Agnieszka Bywalec

Rozkwitaj w łagodności

Historia Jill

Gdy zobaczyłem moją siostrę Jill, w sali przylotów na Hartsfield International Airport w Atlancie, od razu wiedziałem, ze coś ją trapi. Nigdy nie potrafiła ukryć swoich uczuć i widać było wyraźnie, że cierpi Jill przyleciała do Stanów Zjednoczonych z Anglii razem z naszym bratem, którego nie widziałem od szesnastu lat. W 1972 roku John wyemigrował do Australii, ja natomiast dwanaście lat później przeniosłem się do Ameryki. Jill jako jedyna z rodzeństwa została w Anglii. John właśnie wracał do domu a wizyta w Atlancie stanowiła ostatni etap jego podróży. Jill towarzyszyła mu, by go wyprawić do Australii, a przy okazji odwiedzić mnie i moją żonę, JoAnnę Po powitalnych uściskach i pocałunkach, czując się nieco niezręcznie, udaliśmy się do hotelu.

Zarezerwowałem pokoje na jedną noc, bo chcieliśmy pokazać mojemu rodzeństwu Atlantę, zanim wyruszymy na północ, do domu. Jill skorzystała z pierwszej, nadarzającej się okazji, by podjąć poważną rozmowę.

- Colin, u mnie sprawy nie mają się dobrze. Chyba się rozejdziemy z Jeffem. Chociaż już wcześniej zauważyłem niepokój mojej siostry, jej słowa mnie zaskoczyły. Zawsze mi się wydawało, że ich trwające od sześciu lat małżeństwo jest szczęśliwe. Każde z nich miało za sobą jeden nieudany związek. Jednak tym razem uczucie, które ich łączyło, zdawało się trwałe. Jeff miał troje dzieci z pierwszego małżeństwa, Jill -czworo. Tylko jej najmłodszy syn, Paul, mieszkał jeszcze z nimi.

- Co się dzieje? - spytałem.

- Nie wiem, od czego zacząć. To wszystko jest trochę zaskakujące - odparła. - Jeff zachowuje się dziwacznie, nie mogę go dłużej znieść. Doszło do tego, że przestaliśmy się do siebie odzywać. To mnie wykańcza. Całkiem się ode mnie odwrócił, a na dodatek twierdzi, że to moja wina.

- Opowiedz mi o tym - poprosiłem i spojrzałem na Johna, który wzniósł oczy ku niebu. Mieszkał u Jill przez tydzień, zanim przyleciał do Atlanty. Domyśliłem się, że dość się na ten temat nasłuchał.

- Czy pamiętasz najstarszą córkę Jeffa, Lorraine? -spytała Jill. Przytaknąłem. - W zeszłym roku jej mąż zginął w wypadku samochodowym. Od tamtej pory Jeffa łączą z córką jakieś dziwne stosunki. Czuli się do niej przez telefon, mówi do niej „kochanie" i spędza długie godziny, szepcząc z nią o czymś. Zupełnie jakby byli kochankami, a nie ojcem i córką. Jeśli jest zajęty, kiedy ona dzwoni, rzuca robotę

w połowie i biegnie z nią rozmawiać. Zachowuje się tak samo, jeśli nie gorzej, gdy Lorraine do nas przychodzi. Prowadzą te tajemnicze, ciche rozmowy, do których nie dopuszczają nikogo, zwłaszcza mnie. Trudno mi to wytrzymać.

Mam wrażenie, że ona stała się dla niego najważniejsza. Nie potrafię sobie z tym dać rady, czuję się odtrącona i niepotrzebna. Jill mówiła długo, szczegółowo opisując dziwną sytuację w rodzinie, a my z JoAnną słuchaliśmy uważnie. Głośno zastanawialiśmy się nad przyczyną zachowań Jeffa i staraliśmy się wyrazić nasze współczucie. Jak przystało na brata i szwagierkę, sugerowaliśmy jej, jak rozmawiać z mężem i rozważaliśmy, co można zrobić w tej sytuacji. Również John włączył się do rozmowy, podając swój punkt widzenia Zachowanie męża Jill, sprzeczne z jego naturą, zastanawiało mnie i dziwiło. Jeff, jakiego znałem, był uczuciowo związany ze swymi córkami i na tyle niepewny siebie by bardzo potrzebować ich miłości i aprobaty, to prawda. Nigdy jednak nie widziałam, by zachowywał się tak jak to opisała moja siostra. Zawsze był dla niej czuły i troskliwy Prawdę mówiąc, trudno mi było uwierzyć, że traktuje ją w tak okrutny sposób. Dobrze rozumiałem, dlaczego Jill jest nieszczęśliwa. Przekonanie Jeffa, że żona wszystko sobie wymyśliła i sama doprowadza się do szaleństwa nie poprawiało sytuacji.

Do rozmowy wróciliśmy następnego dnia. Zaczynałem się domyślać, co się dzieje między Jill i Jeffem z punktu widzenia Radykalnego Wybaczania, ale postanowiłem na razie o tym nie mówić. Siostra była zbyt przejęta dramatyczną sytuacją i nie potrafiłaby wysłuchać ani zrozumieć tego co do niej mówię. Radykalne Wybaczanie opiera się na bardzo szerokiej perspektywie duchowej, której nie znaliśmy, mieszkając w Anglii. Wiedząc, że moje rodzeń- stwo me ma pojęcia o tym procesie, doszedłem do wniosku, iż nie nadszedł jeszcze czas, żeby ich zapoznać z tą śmiałą myślą: wszystko dzieje się tak jak powinno, cala sytuacja ma doprowadzić do uzdrowienia Jill Jednak po drugim dniu nieustannego omawiania problemu postanowiłem zapoznać ich z zasadami Radykalnego Wybaczania. Wiedziałem, że moja siostra będzie musiała się otworzyć na prawdopodobieństwo istnienia czegoś więcej niż to, co sama dostrzega, że będzie musiała uznać ingerencję Boskiej istoty, mającą na celu jej dobro. Jednak Jill tak bardzo czuła się ofiarą zaistniałej sytuacji, że nie byłem pewny, czy jest gotowa na moją interpretację zachowań Jeffa, która by ją z tej roli wytrąciła.

Tymczasem moja siostra znowu zaczęła powtarzać swoją relację z poprzedniego dnia. Postanowiłem wkroczyć do akcji. Ostrożnie zapytałem:

- Jill, czy byłabyś skłonna spojrzeć na to z innej strony? Czy potrafisz zaakceptować zupełnie inną interpretację swojej sytuacji? Spojrzała na mnie pytająco, jakby myślała: „A czy w ogóle można to inaczej rozumieć? Jest, jak jest!". Kiedyś pomogłem jej rozwiązać jakiś uczuciowy problem, miała więc do mnie dość zaufania, by powiedzieć:

- No, chyba tak. O co Ci chodzi? Na to tylko czekałem.

- To, co teraz powiem, może ci się wydać dziwne, ale postaraj się nic nie mówić, dopóki nie skończę. Po prostu spróbuj założyć, że to, co mówię, jest prawdziwe, i zastanów się, czy przypadkiem nie mam racji. John bardzo się starał uważnie słuchać Jill, ale nieustanne rozmowy o Jeffie strasznie go znudziły. W gruncie rzeczy całkiem się z nich wyłączył. Jednak, gdy usłyszał moje słowa, ożywił się i znowu zaczął słuchać.

- Twoja opowieść jest z pewnością prawdziwa - zacząłem. - Nie mam najmniejszej wątpliwości, że sprawy toczą się tak, jak mówisz. Poza tym przez ostatnie trzy tygodnie John był świadkiem wielu z

tych zdarzeń i wszystko potwierdza, prawda John? - zwróciłem się do brata.

- Jak najbardziej - powiedział. - Widziałem to i szczerze mówiąc, czułem się dziwnie w domu Jill.

- To mnie nie zaskakuje - odparłem. - Jill, chciałbym, żebyś wiedziała, że nie lekceważę ani nie neguję twojej opowieści. Jestem przekonany, że było tak, jak mówisz. Pozwól jednak, że zasugeruję ci, jaki podtekst może mieć ta sytuacja.

- Co to znaczy „podtekst"? - zapytała Jill podejrzliwie.

- Na ogół uważamy, że poza otaczającym nas światem nie ma innej rzeczywistości. To zupełnie naturalne - wyjaśniłem. - Ale może jest coś więcej. Coś, czego nie dostrzegamy, bo nasze pięć zmysłów nie zostało przystosowane do tego zadania. Nie znaczy to jednak, że tego nie ma. Weźmy twoją sytuację. Ty i Jeff macie problem. A może pod nim dzieje się coś duchowego, w czym uczestniczą ci sami ludzie i te same zdarzenia, ale co ma całkiem inne znaczenie? A jeśli wasze dusze wykonują ten sam taniec, lecz każda do zupełnie innej muzyki? A jeśli ten taniec ma was uzdrowić? Może warto spojrzeć na to jak na okazję do ule- czenia i rozwoju? To byłaby całkiem inna interpretacja, nie sądzisz?

Moje rodzeństwo spojrzało na mnie, jakbym mówił w obcym języku. Postanowiłem dać sobie spokój z wyjaśnieniami i od razu przejść do rzeczy.

- Jill, przypomnij sobie ostatnie trzy miesiące - powiedziałem. - Co czułaś, widząc zachowanie Jeffa wobec córki?

- Głównie gniew - odparła. - Frustrację - dodała, a po dłuższej chwili: - I smutek. Naprawdę było mi smutno. - Łzy napłynęły jej do oczu. - Czuję się taka samotna i niekochana - powiedziała i zaczęła cicho łkać. - Nie byłoby tak źle, gdybym wiedziała, że Jeff nie potrafi okazywać uczuć, ale przecież potrafi, tylko że okazuje je córce!

Ostatnie słowa wypowiedziała gwałtownie i z wściekłością, a potem rozpłakała się, pierwszy raz od przyjazdu. Już przedtem uroniła kilka łez, jednak nie pozwoliła sobie na prawdziwy płacz. Nareszcie się rozluźniła. Cieszyłem się, że zdołała tak szybko dotrzeć do swoich uczuć.

Minęło całe dziesięć minut, zanim przestała płakać. Czułem, że teraz może zacząć mówić. Zapytałem więc:

- Jill, czy pamiętasz, żebyś tak się czuła, będąc małą dziewczynką? Bez najmniejszego wahania przytaknęła. Nie od razu chciała powiedzieć, kiedy to było, więc poprosiłem ją, by to wyjaśniła. Przez chwilę milczała.

- Tata też mnie nie kochał! - wykrztusiła wreszcie i znowu zaczęła płakać. - Tak chciałam, żeby mnie kochał. Myślałam, że nikogo nie potrafi darzyć uczuciem! A potem pojawiła się twoja córka, Colin. I on ją kochał. Dlaczego, do cholery, mnie nie mógł pokochać?! - Wy- krzykując te słowa, uderzyła pięścią w stół, po czym rozszlochała się rozpaczliwie.

Jill mówiła o mojej najstarszej córce, Lorraine. Przypadkowo ona i najstarsza córka Jeffa noszą to samo imię. Płacz pomógł Jill. Łzy przyniosły ulgę i prawdopodobnie stały się dla niej punktem zwrotnym. Pomyślałem, że prawdziwy przełom może być już blisko. Musiałem kontynuować.

- Opowiedz mi o tym incydencie z moją córką i tatą - poprosiłem.

- Dobrze - odparła Jill, uspokajając się. - Zawsze czułam, że tata mnie nie kocha, i szaleńczo pragnęłam jego miłości. Nigdy mnie nie wziął za rękę, nie posadził na kolanach. Zawsze wydawało mi się, że to moja wina. Kiedy byłam starsza, mama powiedziała mi, że według niej tata nie potrafi kochać nikogo, nawet jej. Wtedy pogodziłam się z tym do pewnego stopnia. Wytłumaczyłam sobie, że skoro nie jest zdolny do miłości, to nie jest to moja wina.

Naprawdę nikogo nie kochał. Ledwo zauważał moje dzieci, a swoje wnuki, a jeszcze mniej innych ludzi czy obce dzieci. Nie był złym ojcem. Po prostu nie umiał kochać. Było mi go żal. Znowu się rozpłakała, tym razem, nie starając się powstrzymać łez. Wiedziałem, co miała na myśli, mówiąc tak o ojcu. Był dobrym, łagodnym człowiekiem, ale bardzo cichym i zamkniętym w sobie. Najczęściej zdawał się emocjonalnie niedostępny dla nikogo.

Kiedy Jill się opanowała, ponownie podjęła wątek.

- Pamiętam szczególnie jeden dzień u ciebie w domu. Twoja córka, Lorraine, miała wtedy cztery czy pięć lat. Rodzice przyjechali z Leicester i wszyscy udaliśmy się do ciebie. Zobaczyłam, jak Lorraine bierze tatę za rękę i mówi: „Chodź, dziadku, pokażę ci ogród i moje kwiaty". Był niczym plastelina w jej dłoniach. Oprowadziła go po całym ogrodzie i mówiła, mówiła, mówiła, pokazując mu swoje kwiaty. Oczarowała go. Przez cały czas obserwowałam ich przez okno. Kiedy wrócili, posadził ją sobie na kolanach i bawił się z nią wesoło. Nigdy go takim nie widziałam. Byłam załamana. Więc on jednak umie kochać! Jeśli potrafi darzyć uczuciem Lorraine, to dlaczego nie mnie?

Ostatnie słowa wypowiedziała szeptem, z żalem i smutkiem powstrzymywanym przez tyle lat. Doszedłem do wniosku, że na razie dość już dokonaliśmy, i zaproponowałem, że zrobię herbatę. (Co u licha! W końcu jesteśmy Anglikami! Zawsze robimy herbatę, bez względu na sytuację!).

Interpretując historię Jill z punktu widzenia Radykalnego Wybaczania, z łatwością zrozumiałem, że dziwne zachowanie Jeffa podświadomie miało pomóc mojej siostrze w uzdrowieniu jej związków z ojcem. Gdyby mogła to dostrzec i zauważyć doskonałość w postępowaniu Jeffa, wyleczyłaby się z bólu, a mąż z pewnością przestałby się dziwnie zachowywać. Jednak nie bardzo wiedziałem, jak wyjaśnić to Jill na tym etapie. Na szczęście nie musiałem, bo sama zauważyła oczywisty związek między tymi dwoma zdarzeniami.

Później tego samego dnia moja siostra spytała:

- Colin, czy to nie dziwne, że obie dziewczyny, córka Jeffa i twoja, mają to samo imię? Uświadomiłam sobie też, że obie są pierworodne i obie mają jasne włosy. Czy to nie dziwny zbieg okoliczności? Sądzisz, że jest w tym jakiś sens? Zaśmiałem się i odparłem:

- Oczywiście, to klucz do zrozumienia całej sytuacji. Spojrzała na mnie ostro.

- Co chcesz przez to powiedzieć?

- Sama się domyśl - odparłem. - Jakie inne podobieństwa widzisz między zdarzeniem z tatą i moją Lorraine a twoim dzisiejszym położeniem?

- Hm. Obie dziewczyny mają to samo imię. I obie dostają to, czego ja nie dostaję od mężczyzn.

- Co to jest? - zapytałem.

- Miłość - wyszeptała.

- No i...? - podpowiedziałem łagodnie.

- Wygląda na to, że twoja Lorraine potrafiła zdobyć miłość taty, a ja nie. Również córka Jeffa dostaje tyle miłości od swego ojca, ile zapragnie, ale moim kosztem. O mój Boże! - wykrzyknęła. Coś zaczynało do niej docierać. - Ale dlaczego? Nie rozumiem. To trochę przerażające! Co się, u diabła, dzieje? - pytała przestraszona.

Nadeszła chwila, by wszystko jej wyjaśnić.

- Słuchaj, Jill. Zaraz ci to wytłumaczę. Masz doskonały dowód, że pod dramatem, który nazywamy życiem, kryje się całkiem inna rzeczywistość. Uwierz mi, nie ma się czego bać. Kiedy zobaczysz, jak to działa, będziesz bardziej ufna, poczujesz się bezpieczniej i spokojniej, niż kiedykolwiek wydawało ci się możliwe. Zdasz sobie sprawę jak dobrze nas wspiera Wszechświat albo Bóg, jakkolwiek to nazwiesz. Czyni to w każdej chwili, każdego dnia chociaż sytuacja może się czasem wydawać bardzo trudna Z duchowego punktu widzenia - ciągnąłem - nasz dyskomfort w jakiejś sytuacji jest sygnałem, że działamy nie- zgodnie z duchowym prawem i właśnie mamy okazję coś poprawie. Może chodzić o jakiś głęboki ból albo szkodliwe przekonanie, które nie pozwala nam żyć w zgodzie z sobą samym.

Nieczęsto patrzymy na to z tej perspektywy. Osądzamy raczej sytuację i obwiniamy innych za to, co się dzieje, a takie podejście nie pozwala nam odebrać i zrozumieć przesłania i zagradza nam drogę do uzdrowienia Jeśli nie uleczymy tego, co uleczenia wymaga, będziemy od- czuwać jeszcze większy dyskomfort, aż wreszcie zostaniemy wręcz zmuszeni do zadania sobie pytania: „Co się dzieje? . Czasami przesłanie musi stać się bardzo głośne lub boi niezwykle silny, zanim zwrócimy na nie uwagę. Zagrażająca życiu choroba to bardzo wyraźne przesłanie. A przecież niektórzy ludzie nawet w obliczu śmierci nie widzą związku między zdarzeniami w ich życiu a okazją do uzdrowienia, którą one im dają. - Umilkłem na chwilę

- Jeśli o ciebie chodzi - znów podjąłem - to na uleczenie czeka twój ból związany z ojcem, który nigdy nie okazał ci miłości. Takie jest właśnie źródło twoich dzisiejszych odczuć. Ten ból pojawiał się już w różnych sytuacjach, ale ponieważ go nie rozpoznałaś, nigdy się od niego nie uwolniłaś. Dlatego kolejna okazja do przyjrzenia się mu i do wyzwolenia się od niego jest darem.

- Darem? - zdumiała się Jill. - Chcesz powiedzieć, że to dar, ponieważ jest w nim ukryte przesłanie dla mnie? Takie, które mogłam już dawno otrzymać, gdybym umiała je zrozumieć?

- Tak - powiedziałem. - Gdybyś je dostrzegła wcześniej, twoje cierpienie byłoby mniejsze i nie przeżywałabyś tego, co przezywasz dzisiaj. Ale to nieważne. Dobrze, że rozumiesz to teraz. Nie będziesz musiała zapaść na śmiertelną chorobę, by to zrozumieć, jak wielu innych.

Właśnie zaczynasz pojmować owo przesłanie i wyzwalać się od bólu. Pozwól, że ci wyjaśnię, co się stało i jak wpłynęło to na twoje dotychczasowe życie - dodałem. Chciałem, by jasno zrozumiała swą sytuację.

- W dzieciństwie czułaś się opuszczona i niekochana przez tatę. To bardzo niebezpieczne uczucie dla dziewczynki, bo do jej rozwoju konieczne jest poczucie, że jest kochana przez ojca. A ponieważ ty takiego poczucia nie miałaś, doszłaś do wniosku, że sama jesteś temu winna. Uznałaś, że nie jesteś

godna miłości, że nie jesteś dość dobra. To przekonanie zakorzeniło się głęboko w twojej podświadomości i później zaczęło wpływać na twoje stosunki z innymi ludźmi. Inaczej mówiąc, odzwierciedlając twoje podświadome przekonanie, że nie jesteś dość dobra, życie stwarzało ci sytuacje, w których mogłaś się o tym przekonać. Życie zawsze potwierdza nasze przekonania. W dzieciństwie ból wynikający z faktu, że tata nie okazywał ci miłości, był zbyt silny, stłumiłaś więc jego część, a resztę wymazałaś ze świadomości. Kiedy tłumisz jakieś uczucia, nadal wiesz, że je masz, lecz odsuwasz je od siebie. Natomiast uczucia wymazane z pamięci „zakopujemy" na ogół tak głęboko w podświadomości, że przestajemy sobie z nich zdawać sprawę.

- Później odkryłaś – mówiłem dalej - że twój ojciec nie potrafi kochać nikogo, zrehabilitowałaś się więc trochę we własnych oczach i zaczęłaś pozbywać bólu, wywołanego brakiem jego miłości. Prawdopodobnie uwolniłaś część stłumionego bólu oraz w pewnym stopniu zrewidowałaś przekonanie, że jesteś niegodna miłości. Skoro on nie potrafi kochać nikogo, być może to nie twoja wina, że ciebie nie kocha. A potem przyszło odkrycie, które wtrąciło cię ponownie w rozpacz. Kiedy zauważyłaś, że ojciec kocha moją Lorraine, powróciło pierwotne przekonanie. Powiedziałaś sobie: „Mój ojciec potrafi kochać, ale nie mnie. To wyraźnie moja wina. Nie jestem dość dobra dla niego i nigdy nie będę dość dobra dla żadnego mężczyzny.

- Ale jak do tego doszło? - przerwała Jill. - Nie potrafię zrozumieć, w jaki sposób przekonałam siebie, że nie jestem dość dobra.

- Jak wyglądało twoje małżeństwo z Henrym twoim pierwszym mężem? - zapytałem. Jill była jego żoną przez piętnaście lat. Mieli czworo dzieci.

- Nieźle w wielu sprawach, ale on był taki niewierny Ciągle romansował z innymi kobietami, nienawidziłam go za to. No właśnie. Uważałaś go za drania, a siebie za ofiarę Tymczasem ściągnęłaś go do swojego życia, bo w gruncie rzeczy wiedziałaś, że potwierdzi twoje przekonanie, iż nie jesteś dość dobra. Jego niewierność utwierdzała cię tylko w słuszności osądu własnej osoby.

- Chcesz powiedzieć, że Henry czynił mi przysługę?! No me tego już za wiele! - powiedziała ze śmiechem ale czułem, że jest zła.

-Przecież utwierdzał cię w twoim przekonaniu-odparłem. - Tak bardzo nie byłaś dość dobra, że ciągle szukał innych kobiet, by uzupełnić twoje braki. Gdyby potraktował cię jako osobę, której nic nie brakuje, i był ci wiemy, stworzyłabyś sobie inny problem, by dowieść, że masz rację. I na odwrót, gdybyś z czasem zmieniła swoje przekonanie, uwalniając się od pierwotnego bólu wywołanego przez twego ojca, i gdybyś uwierzyła, że jesteś dość dobra, Henry przestałby się umawiać z twoimi przyjaciółkami. A nawet gdyby nie przestał, ty odeszłabyś od niego i znalazłabyś sobie kogoś, kto traktowałby cię jak osobę wystarczająco dobrą. Swoją rzeczywistość tworzymy zawsze zgodnie z własnymi przekonaniami. Jeśli chcesz je poznać, przyjrzyj się temu, co masz w życiu. Życie zawsze odzwierciedla nasze przekonania.

Jill wydawała się nieco skonsternowana, postanowiłem więc powtórzyć to, co już raz powiedziałem.

- Za każdym razem, gdy Henry cię oszukiwał, dawał ci okazję do uwolnienia się od bólu związanego z brakiem miłości ojca. Umacniał twoje przekonanie, że nigdy nie będziesz dość dobra dla żadnego mężczyzny. Na początku raniło cię to tak bardzo, że miałaś okazję dotrzeć do tego podstawowego bólu i zrozumieć swój system przekonań na własny temat. Te pierwsze akty zdrady były pierwszą szansą na

wprowadzenie w życie zasad Radykalnego Wybaczania i na uzdrowienie, ale ty jej nie dostrzegłaś. Coraz bardziej obciążałaś męża winą, a z siebie robiłaś ofiarę, co uniemożliwiało uleczenie.

- Co rozumiesz przez „wybaczanie"? - zapytała Jill, nadal zbulwersowana. - Chcesz powiedzieć, że powinnam mu wybaczyć, iż uwiódł moją najlepszą przyjaciółkę, a potem każdą kobietę, która mu na to pozwoliła?

- Chcę powiedzieć, że wtedy dawał ci okazję do rozpoznania dręczącego cię bólu i do zrozumienia, jak niektóre przekonania kierują twoim życiem. Tym samym dawał ci okazję do zmiany twego przekonania i uwolnienia się od bólu. To nazywam wybaczaniem. Czy rozumiesz, dlaczego twój mąż na nie zasługuje, Jill?

- Chyba tak – odparła – Henry odzwierciedlał moje przekonanie, które powstało dlatego, że czułam się niekochana przez ojca. Pokazywał mi, że uważam, iż nie jestem dość dobra. Czy tak?

- Tak. I ponieważ dawał ci tę okazję, jest godny uznania bardziej, niż teraz ci się wydaje. Nie mamy sposobu żeby się dowiedzieć, czy on przestałby uwodzić kobiety gdybyś ty rozwiązała swój problem z tatą, czy też ty byś od niego odeszła. W obu wypadkach dobrze by ci się przysłużył. W tym znaczeniu zasługuje nie tylko na twoje wybaczenie, ale wręcz na wdzięczność. I wiesz co? To nie jego wina, że nie zrozumiałaś ukrytego znaczenia jego postępowania. Trudno ci zaakceptować myśl, że twój pierwszy mąż starał się przekazać ci wielki dar, wiem o tym Nie tak nas uczono myśleć. Nie mówi się nam, byśmy przyglądali się zdarzeniom i komentowali: „Popatrzcie tylko, stworzyłem w swoim życiu! Czy to nie ciekawe?". Uczy się nas natomiast osądzać, potępiać, oskarżać, grać rolę ofiary i mścić się.

Nikt nam również nie mówi, że naszym życiem kierują inne siły niż świadomość, a przecież tak właśnie jest. W rzeczywistości to dusza Henry’ego próbowała ci pomoc w uzdrowieniu. Twój pierwszy mąż poddawał się swemu uzależnieniu od seksu, ale jego dusza, we współpracy z twoją, postanowiła tę jego słabość wykorzystać do twojego duchowego rozwoju. Uznanie tego faktu to podstawowa zasada Radykalnego Wybaczania, którego celem jest dostrzec prawdę za pozorami i zrozumieć, że ową prawdą zawsze jest miłość.

Czułem, że rozmowa o obecnej sytuacji pomoże Jill dokładnie zrozumieć opisane przeze mnie zasady.

- Przyjrzyjmy się teraz Jeffowi - zaproponowałem -i zobaczmy, jak to, co powiedziałem, ma się do twojego aktualnego związku. Na początku Jeff bardzo cię kochał. Świata poza tobą nie widział, zabiegał o twoje względy i dużo z tobą rozmawiał. Pozornie życie z nim było wspaniałe. Pamiętaj jednak, że to nie pasowało do twoich wyobrażeń o sobie samej. Zgodnie z twoim najgłębszym przekonaniem, żaden mężczyzna, nie powinien okazywać ci tyle miłości. Nie jesteś dość dobra, pamiętasz?

Jill przytaknęła, ale widziałem, że wciąż ma wątpliwości.

- Twoja dusza wie, że musisz się pozbyć tego przekonania, dogaduje się więc z duszą Jeffa, by jakoś ci to uświadomić. Pozornie Jeff zaczyna zachowywać się dziwnie i zupełnie inaczej niż zwykle. Na dodatek kocha inną Lorraine, wywołując w tobie takie same przeżycia jak ojciec wiele lat wstecz. Prześladuje cię bez litości, a ty czujesz się bezbronną ofiarą. Czy tak w przybliżeniu opisałabyś swoją dzisiejszą sytuację?

- Chyba tak - powiedziała Jill cicho. Zmarszczyła czoło, starając się zatrzymać w umyśle nowy obraz swych doświadczeń.

- No i znowu musisz dokonać wyboru. Albo się uleczysz i rozwiniesz, albo będziesz miała rację - powiedziałem z uśmiechem. - Dokonując takiego wyboru, jakiego zwykle dokonuje większość ludzi, będziesz ofiarą, a Jeff katem, co z kolei da ci poczucie, że masz rację. Nie ma wątpliwości, że jego zachowanie jest okrutne i nierozsądne. Wiele kobiet poparłoby cię, gdybyś podjęła stanowcze działania przeciw swemu mężowi. Czy większość twoich przyjaciółek nie doradza ci, żebyś od niego odeszła?

- Tak - przyznała. - Wszyscy uważają, że powinnam się rozwieść, jeśli Jeff się nie zmieni. W gruncie rzeczy spodziewałam się, że i ty tak powiesz. - W jej głosie zabrzmiało rozczarowanie.

- Kilka lat temu tak bym prawdopodobnie zrobił - odparłem ze śmiechem - jednak kiedy poznałem duchowe zasady Radykalnego Wybaczania, moje spojrzenie na takie sytuacje całkowicie się zmieniło, jak sama widzisz. Uśmiechnąłem się z przymusem, patrząc na Johna. Odpowiedział uśmiechem, ale nic nie odrzekł.

- Tak więc, jak się pewnie domyślasz - ciągnąłem -drugi wybór polega na zrozumieniu, że pod przykrywką zdarzeń dzieje się coś bardziej znaczącego, co może ci naprawdę pomóc. Drugi wybór polega na zaakceptowaniu faktu, że w zachowaniu Jeffa ukryte może być przesłanie, znaczenie czy zamiar i że ta sytuacja jest darem dla ciebie.

Jill pomyślała przez chwilę, po czym powiedziała:

- Zachowanie Jeffa jest tak dziwaczne, że trudno będzie znaleźć jakieś sensowne wyjaśnienie. Może coś się pod tym kryje, czego nie widzę. Przypuszczam, że jest podobnie jak z Henrym, ale nie potrafię odnieść tego do Jeffa, bo na razie nie mogę się w tym wszystkim odnaleźć i nie dostrzegam nic poza bezpośrednimi zdarzeniami.

- Nic nie szkodzi - uspokoiłem ją. - Wcale nie musisz tego problemu rozwiązywać od razu. Już sama chęć zrozumienia, że dzieje się coś więcej niż to, co widzisz, jest ogromnym krokiem naprzód. W gruncie rzeczy twoja gotowość spojrzenia na swoje położenie pod innym kątem to klucz do uzdrowienia. W dziewięćdziesięciu procentach zależy ono od tego, czy dopuścisz do siebie myśl, że twoja kochająca dusza stworzyła daną sytuację specjalnie dla ciebie. Gdy to zrobisz, oddajesz się Bogu we władanie, a on zajmuje się pozostałymi dziesięcioma procentami. Jeśli potrafisz naprawdę zrozumieć, że Bóg rozwiąże twój problem, gdy się z nim do Niego zwrócisz, jeśli poddasz się tej myśli, nie będziesz musiała już nic więcej robić. Twoja sytuacja zmieni się na lepsze i zostaniesz uzdrowiona zupełnie automatycznie. Zanim jednak wykonasz ten krok, możesz zrobić coś, co od razu pozwoli ci spojrzeć inaczej na tę sprawę. Możesz racjonalnie oddzielić rzeczywistość od fikcji, czyli uznać, że twoje przekonanie nie ma żadnych faktycznych podstaw, że jest to po prostu twoje wyobrażenie, oparte na kilku zdarzeniach i twojej nadinterpretacji. Wszyscy tak postępujemy: doświadczamy czegoś, dokonujemy interpretacji tego zdarzenia, a następnie łączymy obie części układanki i tworzymy wizję tego, co się wydarzyło, w znacznym stopniu nieprawdziwą. Wizja ta staje się przekonaniem, którego bronimy, jakby było prawdą. A przecież nią nie jest. Jeśli chodzi o ciebie, tata rzeczywiście nigdy cię nie przytulał, nie bawił się z tobą, nie obejmował i nie sadzał na kolanach. Nie zaspokajał twojej potrzeby czułości.

Takie są fakty. Na ich podstawie oparłaś swoje najważniejsze założenie: „Tata mnie nie kocha". Czy tak? Jill przytaknęła.

- Tymczasem to, że nie zaspokajał twoich potrzeb -mówiłem dalej - wcale nie znaczy, że cię nie kochał. To twoja interpretacja, a nie prawda. Taty seksualność była stłumiona i bliskość go przerażała, wiemy przecież o tym. Być może po prostu nie potrafił wyrazić swojej miłości tak, jak byś chciała. Czy pamiętasz ten wspaniały dom dla lalek, który ci zrobił na którąś Gwiazdkę? Pracował nad nim długie godziny, gdy ty już byłaś w łóżku. Może tylko tak potrafił pokazać, że cię kocha. Nie próbuję go usprawiedliwić ani wykazać, że to, co powiedziałaś, czy to, co czujesz, jest błędne. Po prostu staram się zwrócić ci uwagę na fakt, że wszyscy popełniamy błąd, biorąc swoją interpretację faktów za rzeczywistość. Umilkłem na chwilę.

- Następne twoje założenie - ciągnąłem - oparte na faktach i na twojej interpretacji pierwszego założenia, czyli: „Tata mnie nie kocha", brzmiało: „To moja wina. Coś musi być ze mną nie w porządku". To jeszcze większe kłamstwo niż tamto przekonanie, nie uważasz? - Jill przytaknęła. - Nic dziwnego, że doszłaś do takiego wniosku, ponieważ dzieci na ogół tak myślą. Skoro wydaje się im, że świat kręci się wokół nich, zawsze sądzą, że jeśli dzieje się coś niedobrego, jest to ich wina. Tej myśli towarzyszy wielki ból, który dziecko tłumi, chcąc go zmniejszyć, co z kolei sprawia, że trudniej mu pozbyć się owej myśli. W rezultacie, nawet gdy dorośniemy, nie opuszcza nas przekonanie: „To moja wina, coś jest ze mną nie tak". Za każdym razem, gdy jakaś sytuacja przypomina nam o tym cierpieniu lub o związanym z nim przekonaniu, emocjonalnie cofamy się w czasie i zaczynamy zachowywać się jak małe dziecko po raz pierwszy odczuwające ten ból. Tak właśnie się stało, gdy zobaczyłaś, że ojciec okazuje miłość mojej córce. Miałaś wtedy dwadzieścia siedem lat, ale stałaś się dwuletnią Jill, która czuła się niekochana i która postępowała zgodnie z tym odczuciem. I nadal tak postępujesz, tyle że tym razem chodzi o twego męża. Twoje związki z mężczyznami oparte są na pozbawionej realnych podstaw interpretacji dwuletniej dziewczynki. Czy to dostrzegasz?

- Teraz tak - odparła. - Podjęłam kilka niemądrych decyzji, opierając się na tych podświadomych założeniach, prawda?

- Faktycznie, ale zrobiłaś tak, bo cierpiałaś i byłaś zbyt młoda, żeby to rozumieć. Chociaż stłumiłaś ból, by się od niego uwolnić, twoje przekonanie działało cały czas w pod- świadomości. Wtedy twoja dusza postanowiła stworzyć dramatyczną sytuację, by ci je unaocznić i dać ci okazję do pozbycia się go. Przyciągałaś do siebie ludzi, którzy sprawiali, że musiałaś bezpośrednio stawić czoło swemu cierpieniu i ponownie przeżyć pierwsze doświadczenie. To właśnie robi Jeff - dodałem. - Oczywiście nie twierdzę, że jest tego świadomy. Prawdopodobnie jego własne zachowanie bardziej peszy jego niż ciebie. Pamiętaj, że wszystko rozgrywa się na poziomie dusz. Jego dusza wie o twoim bólu i zdaje sobie sprawę, że nie uwolnisz się od niego, dopóki jeszcze raz nie przeżyjesz doświadczenia, które leży u jego podstaw.

- Ojej! - westchnęła głęboko Jill. Jej ciało rozluźniło się po raz pierwszy od chwili, gdy zaczęliśmy omawiać jej sytuację. - To z pewnością inny punkt widzenia! Ale wiesz, co? Czuję się lżej, tak jakbyś mi zdjął ciężar z ramion.

- To dlatego, że podniósł ci się poziom energii - odparłem. - Wyobraź sobie, ile życiowej siły musiałaś zużywać na samo podtrzymywanie pamięci o zdarzeniu między tatą i moją córką. A ile energii potrzebowałaś, by ukryć związany z nim żal i urazę. Łzy, które wylałaś na początku naszej rozmowy,

pozwoliły ci się uwolnić od dużej części tych uczuć. Na dodatek właśnie się dowiedziałaś, że twoje przekonanie było czystą wyobraźnią, cóż to musi być za ulga! Ponadto dużo energii pochłaniało obwinianie Jeffa i siebie samej, a także podtrzymywanie w sobie świadomości ofiary. Sama chęć spojrzenia na swój problem z innego punktu widzenia sprawia, że uwalniasz tę energię. Nic dziwnego, że czujesz się lżej! - powiedziałem z uśmiechem.

- A co by się stało, gdybym nie zrozumiała tego, co się dzieje, i po prostu odeszła od Jeffa?

- Twoja dusza wprowadziłaby do twojego życia kogoś innego, kto pomógłby ci w uzdrowieniu - odpowiedziałem szybko. - Ale przecież nie zostawiłaś Jeffa, lecz przyjechałaś tutaj. Zrozum, ta twoja podróż to nie przypadek. W rym systemie przypadki nie istnieją. Ty, czy raczej twoja dusza, wymyśliłaś tę wizytę u mnie, stworzyłaś okazję do zrozumienia, na czym polega cała sprawa z Jeffem. Sprowadziła cię tutaj twoja dusza. A dusza Johna zdecy- dowała, że jego podróż odbędzie się właśnie teraz, byś mogła z nim przyjechać.

- A co z dwiema Lorraine? - spytała Jill. - Jak to się stało? To musi być zwykły zbieg okoliczności.

- W rym systemie nie ma także zbiegów okoliczności. Musisz wiedzieć, że twoja dusza i dusze innych ludzi zmówiły się, by stworzyć tę sytuację, i dostrzegły korzyść płynącą z faktu, że obie związane z nią osoby miały na imię Lorraine. Nie można sobie wyobrazić bardziej doskonałej podpowiedzi. Trudno przypuszczać, że to nie zostało jakoś uzgodnione, nie uważasz?

-1 co teraz? - spytała Jill. - Czuję się lepiej, to fakt. Ale co mam zrobić, gdy wrócę do domu i zobaczę Jeffa?

- W gruncie rzeczy niewiele - odparłem. - Z tego punktu widzenia ważniejsze jest, jak ty się czujesz. Czy rozumiesz, że nie jesteś już ofiarą? Że Jeff nie jest twoim prześladowcą? Czy widzisz, że ta sytuacja odpowiada twoim potrzebom i pragnieniom? Czy czujesz, jak bardzo ten człowiek cię kocha - na poziome dusz, oczywiście?

- Co chcesz przez to powiedzieć? - spytała Jill.

- Jeff był gotów zrobić wszystko, co trzeba, by doprowadzić cię do punktu, z którego będziesz mogła ponownie przyjrzeć się swojemu przekonaniu i zobaczyć, że jest ono nieprawdziwe. Czy zdajesz sobie sprawę, ile się zgodził wycierpieć, by ci pomóc? Przecież z natury nie jest okrutnikiem, takie zachowanie musiało mu więc sprawiać trudność. Niewielu mężczyzn zrobiłoby dla ciebie to co on, ryzykując przy tym, że może cię stracić w wyniku swego działania. Jeff, czy raczej jego dusza, to twój prawdziwy anioł stróż. Kiedy to naprawdę zrozumiesz, odczujesz dla niego wdzięczność! Ponadto przestaniesz wysyłać sygnały, że jesteś niegodna miłości. Zdobędziesz umiejętność dopuszczania miłości do siebie, może po raz pierwszy w życiu. Wybaczysz Jeffowi, ponieważ będzie dla ciebie jasne, że nie stało się nic złego. Wszystko było doskonałe. Zapewniam cię - ciągnąłem - że kiedy tak rozmawiamy, Jeff już się zmienia i przestaje zachowywać się dziwacznie. Jego dusza już wie, że mu wybaczyłaś i uwolniłaś się od mylnego wyobrażenia o sobie. W miarę jak przekształca się twoja energia, zmienia się też energia Jeffa. Jesteście połączeni energiami. Fizyczna odległość nie ma znaczenia.

Wracając do jej pytania, powiedziałem: - Nie będziesz więc musiała nic robić po powrocie do domu. Wręcz przeciwnie, obiecaj mi, że nic nie zrobisz, gdy wrócisz. Zwłaszcza nie dziel się z Jeffem swoim nowym spojrzeniem na sytuację. Chcę, żebyś zobaczyła, jak wszystko się zmieni automatycznie

dlatego, że inaczej postrzegasz zdarzenia. Ty też się poczujesz odmieniona -dodałem. -Będziesz spokojniejsza, bardziej zrównoważona i zrelaksowana.

Twoja nowa świadomość będzie dziwić Jeffa przez chwilę. Będzie potrzebował trochę czasu, żeby na nowo odnaleźć się w waszym związku. Mogą cię jeszcze czekać trudne chwile, ale wszystko się ułoży - zakończyłem z przekonaniem. Przed odlotem Jill do Anglii omówiliśmy jeszcze kilka razy jej nowe spojrzenie na sytuację.

Komuś, kto właśnie przeżywa emocjonalne problemy, trudno jest zaakceptować perspektywę Radykalnego Wybaczania. Osiągnięcie stanu, w którym może ono zacząć działać, wymaga ogromnego wysiłku i wielu prób. Chcąc pomóc siostrze, nauczyłem ją kilku technik oddechowych, które zmniejszają napięcie i pomagają zaakceptować nowe zachowania, i po- prosiłem o wypełnienie arkusza Radykalnego Wybaczania (zob. część IV, „Narzędzia Radykalnego Wybaczania" w książce „Radykalne wybaczanie") W dniu odlotu Jill była wyraźnie zdenerwowana powrotem do sytuacji, którą zostawiła za sobą. Idąc korytarzem do samolotu, odwróciła się i pomachała mi ręką, by pokazać, że jest pewna siebie, ale wiedziałem, że się boi, czy znowu nie pogrąży się w dawnych problemach.

Spotkanie z Jeffem chyba się udało. Jill poprosiła go, by nie wypytywał, co się działo, gdy była u mnie. Chciała również mieć kilka dni na ponowne odnalezienie się w sytuacji. Ale zmianę zauważyła od razu. Jeff był uprzejmy, miły i delikatny - taki, jakiego znała przedtem.

Po kilku dniach Jill powiedziała Jeffowi, że już go o nic nie obwinia i nie chce, by się zmieniał, bo zrozumiała, że tylko ona odpowiada za swoje uczucia i że powinna rozwiązywać swoje problemy, nie winiąc go za nie. Nie rozwinęła tego tematu ani nie starała się tłumaczyć.

Sprawy układały się dobrze po powrocie Jill do domu, a zachowanie Jeffa w stosunku do córki, Lorraine, całkowicie się zmieniło. Wszystko zdawało się wracać do normy, jednak napięcie między Jeffem i Jill trwało. Rzadko też ze sobą rozmawiali. Dwa tygodnie później Jill spojrzała na męża i powiedziała:

- Czuję się, jakbym straciła przyjaciela.

- Ja też - odparł Jeff. Po raz pierwszy od wielu miesięcy nawiązali kontakt. Objęli się i zaczęli płakać.

- Porozmawiajmy - zaproponowała Jill. - Muszę ci wyjaśnić, czego się dowiedziałam u Colina w Ameryce. Może wyda ci się to dziwne, ale chcę się z tobą rym podzielić. Nie musisz w to wierzyć. Po prostu mnie wysłuchaj. Zgadzasz się?

- Oczywiście - odparł. - Zdaję sobie sprawę, że przytrafiło ci się tam coś ważnego, i chcę wiedzieć co. Zmieniłaś się na korzyść. Nie jesteś tą samą osobą, która wsiadła z Johnem do samolotu. Opowiedz mi więc, co się stało. Jill mówiła bardzo długo. Starała się wyjaśnić, na czym polega Radykalne Wybaczanie, tak by Jeff mógł to zrozumieć. Czuła się silna, pewna siebie i swej wiedzy, bezpieczna, z jasnym umysłem.

Jeff, człowiek o praktycznym podejściu do życia, sceptyczny wobec wszystkiego, czego nie da się racjonalnie wyjaśnić, tym razem nie protestował i uważnie słuchał, co żona mu proponuje do rozważenia. Stwierdził, że jest otwarty na możliwość istnienia duchowego świata pod codzienną rzeczywistością, i dostrzegł pewną logikę w koncepcji Radykalnego Wybaczania. Nie zaakceptował jej bez zastrzeżeń, niemniej był gotów słuchać, zastanowić się i przyznać, jak bardzo Jill się zmieniła.

Po tej rozmowie obydwoje byli przekonani, że ich miłość odżyła, a związek ma szansę przetrwać. Nic sobie nie obiecywali, tylko postanowili częściej ze sobą rozmawiać i jednocześnie obserwować rozwijanie się ich związku. A rozwijał się całkiem dobrze. Jeff nadal zabiegał o względy Lorraine, ale już nie tak bardzo jak przedtem. Jill odkryła natomiast, że jej to nie obchodzi. Nie wywoływało to żadnych emocjonalnych zaburzeń ani nie przywoływało jej dawnego przekonania o sobie samej.

W miesiąc po rozmowie o Radykalnym Wybaczaniu dawne zachowanie Jeffa wobec córki całkowicie ustąpiło. Lorraine także przestała dzwonić i odwiedzać ich tak często. Zajęła się własnym życiem. Wszystko powoli wracało do normy, a związek Jeffa i Jill stał się pewniejszy i silniejszy niż przedtem. Jeff znowu stał się łagodnym, wrażliwym mężczyzną, jakim był z natury, Jill nie była tak wymagająca, a Lorraine czuła się szczęśliwsza.

Jestem pewien, że Jill i Jeff by się rozeszli, gdyby dusza mojej siostry nie przywiodła jej do Atlanty, by stworzyć okazję do naszej rozmowy. Zgodnie z wielkim schematem świata, to także byłoby w porządku. Jill po prostu musiałaby znaleźć kogoś innego, z kim stworzyłaby dramatyczną sytuację i kolejną okazję do uzdrowienia. Ale wykorzystała ją rym razem i jej związek z Jeffem przetrwał.

Dzisiaj, wiele lat później, nadal są razem i stanowią szczęśliwe małżeństwo. Nieraz tworzą dramatyczne sytuacje w swoim życiu, jak wszyscy, ale teraz już potrafią dostrzec ich uzdrawiającą moc i rozwiązywać problemy szybko i z wdziękiem.

Czy ta historia przemówiła do Ciebie? Czy Twoja jest podobna? Czy chciałbyś uwolnić się od jej ciężaru i uzdrowić swoje życie? Książkę możesz zamówić pod adresem: www.medium.com.pl