

Zofia Kościelna

A romantic scene featuring the silhouettes of a man and a woman standing close together, looking out at a sunset over a body of water. The sun is a bright orange orb on the horizon, casting a warm glow across the sky and water. The sky transitions from a deep orange near the horizon to a pale blue at the top. The couple's figures are dark against the bright background. The overall mood is peaceful and intimate.

Podsycanie płomienia

czyli jak osiągnąć
harmonię w związku?

ZOFIA KOŚCIELNA

Podsycanie płomienia

Jak wzmacniać i rozwijać więź w związku?

e-bookowo.pl
wydawnictwo internetowe

[Kup książkę](#)

© Copyright by Zofia Kościelna & e-bookowo
Projekt okładki: Zofia Kościelna
Zdjęcia: sxc.hu
ISBN 978-83-63080-54-9

Wydawca: Wydawnictwo internetowe e-bookowo
www.e-bookowo.pl
Kontakt: wydawnictwo@e-bookowo.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone.
Kopiowanie, rozpowszechnianie części lub całości
bez zgody wydawcy zabronione
Wydanie I 2012

Tytułem wstępu

Drogi Czytelniku, a zwłaszcza Droga Czytelniczko!



Czytasz słowa, które zostały napisane, bo troszczę się o Ciebie i Twój związek. Z ideą tej troski i dbałości chcę się zwracać bezpośrednio do Ciebie, przemawiając do Twojego umysłu, wrażliwości, wyobraźni i serca, dlatego będę Ci mówić „per Ty”.

Droga Czytelniczko – muszę przyjąć jakiś rodzaj gramatyczny – więc najczęściej będę mówić w rodzaju męskim: „zrozumiałeś”, „pomyślałeś”. Wybacz mi, Czytelniczko, to uproszczenie – polszczyzna zbudowana jest tak, że większość koniugowanych czasowników ma rodzaj gramatyczny. Któryś musiałam wybrać. Wyobraź sobie więc, Czytelniczko, że mówię do Ciebie, myśląc o Człowieku, którym jesteś. Ale jeśli czasem napiszę coś „tylko kobiecego”, pozbawionego uniwersalności płci, na pewno zwrócę się do Ciebie w formie żeńskiej.

Czytelniku! Ciebie przepraszać nie muszę. Po prostu z uśmiechem czytaj dalej!

Po co to czytać?

Więc jeżeli czytasz te słowa, najprawdopodobniej sięgnąłeś po tę książkę, bo już jesteś w długoletnim lub przynajmniej kilkuletnim związku. Sięgnąłeś po nią, bo poczułeś, że to, co na początku było oczywiste, gorące i „całkiem dobrze szło samo”, teraz zaczyna błędnąć, chłodzić i wymaga jakiejś zmiany. Jakiejś pracy... Czy mam rację?

Dlatego bardzo serdecznie Ci gratuluję, że w takiej chwili sięgasz po ten poradnik. To znaczy, że związek, w którym jesteś, jest dla Ciebie ważny, że chcesz w jego trwałość i jakość włożyć pracę, że chcesz go na nowo budować. To tak szlachetne i warte uznania. I choć wydaje się w tej sytuacji oczywiste – masz pewnie świadomość, że wspólnie nie jest.

„Znów się zepsułeś i wiem, co zrobię. Wymienię ciebie na nowszy model”. Może to i dowcipne, co? Tylko czasem – przynajmniej niektórym z nas – zdaje się, że w świecie, kierującym się takimi modelami działania nie ma miejsca na prawdziwe uczucie. Myślę, że jeśli to czytasz, należysz do grona tych „niektórych”, którym wymiana żony czy męża na nowszy model wydaje się rozwiązaniem nie do przyjęcia...



Zależy Ci na tym związku, prawda? Chcesz o jego siłę zawalczyć. Czy zastanawiałeś się może, dlaczego? Co daje człowiekowi trwanie w stałym, dobrym związku uczuciowym z osobą płci przeciwnej?

Przyjrzyj się razem ze mną tym wartościom, bo liczę na to, że wtedy jeszcze bardziej będziesz chciał czytać kolejne strony mojej książki po to, by kurować, wzmacniać i ubarwiać swój związek.

Dlaczego warto żyć w trwałym związku?

Czasem bywa tak, że zaczynając życie we dwójkę, wcale się długo nie zastanawiamy nad plusami takiego „układu”. Od tysiącleci przyjęło się, że ludzie żyją parami; połączają się, mieszkają razem, mają wspólne łóżko, drzwi,

stół i dzieci. Potem czasem też razem się starzeją i bardzo tęsknią, gdy któreś odejdzie pierwsze...



A jednak spróbuj przyjrzeć się tej umowie społecznej pod lupą. Powiedzieliście sobie w urzędzie – albo jeszcze bardziej uroczyście; w kościele – że zrobicie wszystko, żeby tej drugiej osobie było dobrze, że będziecie się wspierać i dbać o trwałość tego, co Was łączy. Ale właściwie po co?

Może należałoby uwierzyć, że człowiek to istota biologiczna, jak wszystkie inne ssaki i że ta biologia wcale nie uczyniła go istotą monogamiczną? Może stały związek jest przeżytkiem, tworem z lamusa, archaiczną przereklamowaną mrzonką, niemożliwą do utrzymania realnie we współczesności?

Otóż nie. Bo po pierwsze człowiek potrzebuje miłości. Potrzebuje także akceptacji, wsparcia, poczucia wspólnoty, poczucia bezpieczeństwa, opieki. Chce dzielić z kimś swoje troski, radości, chce z drugą osobą coś wspólnego zbudować. Coś, czego nie było, zacząć od nowa – stworzyć jak dziecko. Chce także mieć dzieci. Chce mieć troski wspólne, chce czuć się odpowiedzialny za drugą osobę, a także za pojawiających się potomków. Człowiek sam, samotny, pojedynczy po prostu nie jest do końca szczęśliwy.

Lansowany ostatnio model bycia spełnionym singlem zapewne sprawdza się w niektórych przypadkach, ale – wiercie mi – nielicznych. Większość ludzi płci obojga stworzonych, zbudowanych, zaprojektowanych jest tak, by dzielić swój los z drugim człowiekiem.

Takiego poczucia sensowności istnienia nie zapewnia ani silny związek uczuciowym z rodzicami, ani z rodzeństwem, ani z przyjaciółmi. Także osoby, których życie potoczyło się tak, że w pojedynkę wychowują dziecko, powiedzą Ci na pewno, że nie czują się do końca spełnione i szczęśliwe. Że wciąż żywią nadzieję, że kogoś jednak na swej drodze odnajdą...

Wasz piękny ogród

Stały związek, małżeństwo, to coś, co możesz uprawiać jak ogród. Patrząc, jak rozrasta się z latami, jak stale Cię czymś nowym zachwyca lub zaskakuje. Pojawiają się tam coraz nowe nasadzenia, czasem coś uschnie czasem jedna roślina zastępuje inną. Oboje jesteście w tym ogrodzie

Ogrodnikami. Obydwójcie jesteście odpowiedzialni i powołani, by dbać o jego zdrowie i piękno.



Teraz pewnie czujesz, że ogród jest jakby mniej wydajny. Coś tam wędnie za szybko, inne uprawy słabiej rosną. Jego urok stracił swój dawny blask. Ty – jeden z dwojga Ogrodników – dostrzegasz to pierwszy. Szukasz jakiegoś „środka ochrony roślin”, szukasz jakiejś odżywki, czegoś, czym możesz glebę ogrodu użyźnić.

Znalazłeś to. To właśnie lektura tej książki. Najlepiej będzie, gdy pokażesz ją też drugiemu Ogrodnikowi, z którym dbasz o Wasz ogród wspólnie.

Rozdział 1

Krótko i byle jak czy długo i szczęśliwie? – argumenty za celowością doskonalenia związku w kilku przykładach

A teraz przygotuj się, Czytelniku, na kilka życiowych historii. Chcę Ci je opowiedzieć, żeby pokazać, dlaczego tak bardzo warto nad swoim związkiem pracować.

Bo, oczywiście, jak retorycznie pytam w tytule tego rozdziału, można w związku być krótko i byle jak. Może ktoś się oburzyć; jak to, krótki związek może być niezwykle intensywny, może być przeżywany mocno przez obie strony, wnieść w ich życie wiele bogactwa!

Tak, ale: po co? Jeśli przed związkiem, w którym jesteś, miałeś jakieś inne – krótsze lub dłuższe, wiesz na pewno, że z takich urywających się układów pozostają w człowieku nade wszystko głębokie zranienia. Szamoczemy się, walczymy o swoje, by w rezultacie po tych chwilach szczęścia, a potem rozterek... pozostać z poczuciem klęski, a może nawet niesmaku. Oczywiście kolejne związki uczą, budują nasz obraz siebie samego w związku, konstytuują nasze najważniejsze oczekiwania i samoświadomość

w relacjach z partnerem. Trudno jednak sobie chyba wyobrazić, że naprawdę szczęśliwy jest człowiek, którego życie uczuciowe wypełnione jest jedynie krótkimi, intensywnymi związkami. Że znalazło się w nim miejsce na uczucie wieloletnie, dojrzewające jak wino, warte pielęgnowania.

A więc chyba wszystko przemawia za tym, aby być ze sobą jak najdłużej. Najlepiej „dopóki śmierć nas nie rozdzieli”. Ale co zrobić, by to „długo” mogło także znaczyć „długo i szczęśliwie”? Co dzieje się, kiedy samych siebie przekonujemy, że o to wspólne szczęście walczyć nie warto?

Oto historie par, które znam, o których czytałam lub słyszałam. Poczytajcie o nich, wczujcie się w te relacje, aby uprzytomnić sobie, że bardzo mocno warto o doskonalenie związku dbać, że czasem trzeba o niego po prostu powalczyć, włożyć w jego trwałość i wartość wysiłek.

Przypadek Kasi i Norberta

Poznali się na studiach. Ona piękna, lubiana przez facetów i dziewczyny, radosna i błyskotliwa. On nie uderzająco przystojny, spokojny, artysta. Zauroczył ją, podbił jej serce w kilka miesięcy. Opowiadał bajki o wiecznej miłości, otoczył ją cukierkową wizją wspólnej przyszłości. Ona, trochę rozpieszczona jedynaczką, uwierzyła, że nadal będzie siedzieć na tronie – tak, jak u mamy.

Był piękny ślub, zamieszkali we dwoje, blisko jego rodziców. Szybko przyszło na świat dziecko. On robił karierę,

rozwijał się. Ona prowadziła dom, dbała o maleństwo, próbowała zaprzyjaźnić z teściami. Z biegiem lat okazało się, że ona chciałaby więcej – też mieć swoją karierę, robić coś więcej. Często tematem kłótni były pieniądze,



których on nie wydawał chętnie, skąpił. W międzyczasie wybudowali dom.

We wspólnym domu kłopoty zaczęły się mnożyć. Nie wychodził im podział obo-

wiązków w domu, nie zgadzali się w sprawie zakresu obowiązków przy dziecku, jej praca stała się przyczyną zazdrości Norberta. Także w sypialni nie było sielanki. Zaczęli się wzajemnie obwiniać o to, że im nie wyszło. Szukali rady u psychologa, księdza, przyjaciół.

Jednego nie spróbowali; regularnej pracy nad związkiem metodą małych kroków. Chcieli rewitalizacji na już, „na pstryk”. Zmęczeni sobą, zniechęceni do pracy nad sobą, rozczarowani rozmyciem się sielankowej wizji sprzed związku. Z niego wychodzi domowy tyran. Ona popada w postawę feministyczną. Żywiły nie do pogodzenia. Zamiast wspólnej pracy na związku – walka, przepychanka, wzajemne oskarżenia.

Final? Współczesny, bolesny. Rozwód. Potem on żeni się drugi raz, potem trzeci... Kasia zostaje sama z dzieckiem.