rodzinie są tak wysokie, że aby przetrwać, oboje rodzice muszą pracować”. Nie słyszałem (albo wolałem nie słyszeć) tych, którzy mówili, że „koszty związane z pracą obojga rodziców [koszty finansowe, nie wspominając o emocjonalnych] są tak wysokie, że zwykle lepiej dla matki, dziecka i całej rodziny, by kobieta została w domu”²⁹. Nie znałem również oczywistych wyników badań: okazuje się, że matki, które pracują na pełen etat, czują się szczególnie obciążone presją czasową i próbami zachowania równowagi między macierzyństwem a pozostałymi aspektami życia³⁰.

Co dzieje się z kobietą, która pracuje zawodowo, a na dodatek troszczy się o męża, dzieci i dom? Często skutkuje to złością i zmęczeniem matki, która rozpaczliwie pragnie pilnować domowego ogniska i spędzać więcej czasu z dziećmi (...) Życie w ciągłym biegu w konkurencyjnym świecie może i podoba się mężczyznom, ale nie większości kobiet, które pragną zająć w ciężę lub opiekować się dzieckiem (...) Dla nich kochanie jest prawdziwym działaniem (...) Któż inny jest w stanie zapewnić tyle opiekuńczej miłości co matka?³¹

Dr Steven E. Rhoads

²⁹ Ric Edelman, *Should Both Parents Work? The Pros and Cons*, opublikowane 2002 r., „About.com”, <http://homeparents.about.com/cs/familyfinances/a/bothwork.htm> (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

³⁰ Zob. *Motherhood Today – A Tougher Job, Less Ably Done...*

³¹ Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, s. 259.

Doktor Willard Harley pisze: „Czasami pod pretekstem walki o prawa kobiet zachęca się je do rozwoju zawodowego, ponieważ zatrudnienie traktuje się jako prawo i przywilej. Zapomina się niestety, że mają one również prawo i przywilej do tworzenia domu i bycia pełnoetatowymi mamami”³².

Wzmacnianie jej bezpieczeństwa emocjonalnego

Zdałem sobie sprawę, że zarówno mężczyźni, jak i kobiety potrzebują bezpieczeństwa – ale każde z nas rozumie pod tym pojęciem coś innego. Dla kobiety potrzeba bezpieczeństwa stanowi podstawową potrzebę, która wpisana jest w jej obwody mózgowe i reakcje hormonalne. I nie chodzi w niej tylko o pieniądze.

Zapewnienie bytu materialnego jest dla kobiety ważne – tak bardzo, że wiele z nich poszukuje pracy dorywczej lub na etat, by dokładać się do zarobków męża. Jednak potrzeba ta błędnie w porównaniu ze znacznie głębszą potrzebą pewności, że mąż naprawdę kocha i troszczy się o nią i jej dzieci. Jeśli mąż zapewnia tego rodzaju bezpieczeństwo, kobieca biologia i biochemia reaguje w zdumiewający, zdrowy sposób.

Większość mężów tego nie rozumie. By zapewnić żonie poczucie bezpieczeństwa pracują dłużej i zaopatrują rodzinę w zasoby materialne. Tak interpretują to mężowie, ale nie żony. Ku mojemu zaskoczeniu badania wykazały, że siedemdziesiąt procent mężatek wołałaby

³² Harley, *I żyli długo...*, s. 166.

doświadczać problemów finansowych niż braku bliskości w związku z mężem³³.

Kiedy jako młoda żona i matka myślałam o bezpieczeństwie, przede wszystkim zależało mi nie na domu, stanie konta czy wykształceniu naszych dzieci. Dla mnie i większości kobiet najbardziej liczy się bezpieczeństwo emocjonalne i stabilność w relacjach międzyludzkich; oba te aspekty są niezbędne dla naszego zdrowia i psychiki. Jesteśmy skonstruowane do niezwykle pozytywnych reakcji na poczucie emocjonalnego bezpieczeństwa i silnej więzi z mężem. Musimy mieć pewność, że będzie przy nas bez względu na wszystko.

Przez lata odkrywaliśmy z Barb, że potrafię zapewnić jej poczucie bezpieczeństwa nie tylko przez zapewnianie jej bytu i chronienie jej, ale również przez to, co mówię i w jaki sposób to robię. Zajął mi to lata, ale zacząłem brać sobie do serca mądre rady terapeuty małżeńskiego i rodzinnego dra Willarda Harleya: „Poczucie bezpieczeństwa to błyszcząca złota nić przepleciona przez wszystkich pięć emocjonalnych potrzeb. Jeśli mąż nie jest szczery ani otwarty w komunikacji z żoną, osłabia jej zaufanie, a w końcu niszczy jej poczucie bezpieczeństwa. Aby czuć się bezpiecznie, kobieta musi ufać, że mąż podaje jej prawdziwe informacje na temat przeszłości, teraźniejszości i przyszłości”³⁴.

Nauczyłem się, że kiedy mówię Barb prawdę, całą prawdę i tylko prawdę, rzeczywiście zapewniam jej emocjonalne bezpieczeństwo. Zauważyłem jednak, że wielu mężów tego nie praktykuje. Postanawiają „chronić” swoje żony od prawdy o swoim życiu lub od swoich uczuć.

³³ Zob. Feldhahn, *Tylko dla mężczyzn...*, s. 79.

³⁴ Harley, *I żyli długo...*, s. 126.

Ponieważ wiem, że Walt zawsze jest ze mną szczery – czy to kiedy mówi o finansach, swoich zmartwieniach, o moim wyglądzie, czy o ubiorze – oznajmia mi w ten sposób, że jestem w stanie znieść prawdę. Ponieważ jest ze mną szczery, nie muszę się martwić pozorami czy niewinnymi kłamstewkami.

Dobra wiadomość dla facetów jest taka, że zapewnianie kobiecie emocjonalnego bezpieczeństwa jest dla nas o wiele łatwiejsze niż gonienie własnego ogona, by zarobić na życie. Nauczyliśmy się tego, kiedy Kate skończyła sześć lat.

Właśnie kończyliśmy obiad, gdy mój ojciec zadzwonił do Kate, by złożyć jej życzenia urodzinowe. Kiedy skończył z nią rozmawiać, poprosił mnie do telefonu. Odebrałem, a tata mi pogratulował. Przez chwilę byłem zbity z tropu. Za co mi gratuluje? Nie przychodziło mi nic do głowy. Wtedy tata powiedział coś, co mnie zmroziło: „Jedna trzecia życia z Kate już za tobą”.

Zajęło mi chwilę, by jego słowa do mnie dotarły. W wieku osiemnastu lat Kate prawdopodobnie opuści dom. Minęło już sześć lat, a więc nasze święto wyznaczało jedną trzecią jej życia w domu rodzinnym. Natychmiast zrozumiałem, co mój ojciec delikatnie i mądrze starał mi się zasugerować: „Synu, musisz być w domu – być z rodziną”.

Pracowałem ciężko jako lekarz rodzinny – prawie na dwa etaty. Chciałem zarabiać dla Barb i dzieci. Chciałem zapewnić nam wszystko, co najlepsze – odłożyć na college, na ciekawe wakacje, na fajny dom i meble. Udawało mi się, ale często nie było mnie w domu.

Krótko mówiąc, Pan przez usta mojego ojca dał mi do zrozumienia, że rodzina potrzebuje mnie w domu. Mogłem pracować więcej, by kupować kolejne rzeczy, albo pracować mniej, ale dawać im więcej z siebie. Odbywaliśmy z Barb długie rozmowy o naszych różnych

potrzebach i pragnieniach i o tym, czego naszym zdaniem potrzebują i pragną nasze dzieci. Zdałem sobie sprawę, że moim prawdziwym zadaniem jest bycie w domu.

Moje zdrowie emocjonalne i poczucie bezpieczeństwa umacniały się, gdy Walt był w domu. Kate, Scott i ja potrzebowaliśmy samego Walta bardziej niż jego dodatkowych dochodów. Myślę, że przyniosło to Waltowi wielką ulgę. Choć wiedział, że pieniądze mi się przydają, tak naprawdę potrzebowałam więcej jego jako mojego najlepszego przyjaciela, męża i ojca naszych dzieci.

Wzmacnianie jego bezpieczeństwa emocjonalnego

Mózg męski jest wyposażony i zaprogramowany do odpowiedzialności za żywienie rodziny i zapewnianie bezpiecznego bytu żonie. Biblia powołuje mężczyznę do tej roli, a biologia wręcz wymusza na nim dopasowanie się do tego porządku. Kiedy tak się dzieje, czuje on ogromną satysfakcję. Mężczyzna jednak ma jeszcze inną potrzebę związaną z bezpieczeństwem emocjonalnym – potrzebę pokoju i rodzinnego wsparcia na domowym froncie.

Kobieta jest cała wyposażona i zaprojektowana do relacji, rozmowy i dzielenia się. Większości kobiet z trudnością przychodzi zrozumienie, jak zaprogramowani – czy też wyposażeni – są mężczyźni; że potrzebują przestrzeni i czasu pokoju i ciszy. Choć mężczyźni rozumieją, że zobowiązanie do małżeństwa oznacza mniej czasu na hobby, kobiety przyczyniłyby się do ich poczucia zadowolenia, ofiarowując im choć trochę czasu wolnego – czasu na odpoczynek i hobby z dala

od domu³⁵. Mężczyźni czują się również lepiej, gdy kobiety zapewniają im spokojne, przytulne środowisko domowe.

Doktor Harley pisze: „Potrzeba azylu domowego to bomba zegarowa. Z początku wydaje się, że nas nie dotyczy – kojarzy się wręcz z zacofaniem”³⁶. A jednak u większości małżeństw istnieje niepisana umowa między mężem a żoną. Każde z nich oczekuje, że to drugie będzie go wspierać. Jeśli to on jest głównym żywicielem rodziny, oczekuje on i wyraża taką potrzebę, by żona zajmowała się domem i dziećmi. Z takim wsparciem mężczyzna osiągnie ogromną satysfakcję z odpowiedzialności za zapewnianie rodzinie potrzebnego dochodu.

Nie uważamy tego za staroświeckie czy szowinistyczne: mężczyźni, częściej niż kobiety, odczuwają emocjonalną potrzebę, by ktoś się nimi zaopiekował. Najczęściej kobiety pragną im taką opiekę zapewnić. Mąż chciałby, aby jego żona zajmowała się nie tylko domem i dziećmi, ale by opieka ta była wszechogarniająca, trwała i czuła. Harley zauważa, że „zgodnie z tradycją...”³⁷. Według nas zjawisko to odzwierciedla projekty naszych mózgów. Badania wykazały, że nawet w małżeństwach z dwoma żywicielami rodziny, mężczyzna wykonuje przeciętnie mniej niż połowę prac związanych z utrzymaniem domu i wychowaniem dzieci wykonywanych przez żonę³⁸. Mało tego, mężczyźni rozwodzą się z kobietami, które nie sprawdzają się w roli pań domu³⁹.

³⁵ Zob. Rhoads, *Case Against Androgynous Marriage...*

³⁶ Harley, *I żyli długo...*, s. 257.

³⁷ „His needs, her needs (For parents)”, https://books.google.pl/books?id=7aPlird-YUm4C&pg=PA159&lpg=PA159&dq=%22traditionally,+wives+have+assumed%22&source=bl&ots=T2RhJm3r5y&sig=uetYAHtbe8PFcnA6waQDfcGH_68&hl=pl&sa=X&ved=0ahUKEwiykaiK-qbJAhUH73IKHZn-BbYQ6AEIIDA#v=onepage&q=%22traditionally%2C%20wives%20have%20assumed%22&f=false.

³⁸ Zob. tamże.

³⁹ Zob. Rhoads, *Case Against Androgynous Marriage...*; zob. też Philip Blumstein, Pepper Schwartz, *American Couples: Money, Work, and Sex*, Nowy Jork 1983.

Coraz istotniejszy, zwłaszcza kiedy oboje małżonkowie pracują, jest właściwy podział obowiązków. Pewne amerykańskie badanie wykazało, że „około sześćdziesięciu dwóch procent dorosłych uważa podział obowiązków domowych za bardzo istotny czynnik w małżeństwie. Odpowiedzi na to pytanie były praktycznie takie same u mężczyzn i u kobiet, u starszych i młodszych”⁴⁰.

Dobra wiadomość jest taka, że kobieta może mieć ogromny wpływ na umocnienie swojego męża i małżeństwa, zrozumiałwszy jego wyposażenie biologiczne i hormonalne w zakresie pracy, przygody i zapewniania bytu rodzinie. Kobiety są wyposażone i zaprojektowane, by dbać o męża, rodzinę i dom. Są skonstruowane do opieki w środowisku domowym⁴¹.

Ponieważ zgadza się to z wrodzonym projektem naszych mózgów, jest to zjawisko dobre, nie złe. Kobieta, która wspiera i dba o potrzeby emocjonalne swojego małżonka, prawdopodobnie zyska męża, który z radością i odwagą zapewni jej bezpieczeństwo finansowe i emocjonalne. Dzięki zachowaniu równowagi między potrzebami mózgu męskiego i mózgu kobiecego, małżeństwo staje szczęśliwsze i silniejsze.

⁴⁰ *Modern Marriage: I Like Hugs. I Like Kisses. But What I Really Love Is Help with the Dishes*, opublikowane 18 lipca 2007 r., „Pew Research Center”, <http://pewresearch.org/pubs/542/modern-marriage> (dostęp 27 lipca 2007 r.).

⁴¹ Zob. Catherine Hakim, *Work-Lifestyle Choices in the Twenty-First Century*, Nowy Jork 2000, s. 100.



Rozdział 11

Jego mózg – szacunek, jej mózg – miłość

Czy mężczyzna ma siedem, czy siedemdziesiąt siedem lat, jego poziomy testosteronu i wazopresyny w naturalny sposób wzbudzają u niego reakcje na wyrazu szacunku i podziwu, docenienia i aprobaty. Jeśli żona zrozumie jego potrzebę bycia podziwianym i wspieranym, będzie zauważać jego pracę, hobby i zainteresowania, odegra kluczową rolę w zaspokojeniu jego potrzeby bycia potrzebnym. Nieważne, jak wielkie są „jej własne dokonania – powinna pozwolić mężczyźnie błyszczeć, bo inaczej może ona nie otrzymać od niego tyle uczucia, ile potrzebuje”¹.

¹ Gurian, *What Could He Be Thinking?...*, s. 126.

Męskie wyposażenie biologiczne i hormonalne każe mu krzyknąć: „Spójrz na mnie! Zobacz, co potrafię!”, za czym kryje się pytanie: „Nadal jestem ci potrzebny, prawda?”. Pracując po dwanaście godzin dziennie, musi on czuć się potrzebny².

Michael Gurian

Jeśli jego pragnienie bycia szanowanym, docenionym i potrzebnym nie zostanie spełnione, mąż często opuszcza żonę – albo fizycznie, albo emocjonalnie. Jeśli ona decyduje się na ciągły brak szacunku wobec męża i poniżanie go, zwłaszcza publiczne, on oddali się od niej. Będzie spędzał więcej czasu w pracy, na zajmowaniu się swoim hobby albo oglądaniu telewizji, będzie przesadywał przed komputerem albo spotykał się z kimś – kimkolwiek – kto zaspokoi jego potrzeby. Jeśli dalej nie będzie doświadczał szacunku i podziwu ze strony żony, w końcu ją zostawi.

Wiem, że Walt, podobnie jak wszyscy faceci, ma głęboko zakorzenioną potrzebę bycia podziwianym i poważanym przez współpracowników, ale zwłaszcza przeze mnie. Będę mu się bardziej podobać i budzić większe przywiązanie, jeśli docenię go za to, co robi dla mnie i naszych dzieci. Doktor Willard Harley przypomina kobietom, że „szczerzy podziw niezmiennie motywuje większość mężczyzn. Kiedy kobieta mówi mężczyźnie, że ten jest wspaniały, to go inspiruje do osiągnięcia jeszcze więcej”³. To ważne, bym mówiła Waltowi: „Uwielbiam, kiedy okazujesz mi mi-

² Tamże.

³ Harley, *I żyli długo...*, s. 209.

łość, ale cieszę się również, że jesteś dobrym mężem, dobrym ojcem i jesteś świetny w swojej pracy”. Lubię przypominać kobietom, że powinnyśmy zaczynać od tego, co nasi mężowie już robią dobrze, a nie od tego, co mogliby lub powinni zrobić. To nie żadna metoda ani instrukcja; to po prostu sztuka zrozumienia jego projektu.

Ona jest skonstruowana do bycia kochaną, kochaną i jeszcze raz kochaną

Czy kobieta ma siedem, czy siedemdziesiąt siedem lat, jej mózg jest zaprojektowany, by reagować na miłość i opiekę oraz je zapewniać. Żadna relacja nie ma większego wpływu hormonalnego na kobietę niż bycie kochaną przez mężczyznę, który zobowiązał się wobec niej na całe życie. Mężczyzna, który to rozumie i mówi swojej żonie, że ją kocha, odgrywa decydującą rolę w jej poczuciu bycia potrzebną i kochaną. Nieważne, jak wielkie są osiągnięcia mężczyzny; błędną one w porównaniu z darzeniem miłością żony i dzieci.

Bezgraniczna i trwała miłość wobec żony umożliwia mężczyźnie częste „wpłaty” na emocjonalne konto oszczędnościowe. Im więcej oszczędności uzbiera, tym więcej będzie ona w stanie mu zwrócić. My, faceci, musimy zrozumieć i zapamiętać, że jej potrzeba ciągłego zapewniania o miłości leży w jej naturze. Gdy ją tulisz i wysłuchujesz, doświadcza ona istnego tsunami hormonów, zwłaszcza oksytocyny, która zwiększa jej przywiązanie i pożądanie wobec ciebie. Jej wyposażenie biologiczne i hormonalne każe jej mówić: „Obejmij mnie”, „Przytul mnie”, „Powiedz, że mnie kochasz”.

Bo do tanga trzeba dwojga

Gospodarka hormonalna i wyposażenie biologiczne każdego z małżonków są zaprojektowane w taki sposób, by dopełniać lub umacniać współmałżonka. Jeśli mężczyzna kocha swoją żonę i okazuje jej uczucie, ona będzie bardziej uzdolniona i chętna do wyrażania wobec niego szacunku i podziwu, na co zareaguje on jeszcze większą miłością. Doradca małżeński i pastor, dr Emerson Eggerichs, opisuje ten mechanizm następująco: „bez miłości z jego strony ona reaguje brakiem szacunku; bez szacunku z jej strony on reaguje brakiem miłości”⁴.

*Podczas konfliktu małżeńskiego kobiety osiągają mistrzostwo we wbijaniu swoim mężom słownych szpil, a mężczyźni w grze na zwłokę. Ilekroć narzekam, krytykuję i płaczę, tylekroć staram się powiedzieć Waltowi: „Potrzebuję twojej miłości!”. Za to kiedy on milknie, wycofuje się lub reaguje ostro, chce przez to powiedzieć: „Potrzebuję twojego szacunku!”. Kiedy Walt wścieka się na coś, co powiedziałam lub zrobiłam, a ja zupełnie nie wiem, o co mu chodzi, najprawdopodobniej czuje się nieszanowany. Pewne badanie wykazało, że ponad osiemdziesiąt procent mężczyzn przyznało, iż kiedy dochodzi do sporu, prawdopodobne jest, że poczują się nieszanowani*⁵.

Mężczyzna potrzebuje żony cheerleaderki, a nie krytyka. Wystarczająco dużo krytyki spotyka go w otaczającym świecie. To dlatego za ludźmi sukcesu często stoją pełne podziwu, wspierające żony. Żona pragnie podziwiać i doceniać swojego mężczyznę za to, kim jest, za pozytywne cechy, które już posiada – nie za te, które mógłby osiąść lub które chciałaby w nim widzieć żona.

⁴ Emerson Eggerichs, *Miłość i szacunek*, http://cyfroteka.pl/ebooki/Milosc_i_szacunek-ebook/p84920i109553#Darmowy-fragment (dostęp 20 listopada 2015 r.).

⁵ Zob. Feldhahn, *Tylko dla kobiet...*, s. 25.

Shaunti Feldhahn przypomina kobietom: „Mamy jako kobiety nieprawdopodobną siłę – i odpowiedzialność – w naszych dłoniach. Mamy możliwość podbudowywać mężczyzn lub przeciwnie – pogrążyć ich psychicznie. Możemy ich wzmacniać lub okaleczać; co wykracza daleko poza ramy naszych związków, ponieważ szacunek w domu wpływa na każdy obszar w życiu mężczyzny. (...) Uwielbiamy słyszeć słowa »Kocham cię«. Podobnie serce mężczyzny jest niezwykle czułe na słowa: »Jestem z ciebie dumna«”⁶. »Koroną męża jest dzielna żona, a próchnicą jego kości – bezwstydną«” (Prz 12,4).

Jest jeszcze druga strona medalu: za każdą szczęśliwą mężatką stoi mężczyzna, który ją kocha, czuje do niej przywiązanie i okazuje jej uczucie. Biblia poucza: „Mężowie, miłujcie żony i nie bądźcie dla nich przykrymi!” (Kol 3,19). Pomocne okazało się dla mnie zrozumienie, że dla Barb moje uczucie jest niezbędne. Jest ona zaprojektowana do reakcji na czułe słowa i dotyk z mojej strony – potrzebuje tego przynajmniej kilka razy dziennie. Uczucie ma dla kobiety o wiele większe znaczenie niż mężczyzna jest w stanie sobie wyobrazić. Barb uwielbia uczucie wzbudzane przez skok oksytocyny powodowany czułościami z mojej strony. Nie chodzi o seks; chodzi o to, jak jest stworzona.

Dla większości kobiet czułość oznacza bezpieczeństwo, ochronę, ukojenie i aprobatę – niezmiennie istotne dla nich składniki życia. (...) Czułość to środowisko małżeństwa, podczas gdy seks to wydarzenie. Czułość to styl życia – baldachim, który okrywa i strzeże małżeństwo. (...) Potrzeba czułości jest jedną z najgłębszych potrzeb emocjonalnych kobiet⁷.

Dr Willard Harley

⁶ Tamże, s. 51.

⁷ Harley, *I żyli długo...*, s. 45, 54–56.

Kiedy mówię Waltowi, jak bardzo go potrzebuję, jak bardzo go podziwiam i szanuję za to, co zapewnia mi i naszej rodzinie, chętniej obdarza mnie on uczuciem i bliskością, na które, zgodnie ze swoim projektem, reaguję. Nasze mózgi są zaprojektowane w taki sposób, że kiedy poświęcamy się na rzecz potrzeb naszego współmałżonka, sprostą on naszym potrzebom. Istnieje większe prawdopodobieństwo, że nasze potrzeby zostaną spełnione, jeśli sprostamy potrzebom drugiej strony.

Miłość jest pielęgnowana i będzie rozwijać się dalej w małżeństwie, które wykazuje się następującymi cechami:

(...) dopełnicie mojej radości przez to, że będziecie mieli te same dążenia: tę samą miłość i wspólnego ducha, pragnąc tylko jednego, a niczego nie pragnąc dla niewłaściwego współzawodnictwa ani dla próżnej chwały, lecz w pokorze oceniając jedni drugich za wyżej stojących od siebie. Niech każdy ma na oku nie tylko swoje własne sprawy, ale też i drugich!

To dążenie niech was ożywia; ono też było w Chrystusie Jezusie.

On, istniejąc w postaci Bożej,
nie skorzystał ze sposobności,
aby na równi być z Bogiem,
lecz ogołocił samego siebie,
przyjawszy postać sługi,
stawszysię podobnym do ludzi (Flp 2,2–7).

Oboje z Barb zostaliśmy pouczeni, by odłożyć na bok swoje egoistyczne pragnienia, najpierw w służbie naszemu Stworzycielowi, a następnie sobie nawzajem, spełniając swoje potrzeby. Jeśli nie będziemy podążać tą drogą, nasze małżeństwo ulegnie osłabieniu.

Pismo Święte podaje powód, dla którego wokół jest tyle zaburzonych małżeństw, nawet we wspólnotach wiernych: „Gdzie bowiem zazdrość i żądza sporu, tam też bezład i wszelki występpek” (Jk 3,16).

Jeśli zależy ci tylko na własnych potrzebach albo oczekujesz, że żona lub mąż najpierw zaspokoi twoje potrzeby, nie dbając zupełnie o swoje, doprowadzi to do bezładu, a w końcu do wyniszczenia waszego małżeństwa. Nasz Stworzyciel, który zaprojektował nasze mózgi, rolę, potrzeby, zalety, wady i słabe strony każdej z płci, przedstawia nam za pośrednictwem Biblii inny plan: w małżeństwie mąż i żona powinni być „sobie wzajemnie poddani” (Ef 5,21).

On jest odpowiedzialny za ofiarną miłość

Biblia poleca mężom: „miłujcie żony, bo i Chrystus umiłował Kościół i wydał za niego samego siebie” (Ef 5,25). Innymi słowy, mam kochać Barb tak samo jak Bóg kocha mnie. Mam dawać siebie w ofiarnej miłości do Barb, podobnie jak Chrystus poświęcił siebie dla mnie. Biblia mówi także: „Mężowie powinni miłować swoje żony, tak jak własne ciało. Kto miłuje swoją żonę, siebie samego miłuje. Przecież nigdy nikt nie odnosił się z nienawiścią do własnego ciała, lecz [każdy] je żywi i pielęgnuje, jak i Chrystus – Kościół, bo jesteśmy członkami Jego Ciała” (Ef 5,28–30). Mam więc kochać moją żonę jak własne ciało – ponieważ jesteśmy jedno. Wreszcie, jak mówi Pismo: „Mężowie, miłujcie żony i nie bądźcie dla nich przykrymi!” (Kol 3,19).

„Zadaniem numer jeden” jest dla męża ofiarna miłość względem żony – to ważniejsze niż praca, dzieci, rozrywka czy hobby. Zaraz po osobistej relacji z Bogiem, to żona jest naszym priorytetem. Czy to łatwe? Oczywiście, że nie. A czasami może wydawać się niemożliwe (jeśli opieramy się jedynie na s o b i e). To nie tylko ludzka rzecz; to boska rzecz. Wymaga nadprzyrodzonej Bożej miłości, która działa w nas i przez nas.

Przez lata ćwiczyłem swoją miłość do Barb, wykorzystując wersety z Pisma Świętego, w których pojawia się sformułowanie „siebie nawzajem” (lub „jedni drugich”). Gdy zastępuję je imieniem Barb, wersety te podnoszą mi poprzeczkę ofiarnej miłości. Nie zawsze sobie radzę, ale tabela 5 przedstawia kilka sposobów, w jakie okazuję Barb miłość.

Tabela 5 – Wersety o „sobie nawzajem”

Słowa Pisma	Zadanie dla mnie
„Zachowuj pokój z Barb” (zob. Mk 9,50).	Nauczyć się, w jaki sposób z nią rozmawiać i konfrontować się w zgodzie.
„Bądź życzliwy dla Barb” (zob. Rz 12,10).	Kontaktować się z nią w ciągu dnia i unikać sytuacji sam na sam z inną kobietą.
„Pocieszaj Barb” (zob. 1 Tes 4,18).	Codziennie okazywać jej miłość na rozmaite sposoby – czy to słowami, czy przytuleniem.
„Zachęcaj Barb” (zob. 1 Tes 5,11).	Chwalić ją codziennie za wszystko, co robi dla mnie i naszych dzieci.
„Służ Barb ożywiony miłością” (zob. Gal 5,13).	Okazywać jej miłość poprzez drobne codzienne uczynki, na przykład wstawanie wcześniej, żeby zaparzyć jej poranną kawę.
„Okazuj Barb cześć” (zob. Rz 12,10).	Chwalić ją przed innymi i unikać poniżania czy dokuczania jej w towarzystwie.
„Pozdrawiaj Barb pocałunkiem świętym” (zob. Rz 16,16).	Całować ją, kiedy się budzę, kiedy wychodzę z domu, kiedy przychodzę do domu, kiedy kładę się spać.
„Nie drażnij Barb” (zob. Gal 5,26.).	Uważać na sprawy, które drażnią Barb, i starać się możliwie często ich unikać.
„Wybaczaj Barb” (zob. Kol 3,13.).	Nauczyć się wybaczać i zapominać. Kiedy złościsz się lub denerwujesz na Barb, staram się nie wywlekać dawnych żalów, nie wypominać.

Słowa Pisma	Zadanie dla mnie
„Bądź cierpliwy dla Barb” (zob. Ef 4,2).	Dostosować swoje oczekiwania do rzeczywistości. Kochać ją przez czekanie na nią.
„Znoś Barb” (zob. tamże).	Nie zachowywać się nieznosnie.

Miłość to pokarm dla mózgu kobiety. Jej pożywienie. Bez niego nie rozkwita. Nie promienieje, jeśli jej tego nie zapewnisz.

Ona jest odpowiedzialna za ofiarny szacunek

Stworzyciel męskiego mózgu stawia sprawę jasno, mówiąc: „A żona niechaj się odnosi ze czcią do swojego męża!” (Ef 5,33). Podczas gdy Walt ma ofiarnie mnie kochać, ja mam ofiarnie go szanować. Według Bożego projektu, „zadaniem numer jeden” żony jest szacunek wobec męża. Czasami to wydaje się niemożliwe! Jednak on nie jest w stanie bez tego wzrastać.

Męska potrzeba szacunku i afirmacji – szczególnie ze strony życiowej wybranki – tak głęboko tkwi w naturze większości mężczyzn i jest dla nich tak ważna, że woleliby raczej czuć się niekochani niż nieszanowani i mieć poczucie niższości⁸.

Shaunti Feldhahn

⁸ Feldhahn, *Tylko dla kobiet...*, s. 22.

Mężczyzna jest zaprojektowany, by reagować pozytywnie na ofiarny szacunek i podziw swojej żony, podobnie jak my jesteśmy zaprojektowane, by reagować na jego miłość, cześć, karmienie i pielęgnowanie nas. Część Bożego projektu świętego, radosnego, spełnionego małżeństwa to zadanie żon: ofiarny szacunek względem mężów, umożliwianie im kierowania małżeństwem. To jednak nie kobieca rzecz, to boska rzecz. Wymaga nadprzyrodzonej Bożej siły, która działa w nas i przez nas.

Miałam okazję spotykać się z setkami silnych, zdolnych i niezwykle utalentowanych kobiet. Ale kobieta, która stara się dowieść swojej wartości, dominując nad swoim małżonkiem, tak naprawdę oddala go od siebie. Jeśli kobieta przewodzi, rządzi w małżeństwie, nie powinna być zdziwiona, że z czasem odtrąci męża.

Moja przyjaciółka, Jessica, jest silną, atrakcyjną i niezwykle utalentowaną kobietą. Jest wykształcona i ma dwoje pięknych dzieci. W swojej pracy jest, zupełnie szczerze, lepsza od mężczyzn. Przecież tak była wychowana – na silną, niezależną. Na nieszczęście dla jej męża, Jessica nie była w stanie pojąć, że ona i jej dzieci są zaprojektowane tak, by to on był głową rodziny. Przez jej gderanie, ciągle poniżanie i wyśmiewanie, został on sprowadzony do poziomu bezradnego, biernego cienia męża, którym mógłby dla niej być.

By szacunek dla Walta był na pierwszym miejscu:

- ♦ *Postanawiam podążać, ze wszystkich sił i z Bożą pomocą, za Bożym projektem dla mnie i mojego małżeństwa.*
- ♦ *Postanawiam okazywać swoją kobiecą siłę i talenty, szanując Walta, a także umożliwiając mu kierowanie mną i naszymi dziećmi.*
- ♦ *Postanawiam podążać za Waltem – i ze wszystkich sił pomagać mu być głową rodziny, którą być powinien.*

- ♦ *Kiedy czuję pokusę przewodzenia rodziną, postanawiam zamiast tego pomodlić się za Walta, siebie i nasze małżeństwo.*
- ♦ *Postanawiam mówić o nim dobrze w jego obecności i chwalić go przed koleżankami.*
- ♦ *Postanawiam być silna we wspieraniu go.*
- ♦ *Postanawiam zagrzewać go do walki, zamiast krytykować.*

Ufam, że te postanowienia umocnią nasze małżeństwo i uczynią je jeszcze bardziej satysfakcjonującym.

W miłości czasem udaję Greka

Biblia streszcza cały niniejszy rozdział w jednym wersecie: „W końcu więc niechaj także każdy z was tak miłuje swą żonę jak siebie samego! A żona niechaj się odnosi ze czcią do swojego męża!” (Ef 5,33). Kiedy św. Paweł poucza mężów, by „miłowali” swoje żony, posługuje się greckim słowem *agapaō*. Czasownik użyty został w tym wersecie w formie ciągłej. Można go tłumaczyć jako: „kochaj ciągle”, „kochaj nieustannie”, „nie ustawaj w miłości”. Stworzyciel zna potrzebę, którą stworzył w mózgu i sercu każdej kobiety i wie, że potrzeba ta jest w jej życiu stała.

Greckie słowo tłumaczone jako „szanować” to *phobeomai*, co oznacza również „zachwycać się” lub „czcić”. Kobiety powinni nie tylko mieć wzgląd na swoich mężów; muszą ich również cenić.

ALL YOU NEED IS LOVE, CZYLI MIŁOŚĆ TO WSZYSTKO, CZEGO POTRZEBUJESZ

Pisarze greccy posługiwali się różnymi słowami na określenie różnych aspektów miłości.

- ♦ *Storgē* wskazuje na przywiązanie, szczególnie w rodzinie – na przykład miłość rodzica do dziecka.
- ♦ *Philandros* to uczucie żony do męża.
- ♦ *Philoteknos* to uczucie matki do dzieci.
- ♦ *Eros* wskazuje na romantyczną, namiętną miłość (oznaczać może także miłość erotyczną) – na przykład pożądliva miłość między mężem a żoną.
- ♦ *Phileō* to bliska przyjaźń, wierność, uczucie żywione do członków rodziny czy przyjaciół.
- ♦ *Agapē* (czasownik *agapaō*) to rodzaj miłości, którą obdarza nas Bóg, miłość, którą mąż ma darzyć swoją żonę. To miłość w sensie ofiarnym i moralnym.

Teolog Avery Cardinal Dulles pisze, że „*eros* i *agapē* składają się na dwie fazy miłości idealnej. Jeśli nie otrzymujemy, nie mamy nic do ofiarowania; a jeśli nie jesteśmy usposobieni do dawania, nie będziemy duchowo przygotowani do przyjmowania. W swoich najwyższych formach te dwa rodzaje miłości umacniają się nawzajem”⁹.

⁹ Avery Cardinal Dulles, *Love, the Pope, and C. S. Lewis*, „First Things” (styczeń 2007), s. 20–24, www.firstthings.com/article.php3?id_article=5393 (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

Bóg zna potrzeby mózgu twojego męża i wie, że jest on zaprojektowany, by reagować na twój szacunek i podziw, szczególnie jeśli dajesz im wyraz poprzez swoje działania i słowa. Uważam, że szacunek ten powinien być tak samo ofiarny jak miłość, którą zgodnie z Bożymi wskazówkami powinni darzyć nas nasi mężowie.

Dlaczego w Biblii nie ma ani słowa o tym, by żona „agapaō” swojego męża? Myślę, że to dlatego, iż Pan stworzył kobietę do ofiarnej miłości i opieki – przecież jesteśmy biologicznie do tego usposobione. Wrażliwość i współczucie to część projektu naszych mózgów. Stworzyciel nie musi jej pouczać, by czyniła to, do czego ją stworzył.

Biblia ma jednak wskazówki dla starszych kobiet: „Niech pouczają młode kobiety, jak mają kochać mężów [*philandros*], dzieci [*philoteknos*]” (Tt 2,4).

Jak się kochać i szanować

Jeśli chodzi o szacunek i podziw, mężczyźni zgodnie wskazują na trzy podstawowe potrzeby:

1. Szanuj moje opinie.
2. Szanuj moje możliwości.
3. Szanuj mnie w miejscach i sytuacjach publicznych¹⁰.

Następnym razem gdy twój mąż z uporem będzie krążył w kółko, szukając drogi, zastanów się, co jest ważniejsze: zdążyć na przyjęcie czy to, by odczuł twoje zaufanie¹¹.

Shaunti Feldhahn

¹⁰ Zob. Feldhahn, *Tylko dla kobiet...*, s. 29–48.

¹¹ Tamże, s. 34.

Jeśli zaś chodzi o miłość, kobiety zgodnie wskazują na pięć podstawowych potrzeb:

1. Mów, że mnie kochasz, nieustannie zwracając na mnie uwagę.
2. Mów, że mnie kochasz, nieustannie zabiegając o mnie.
3. Mów, że mnie kochasz, nieustannie mnie przytulając.
4. Mów, że mnie kochasz, nieustannie pomagając mi w domu i przy dzieciach.
5. Mów, że mnie kochasz, nieustannie mówiąc mi, że jestem dla ciebie piękna¹².

Kobieta staje się piękna, gdy wie, że jest kochana. (...) Gdy czuje się pozbawiona miłości, odrzucona, przez nikogo nieupragniona, coś w kobiecie więdnie jak kwiatek, którego nikt już nie podlewa¹³.

Stasi Eldredge

Zaprojektowani, by się dopełniać

Gwoli ścisłości, żony również potrzebują szacunku i podziwu ze strony swoich mężów. Biblia naucza: „(...) mężowie, (...) darzcie żony czcią” (1 P 3,7; zob. też 1 Tm 3,11; 1 P 2,17).

¹² Zob. Feldhahn, *Tylko dla mężczyzn...*, s. 38–52.

¹³ Stasi Eldredge, John Eldredge, *Urzekająca. Odkrywanie tajemnicy kobiecej duszy*, przeł. Maria Sabiño-Widera, Warszawa 2005, s. 116.

A mężczyźni potrzebują dużo miłości i uczucia od swoich żon. Biblia poucza, że kobiety „mają kochać [*philandros*] mężów” (Tt 2,4). Podstawową i pierwszorzędną potrzebą mózgu mężczyzny jest jednak przyjmowanie i reagowanie na jej wyrazy szacunku i podziwu.

Za to podstawową i pierwszorzędną potrzebą mózgu kobiecego jest przyjmowanie i reagowanie na jego miłość (*agapē*).

Kobięcy mózg i jej hormony są zaprojektowane tak, by reagować na miłość męża. Moim zadaniem jako kochającego męża jest bycie zwierciadłem dla mojej żony – mam jej pokazywać, jaka jest cudowna dla mnie i jej Stworzyciela. Wiem, że tęskni ona nie tylko za słowami, ale i czułymi gestami – kwiatami, kartkami, telefonami, randkami, wspólnymi posiłkami, czasem spędzanym razem, pomocą w obowiązkach domowych czy rozmową.

Mózg mojego męża jest zaprojektowany, by reagować, kiedy mówię: „Podziwiam i szanuję cię. Powierzam ci kierowanie naszą rodziną. Doceniam wszystko, co robisz dla mnie i dzieci. Dziękuję za twoją ciężką pracę. Dziękuję, że mnie kochasz”. Pragnie on słyszeć te słowa, nie tylko wtedy, gdy jesteśmy sami, ale zwłaszcza wtedy, gdy opowiadam o nim innym.

Kiedy mężczyzna jest szanowany i podziwiany, odczuwa ogromną przyjemność. Kiedy wie, że go szanuję, kocham i doceniam, że zna moje potrzeby i oczekiwania, zwykle odwdzięcza się uszczęśliwianiem mnie. A kiedy wyczuwa mój szacunek, zaufanie i podziw, jest również w pełni zdolny do wyczuwania mojej miłości do niego. Wtedy pragnie kochać mnie lepiej, a ja pragnę kochać go jeszcze bardziej. Nasza wzajemna miłość jest zaprojektowana, by wzrastać i pięknieć.



Część IV

Jej mózg, jego mózg

Piękno Bożego projektu



Rozdział 12

Stworzeni do jedności według Bożego projektu

Im więcej wiemy o działaniu mózgu, tym bardziej zadziwia nas, jaki wspaniały dar ofiarował nam Bóg, byśmy potrafili cieszyć się Jego planem na małżeństwo. Skoro już przekazaliśmy ci nieco wiedzy na temat funkcjonowania mózgów męskiego i kobiecego, wróćmy do historii stworzenia i spójrzmy, co Biblia ma do powiedzenia na temat Bożego palca w projektach naszych mózgów.

Pismo Święte mówi nam o stworzeniu pierwszego człowieka, Adama, następująco: „Pan Bóg ulepił człowieka z prochu ziemi i tchnął w jego nozdrza tchnienie życia, wskutek czego stał się człowiek istotą żywą” (Rdz 2,7). Hebrajskie słowo tłumaczone jako „ulepił” to *yatsar*, co dosłownie oznacza „kształtować”, „formować”. Najczęściej używa się go do opisywania czynności wykonywanej przez garncarza, który formuje gliniane naczynie. Hebrajscy uczeni twierdzą, że słowo to

można również przetłumaczyć jako „ustalać” lub „modelować, formować, składać, wytwarzać lub zamierzać”¹.

Biblia posługuje się zupełnie innym terminem, by opisać stworzenie kobiety: „Po czym Pan Bóg (...) zbudował niewiastę” (Rdz 2,22). Autor podkreśla, że Bóg stworzył kobietę inaczej niż mężczyznę. Bóg nie *yatsar* ani nie „ulepił” kobiety tak jak mężczyzny, ale ją *banah*. Hebrajskie słowo zwykle tłumaczone jako „wytwarzać”, „budować” lub „modelować”² wskazuje na zupełnie inny projekt.

Banah oznacza, dosłownie i w przenośni, „w sposób złożony zaprojektować lub zbudować”. W innych wersetach Pisma użyte zostało dla opisu kunsztownej konstrukcji świątyni, ołtarza, domu czy miasta. W ten sposób określane są zaplanowany projekt i budowa złożonych, pięknych budynków. Na przykład, rzemieślnik *banah* świątynię Salomona.

W przeciwieństwie do mężczyzny, który został ulepiony lub uformowany ręką Stworzyciela, kobieta została zaprojektowana i wykonana inaczej. Mężczyzna został ulepiony z gliny, za to stworzenie kobiety porównano do projektowania i budowania perełek architektury czy dzieł sztuki.

Owa różnica w stworzeniu kobiety pomaga mi zrozumieć, dlaczego Pismo Święte wskazuje na męża jako obrońcę żony. Jest ona kruchym, cennym dziełem sztuki. On jest jak opakowanie, które ma ją otaczać i strzec – by chronić ją przed rysami i draśnięciami, przed

¹ Brown-Driver-Briggs Hebrew Lexicon, *Blue Letter Bible*, www.blueletterbible.org/cgi-bin.blb/strongs.pl?hr=http%3A%2F%2Fwww.eliyah.com%2Flexicon.html&icon=http%3A%2F%2Fwww.eliyah.com%2Fbackto.gif&bgcolor=FFFFFF&textcolor=000000&linkcolor=0000FF&vlinkcolor=A000FF&language=H&strongs=3335 (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

² Brown-Driver-Briggs Hebrew Lexicon, *Blue Letter Bible*.

ostrzami i niewłaściwym traktowaniem, które mogłyby odwrócić uwagę od jej piękna i wartości.

Podobnie jak glina, mężczyzna został ulepiony; podobnie jak dzieło sztuki, kobieta została zaprojektowana i zbudowana dla piękna, stałości i trwałości. On jest pospolity i praktyczny; ona jest klejnotem, koroną. Zarówno nauka, jak i Pismo Święte wskazują, że od samego początku mężczyzna i kobieta – mózg męski i mózg kobiecy – zdecydowanie się różnią.

Ona jest partnerką Adama

Autor Księgi Rodzaju pisze, że pod koniec każdego dnia poprzedzającego stworzenie człowieka „Bóg widział, że [stworzenia] były dobre” (zob. Rdz 1,4; 1,10; 1,12; 1,18; 1,21; 1,25). Ale kiedy Bóg umieścił mężczyznę w ogrodzie Eden, mężczyzna ten był sam. Stworzyciel to zobaczył i powiedział: „Nie jest dobrze, żeby mężczyzna był sam, uczynię mu zatem odpowiednią dla niego pomoc” (Rdz 2,18).

Pewien naukowiec zauważył, że „kiedy Bóg stwierdził, iż stworzy kolejną istotę, by mężczyzna nie był sam, zdecydował się ustanowić »równą mu istotę«, kogoś, kogo [emocjonalna i duchowa] siła będzie równa sile męskiej. Kobieta nie miała być jedynie pomocą dla mężczyzny. Miała być jego partnerką”³.

Dwa hebrajskie słowa tworzące wyrażenie tłumaczone jako „odpowiednia pomoc” mogą również oznaczać „równy bądź idealny od-

³ R. David Freedman, *Woman Power Equal to Man*, „Biblical Archaeology Review” 9 (styczeń/luty 1983 r.), „University of Chicago”, <http://home.uchicago.edu/~spackman/powerequaltoman.pdf> (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

powiednik”, „doskonale dobrane przeciwieństwo” lub „pomoc, która świetnie do niego pasuje”.

Rzeczownik tłumaczony jako „pomoc” to hebrajskie słówko *ezer*. Może ono oznaczać „tego, który przychodzi w sukurs”. Nieco przestarzałe słówko „sukurs” to inaczej „wsparcie”, „odsiecz” lub „posiłki”.

„Przychodzić w sukurs” może ktoś, kto przynosi wodę konającemu z pragnienia. Może to być osoba, która zatamuje krwawienie, ratując komuś życie. Słowo to budzi zupełnie inne skojarzenia niż te odnoszące się do pracownika czy pomocy domowej. Wyraz „pomoc” użyty w przekładzie polskim może nie oddawać prawdziwego znaczenia hebrajskiego *ezer*. Termin hebrajski nie wskazuje na poddańczą rolę, którą sugeruje słowo „pomoc”.

Kobiecie daleko do poddanej czy służącej, jest ona tą, która ratuje mężczyznę – która wyrывa go z pęt samotności, uwalnia od jałowości i daremności samotnego życia i wypełniania obowiązków. Bóg oznajmia nam rzecz niesamowitą. Dlaczego? Poza wspomnianym fragmentem, słowo *ezer* użyte zostało w Biblii jedynie do opisania dzieł samego Boga! Bóg przychodzi w sukurs, jest *ezer*, pomocą dla Izraela w czasie ucisku. Jest „pomocą”, *ezer* – czyni dla swojego ludu to, czego on sam nie jest w stanie uczynić – to On zaspokaja nasze potrzeby.

Jeden z komentarzy biblijnych wskazuje, że „w tym kontekście słowo to wydaje się wskazywać na »niezastąpioną towarzyszkę«. Kobieta ma wypełnić luki w projekcie stworzenia mężczyzny, co oznacza, że mężczyzna ma uzupełnić jej braki, choć nie zostało to powiedziane wprost”⁴. Nie sugerujemy w ten sposób, że Stworzyciel się pomylił

⁴ Komentarz do Rdz 2,18, w: *The Net Bible*, <http://net.bible.org/verse.php?book=Gen&chapter=2&verse=18>. Za zgodą www.bible.org (12 kwietnia 2007 r.). Zob. też: M.L. Rosenzweig, *A Helper Equal to Him*, „Judaism” 139 (1986), s. 277–280.

– co to, to nie! Mamy raczej na myśli, że stworzył On w mężczyźnie i kobiecie potrzebę drugiej osoby. Kobieta jest idealnie zaprojektowanym, stworzonym przez Boga darem dla mężczyzny – naszą idealną partnerką.

Pomoc dla mężczyzny to żona, która dopełnia swojego męża. To ona jest zaprojektowana i stworzona, by przynosić mu „wybawienie” od samotności, ochronę w chwilach słabości i wsparcie tam, gdzie on nie daje sobie rady.



Wielu Hebrajczyków, zarówno starożytnych, jak i współczesnych, uważa samotność za zaprzeczenie prawdziwego życia. Dla nich prawdziwe życie nie jest jednostkowe, ale wspólne i społeczne. (...) W hebrajskim słowie tłumaczonym jako „sam” [„nie jest dobrze, żeby mężczyzna był sam”] pobrzmiewa echo odseparowania, a nawet odosobnienia. (...) Zgodnie z mentalnością Hebrajczyka istota ludzka żyje, póki złączona jest ze środowiskiem ludzi, z którymi dzieli życie i miłość⁵.

Samuel Terrien

Należy również zwrócić uwagę na słowo tłumaczone jako „odpowiednia”, czyli hebrajskie *neged*. *Neged* można by dosłownie przetłumaczyć jako „coś, co jest naprzeciwno” lub ściślej „przeciwległa strona; partnerka lub towarzysza”. *Neged* (lub *k^enegdo*) dosłownie oznacza „w związku z jego przeciwległą stroną”. Przykłady zawierające słowa „odpowiednia”, „odpowiednia dla”, „pasująca” lub „odpowiadająca” wydają się oddawać istotę problemu.

⁵ Samuel Terrien, *Till the Heart Sings: A Biblical Theology of Manhood and Womanhood*, Philadelphia 1985, s. 9.

Kobieta nie została stworzona, by stać za swoim mężczyzną ani nawet u jego boku. W Księdze Rodzaju przedstawiona jest raczej jako stojąca naprzeciwko, twarzą w twarz. Ona i on idealnie do siebie pasują. Ona jest jego doskonale dobraną sojuszniczką, współpracowniczką i towarzyszką. Ponieważ Bóg zna charakter mężczyzny, nie przymusza Adama do kobiety. Przecież stworzył mężczyznę i zdaje sobie sprawę, że Adam sam musi na to wpaść. Pan Bóg z miłością czeka, dopóki mężczyzna nie zrozumie, że jest w potrzebie: „I tak mężczyzna dał nazwy wszelkiemu bydłu, ptakom powietrznym i wszelkiemu zwierzęciu polnemu, ale nie znalazła się pomoc odpowiednia dla mężczyzny” (Rdz 2,20).

W całym stworzeniu Adam nie znalazł swojej *ezer neged*. „Wtedy to Pan sprawił, że mężczyzna pogrążył się w głębokim śnie, i gdy spał, wyjął jedno z jego żeber, a miejsce to zappełnił ciałem. Po czym Pan Bóg z żebra, które wyjął z mężczyzny, zbudował niewiastę” (Rdz 2,21–22).

Ta opowieść o stworzeniu spisana pięknym poetyckim językiem ukazuje stworzenie kobiety jako zbudowanej tak, by pasowała do swojego mężczyzny. Jest do niego dostrojona w taki sposób, że jej zalety dopełniają jego słabości. Nic dziwnego, że spojrzawszy na mężczyznę, Stworzyciel stwierdził: „Nie jest dobrze, żeby mężczyzna był sam” (Rdz 2,18).

Opowieść ta nie tylko przedstawia kobietę jako wybawicielkę mężczyzny z pustki odosobnienia i samotności, ale w subtelny sposób obrazuje całość potencjalnej relacji między jednym mężczyzną i jedną kobietą, która może zachodzić tylko i wyłącznie w ramach ofiarnego związku zawartego na całe życie – który Pismo później nazwie małżeństwem.

O mój Boże!

Bóg stworzył i ofiarował Adamowi dokładnie to, czego ten potrzebował, zanim sam Adam zdał sobie z tej potrzeby sprawę. Stworzywszy Ewę, „Pan Bóg (...) ją przyprowadził do mężczyzny” (Rdz 2,22).

Adamowi, który po raz pierwszy widzi kształty i piękno nagiej kobiety, szczęka opada. Jest oszołomiony. Wstrzymuje oddech. Parafraza słów Adama według Larimore'ów brzmi tak:

Wow! O mój Boże! W samą porę! To kobiece, seksowne dzieło sztuki jest super! Ta wyjątkowa istota jest moją towarzyszką, ma być częścią mnie, ma mnie dopełniać – jest silna tam, gdzie ja jestem słaby, krucha tam, gdzie ja jestem mocny. Pasuje do mnie! Pasuje do mnie idealnie!

Zazwyczaj przekłady tego fragmentu są jednak nieco bardziej oschłe: „Mężczyzna powiedział: »Ta dopiero jest kością z moich kości i ciałem z mego ciała!«” (Rdz 2,23).

Wyrażenia „kością z moich kości” i „ciałem z mego ciała” odnoszą się nie do kobiety jako drugorzędnego stworzenia wziętego z pierwszego człowieka, ale do pełnej i kompletnej relacji. „Kość” i „ciało” obrazują całe spektrum cech ludzkich od siły kości do delikatności ciała – skomplikowaną mieszankę mocy i słabości, zalet i wad, które obecne są w każdej z płci.

Jak łatwo sobie wyobrazić, kości bez ciała (ścięgien, nerwów i mięśni) są równie bezużyteczne co ciało bez krwi. Projekt kości i ciała, męża i żony, polega na przewadze działania wspólnego nad działaniem w pojedynkę. Według Bożego projektu mężczyzna i kobieta w małżeństwie, wspólnocie działania są równymi, ale uzupełniającymi się częściami potencjalnie silnej i zdumiewającej całości.

Adam zostaje mężem

Adam stwierdza następnie: „Ta będzie się zwała niewiastą, bo ta z mężczyzny została wzięta” (Rdz 2,23). W języku Adama dokonuje się znacząca przemiana, której nie oddaje tłumaczenie. Do tej pory „człowiek” lub „istota żywa” (po hebrajsku *adam*), wcześniej samotny i niepełny, teraz zyskuje miano „prawdziwego mężczyzny”.

Od tej pory Adam zwie się po hebrajsku *iysh* (wymowa „iisz”) – słowo to opisuje mężczyznę wraz z przypisanymi mu rolami. Adam wkracza w rolę męża, towarzysza, partnera, obrońcy i żywiciela istoty zaprojektowanej jako jego najcenniejsza przynależność – swojej kobiety – odtąd zwanej po hebrajsku *ishah*.

Autor Księgi Rodzaju wyraźnie wskazuje, że mężczyzna i kobieta mają być zachwycająco i komplementarnie różni a przy tym stanowią jedność. To może się wydarzyć tylko w małżeństwie – ustanowionej przez Boga relacji kobiety i mężczyzny opartej na celowości, wzajemnej wymianie i dzieleniu się. Kobieta została stworzona, by wybawić mężczyznę przed jego samotnością i niepełnością. Została również starannie zaprojektowana, by na niego reagować i wzbudzać w nim reakcję.

Dlatego właśnie wierzymy, że Bóg stworzył kobietę w zupełnie inny sposób niż mężczyznę. Zaprojektował On mężczyznę i kobietę zachwycająco innych i inaczej, tak, aby mogli oni się dopełniać, dopasowywać do siebie i nawzajem umacniać. Bez kobiety mężczyzna nie był, nie jest i nie będzie wykorzystywał pełni swoich możliwości.

Ta starożytna historia biblijna nie traci na aktualności i zgadza się ze współczesną nauką. Skupia się na idealnej monogamii i ideale monogamii – związku mężczyzny i kobiety zjednoczonych w ciele – jakim są mąż i żona.

Opuszcza i łączy się

Dalej w Księdze Rodzaju następuje zdumiewające jak na tamte czasy oświadczenie: „Dlatego to mężczyzna opuszcza ojca swego i matkę swoją i łączy się ze swą żoną tak ściśle, że stają się jednym ciałem” (Rdz 2,24).

W starożytnych kulturach Bliskiego Wschodu oddawanie czci ojcu i matce stanowiło najświętszy obowiązek. Stworzyciel przeciwnie, jednoznacznie przykazuje mężczyźnie stawiać żonę na pierwszym miejscu.

Oprócz tego język opowieści wyraźnie podkreśla, że mężczyzna ma zrobić coś więcej niż opuścić swoich rodziców. Hebrajskie słowo tłumaczone jako „opuszczać” w rzeczywistości oznacza „porzucić” ojca i matkę na rzecz żony. Jego zobowiązania nie dotyczą już rodziny pochodzenia, a małżeństwa, co przygotowuje go do ostatniej kwestii: mężczyzna „łączy się ze swą żoną tak ściśle, że stają się jednym ciałem”. Przekaz nie mógłby być bardziej jednoznaczny: mężczyzna nie może „przyłgnąć” jednocześnie do rodziców – zwłaszcza do matki – i do żony. Każdy chłopiec musi psychologicznie opuścić matkę, by stać się mężczyzną. Proces ten jest stymulowany przez testosteron i wazopresynę, ale musi być również wspierany i umożliwiany *z a r ó w n o* przez matkę, jak i ojca.

Zdrowe małżeństwo musi „dotrzeć się” w kwestii męskiego biologicznego pragnienia niezależności i kobiecej przytłaczającej biologicznej potrzeby więzi. Osiągnięcie tej równowagi jest jednak o wiele trudniejsze, jeśli nadal jesteśmy maminsynkami czy córeczkami tatuśców. By zobrazować tę potrzebę opuszczenia i złączenia się naszego syna, Scotta, ze swoją ówczesną narzeczoną, Jennifer, Barb odtworzyła scenkę podczas przyjęcia przedślubnego⁶.

⁶ Ang. *rehearsal dinner* (dost. „próbny obiad”). Amerykański zwyczaj spotykania się w gronie gości weselnych w ciągu tygodnia przed ślubem (przyp. tłum.).

Zanim rozpoczęły się przemowy i toasty za młodą parę, założyłam fartuch i wyjaśniłam Scottowi, Jennifer i naszym gościom, że modliłam się za Scotta i jego przyszłą żonę – i za dzień, kiedy syn opuści mnie i złączy się z nią – odkąd byli mali.

Zwróciłam się do Scotta i oznajmiłam mu, że nie jestem już jego powiernicą ani doradczynią; że to zadanie należy teraz do Jennifer. Wtedy sięgnęłam do kieszeni fartucha, wyjęłam nożyczki i podałam je Waltowi. On odciął paski od fartucha i podał je mi. Pokazałam je Jennifer i powiedziałam: „Jennifer, daję ci te paski – i oddaję ci mojego syna”.

Kiedy Jennifer i Barb padły sobie w objęcia, prawie wszyscy mieli łzy w oczach – zwłaszcza ja. Chyba nigdy nie byłam bardziej wdzięczny za mądrość mojej żony.

„Łączenie się” czy „jednoczenie” określa nie tylko początek nowego przymierza, ale również jego podtrzymywanie. Nie oznacza tylko „przywarcia” czy „przyłgnięcia”, ale „niemożność oderwania się”. Hebrajski odpowiednik wyrażenia „jedno ciało” wskazuje, że stanie się jednym ciałem to proces fizycznego, emocjonalnego, związkowego i duchowego rozwoju, który intensyfikuje i umacnia się z biegiem czasu.

A kiedy umacniamy wzajemne więzi, chcemy również umacniać nasze więzi z Bogiem. Według Księgi Koheleta:

Lepiej jest dwom niż jednemu,
gdyż mają dobry zysk ze swej pracy.
Bo gdy upadną, jeden podniesie drugiego.
Lecz samotnemu biada, gdy upadnie,
a nie ma drugiego, który by go podniósł.
Również, gdy dwóch śpi razem,
nawzajem się grzeją;
jeden natomiast jakże się zagrzeje?

A jeśli napadnie ich jeden,
to dwóch przeciwko niemu stanie;
a powróż potrójny niełatwo się zerwie (Koh 4,9–12).

Zawsze uważaliśmy Boga za trzeci sznur w naszym małżeńskim powrozie. Małżeństwo, w pełnej krasie, jako zaprojektowane przez Stworzyciela, to nie tylko połączenie mózgu męskiego i mózgu kobiecego – ale mózgu męskiego, kobiecego o r a z mózgu naszego Stworzyciela. Powróż potrójny niełatwo się rozerwie.

Ale za to łatwo go rozciągnąć; Bóg jest siłą i gwarantem małżeństwa. Stała ufność w Jego prowadzenie zapewnia nam konstruktywny cel, mocne fundamenty, solidne wsparcie i wieczną nadzieję. W sytuacjach konfliktowych (tak, doświadczamy ich wiele) najważniejsze okazało się dla nas pokładanie nadziei w Bogu i Jego projekcie dla każdego z nas i dla naszego małżeństwa – ufność, że On odwiedzi nas od egoizmu i poprowadzi do błogosławieństw w postaci siły, pewności i satysfakcji, które przychodzą tylko poprzez rozpoznanie i podążanie za projektem. Odkryliśmy, że coraz bliższa relacja mężczyzny i kobiety z Bogiem skutkuje zbliżeniem się do siebie nawzajem.



Rozdział 13

Umiłowanie, cześć i wychowanie według Bożego projektu

Jedną z moich ulubionych postaci biblijnych jest św. Piotr. Mamy podobny temperament, a szczególnie łączą nas wady i słabości.

Choć często przedstawia się Piotra jako burkliwego i prostackiego, uważam, że w swoich tekstach wykazuje niezwykle zrozumienie dla kobiet.

W Pierwszym Liście Piotr pisze: „Mężowie, (...) Darzcie żony czcią” (1 P 3,7). Greckie słowo tłumaczone jako „darzcie czcią” lub „szacunkiem” oznacza „ceńcie”, „przywiązujcie wysoką wartość” i „doceniajcie”. Czasownik tej opisuje działanie męża, który w najwyższym stopniu poważa swoją żonę – jako kogoś drogiego.

Słowo to nie opisuje emocji; związane jest z działaniem. Wiążemy silne uczucia z tym, co cenimy. Badania psychologiczne ukazują, że kiedy osoba podejmuje decyzję o poważaniu i cenie-

niu czegoś, jej uczucia zaczną się zmieniać w ciągu sześciu tygodni. Innymi słowy, kiedy mężczyzna nieustannie docenia swoją żonę, wpływa to na jego emocje. Sam akt cenięcia zmienia jego uczucia.



Gdzie twoja radość, tam skarb twój; gdzie twój skarb, tam serce twoje; gdzie twoje serce, tam szczęście twoje¹.

św. Augustyn

Jednocześnie kiedy mężczyzna ceni kobietę, w zagadkowy sposób i ona przechodzi potężne zmiany. Wierzę, że to dlatego Piotr nakazuje mężczyznom cenić swoje żony.

Kobieta – wyjątkowe naczynie

To nie wszystko. Piotr pisze jeszcze: „Mężowie, we wspólnym pożyciu liczcie się rozumnie ze słabszym ciałem kobiecym” (1 P 3,7). Według językoznawców trudno jest znaleźć odpowiednik greckiego słowa zwykle tłumaczonego jako „słabsze”. Dosłownie grecki wyraz *asthenēs* opisuje kogoś, kto nie ma siły, jest wątły, mizerny czy niezdrowy – kogoś, kto jest chory, bezsilny czy słaby².

¹ Quote World, <http://www.quoteworld.org/quotes/725> (dostęp 28 lipca 2007 r.).

² Zob. James Strong, *A Concise Dictionary of the Words in the Greek New Testament*, w: tegoż, *Strong's Exhaustive Concordance of the Bible*, Nashville 1986, s. 18.

Choć nie jesteśmy z Barb teologami, oboje odczuliśmy w naszych sercach, że człowiek pokroju Piotra, a przynajmniej tak jak się go przedstawia, nie kazałby mężczyznom czcić czy cenić słabości. Poza tym dla mnie samego stanowiło to zagwozdkę. Jak miałbym czcić i cenić coś wątpliwego? Nie miało to dla mnie sensu.

Pewnego dnia, w pokoju socjalnym w szpitalu, piłem kawę ze znajomym lekarzem psychiatrą o imieniu Piotr, który wychowywał się w Grecji. Piotr był moim osobistym specjalistą od greki, więc spytałem go, jak on rozumie greckie słówko *asthenēs*. Kiedy przedstawiał mi rozmaite wyjaśnienia, byłem mile zaskoczony o wiele bogatszym i głębszym znaczeniem owego wyrazu. Piotr powiedział, że terminem tym można się posługiwać dla opisanego:

- ♦ najbardziej kruchego i najcenniejszego dzieła sztuki,
- ♦ najdelikatniejszej i najkosztowniejszej porcelany kostnej, porcelanowych waz i kryształów,
- ♦ najcenniejszej i najbardziej wyrafinowanej biżuterii.

Następnie stwierdził, że słowem tym określa się wykwintny, delikatny, luksusowy, eteryczny, subtelny, ale niezwykle rzadki i drogi dar.

My, mężczyźni, nie nazwalibyśmy Porsche z rocznika 1957 „słabym”. Nie powiemy, że *Mona Lisa* jest „słaba”. Te właśnie przedmioty można opisać słówkiem *asthenēs* – bezcenne, piękne dzieła sztuki, przedmioty wielkiej i niezwyklej wagi i wartości. Owe dzieła sztuki są zaprojektowane i wykonane, by je doceniać, uwielbiać i ich pożądać; by je czcić i cenić; by je szanować i chronić; skrywać, osłaniać i chwalić; by o nich mówić, by je wywyższać i zwracać na nie uwagę; by je polerować, pokazywać i uznawać za skarb.

Wow! Piotr właśnie powiedział, że Bóg zbudował i podarował każdemu mężowi bezcenny i delikatny skarb – jego żonę – by ją cenił i się o nią troszczył. Jeśli jesteś żonaty, Bóg obdarował cię małżonką, którą dla ciebie przeznaczył i stworzył – kobietą nieopisaną, niepojętą, nieocenioną i niewiarygodnej wartości. A właściciel galerii sztuki – nasz niebieski Ojciec – czyni nas odpowiedzialnymi za troskę o nasze żony. Mamy o nie dbać.

Mężczyźni – odżywiajcie i miłujcie swoje żony

Odpowiedzialność za skarb, jakim Bóg obdarzył mężczyznę w żonie, nie kończy się na miłości i trosce o nią. Święty Paweł przekazuje nam w Liście do Efezjan natchnione przez Boga słowo o równowadze między wiarą a rodziną, naucza, że dobry mąż nie tylko kocha (*agapaō*) swoją żonę, ale „żywi [ją] i pielęgnuje, jak i Chrystus – Kościół” (Ef 5,29). Greckie słowo tłumaczone jako „żywić” można by również przetłumaczyć jako „odżywiać”. Doskonale obrazuje to kolejny obowiązek wobec naszych żon. Greckie słowo *ektrephō* oznacza „dochowywać do dojrzałości”, „wprawiać”, „wychowywać” lub „odżywiać”.

Chcesz się dowiedzieć, jak odżywiać swoją żonę? Wcześniej mówiliśmy o wersetach „siebie nawzajem” jako sposobach, dzięki którym możemy okazywać sobie miłość. Niektóre z tych słów dają także mężowi wskazówki, w jaki sposób odżywiać żonę. Rozsądny mężczyzna będzie dawał jej przykład, uczył ją i ćwiczył. Przynajmniej trzy wersety stanowią swego rodzaju przykazania Pawła o duchowym odżywianiu:

- ♦ udzielajcie [swoim żonom] upomnień (Rz 15,14),
- ♦ nauczajcie [swoje żony] (Kol 3,16),
- ♦ przemawiajcie [do swoich żon] „w psalmach i hymnach, i pieśniach pełnych ducha” (Ef 5,19).

To nie kapłan ma być głównym kierownikiem duchowym naszej rodziny. Nam, mężom, przysługuje ten wspaniały przywilej i odpowiedzialność – odżywiania nie tylko naszych żon, ale także naszych dzieci (zob. Pwt 6,6–9). W naszej rodzinie oznacza to, że przy różnych okazjach czytamy z Barb Biblię lub książki religijne. Prowadzę u nas spotkania w małych grupach. Wspólne domowe posiłki wykorzystuję jako okazję do rozmowy o zasadach biblijnych. Oznacza to zarówno wielbienie Boga w domu, jak i modlitwę we wspólnocie rodzinnej w kościele.

Kierownictwo duchowe Walta w naszym domu nie tylko pozwoliło naszej rodzinie nauczyć się i ćwiczyć w zasadach biblijnych. Cieszy mnie widok naszych dzieci, które podążają za wskazówkami swojego ojca. To dopiero skok oksytocynowy! Oprócz tego sama czuję się nie tylko duchowo przez niego odżywiana, ale również kochana w namacalny sposób.

Paweł powierza mężom kolejny obowiązek małżeński: nakazuje im „miłować” swoje żony. Greckie słowo zwykle tłumaczone jako „miłować” to *thalpō*. Dosłownie oznacza to „wysiadywać” lub „ogrzewać”³.

Mieszczuchy pewnie rzadko kiedy mają okazję obserwować wysiadywanie. Ptak siedzi na jajkach, by inkubować je podczas wzrostu, dojrzewania i rozwoju. Niekiedy dojrzały ptak chroni również

³ Strong, *A Concise Dictionary...*, s. 46.

wyklute z jajek piskłeta, przyciągając je do swojej miękkiej ciepłej piersi i okrywając opiekuńczymi skrzydłami. W psalmie opisującym bezpieczeństwo, jakie zapewnia nam Bóg, psalmista także posługuje się tą metaforą: „Okryje cię swymi piórami i schronisz się pod Jego skrzydła” (Ps 91,4). Proces wysiadywania to ofiarna i pełna miłości obrona piskląt przed żywiołami. To piękna metafora miłości męża, która prowadzi go do umiłowania żony, drogiego daru od Boga.

My, mężowie, musimy wziąć sobie do serca rady Piotra i Pawła, by czcić, miłować i wychowywać nasze żony. Dalej u św. Piotra następuje szokujące ostrzeżenie: „Bądźcie dobrymi mężami dla swoich żon. Darzcie je czcią, rozkoszujcie się nimi. Kobietom braknie niektórych twoich zalet. Ale w nowym życiu w Bożej chwale, jesteście równi. Traktujcie więc swoje żony jako równe sobie, by modlitwy wasze nie osiadały na mieliźnie” (1 P 3,7 – MSG).

Darzenie czcią, szanowanie i troska o Barb to tak ważne zadanie i powołanie, że jeśli ja, jako jej mąż, nie podejmę się go, wtedy moje modlitwy nie zostaną wysłuchane. Bóg najwyraźniej pragnie, abym nigdy nie zapomniał, że zostałem pobłogosławiony wspaniałym darem w postaci mojej żony. Jeśli chcę, by moja relacja z Bogiem odpowiadała Jego stworzeniu, muszę czcić, cenić i szanować dar, który Pan zaprojektował specjalnie dla mnie.

Mażeńskie pudełko

Nauczyliśmy się z Barb, że mąż powinien miłować, czcić i wychowywać swoją żonę, a żona powinna szanować i podziwiać swojego męża. Jest to tak ważne dla zdrowia małżeństwa, że z okazji ślubu za-

wsze dajemy swoim znajomym piękne, ale puste pudełko. W środku umieszczamy złote rady inspirowane słowami Allana Petersena⁴:

Większość ludzi pobiera się z wiarą w mit – że małżeństwo to piękne pudełko pełne wszystkiego, za czym tęsknimy: towarzystwa, seksualnego spełnienia, bliskości, przyjaźni. I że pudełko to w tajemniczy sposób zawsze zapełnia się tymi pysznościami.



Wierzimy, że akt małżeństwa jest kluczem do tego pudełka. Możemy z niego czerpać tyle, ile chcemy, i w cudowny sposób nic z niego nie ubywa.



Prawda jest taka, że małżeństwo, na początku, to puste pudełko. Musisz coś do niego włożyć, zanim zechcesz z niego czerpać. Jeśli nie wkładasz do niego więcej niż wyjmujesz, pozostaje puste.



W małżeństwie nie ma miłości; miłość jest w ludziach i to oni wypełniają nią małżeństwo.



W małżeństwie nie ma uczucia, zrozumienia i szczodrości; one są w ludziach i to ludzie wypełniają nimi małżeńskie pudełko.

⁴ Porady pochodzą z dwóch źródeł: J. Allan Petersen, *The Myth of the Greener Grass*, wyd. popr., Wheaton 1991, s. 183 oraz „Keep the Box Full”, biuletyn Better Families, luty 1998. Wykorzystane za zgodą autora.



Po ślubie zaczynamy opróżniać pudełko, ufając, że mąż lub żona napęlnią je z powrotem. Ale tak się nie stanie, przynajmniej nie na długo. Z pudełka ubywa, wzbiera rozczarowanie, a kondycja związku gwałtownie spada.



Kiedy pudełko zostaje opróżnione, narażamy się na romans lub rozwód.



Mąż i żona muszą opanować sztukę i zwyczaj dawania, kochania, służby i podziwu dla współmałżonka – dzięki temu pudełko jest pełne. Jeśli wyjmujesz więcej niż wkładasz, pudełko będzie puste.



Miłość to coś, co robisz – działanie ukierunkowane na drugą osobę. Do pełnego pudełka trzeba dwojga.

Nie możemy działać w pojedynkę. Potrzebujemy wzajemnej pomocy, wsparcia, zachęty i otuchy. Przede wszystkim potrzebujemy jednak Bożej pomocy. Kiedy każdy z nas poszukuje bliskości z Nim, zbliża się do swojego współmałżonka – powstaje więź, której nikt nie jest w stanie zerwać, a małżeńskie pudełko wypełnione jest po brzegi.

Zachęcamy małżeństwa, by codziennie wypełniały swoje „małżeńskie pudełka”, dzięki przestrzeganiu wersetów o „sobie nawzajem”. Niech to pudełko przypomina ci, mężu, byś kochał, odżywiał i miłował swoją żonę. Niech przypomina ci, żono, być szanowaną i podziwiałą swojego męża. Niech przypomina wam, że małżeństwo może, z Bożą pomocą i waszym poświęceniem, wypełnić Boży projekt.

Ostatnie przypomnienie

Szczęśliwe i satysfakcjonujące małżeństwa to te, w których mąż i żona są zadowoleni, czują się komfortowo i nieustannie pracują nad swoją relacją. Ufamy, że praca nad budowaniem małżeństwa jest łatwiejsza, jeśli zrozumiemy projekt Boga dla małżeństwa oraz zachwycające, stworzone przez Niego różnice między męskim a kobiecym mózgiem. Różnice te mocno przyciągają nas do siebie nawzajem, ale, jeśli nie będziemy ostrożni, mogą nas również podzielić.

Jednak nie muszą. Podobą mi się punkt widzenia, którym podzielił się muzyk Van Halen zapytany o różnice między członkami zespołu: „Dobra, różnimy się od siebie, ale odkładamy to na bok, tworzymy muzykę. Super sprawa”⁵.

I o to chodzi! Mężczyźni i kobiety różnią się od siebie. Modliliśmy się i modlimy się nadal, by ta książka pomogła wam rozpoznać odmienności, podziały, niezgodności, rozbieżności i odrębności między mózgiem męskim a mózgiem kobiecym – byście rozumieli je tak, jak skomponował je Stworzyciel i po prostu tworzyli razem świetną muzykę.

Naszym celem było ukazanie fundamentalnych różnic między mózgiem męskim a mózgiem kobiecym w sposób, który pomoże mężom i żonom pojąć, dlaczego relacje z przedstawicielami przeciwnych płci tak często doprowadzają nas do szału. Jak zauważa John Gray, autor *Mężczyźni są z Marsa, a kobiety z Wenus*: „Kiedy mężczyźni i kobiety są zdolni do szanowania i akceptowania swojej odmienności – wte-

⁵ *Brainy Quote*, www.brainyquote.com/quotes/quotes/a/alexvanhal216209.html (dostęp 12 kwietnia 2007 r.).

dy miłość ma szansę rozwoju”⁶. My dodamy tylko, że kiedy mężowie i żony rozumieją różnice między biologią i biochemią swoich mózgów, będą zdolni do wyraźniejszego dostrzegania i pojmowania swoich projektów i przeznaczenia do jedności.

Mamy nadzieję, że wszyscy ci, którzy sięgną po tę książkę, aby manipulować, rządzić czy zmieniać swojego współmałżonka, dostrzegą, że nie tędy droga do realizacji Bożego planu dotyczącego małżeństwa. Mamy również nadzieję, że wszyscy – szczególnie kobiety, którzy obawiają się naszego apelu do mężów i żon, by odkryli i postępowali według biologicznych, zaprojektowanych przez Boga różnic – zauważą, iż nie skazujemy w ten sposób kobiet na ich „tradycyjne” role. Ufamy raczej, że Boży projekt męskiego i kobiecego mózgu oraz Jego plan na małżeństwo tak naprawdę wyzwalają nas ku temu, kim stworzył nas Bóg.

Sami nie tworzymy najlepszego małżeństwa pod słońcem. Tajemnicą szczęśliwego i satysfakcjonującego małżeństwa jest przede wszystkim akceptacja planu i wsparcia Stworzyciela, który nas zaprojektował, stworzył nas i ustanowił małżeństwo.

Według Biblii jesteśmy z natury słabi i egoistyczni do szpiku kości. Nasze serca są „zdradliwsze niż wszystko inne i niepoprawne – któż je zgłębi?” (Jer 17,9). Pismo Święte mówi nam jednak, że Stworzyciel pragnie zmieniać nas i nasze małżeństwa. Bóg oświadcza: „I dam wam serce nowe i ducha nowego tchnę do waszego wnętrza, odbiorę wam serce kamienne, a dam wam serce z ciała. Ducha mojego chcę tchnąć w was i sprawić, byście żyli według mych nakazów i przestrzegali przykazań, i według nich postępowali. (...) i będziecie moim ludem, a Ja będę waszym Bogiem” (Ez 36,26–28).

⁶ John Gray, *Mężczyźni są z Marsa, kobiety z Wenus*, przeł. Katarzyna Waller-Pach, Poznań 1996, s. 21.

Boży projekt – zachwycające wzajemne oddziaływanie mózgu męskiego i mózgu kobiecego, które nawzajem kochają, szanują i stają się jednością – to jedyny projekt, dzięki któremu mężczyzna i kobieta mogą zyskać obfite i spełnione życie i małżeństwo. Według planu Stwórcy mój mózg jest zaprojektowany tak, bym prawdziwie kochał, darzył cię, odżywiał i miłował Barb...

A mój mózg jest zaprojektowany, by prawdziwie szanować, podziwiać i dodawać Waltowi otuchy...

By ona była w pełni kobietą...

A on w pełni mężczyznę.

Spis treści

PRZEDMOWA	7
PODZIĘKOWANIA	11
WSTĘP.....	13

Część I

JEJ MÓZG, JEGO MÓZG. NAUKA	19
1. Różni przez Boży projekt	21
2. Podobni jak dzień do nocy	41

Część II

JEJ MÓZG, JEGO MÓZG. RÓŻNICE.....	63
3. Różnice w postrzeganiu świata	65
4. Różnice w przetwarzaniu sygnałów ze świata zewnętrznego ...	79
5. Różnice w komunikowaniu się ze światem	103
6. Odczytywanie różnic komunikacyjnych	115

Część III

JEJ MÓZG, JEGO MÓZG. WPŁYW NA RELACJE	129
7. Seks w wielkim mózgu	131

8. Seks zaprojektowany przez Boga.	153
9. Jego mózg – podboje, jej mózg – opieka	167
10. Jego mózg – zapewnienie bytu, jej mózg – bezpieczeństwo ...	191
11. Jego mózg – szacunek, jej mózg – miłość	211

Część IV

JEJ MÓZG, JEGO MÓZG. PIĘKNO BOŻEGO PROJEKTU	227
12. Stworzeni do jedności według Bożego projektu	229
13. Umiłowanie, cześć i wychowanie według Bożego projektu ...	241

Wydawnictwo Polskiej Prowincji Dominikanów W drodze sp. z o.o.

Druk i oprawa: Drukarnia ReadMe

ul. Olechowska 83, 92-403 Łódź

Druk na papierze Creamy 70 g, wol. 2,0 firmy Zing

[Kup książkę](#)