

BERNADETTE LEMOINE
INÈS PÉLISSIE DU RAUSAS
**TOKSYCZNE
OSOBOWOŚCI:
NARCYZ**

ROZPOZNAĆ, PRZECIWDZIAŁAĆ, POMÓC



PSYCHOLOGIA I WIARA

w|drodze



BERNADETTE LEMOINE, INÈS PÉLISSIÉ DU RAUSAS

Toksyczne osobowości: narcyz
Rozpoznać, przeciwdziałać,
pomóc

Przełożyła Maria Dedio

Tytuł oryginału

Personnalités toxiques: Faire face, prévenir, éduquer

© ÉDITIONS DES BÉATITUDES, S.O.C., 2017

© Copyright for this edition by Wydawnictwo W drodze, 2023

Redaktor prowadząca – EWA KUBIAK

Konsultacja psychologiczna – TOMASZ FRANC OP

Redakcja – AGNIESZKA CZAPCZYK

Korekta – LIDIA KOZŁOWSKA, AGNIESZKA CZAPCZYK

Skład i łamanie – PILCROW STUDIO

Redakcja techniczna – JÓZEFA KURPISZ

Projekt okładki i layoutu – KRZYSZTOF LORCZYK OP

Fotografie na okładce – JACOB BOAVISTA | unsplash.com;

NINO BARBIERI | [Wikimedia Commons](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Nino_Barbieri) (CC BY-SA 2.5);

ALEXANDER ANT | pexels.com

ISBN 978-83-7906-615-5 (wersja drukowana)

ISBN 978-83-7906-616-2 (wersja elektroniczna)

Wydawnictwo Polskiej Prowincji Dominikanów W drodze sp. z o.o.

Wydanie 1

ul. Kościuszki 99, 61-716 Poznań

tel. 61 850 47 52

sprzedaz@wdrodze.pl

www.wdrodze.pl

Spis treści

WPROWADZENIE — 9

ROZDZIAŁ PIERWSZY: Ofiary i oprawcy – szkic postaci — 13

ROZDZIAŁ DRUGI: Perwersyjny narcyz – geneza i portret — 99

ROZDZIAŁ TRZECI: Ku emocjonalnej dojrzałości... Jak wychowywać? — 129

ROZDZIAŁ CZWARTY: Podnieść się, odżyć... przebaczyć? — 191

ZAKOŃCZENIE — 229

BIBLIOGRAFIA — 251

Wprowadzenie

Perwersja narcystyczna stała się w dzisiejszych czasach niezwykle popularna¹ i napisano już na jej temat wiele książek. Można powiedzieć, że ten aspekt osobowości zdominował nasze postrzeganie niektórych osób: gdy ktoś ma naprawdę trudny charakter, natychmiast określamy go jako „perwersyjnego narcyza” czy „narcystycznie zaburzonego”.

¹ Perwersja narcystyczna to opisana po raz pierwszy przez psychoanalityka Paula-Claude’a Racamiera (rok 1986) forma dewiacji, która nie stanowi kryterium diagnostycznego psychiatrii ani psychoanalizy. Autor pojęcia, nawiązując do terminów perwersji i narcyzmu w znaczeniu, w jakim definiuje je psychoanaliza, opisał perwersję narcystyczną jako utrwaloną skłonność do dowartościowywania się kosztem manipulowanej osoby, traktowanej jako narzędzie lub wykorzystywanej. Perwersyjny narcyz to socjopata, który nierzadko ucieka się do manipulacji lub mobbingu. Perwersja narcystyczna wskazuje zatem nie na typ osobowości (tu: narcystyczne zaburzenie osobowości), ale na patologię relacji, która polega na przecenianiu siebie kosztem innych – przyp. red.

choć przecież istnieje wiele innych patologii, a także wiele innych problematycznych zachowań, które patologiczne nie są. Wszyscy znamy zatem ten termin, ale często jest on używany w sposób błędny i nieprzemyślany.

Jak to jednak możliwe, że tak liczne ofiary potrzebują długich lat, zanim zrozumieją, co się z nimi dzieje? Jak to możliwe, że ich otoczenie tak łatwo daje się oszukać, przez co pozostają same i bez pomocy?

Pojęcie „toksyczne osobowości” obejmuje szerokie spektrum osób o zachowaniach krzywdzących – czy to z powodu braku wychowania lub złego wychowania, czy w wyniku rozwinięcia się jakiejś psychopatologii, czy też na skutek traumatycznych wydarzeń. W tej książce zajmiemy się jednym z przykładów takich osobowości, czyli perwersją narcystyczną, która jest szczególnie krzywdząca. Pozostaje trudna do wykrycia, chociaż sieje ogromne spustoszenie w rodzinach, organizacjach, szkołach, wspólnotach... A ponieważ niełatwo ją rozpoznać, jest jeszcze wciąż zbyt słabo znana. Bywa też wskazywana rutynowo, ale nieprawidłowo.

Nasza książka ma pomóc w radzeniu sobie z tą niszczącą patologią. Wiele osób, które stały się toksyczne, nie musiały takimi się stać; wiele osób, które stały się ofiarami, mogły prowadzić życie normalniejsze, szczęśliwsze i piękniej rozwinięte. Istnieje bowiem pewna profilaktyka, ograniczająca rozprzestrzenianie się toksycznych relacji: ponieważ niemal zawsze wynikają one z niedojrzałości emocjonalnej, całkowitej lub prawie całkowitej, odpowiednie wychowanie i edukacja umożliwiają harmonijny rozwój dzieci ku dorosłości pełnej szacunku dla innych i samego siebie.

Chcemy w naszej książce rzucić snop światła na liczną grupę osób żyjących w sytuacjach na pozór niezrozumiałych.

Pomoże ona w rozeznawaniu księżom i osobom towarzyszącym duchowo, psychologom i wychowawcom, którzy nie zawsze podejrzewają, co się kryje za tymi kilkoma faktami wspomnianymi przez ofiarę, albo zostają wykorzystani przez oprawcę, który... chce uchodzić za ofiarę. Kierujemy ten poradnik również do rodzin, by mogły zapobiegać i ochronić poprzez wychowywanie.

Dotykamy tu problemu zła. Czujemy się nim dotknięci i bezradni. Jesteśmy przecież bezbronni wobec tego, co pozostaje tajemnicą i nie da się wyjaśnić. Na zło możemy odpowiedzieć w jeden tylko sposób: współczuciem, miłością, przebaczeniem. „Zła nie wytłumaczy się jakimś równaniem! Odpowiadamy na nie wylaniem miłości”².

I zbierzemy owoce radości i nadziei...

² Ks. Matthieu Dauchez, *Sekret radości dzieci ulicy w Manili*, <https://aleteia.org/.../video-le-secret-de-la-joiepar-les-enfants-des-rues-de-manille> (dostęp: 21.03.2022).

Perwersyjny narcyz – geneza i portret

Odkryliśmy, co przeżywają ofiary, i przeanalizowaliśmy rozmaite aspekty perwersji narcystycznej. Teraz możemy sporządzić portret osoby cierpiącej na tę patologię.

Co, twoim zdaniem, charakteryzuje zachowania narcystyczne jako całość?

Charakterystyczne cechy to nienawiść i skłonność do niszczenia. Mamy tu do czynienia z niezdolnością do kochania. Nienawiść będzie działać nawet po wydostaniu się ofiary z zawładnięcia przez osobę perwersyjną, na przykład za pomocą dzieci, które staną się środkiem pozwalającym nadal dosięgać dawnej zdobyczy. Może się to ciągnąć przez całe życie, jeszcze długo po fizycznej separacji.

W środowisku szkolnym młody człowiek zostaje upośledzony w przebiegu swojej edukacji poprzez fałszywe i zaniżone oceny wystawiane przez nauczyciela w dzienniku, rzutujące na jego przyszłość. W życiu rozmaitych grup,

organizacji i wspólnot, kłamstwa, oszczerstwa, obmowy i niesprawiedliwości wywołują nieufność, podziały i rozłamy, często nie do naprawienia.

Osoba perwersyjno-narcystyczna, niezdolna do znoszenia frustracji, nosi w sobie nienawiść, zawiść i zazdrość, a to popycha ją do zawłaszczania drugiego człowieka – wszystkiego, czym jest i co posiada, wszystkiego, co ten człowiek może jej dać bezpośrednio lub pośrednio w celu zniwelowania jej braków, a więc dóbr materialnych, kręgu przyjaciół, pozycji społecznej, szacunku, uznania, sukcesów itd. Próbuje przywłaszczyć sobie życiowe szczęście swojej ofiary przez zniszczenie jej. Działa jak wampir.

Także jak złodziej... Ale dlaczego?

Taki człowiek ma potrzebę posiadania, by wypełnić swą wewnętrzną pustkę, odebrania wszystkiego swojej ofierze oraz zagarnięcia jej samej. Jego tożsamość opiera się na posiadaniu, na władzy i na pokazywaniu swojego wizerunku, a nie na byciu. Ma takie przekonania: „Wszystko mi się należy, nic nigdy nie jest zbyt piękne dla mnie i nie muszę za nic dziękować!”. I wszystko stwarza okazję do wymagania przeprosin.

Uderzające jest przy tym, że człowiek perwersyjny z łatwością odgrywa godne podziwu role w społeczeństwie, wykorzystując swą umiejętność przyciągania i skupiania na sobie uwagi. Jak w teatrze, gdzie bez problemu zmienia się przebranie między jednym a drugim aktem!

À propos przebrania, co sądzisz na temat pozornie wzorowej pobożności niektórych osób PN? Czy jest ona jakąś maską?

Przypomnijmy sobie, że są to osobowości rozszczerzone, podwójne, a więc ich pobożność może być w dużym stopniu szczera. To prawda, że niektóre z tych osób chodzą codziennie na mszę, inne uczestniczą często w pielgrzymkach itp., a równocześnie w ich postępowaniu względem ofiary brakuje zwykle, i to dotkliwie, miłości. Ta zewnętrzna postawa jest dla nich pewnego rodzaju ochroną przed ewentualnym nieświadomym poczuciem winy i pozwala im wydawać się bez zarzutu w oczach otaczających ludzi, którzy w razie podejrzeń czy ataków będą ich bronić zębami i pazurami. Jak więc ofiara mogłaby sobie poradzić i szukać pomocy w tak bardzo zakłamanym otoczeniu?

Dodajmy do tego portretu, że osoba perwersyjno-narcystyczna z lekkością przekracza zasady, bez najmniejszych skrupułów i w całkowitej „niewinności”, jakby przysługiwało jej takie prawo. Nie potrafi szanować praw drugiego człowieka, ale nie waha się umoralniać innych, jeśli jej w czymś przeszkadzają.

W kwestii wierności małżeńskiej osoba taka, ponieważ jest pozbawiona zmysłu moralnego, nie ma żadnych oporów przed utrzymywaniem relacji pozamałżeńskich. Robi to w największej tajemnicy, jednak często tylko do pewnego, dość późnego momentu, gdy specjalnie popełni w swojej grze jakieś zaniedbanie, które wzbudzi podejrzenia w zdradzonym współmałżonku.

Na koniec trzeba jeszcze wspomnieć o pożądaniu pieniędzy oraz bardzo często występującym skąpstwie wobec ofiary i osób z otoczenia. Osoba perwersyjna lubi kontrolować za pomocą pieniędzy.

Nie wszystko jest jednak takie czarne... Wspominałaś już, że część osób PN posiada znakomite kompetencje, którymi służy wspaniałym dziełom.

Są to zazwyczaj znaczące i doceniane umiejętności. Tylko w ukryciu przed zewnętrznymi spojrzeniami osoba perwersyjno-narcystyczna przejawia swoje destrukcyjne skłonności. Pamiętajmy o jej zdolności do kłamstwa, udawania i manipulowania. Doświadczenie uczy zresztą, iż nagle i nietypowe pojawienie się u niej miłej postawy nie zwiastuje zazwyczaj nic dobrego i powinno być dzwonkiem alarmowym. Albo przygotowała jakiś atak i usypia swoją ofiarę, albo zadała jej właśnie cios w plecy, co ta uświadomi sobie po pewnym czasie.

Natomiast publicznie umie być uprzejmą, ugodową, wręcz czarującą. Wobec ofiary stosuje ledwie draśnięcia, a czasem nawet skwapliwie ją wychwala, schlebia jej i wzbudza dla niej podziw. W ten sposób zyskuje sobie przychylność ofiary, dzięki czemu może ją tym skuteczniej zdestabilizować i kolejny raz opóźnić moment, w którym ta zacznie reagować i uciekać. Zdarza się również deprecjonowanie i ośmieszanie ofiary wobec innych osób, co potęguje jej wstyd, zmieszanie, izolację i trudność mówienia, potrzebnego do wyrwania się z tego piekielnego zamętu.

Perwersja narcystyczna uznawana jest obecnie za psychozę, tzw. psychozę bezobjawową. Czy to rozdwojenie osobowości jest jakąś formą schizofrenii?

Niektórzy są zdania, że perwersja narcystyczna jest obroną przed popadnięciem w schizofrenię. Można by powiedzieć, że schizofrenik jest przecięty na dwie części, natomiast osoba PN przecina swoje życie na dwie części. Schizofrenik

jest dysfunkcyjny sam w sobie, a perwersyjny narcyz – w obecności swojej ofiary. Geneza obu patologii nie jest taka sama. Mianowicie schizofrenia nigdy nie pojawia się przed okresem dojrzewania, a w przypadku perwersji narcystycznej jest inaczej – może zacząć się objawiać u dziecka, przynajmniej w jego zachowaniu, i trudno będzie wówczas uniknąć wpadnięcia przez to dziecko w patologię. Inna istotna różnica: schizofrenik, będąc „przepełowionym”, nie ma potrzeby niszczenia jakiejś ofiary.

Podsumowując, możemy stwierdzić, że w perwersji narcystycznej mamy do czynienia z najbardziej całkowitą niedojrzałością emocjonalną.

Czy wśród mężczyzn ta perwersja występuje częściej niż wśród kobiet?

To, że używa się określeń w rodzaju męskim, na przykład „osobnik perwersyjny”, „dewiant”, „oprawca”, nie oznacza, że kobiety nie mogą być perwersyjne! Czy jest ich mniej niż mężczyzn? Nie da się tego określić. Czasem jednak są one jeszcze bardziej niebezpieczne... Trzeba przyznać, że mężczyźni poddawani destrukcji łatwiej się jej poddają, przyzwyczajają, rezygnują z walki i skrywają to w milczeniu: zazwyczaj jest im bardzo trudno zwierzyć się komuś i poprosić o pomoc.

Jaka jest geneza perwersji narcystycznej?

Nie rodzimy się z nią! Stajemy się narcystycznie perwersyjni, gdy spełniona zostanie pewna liczba warunków.

Na początek wróćmy do narcyzmu jako naturalnego etapu rozwoju człowieka. Małe dziecko jest pewne swej wszechmocy i skoncentrowane na sobie, bo od początku

jego życia całe otoczenie było na nim skupione; ono jest i uważa się za centrum świata (matczyne, rodzinne). Jest to normalne, zdrowe stadium narcyzmu, pozwalające dziecku wykształcić szacunek i zaufanie do siebie dzięki temu, co otrzymuje od otaczających go osób: trosce, miłości, doceniającym słowom. W ten sposób kształtuje się właściwa miłość do siebie; jest ona cenna i absolutnie konieczna dla każdej ludzkiej osoby. Lepiej mieć dobry obraz siebie i móc być sobą!

Po tym pierwszym etapie, kiedy dziecko jest skupione na sobie, następuje czas wchodzenia w relacje z innymi w sposób bardziej do nich dostosowany. Odciągając stopniowo uwagę od własnej osoby, dziecko staje się zdolne kochać, dawać się, zachowując przy tym dobrą miłość do siebie i poczucie własnej wartości, zbudowane na pierwszym etapie. Taki jest idealny przebieg rozwoju.

Zdarzają się z pewnością jakieś wypadki w tym rozwoju?
Tak! Może wystąpić wiele trudności na początku i w trakcie rozwoju, wywołując coś, co nazywamy „ranami narcystycznymi”, słabościami. Mogą one być głębokie i bolesne, nawet bardzo bolesne. Przyszła osoba perwersyjno-narcystyczna będzie starała się wypełnić własne braki, wykorzystując te należące do jej ofiary (mniej ważne), które potrafi wykrywać swoimi „radarami”. To może budzić zdziwienie, ale ofiary też mają swoje braki, skazy. Wszyscy je mamy, w różnym stopniu. Stanowią one jakby „otwarte drzwi dla drapieżnika”. Ofiary, w przeciwieństwie do osób perwersyjnych, są skierowane ku innym i wielkoduszne, hojne. Uważają przy tym za swój obowiązek stawać się jeszcze hojniejszymi, by spełnić swoją misję niesienia ratunku, nie

zważając na ryzyko, że można przy okazji samemu zostać zdeptanym. Brakuje im koniecznej równowagi między miłością bliźniego i wymaganiem od niego szacunku. Alberto Eiguer wpadł na pomysł zatytułowania jednej ze swoich książek *Osoba perwersyjno-narcystyczna i jej współnik*¹. Ten tytuł wszystko tłumaczy.

Wspomniane „rany”, większe lub mniejsze, odpowiadają momentom zatrzymania albo regresu w rozwoju emocjonalnym. Przejawiają się one niedostatecznym szacunkiem i miłością do siebie, bo dana osoba nie otrzymała ich w dobrych warunkach w dzieciństwie. Te bolesne braki pchają ją do szukania bez przerwy w oczach innych potwierdzenia tego, kim ona jest. Przybiera to formę zależności albo, jak w przypadku osoby PN, próby przywłaszczenia sobie tego, czego jej brakuje, a co posiada jej przysła ofiara.

Czy możesz wyszczególnić przeszkody dla właściwej miłości siebie, która jest zdrowym narcyzmem?

Wchodzi tu w grę wiele czynników, uniemożliwiających zaistnienie zdrowego narcyzmu albo zakłócających jego ewolucję i powodujących stagnację lub regres. Są to poważne braki miłości (rzeczywiste lub przypuszczalne) ze strony jednego lub obojga rodziców. To sytuacje, kiedy nie dają oni (albo dają zbyt mało) oznak miłości; gorzej, nie kochają, a nawet dręczą jedno lub kilkoro swoich dzieci; jeśli są systematycznie niesprawiedliwi wobec jednego czy drugiego dziecka; gdy przerzucają swoją rolę na najstarsze dziecko w (bardzo) licznej rodzinie i przytłaczają

¹ Alberto Eiguer, *Le pervers narcissique et son complice*, Dunod, Malakoff 2012.

je obowiązkami na rzecz rodzeństwa; kiedy pojawia się żaloba po rodzicu lub jakieś ciężkie doświadczenie.

Jak dziecko miałoby wykształcić dobry obraz siebie, jeżeli poddawane jest powtarzającym się krytykom, oskarżeniom, obwinianiu, poniżaniu, dokuczaniu, a nigdy nie otrzymuje zasłużonych komplementów i zachęt?

Dalej, niemożność wyrażenia swoich emocji, uczuć jest toksycznym negowaniem siebie. Tak samo gdy dziecko jest traktowane jak przedmiot, zdominowane, stale kontrolowane. Wszystko to nie pozwala mu być sobą.

Możemy teraz zrozumieć, dlaczego dzieci rodzica perwersyjno-narcystycznego są szczególnie narażone na ryzyko powtarzania jego postawy, to znaczy niezdolności uformowania w swoich dzieciach dobrej samooceny. Drugi rodzic musi czuwać nad korygowaniem i kompensowaniem tego poważnego braku jak tyłko się da. Perwersji nie przekazuje się genetycznie, lecz przez powtarzanie tych samych mechanizmów w procesie wychowania.

Zwróćmy uwagę, że o ile osłabienie dobrego narcyzmu spowodowane przez perwersyjnego rodzica nie zawsze wywołuje powtórzenie tej patologii u jednego lub kilkorga jego dzieci, to jednak są one bardziej narażone na ataki osób perwersyjnych.

Czy są jeszcze inne, dodatkowe okoliczności sprzyjające powstawaniu struktury perwersyjnego narcyzmu?

Owszem, jest ich jeszcze wiele, a można je streścić następująco: miłość źle dostosowana albo nieobecna, czy to w rodzinie, czy też w innych miejscach uczęszczanych

przez dziecko bądź nastolatka. Mogą oni cierpieć z powodu złych warunków życia podczas nauki w szkole lub w internacie: powtarzających się nadużyć ze strony niektórych nauczycieli względem ucznia albo zastraszania i nękania w gronie uczniów. Może się tak zdarzać już w najmłodszych klasach, a dziecko nie ma odwagi o tym mówić. Grozi mu rozwinięcie w sobie tożsamości „nieudacznika”.

Są to nadużycia, które należy piętnować tak samo jak nadużycia seksualne; zaliczamy je do możliwych przyczyn perwersji. Wszelkiego rodzaju przemoc wobec dzieci i młodzieży należy do czynników generujących wiele perwersyjnych struktur spotykanych wśród dorosłych. Prześladowany często staje się prześladowcą.

Zdarza się też, że rodzice ultraperfekcyjni zdecydowanie zbyt wiele wymagają od swoich dzieci, przez co mogą one nabierać przekonania, że jest się kochanym za to, co się robi, za wykazywane postępy, a te będą zawsze niewystarczające. Inni rodzice przeciwnie, zupełnie nie wymagają i nie wyznaczają dzieciom żadnych granic, co skutkuje w nich przeświadczeniem, że niewiele znaczą. W obu przypadkach: gdy dziecko jest zbyt ograniczane lub nie jest ograniczane, nie może ono wykształcić dobrego obrazu siebie samego – postrzega się jako puste samo w sobie.

Kolejna sytuacja to matka przesadnie rozpieszczająca swoje najmłodsze dziecko i utwierdzająca je w iluzorycznym przekonaniu o jego wszechmocy. Taka wykoślawiona miłość stwarza duże ryzyko wypuszczenia w świat przyszłego tyrana, kapryśnego, gniewliwego, apodyktycznego i wiecznie niezadowolonego, bo jest on centrum świata zdominowanego przez gorączkowe poszukiwanie siebie, co jest skazane na porażkę. Może stać się toksyczny

w swoim narcyzmie, a dodatkowo być może perwersyjny, jeśli zadziałają też inne czynniki.

Osoby o zazdrośnym i pysznym temperamencie mogą mieć więcej trudności z właściwym ustrukturyzowaniem się. Ma to miejsce zwłaszcza wtedy, gdy w rodzeństwie drugie dziecko zazdrości starszemu albo najmłodszemu; kiedy każde dostrzega tylko niedogodności wynikające z jego miejsca w rodzeństwie.

Każdy przypadek uzależniony jest również od osobistego temperamentu danej osoby: reakcje dzieci w jednakowej sytuacji mogą być bardzo różne.

Najgłębsze „rany narcystyczne” zwiększają ryzyko rozwoju w kierunku mniej lub bardziej wyraźnych zachowań perwersyjnych albo prowadzą do strukturyzacji perwersyjno-narcystycznej.

Osobowość młodszych nastolatków nie jest ukształtowana w sposób definitywny, więc generalnie ich sytuacja jest jeszcze możliwa do naprawienia. Warunkiem tego jest jednak ustanie nadużyć i przemocy. Jak już powiedziałyśmy wcześniej, wszelkiego rodzaju nadużycia wobec dzieci lub młodzieży należą do przyczyn wielu perwersyjnych struktur spotykanych wśród dorosłych.

NIGDY NIE JEST ZA PÓZNO

W zakładzie poprawczym rozpoczyna pracę nauczyciel muzyki i wprowadza życzliwość i silną miłość, których tam dramatycznie brakuje. I rzeczywiście, dzieciaki zaczynają się zmieniać... Nie podoba się to jednak dyrektorowi, wyznającemu zasadę „akcja – reakcja”, bo chciałby nadal perwersyjnie znęcać się nad uczniami. Prawie wszyscy oni zostaną przez nowego nauczyciela uratowani od pogrążenia

się w nienawiści – łatwego do przewidzenia, zważywszy na metody dyrektora – z wyjątkiem zatwardziałego Mondaina, chłopca szczególnie źle przez niego traktowanego, który w końcu wzniesi w szkole pożar...

Mamy tu bardzo wymowny przykład pokazujący, że wychowanie w miłości pozwala krzywdzonemu dotąd dziecku lub nastolatkowi odnaleźć prawość serca, tak długo jak jego osobowość nie jest jeszcze ustrukturyzowana. Im wcześniej nastąpi interwencja, tym lepiej.

W filmie *Pan od muzyki*² widzimy owoce dobra, ale także perwersyjności...

Całe Pismo Święte, między innymi słowami św. Pawła, zachęca nas do szukania prawości: „Tak przeto odprawiamy święto nasze, nie przy użyciu starego kwasu, kwasu złości i przewrotności, lecz – przaśnego chleba czystości i prawdy” (1 KOR 5,8)³.

Jest więc możliwe uchronienie dziecka przed popadnięciem w strukturalną perwersyjność?

Tak, oczywiście! Proces strukturyzacji i przygotowania do niej ma miejsce przed osiągnięciem wieku dorosłego. Jest więc jeszcze czas na podjęcie działania, ale im wcześniej to nastąpi, tym zawsze lepiej. Jeśli chodzi o zachowania typu

² *Pan od muzyki (Les Choristes)*, reż. Christophe Barratier, Francja/Niemcy/Szwajcaria 2004 – przyp. tłum.

³ W Biblii francuskiej w podanym zdaniu zamiast „czystości” występuje „prawość” (*droiture*). Natomiast przewrotność to inne określenie perwersyjności – przyp. tłum.

perwersyjnego, to o ile nie są one zbyt inwazyjne, można mieć nadzieję na poprawę nawet u osoby dorosłej, która ma dobrą wolę i otrzyma pomoc.

Ale osoba PN jest nie tylko narcystyczna...

Trzeba stwierdzić, że typowe jest dla niej upodobanie do sprawiania innym cierpienia. Zdarza się, że małe dzieci wyrażają głośno to, czego dorosły nie zawsze mówi, gdy zadaje cierpienie swojej ofierze. Kiedy pięcioletnie dziecko mówi swojej mamie: „Chciałbym, żebyś płakała”, można by się zaniepokoić! Według słów poety jest to wiek „okrutny”, w którym wychowanie nie dało jeszcze temu małemu dziecku wszystkich szans umożliwiających mu otwarcie serca. Na szczęście. To niekoniecznie jest jakaś przyszła osoba PN! Zresztą, jeżeli jesteśmy świadomi i uczciwi, to przyznamy, iż każdemu z nas może się zdarzyć próba manipulowania, a nawet postępowania w sposób perwersyjny. Prawość serca i dobroć można zdobyć i rozwijać zarówno przez wychowanie i edukację, jak i przez życie wiary.

Zauważmy, że niektóre osoby są bardziej podatne na potknięcia w trakcie tego emocjonalnego dojrzewania. Te o temperamencie skłonny do zazdrości, zawiści, żądnym przyjemności, wyłączności, zaborczym, mają większą trudność z akceptacją życia takiego, jakim jest, z jego brakami i cierpieniami; z większym trudem przychodzi im więc osiągnięcie emocjonalnej dojrzałości. Potrzebują one szczególnej uwagi.

Podsumowując zatem: prawidłowe wychowanie (ani zbyt niedbałe i pobłażliwe, ani zbyt rygorystyczne), jakość okazywanej miłości oraz „jakość życia” wolnego od poważnych urazów emocjonalnych najbardziej sprzyjają osiągnięciu

właściwej dojrzałości emocjonalnej, bez chorobliwego narcyzmu czy perwersyjności. Wróćmy jeszcze do tego. I odwrotnie, brak lub nadmiar stanowczości, wyznaczania ram i granic, miłość zaborcza albo przeciwna jej obojętność, chaotyczne i niestabilne warunki życia mogą stwarzać podłoże dla perwersyjności. Starajmy się coraz lepiej kochać, ponieważ miłość jest najlepszym antidotum, na dodatek bardzo silnym.

Czy są jeszcze inne czynniki ryzyka?

W rodzinach, w których jedno z rodziców cierpi na perwersyjno-narcystyczne zaburzenie strukturalne albo jego zachowanie jest temu bardzo bliskie, dość często obserwujemy, że co najmniej jedno dziecko odwzorowuje zachowanie tego toksycznego rodzica, a u pozostałych dzieci występuje ryzyko stania się w przyszłości ofiarami. Takie sytuacje nie należą do rzadkości, więc lepsza ich znajomość może zachęcić zagrożone osoby do odpowiedniej pracy nad sobą, dzięki czemu będą one w stanie uchronić się przed potencjalnymi prześladowcami, wyposażonymi w precyzyjne wewnętrzne „radary”.

RODZIC PN – DZIECI W NIEBEZPIECZEŃSTWIE

Isabelle ma dwóch braci i trzy siostry. Bardzo młodo wyszła za mąż, żeby uwolnić się od perwersyjno-narcystycznej matki, która ją niszczyła i unieszczęśliwiała. Jednak jej mąż, który przed pośpiesznie zawartym ślubem zdawał się jej wybawcą, jest również osobą PN. Isabelle potrzebowała dużo czasu, zanim odważyła się rozpoznać swoją realną sytuację, a następnie odejść od swojego oprawcy. Jeszcze więcej czasu zajęło jej odbudowanie siebie. W dzieciństwie

nie miała szans uświadomić sobie swoich zalet, talentów, wartości, ponieważ od zawsze była systematycznie deprecjonowana i niesprawiedliwie traktowana. Cierpiała i myślała, że jest nic niewarta. Co istotne, jeden z jej braci był przez matkę rozpieszczany, niczego mu nie odmawiano i do woli dawał upust swoim szaleństwom! Później stał się oprawcą własnej matki, a także swego biednego ojca, który wcześniej nie potrafił przeciwstawić się żonie.

W jaki sposób ten rodzaj „zainfekowania” perwersyjnością przechodzi z rodziców na dzieci?

Konfiguracje rodzinne są bardzo różne, wykazują jednak pewne stałe cechy, uzależnione od płci perwersyjnego rodzica. To ważne, by sobie uświadomić, iż w przypadku krzywdzącego rodzica wszystkie jego dzieci ponoszą ryzyko bycia ofiarą: jedne są zagrożone powielaniem destrukcyjnych zachowań tego dysfunkcyjnego rodzica, a inne zbudowaniem swojej struktury osobowości poprzez przyjęcie roli ofiary i przekonania o własnej bezwartościowości.

Dla przykładu, jeśli osobą perwersyjno-narcystyczną jest ojciec, to bardziej prawdopodobne jest, że to jeden z jego synów jako dorosły będzie postępował jak tyran, naśladując zachowania ojca. Natomiast córkom grozi często, że w przyszłości, przy wyborze małżonka, staną się ofiarą, na wzór matki, chyba że wcześniej zdołają to przepracować i odzyskać siebie. Rzadziej może się też zdarzyć, że córki pójdą w ślady ojca.

Kiedy patologia dosięga matkę, zazwyczaj zaczyna ona od unicestwienia swojego męża, który dając za wygraną, nie będzie już nic mówił ani sprzeciwiał się nakazom

i podda się zaprowadzonej dyktaturze. Zamknie się w sobie albo ucieknie w pracę. Tym sposobem, w wielu wypadkach to syn zostanie małym bogiem, któremu wszystko się należy i któremu wszystko wolno. Ten uwielbiany mały bóg nie może jednak odciąć pępownicy! Nie jest w stanie dojrzeć. Żyje pod kloszem matki i często sam staje się perwersyjny. Bardzo trudno jest mu oddzielić się od niej i w zależności od przypadku, sam ją prześladowuje albo podporządkowuje się jej i nie wychyla. Jeżeli się ożeni, to prześladowuje z kolei swoją żonę, często przy aktywnym i podstępny współudziale swej matki, która robi wszystko, by to małżeństwo zniszczyć. Ojciec natomiast nie stanie w obronie swojej synowej – ofiary.

Matkom tego rodzaju zazwyczaj wystarcza ich mały bóg, ale dla córek taka perwersyjno-narcystyczna matka może oznaczać piekło.

Istnieje oczywiście wiele innych możliwych konfiguracji; te wymienione spotykamy najczęściej. Wydaje mi się, że warto podkreślić, jakie nieszczęścia może wywołać sytuacja, gdy matka, perwersyjno-narcystyczna lub nie, przeszkadza w odcięciu emocjonalnej pępownicy łączącej ją z synem.

Piękny film *Va, vis et deviens*⁴ (Idź, żyj i stań się!) opowiada o matce, która na skutek tragicznych okoliczności trafia do obozu dla uchodźców. Decyduje się na rozłąkę z synem, aby ten „stał się” tym, kim ma być, aby miał szansę zostać adoptowanym. Traci go po to, by go

⁴ *Va, vis et deviens*, reż. Radu Mihăileanu, Francja/Izrael 2005 – przyp. tłum.

odzyskać w inny sposób. Przez swój dar daje mu powtórnie życie. Jakie wielkie wyrzeczenie! To trudna rzecz dla matki...

Tak, bardzo trudna! To drugie narodziny, za które każda matka jest odpowiedzialna. Tak samo jak przy tych pierwszych, to bolesne oddzielenie jest aktem miłości. Możemy tu przywołać macierzyństwo Maryi przeżyte aż do końca, gdy u stóp krzyża daje ona swojego Syna.

Z pomocą w oddzieleniu się i opuszczeniu matczynego kokonu powinien przyjść ojciec. „Odseparowanie” dziecka jest częścią jego ojcowskiej misji; jest ona niezbędna dla zdobycia przez nie autonomii.

Czy z perwersji narcystycznej można się wyleczyć?

Osoby perwersyjne zapraszane do udziału w terapii są całkowicie hermetyczne i się nie zmieniają: albo zaczynają manipulować swoim terapeutą i kończą po dwóch lub trzech wizytach, tłumacząc w swoim otoczeniu, że terapeuta uznał ich za zupełnie zdrowych; albo porzucają terapię po kilku sesjach, zwłaszcza gdy terapeuta zobaczył wyraźnie sedno ich problemu i trafił w czuły punkt. A czasami są to terapie ciągnące się latami i zupełnie nieskuteczne; zapewniają tylko pacjentom „czyste sumienie” względem swego otoczenia. Jedyne „pocieszenie” jest takie, że osoby perwersyjne generalnie nie popadają w depresję i nie popełniają samobójstwa.

To mocno ponury obraz... Czy można jednak działać z góry i zapobiegać perwersji narcystycznej?

Na szczęście tak! Zapobieganie odbywa się w znacznej mierze poprzez edukację. Rodzice są pełni dobrych chęci,

ale nie mają wszystkich narzędzi, by dać swoim dzieciom dostęp do dobrej dojrzałości, pozwalającej im kochać w prawdzie. Jest taka piękna książka, bardzo realistyczna, a zarazem pełna finezji, która prowadzi nas drogą nadziei: pozwala nam dostrzec, że możliwe jest wychowanie serca i jak bardzo smakowite owoce ono przynosi.

Z IMPERIUM „NAJPIERW JA” DO KRÓLESTWA „DARU Z SIEBIE”⁵
„Młody Uparciuch, poddany Jego Wysokości Zarozumiałstwu, władającemu królestwem JA, wychowywany jest według prawa Najpierw Ja. Pewnego pięknego dnia spotyka on Pogodę Ducha, przybyłą z królestwa TY, gdzie uważność zwrócona stale ku drugiemu zastępuje odwieczną walkę o władzę. Wstrząśnięty odkryciem tej cywilizacji miłości, Uparciuch podejmie zdumiewającą drogę przemiany, usianą wieloma próbami i zaskakującymi przygodami”.

Ta filozoficzna bajka o wewnętrznej podróży, inspirowana niezwykłą, mistyczną osobowością i naukami starca Paisjusza z góry Athos (1924–1994), odsłania różne stopnie duchowego wzrostu i Bożego błogosławieństwa. Adresowana do dzieci od lat dziesięciu do stu (!) i uważana za „perłę świata prawosławnego”, jest metaforycznym opowiadaniem, ujmującym swą „promienną przejrzyistością”, a zarazem prawdziwym podręcznikiem walki duchowej.

⁵ Myrsine Viggopoulou, *De l'empire du Moi-d'abord au royaume du Don-de-soi. Sur la base des enseignements d'un grand spirituel du mont Athos*, Éditions Monte-Cristo, Épagny 2012.

Świadectwa

NIEROZPOZNANA PATOLOGIA BRATA SYKSTUSA

Brat Sykstus mieszkał już w siedmiu klasztorach w swoim zakonie. Były to małe wspólnoty, w których zdążył przysporzyć swoim braciom wiele cierpienia. W jednej z nich wywołał szczególny zamęt. Tamtejszy przełożony poprosił więc braci o przebaczenie sobie nawzajem; niestety spokój do tego klasztoru nie powrócił. Ów przełożony ewidentnie nie zdawał sobie sprawy, na jaką patologię cierpi brat Sykstus. Tenże zostaje wówczas wysłany do kolejnego klasztoru, tym razem za granicę. Wprowadza go tam generał zakonu. Ręczy on za brata Sykstusa wobec przełożonego nowej wspólnoty, ojca Jakuba, który ufając ojcu generałowi, nie pyta o żadne szczegóły na temat nowo przybyłego. Klasztor jest w rozkwicie i cieszy się w ostatnich latach znaczącym wzrostem liczby braci.

Adaptacja brata Sykstusa przebiega bez problemu, tym bardziej że włada on dobrze tamtejszym językiem.

Cztery lata później ojciec Jakub składa rezygnację z powodów zdrowotnych. Na jego miejsce przełożonym zostaje wybrany brat Sykstus. Natychmiast zabiera się za rządy sam, bez odwoływania się do współpracy z członkami wspólnoty, utrzymując za to bardzo bliskie relacje z miejscowym biskupem. Wspólnota zaczyna cierpieć, ale zachowuje spokój, wiedząc, że za trzy lata odbędą się kolejne wybory. Niepokój jednak narasta, gdyż bracia są oskarżani o kradzieże i rozmaite wykroczenia, nie mając szans na wyjaśnienie tego w braterskim i szczerym dialogu z bratem Sykstusem.

Ponadto listy adresowane do ojca Jakuba (byłego przełożonego) są w ewidentny sposób otwierane i ponownie zaklejane; w tym także bardzo poufne listy od wysokich władz kościelnych. Zachowując dyskrecję, zakonnik nie rozmawia o tym z innymi braćmi. Zdarzają się zniknięcia listów, dokumentów itp. Inni bracia także zauważają, że ich korespondencja została naruszona. Ojciec Jakub pisze do biskupa. Bez odpowiedzi.

Nadchodzi moment wizytacji kanonicznej. Biskup, niewątpliwie oszukany kłamstwami brata Sykstusa, oskarża ojca Jakuba o działanie na szkodę wspólnoty, nie powołując się przy tym na żaden konkretny fakt. Wysyła go do klasztoru innego zakonu na długoterminowe rekolekcje w ciszy, nie podając mu powodu tej decyzji, a także przesyła do kurii całą dokumentację na jego temat. W czasie odosobnienia ojcu Jakubowi towarzyszy inny zakonnik, który również nie wie, jakie zarzuty są stawiane jego podopiecznemu. Zachęca on bez przerwy ojca Jakuba do uznania swoich win i do poprawy postępowania. Nie można się jednak dowiedzieć, o co jest obwiniany...

Powrót do klasztoru: ojciec Jakub pokornie prosi o przebaczenie tego, że mógł zaszkodzić wspólnotie. Brat Sykstus zostaje ponownie wybrany, a ojciec Jakub wysłany do innego klasztoru, mimo pogorszonego stanu zdrowia oraz nieznajomości języka kraju, do którego wyjeżdża. Brat Sykstus nadal nęka go za pomocą listów. W końcu, z powodów zdrowotnych, ojciec Jakub zostaje odesłany z powrotem do ojczyzny. Z ogromnym bólem widzi, że w jego dawnym klasztorze, tak wcześniej ożywionym, mieszka teraz zaledwie trzech zakonników z dziesięciu obecnych

tu przed jego zsyłką. Jednym z tych trzech jest brat Syk-
stus. Trzeba dodać, iż wielu księży i zakonników z innych
klasztorów próbowało interweniować, widząc postępującą
dewastację tej wspólnoty oraz skargi odchodzących z niej
braci; za każdym razem jednak spotykali się z odrzuceniem
ze strony hierarchii.

Obecnie ojciec Jakub, w podeszłym wieku i podupa-
dły po tych wydarzeniach na zdrowiu, nie może powrócić
do swojego klasztoru. Oszczercze materiały wysłane do
kurií nie pozwalają mu na żadną rehabilitację, pomimo
wsparcia, jakie otrzymał od wielu księży, którzy zrozumieli,
jak się sprawy mają, i próbowali przywrócić głos prawdzie
i sprawiedliwości.

Bardzo boleśnie przeżywa zapaść swojej pierwotnej
wspólnoty oraz to, że został poddany wykluczeniu.

„TAK, ŻYCIE JEST PIĘKNE!”
ZROZUMIEĆ, UCIEC, ODBUDOWAĆ SIEBIE –
ŚWIADECTWO MŁODEJ KOBIETY

*Kiedy poproszono ją o złożenie świadectwa, ta młoda kobieta
wykrzyknęła z głębi serca: „O, jaki prezent!”*

Tak, jaki to prezent móc zostać w ten sposób dostrzeżoną
w tym, co moje dzieci i ja przeszliśmy razem. Jakie to
szczęście móc złożyć im hołd za odwagę i siłę, jakimi się
wykazały w tym najczarniejszym okresie naszego życia,
z którego wszyscy wyszliśmy tak bardzo wzmocnieni.

Wysłałam za mąż w bardzo młodym wieku, pełna radości
życia, miłości do ofiarowania i idealistycznych marzeń.
Moje życie miało już swoje zranienia i pomimo bezwarun-
kowej miłości rodziców zachowałam pewien brak zaufania

do siebie. Czarujący księżę – naprawdę w to wierzyłam; tak samo jak w czystą i piękną miłość przed obliczem Boga. Szybko po ślubie poczułam, że coś w naszym małżeństwie nie gra. Jakieś dziwne uczucie, nieokreślone wrażenie sprawiało, że czułam się nieswojo. Prędko jednak odganiałam ten stan, ciesząc się oczekiwaniem na nasze pierwsze dziecko. Poświęciłam się macierzyństwu, ono przepełniło mnie szczęściem, zwielokrotnionym kolejnymi narodzinami tak bardzo upragnionych dzieci. Kiedy byłam przy nich, tryskałam radością.

Ale z moim małżeństwem nie działo się dobrze. Całkowite oddanie się roli matki w rzeczywistości maskowało spiralę zła, w której pogrążał się nasz związek. W domu stale panowała napięta atmosfera, nie mogłam znaleźć sobie miejsca jako kobieta i żona. Mój eksmąż dużo podróżował, ja nie pracowałam i całkowicie zajmowałam się dziećmi. Staralam się jak najlepiej, ale codziennie czułam na sobie ciężar zarzutów. Ewidentnie nie spełniałam jego oczekiwań. Gdy próbowałam zrobić coś, co zyskałoby w jego oczach uznanie, nigdy nie okazywało się to dostatecznie dobre ani piękne.

Otoczenie widziało w nas rodzinę doskonałą i nie byłam w stanie podzielić się moimi odczuciami z przyjaciółkami. Stopniowo pojawiało się coraz więcej niedopowiedzeń, ciężkiego jak ołów milczenia, spojrzeń, którymi mnie łajał, nie mówiąc wprost, co ma mi do zarzucenia. Nie dzieliłiśmy się już niczym; nawet o jego zmianach stanowisk w pracy dowiadywałam się od naszych znajomych. Zdanie: „Oczywiście, że ci o tym mówiłem” pojawiało się w naszych rozmowach regularnie... Miałam wrażenie, jakby nad moją głową wisiał miecz Damoklesa. Stałam się żebraczką

miłości, szukającą okruchów uwagi, najdrobniejszej oznaki czułości. Ciągle czułam się wszystkim winna, choć nigdy nie wiedziałam czemu konkretnie.

Również naszej wiary nie przeżywaliśmy w ten sam sposób. Ja, z natury raczej prostoduszna, traktowałam relację z Bogiem jako stałą i głęboką wymianę miłości i całkowitego zaufania, z przekonaniem, że pomimo moich braków i wad On bezwarunkowo mnie kocha. Dla męża Bóg był srogim i zimnym sędzią, którego należy się bać. Jego surowa gorliwość na mszy świętej była dla mnie wyzwaniem, gdy usiłowałam z lepszym lub gorszym skutkiem zapanować nad dziećmi.

Z biegiem lat kryzys naszego małżeństwa coraz bardziej się pogłębiał. Czułam, że muszę reagować i ratować nasz związek, chroniąc równocześnie jego społeczny wizerunek, tak istotny dla mojego eksmęża. Myślałam, że to wszystko jest z mojej winy, więc udałam się po radę do kilku psychologów, księży oraz doradczynie małżeńskiej. Pogrążałam się w depresji, chciałam, żeby on do mnie mówił, żeby mnie widział, żebym istniała w jego oczach, żeby mnie kochał w mojej prostocie. Ale nie... on mówił, że mam brać lekarstwa. Jedyną rzeczą, która mnie podtrzymywała, była moja miłość do dzieci, tak pięknie przez nie odwzajemniana. Z nimi byłam żywa, zachwycałam się przejawami życia, odnajdywałam moją naiwną prostotę wobec piękna. Spędzałam z nimi tyle czasu, ile tylko mogłam, obsypując je całusami, bawiąc się w niezliczone gry, biegając po lesie, czytając różne historie, śmiejąc się do rozpuku! Nie chciałam, by zauważyły moją rozpacz, nawet w czasie depresji, i zmuszałam się do bycia wesołą i uśmiechniętą, żeby one były szczęśliwe...

Zadawałam sobie wiele pytań na temat normalności w związku, próbowałam zobaczyć, jak funkcjonują nasi przyjaciele i znajomi, ale o sprawach intymności życia „się nie mówi”, więc moje podpytywania nic nie przyniosły. Poza tym, podobnie jak morze się uspokaja i na brzegu zalega cisza, tak czasami i nasza sytuacja poprawiała się na jakiś czas, a ja całym sercem w to wierzyłam, zanim nie nadciągnęły nowe fale, jeszcze gwałtowniejsze. Dzieci w końcu przyzwyczyły się do tego, że ich rodzice to para chybotająca się bez przerwy między wybuchami krzyku a łagodną obojętnością. Taki model znały i nie zadawały sobie żadnych pytań.

Dzieci jednak chłoną jak gąbki, nawet gdy usiłujemy ukryć przed nimi trudne sprawy. Kiedy zaczęłam spać na materacu w ich pokoju, ponieważ mój mąż wykazywał dość szczególny stosunek do seksualności, mój najmłodszy synek był zachwycony, że może dać mi swoją rączkę przed zaśnięciem. Ale starsze dzieci (co prawda dopiero dziesięcioletnie) zadawały pytania o tę przeprowadzkę. Zaczęłam im więc łagodnie „wyjaśniać” różne drobne części tego galimatiasu. Wyjaśniać słowa, które słyszały, czasem trochę twarde; wyjaśniać klaps od tatusia, zbyt szybko wymierzony; wyjaśniać niedomówienia, przez które wszyscy się kłóciliśmy, i wreszcie całe to namacalne napięcie. Ale ja byłam już kompletnie wyczerpana. Myślę, że najgorsze były te kłamstwa, te „całkowite prawdy”, którymi mój eksmaż zadawał ciosy i niszczył mnie, a ja wykańczałam się, usiłując mu wykazać, że to nie była prawda. Potrzebowałam dużo czasu, by uświadomić sobie ogrom wszystkich kłamstw, jakie wymyślał z niewiarygodnym tupetem. Jeszcze teraz modłę się codziennie o to, by prawda

wyszła na jaw. Dla moich dzieci zachowywałam uśmiech, a w środku moje serce krwawiło. Kiedy stałam się już tylko wrakiem, szkieletem, znieczulonym mózgiem, sercem ciągle zbyt pośpiesznie bijącym z przerażenia przed nim, kiedy nie byłam w stanie rozmawiać z osobami z mojego otoczenia z obawy, że mogły już usłyszeć inną wersję sytuacji; nie potrafiąc rozemnić, gdzie kończą się jego kłamstwa i gdzie jest moja tożsamość, a przy tym słysząc bez przerwy: „Pomyśl o dzieciach”, „Nigdy nie dostaniesz opieki nad nimi” – miałam wrażenie, że oszalałam i zdałam sobie sprawę, że w środku jestem martwa. Przemoc psychiczna jest groźniejsza od fizycznej, ponieważ nie widać jej na zewnątrz. Utrzymywałam się przy życiu wyłącznie dzięki miłości, którą dawałam dzieciom i otrzymywałam od nich, ale przyznaję, że straszne myśli chodziły mi wówczas po głowie... Gdyby nie wyjątkowe słowa pewnego zaprzyjaźnionego księdza i wsparcie od moich rodziców, to nie wiem, gdzie bym dzisiaj była...

Ale właśnie wtedy gdy sądzimy, że już wszystko straciliśmy, dotykamy tego, co najistotniejsze. Żeby uciec od mojego życia małżeńskiego, udzielałam się jako wolontariuszka, dzięki czemu mogłam wyjść z domu i ofiarować nieszczęśliwym ludziom trochę uważności, dokładnie tak, jak i ja chciałabym jej doświadczyć. To właśnie tam, podczas wolontariatu spotkałam człowieka, który odmienił moje życie. Weszłam do pokoju chorego w stanie terminalnym: zobaczyłam leżącego na łóżku strasznie chudego, nagiego mężczyznę, który patrzył w moją stronę oczami pełnymi czułości i intensywności, usiłował poruszać wargami, ale nie mógł wydobyć z ust żadnego dźwięku, i szukał mojej dłoni, by ją uścisnąć. Widząc go, powiedziałam

do siebie: „Mój Boże, przecież to ja leżę w tym łóżku!”. Wychudzona, ogołocona w ubóstwie, próbująca wzywać pomocy, lecz przez nikogo niesłyszana, wyciągająca ręce w geście rozpacz. Ten pan umarł. Jemu zawdzięczam ten maleńki żar, który na nowo rozpałił moje życie, dał mi przekonanie, że nie jestem już sama, że przy mnie jest Bóg. Podjęłam decyzję: muszę zabrać dzieci i odejść. To była dla mnie najtrudniejsza decyzja w życiu, najstraszniejsza, ale nigdy jej nie żałowałam.

Od tego dnia rozpoczęła się długa walka, ale w każdym jej momencie towarzyszyła mi Boża opatrność: moi wspólni rodzice – prawdziwe źródło niewyczerpanej miłości, którzy zawsze mi wierzyli, cierpliwie słuchali, pokrzepiali i wspierali, mimo otrzymywanych pogroźek; mój przyjaciel ksiądz, szukający sposobów, by mi pomóc, modlący się za nas, wysyłający mi esemesy, które codziennie podtrzymywały mnie na duchu; moja cudowna przyjaciółka – siostrzana dusza, która nie zostawiała mnie ani na chwilę i dopilnowała, żebym w jej obecności zadzwoniła do psychiatry, dzięki któremu zdołałam się odbudować; moja przyjaciółka terapeutka, która we mnie wierzyła, rozumiała i z niewyczerpaną życzliwością udzielała porad, pomagając nabrać dystansu i znaleźć właściwe słowa do rozmów z dziećmi; garstka wiernych przyjaciółek, które nigdy nie dały wiary najokropniejszym pomówieniom na mój temat.

Znaleźć adwokata, znaleźć pracę, znaleźć mieszkanie... ale przede wszystkim powiedzieć o tym dzieciom... Dla starszych, czyli młodych nastolatków, ta wiadomość nie była aż tak wstrząsająca – myślę, że przeczuwały to, widząc mnie w stanie naprawdę żalonym. Jednak dla młodszych to było trudne: mój przedostatni synek był

bardzo wzburzony faktem, że już nigdy nie będziemy wszyscy razem na szkolnym festynie, wobec jego kolegów, że już nigdy nie pojedziemy razem na wakacje, nie wybierzemy się do kina, na spacer... Wszyscy zderzyliśmy się z wieloma pytaniami; nasza przyszłość była bardzo krucha i niepewna, ponieważ ja nigdy nie pracowałam zawodowo – musieliśmy więc przeorganizować całe nasze życie... Patrząc z perspektywy czasu, podziwiam ogromne zaufanie, jakim mnie dzieci obdarzyły. Pominę milczeniem tygodnie „koabitacji” poprzedzającej wyrok sądu: te noce pełne niepokoju na myśl, że utracę prawo do opieki nad dziećmi; to wycie z cierpienia przez całą noc przy mojej przyjaciółce, gdy byłam przekonana, że je stracę; te otrzymane groźby, szantaż, strach...

Wreszcie pewnego zimowego wieczoru przeprowadziłam się z dziećmi do małego mieszkania. Przyznano mi opiekę!

Zachwyła mnie niesamowita postawa dzieci w następnym dniu: spokojne i pogodne, pomagały w rozpakowaniu naszych kilku kartonów, zamieniły dawne wygody na bardzo prowizoryczne warunki mieszkaniowe. Myślę, że wszyscy byliśmy oszołomieni. Spaliśmy przy otwartych drzwiach pokoi, żeby się słyszeć, mieliśmy ogromną potrzebę bycia razem, jak w jednej bańce, kokonie. Zaczęliśmy wówczas naprawdę „oswajać się”, odkrywać się na nowo w prawdzie, bez lęku przed osądzeniem; wzajemnie się umacniać. Zaakceptowałam to, że dzieci zadawały mi wszelkie pytania, jakie ciążyły im na sercu, a ja nie zawsze potrafiłam na nie odpowiedzieć. Pierwsze powroty z weekendów spędzanych z ich tatą były straszne: za każdym razem musiałam je ponownie

oswajać, usprawiedliwiać się, tłumić lży wobec słów, które ze szczerością powtarzały. Pamiętam, jak najmłodszy synek przez wiele miesięcy, wracając, mówił mi: „Mamusi, ty jesteś bardzo niedobra; tatuś jest bardzo nieszcześliwy”, a ja, z uśmiechem na ustach, a wewnątrz zdruzgotana, nie odpowiadałam; aż do dnia, w którym popatrzyłam na niego z czułością i powiedziałam: „Tak, jestem niedobra; twoja mama to najgorsza mama na świecie, ale tak to już jest, i kocham cię”. Wydaje mi się, że ta odpowiedź go zadowoliła, ponieważ po tym nastąpił wybuch czułości, a później już nigdy więcej tego nie mówił.

Przez te pierwsze tygodnie odkrywaliśmy się w jakimś nowym świetle i z wielką, bezwarunkową miłością. Spędziliśmy jak najwięcej czasu wspólnie, w atmosferze, która pozwalała na nowo rozkwitnąć radości. Miałam ogromne poczucie winy z powodu tego, co im narzuciłam, tego nowego życia, którego nie wybrały. One nagle dojrzały, skonfrontowane z pewnym ideałem, który właśnie się rozsypał. Ale jak w każdej zamkniętej ostrzydze kryje się perła, tak też dzieci na moich oczach odkryły siebie, zachwycone nieznanymi wcześniej zaletami, takimi jak prostota, radość, słuchanie, humor, nabranie dystansu, człowieczeństwo. Dużo rozmawialiśmy o miłości, tej pięknej, która pozwala wzrastać, a nie poniżać, która przebacza, niesie i oświeca. Musieliśmy też skupić się na wartościach, pozbywać się czasem balastu, ale zachowywać to, co najważniejsze. Nie można walczyć równocześnie na wszystkich frontach. Dzieci pokazały, jak bardzo potrafią zrezygnować z dóbr materialnych, a mnie nadal jest z tym trudno, że nie mogę im ofiarować wszystkiego, co bym chciała. Przemoc rodzi przemoc, więc pojawiają się huśtawki nastrojów i reakcje,

jakich się kiedyś nauczyły, i czasem niełatwo jest rozbroić jakiś konflikt, ale olbrzymim zwycięstwem jest ich pokora w przeprasaniu. Ja także poprosiłam dzieci o przebaczenie tego, że nie zawsze umiałam je ochronić, gdy były małe, że nie wszystko dostrzegałam. Naszą siłę odnaleźliśmy również u moich rodziców, którzy z bezgraniczną czułością zajmują się wnukami; u osób, które nas wspierają; u przyjaciół, chociaż wielu odwróciło się ode mnie plecami, nie rozumiejąc sytuacji. Z biegiem czasu dzieci stały się całkowicie aktorami własnych relacji z każdym z rodziców; doskonale potrafią rozróżnić, co jest uczciwe, a co nie – trzeba im zaufać.

Obecnie rozchodzą się różnymi ścieżkami, a ja patrzę na nie z wielką dumą. Są pełne życia, silne i zwrócone ku przyszłości. Towarzyszę im, dziękując każdego dnia Bogu za to, że On idzie przy nas. „Trzymam kurs”, jak mi zawsze mówił zaprzyjaźniony ksiądz. Ta droga nawet dzisiaj nie jest łatwa, ufam jednak całkowicie i poddaję się jej, łagodnie dostosowując nasze kroki, bo idziemy razem. Zrobiłam, co mogłam, z moimi ograniczeniami i brakami, lecz przede wszystkim z niewyczerpaną miłością – naszym filarem; tą miłością, która przez cały czas spaja nas i niesie. Nie jesteśmy doskonali, każdy z nas ma swoje ciemne i jasne strony, ale naszym bogactwem jest umiejętność łagodnej i życzliwej akceptacji ograniczeń. To doświadczenie zrodziło w nas wszystkich wiele radości i szlachetnego człowieczeństwa. Moje dzieci na pewno niosą w sobie zranienia wynikające z tej decyzji, ale wiem, że znajdują, w sobie i na zewnątrz, zasoby konieczne do ich ukojenia. Widok tego, jak są szczęśliwe i rozkwitają, przepelnia mnie szczęściem.

Dziękuję moim rodzicom za ich niezłomną miłość, mojej rodzinie, przyjaciołom, terapeutce, księżom, wszystkim, którzy mi ufają. Przepraszam za uchybienia i niezręczności. Moje drogie dzieci, dziękuję, że jesteście takie, jakie jesteście. Kocham was, jestem z was, z nas, niesamowicie dumna; i mimo wszystko: tak, życie jest piękne!

Na temat toksycznych typów osobowości napisano już wiele książek. Tę natomiast wyróżniają świadectwa osób, którym udało się wyrwać z narcystycznego zniewolenia doświadczanego w małżeństwie, rodzinie, miejscu pracy oraz wspólnocie religijnej.

Książka napisana jest w formie dialogu między autorkami, które podchodzą do zagadnienia z perspektywy wiary katolickiej.

Celem publikacji jest przekazanie czytelnikowi aktualnej wiedzy na temat zagadnienia, a także odpowiedź m.in. na pytania: Jakie są sygnały ostrzegawcze? Co zrobić, gdy zorientujemy się, że ten temat dotyczy nas bezpośrednio? Jak się chronić? Jak zapobiegać?



PSYCHOLOGIA I WIARA

Cena det. **44,90 zł**

ISBN 978-83-7906-615-5



9 788379 066155



Patronat medialny:

wdrodze.pl

niedziela

idziemy

w drodze

PRZEWODNIK
KATOLICKI

dominanie.pl

misyjne

wiara.pl

NADZIEJA

DDA

MAUS