

Zobacz więcej w księgarni religijnej Izajasz:

[Siedem sekretów miłości](#)

Gary Chapman

Siedem sekretów miłości

Izajasz.pl



Rozdział pierwszy

MIŁOŚĆ KLUCZEM DO SPEŁNIONEGO ŻYCIA

Nikt nie może naprawdę pomóc drugiemu, nie pomagając zarazem sobie, i jest to jedna z piękniejszych kompensacji życia.

RALPH WALDO EMERSON

Jako osoba trwasz w przeróżnych relacjach. Dotyczą one sąsiadów, współpracowników, dzieci, małżonka, rodziców, rodzeństwa i przyjaciół. I z całą pewnością obejmują także kasjerkę z marketu, hydraulika, który ostatnio sprawdzał szczelność instalacji, a nawet i tę kobietę, która dzwoniła do ciebie podczas kolacji z prośbą o udział w szybkiej ankiecie. Właściwie to każdego dnia nawiązujesz jakąś relację z tymi, których spotykasz.

I jeśli myślisz podobnie jak większość ludzi, to pragniesz, aby te relacje były jak najlepsze. Niemniej jednak z pewnością już nieraz doświadczyłeś, jak trudne mogą być relacje. Sprzeczamy się o przeróżne drobiazgi, o to, kto ma umyć samochód, a kto posprzątać w kuchni, a nawet o to, kto nie wyłączył na noc ekspresu do kawy w pokoju socjalnym.

Kiedy relacje z najbliższymi są napięte, zastanawiamy się, czy nie brakuje nam czegoś, co udało się odnaleźć innym. Skoro miłość jest tak ważna, a wiesz, że kochasz tę osobę, dlaczego te relacje są tak bolesne?

Prawdziwy sukces

Słyszałem w swoim gabinecie przeróżne historie o zerwanych relacjach i zniszczonych marzeniach. Nawet ostatnio pewien mężczyzna wyznał: "Nigdy nie pomyślałbym, że w wieku czterdziestu dwóch lat znajdę się w takiej sytuacji. Mam za sobą dwa nieudane małżeństwa, rzadko widuję dzieci i nie mam pomysłu na życie".

Większość z nas wchodzi w dorosłość z wielkimi ambicjami. Chcemy pracować i zarabiać pieniądze, bogacić się, mieć kochającą rodzinę i cieszyć się życiem. Niestety, dla wielu te marzenia zamieniają się w koszmar, jeszcze zanim osiągną wiek średni. Przesłanie nadziei, którym staram się dzielić z moimi pacjentami już od lat, to przypomnienie, że jeszcze nie

wszystko stracone. Do nas należy tylko teraźniejszość i właśnie dzisiaj możemy nadać swojemu życiu pozytywny kierunek.

Musimy odkryć potęgę, jaką niesie w sobie miłość, bo właśnie ona jest kluczem do udanego życia. Na czym polega prawdziwy sukces? Usłyszymy przeróżne odpowiedzi, że sukces to: pieniądze, awans, sława, stała praca, wygrany mecz. I wszystkie te dążenia są jak najbardziej uzasadnione, ale co naprawdę gwarantuje poczucie spełnienia? Moja definicja sukcesu brzmi: Zostaw swój kawałek świata lepszym, niż go zastałeś. Twoim kawałkiem świata może być konkretne miasto lub jego dzielnica, ale równie dobrze mogą to być różne kraje, do których zawędrowałeś. Bez względu na to, jak wygląda twoja sfera wpływów, dopiero kiedy zaczniesz wzbogacać życie innych poprzez relacje, odnajdziesz prawdziwe szczęście.

Zostałeś stworzony dla relacji - właśnie tak brzmi prawda. Ani pieniądze, ani sława czy sukces zawodowy nie mogą przynieść tyle radości, co zakorzenione w miłości relacje. I mam nadzieję, że dzięki tej książce dowiesz się, czym naprawdę jest miłość, nawet jeśli teraz postrzegasz ją jako bliżej nieokreśloną rzeczywistość. Nie ma większej radości niż ta, której doświadczamy, kochając drugiego człowieka ze względu na jego niezbywalną godność.

**Wzbogacając życie innych,
odkrywasz najbardziej satysfakcjonującą stronę sukcesu.**

Po co kolejna książka o miłości?

W miłości znacznie większą radość sprawia dawanie niż otrzymywanie. I właśnie ta prawda zmobilizowała mnie do dodania kolejnej książki o miłości do tysięcy artykułów i setek innych książek o tej tematyce, napisanych w ciągu ostatnich pięćdziesięciu lat. Jednakże większość z nich skupia się na otrzymywaniu miłości. Otrzymywanie miłości to piękny owoc kochania innych, tymczasem prawdziwą radość przynosi właśnie obdarowywanie miłością, bez względu na to, co otrzymamy w zamian.

Postawa miłości

Ponad dziesięć lat temu napisałem książkę o tym, jak najefektywniej

Siedem sekretów miłości

wyrażać miłość w relacjach z innymi. Pięć języków miłości to poradnik, który przetłumaczono na trzydzieści pięć języków, w samych Stanach Zjednoczonych sprzedano ponad cztery miliony egzemplarzy. Omówiłem w nim pięć głównych sposobów wyrażania miłości oraz jej przyjmowania, są to:

- * afirmujące słowa,
- * spędzony wspólnie czas,
- * prezenty,
- * pomaganie sobie nawzajem,
- * czuły dotyk.

Każdy z nas wyraża miłość w charakterystyczny dla siebie sposób.

Tymczasem druga osoba czuje się kochana tylko wtedy, gdy posługujemy się jej językiem. Jeśli natomiast używamy innego języka miłości, to czuje się niekochana.

Otrzymałem mnóstwo pozytywnych informacji zwrotnych od czytelników.

Tysiące ludzi pisało: "Dziękuję za pomoc w realizacji tego, co zawsze pragnąłem robić: szczerze kochać innych".

Zaniepokoiły mnie jednak wyznania pewnej grupy ludzi, którzy potwierdzili, że zrozumieli koncepcję pięciu języków miłości, ale nie zamierzają się uczyć języka charakterystycznego dla ich najbliższych. Jeden z mężów stwierdził z rozbijającą wręcz szczerością: "Jeśli ma się to wiązać ze zmywaniem naczyń, odkurzaniem i robieniem prania po to, aby moja żona poczuła się kochana, to nie ma mowy". Cóż, człowiek ten posiadał wiedzę na temat miłości, ale zabrakło mu postawy miłości.

Założyłem z góry, że gdy ludzie dowiedzą się, jak wyrażać miłość, będą to robić. Pomyliłem się jednak. Pięć języków miłości to istotne sposoby jej wyrażania, lecz bez odpowiedniej postawy, nasze słowa i czyny pozostają puste.

Siedem cech kochającego człowieka nie stanowi dodatku do pięciu języków miłości; wręcz przeciwnie - to podstawa dla każdego z tych języków. Musimy wykształcić w sobie tych siedem cech, aby przyjmować postawę miłości w codziennych, najzwyczajniejszych sytuacjach.

Droga do wielkości

Z pewnością każdy z nas pragnie coraz lepiej okazywać miłość. W

Siedem sekretów miłości

codziennych sytuacjach nie chodzi nam przecież o wyrażanie tylko troski, ale także autentycznej, szczerzej miłości. Pomagając innym, od razu lepiej się czujemy; bo to słuszne i szlachetne. Natomiast świadomość, że zachowaliśmy się egoistycznie, wzbudza w nas przykre odczucia.

W ostatecznym rozrachunku to właśnie ludzie, którzy zainwestowali w obdarowywanie innych miłością, są najbardziej zadowoleni z życia. I nieważne, czy są bardzo majątni, czy też żyją bardzo skromnie. Mogą być sławni lub zupełnie nieznani. Ale jeśli dzięki nim świat stał się lepszym miejscem do życia, na ich twarzach będzie jaśniał uśmiech. Nie znam cię i nie wiem nic o twoim życiu, ale zapewniam, że jeśli przyswoisz sobie siedem cech kochającego człowieka i właśnie tak będziesz odnosił się do innych, odnajdziesz ten rodzaj radości.

Mam wielką nadzieję, że ten poradnik uświadomi mężowi, który powiedział "nie ma mowy", gdy chodziło o konkretne wyrażenie miłości żonie, iż miłość to jedyna droga do szczęścia. I że każdy inny czytelnik dokona takiego samego odkrycia. Wszyscy wolimy towarzystwo tych, którzy kochają, ponieważ życie egoistów emanuje samotnością i pustką. I nic nie przynosi tak głębokiej satysfakcji, jak uczynienie z miłości stylu życia.

Znaczenie autentycznej miłości

Ze słowem "kochać" wiąże się sporo zamieszania, ponieważ jest ono używane w bardzo różnych kontekstach. Codziennie słyszymy, jak inni mówią: "kocham morze", "kocham góry", "kocham Nowy Jork", "kocham mojego psa", "kocham mój nowy samochód", "kocham mamę". A potem wyznają podczas romantycznego wieczoru: "kocham cię". Mówi się nawet, że ktoś się "zakochał", aż strach pomyśleć, co będzie, gdy się "odkocha". Miłość nie jest emocją ani uczuciem, które nas ogarnia, ani też ulotnym celem zależnym od działań innych ludzi. Szczera i autentyczna miłość jest w zasięgu naszych możliwości, zapoczątkowujemy ją poprzez odpowiednią postawę i nastawienie, podczas gdy jej zwieńczeniem są konkretne czyny. Jeśli zdefiniujemy miłość jako uczucie, to będziemy odczuwać frustrację, ponieważ nie zawsze uda się nam ją w sobie wzniecić. Ale jeśli uświadomimy sobie, że miłość to przede wszystkim działanie, to nauczymy się ją wykorzystywać jako narzędzie służące temu, by lepiej kochać.

Autentyczna miłość wydobywa z nas prawdziwe ja, czyli osobę, którą pragniemy być.

Piękno prawdziwej miłości

Prawdziwa miłość jest bardzo prosta i szczerą jak na przykład wysłuchanie pracownika, który ma trudny dzień, ofiarowanie pieniędzy na jakiś dobroczynny cel, powiedzenie komuś miłego słowa, rozmasowanie pleców współmałżonkowi przed snem czy posprzątanie kuchni za współlokatora po długim, męczącym dniu pracy.

Prawdziwa miłość może być też niezwykle odważna, podobnie jak miłość, którą kierowała się Ruby Jones z Nowego Orleanu. Ta sześćdziesięciosiedmioletnia kobieta postanowiła zostać w hospicjum wraz z ośmiorgiem swoich umierających pacjentów pomimo nadchodzącego huraganu Katrina. - Mamo, przestań zgrywać bohaterkę - mówiły jej dzieci. Ale Ruby wykonywała tylko swoje obowiązki. Przyszła do pracy w niedzielę i wyszła dopiero w czwartek, gdy pacjenci zostali ewakuowani. Kiedy potężny wiatr wybijał szyby w oknach i otwierał na oścież drzwi, uspokajała swoich podopiecznych: - Nie zostawimy was, nigdzie się nie wybieramy. Jones kąpała ich, karmiła i opatrywała, mimo że nie było prądu, brakowało pitnej wody i zaczęło zalewać budynek. Kiedy wracała do domu w czwartek, już po ewakuacji pacjentów, była głodna i spragniona, ale spełniona, bo dotrzymała obietnicy i nie opuściła ich. Miłość do pacjentów dodawała jej sił podczas najpotworniejszych chwil.

Ostatnio odwiedziłem pięćdziesięciodwuletnią matkę umierającą na raka; miała pięcioro dzieci. Znałem ją od kilku dobrych lat i mogę śmiało stwierdzić, że mało kto potrafi tak kochać. W obliczu śmierci zachowała pełny realizm, ale także i pogodę ducha. Nie zapomnę tego, co mi powiedziała: "Uczyłam moje dzieci, jak mają żyć. A teraz chcę je nauczyć, jak się umiera".

Prawdziwa miłość nawet śmierć postrzega jako okazję, by kochać.

Wybierając miłość

Prawdą jest, że ci, którzy kochają, nie są wolni od trudności. Jeśli powiedziano ci, że miłość rozwiąże wszystkie twoje problemy, to wprowadzono cię w błąd. Historia pokazuje, że mnóstwo ludzi, nawet tych,

Siedem sekretów miłości

którzy naprawdę kochali, cierpiało nie tylko z powodu trzęsień ziemi, powodzi, huraganów, tornad, wypadków samochodowych czy innych przeciwności, ale było także prześladowanych za opowiadanie się po stronie miłości.

Jak to możliwe, że pomimo doznanego cierpienia taki człowiek wciąż wybiera miłość? Niekiedy właśnie trudności stają się najlepszą okazją do tego, by doświadczać miłości i dzielić się nią. Radość tych, którzy wybierają miłość, nie zależy od okoliczności, i właśnie to jest piękne. Decyzja, by kochać innych, przynosi radość bez względu na to, czy nasza postawa zostanie odwzajemniona i czy sprawy ułożą się tak, jak tego pragniemy. Miłości może towarzyszyć uczucie współczucia dla tych, którym pomagamy. Jednak miłość przede wszystkim jest postawą, która mówi: "Wybieram życie, w którym będę nieść pomoc innym".

Radykalna miłość

Kiedy Kochamy naprawdę, zaczynamy doświadczać, jak radykalna może być prawdziwa miłość. Miłość jest w stanie odmienić bieg historii. Przypomnijmy sobie tutaj pierwszych chrześcijan, którzy pokonali upadającą i nacechowaną egoizmem cywilizację właśnie dzięki postawie troski o biednych oraz miłowaniu nieprzyjaciół. A wszystko zaczęło się od miłowania siebie nawzajem, dzielenia się posiadaniem majątkiem i jedzeniem, od okazywania współczucia wdowom, dzieciom oraz innym odrzucanym wtedy społecznościom. Żądne władzy i przesiąknięte dekadencją Imperium Rzymskie zaakceptowało nową religię głównie dzięki obserwatorom, którzy donosili: "Patrzcie, jak oni się miłują".

Służba innym przeciwstawia się wyznawanej przez cywilizację normie dawania tylko po to, by otrzymać coś w zamian. Być może nie będziemy pasować do otaczającego nas świata, gdy opowiemy się po stronie prawdziwej miłości, ale tylko ona daje radość, i to znacznie głębszą od tej, którą proponuje świat.

Kwestia przetrwania

Pięknie to wszystko brzmi, ale czy miłość ma rację bytu w świecie targanym nieustannymi konfliktami? Prasa i telewizja wciąż donoszą nam o nieludzkich aktach przemocy, w większości motywowanych religią lub chciwością danej jednostki. Obejrzyjcie jakąkolwiek debatę, a zobaczycie, że

[Siedem sekretów miłości](#)

zatraciliśmy sztukę konstruktywnego dialogu. Programy publicystyczne potwierdzają, że nie szanujemy tych, którzy mają odmienne zdanie. Politycy oraz przywódcy religijni są wrogo do siebie nastawieni i rzadko słuchają opozycji.

A ja i tak twierdzę, że we współczesnym świecie jest miejsce dla miłości. Mało tego, to nasza jedyna szansa. Jeśli zaczniemy się nawzajem szanować jako istoty należące do tego samego gatunku, które potrzebują siebie i troszczą się jedna o drugą, przekonamy się, że potencjał dobra jest nieograniczony. Jeśli jednak tak nie uczynimy, stracimy naszą godność i to, co wynaleźliśmy w ciągu ostatniego półwiecza, posłuży nam do wzajemnego wyniszczania się. Potrzebujemy okazywanego wzajemnie szacunku i poważnego dialogu, wypływających z miłości, żeby rozwiązać globalne problemy.

Czy kupienie bezdomnej kobiecie talerza zupy, zabranie córki do parku lub podwiezienie kolegi z pracy do warsztatu samochodowego, gdy popsuje mu się auto, może cokolwiek zmienić w tym świecie? Tak, po trzykroć tak. Możliwe, że miłość kojarzy się nam z bardzo wzniosłymi ideami, wielkim poświęceniem, i to zarówno czasu, jak i pieniędzy, a nawet oddaniem własnego życia, ale czy będziemy gotowi je oddać, skoro nie chce się nam nawet zatankować paliwa, gdy prosi nas o to ktoś bliski? Prawdziwa miłość zaczyna się od drobnych rzeczy.

Jedynie działanie wypływające ze szczerzej miłości może odmienić oblicze pogrążonego w konfliktach świata. Miłość nie tylko jest możliwa, ale to właśnie dzięki niej przetrwamy. (...)

Księgarnia Izajasz poleca



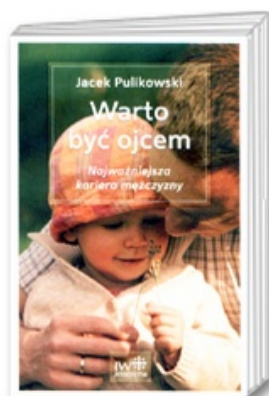
[Pięć języków miłości](#)

On przysłał ci kwiaty, a ty chciałabyś porozmawiać. Ona tuli się do ciebie, a ty myślisz o domowym obiedzie. Problem nie polega na braku miłości, lecz na...



[Laboratorium miłości. Przed ślubem](#)

Czym jest miłość? Co robić, by ją odnaleźć? Jak rozwijać relację, aby stworzyć szczęśliwy związek na całe życie? Na co można sobie pozwolić w sferze seksualnej?



[Warto być ojcem](#)

Fascynująca książka o roli męża i ojca w rodzinie. O radości z bycia ojcem, ale także o odpowiedzialności, władzy i służbie.



[Warto naprawić małżeństwo](#)

Naprawdę chcesz naprawić swoje małżeństwo? Zaczynaj od teraz! Ta książka pomoże Ci znaleźć przyczynę problemu a potem powie jak z nim zwyciężyć.