

One of the deepest man's drives is searching for freedom. The only way to freedom is overcoming man's own limitations.

Read the article in Polish.... Translation into English is in progress.

Jednym z najgłębszych pragnień mężczyzny jest dążenie do wolności. Pokonywanie przeciwności sprawia, że mężczyzna ma poczucie mocy. Kiedy radzi sobie w walce z życiowymi wyzwaniami, czuje się bardziej wolny i spełniony. Wszelkie cele męskiej ambicji: w pracy, na stadionach sportowych, na arenach politycznych i wojnach mają prowadzić go do wolności. Jedyną drogą do wolności jest pokonanie własnych ograniczeń.

Robert nie umiał nazwać bariery, która ograniczała jego dążenie do wolności. Wewnętrzne napięcie towarzyszyło mu od lat. Myślał, że 15-letnie uzależnienie od alkoholu było powodem jego problemów. Zgłosił się na terapię w wieku 47 lat. Był zrezygnowany i spięty, mimo, że od siedmiu lat walczył z uzależnieniem. Mimo, że odbudował duchowość i miał za sobą dwa lata leczenia w ośrodkach odwykowych oraz siedem lat intensywnej pracy w grupach AA, wciąż był rozczarowany życiem. Czuł się niedoceniany w pracy, skarżył się na wykorzystywanie przez pracodawców. Po pół roku pracy w firmie elektronicznej uznał, że jedyne miejsce któremu ufa to społeczność AA. Choć tam czuł się rozumiany i bezpieczny, zadawał sobie pytanie dlaczego żadnemu z kolegów z AA nie udaje się zbudować udanego związku z kobietą.

Po wielu nieudanych relacjach z kobietami, Robert zaczął zadawać sobie pytanie gdzie popełniał błąd. Miał odwagę szukać odpowiedzi w sobie, zamiast obwiniać innych za swoje niepowodzenia.

Małżeństwo Roberta nie było szczęśliwe. Choć próbował je utrzymać dla dobra dzieci, pobyt w Stanach pomógł mu pogodzić się z decyzją żony o rozwodzie. Myślał, że zbuduje nowe, lepsze życie z dala od kraju, w którym pozostawił rodzinę. Niepowodzenia odebrały mu nadzieję na udany związek. Ostatnia z jego partnerek odeszła nie mogąc znieść jego narzekania na złą pracę i brak pieniędzy, spędzania wieczorów z kolegami i przesypiania weekendów.

Robert określał kobiety jako wyrachowane i nieczułe. Z czasem przyznał, że ich nie rozumie.

Nie zdawał sobie sprawy, że pomiędzy jego duchowością z której był tak dumny, a seksualnością jest wciąż przepaść. Mimo, że nie pił alkoholu, dalej nie był trzeźwym partnerem w związkach. Aby żyć pełnią życia Robert musiał zmierzyć się z własnymi „demonami” i pozwolić odejść temu co ograniczało jego zdolność do miłości.

Umiejętność kultywowania relacji z kobietą wymaga od mężczyzny odnalezienia kontaktu z delikatną częścią samego siebie. Robert wiele razy przeżywał fascynację kobietami i choć wtedy dawał z siebie wszystko, każda z tych fascynacji mijała po jakimś czasie.

Często gdy początkowe „upojenie” nowym związkiem mija, mężczyzna szuka ponownych fascynacji w kolejnych związkach. Zarówno lata uzależnienia od alkoholu jak i brak ciepłej, kochającej relacji z ojcem przyczyniły się do tego, że Robert nie bardzo wiedział jak być mężczyzną. Szukał fizycznej bliskości z kobietą aby poczuć się męski. Nie umiał zbudować prawdziwej bliskości bo nie miał kontaktu z własną męskością.

Robert nie był w stanie przerwać uzależniającego koła „upojenia” seksualnego. Wiedział, że zastąpił alkoholizm uzależnieniem od kobiet. Ale dzięki terapii odkrył, że poszukiwanie mocy i inspiracji w sobie to jedyny sposób aby uwolnić się od jakiegokolwiek uzależnienia i zbudować głęboką więź z kobietą, a nie tylko z jej ciałem.

Podczas gdy mężczyzna dąży do wolności i celu, kobieta pragnie miłości i pełni. Jeśli jej potrzeba miłości nie jest zaspokojona, będzie szukać wypełnienia pustki np. w jedzeniu, zakupach i konwersacji. Mężczyzna szuka uwolnienia od stresu w alkoholu, narkotykach i seksie. Kobiety wybierają powieści i seriale romantycznie aby dać upust agresji emocjonalnej. Mężczyźni z kolei rozładowują agresję fizyczną oglądając mecze bokserskie i filmy pornograficzne. To oddala ich od siebie jeszcze bardziej tworząc narastającą przepaść w ich związkach. Terapia pozwala przerwać „błędne koło” i uczy jak być ze sobą głębiej. Większość mężczyzn ma potrzebę działania, ponieważ to pozwala im odkrywać głębszy sens życia, cieszyć się wolnością i miłością oraz pełniej obdarowywać świat i bliskich. Kobieta ma potrzebę podziwiania swego mężczyzny: chce ufać jego hojnemu sercu, jego zdolności podejmowania wyzwań oraz trafnych decyzji - ale to on musi jej na to pozwolić.

Robert musi odnaleźć i uwolnić siebie, żeby był gotów na odnalezienie się w związku z kobietą, gdzie intymność służy miłości i wzajemnemu rozwojowi.

Małgorzata Żółek

*Zarówno imiona osób jak i przedstawione w tej rubryce historie zostały zmienione tak aby ochronić prywatność ich bohaterów. Na każdą z opowieści złożyło się wiele przypadków, zaczerpniętych z lat pracy klinicznej.

Artykuł opublikowany 23 kwietnia, 2011 r. w tygodniku Kurier Plus na stronie 31.

