

Perypetie matzeńskie

Bogna Grygiel-Gómiak

Paweł Gómiak



Wydawnictwo
Ojców Franciszkanów
Niepokalanów 2020

© Copyright Bogna Grygiel-Górniak, Paweł Górniak 2020
© Copyright by Wydawnictwo Ojców Franciszkanów
Niepokalanów 2020

Imprimatur
o. Wojciech Kulig, prowincjał
Gdańsk, dn. 27.07.2020 r.

Projekt okładki
Zuzanna Szulc

Redakcja:
o. Robert Leżohubski OFMConv.

Korekta
Joanna Wójcik

Skład
Stanisław Tucholka

ISBN 978-83-7766-203-8

Wydawnictwo Ojców Franciszkanów Niepokalanów 2020
ul. o. M. Kolbego 5
96-515 Teresin
tel. 46 864 22 08
e-mail: wydawnictwo@niepokalanow.pl
e-sklep: wydawnictwo.niepokalanow.pl

Stowo wstępu

Jako młode małżeństwo szukaliśmy z mężem wspólnoty, która by dała nam możliwość wzrostu duchowego i wsparcia w trudnych chwilach. Już wtedy wiedzieliśmy, że jeśli dojdzie do kryzysu, będziemy potrzebowali Bożej pomocy, modlitwy bliskich nam osób i wsparcia w rozwiązywaniu małżeńskich problemów, bądź przez realną pomoc ludzi wierzących, bądź przez przykład innych małżonków. Wiedzieliśmy, że bez takiego zabezpieczenia będzie trudno i możemy się bardzo szybko i bardzo mocno poranić. Bardziej kierowała nami intuicja niż rzeczywiste poczucie zagrożenia. Jednocześnie chęć bycia we wspólnocie i budowania związku na prawach opartych na Bożej Opatrzności była bardzo silna. Wielokrotnie doświadczyliśmy działania Boga w naszym życiu i Jego wielkiej miłości. Dlatego nie chcieliśmy zrezygnować z pomocy Tego, na którego możemy liczyć w każdej chwili naszego małżeńskiego życia.

Mieć przy sobie Boga, to mieć sprzymierzeńca, przyjaciela w drodze do pracy i do domu, wojownika na polu

walki. A takim polem jest codzienność, podczas której szatan próbuje zdeptać jedność małżeńską i zburzyć łączącą nas miłość. My potrzebowaliśmy Bożego wsparcia, Jego miłości, ale również Jego mocy do codziennych działań i motywacji do wzajemnego zrozumienia się, wspierania, działania w jedności, pomimo odmiennych poglądów. Takiego kanistra z Bożą miłością i mądrością, by rozpałać własne serca do gestów pełnych miłości, mimo zniechęcenia i wzajemnych zranień. Jednocześnie mieliśmy świadomość, że jeśli nie będziemy uzupełniać tego kanistra, to nie odpalimy naszego małżeńskiego wehikułu i staniemy w miejscu, wzajemnie się raniąc i oskarżając. Ten napełniony pod wpływem Bożej miłości kanister przez modlitwę małżeńską, przełamywanie zniechęceń i urazów do drugiej osoby, codzienne przepraszam, udział we wspólnocie, zabezpieczał nas na czasy kryzysu, trudności i problemów po ludzku nie do rozwiązania.

A czy Wy jesteście przygotowani na kryzys w małżeństwie (a może już w nim tkwicie)? Czy macie dodatkowy kanister benzyny wypełniony środkami zaradczymi na czasy trudu, kłótni, słownych przepychanek, wzajemnego niezrozumienia, braku pracy, choroby dzieci, nadmiaru obowiązków i zwalania na siebie winy za całe małżeńskie zło?

To może warto zatankować? – jakkolwiek to nie brzmi ☺

Spis treści

Słowo wstępu	7
Instrukcja obsługi książki	9
Rozdział I	
Sakrament małżeństwa	19
Wszystko zaczęło się przed ołtarzem	21
Sakrament małżeństwa – od teorii do praktyki ...	27
Przymierze wielkie, przymierze święte	37
A wszystko to, bo miłość w sercu gra	43
To było wesele nad weselami...	45
Com przysięgał, przysięgałem – czyli do czego zobowiązują się małżonkowie?	51
Jak jedno ciało, jak jedna dusza, jak jeden Bóg ...	55
Pełni pożądania i pełni spełnienia – czyli słowo o seksie	66
Czas na podsumowanie	71
Karta pracy	76

Rozdział II

Komunikacja w małżeństwie – aby język miękki i giętki powiedział wszystko, co pomyśli (mądrze) głowa	79
Słuchaj, by mnie usłyszeć – podstawy komunikacji małżeńskiej	81
Co wpływa na jakość komunikacji między małżonkami?	89
Ach te baby, ach te chłopcy – czyli różnice płciowe w komunikacji	93
Jak mam do Ciebie mówić? – jak się dogadać w małżeństwie?	98
Czas na Twoją (moją?) zmianę	108
Czy naprawdę chcesz mi dokopać? – dlaczego małżonkowie siebie ranią?	122
Zacznijmy dialog – czyli jak gadać, żeby się dogadać?	133
Karta pracy dla małżeństwa	139

Rozdział III

Kłótnia – szansa na rozwój i bliskość	141
Było tak cudownie i wszystko się popsuło – słowo wstępu o kłótni małżeńskiej	143
Wir tych samych słów – schemat kłótni małżeńskiej	156
Jak się kłócić, by nie pokłócić się na śmierć i życie! – czego nie robić podczas kłótni?	166
To jak mam z Tobą gadać, jak siedzę na bombie? – jak się konstruktywnie pokłócić?	173

Jest załamka – czyli o trudnościach podczas małżeńskiej kłótni	189
Uwaga! Będzie ostro! Emocje za zakrętem!	199
Ach ci dorosli! – kłótnia oczami dziecka	213
Jest ciężko! – słowo o trudnych kłótniach	218
Daj buziaka na zgodę! – pozytywne oblicze kłótni	230
 Rozdział IV	
Kryzys w małżeństwie – zakręt przed pełnią miłości . .	241
Jesteśmy niezniszczalni! – nas nie dotknie kryzys . .	243
A jednak tornado przyszło! – czym jest kryzys w małżeństwie?	249
Inaczej wczoraj, inaczej dziś – kryzys na różnych etapach związku małżeńskiego	256
Co się stało, że jest między nami tak źle? – przyczyny i rozwój kryzysu	259
„Przewlekły” kryzys – czy aby na pewno?	271
Step by step – rozwiązanie kryzysu	274
Muszę w głowę się podrapać – czemu tak trudno rozwiązać kryzys?	280
„Ratunku! Toniemy!” – słowo o kołach ratunkowych w kryzysie małżeńskim	288
Karty pracy dla małżonków	311
Być razem na zawsze	325
 Pełne perypetii „afrykańskie” postscriptum	 331

Sakrament małżeństwa – od teorii do praktyki

Czym jest sakrament małżeństwa?

Sakrament małżeństwa jest skutecznym widzialnym znakiem niewidzialnej i nieustannej pomocy Boga w tworzeniu więzi między małżonkami. Uzdalnia do pokonywania codziennych trudności w małżeństwie, a jednocześnie umożliwia budowanie osobowej więzi ze współmałżonkiem z pomocą Bożej łaski. Jest miejscem, w którym działa Trójca Święta. Dzięki temu małżonkowie otrzymują realne Boże wsparcie, ale jednocześnie najprostsze gesty wobec małżonka nabierają wymiaru uświęcenia.

Święty Paweł mówi o tym, że małżeństwo jest **widzialnym znakiem miłości Chytrusa do Kościoła**, za który oddał swoje życie. Jest dowodem na to, jak bardzo Chrystus umiłował ludzkość. Jeśli realizujemy Boże powołanie w małżeństwie, to często **obumieramy** dla realizacji wspólnego dobra, wprawdzie nie w krwawy sposób, ale rezygnując z kawałka siebie, swoich marzeń, ambicji, wygody.

Brzmi trochę martyrologicznie, ale czyż oddaniem kawałka siebie nie jest rezygnacja z własnej **przyjemności**, np. pomoc drugiej osobie zamiast skrolowania telefonu, trzymanie własnego języka w ryzach, kiedy emocje współmałżonka sięgają zenitu lub wykonanie za kogoś czynności, która pomimo obietnic nie została zrobiona? Czasem takim

obumieraniem jest **poskromienie własnych rozpasanych myśli** na temat tego, jak współmałżonek jest paskudny, okropny, złośliwy, leniwy, gderliwy i egoistyczny. A czasem **odsuniecie się od żalu i przestanie pielęgnowania urazy**, która zakorzeniona jest głęboko w naszych sercach. W codzienności jest wiele takich sytuacji, kiedy obumieramy dla wzajemnego dobra, choć wcale nie jest trudno wtedy wykrzyczeć: „Przecież mi się coś w życiu należy!”.

Wiele osób wchodzi w związek małżeński z wizją idyllicznego życia płynącego na bazie wspólnych idei i marzeń. Tymczasem wzajemne bycie ze sobą razem wiąże się z oddaniem części siebie dla dobra drugiego człowieka. Według Bożego planu mąż ma tak kochać żonę, że będzie gotów oddawać za nią życie. Podobnie i żona ma tak kochać męża, by być gotowa umrzeć za niego. **Każde rezygnuje z własnego egoizmu na rzecz wspólnego dobra.** Takiej wizji wielu małżonków nie chce przyjąć ani w dniu ślubu, ani tym bardziej wiele lat później, kiedy codzienność zaczyna ich przerastać. A przecież **Twoje małżeństwo ma być widzialnym znakiem tego, kim jest Bóg.** Czy ktoś, patrząc z boku, może powiedzieć, że Twój związek jest rzeczywiście znakiem Bożego działania i świadectwem dla innych osób? I nie chodzi tu o godziny spędzone w kościele czy minuty modlitw na kolanach, ale o codzienne przebaczenie, pomoc współmałżonkowi w obowiązkach, przytulenie i dawanie nadziei.

Jeśli małżonkowie są gotowi nieustannie oddawać swoje życie dla drugiego, to miłość będzie nieustannie zmartwychwstawać w ich związku.

Sama, czytając te słowa, myślę, że to zdecydowanie za duże wymagania, jakie stawia Bóg wobec dwóch osób poranionych grzechem. Nawet jeśli dobre chęci początkowo potrafią przenosić góry, to późniejsza rzeczywistość przytłacza najbardziej zgodne małżeństwa. Po latach przeciwności losu wielu małżonków wcale nie wzrasta w jedność, ale jeszcze bardziej oddala się od siebie. Skąd czerpać pomoc i łaskę do tego, by budować jedność, nie tracąc jednocześnie nadziei wobec spływających się lawinowo trudności w życiu? **Z sakramentu małżeństwa!**

Niestety wielu małżonków mało wie na temat tego sakramentu i nie korzysta z pomocy, jaką on daje na zmaganie się z trudną codziennością. A przecież przez sam sakrament małżeństwa doświadczamy **skutecznej łaski**. Bóg przychodzi do małżonków z taką obfitością swojej miłości, dobra i błogosławieństwa, że małżonkom nie starczy życia, by **w pełni z niej korzystać, i ciągle będą musieli do niej dorażać**. Codzienna modlitwa małżonków, by Bóg przez sakrament małżeństwa i najświętszą śmierć Chrystusa uzdrowiał ich relację, potrafi zmienić niejedną trudną sytuację w życiu.

Sakrament Wielkiej Miłości

Sakrament małżeństwa oparty jest na prawdziwej miłości, czyli takiej, która wynika ze szczerzej i ofiarnej woli czynienia prawdziwego dobra ukochanej osobie. Ale Bóg w swojej obfitości czynienia dobra daje jeszcze coś więcej: łaskę, która prowadzi do **rozwoju duchowego i zbawienia małżonków**. Niezależnie od trudności, jakie czekają na męża i żonę, sam Bóg staje obok nich, by nieustannie błogosławić i uzdalniać do prawdziwego szczęścia i radości, pomimo trudności, jakie

przeżywają. Dobry i wszechmocny Stwórca, na wszystkich etapach życia małżeńskiego, pozostaje **wiernym towarzyszem i troskliwym opiekunem**. Można zatem zapytać, co takiego daje małżeństwo zawarte w USC, a co związek pobłogosławiony przez Boga? I dlaczego wiele osób chce zawierać małżeństwo w Kościele katolickim?

Ślub w USC czy w Kościele katolickim?

Przyczyn, dla których małżonkowie chcą ślubować w Kościele katolickim, jest wiele. Wśród podawanych motywów można wyróżnić zachowanie tradycji rodzinnej, skorzystanie z romantycznej uroczystości, spełnienie oczekiwań rodzinnych, przyjemne zwyczaje weselne, świętowanie rocznic ślubu, większa moralna obligacja do zachowania wierności i miłości niż w przypadku USC. Okazuje się, że sama przysięga wypowiedziana przed Bogiem bardziej zobowiązuje, jednak wiara nie ma dla wielu małżonków istotnego znaczenia. Co więcej, wielu obcokrajowców ze względu na romantyczny i dostojny przebieg ceremonii oraz zobowiązanie się przed Bogiem chętnie przyjęłoby ten sakrament w naszym Kościele, niekoniecznie żyjąc według nakazów Bożych i prawa moralnego.

Niestety, nie da się zrozumieć głębi tajemnicy małżeństwa bez wiary w Boga i bez Chrystusa, który objawia prawdziwy sens tego sakramentu. Ludzie niewierzący nie powinni żartować sobie z Boga przez przyjęcie sakramentu małżeństwa, skoro nie planują korzystać z łaski sakramentu i zgodnie z nią żyć. Jeśli nie wierzą w Boga, to nie należy ich do tego zachęcać (zwłaszcza nie powinny tego robić inne osoby wierzące).

Zanim dojdzie do zawarcia związku małżeńskiego, każdy z narzeczonych w pierwszej kolejności powinien zbudować relację z Chrystusem, a w dopiero później przystąpić do sakramentu małżeństwa. Nie ma sensu namawiać kogoś, kto jest niedojrzały i ucieka przed trwałym zobowiązaniem, bo zawarte małżeństwo i tak się rozpadnie. Samo przystąpienie do sakramentu nie gwarantuje szczęśliwego życia, a łaska sakramentalna nie działa automatycznie (byłoby to wówczas działanie życzeniowe oparte na myśleniu magicznym). Sakrament nie zastąpi miłości każdego z małżonków i chęci współpracy z łaską Bożą, która działa wtedy, gdy człowiek wymaga od siebie, nawet wtedy, gdy inni nie wymagają. Warto pamiętać, że małżeństwo i ślub nie są absolutnym obowiązkiem człowieka.

Człowiek samotny nie jest samowystarczalny, potrzebuje innych, aby się rozwijać i godziwie żyć. Z tego powodu wiele osób chce znaleźć partnera, by wspólnie budować trwałą wartość. Choć mówią o wolności w związku, o miłości bez zobowiązań, o ekonomii życia, to tak naprawdę w głębi serca pragną miłości na całe życie. Niestety nie zawsze mogą liczyć na takie zobowiązanie od drugiej osoby i dlatego znajdują sobie „logiczne” uzasadnienia dla pozostawania w konkubinacie. Życie wiarą umożliwia budowanie relacji na Chrystusie, który nigdy nie zawiedzie człowieka.

Zawarcie związku małżeńskiego nie obowiązuje wszystkich ludzi, ale warto mieć świadomość, że sakramentalne małżeństwo zmienia wszystko w życiu mężczyzny i kobiety, którzy podejmują się związać nierozzerwalnie aż do śmierci. Miłość małżeńska jest niewyobrażalna bez tej wierności (wierność w radościach i smutkach, w zdrowiu i chorobie, w sukcesach i porażkach). Świadomość nierozzerwalności

jest jednocześnie gwarancją trwałości związku pomimo różnych niebezpieczeństw oraz kryzysów wynikających z samej relacji małżeńskiej (niezrozumienie, brak umiejętności rozwiązywania problemów) jak i kryzysów zewnętrznych (np. utrata pracy). Wierność umożliwia wzajemne zaufanie, ukierunkowanie na rozwiązywanie problemów, a nie szukanie rozwiązań poza związkiem. To jednocześnie pozwala na dojrzewanie relacji małżeńskiej.

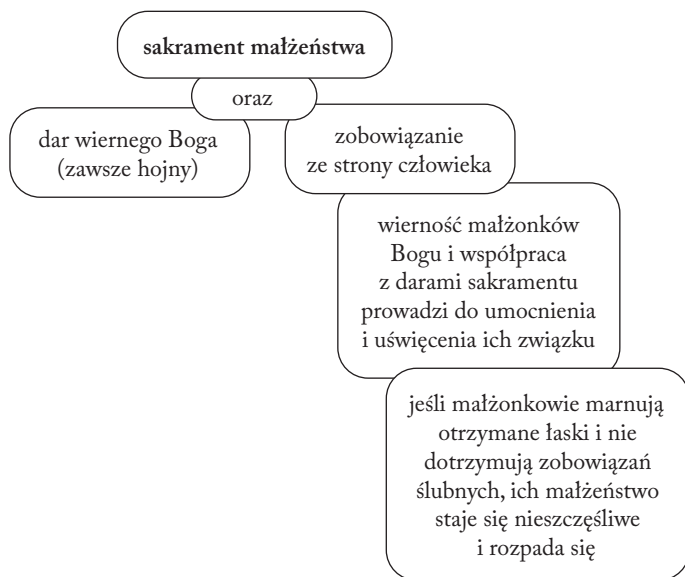
Do czasów nauczania Jezusa istniało tylko samo małżeństwo, nie było wówczas sakramentu małżeństwa. Dopiero Chrystus przez ustanowienie sakramentu chce przywrócić nierozzerwalność małżeńskiego związku i pokazać człowiekowi najprostszą drogę do szczęścia i zbawienia.

Podobieństwa i różnice między małżeństwem a sakramentem małżeństwa	
Małżeństwo	Sakrament małżeństwa
» z ustanowienia Bożego	» z ustanowienia Bożego
» zgodne z prawem naturalnym	» zgodne z prawem naturalnym
» ma charakter doczesny	» ma wymiar wieczny
» związek mężczyzny i kobiety, który posiada charakter doczesny » służy przekazywaniu życia i zachowaniu gatunku ludzkiego » stanowi zabezpieczenie przyszłości społeczeństwa	» związek posiada wymiar wieczny » jest dziełem łaski – miejscem szczególnej obecności Boga i źródła łask » służy przekazywaniu życia, w którym uczestniczy sam Bóg
» cele małżeństwa: » wzajemna pomoc w organizowaniu codziennego życia » przekaz życia » wychowanie dzieci	» cele małżeństwa: » wzajemna pomoc w organizowaniu codziennego życia » przekaz życia i wychowanie dzieci » troska o zbawienie współmałżonka » troska o zbawienie dzieci

» małżonkowie tworzą dom potrzebny do wychowania dzieci	» małżonkowie tworzą dom potrzebny do wychowania dzieci » małżonkowie tworzą miejsce rozwoju wiary i współpracy z Bogiem
» do małżeństwa przychodzi sam mężczyzna i sama kobieta, którzy wyrażają wolę zawarcia związku	» do sakramentu małżeństwa mężczyznę i kobietę przyprawdza Chrystus » Jezus ich łączy i pozostaje z nimi na zawsze
» po przysiędze małżeńskiej zawartej w USC małżonkowie idą we dwoje przez życie	» po przyjęciu sakramentu małżonkowie odchodzą od ołtarza we troje : mąż, żona i Chrystus, który towarzyszy im w codzienności
» małżonkowie dostosowują swoje działania do siebie, by stworzyć związek zgodny i trwały	» małżonkowie dostosowują swoje kroki nie tylko wzajemnie do siebie, ale również do Chrystusa (ślubują swoją wierność wobec Boga i Kościoła)
» założenie: będziemy ze sobą razem, dopóki będzie nam ze sobą dobrze	» założenie: będziemy ze sobą przez całe życie na ziemi oraz całą wieczność » małżeństwo jest trwałe; budowane na innych założeniach (np. zobaczymy, jak będzie źle, to się kulturalnie rozejdziemy) traci kręgosłup, pewien fundament, który je trzyma i scala
» możliwy jest rozwód	» nierozerwalność związku małżeńskiego: „co Bóg złączył, człowiek niech nie rozdziela” » złożona wobec Chrystusa przysięga zobowiązuje do wierności, nawet jeśli zawiedzie jedna strona » jeśli jednak współmałżonek krzywdzi, należy ratować siebie i dzieci; często odejście od agresora (separacja) jest największym wyrazem miłości wobec niego
» małżeństwo cywilne rezygnuje z Komunii świętej	» związek sakramentalny daje małżonkom prawo do Komunii świętej i czerpania z łaski, jaką za sobą niesie

Sakrament jest dla osób wierzących, które przyjmują Boga jako swojego Pana i Zbawiciela, a nie jako byt

pojawiający się w czasie wesela lub pogrzebu. By w pełni korzystać i rozumieć sakrament małżeństwa, trzeba najpierw otworzyć się na **doświadczenie Boga, głębokie nawrócenia**, by łaska sakramentu mogła działać w życiu. Warunkiem zadziaływania tej łaski jest wiara, codzienna rozmowa z Bogiem (modlitwa) i nieustanne wracanie do Niego po grzechu. Przez sakrament małżeństwa Bóg chce być na pierwszym miejscu w życiu małżonków.

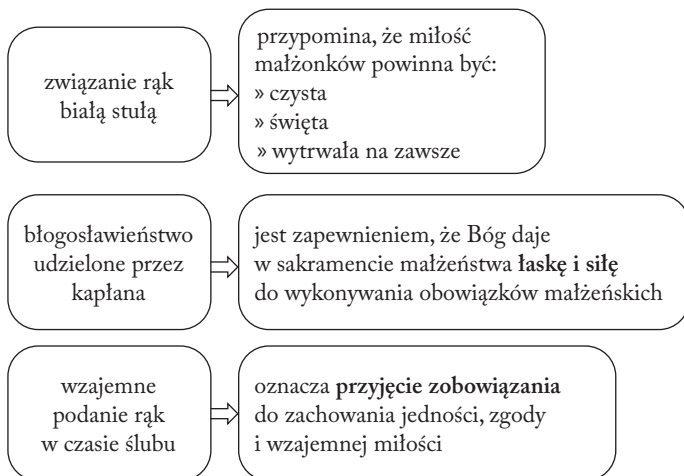


By w pełni korzystać z łaski sakramentu małżeństwa, trzeba ciągle nawracać swoje serce, bo to nawrócenie umożliwia działanie Boga w życiu małżonków. Jeśli małżonkowie nie chcą współpracować z Bogiem, to On za nich nic nie zrobi. Wówczas sam fakt zawarcia ślubu w Kościele nic nie zmienia. Bez **pragnienia Boga** małżeństwo zostaje

ograniczone tylko do sformalizowanej relacji, a małżonkowie nie korzystają z pełnego wymiaru sakramentalnego związku.

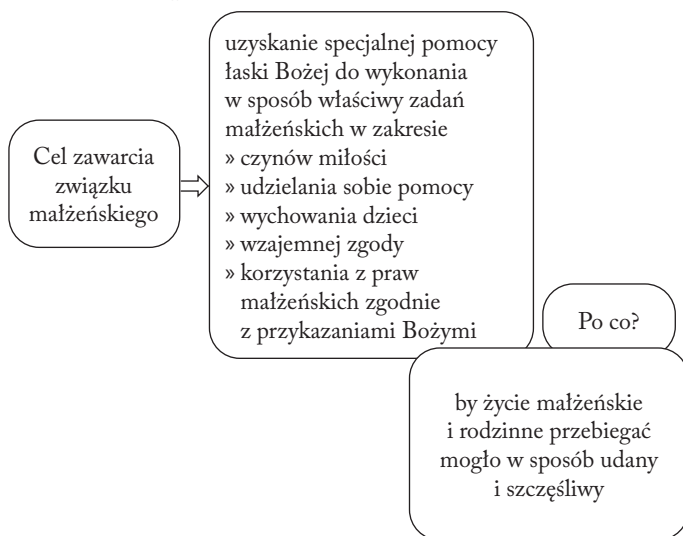
Bóg współdziała dla dobra małżonków, jeśli oni działają w imię Jego miłości. Łaska sakramentu małżeństwa działa, jeśli Ty również działasz, a nie oczekujesz, że Bóg wszystko załatwi za Ciebie.

Zawierając związek małżeński, otrzymujemy wiele błogosławieństw. Każdy z gestów, który wykonują małżonkowie przed ołtarzem, przypomina im o wzajemnych zobowiązaniach wobec siebie i Bożej pomocy oraz uzdalnia do wypełnienia tych zobowiązań.



Przyjmując sakrament małżeństwa, wiele osób nie zdaje sobie sprawy, że ich życie **będzie wymagało systematycznej**

pracy nad sobą, swoim związkiem i budowaną rodziną. To nie jest tylko sakramentalne „tak” powiedziane przed ołtarzem, bo wraz z owym „tak” miłość nie tylko zostaje małżonkom dana, ale również zadana. Jednocześnie Bóg nie zostawia ich samych. Od tej pory błogosławiąc związek małżeński, podczas składanej sobie przez małżonków przysięgi, uzdalnia ich do wielu funkcji, jakim małżonkowie będą musieli sprostać.



Nierozerwalność małżeństwa wynika z ustanowienia Bożego i dlatego nikt z ludzi nie może małżeństwa rozwiązać. Zawarte trzy przymierza w czasie sakramentu małżeństwa są trwałe.