

Oddanie czy uległość. Jaka jest różnica?

Martin H. Padovani / slo

Dawanie jest wplecione w życie codzienne, jest istotnym elementem stosunków międzyludzkich. Jeśli ma być sztuką stosowaną, musimy



zdefiniować, co przez to rozumiemy, i być bardziej tego świadomi.

Możemy podarować komuś książkę, przyjemne spojrzenie, pieniądze, posiłek lub pomocną dłoń. Możemy także obdarowywać innych uczuciami. Czyniąc to wyrażamy, kim jesteśmy, co myślimy, co czujemy itd. Jednak w naszych bliższych związkach



obdarowywanie uczuciami staje się o wiele bardziej wrażliwą intensywną i skomplikowaną częścią naszego współżycia z innymi. Pociąga ono za sobą nie tylko głębszy poziom dzielenia się z innymi poprzez komunikację, ale również głębszy poziom zobowiązania. W tym miejscu będę się zastanawiał nad trzema rodzajami dawania siebie.



Akt dawania siebie jest aktem miłości; jest przede wszystkim aktem woli, decyzją, wyborem. Może temu aktowi towarzyszyć wiele ciepłych, czułych uczuć, ale może tych uczuć w ogóle nie być, jak również mogą

wystąpić uczucia negatywne. Ale, w ostatecznym rozrachunku, z uczuciami czy bez, jest on nadal aktem ważnym i dobrym.

Czasami uważamy naiwnie, że dawanie siebie jest prawdziwe tylko wtedy, gdy towarzyszą temu pozytywne uczucia radości i ochota. Myśląc w ten sposób, narażamy się na kłopoty.

Ciepłe uczucia oczywiście ułatwiają nam cały ten akt i czynią go bardziej satysfakcjonującym uczuciowo, lecz kiedy jest on pozbawiony takich uczuć, albo nawet gdy towarzyszą mu negatywne uczucia, jest aktem o wiele bardziej prawdziwym. Wtedy to opiera się on na głębokim, szczerym przekonaniu; innymi słowy, jest głębszym aktem miłości. Kiedy czynimy coś dla innych pod wpływem "dobrych" uczuć, nasze działanie będzie kapryśne i niekonsekwentne, a nasze zachowanie, oparte na uczuciach, niedojrzałe i dziecinne.



Jeśli żona prosi męża, by poszedł z nią na zakupy, a on najpierw okazuje niechęć, po czym mówi: "Dla ciebie pójdę ", może się ona rozzłościć na niego i powiedzieć: "Skoro to takie poświęcenie, to nie fatyguj się ". Innymi słowy, gest dobrej woli męża zostanie odrzucony, ponieważ nie towarzyszą mu pozytywne uczucia. Czyż nie jest to bezsensowne? Fakt, że mąż chce spełnić prośbę, mając negatywne uczucia, powinien być bardziej przekonujący dla żony. Jest to powszechna damsko-męska gra. Tak więc ciągle lansujemy błędną opinię, że zrobienie czegoś dla kogoś nie ma wartości lub jakoś mniej się liczy, dopóki nie towarzyszą temu pozytywne uczucia i zapał.

W każdym najprostszym zaangażowaniu szukamy przekonania, poświęcenia, konsekwencji i lojalności. Spełnienie zadania nie wymaga pozytywnych, ciepłych uczuć, one nie mają wpływu na efekt zaangażowania. Należy zdawać sobie z tego sprawę, podejmują się jakiegokolwiek zobowiązania, a szczególnie w pierwszych latach małżeństwa, kiedy miłość romantyczna, której zawsze towarzyszą silne uczucia, zaczyna słabnąć. Miłość jest równie wielka, a nawet większa, wtedy, gdy jesteśmy dla innych bez towarzyszących temu miłych uczuć, niż wtedy, gdy towarzyszy temu zapał.

Nie możemy pozwolić, by uczucia rządziły naszym oddaniem, ponieważ są one zmienne i nie mamy nad nimi władzy. Gdybyśmy tak postępowali, zobowiązania uzależnione od uczuć nie utrzymałyby się, ponieważ nie utrzymałyby się uczucia. Jednakże moje odczucie ciągłego braku ciepłych uczuć wobec drugiej osoby wymaga przyjrzenia się bliżej mojemu związkowi; być może istnieją we mnie jakieś negatywne uczucia, które należy rozważyć.

Jedną z cech charakterystycznych autentycznego oddania, jakkolwiek by było ono czasami trudne, jest późniejsze głębokie uczucie zadowolenia i pokoju. Znacznie

przewyższa ono przyjemne uczucia obecne przy spełnieniu uczynku. Jeśli nawet naszemu aktowi oddania towarzyszy wewnętrzna niechęć czy wahanie, nasze działanie jest wolne, szczere i ofiarne, dopóki nie ma niechęci, zgorzknienia lub poczucia, że jesteśmy zmuszani. Z naszego zachowania nikt nie wywnioskuje, że, być może, przeżywamy wewnętrzną walkę. Oto dojrzałość! Oto miłość!



Powinniśmy usunąć fałszywe i idealistyczne wyobrażenia o "oddaniu", w przeciwnym razie będziemy siebie oszukiwać i stwarzać niepotrzebne problemy. Natomiast czymś innym jest "poddawanie się", uległość. Uleganie jest aktem negatywnym. Kojarzy się z niechęcią zaciętym oporem, zmuszaniem do zrobienia czegoś, czego robić nie

chcemy. Taki przymus może wywierać na nas drugi człowiek albo może on pochodzić z naszego wnętrza. Możemy ulegać ze strachu przed nieprzyjemnymi konsekwencjami, które mogłyby nastąpić, gdybyśmy nie ulegli. Poddawanie się ma całkowicie inny charakter niż dawanie siebie z woli i przekonania. Istotne jest dostrzeżenie różnicy między uległością i oddaniem i niemieszanie ich, dzięki czemu zachowamy jasny pogląd na charakter naszych związków.

Ludzie wokół nas często nie potrafią, rozpoznać, co rzeczywiście myślimy i czujemy. Czasami gotowości do poświęceń może towarzyszyć jakiś pomruk, który bywa interpretowany jako oznaka oporu czy niechęci, a przecież za "Tak", wypowiedzianym z uśmiechem na ustach może się ukrywać wrogości niechęć. To ostatnie będzie się zdarzać prawdopodobnie w małżeństwach i rodzinach, w których nie ma otwartej i szczerej komunikacji. Z tego powodu ludzie nie czują się dobrze ze sobą; nie są naprawdę świadomi tego, co dzieje się w drugim człowieku. Prowadzi to nie tylko do zakłóceń w życiu jednostek, ale i do zamącenia relacji międzyludzkich.

Takie doświadczenia są zjawiskiem powszechnym w rodzinach, w których uległość i tłumienie wynikającej z niej niechęci są tak zamaskowane, że nikt nie zauważa ich obecności. To tłumaczy, dlaczego dorosły człowiek, dawno mający dzieciństwo za sobą, żywi głęboką niechęć do rodzica, który o tym nie wie, a jeśli wie, jest tym zaszokowany. To tłumaczy, dlaczego



współmałżonek porzuca pozornie "dobre małżeństwo". Nagromadzone urazy wypłynęły na powierzchnię, a większość z nich to rezultat "ulegania" przez całe lata odchodzącego dziś współmałżonka. Uleganie "sabotuje" intymność i prowadzi do fałszywej i powierzchownej bliskości: "Czyż to nie kochająca się para?" "Są tacy szczęśliwi, zawsze się zgadzają i nigdy się nie kłócą". Często jednak ta "idealna" para

jest związkiem, który nie jest prawdziwy i przeżywa poważne trudności. Ci małżonkowie nigdy nie dawali znać o tym, co czują, ani nie byli w stanie przekształcić "poddawania" w "oddanie".

Wszyscy znamy przykład małego chłopca, który nigdy nie sprawiał rodzicom żadnych kłopotów, wyrósł na uśmiechniętego, grzecznego nastolatka. Dopiero jako dojrzały młody mężczyzna wybucha i zaczyna się buntować. Rodzice są zachwyceni, gdy mają posłuszne i potulne dziecko, ale ono bardzo często nie jest dzieckiem "normalnym", które czuje się bezpiecznie; jego ogromna potrzeba akceptacji skrywa się za uległością i chęcią przypodobania się za wszelką cenę. Istotnie, życie z "pyskatym" nastolatkiem może być ciężkie, ale przynajmniej rodzice wiedzą co ten niezdolny człowiek myśli i czuje! Jego "trudne", niedojrzałe zachowanie daje o tym znać! Poddawanie się po to, by być akceptowanym, może być tymczasowym rozwiązaniem problemu, ale na dłuższą metę taki pokój i dostosowanie się za wszelką cenę są nie tylko nieprawdziwe, ale rodzą konflikty emocjonalne w jednostkach, aż w końcu niszczą stosunki międzyludzkie.

Kiedyś w życiu wszyscy musimy sobie poradzić z problemem uległości. W historii z Księgi Rodzaju Ewa uległa wężowi, Adam uległ Ewie, a skutek był katastrofalny. Każdy z nas musi w jakiś sposób umieć rozpoznać różnicę pomiędzy uleganiem a oddaniem.

Jeśli niechęć nie zostanie rozpoznana, pojawia się wielkie niebezpieczeństwo dla dobrych związków. Odkładają się warstwy urazów, jako rezultat ulegania jednej strony, które mogą być tak zamaskowane, że rozpoznaje się je dopiero wtedy, gdy nastąpią przykre konsekwencje. Ponieważ proces poddawania się może być tak naturalny jak oddychanie, wymaga to świadomego wysiłku z naszej strony, by wiedzieć, co dzieje się w naszym wnętrzu w każdej chwili. Całkowita świadomość tego jest niemożliwa, ale musimy być w kontakcie ze swoim światem wewnętrznym na tyle, na ile to tylko jest możliwe.

Aby rozwiązać ten problem, musimy przemienić uleganie w oddanie. Czasami trzeba będzie okazać swoją niechęć do uległości, aby druga osoba mogła poprawnie nas odbierać, abyśmy oboje mogli dalej żyć, wzajemnie się tolerować, zawierać kompromisy albo się ze sobą nie zgadzać. Problem przynajmniej będzie widoczny. Nie będziemy dłużej prowadzić gry.

Taka transformacja wymaga od jednostki motywacji lub dojrzałości, aby mogła ona zmienić swoją postawę. Na przykład ów maż, który najpierw wydał z siebie pomruk niezadowolenia, gdy chodziło o pójście na zakupy ze swoją żoną lecz zaraz potem zdecydował: "Ale dla ciebie, kochanie, pójdę", przemienił uległość w oddanie. Nastolatki muszą się uczyć tego, gdy dorastają, inaczej pozostaną niedojrzałymi dorosłymi. Pomyśl też o nastolatku, który odmawia pójścia do kościoła w niedzielę. Rodzice powinni pomóc mu przemienić poczucie wymuszonego obowiązku, prowadzące do ulegania w poczucie osobistej odpowiedzialności, aby nastolatek mógł powiedzieć:

"Idę na mszę nie dlatego, że lubię albo dlatego, że wy rodzice zmuszacie mnie do tego, ale dlatego, że ja sam uważam, iż powinienem pójść. Mam poczucie obowiązku religijnego". To ważny krok na drodze do dojrzałości.

Radzenie sobie z naszymi widocznymi lub ukrytymi mechanizmami poddawania się jest częścią emocjonalnego i duchowego wzrostu. Świadczy o tym, że jesteśmy zdolni do życia z realistycznymi oczekiwaniami, panowania nad własnym losem i formowania go.

Umiejętność uchwycenia różnicy pomiędzy uległością a oddaniem umożliwia właściwe kształtowanie relacji międzyludzkich i pozwala w pełni stać się osobą.

Więcej w książce: Uleczyć zranione uczucia - Martin H. Padovani

Źródło:deon.pl