



Dominika DUDEK
Bogdan DE BARBARO

Piotr ŻAK

SZTUKA OBSŁUGI ŻYCIA

O FOBIACH, NADZIEJACH
I CAŁYM TYM CHAOSIE

MANDO 

I. DOM

W KRĘGU NAJBLIŻSZYCH

Piotr Żak: Pewna Amerykanka oznajmiła, że już przed pandemią była zmęczona rodzicielstwem, a w pandemii jest nim kompletnie wyczerpana. Odebrałem tę wypowiedź umieszczoną na popularnonaukowym portalu jako swoisty sygnał, że dzisiejsi rodzice nie są gotowi na wyrzeczenia, jakie niesie ze sobą opieka nad pociechami.

Dominika Dudek: Ja się tej pani w ogóle nie dziwię, bo opieka nad dziećmi to naprawdę ciężka praca. Ciągłe to głównie kobiety muszą łączyć pracę zawodową z opieką nad dziećmi. Proszę mnie źle nie zrozumieć, sama mam dwie córki i uważam że macierzyństwo jest najważniejszym aspektem mojego życia, ale macierzyństwo to jest znój, to jest trud, to są najpierw bolące piersi, potem wrzeszczące w nocy dziecko i nieprzespane noce, to jest nieustanne poczucie odpowiedzialności, to jest ciągły strach: gdy dziecko pierwszy raz idzie do przedszkola, gdy pierwszy raz idzie do szkoły, gdy poszło do koleżanki, długo nie wraca i nie odbiera telefonu, gdy pierwszy raz samo gdzieś idzie itd. Ten lęk jest zawsze.

Bogdan de Barbaro: Ale oprócz tych lęków jest też radość, gdy dziecko pierwszy raz samodzielnie stanie na nóżkach, gdy

powie pierwsze cztery słowa, gdy się przytuli, gdy oznajmi: „Mama, kocham cię”.

DD: Oczywiście, że tak! Mówiąc o trudach i nieustannych obawach, chciałam zadać kłam obrazkowi macierzyństwa jak z reklam Bebico. Młoda matka naogląda się takich obrazków uśmiechniętych bobasów i równie uśmiechniętych, zadbanych i szczupłych mam i potem ma „doła”, że sobie nie radzi, że coś z nią jest nie tak. A przecież trudne emocje związane z posiadaniem dziecka są zupełnie naturalne i pojawiają się u wszystkich, nawet najbardziej idealnych rodziców.

Nasza starsza córka źle spała do drugiego, trzeciego roku życia, budziła się w nocy, bała się ciemności. Na zmianę robiliśmy wszystko, co mogliśmy, żeby ją uspokoić, żeby spokojnie zasnęła. Chodziliśmy niewyspani, w pracy piliśmy po kilka kubków kawy, żeby nie spaść pod biurko. Ale ani żona, ani ja nie oddalibyśmy nawet sekundy z tamtego czasu.

DD: Dosyć często przychodzą do mnie kobiety z depresją poporodową, a jakby tego było mało, to jeszcze gnębi je poczucie winy. Obwiniają się o to, że przecież mają zdrowe dzieci, a nie potrafią się tym cieszyć, bo czują się wyczerpane. Ale przecież po pewnym czasie naprawdę można zwariować, jeśli jedyną rozrywką w ciągu dnia staje się wyjście do kiosku po gazetę. Zachęcam te pacjentki, żeby bez wyrzutów sumienia ustaliły dla siebie jakieś wychodne, choćby na krótki spacer, zależnie od możliwości.

BdB: Trud matki jest nieporównywalny z niczym, poczynając od wszystkich dolegliwości ciążyowych i bólów porodowych. Nawet najbardziej wrażliwy, empatyczny mężczyzna nie do końca to zrozumie. Ale jest jeszcze jeden wniosek, który dla mnie wynika z przytoczonej przez pana wypowiedzi. Terapeuci narracyjni mówią, że każdy z nas ma swoją opowieść. Być może ta pani układa swoją autobiografię pod kątem trudu, a wtedy może mieć

skłonność do uwydatniania traumy, krzywdy czy niesprawiedliwości i stawiania się w pozycji tej, którą los albo ludzie krzywdzą. Wtedy to może być już teoria samoobsługowa, bo taki człowiek zawsze znajdzie argumenty za tym, jak mu jest źle. Często w terapii pracujemy z pacjentami, których motto życiowe mogłoby brzmieć: „Nic nie potrafię, nic nie umiem” albo „Wszyscy mnie krzywdzą”. I dopiero w trakcie terapii po kolejnych spotkaniach okazuje się, że ci ludzie jednak potrafią robić coś wartościowego, że nie są tak bardzo sami. W takich wypadkach praca terapeutyczna polega na zakwestionowaniu negatywnych opowieści pacjentów, bo one ich osaczają, osłabiają, unieważniają. Możliwe więc, że ten głos, który pan przytoczył, był głosem osoby, która nie docenia tego, co w jej życiu dobre. I nie docenia swoich zasobów.

DD: Mimo to w dalszym ciągu nie rozumiem, co w tej wypowiedzi jest nienormalnego czy szokującego. Nie odbieram jej jako chęci użalania się nad sobą, robienia z siebie męczennicy skrzywdzonej przez świat. A gdyby to była wypowiedź mężczyzny, który żali się, że przed pandemią jego praca zawodowa była bardzo wyczerpująca i on czuł się zmęczony, ale teraz, w pandemii, czuje się jeszcze bardziej zmęczony, bo musi się przestawić na inny styl pracy, być bardziej samodzielny itd.? Czy też zostałaby odebrana jako coś szokującego? To dlaczego szokuje nas to, że kobieta mówi o swoim zmęczeniu opieką nad dziećmi? Na Boga, to jest normalne!

„Z rodziną dobrze wychodzi się tylko na zdjęciu”. Słyszemy to powiedzenie przy najróżniejszych okazjach związanych z relacjami z najbliższymi. Dla mnie to powiedzenie ma wydźwięk raczej ponury...

BdB: Ja natomiast widzę w nim pewien sarkazm i dwuznaczność: wersję eksportową rodziny dobrze jest mieć uśmiechniętą, to zaś, co się dzieje w środku, nie powinno poza nią wyjść.

Gotów nawet jestem dopatrywać się w tym powiedzeniu czegoś pozytywnego, mianowicie lojalności rodzinnej, której przejawem jest między innymi to, żeby do zewnętrznego oka uśmiechać się niezależnie od tego, co się dzieje w środku.

DD: Patrzysz na to jak rasowy psychoterapeuta rodzinny, starasz się bowiem dostrzec coś pozytywnego. Ja na to patrzę trochę inaczej. Każda rodzina ma swoje problemy, niekiedy trzyma różne trupy w szafie. Część tych spraw jest bardzo poważna: uzależnienia, przemoc, nadużycia, także seksualne. Dla mnie za stwierdzeniem, że z rodziną wychodzi się dobrze na fotografii, kryje się właśnie ten bardzo mroczny aspekt. Co więcej, w wielu wypadkach kryje się za nim także przyzwolenie na przemoc w rodzinie. No bo jakże mogłoby wyjść na jaw, że szanowany ojciec rodziny, który chodzi do kościoła i przyjaźni się z zacnymi ludźmi, regularnie bije żonę i znęca się psychicznie nad dziećmi? Dla mnie to powiedzenie oznacza ukrywanie pewnego tabu, co później może skutkować ogromnymi dramataми ludzkimi.

BdB: Oczywiście, zgadzam się, że uśmiechy na wspólnej fotografii nie powinny ukrywać przestępstw wewnątrz rodziny. Chodziło mi o to, że lojalność rodzinna jest czymś pozytywnym, ale nie może osiągać tego poziomu, że legitymizuje przestępstwo wewnątrz rodziny.

DD: A mnie się to powiedzenie kojarzy zarówno z lojalnością rodzinną, jak i z nielojalnością rodzinną. Ładnie się uśmiechamy na fotografii albo składamy sobie życzenia na święta, ale gdy w rodzinie dojdzie do jakichkolwiek sporów, na przykład majątkowych, zaufanie i lojalność znikają bez śladu. Uważam też, że taki uśmiechnięty wizerunek podtrzymywany jest często nie tyle z poczucia lojalności wobec rodziny, ile raczej z chęci pokazania siebie, to takie typowe „co ludzie powiedzą”.

Jeśli dobrze rozumiem panią profesor, mocnym czynnikiem stojącym za tak zwaną lojalnością rodzinną byłby zwyczajny egoizm.

DD: Myślę, że tak. Widzę te mroczne strony: z jednej ukrywanie pewnego tabu, wręcz przestępstw, z drugiej sztuczny uśmiech, a tak naprawdę chęć dokopania bliźniemu, choćby i członkowi rodziny, bo na przykład lepiej mu się powodzi.

BdB: Możliwe, że to są tak naprawdę różne strony tego samego medalu. Mój ostrożny optymizm wynika z tego, że wiele razy miałem do czynienia z rodzinami, które przychodziły do mnie z ogromnym bagażem żalu, pretensji, agresji, oskarżeń, ale gdzieś tam pod spodem od razu wyczuwałem pragnienie, żeby jednak odzyskać dobrą więź.

DD: Tak, ale to są rodziny, które przyszły do terapeuty, bo przemyślały swoje problemy, stanęły wobec nich w jakiejś prawdzie i uznały, że potrzebują pomocy. To są rodziny mające pewną pokorę wobec tego, co się z nimi dzieje. Wydaje mi się, że różnica w spojrzeniu na te sprawy między tobą, Zbyszku, a mną wynika między innymi z tego, że ty jako wybitny terapeuta rodzinny próbujesz odnaleźć dobrą stronę mocy i ją wzmocnić, pielęgnować, aby wyrosła z niej piękna roślina. Natomiast ja patrząc z perspektywy psychiatry, do którego przychodzą pojedynczy pacjenci. Opowiadają o różnych sprawach, często niezwykle przykrych, jakich doznają od swoich rodzin. I ja na podstawie tego, co od nich słyszę, mogę im proponować terapię małżeńską czy terapię rodzinną.

BdB: To jest frapujący wątek: do którego momentu terapeuta ma być tym neutralnym, rozumiejącym, szukającym przyczyn, a kiedy powinien powiedzieć: „Basta, przestaję być terapeutą i nie będę legitymizował przestępstw”? Czy w ogóle mogę zrobić coś takiego jako terapeuta? Szkoły terapeutyczne dają różne

odpowiedzi – od takich, że nie wolno legitymizować przemocy, po takie, że zadaniem terapeuty jest przede wszystkim zrozumienie problemu, a nie bawienie się w prokuratora. W jednej z dyskusji usłyszałem taki argument: „Jeżeli nawet powiem «Stop, nie zgadzam się na przemoc», to przecież oni wrócą do domu i przemoc będzie dalej istnieć między nimi”. Nie chcę teraz wnikać w ten wątek, ale zwracam uwagę, że terapeuta ma w sobie ten dylemat: jak być rozumiejącym, ale nie ześlizgnąć się w relatywizm moralny.

Mówili państwo o rodzinach, które zdecydowały się na terapię. Mam jednak wrażenie, że zdecydowana większość rodzin z problemami do terapeuty nie pójdzie, bo uważa, że nie ma po co: nikt nikogo nie bije, nikt się nad nikim nie znęca. A przecież dzieje się coś takiego w tych „normalnych” rodzinach, że niektórzy ich członkowie na samą myśl o spotkaniu z rodzicami czy rodzeństwem dostają gęziej skórki. Z czego wynika taki stan rzeczy?

DD: W środowiskach, w których żyjemy, spotykamy bardzo różnych ludzi. Jednych lubimy, drugich nie lubimy, z jednymi nam jest po drodze, z drugimi nasze drogi kompletnie się rozchodzą. Możemy jednak tych, których nie lubimy, po prostu omijać, nie spotykać się z nimi. W rodzinie też mamy osoby, które lubimy, i takie, których nie lubimy. Tyle tylko, że w jakiś sposób jesteśmy na nich skazani w przeciwieństwie do tych środowisk, o których wspomniałam na początku. Dlatego jeśli nawet nas trzepie, że musimy jakąś ciotkę odwiedzić, to warto spróbować pomyśleć, że ta ciocia też ma swoje dobre strony, że coś tam wniosła dobrego do naszego życia. Ale jednocześnie zachowujemy prawo do tego, żeby tej ciotki nie lubić. Nikt z nas nie jest Panem Jezusem, żeby wszystkich kochać.

Niechlubnymi bohaterkami rozlicznych dowcipów, na ogół niezbyt wyszukanych, są teściowe, nadopiekuńcze i zaborcze.

Co wynika w tej kwestii z państwa doświadczeń zawodowych? Czy teściowe rzeczywiście takie są?

BdB: Relacje z teściami, zwłaszcza z teściowymi, które nie potrafią opuścić swojej córki czy swojego syna, to jeden z częstszych wątków pojawiających się w moim gabinecie. Od strony pozytywnej można powiedzieć, że nie doszło do domknięcia więzi między matką a synem lub córką. To niedomknięcie, nieprzepracowanie powoduje, że na następnym etapie życia rodzinnego matka nie szanuje autonomii rodziny założonej przez córkę czy syna. Wówczas trudno się dziwić żonie czy mężowi, którzy weszli z zewnątrz w tę niedomkniętą relację, że będą się obawiać spotkań z teściową. Dla pani matki oni są po prostu rywalami. Drugi wątek, o którym warto wspomnieć w tym kontekście, to stosunek do kogoś, kto jest inny: ma inne upodobania, inną osobowość, inne nawyki i przyzwyczajenia, jest innego wyznania albo popiera inną partię polityczną. I tu pojawia się kwestia fundamentalna: jak reaguję na Innego? Co on we mnie wzbudza: gniew, napięcie, agresję, lęk czy życzliwe zaciekawienie? Czy reaguję na niego zgodnie z pierwotną zasadą „uciekaj lub walcz”? A może stać mnie na refleksję, która mnie wzbogaci, która sprawi, że pojawi się u mnie empatia, pogłębione zaciekawienie?

Bardzo mi się podoba sugestia, że stosunek do Innego jest kwestią zaciekawienia. Ale czy temu zaciekawieniu powinna towarzyszyć tolerancja inności?

DD: Wolterowi przypisuje się taką deklarację: „Nie zgadzam się z tym, co mówisz, ale oddam życie, abys miał prawo to powiedzieć”. Wydaje mi się, że w przypadku inności trudno mówić o zaciekawieniu, jeśli nie ma tolerancji wobec tej inności. Moim zdaniem istnieją granice tolerancji, że jest w niej czerwona linia, której nie wolno przekroczyć. Wróćmy do inności cioci, o której wspominaliśmy. Ma inne poglądy polityczne niż

ja, słucha Radia Maryja. To mnie wkurza, ale mogę być zaciekawiona, co ją w tym interesuje. Czymś zupełnie odmiennym będzie jednak inność wujka przestępcy, który odsiedział wyrok za pedofilię i w dalszym ciągu miałby ochotę molestować małe dziewczynki. Moim zdaniem tolerancja wobec niego będzie właśnie przekroczeniem tej czerwonej linii.

BdB: Zgadzam się. Pojawia się też pytanie, czy zgoda na inność, tolerancja, mogą oznaczać przestrzeń do siania nienawiści albo niszczenia innych. Istnieje takie klasyczne powiedzenie, że moja wolność tam się kończy, gdzie zaczyna zabierać wolność drugiemu. Jeśli zatem jedni lubią herbatę czarną, a drudzy zieloną, to nie oznacza to, że ci pierwsi mają prawo zmusić tych drugich do picia czarnej herbaty. To naprawdę fascynujące: od którego momentu zgoda na inność będzie oznaczać legitymizowanie zła? I kiedy poprzez tolerancję, otwartość, zaciekanie siebie sami się do zła przyłączamy i je pośrednio czynimy.

A co się dzieje z tolerancją w codziennym życiu? Moja obserwacja jest taka, że im dłużej ludzie są ze sobą w związku, tym trudniej przychodzi im tolerancja wobec siebie.

DD: Na początku bycie razem wydaje się takie cudowne, chce się ze sobą być jak najdłużej i jak najczęściej. Nie przeszkadzają nawet brudne skarpetki rzucone na środku pokoju.

BdB: Dopiero po pewnym czasie zaczynają brzydko pachnieć.

DD: Zaczyna się znój dnia codziennego, który z czasem przenosi się na relacje. W rezultacie ludzie zaczynają działać sobie na nerwy, są rozdrażnieni samą swoją obecnością, dostrzegają drobiazgi, które teoretycznie nie powinny mieć znaczenia, na przykład mąż przesunął szczoteczkę do zębów żony albo żona opuściła deskę klozetową. Takie sytuacje się nasilają, gdy nie ma przestrzeni na coś własnego, jakiejś odskoczni.

Przypomina to efekt małego kamyka w bucie. Najpierw można go nawet nie poczuć, potem zaczyna uwierać, aż w końcu to uwieranie staje się nie do zniesienia. I myślę, że w czasie pandemii w wielu domach to uwieranie stało się właśnie nie do zniesienia.

BdB: Można powiedzieć, że zostaje zachwiana równowaga między razem a osobno, między miłością a wolnością. Powiedziałas, że miłosny zachwyty, który się pojawia w narzeczeństwie, stopniowo musi się konfrontować z rutyną dnia. Myślę, że właśnie w takich sytuacjach uwydatnia się to pytanie o to, ile miłości i ile wolności. W dobrych związkach jest tak, że ludzie dbają o chwiejną równowagę między tymi dwiema wartościami. Jeżeli w związkach partnerskich czy małżeńskich ktoś bardzo potrzebuje bliskości, to będzie mylił miłość ze zniewalaniem. Wtedy ten zniewalany będzie uciekał, ale im bardziej będzie uciekał, tym bardziej będzie go gonić partnerka czy partner. Taki taniec zwykle jest nie do wytrzymania dla obu stron, bo jedna osoba ma za mało, a druga za dużo.

DD: Takie sytuacje są zaprzeczeniem wolności. Miłość jest w nich zastąpiona pewnym uzależnieniem od drugiej osoby, patologiczną symbiozą z tą drugą osobą. Jedno z partnerów przestaje istnieć jako samodzielne, wolne „ja”, istnieje wyłącznie w kontekście tej drugiej osoby.

BdB: Swego czasu psychiatrzy domniemywali, że tego rodzaju nadopiekuńczość może powodować schizofrenię. Dzisiaj wiemy, że nie wystarcza ona do wystąpienia schizofrenii. Niemniej ta okoliczność z historii psychiatrii pokazuje skutki braku indywidualności, czyli usamodzielnienia się dzieci, ich fizycznego, a potem psychicznego odejścia od rodziców. Powinny odejść, ale nie mogą, bo rodzice nie stworzyli im ku temu odpowiednich warunków. To bardzo poważne zaburzenie rozwojowe.

DD: Bywa jednak tak, że gdy w rodzinie zdarza się poważna choroba czy kalectwo dziecka, to opieka nad nim staje się właściwie jedynym sensem życia co najmniej jednego rodzica. Wówczas wszystko buduje on wokół opieki. Znam pewną kobietę, której córka urodziła się z postępującą chorobą neurologiczną, bardzo upośledzającą. Mąż odszedł natychmiast, ona została sama. Całe swoje życie zbudowała wokół opieki nad dzieckiem, zaczęła działać w stowarzyszeniach osób dotkniętych podobnym nieszczęściem, poszukuje na całym świecie nowinek, najnowszych metod leczenia, zbiera fundusze nie tylko na rehabilitację swojej córki, ale też innych dzieci dotkniętych tego rodzaju chorobami. Tyle tylko, że gdyby zdarzył się cud i dziewczynka nagle wyzdrowiała, jestem pewna, że w życiu tej pani powstałaby jakaś straszliwa pustka. Dlatego uważam, że w takich sytuacjach całkiem niezłym rozwiązaniem byłaby jakaś terapia własna rodzica, pozwoliłaby mu bowiem spojrzeć na własne życie niezależnie od choroby. Jeszcze większa bieda jest wtedy, gdy w domu jest jeszcze drugie, zdrowe dziecko, które zostaje niejako poświęcone na ołtarzu cierpienia, a jego życie jest podporządkowane chorowaniu brata czy siostry.

Państwa wypowiedzi krążą wokół bardzo ważnej kwestii, mianowicie granic wolności. Pan profesor mówił o granicach wolności w relacjach intymnych między dwojgiem ludzi. Myślę jednak, że to też jest problem w relacjach rodziców z dziećmi. Mam dwie córki, 21 i 18 lat. Zdarzało mi słyszeć od nich: „A bo ty mi odbierasz wolność”. Jak rozumieć wolność w takiej grupie jak rodzina? Gdzie są jej granice? Kto je wyznacza?

BdB: No cóż, tyle powinien ktoś mieć wolności, ile jest w stanie udźwignąć odpowiedzialności. Mam dwóch wnuków – trzylatka i osiemnastolatka – więc mam ciekawe rodzinne laboratorium i pole obserwacji. Gdyby trzylatkowi dać pełną

wolność, mogłoby to się skończyć dramatycznie. On prawdopodobnie nawet by się bał takiej wolności. Ale gdyby osiemnastolatek usłyszał ode mnie albo od swoich rodziców to, co mówimy temu młodszemu, toby powiedział: „Dziadku, coś ci się pomyliło. Bardzo cię kocham, ale chyba zapomniałeś, ile mam lat”. Rzecz jasna, rozwój poczucia odpowiedzialności, większa z każdym rokiem życia gotowość do jej przyjmowania, powinna być naturalnym procesem rozwojowym. Niestety, bywa też tak, że odpowiedzialność nie ma warunków do rozwoju, bo na przykład rodzice nie dawali dziecku przestrzeni niezbędnej do tego procesu.

DD: Zwróciłabym jeszcze uwagę na nieco inny aspekt, a mianowicie na indywidualność i szacunek dla niej. W każdej relacji – czy to między rodzeństwem, czy między rodzicami a dziećmi, czy między małżonkami – jest miejsce na szacunek dla indywidualności. W przypadku trzylatka przejawem tego szacunku będzie akceptacja tego, że lubi lizaki malinowe, a nie cytrynowe, a w przypadku nastolatka akceptacja tego, że słucha heavy metalu, a nie Chopina.

Czy w swojej praktyce zawodowej mają państwo taką obserwację, że właśnie w kręgu rodziny coraz trudniej przychodzi poszczególnym jej członkom brać odpowiedzialność i za siebie, i za innych? Na przykład nastolatek nie dba o siebie, a rodzic zapomina dopilnować, żeby dziesięciolatek poszedł do szkoły...

BdB: Dla mnie to jest związane z tym, co się dzieje z rodziną w ogóle. Jakie wzorce rodzinne promuje obecna kultura? Rodzice są zaangażowani w swoją karierę, w swoje przyjemności, a mniej są gotowi do codziennej żmudy rodzicielskiej. Jeśli małżeństwo będzie źródłem wzajemnej satysfakcji, to małżonkowie będą też bardziej odpowiedzialnymi rodzicami. Natomiast jeżeli jest między nimi napięcie, to odsuną się od siebie, a wtedy

jedno z nich albo oboje będą próbowali znaleźć jakiś substytut w postaci silniejszych więzi z dzieckiem.

DD: Oczywiście może być tak, że jeśli narastają napięcia między małżonkami, to mogą zacząć się patologizować ich relacje z dzieckiem, ale nie muszą. Wspomniałam już, że niekiedy dobrym rozwiązaniem jest terapia własna rodzica nadmiernie uwikłanego w relację z dzieckiem. Dzięki niej rodzic zamiast przenosić całą zaborczość na dziecko może z pomocą psychoterapeuty zadbać o siebie, o własny rozwój, o własne zainteresowania. Poza tym poruszona przez pana kwestia nasunęła mi skojarzenie ze zjawiskiem, które można by skrótkowo nazwać „reklama a życie”. Jesteśmy bombardowani reklamami, które zahaczają o sprawy kluczowe dla człowieka: miłość, rodzinę, związek, rodzicielstwo itd. Oglądamy zatem reklamę serka i widzimy sielankowy obrazek rodziny, która przyjeżdża do szczęśliwej babci, albo oglądamy reklamę jakiegoś płynu do płukania tkanin i widzimy zakochanych, którzy przytulają się do siebie w pachnącej pościeli. Te obrazy budują w nas przekonanie, że powinno nam być lekko, łatwo i przyjemnie. Jeśli natomiast tak nie jest, to przecież zawsze można sięgnąć po inny towar. Czujemy się zwolnieni z podejmowania pewnego trudu, ze znoju naprawiania.

Czyli coraz mniej chodzi o gonienie króliczka? Chodzi o to, żeby go złapać?

BdB: Raczej o to, żeby szybko zdobyć to, co ma być przyjemne, a jak się ta przyjemność znudzi, to wymienić ją na inną.

DD: Podoba mi się pewne wyjaśnienie różnicy między bajkami a życiem. W bajce księżę całuje ropuchę i nagle się pojawia piękna księżniczka albo księżniczka całuje ropucha i staje przed nią piękny księżę. W życiu jest dokładnie na odwrót: całuje się pięknego księcia, a za chwilę jest ropuch, czy całuje się piękną księżniczkę, a za chwilę jest ropucha...

BdB: Nie straszmy czytelników, bo nie daj Boże przestaną się całować! Powiedzmy, że bywa różnie. Zostawmy im nadzieję.

No to im tej nadziei nie odbierajmy.

DD: Nawet nie wolno nam tego robić! Mnie jednak chodzi raczej o to, że coraz mniej jest chęci podejmowania trudu poznawania od początku tej drugiej osoby, poszukiwania jakichś nie zawsze od razu widocznych walorów.

BdB: Wtedy nie traktuje się związku jako pewnego zadania rozwojowego, tylko jako towar, który ma dać przyjemność i spełniać oczekiwania, a jeśli tego nie robi, to się go wymienia na inny.

Czy nie mają państwo wrażenia, że w ostatnich dwóch, może trzech dekadach bardzo wyraźnie zmieniły się relacje między rodzicami i dziećmi? Kiedyś były one dosyć proste. Istniała hierarchia ważności, która nadawała jakiś porządek życiu rodzinnemu, choć nierzadko była nadużywana. W tej chwili to się kończy. Rodzice chcą być trochę rodzicami, ale też trochę kolegami czy koleżankami. Dzieci natomiast, zwłaszcza nieco starsze, niby potrzebują rodziców, ale najlepiej by było, gdyby ci stali gdzieś z boku i raczej się nie wtrącali.

DD: Zmienił się model rodziny. Przede wszystkim rodzice poświęcają dzieciom o wiele mniej czasu niż kilkadziesiąt lat temu. Wynika to głównie z wykonywanej pracy. W związku z tym trud wychowania dziecka zostaje przeniesiony na opiekunki, przedszkola, później na szkoły. Obowiązek wychowania zostaje więc w jakimś stopniu rozproszony, rozmyty. Poza tym jest spory kryzys autorytetów, w tym oczywiście autorytetu rodzicielskiego. Jest też dużo rodzin rozbitych oraz patchworkowych, o niejasnej strukturze.

BdB: Bliskie mi jest to, o czym mówi Dominika. Dodałbym jeszcze jedną zależność. Kiedyś wiedza była sprzężona z władzą,

ten, kto miał wiedzę, miał w rodzinie władzę. Rewolucja technologiczna tę zależność wewnątrzrodzinną przetrząciła. Dzisiaj nastolatek wie więcej od rodzica w wielu sprawach, lepiej się orientuje w tym, co przynosi XXI wiek. Margaret Mead zauważyła kiedyś, że dawniej im ktoś był starszy, tym był mądrzejszy. Później ta relacja się wyrównała, a dzisiaj ku pana i mojemu, może i Dominiki ubolewaniu, nie ma takiej zależności, żeby mądrości przybywało z wiekiem.

Dla mnie sprawna obsługa smartfona czy umiejętność pisania programów komputerowych nie oznacza mądrości, zwłaszcza tak zwanej mądrości życiowej.

DD: No dobrze, ale co to jest ta mądrość życiowa? Może się kojarzyć na przykład z podtrzymywaniem tradycji, a czasy się zmieniają i niekoniecznie każda tradycja musi przetrwać. W *Skrzypku na dachu* mądrość życiowa Tewjego Mleczarza wskazywała mu określoną tradycję wyboru partnerów życiowych dla córek. Wiemy, że każda kolejna córka coraz bardziej od tej tradycji odchodziła. Inna sytuacja: czy mądrość życiowa każe babci powtarzać wnuczce: „Dziewczyno, ty się musisz szanować, bo jeżeli nie będziesz dziewicą, to cię twój mąż nie będzie szanował po ślubie” albo „Bez Boga to ani do proga, musisz chodzić regularnie do kościoła, bo inaczej sobie nie poradzisz”. A dla współczesnych młodych ludzi taki przekaz może zupełnie nie współgrać z ich doświadczeniem życiowym i nie przystawać do tego, co tak naprawdę w ich życiu ma znaczenie.

Rozumiem mądrość życiową nieco inaczej. Moim zdaniem mądry życiowo jest ten, do kogo przychodzi się po wiedzę. Przykładowo: wnuk ma problem i nie bardzo potrafi sam sobie z nim poradzić. Wie jednak, że gdy porozmawia z dziadkiem, dziadek mu podpowie, w jaki sposób można sprawę rozwiązać. Ma na tyle duże zaufanie do swojego dziadka, że skorzysta z jego rad. Może je trochę zmodyfikuje, może

wykorzysta nieco inaczej, niż dziadek to sobie wyobrażał, ale to zrobi, bo zna wartość tych rad.

BdB: Moi rodzice bardzo chcieli mi przekazać swoje mądrości życiowe, tylko że one nie zawsze przystawały do tego, co sam myślałem... Myślę, że moje dziś już dorosłe dzieci podobnie przeżywają chwile mojego wymądrzania się. Kłopot może polegać na tym, że niezależnie od kontrowersji między pokoleniami oraz potrzeby indywidualności u młodego człowieka, o której mówiliśmy, zmieniają się systemy wartości. To, co było uznawane za cnotę niegdyś, dzisiaj już nie jest tak traktowane. Prawdę mówiąc, obawiam się, że zmierza to niebezpiecznie ku relatywizmowi. Mogę jednak coś zrobić, mianowicie próbować przekazać swoim potomkom, że jest różnica między dobrem a złem. Mam tu jakąś szansę, aby pomóc moim wnukom mieć wrażliwość na różnicę między kłamstwem a prawdą, skłonić ich do namysłu, czy rzeczywiście nie ma różnicy między dobrem a złem.

DD: Ten wątek rozmowy można podsumować dowcipem. Spotyka się dwóch nastolatków. Jeden mówi do drugiego: „Ty wiesz, jak miałem pięć lat, to mój ojciec był najmądrzejszym człowiekiem na świecie, a teraz, jak mam piętnaście, to on nagle zgłupiał”. Wracając do potrzeby rozróżnień, oczywiście, musimy zdefiniować kwestię dobra i zła. Jestem jak najdalej od relatywizmu, ale jednak musimy uwzględnić dosyć daleko idące zmiany społeczne. Jeżeli nasz przekaz jako osób starszych będzie taki: „Nie krzywdź ludzi, bądź dla nich dobry, postępuj tak, jak chciałbyś, żeby wobec ciebie postępowali”, to jest on uniwersalny. Natomiast wiele kategorii dobra i zła jest związanych z tradycją, z religią. Niejedna babcia powie jeszcze wnuczce, żeby nie szła ze swoim chłopakiem do łóżka bez ślubu, albo będzie przekonywała, że dobre jest tylko to, co zgodne z nauką Kościoła. A we współczesnym społeczeństwie raczej wielu ludzi uzna, że seks przed ślubem z ukochaną osobą to żaden grzech.

BdB: Oczywiście, że nie chodzi o relatywizm moralny, ale jednak wraz ze zmianami społecznymi pewne kategorie się zmieniają. Chyba trzeba by zdefiniować, co można uznać za kategorie relatywnie stałą, wspólną dla różnych pokoleń. Może to na przykład będzie przykazanie „Nie krzywdź drugiego człowieka”?

I tym sposobem, proszę państwa, nieuchronnie zbliżyliśmy się do obszaru polityki. Mam wrażenie, że nigdy wcześniej kwestie polityczne nie dzieliły tak głęboko rodzin, przyjaciół, dobrych znajomych.

DD: W przejmującej kolędzie Zbigniewa Preisnera *A Ty milczysz* mocno wybrzmiewają słowa Ewy Lipskiej: „historia mówić nuda, wszystko na pamięć znam”. W naszym polskim przypadku rządzący nie wymyślili nic nowego. Sięgnęli po dobrze sprawdzony sposób, jakim jest dzielenie ludzi na naszych i nie-naszyc. Najłatwiej się rządzi zantagonizowanym narodem, który się bierze za łby, najłatwiej rządzi się narodem, w którym wywołuje się strach, a potem daje prostą odpowiedź, co jest źródłem tego strachu i jak się go pozbyć. Kiedyś to byli Żydzi, dzisiaj są imigranci albo środowiska LGBT+, które nagle zagrażają cnocie polskich rodzin. A niestety bardzo łatwo jest wystymulować zło. Dowiodły tego słynne eksperymenty psychologiczne Zimbarda czy Milgrama. Zastanawiałam się nad przyczynami wyników wyborów w ostatnich latach. Wielu uważa, że to efekt nieokiełznanego rozdawnictwa pieniędzy. A ja myślę, że to tylko niewielki fragment obrazu. Do mnie o wiele bardziej przemawia taki pogląd, że jedynie słuszna partia w sposób inteligentny wzmocniła negatywne cechy w narodzie, to znaczy cham zaczął być dumny z tego, że jest chamem, nieuk zaczął być dumny z tego, że jest nieukiem, nacjonalista zaczął być dumny z tego, że jest nacjonalistą.

A człowiek subtelny zaczyna się wstydzić tego, że jest subtelny.

BdB: Mnie zastanawia też optymizm tych wszystkich komentatorów, którzy od co najmniej trzech lat przed każdymi kolejnymi wyborami wieszczą nagły i bolesny koniec PiS. No i powstaje pytanie, dlaczego się tak nie dzieje? Dlaczego elita antypisowska nie zauważa, że się nic nie zmienia w tym względzie? Moim zdaniem to wynik zamykania się ludzi w swoich bańkach. Te bańki chronią przed napływem informacji i obrazów, które są sprzeczne z przyjętymi poglądami. Tym między innymi tłumaczyłbym choćby to, że człowiek, który głęboko podzielił 37-milionowy naród, wciąż cieszy się szacunkiem tak znacznej części Polaków. W podobny sposób wyjaśniłbym, że 70 milionów Amerykanów głosowało na notorycznego kłamcę i złośliwego narcyza po czterech latach obserwacji jego poczynąń.

DD: Na ogół ludzie wykształceni stanowią mniejszość, jednak w dojrzałych demokratycznych społeczeństwach to właśnie oni wpływają w jakimś stopniu na sposób myślenia większości. U nas jedynie słuszna partia zaczęła tłamsić elity, w sztuczny sposób podnosić wartość osób gorzej wykształconych, mniej inteligentnych i karmić prymitywne instynkty.

Ale dlaczego w rodzinie, która przynajmniej z pozoru powinna być zwarta, której członkowie powinni być tolerancyjni wobec siebie, od kilku lat tak łatwo dochodzi do głębokiej przepaści w kwestii poglądów politycznych?

DD: Zgadza się, ale przedtem nie było takich pancernych bańek, o których mówił Zbyszek. Dla rodziny naprawdę nie miało większego znaczenia, kto na jaką partię głosował w ostatnich wyborach. Oczywiście, dochodziło do kłótni na tym tle, ale niemal zawsze można było zakładać, że wcześniej czy później znajdzie się sposób na pogodzenie. Teraz natomiast wygląda to tak, jakby istniało kilka plemion, które co prawda mówią tym samym językiem, ale w ogóle się nie rozumieją.

BdB: Teoretycznie rzecz biorąc, byłoby lepiej, żeby zarządzili nami ludzie uczciwi, pracowici, mądrzy. Tymczasem dokonujemy wyborów, kierując się czymś zupełnie innym, na przykład tym, jak polityk był ubrany w trakcie wiecu wyborczego albo czy potrafi rozweselić odbiorców. Nie będzie też trudno zgadnąć, na kogo zagłosują osoby podejrzliwe, nieufne i z poczuciem krzywdy. Z kolei ci, którzy mają w sobie więcej lęku i więcej agresji, będą głosować na tych, którzy są gotowi „zagospodarować” ich emocje. To dla mnie bolesne, że wybieramy naszych przedstawicieli bardziej na podstawie naszych reakcji emocjonalnych niż pogłębionej refleksji.

DD: Ale też jest tak, że ludzie pokroju pana prezesa czy Trumpa dają mocne przekazy i bardzo proste rozwiązania. Oczywiście, te rozwiązania nie są żadnymi rozwiązaniami, ale ładnie brzmią.

Te rozwiązania są tak proste, że nie wymagają myślenia tych, do których są kierowane. A czy one są logiczne, czy bezsensowne, to już na dobrą sprawę nie ma znaczenia. Wróćmy na koniec do rodziny. Co pandemia z nią zrobiła?

DD: Myślę, że to, co było mocne, mogła osłabić, a to, co było słabe, mogła wzmocnić. W efekcie pandemia bardzo dużo rodzin porozwalała. Chodzi mi nie tylko o rosnącą liczbę rozwodów, ale też o zniszczenia emocjonalne. Przed pandemią rodzice szli do pracy, dzieci do szkoły. Wszyscy spotykali się późnym popołudniem, opowiadali, co się wydarzyło, i mieli poczucie, że ich rodzina świetnie sobie radzi. Pandemia odebrała im te bezpieczne odskocznie w postaci wyjścia do pracy czy do szkoły, bardzo ograniczyła kontakty z ludźmi z zewnątrz. Wielotygodniowe zamknięcie, często na małej powierzchni, spowodowało, że zaczęły wychodzić na jaw wszelkie niedostatki i braki, które w normalnych okolicznościach być może w ogóle nie ujrzałyby światła dziennego.

Potracili też swoje tajemnice, a przecież psychologowie mówią, że w związkach trzeba mieć jakieś swoje sekrety, a ich poszanowanie jest znakiem wzajemnego zaufania i wiary w uczciwość drugiej strony.

DD: Moja mama mi zawsze mówi: „Pamiętaj, wyznane winy zostają wybaczone w połowie, a niewyznane w całości”.

BdB: Rzeczywiście, może tak być, ale warto też zauważyć, że zamknięcie spowodowane przez pandemię czasami miało zaskakująco pozytywne skutki. Ludzie nie mieli dla siebie czasu i nagle się odkryli na nowo. Ojcowie, którzy byli zajęci, nagle mieli czas, żeby z synem porozmawiać o sukcesach i porażkach naszych sportowców. Takie są doświadczenia niektórych moich par będących w terapii. Pandemia zmusiła je do sięgnięcia po zasoby, których istnienia nie podejrzewały.

Jakie to zasoby?

BdB: Na przykład mężczyzna odkrywa, że może sprzątać w domu i dzielić się odpowiedzialnością za porządek. Żona zaś tym się zachwyca i w efekcie ubywa jej nieco bólu spowodowanego poczuciem niesprawiedliwości. Albo oboje odkrywają, że mogą być rodzicami w znacznie szerszym wymiarze niż wcześniej, kiedy pracowali do późnych godzin i wracali do domu skonani. Spotykam się z takimi sytuacjami.

DD: Statystyki mówią jednak o wzroście liczby rozwodów, o wzroście przemocy w rodzinach, o wzroście uzależnień.

BdB: Dlatego mówię, że tak bywa. Chciałbym, żeby ludzie potraktowali pandemię jako wyzwanie i szukali w sobie pozytywnych zasobów.