

Jak mieć szczęśliwy związek?

25 lipca 2018

Wielu ludzi rzekomo znających życie mówi: „Związek nie jest po to, by ci było dobrze, ale po to, byś przepracował ważne życiowe lekcje. A to bywa bolesne”. Naprawdę w to wierzysz?! Nie wiem nawet co myśleć, jeśli naprawdę byś w to wierzył... Przede wszystkim zaleciłbym ci dokończenie się w dziedzinie psychologii i pójście do dobrego psychoterapeuty, bo to wskazuje na mocno zaburzone wzorce w psychice. Do tego jeszcze wrócimy w dalszej części felietonu. Ale do rzeczy. W to zdanie wierzą szczególnie osoby fascynujące się ustawieniami systemowymi według Hellingera.

Ja uważam coś innego. W związku naprawdę można osiągnąć spokojną stabilizację. Związek może być naprawdę satysfakcjonujący. Nie trzeba pościć się, narzekać, że chłop pije i bije, lub narzekać że baba stale się czepia, strzela przysłowiowe „fochy” i odmawia seksu. Wszystko zależy od dojrzałości, mentalności i wewnętrznego wyluzowania. Istnieje takie mądre porzekadło, które brzmi: „Gdy jest prawdziwa miłość, to talerze zmywają się same”. Ja bym tam, oprócz słów „prawdziwa miłość”, dodał także: „dojrzałość i odpowiednia mentalność”.

Szczęśliwe związki a nieszczęśliwe związki zaburzonych ludzi

Wiesz gdzie są te wszystkie fochy, tzw. „shit testy”, czepianie się o byle błahostki, dramaty i inne burze w szklance wody?! Tam, gdzie nie ma dojrzałości. Znam ludzi, którzy od lat mają dokładnie te same problemy w związkach. Zmieniają się tylko dekoracje, czyli partnerzy. Dramaty, często wręcz „brazylijskie”, przeżywają wciąż te same, nic z nich nie wynosząc. Są to ludzie, którzy nie chcą lub nie mogą dojrzeć. Często tam, gdzie są takie dramaty, są też zaburzenia

osobowości (szczególnie borderline, narcyzm lub ich pochodna – CHAD). Często są tam też osoby z DDA.

A takie osoby nie tylko statystycznie najczęściej nie chcą uczęszczać na terapię lub się leczyć. Ale to właśnie tacy ludzie rutynowo robią partnerowi z życia piekło. Psychoterapii poddają się najczęściej „nie-agresywne” typy zaburzeń osobowości, osoby z jakimś lękiem, i tak dalej. A więc osoby raczej łagodne w związkach. Ci, którzy najbardziej powinni z niej korzystać, najczęściej wykazują największy opór przed pójściem po pomoc. A bez gruntownego przemodelowania psychiki i lat prac nad sobą taka kobieta z DDA nie ma żadnych szans na stworzenie szczęśliwego związku. Każdy jej związek będzie piekłem dla niej i przede wszystkim dla jej partnera. Nie chodzi mi o to, by deprecjonować osoby z DDA, bo takich ludzi jest większość w młodym pokoleniu. Ale bez psychoterapii, bez ogromnej determinacji by skorzystać z fachowej pomocy i się „naprawić”, związek z takim człowiekiem skończy się katastrofą.

Szczęśliwy związek a bagaż toksycznych rodziców

Na marginesie dodam, że wychowanie i wzorce przekazane przez rodziców rocznikom 1975-1995, są najgorszymi z możliwych. Są to wzorce ledwie pasujące do lat 1960., a mamy 2018 rok, czyli rzeczywistość, która radykalnie zmienia się co dekadę. Pomiędzy latami 1990. a latami 2000. jest ogromna przepaść, bo zmieniło się właściwie wszystko. A my mamy głęboko w podświadomości lata 1960. Dodatkowo te „prehistoryczne” wzorce są skażone typowo polskim cierpiętnictwem, mentalnością ofiary, mentalnością „pokornego cielęcia”. No i trend „musisz się uczyć języków i mieć studia to będziesz kimś”, popularny jeszcze w latach 1990. i 2000.

Jeszcze gorsze jest to, że rodzice nie pomagali nam w rozwijaniu naszych pasji, które mieliśmy od dziecka. Tylko

szykowali nas na rolę woła roboczego czy też niewolnika pracującego 12 godzin dziennie na etacie. Bo innej rzeczywistości oni nie znali. Moją pasją od wczesnych lat dzieciństwa było ogrodnictwo, pielęgnacja roślin i kwiatów w moim ogródku. Ale wiadomo, chłopcu to nie przystoi. Zostało to złamane, zamordowane. Dziś biorąc garść ziemi w rękę by posadzić jednego kwiatka, nie czuję już tego, co kiedyś. Ta część mnie, która była autentyczna, szczerą, pełną radości i miłości – umarła, bo przecież musiałem uczyć się języków, być „normalny” i mieć studia.

A teraz wróćmy do meritum. Podobnie jest z osobami chorymi na zaburzenie osobowości typu borderline. Borderline jest najbardziej dotkliwe dla partnerów takich osób, ale to właśnie borderlinowcy najrzadziej korzystają z psychoterapii i innych form pomocy, np. leczenia farmakologicznego. Jest taka hipoteza, że są to osoby „bez duszy” którzy poprzez tego typu wampiryzm „doładowują” się. Poprzez brak posiadania duszy, mają oni cierpieć na ustawiczny brak energii życiowej. Więc wywołują dramy i traumy u partnera, by jego energię przechwycić. Ich partner ma być więc nie tylko „dawcą osobowości”, jak głosi akademicka psychologia, ale także dawcą energii życiowej. Po każdej „katastrofie” zainicjowanej przez borderlinowca, on sam jest na jakiś czas niezwykle spokojny, a jego partner – do cna wyczerpany. Oczywiście, to tylko teoria, do której także ja mam spory dystans. Wcale wierzyć w nią nie musisz.

Dlaczego nie możesz znaleźć sobie męża? Ofensywa „dyktatury niesamowitości”

Często jest też tak, że osoby młode (poniżej magicznego wieku 25 i szczególnie 27 lat) są skłonne do zawierania ryzykownych i bardziej „iskrzących” związków. Są tak naprawdę nadal dziećmi, chcą smakować życie. Chcą doznawać szczytów ekstazy

by zaraz potem być dosłownie wdeptanym w glebę i osiągnąć absolutne dno dna. Są to osoby o zerowej samoświadomości, więc rządzi nimi m.in. prawo sinusoidy życia. Dopiero gdzieś po tych 25, 27 latach przychodzi zdrowa refleksja i opanowanie. Kobieta lub mężczyzna w takim wieku przeżyli już swoje. Doceniają codzienne, drobne radości. Codzienne przyjazne gesty. Mają dużo większą samoświadomość, żyją jakby bardziej w „tu i teraz”. Związek nie musi być już dla nich uosobieniem New York City, bo większą radość mają przechadzając się po mało uczęszczanych, bieszczadzskich szlakach. I jeszcze inaczej: związek nie musi być już „perfect” i „insta”, nie musi być idealny jak z lifestylowego magazynu.

Obecnie żyjemy w czasach „dyktatury niesamowitości”. Partner ma spełniać coraz bardziej wyśrubowane i coraz bardziej absurdalne kryteria. Te kryteria są niemożliwe do pogodzenia, bo są przeciwstawne. W naturze przeciwstawne i wykluczające się cechy nie występują u jednego osobnika. To rodzi ogromną frustrację, bo idealny partner opisywany jest wszędzie: w pismach, filmach, czy na profilach takich jak „Oczami Mężczyzny”. A tu okazuje się, że ideału nie ma, bo natura ma za mało „mocy operacyjnej” by upakować tyle pozytywnych i wykluczających się cech w jednej osobie. Chęć by partner był ideałem i nadmiernie zawyżone wymagania powodują, że bardzo trudno znaleźć nam partnera. A nawet jeśli tego partnera znajdziemy, to dostaniemy od niego tylko jednonocny seks. A o związku, małżeństwie czy rodzinie z ideałem z okładki czasopisma można tylko pomarzyć.

Nadchodzące czasy będą bardzo trudne. W chwilach gdy luksusem będzie bochenek chleba czy szklanka nieskażonej wody, będą liczyły się codzienne, proste wartości. W czasach które nadchodzą nie będzie fotoszopa i tony makijażu. Nie będzie też nachalnego gloryfikowania wyglądu umięśnionego macho (taki wygląd ma zaledwie kilka procent mężczyzn). Będzie to globalny powrót do prostoty i do zwyczajności. Będą to czasy wkurzonych na „księżniczkowe” kobiety mężczyzn, czasy w których zwykły

gest dobroci i przyjaźni będzie na wagę złota. I to właśnie taki prosty gest będzie wtedy bardzo przez kobiety pożądanym, bo wkurzenie mężczyzn na księżniczowanie i na wymagania kobiet sięgające ekstremum już się zaczyna. Dziś tego typu proste, przyjacielskie gesty, zwykła ludzka życzliwość mają marginalne znaczenie, bo dla większości młodych kobiet liczy się „ideał” z siłowni czy z okładki magazynu. Teraz już praktycznie żaden mężczyzna nie chce być dobrym i przyjacielskim „dobrym człowiekiem”, a każdy chce być zimnym draniem. Będzie się to nasilało, dlatego więc mówię, że znowu w cenie będą nie ideały z siłowni, ale to, co codzienne, proste, ludzkie, życzliwe.

Chore społeczeństwo tworzy chorych ludzi i chore związki

Więc w wieku tych 25, 27 czy 30 lat znikają fochy o byle bzdury i czepianie się właściwie o wszystko. Naturą focha jest to, że powód zawsze się znajdzie. Dziś będzie to kubek odstawiony na stół, jutro będzie to kubek odstawiony do zlewu. Jak podświadomość takiej osoby chce kłótni, to powód wyciągnie choćby ze środka dupy. Zasada zawsze jest taka sama – tak robią osoby bardzo niedojrzałe, i/lub zaburzone psychicznie. To nie jest żadna „kobieca natura”, to nie jest też kwestia „ja go zmienię na lepsze”.

Zaburzenia osobowości, nerwice, depresje czy wręcz cięższe choroby psychiczne dotyczą ogromnej ilości ludzi. Prawdopodobnie jest to więcej niż 50% społeczeństwa. Część psychoanalityków i filozofów podziela pogląd, że tak naprawdę 100% ludzi posiada mniejsze lub większe objawy różnych chorób i zaburzeń psychicznych, i tak naprawdę każdy powinien choć raz w życiu skorzystać z gruntownej psychoterapii. Już Jezus z Nazaretu mówił, że „Poznając prawdziwe oblicze świata, poznajesz trupa”. Coś w tym jest. Chore społeczeństwo płodzi dzieci, i potem w mniejszym lub większym stopniu łamie im

psychiki i serca.

Tak więc możesz uważać, że związek jest po to, by wspólnie przerabiać trudne życiowe lekcje. Możesz uważać, że związek to specyficzny test woli lub hart ducha. Możesz więc w nieskończoność, a raczej przez całe życie cierpieć, poświęcać się, odmawiać sobie prawa do życia w spokojnej i szczęśliwej relacji, wrywać włosy z głowy, czy co tam jeszcze sobie nie wymyślisz. Jedno tylko pytanie: PO CO?! Lekcje życiowe, które część osób uduchowionych nazywa „karmą”, są po to by je przepracować i wyciągnąć z nich wnioski, a nie po to by celebrować je w nieskończoność i z cierpienia czy ewidentnego zaburzenia psychicznego czynić credo życia. Nie doszukuj się jakichś „prawideł życiowych” czy też „prawideł duchowych” tam, gdzie jest toksyczność, tam gdzie partner jest poważnie zaburzony osobowościowo ale nie chce się leczyć, czy tam gdzie jest zwykłe świństwo.

Na przykład takie świństwo jak bawidamki („zimne dranie”) łamiące kobietom serca, czy jak wredne suki uważające, że wszystko im się od mężczyzn należy, a one same nie muszą nic. Prawda jest jednak taka, że tam, gdzie są jakieś krzywe akcje, fochy, testowanie granic, czepianie się o wszystkiego, ciche dni, wzbudzanie zazdrości, znikanie z kumplami na całe weekendy, czy przemoc... Tam jest zwyczajne szambo. Zwyczajne, śmierdzące szambo od którego trzeba uciekać, póki masz jeszcze siły.

Ważne jest więc pytanie, dlaczego do szamba dorabiasz jakieś idee? Dlaczego do szamba dorabiasz jakieś rzekomo działające prawa duchowe? Tam, gdzie się pojawiają takie akcje, stamtąd trzeba jak najszybciej uciekać. I to gdzie pieprz rośnie, na zawsze ucinając relację i wszelki kontakt. Taka niedojrzała i zaburzona osoba, nie chcąc iść na terapię czy się leczyć, może przez lata zrobić ci taki emocjonalną destrukcję, że potem będziesz płcie przeciwną uważał za śmiertelnego wroga i sam będziesz wrakiem wymagającym długoletniej, fachowej pomocy.

Takich toksycznych rzeczy NIE MA u ludzi dojrzałych, którzy przeżyli swoje i którzy mają odpowiedni system wartości. Nie ma ich wśród ludzi, którzy pracują nad sobą i są zdeterminowani, by się zmienić. Serio, są osoby, które nie zachowują się jak dzieci, które nigdy nie dorosły. Które nie srają czepialstwem, gierkami i tym podobnymi toksycznymi zachowaniami. Jeśli Ty sam stale przyciągasz takie zaburzone osoby, to zainteresuj się tym, co w tobie jest takiego, że tak się dzieje. Bo nic nie dzieje się bez przyczyny, a podobne przyciąga podobne. Być może sam potrzebujesz jakieś formy pomocy psychologicznej.

Ezoteryczne bzdury: czy związki karmiczne istnieją?

Czy tak samo jest z teorią związków karmicznych i bratnich dusz? Mamy definicje poprawnych relacji, pozytywnej i spełnionej miłości, seksualności przepełnionej szacunkiem, poprawnego wychowywania dzieci na zdrowych ludzi. I tak dalej. Wiele idei a nawet religii (chrześcijaństwo, new age itp) zapożycza niektóre definicje i traktuje je jako swoje. Kłopot jest taki, że są to... definicje. Ziemia jest „systemem odwróconym”, więc życie realne jest często dokładną odwrotnością tych definicji. O 180 stopni. Pytania są dwa... Skąd ludzie wpadli na te definicje? I czy te definicje to alchemiczny św Graal, do którego jesteśmy zobowiązani dążyć?

Na zwrot „związek karmiczny” reaguję wręcz alergicznie. Każdy kto tego zwrotu używał, usprawiedliwiał nim tkwienie w relacji, która jest toksyczna. W relacji z pijakiem, psychopatą, oprawcą, katem. Związki te mają być trudne ze względu na karmiczne uwarunkowania. Oczywiście, z takiej relacji nie można odejść, bo to przecież karma z poprzednich żyć. A ona musi wybrzmieć, wypalić się. A Ty, biedny człowieczyno, musisz czekać aż to koło karma się zakończy, bo to nie Ty kierujesz swoim życiem. I nie możesz nic zrobić,

tylko pokornie w takiej relacji tkwić. Serio, koncepcja związków karmicznych usprawiedliwia wszystko, co najgorsze. Całe zezwierżenie i zbydlęcenie, jakich może dopuścić się człowiek.

Czy bratnie dusze istnieją?

Idea bratnich dusz została zaadaptowana przez ezoterykę/new age. Ma się opierać ona na relacji runner/chaser. Runner (uciekający), to osoba o dominującej energii męskiej. Ma on uciekać chaserowi (goniącemu), czyli osobie o dominującej energii żeńskiej. Runner ma się bać „gonienia” przez chasera, i oddalać się podczas najszybszej części pościgu. Jednak gdy chaserowi chwilowo znudzi się gonienie i oddała się, runner ma wracać. Brzmi idiotycznie? Nielogicznie? Brzmi jak typowy psychologiczny opis jakiegoś ciężkiego zaburzenia osobowości? A jednak na tym stworzono ogromną ezoteryczną nadbudówkę. Taką relację nazywa się „twin flame” – „bliźniaczy płomień”.

Scalenie dwóch bratnich dusz, twin flames, ma nastąpić gdy chaser zaniecha pościgu, i gdy oboje przepracują swoje lekcje życiowe. I tu jest trochę racji – osoba wchodząca w rolę chasera musi wykrzesać swoją wewnętrzną moc. Powinna przestać utożsamiać swoje szczęście z atencją i zainteresowaniem otrzymywanym od innych. Wtedy przestaje gonić, ale... pozwala uciec na zawsze uciekającemu. I nie musi już nikogo gonić, bo w jego życiu pojawia się osoba, która od niego nie ucieka i go akceptuje.

Bardzo często koncepcje związków karmicznych czy bratnich dusz bywają uzasadnieniem do bycia w toksycznej relacji. Np pijak i uczynna kobieta, czy hetera i wrażliwy mężczyzna. Lub chociażby relacji mocno niedojrzałej i zaburzonej. A taką na pewno jest relacja runner/chaser. Nazwijmy w końcu rzecz po imieniu, no cholera no, choć podniosą się teraz lamenty i protesty. To nie przypomina mi relacji bratnich dusz. Co więc przypomina to gonienie a potem ponowne zbliżanie się? Nie

potrzeba tutaj tworzyć żadnych wydumanych teorii duchowych, nie trzeba się powoływać się na jakieś ezo bzdury.

Otwórz po prostu książkę od psychologii, czyli zrób to, co jest najprostsze. Wtedy poznasz prawdę, bo prawda jak zwykle jest bardzo prosta. I przez to tak często jest trudna do ogarnięcia. Relacja goniącego i uciekającego jest relacją zaburzoną. Jest to relacja dwóch mentalnych dzieci, zamkniętych w dorosłych ciałach. Jeden goni, ponieważ czuje się niedowartościowany, niepełny, i pragnie panicznie uwagi i zainteresowania. Pragnie na siłę być akceptowany. Drugi ucieka, bo boi się bliskości i nie chce dać partnerowi siebie, z różnych powodów. Runner ucieka często dlatego, bo czuje paniczną chęć uwagi i zainteresowania u chasera. A to jest słabością.

Jeśli chcesz szukać bratnich dusz, to nie w tym schemacie. Tu nie ma prawdziwej duchowości. To są co najwyżej traumy, zranienia, nerwice, lęki, zaburzenia osobowości. Także uzależnienie emocjonalne. Często też schemat DDA/DDD. Psychologia wystarczająco to wszystko opisała. Nie trzeba nadawać toksycznym czy zaburzonym relacjom jakiejś aury tajemniczości. A tym bardziej nie trzeba szukać wytłumaczeń dla nich w duchowości, czy raczej pseudo-duchowości. Umysł jest w stanie zrobić bardzo wiele, by utrzymać bezpieczną, słodką iluzję życia. Nie bez powodu mówi się o „pułapce umysłu”.

Gdzie więc szukać swojej bratniej duszy?

Więc bratnie dusze nie istnieją? Jak najbardziej istnieją. Bratnia dusza to ktoś, to cię akceptuje, pragnie, lubi. Bratnia dusza nie ucieka i nie oddala się, ale stale jest. Ucieka osoba zaburzona i niedojrzała, a nie bratnia dusza. Kurcze, czy muszę tłumaczyć tak proste, wręcz łopatologiczne rzeczy? Bratnia dusza to mężczyzna, który akceptuje i pozwala

rozwijać siłę i niezależność u kobiety. Bratnia dusza to kobieta, która nie ucieka widząc jakąś słabość u mężczyzny. Bratnia dusza jest na pewno mniej konfliktowa, niż typowa, matrixowa relacja. Nie naciska byś się zmieniał bo podziela Twoją wizję życia.

Bratnie dusze to dwie osoby, które chcą się wciąż rozwijać i przewyżczać razem swoje słabości. Nie chodzi mi tutaj o „tonięcie razem”. Gdy jedna strona jest dla drugiej psychoterapeutą, daje z siebie wszystko... A tymczasem druga strona daje od siebie mało, ale ze swoim życiem nic nie chce robić. Terapii nie chce, bo nie. Suplementów, ziół czy witamin też nie chce, bo nie i koniec. Iść do lekarza czy zbadać swój organizm też nie chce. Czego więc chce? Często Twojej energii, Twojego zaangażowania, Twojej „psychoterapii”. Taką osobę trzeba zostawić, zanim cię zupełnie nie wyeksploatuje z energii i sił witalnych.

Bratniej duszy nie trzeba więc gonić, bo nie ucieka. Sama cię znajdzie, gdy przepracujesz swoje lęki, cienie, i nie będziesz chciał gonić. I sama usiądzie przy tobie w cieniu drzewa, i weźmie cię za rękę. Jak widzisz, także to jest odwrócone o 180 stopni. Także tutaj zło jest przedstawiane jako dobro. Ziemia jest „systemem odwróconym”, więc wszystkie ważne wartości także są odwrócone. Wiele tych ezoterycznych koncepcji ma utrzymać cię w pozycji ofiary. A przecież bratnia dusza to po prostu ktoś, z kim ci komfortowo i dobrze.

Boże, to takie proste. Tak bardzo proste. A mimo wszystko ludzie tak bardzo to komplikują. Powstają profesjonalne portale rozwijające koncepcję „twin flames”. Wałkują to na wszelkie sposoby. Nadają aury duchowości czemuś, co jest zaburzeniem psychicznym, niedojrzałością emocjonalną, nieumiejętnością stworzenia dobrej relacji. Ewidentne zło przedstawiają jako coś dobrego. A prawda jak zwykle, cicho i w pokorze czeka na odkrycie, aż przewyciężysz iluzje umysłu i pokonasz mentalność ofiary. I prawda duchowa i każda inna, jest jak zwykle przynajmniej 10 razy prostsza, niż większość

uczonych teorii.

Autor: Jarek Kefir

Źródło: Jarek-Kefir.org