

Wprowadzenie

Aby usłyszeć tych, którzy są w naszym życiu ważni, należy zrezygnować z własnych odpowiedzi. To one zbyt często zatykają nam uszy.

Ta myśl pojawiła się u mnie w bardzo trudnym dla mnie czasie i była swoistym drogowskazem. Mój mentor Antoni zawsze powtarzał, że jeżeli z kimś się nie mogę dogadać, to najprawdopodobniej nadal upieram się przy własnej racji, nie rozumiejąc, dlaczego ktoś mówi to, co mówi. Zawsze powtarzał: „Patrzcie, Tomek rozmawia z właścicielem mieszkania i chce do niego wejść, ale poprzez wyważenie drzwi. A obok niego stoi właściciel i w ręku ma klucz, i wystarczy go o niego poprosić”. Pamiętam, jak w tamtym czasie mnie to wkurzało. A dziś jestem mu za te słowa, wbijane do mojej upartej głowy, tak bardzo wdzięczny.

Dla zrozumienia kontekstu dodam, co Antoni rozumiał przez upieranie się przy „własnej racji”. W jego języku oznaczało to, że popełniam błąd, słuchając słów i odnosząc się do ich znaczeń, zamiast być ciekawym tego, co tuż pod nimi, czyli tego, co rozmówcy próbują ukryć w pierwszej fazie rozmowy, by sprawdzić, czy chcę zrozumieć perspektywę tego, kto mówi, nawet gdy się z nią nie zgadzam, czy jednak tylko chcę wiedzieć lepiej, czyli powiedzieć swoje.

Zawsze wpajał mi zasadę: „Tomek, ważniejsze od tego, co ktoś mówi, zawsze jest to, dlaczego ktoś mówi to, co mówi”.

Drogi Czytelniku, dzielę się tym, ponieważ wierzę, że jeżeli będziesz o tej perspektywie pamiętał, ona odwdzięczy Ci się wprowadzeniem Cię na zupełnie inny poziom zrozumienia tego, co znajdziesz na kolejnych kartkach tej książki. Oczywiście wybór jest Twój.

Książka składa się z dwóch części. Pierwsza dotyczy tego, co być może nam umyka, kiedy wsłuchujemy się w dorosłych, natomiast druga dotyczy sytuacji wsłuchiwania się w dzieci. Ktoś zapyta: Czy jest różnica? Odpowiedź z mojej perspektywy brzmi: To zależy, na jakim jesteśmy etapie „nieodpuszczania własnej racji”.

Przytaczam tu rozmowy, w których towarzyszyłem zarówno rodzicom, jak i ich dzieciom. Tu wyjaśniam, że nie jestem psychologiem i nie prowadzę terapii, a jedynie wspieram rodziców w tym, jak usłyszeć tych, którzy są w ich życiu ważni – zarówno ich dzieci, jak i ich partnerów.

Fragmety przytoczonych tu rozmów zostały przywołane w tej książce za zgodą wydaną zarówno przez rodziców (jeżeli chodzi o rozmowy z dorosłymi), jak i same dzieci oraz ich rodziców (jeżeli chodzi o fragmenty przytoczonych rozmów z dziećmi). By nie było nieudomówień: my „pracujemy” z tymi rozmowami, czyli z tym, czym dzielą się w nich ze mną zarówno dzieci, jak i ich rodzice. Wszystkie zainteresowane strony są o tym informowane jeszcze przed rozpoczęciem naszej „pracy”. Dzieci wiedzą, że przyszedłem zebrać wskazówki dla ich rodziców – by mogli je bardziej usłyszeć/zrozumieć – i będę im przekazywał to, co usłyszałem nie w formie „uprzejmie donoszę”, tylko jako wskazówki i podpowiedzi, które usłyszałem. Mówię: Teraz będziemy z nimi „pracowali”, byście mogli lepiej zrozumieć/usłyszeć tego, od kogo pochodzą, waszego kochanego dzieciaka, bliską dla was osobę. Pragnę jeszcze zaznaczyć, że o taką zgodę prosiłem dopiero po zakończeniu całego cyklu naszych rozmów z poszczególnymi rodzicami i ich dziećmi, czyli po wielu tygodniach wspólnych wysiłków, aby się usłyszeli i odkryli w pewnym sensie na nowo. I zawsze tylko wtedy, kiedy uznałem, że o taką zgodę mogę poprosić.

Na moje pytanie o zgodę na publikację bardzo często padały słowa w stylu: „Tomek, jeżeli uznasz, że to komuś jest w stanie

pomóc, nieś to w świat. Wiemy, jak nam to pomogło, i wiemy, co to znaczy nie słyszeć tych, których się kocha...”

W tym miejscu pragnę z głębi mojego męskiego serca wyrazić swoją wdzięczność i pięknie podziękować tym, którzy taką zgodę wyrazili. To dzięki nim mogłem z pewnej istotnej dla zrozumienia tematu perspektywy ukazać to, co tak ważne we wzajemnym wsłuchaniu.

Co jest istotą wspomnianej perspektywy? Konstrukcja tej książki jest dość specyficzna. Między przytaczanymi rozmowami, z minimalnym moim komentarzem, przedstawiam swoje refleksje i przemyślenia, które pojawiały się we mnie podczas tych niezwykłych rozmów. To przemyślana konstrukcja. Moją intencją było zostawić maksymalną przestrzeń dla Ciebie – na Twoje przemyślenia i refleksję. Jestem przekonany, że w takim „środowisku” zmiana – tam, gdzie uznasz, że jest potrzebna – zadzieje się nie tyle szybciej, co głębiej...

W pewnym sensie będę Ci towarzyszył na każdej ze stron. Wyobrażam sobie to tak... Czytasz, a ja Ci towarzyszę i serdecznie uśmiechając się, zapraszam Cię do kilku chwil ciszy, w której ma szansę zaistnieć przestrzeń do pogłębionej refleksji. Zadanie, które Ci zlecam, brzmi następująco: **Nie daj się oskarżyć, łap tylko czułą refleksję.**

Wszystkim myślom typu „O nie, ja tu też zawalam itp.” dajemy na czas lektury tej książki wolne. Skupiamy się bardziej na myślach w rodzaju „Okej, tu mogę coś zmienić, by usłyszeć tych, których kocham. Dla nich warto”.

Powtórzę: moją główną intencją jest pobudzenie Cię do czulej refleksji, która pomoże Ci usłyszeć tych, których kochasz, a być może nawet w pewnym sensie odkryć ich na nowo...

Za to trzymam kciuki.

Tomek Zieliński

Siada ona z nim

i tyle chcą sobie powiedzieć,
jednak zaczynają od pytań ogólnych,
w sumie to nie wiadomo dlaczego,
przecież są ze sobą już tyle lat.

Może po to, by sprawdzić, czy ten ktoś jeszcze słucha,
może dlatego, że nie wiedzą, jak zacząć.

I tak mówią o tym, co dziś, o sprawach ogólnych
i przytakują sobie nawzajem, trochę się słuchając,
a trochę będąc już przy tym, co trzeba jeszcze dziś zrobić,

niby razem, a tak bardzo obok,
daleko od tego, czym chcieliby się podzielić.

Dlaczego o tym nie mówią?
kiedyś próbowali, ale nikt nie słuchał,

więc dziś znowu przejdą obok siebie,
wypowiadając do siebie kilka zdań,
przeważnie tych samych,
powtarzanych już od tylu lat,
pytań, na które przecież znają odpowiedzi,
ale zadają je po to, by potwierdzić,
że jakoś jest.

Dziś znowu położą się spać, nie poznając siebie
...bardziej.

W sumie znają się już tyle lat.

Kochają się,
a tak naprawdę nic o sobie nie wiedzą.

A do tego są przekonani, że znają się
...jak łyse konie.

A na pytania
„Czym ten Twój kochany ktoś
ostatnio się wzruszył, za czym tęskni?”
i „jak możesz być przy nim tak, aby on czuł / ona czuła, że
naprawdę jesteś?”

...tak nie do końca wiedzą, co odpowiedzieć.

Kiedyś płakali przy sobie,
dziś ocierają ukradkiem łzy, tak aby ten drugi nie widział.

I niosą to, czym by chcieli się podzielić,

...ale nikt nie pyta

Tak,
jest im ciężko,
ale już się przyzwyczaili.

Pozostaje pytanie:
jak usłyszeć?

Zanim odpowiem, dopytam...
Dlaczego chcesz usłyszeć?

I jeśli Twoja odpowiedź mieści się pomiędzy
...tęsknie a kocham

To może zacznij od tego,
że usiądziesz i popatrzysz na tego kogoś Twojego.

Najlepiej, jak nie będzie wiedział, że patrzysz.

I tak patrząc, przypomnij sobie...
...przecież tyle razem przeszliście,

On / Ona nadal tam jest.

Ta dziewczyna / Ten chłopak,
z którą się umówiłeś / z którym przecież się umówiłaś

...na starość.