

Kuba Jabłoński

# ROZWÓD?

JAK GO PRZEŻYĆ



## Kuba Jabłoński

(ur. 1957) – doświadczony psycholog kliniczny, trener Polskiego Towarzystwa Psychologicznego. Od wielu lat pracuje jako psychoterapeuta w Ośrodku Pomocy i Edukacji Psychologicznej INTRA. Publikuje m.in. w magazynie „Charaktery”. Mieszka pod Warszawą z żoną i czworgiem dzieci.



Kuba Jabłoński

# ROZWÓD

JAK GO PRZEŻYĆ ?



Kuba Jabłoński

# ROZWÓD?

JAK GO PRZEŻYĆ



Copyright © by Wydawnictwo W.A.B., 2008  
Wydanie II  
Warszawa 2008

# Wstęp

Małżeństwo, a później rodzina, może być fascynującym, radosnym, dającym niewyczerpane źródło satysfakcji sposobem na życie. A przeżywanie momentów trudnych i niebezpiecznych – kryzysów małżeńskich i rodzinnych – może jednoczyć i zbliżać.

Bywa też inaczej. Jak tonie rozbijający się na rafach koralowych statek, tak może utonąć małżeństwo, a wraz z nim rodzina. Jestem psychologiem i w swojej pracy terapeutycznej stykam się z tym, że dwoje ludzi, którzy kiedyś, kochając się, postanowili założyć rodzinę, teraz nie może się ze sobą dogadać i... No właśnie. Jeśli jest w nich choćby odrobina wzajemnego zaufania, to starają się do siebie wrócić. Ale jeśli u jednego z nich tego zabraknie, to cierpią oboje.

W książce tej będę się starał opisać, wyjaśnić i trochę podpowiedzieć, co można robić w takiej właśnie sytuacji, gdy choćby jedno z małżonków nie ma już zaufania, może nadziei, a może

odwagi lub chęci bycia razem i dlatego pojawia się pomysł rozwodu.

Będę poruszał problemy wybrane z całości zjawiska, jakim jest rozwód. Rozwód najczęściej kojarzy się nam z zerwaniem więzi, odejściem, rozłączeniem, rozpadem, unicestwieniem rodziny. Widocznym znakiem tego zdarzenia jest orzeczenie sądu uzyskane po rozprawie sądowej, w którym mowa jest o tym, że małżeństwo Państwa X zostało unieważnione i dlatego w świetle prawa przestało istnieć. Owo unicestwienie małżeństwa jest dla mnie dyskusyjne, ale to nie będzie tematem tej książki.

*Jestem po rozwodzie..., Moi rodzice się rozeszli..., Pochodzę z rodziny, w której był rozwód...* Można odnieść wrażenie, że te stwierdzenia dotyczą sytuacji, zdarzenia, które miało miejsce, które było. Ot, stało się i już tego nie ma. Jest to niebezpieczne uproszczenie, któremu często ulegamy. W efekcie nabieramy przekonania, że rozwód jest jak rozbicie szklanki. Czyli coś, co dzieje się nagle i szybko. Kiedy tłucze się szklanka, najczęściej rejestrujemy brzęk tłuczonego szkła i porozrzucane kawałki. Nie pamiętamy, jak spadała, czy leciała bokiem, czy się przekręciła, czy może spadając, obracała się wokół własnej osi. Nie zwróciliśmy na te szczegóły uwagi i dlatego później nie pamięta-

my momentu zderzenia się szklanki z podłogą i lotu jej kawałeczków w różne strony. Dopiero sprzątając, ze zdziwieniem zauważamy, jak daleko poleciały niektóre części.

Myśląc o stłuczonej szklance, pamiętamy najwyżej, że na przykład ją lubiliśmy, że byliśmy nieostrożni i że szkoda. Szybko zamiatamy potłuczone szkło i już nie ma śladu po tym, co się stało. Otóż na tym polega drugie niebezpieczne uproszczenie, któremu można ulec, myśląc o rozwodzie. Jest nim przekonanie, że jeśli coś nam nie pasuje w małżeństwie, to zawsze możemy pójść do sądu, rozwieść się, zniknąć sobie z oczu i zapomnieć. Owo magiczne myślenie pojawia się przede wszystkim u tego ze współmałżonków, który chce odejść. Rzeczywistość jest jednak inna. Ten, który zostaje, nie znika, nie przepada bez śladu jak za dotknięciem czarodziejskiej różdżki. Jest to szczególnie odczuwalne, gdy w grę wchodzi dzieci (nie ma znaczenia, w jakim są wieku). Uważam, że w takim przypadku rozwód nie kończy związku między współmałżonkami, ale go zmienia. Zmienia go ze związku, w którym była najszerzej rozumiana współpraca, w związek, w którym pojawia się relacja przeciwstawna. Odchodzący musi być świadom tego, że współmałżonek pozostający będzie przeżywał różne stany i różnie



będzie się w związku z tym zachowywał. Musi pamiętać, że nie uda mu się w żaden sposób sprawić, aby jego małżeństwo znikło, jak znika coś w kapeluszu iluzjonisty.

Uważam, że rozwód jest procesem długotrwałym, trwającym niekiedy parę lat. W tym czasie z osobami uwikłanymi w to zdarzenie dzieje się bardzo wiele. Mam tu na myśli oczywiście samych małżonków, ale też ich dzieci, bliską i dalszą rodzinę oraz przyjaciół i znajomych. W czasie rozwodu w pewnym momencie może pojawić się ulga i odprężenie, a w innym strach, lęk i niepewność o to, co dalej. Rozwód to dręcząca i przytłaczająca w swym natężeniu dwoistość przekonań, uczuć i zachowań. Rozwód to niekończące się wątpliwości, to gniew, bunt, zranienia, podsumowania, refleksje, nadzieje, oczekiwania. Mam wrażenie, że decydując się na rozwód, wpadamy z jednej trudności – z tego, co dzieje się w małżeństwie, w drugą, często nawet większą – w to, co dzieje się w czasie rozwodu.

W swojej książce nie będę się zajmował odpowiedzią na pytanie, jak i dlaczego dochodzi do rozwodu, nie będę też rozważał, jakie mogą być długofalowe skutki tego zdarzenia. Będę się natomiast starał pokazać to, co dzieje się z nami, kiedy rodzi się pomysł rozwodu, kiedy

jedno chce odejść, a drugie się o tym dopiero dowiaduje, kiedy pojawiają się w nas takie emocje, o które nigdy siebie nie podejrzewaliśmy, i przeżycia, których nigdy nie braliśmy pod uwagę. Będę pisał o tym, jak okazuje się, często wbrew naszej woli, że jesteśmy zupełnie bezsilni i że mały mamy wpływ na to, co zrobi, co będzie czuł i myślał współmałżonek, a jednocześnie doświadczamy tego, że bardzo jesteśmy ze sobą związani układem, przyzwyczajeniami lub emocjami.

Będzie to książka o tym, jak pomóc sobie przetrwać, aby później z tym żyć. Ale na pewno nie o tym, jak się rozwodzić, aby później bez tego żyć. Doświadczenie rozwodu porusza indywidualne emocje i bardzo trudno jest w takiej sytuacji radzić, bowiem każdy rozwód jest inny, każdy przebiega własnym nurtem. Niemniej jednak pokuszę się o odpowiedzi na następujące pytania:

- co należy zrobić, aby nie ranić więcej, niż rani sam rozwód,
- do czego możesz odwołać się w sobie, aby przez to zdarzenie przebrnąć bardziej rozumnie,
- co należy robić, aby wesprzeć dzieci i pomóc im w tej sytuacji.

Tak jak rozpryskuje się na drobne kawałeczki lustro upadające na podłogę, tak rozpada się człowiek, który doświadcza rozwodu. Poszczególne jego części: uczucia, system wartości, plany, potrzeby, źródła satysfakcji i siły, przekonania, które do tej pory stanowiły jedno, uciekają każde w inną stronę, pozostawiając po sobie pustkę, ból i przerażenie. Wszystko, co do tej pory było „pod ręką” i mniej lub bardziej świadomie można było z tego korzystać, nagle gdzieś się gubi, traci na wartości, przemienia w coś innego lub po prostu przestaje istnieć. To bardzo, ale to bardzo nieprzyjemny, wręcz przerażający stan. Niektórzy doświadczają go nagle, jak ktoś niespodziewanie wrzucony do basenu, inni trochę wolniej, teoretycznie bowiem wiedzą, co ich czeka, jeszcze inni udają, że to ich nie rusza, lub zaprzeczają, jakoby cokolwiek ich bolało.

Osobiście nie wierzę, żeby można było przez rozwód przejść bez bólu. Jestem przekonany, że tam, gdzie na początku była miłość (emocjonalne zaangażowanie, jakiegokolwiek oczekiwania i wyobrażenia dotyczące wspólnej przyszłości), w trakcie rozwodu pojawia się we wszystkich odcieniach i natężeniach złość, smutek i cierpienie związane ze stratą. Stratą w najszerszym tego słowa znaczeniu. Stratą osoby, stra-

tą pewnego porządku świata, wartości, stratą nadziei na spełnienie pragnień, stratą dobrego myślenia o sobie, stratą w opinii innych czy utratą zaufania do jednej osoby lub w ogóle ludzi. Każdy z nas jest niepowtarzalną, jedyną w swoim rodzaju osobą i dlatego wymienienie wszystkiego, co możemy uznać za naszą stratę, jest niemożliwe.

Na liście najbardziej stresujących zdarzeń w naszym życiu rozwód zajmuje drugie miejsce, po śmierci jednego ze współmałżonków. To oczywiste, ale warto pamiętać, że rozpad małżeństwa bardzo silnie przeżywają nie tylko sami współmałżonkowie albo przynajmniej jedno z nich, ale również ich dzieci. Uogólniając, można powiedzieć, że rozwód jest częściej doświadczeniem negatywnym dla dzieci niż dla dorosłych. Zależność dziecka od rodziców oraz naturalna niedojrzałość dzieci wzmagają ich podatność na zranienie, jakim są opuszczenie, rozdarcie i brak poczucia bezpieczeństwa. Dotyczy to zwłaszcza tych dzieci, dla których po rozwodzie jedno z rodziców pozostaje w ogóle niedostępne. Im lepiej dorośli poradzą sobie z rozwodem, tym mniej ucierpią ich dzieci. Im mniej przedłużających się awantur, urazów, złości, manipulacji, a więcej po rozwodzie współdziałania w wywiązywaniu się z obowiązków rodzicielskich, tym mniej stresów dla dzieci.

O rozwodzie można pisać z wielu perspektyw. Inaczej widzi go osoba opuszczona, inaczej odchodząca, a jeszcze inaczej dziecko. Z perspektywy teściów, przyjaciół czy znajomych wygląda jeszcze inaczej. W książce tej najczęściej będę przyjmował perspektywę osoby opuszczonej. Zdaję sobie sprawę, że jest to pewne uproszczenie, ale decyduję się na nie. Zakładam, że opuszczony to ta osoba, która nie chce rozwodu, jest zaskoczona wizją rozstania, osoba, która pozostaje „na starych śmieciach” i jest zmuszona do ułożenia sobie życia na nowo.

Dla ułatwienia i przejrzystości tekstu zastosowałem w zasadzie jedną formę gramatyczną – przyjąłem, że taką osobą jest kobieta. Dlatego do niej najczęściej będę się bezpośrednio zwracał. Zdaję sobie sprawę, że wskutek takiego uproszczenia mogę zostać posądzony o ignorancję i stronniczość. Aby tego uniknąć, muszę złożyć pewną deklarację: uważam, że nieprawdą jest, jakoby osobami „wychodzącymi z małżeństwa”, dążącymi do rozwodu, czyli odchodzącymi, byli wyłącznie mężczyźni, a opuszczonymi kobiety. Dlatego pomimo formy żeńskiej, jaką przyjmuję najczęściej, nie jest to książka tylko o kobietach i dla kobiet. Jest to książka również o mężczyznach i tym samym dla mężczyzn. Wszędzie w tekście w miejsce form żeńskich,

takich jak: „powinnaś”, „czułaś”, „myślisz, że to go...”, „pozostałaś”, „mamo”, można wstawić odpowiednią formę męską, taką jak: „powinieneś”, „czuleś”, „myślisz, że to ją...”, „pozostałeś”, „tato”.



część pierwsza

MAŁŻONKOWIE





# 1. Zanim zapadnie decyzja

Rozstanie i rozwód nigdy nie następują nagle. Osoby, które doświadczyły tego zdarzenia, często mówią, że rozwód spowodował w ich życiu co najmniej dwuletni bałagan. Niekiedy okres owego specyficznego bałaganu w życiu trwa jeszcze dłużej, a niektórzy skutki rozwodu w postaci braku stabilizacji emocjonalnej odczuwają do końca życia. Bywa oczywiście i tak, że rozwód nie wywołuje bardzo silnych przeżyć i staje się mało ważnym epizodem w życiu człowieka. Dzieje się tak zazwyczaj wtedy, gdy rozstają się małżonkowie, którzy zawierali związek bez głębszego zaangażowania uczuciowego, może z przypadku, a czas trwania ich małżeństwa nie był długi.

W twoim małżeństwie pewnie tak nie jest. Poznaliście się dawno temu, małżeństwem jesteście od ładnych paru, a może nawet parunastu lat. Układało się różnie. Raz lepiej, raz gorzej, jak u wszystkich. Może już od jakiegoś czasu nie byłaś zadowolona z paru rzeczy, ale nie były one aż tak ważne. Poradziłaś sobie z tym, posta-

nawiając nie zwracać na nie uwagi, zapomnieć lub przyzwyczać się. Ale... może od jakiegoś czasu czujesz się coraz bardziej nieswojo, samotnie w swoim domu, z mężem. Nie chcesz mu o tym powiedzieć. Myślisz, że to go nie zainteresuje, że powie, że przesadzasz. Czujesz, że nie chce twojej obecności tak jak kiedyś. Coraz mniej z tobą rozmawia, coraz rzadziej mówi ci co robi, co czuje, czego chce. Jest jakiś dziwny, nieobecny, kiedy razem jecie kolację. Tak jakby był gdzieś indziej. Innym razem nagle zaczyna się spieszyć, przypomina sobie o ważnym spotkaniu i niespodziewanie wychodzi. Zdawkowy pocałunek i słyszysz: *Nie czekaj na mnie, wrócę późno.*

Albo może jest inaczej. Może coraz częściej mówi o niej. Ciągle gdzieś się z nią spotyka, kino, wizyty pod byle pretekstem. A może jeszcze inaczej...

Tak czy owak czujesz, że coś się dzieje. Coś niedobrego. *Ale to niemożliwe, żeby on mógł coś zrobić przeciwko nam, przeciwko mnie – myślisz.*

Coraz częściej dochodzi do spięć, kłótni i awantur z byle powodu. To przykre, ale zaczynasz bać się takiego jego zachowania. Nie rozumiesz o co chodzi. *Może to przeze mnie – myślisz.*

Czujesz się coraz bardziej zagubiona, zmęczona i samotna. Coś podejrzewasz, ale mówisz sobie, że to niemożliwe, żeby cię zdradzał. Ganisz się za ten pomysł i mówisz sobie, że to pewnie twoja obsesja.

Przypominasz sobie, że niedawno odmówił kochania się z tobą. Powiedział, że jest zmęczony. Sytuacja zaczęła się powtarzać. Albo jest zmęczony, albo nie ma ochoty... W dodatku nie chce nic zrobić, aby coś się zmieniło, a ty boisz się o tym rozmawiać.

Jest coraz gorzej. Czujesz, że to ty powinnaś coś zrobić, ale boisz się zrobić cokolwiek. Jesteś wściekła na siebie i na niego. Czujesz bunt, lęk i bezsilność. *Dlaczego nic nie robię?* – pytasz samą siebie. *Dlaczego nic nie robię?* – pytasz się coraz częściej. Czujesz jego obojętność i to jest najgorsze. Aż wreszcie to, co przeczuwałaś, podejrzewałaś, czego się domyślałaś, staje się faktem, który do ciebie dociera. Może ktoś ci to powiedział, może przyłapałaś ich, a może on nagle zniknął z domu i zadzwonił, że jutro przyjdzie po resztę rzeczy. Nieważne, jak to się stało. Ważne, że czujesz, jak rozpadasz się, jak umierasz, zamykasz się w sobie. To przecież niemożliwe, żeby człowiek przeżył podobną rozpacz, upodlenie, ból, strach, to niemożliwe, żeby ON. To nierealne. Tyle kłamstw. Dlaczego ona?

Dlaczego...? *To podłe, ohydne* – mówisz sobie i czujesz się sponiewierana, opluta, wyśmiana. Czujesz się tak, jakbyś zapadała się w bagnie, i to śmierdzącym. Walczysz, buntujesz się. Innym razem pojawia się pustka, bezsilność. Zastanawiasz się, po co tak cierpisz, dlaczego tak się stało. Świta nadzieja, że możesz wpłynąć na jego decyzje, że przecież on nie może nie liczyć się z tobą, twoimi uczuciami. Wtedy postanawiasz, że będziesz walczyła, że...

Ale to nie takie proste. Nie możesz pracować. Nie możesz normalnie żyć. Wszędzie, w domu, w pracy, na ulicy, w autobusie, na wycieczce, przy pomaganiu dzieciom w lekcjach, przy zmywaniu naczyń, podczas wieczornej kąpieli, cały czas tylko o tym myślisz. Odczuwasz, że to koszmar. Czujesz straszny ból i lęk przed przyszłością. Czujesz się tak oszukana, okłamana, że odechciewa ci się wszystkiego, a zwłaszcza walki o niego, o was. Marzysz, żeby przestało boleć. *Ale co z dziećmi?* – myślisz. – *Co powiedzą inni?*

Dlatego chętnie wierzysz w przysięgi, zapewnienia, że wszystko już minęło. Nie wiesz, czy to prawda, czy nie, ale...

Przegadane noce, płacz. Nie rozumiesz, co tak naprawdę się dzieje. Już w nic nie potrafisz uwierzyć. Może modlisz się do Boga, żeby po-

mógł ci w coś uwierzyć, być czegoś naprawdę pewną. Intuicja i instynkt podpowiadają ci, że oni się spotykają, ale nie masz na to żadnych dowodów. Myślisz sobie, że jeśli nadal się z nią spotyka, to dlaczego jest z tobą. Nie rozumiesz tego. Ale próbujesz to sobie jakoś poukładać. Zaczynasz się zastanawiać, czy to tylko seks. Myślisz sobie: *Ona pewnie utwierdza go w jego poczuciu męskości, pozwala czuć się silnym, zdecydowanym facetem. Nie stawia warunków, niczego nie wymaga, nie ma pretensji, akceptuje to, co jest. Nie to co ja. Ja chcę, żeby on..., żeby on nie...*

Okropne jest to, że pozornie żyjecie normalnie razem, owszem, bez seksu (czasem nawet dochodzi do prób, ale coraz rzadziej). Zastanawiasz się, co ty tu robisz. Cały czas masz nadzieję, że to się skończyło. Zawsze jednak zdarza się coś, co przemawia przeciwko temu.

Bardzo cierpisz. *Czy to rzeczywiście tak trudno uporządkować sobie życie?* – stawiasz sobie pytanie, po czym mówisz sama do siebie: *Niech coś wreszcie zrobi, niech się z nią rozstanie.* A tymczasem uważasz, że musisz grać przed rodziną, że wszystko jest w porządku. Czujesz, jakie to trudne.

Nadchodzą pierwsze święta. Ze zdziwieniem spostrzegasz, że to trwa już tak długo. Jest

ci ciężko: bez niego źle, z nim też okropnie. Wszystkie złe wspomnienia ożywają. Zamykasz się w sobie, cały czas czujesz się oszukiwana. Wiesz, że stale o niej myśli. Może zastanawiasz się, kim ona jest w jego życiu, że jest tak ważna. W czym jest lepsza od ciebie.

Nie wiesz, kto wygra, kto przegra. Masz poczucie, że tracisz czas, że jest coś chorego w tym wszystkim. Może jesteś przekonana, że człowiek dorosły musi w końcu postanowić, czego chce, musi się na coś zdecydować. Zaczynasz być niespokojna, czujesz bowiem, że powinnaś coś z tym zrobić. Ale nie wiesz co, nie wiesz jak.

Wiesz na pewno tylko to, że powinnaś zareagować na fakt, że w jego życiu nie jesteś najważniejszą osobą, że dla niej jest w stanie ryzykować tak wiele.

A może u ciebie jest tak:

Kiedy myślisz o niej, o tym, że cię zdradziła, to chce ci się wyć. Czujesz potworną wściekłość i rozsadzający od środka gniew. Wyobrażasz sobie, że wyrzucasz przez okno wszystkie jej rzeczy. Boisz się powrotów do domu. Znowu będziesz spokojny i łagodny, aby niczego bardziej nie popsuć. Po chwilach apatii i obojętności, które dają ci odrobinę wytchnienia, czujesz,

że wszystko ci się wali, że wszystko, w co do tej pory wierzyłeś, o co się starałeś, zniknęło gdzieś i pozostała tylko bolesna pustka. Chce ci się płakać, a jednocześnie nie chcesz nikomu tych łez pokazać. Patrzysz na swoją żonę i czujesz, że jesteście sobie zupełnie obcy. Nie ma w tobie żadnej chęci, aby ją czymś zaintryguować, zainteresować. Przyzwyczajenie i dzieci. Pięści i szczęki same ci się zaciskają. Myślisz sobie: *Tracę tylko bezcenny czas, marnuję się jako człowiek, mężczyzna, jako ojciec*. Jest jeszcze w tobie druga część, która mówi, że jest ci ciężko, że czujesz się zagubiony i niczego nie rozumiesz. Kochasz tę kobietę, dałeś jej bardzo wiele z siebie, czułeś się przy niej bezpiecznie i nie chcesz, żeby odchodziła. Wierzyłeś w jej rozsądek. Szczyciłeś się tym, jaką jest matką dla twoich dzieci.

Ona przyznaje, że już dawno przestała cię kochać. Masz do niej pretensje o to, że dopiero teraz ci to mówi. Gdyby powiedziała wcześniej, mogło być inaczej. Nie domyślałeś się przecież, że żona nie „wyrabiała”, kiedy całymi dniami nie było cię w domu, a ona musiała sama siedzieć z dziećmi, że czuła się rozczarowana i zawiedziona, bo jak już przychodziłeś, to nie dostrzegałeś jej, mówiłeś tylko o swojej pracy i na nic nie miałeś ochoty. Tak, to prawda, bo



ty też ledwo ciągnąłeś. Przypominasz sobie, jak często po pracy czułeś się, jakbyś został przepuszczony przez wyciskaczkę. Jedyne, o czym marzyłeś, to usiąść w fotelu i patrzeć w jeden punkt na ścianie. Prawdą jest także, że praca sprawia ci przyjemność, ale przecież to, że tyle pracowałeś, było wyrazem twojej miłości do niej i dzieci. Te pieniądze były dla nich. Dziwisz się, że ona nie może tego pojąć i docenić.

Zaczynasz unikać przychodzenia po pracy do domu. Wynajdujesz sobie jakieś zajęcia, byleby jak najkrócej być z nią w domu. Zdajesz sobie sprawę, że dzieciaki czekają na ciebie, ale postanawiasz poświęcić im więcej czasu w niedzielę, kiedy będziecie mogli wyjść sami na cały dzień.

Czujesz, że coś się w tobie zmienia. Początkowo odczuwałeś strach. Miałeś wrażenie, że tracisz grunt pod nogami, że świat się wali. Czułeś potworne osamotnienie. Byłeś gotów zrobić bardzo wiele, byleby utrzymać wszystko po staremu. Przebaczyć, byleby wasze małżeństwo pozostało małżeństwem. Bałeś się, jak dasz sobie radę sam, co z dziećmi. A teraz jest inaczej. Jest w tobie bardzo dużo złości, obrzydzenia i obojętności. Jesteś przekonany, że poradzisz sobie, chcesz uciec gdzieś daleko, masz dosyć swego domu, żony. *Gdyby nie dzieci!* – mówisz

sobie – *byłoby znacznie prościej*. Na pewno już dawno byś odszedł. Ale one są i ty je kochasz. Nie chcesz, aby przeżywały to, co ty kiedyś. Zastanawiasz się, czy one ci wybaczą, jeśli odejdiesz.

Nie wiesz, co masz zrobić z tymi prośbami żony: *Odbierz Asię z przedszkola. Kup banany dla Sławka. Będę dzisiaj później w domu, posiedź z dziećmi i zrób zakupy*. Z jednej strony chcesz powiedzieć TAK, bo to dla dzieci. Z drugiej strony NIE, bo to dla niej. Godząc się na pomoc, ułatwiasz jej życie, a tego nie chcesz. Chcesz bowiem pokazać, jaki jesteś jej potrzebny, chcesz, żeby cię doceniła, chcesz wreszcie z zemsty, aby sama się pomęczyła. Czujesz się zawieszony między dwoma światami. Chcesz się od niej odciąć, ale nie od dzieci. Męczysz się, bo nie wiesz, jak sobie z tym poradzić.

Myślisz sobie może tak: *Chciałbym odejść, ale jeśli odejdę, czy dzieci mi wybaczą? Jak wrócę, to nie będę szczęśliwy, a poświęcić się dla dzieci? Nie, tego nie wytrzymam!* Boisz się, że już nigdy jej nie zaufasz.

Masz ochotę na zapomnienie, na romans. Chciałbyś uciec gdzieś daleko w przeszłość, kiedy byłeś wolny. Do kumpli, przyjaciół, do tamtego klimatu, do alkoholu, beztroski. Ta mie-

szanina uczuć, której doświadczasz obecnie, jest koszmarna. Nie masz już siły przeżywać wściekłości, zranienia, rozgoryczenia, niechęci, poczucia winy, smutku i przygnębienia.

A może twoja sytuacja jest inna od tych, które opisałem przed chwilą. Może jest tak, że on pije. Wtedy...

Na początku było normalnie. Pili prawie wszyscy, twoja i jego rodzina. Częstoowano cię przy różnych okazjach. On, młody mąż, był zdecydowany, stanowczy, pewny siebie. Nie miał wątpliwości, że to, co jest, żona musi przyjąć. W towarzystwie chełpił się, że może wypić dużo, bardzo dużo. Wkrótce zaczęło ci to przeszkadzać. Czekaaś, kiedy znudzi mu się picie, i będzie normalny, trzeźwy. Czekaaś długo. Nic się nie zmieniało, czułaś się samotna. On miał swoje towarzystwo, swoich kolegów. A do ciebie tylko wpadał. Początkowo nic nie wskazywało, że może być źle. Co prawda zarzucał ci, że nic nie rozumiesz, że jesteś zbyt sztywna, niewyrozumiała i brakuje ci poczucia humoru. Przecież on studiuje i potrzeba mu trochę rozrywki. Tak bardzo chciałaś to zrozumieć. Ty masz studia za sobą i teraz on jest ważny, musi mieć spokój, skończyć naukę. Z tego powodu Kazik był nawet u rodziców, żeby on mógł się spokojnie uczyć. Bardziej podobało mu się ży-

cie poza domem. Wpadał do ciebie i wtedy był seks. Uważał więc, że spełnia swoje obowiązki rodzinne. Nie rozumiał, czego więcej żona może oczekiwać: musi być zadowolona i koniec. Dziś zastanawiasz się, dlaczego zawsze chciałaś go zrozumieć i zrobić to, czego od ciebie oczekiwał.

Wierzyłaś jeszcze, że będzie dobrze, że on wie, jak postępować, że nie zrobi wam krzywdy. Było inaczej, jego wymagania były coraz większe. Kiedyś wpadł wieczorem do domu i zażądał, żebyś natychmiast pojechała z nim taksówką do kolegi, bo jego towarzystwo ma ochotę cię poznać. Ty nie chciałaś jechać. Był na ciebie zły. Nie mógł zrozumieć, że jest Kazik i nie można go zostawić samego w domu ani wziąć ze sobą. W ogóle nie brał pod uwagę, że macie dziecko. Nie liczył się też z tobą, z tym, że jesteś zmęczona, że nie masz ochoty siedzieć w towarzystwie pijanych mężczyzn. Było ci bardzo przykro, bo dziwił się temu, jak możesz być tak głupia i ciągle siedzieć w domu.

Często zapominał, że macie dziecko. Zapominał, że razem macie je wychowywać. To tylko ty czułaś się za nie odpowiedzialna. On bardzo często znikał na kilka dni. Wtedy odchodziłaś od zmysłów, co się mogło z nim stać. Ty i wasz synek byliście sami. Ciągle sami. Kazik czuł

twój niepokój. Udzielało się mu twoje zdenerwowanie. Tulił się wtedy do ciebie, żeby ci nie było smutno. Płakałaś, nie mogłaś zrozumieć, dlaczego go nie ma.

On zapewniał, że cię kocha. Zaczęłaś się zastanawiać, jak wygląda miłość. Czy to możliwe, żeby kłamał? Jaką rolę wyznacza tobie, swojej żonie? Często zadawałaś sobie takie pytania, nie umiałaś znaleźć na nie odpowiedzi. Aż w końcu wolałaś o tym nie myśleć.

Od dawna się buntowałaś, chciałaś pokazać, że cierpisz, ale nie robiłaś tego. Po prostu wolałaś mu wierzyć.

On nie rozumiał twoich cichych próśb. Zaczęłaś krzyczeć głośno, coraz głośniej. Doszło do awantur. Poczulaś, że przynoszą ci ulgę, oczyszczają. Zobaczyłaś, że po nich jest kilka dni spokoju. Dlatego zaczęło do nich dochodzić coraz częściej. Aż wreszcie były już tylko same awantury.

Kiedy krzyczałaś, podejmował leczenie, tak ci się wydawało. Kiedy z zadowolenia i zmęczenia łagodniałaś, przerywał. Wtedy ogarniała cię rozpacz i szła. Ale to po jakimś czasie mijało.

Przyczyny i powody rozwodów mogą być bardzo różne. Zdrada, nieleczonego alkoholizmu to już

sytuacje ekstremalne. Pomiędzy nimi istnieje szereg innych, równie bolesnych historii.

Być może w którejś z tych sytuacji odnalazłaś się w całości. Być może w każdej było coś z tego, co przeżywasz lub przeżywałaś. Domyślam się jednak, że teraz, kiedy czytasz tę książkę, kiedy jesteś sama ze sobą, ze swoimi myślami i uczuciami, kiedy przypominasz sobie swoją opowieść, czujesz się umęczona, smutna, zrozpaczona i wściekła. A może wręcz przeciwnie, starasz się „trzymać dzielnie” i nikomu, a zwłaszcza swemu mężowi, nie dać satysfakcji, nie pokazać, jak bardzo to, co się stało, cię dotknęło. Domyślam się, że masz lub będziesz miała specyficzne dla sytuacji problemy.