

— IDŹ DO —

PRZYKŁADOWY ROZDZIAŁ

SPIS TREŚCI

— KATALOG KSIĄŻEK —

KATALOG ONLINE

ZAMÓW DRUKOWANY KATALOG

— TWÓJ KOSZYK —

DODAJ DO KOSZYKA

— CENNIK I INFORMACJE —

ZAMÓW INFORMACJE
O NOWOŚCIACH

ZAMÓW CENNIK

— CZYTELNIĄ —

FRAGMENTY KSIĄŻEK ONLINE

Trudni ludzie. Jak przetrwać w związku z idiotą

Autor: John Hoover

Tłumaczenie: Dominika Hilszczańska, Izabela Szybińska
ISBN: 83-246-0563-0

Tytuł oryginału: [How To Live With An Idiot:](#)

[Clueless Creatures And The People Who Love Them](#)

Format: A5, stron: 296



Lekarstwo na białą gorączkę

- Czym naprawdę drażnią Cię ludzie, z którymi żyjesz?
- Jak nie dolewać oliwy do ognia, czyli trening tolerancji i empatii.
- Negatyw czy kopia – związki symetryczne i uzupełniające się.

Nikt nie doprowadza Cię do szału tak jak bliscy Ci ludzie: domownicy, druga połowa, krewni czy współpracownicy. Czasami myślisz, że jesteś na nich skazany. Najłatwiej byłoby, gdyby najbliżsi zaczęli żyć według Twoich zasad. Jednak zmuszanie ich do tego prowadzi tylko do frustracji i psuje nerwy. Autor tej książki proponuje inne rozwiązanie. Uczy, jak podchodzić do innych ludzi spokojniej, z większym entuzjazmem i nie dać się wytrącać z równowagi. Pokazuje, jak sprawić, by inni ludzie byli nastawieni bardziej ugodowo. Opowiada, jak zamiast agresji wywoływać uśmiechy.

Dr John Hoover omawia w tej książce 7 grzechów głównych popełnianych w relacjach z najbliższymi ludźmi, czyli:

- brak przewidywania reakcji,
- obwinianie innych,
- krytykowanie zamiast komplementowania,
- zaprzeczanie dla zasady i z przyzwyczajenia,
- niesprawiedliwe osądzenie,
- chowanie urazy,
- pokazywanie, kto jest mądrzejszy.

Niech toksyczny jad ustąpi miejsca radości z przebywania razem

Spis treści

Wprowadzenie	7
Część I Poznaj swojego idiotę	11
1 Idioci zdemaskowani	13
2 Oczami idioty	29
3 Idiota idiocie nierówny	49
4 Idiota złożony	71
Część II Siedem najczęstszych grzechów popęlnianych w związkach i ich możliwe rozwiązania	89
5 Grzech pierwszy: gniew kontra zdolność przewidywania	91
6 Grzech drugi: obwinianie kontra reformowanie	115
7 Grzech trzeci: krytykowanie kontra komplementowanie	139
8 Grzech czwarty: zaprzeczenie kontra akceptacja	167
9 Grzech piąty: osądzanie kontra wybaczenie	193
10 Grzech szósty: uraza kontra docenienie	213
11 Grzech siódmy: zawstydzanie kontra afirmacja	237
Część III Bóg, ja i idioci... właśnie w tej kolejności	257
12 Zmiana samego siebie zmienia wszystko	259
O autorze	283
Skorowidz	285

3

Idiota idiocie nierówny

Jeśli nie każdy idiota jest Twoim krewnym, przyjacielem, współpracownikiem, partnerem, znajomym sprzedawcą ze sklepu za rogiem czy pracodawcą, a jednocześnie nie każda z tych osób jest idiotą, to kim w takim razie są ci wszyscy ludzie, którzy niekiedy doprowadzają Cię do szachu? Opracowałem klasyfikację idiotów, dzielącą ich na sześć kategorii. Podział ten ułatwi kontrolowanie życia z idiotami i uprości poruszanie się wśród nich. Nie wyszczególniłem tych kategorii metodami naukowymi, a jedynie bazując na osobistym i zawodowym doświadczeniu w kontaktach z idiotami oraz sam będąc jednym z nich przez całe życie.

Typ gonzo

Terminu *gonzo* używał jeden z autorów, który jest źródłem moich literackich inspiracji — Hunter S. Thompson. Określał on tym słowem styl bycia niektórych dziennikarzy sportowych, którzy w czasie rzeczywistym spisują w kołonotatniku informacje o wydarzeniu i swoje odczucia na ten temat, po czym oddają tekst do druku bez edycji. Zaadaptowałem ten termin na własny użytek, ponieważ wszystko, co jest „gonzo”, jest o wiele zabawniejsze niż to, w jaki sposób „powinniśmy” robić pewne rzeczy. Właściwie typ gonzo jest bardziej zgodny z przesłaniem książki *Jak żyć z idiotą* niż z *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, fourth edition* (czwartym wydaniem *Podręcznika diagnostyki i statystyki zaburzeń psychicznych*), wydanym przez American Psychiatric Association.

Źródła życia i czarne dziury

Machiavelli dzielił ludzi na *lwy* i *lisy*. Carl Jung miał swoich obserwatorów i sędziów, introwertyków i ekstrawertyków i tak dalej. Harville Hendrix dzieli ludzi na samotników i towarzyskich. Także i ja podzieliłem ludzi na dwie ogólne kategorie — na źródła życia i czarne dziury. To bardziej poetycki sposób określenia dających i biorących — tych, którzy składają depozyty w banku życia i tych, którzy wycofali kapitał.

Wszyscy bierzemy udział w różnych wariantach walki pomiędzy źródłami życia a czarnymi dziurami. Na dobrą sprawę, każdy z nas posiada i od czasu do czasu przejawia cechy tych typów. Jedną z najważniejszych zasad Idiotów Zdemaskowanych jest to, żebyśmy wszyscy robili to, co w naszej mocy, używając dostępnych narzędzi. Wszyscy jesteśmy uzależnieni od Siły Wyższej. Nie osądzajmy, abyśmy nie zostali wyśmiani.

Jak w większości przypadków, zarówno źródła życia, jak i czarne dziury mają swoje dobre i złe strony. Dawanie może wynikać z niezdrowych pobudek, z kolei w niektórych okolicznościach branie jest niewłaściwym zachowaniem. Ponadto, warto pamiętać o wielkiej różnicy pomiędzy odbieraniem z wdzięcznością a zwykłym braniem.

Generalnie, pewne osoby zdają się dawać wszystko, co dobre we wszechświecie, podczas gdy inni zasysają te dary jak wielkie odkurzacze. Choć nazywam się Hoover, to nie zaliczam się do kategorii odkurzaczy¹. Należę do niezbyt rzadkiego typu, który poznasz jako dawcę drugiej kategorii.

Ludzie to skomplikowane istoty i często wydają się bezmyślni, jednak prawdziwy charakter danej osoby bywa trudny do określenia, właśnie z uwagi na jego złożoność. Choć z drugiej strony, czasem rzeczywiście jesteśmy zwyczajnie bezmyślni.

Czasem cygaro jest tylko cygarem, czyż nie, Zygmuniecie?

¹ Gra słów. Słowo *hoover* w języku angielskim znaczy *odkurzacz* — *przyp. red.*

Podtypy źródeł życia

Dawcy pierwszej kategorii

Źródła życia są dawcami, choć mogą działać z różnych pobudek. Dawcy I kategorii generalnie uważają, że są niegodni i że nie zasługują na nic dobrego w życiu. Dlatego właśnie potrafią oddać ostatnią koszulę z grzbietu. Nie znaczy to, że ich zdaniem ktoś tej koszuli bardziej potrzebuje, lecz zwyczajnie wierzą, że oni zasługują na nią mniej niż ktokolwiek inny. Nie twierdzę, że dawcy I kategorii są pozbawieni kręgosłupa, ale technicznie rzecz ujmując, są niczym bezkręgowce. Nazwijmy ich amebami. Gdzieś po drodze ich poczucie własnej wartości zostało zwyczajnie wykasowane z ich systemów operacyjnych.



Dawcy I kategorii postrzegają życie jako drabinę, na dole której są oni sami. Można by rzec, że mają niskie poczucie własnej wartości, ale to za mało powiedziane. Zahukana recepcjonistka ze stacji telewizyjnej w przezabawnym filmie *Stuart Saves His Family* z 1995 roku jest idealnym przykładem ameby z kategorii I dawców.

Ameby I kategorii dają, aby mieć pewność, że pozostają podrzędne w stosunku do wszystkich innych. Przywilej posiadania wartości mniejszej niż zero jest wynagrodzeniem za ich szczodrość. Człowiek tego rodzaju kupi prenumeratę każdego pisma czy komplet encyklopedii, które oferują akwizytorzy. Ameby I kategorii są idealną zdobyczą dla wszelkiej maści telemarketerów — gdy ktoś taki zadzwoni podczas kolacji, dawca I kategorii mówi tylko: „Przepraszam, jadłem, gdy pan zadzwonił”. Oczywiście, dawcy I kategorii nie oczekują niczego w zamian od biorców po ciemnej stronie tego równania, jednak potrafią całkiem niezłe radzić sobie samodzielnie i, jak sądzę, bywają całkiem szczęśliwi.

Tak szczerze mówiąc, to ja również miewam amebowate momenty. Gdy podczas radiowych czy telewizyjnych wywiadów, których udzielałem w związku z moją poprzednią książką, prowadzący program mówił: „Obawiam się, że kończy nam się czas”, bez zastanowienia odpowiadałem: „Przepraszam”. Za co, do pioruna, przepraszałem? Czy dlatego, że tak bardzo byłem im wdzięczny za ten wywiad, tak się świetnie bawiłem czy też tak bardzo podobała mi się promocja

mojej książki, że poczułem się zobowiązany do przeprosin? Gdy przytrafia mi się coś miłego, ameba ukrywająca się we mnie reaguje tak, jak gdybym na to nie zasługiwał, jakby te kilka miłych chwil miało pozostać jedynie w sferze marzeń.

Amebowaty dawca I kategorii objawiał się we mnie również podczas zakupu biletów na coroczne bale dobroczynne strażaków i policjantów. Kupowałem je nawet od oszustów, przekazujących 10 do 15 centów z dolara na cele charytatywne. Odkąd zacząłem leczenie, stosuję prosty chwyt. Słowa: „Prześlę swoje 40 dolarów bezpośrednio tej organizacji dobroczynnej. Proszę podać mi adres” ucinają każdą rozmowę.

Dawcy drugiej kategorii

Zamiast odwoływać się wciąż do osób, które bezustannie przejawiają zainteresowanie osobistymi relacjami, znalazłem zwierzę, które najlepiej opisuje cechy tej kategorii. Ten futrzasty ssak to bóbr — niestrudzony pracus. To zwierzę jest tak pracowite i oddane, że zrówna z ziemią las i zmieni bieg rzeki, by stworzyć bezpieczne, pewne i odizolowane żeremie dla swojej partnerki i młodych. Bóbr jest najlepszą ilustracją wielu postaw życiowych, opisywanych przez autorkę książek o współzależnieniu, Melody Beattie. Jest on zdolny do niesłychanego wysiłku, by zbudować tamę, zalewisko i dom — dosłownie i w przenośni — miejsce, gdzie nie będzie *samotny*.

Współzależnione bobry (współ-bobry) są gotowe wszystko oddać innym w niewyrażonym bezpośrednio (i odrobinę przewrotnym)



pragnieniu otrzymania w zamian miłości i aprobaty. Cóż... To nie działa, chyba że ta druga strona też jest dawcą — w takim przypadku okaże uczucia, a bóbr nie będzie zmuszony do zabijania się dla partnera lub — co gorsza — mordowania go. Nie wspomnę już o tym, że współ-bobry wciąż narzekają, jak

bardzo są niedoceniane, a to jest najlepszym dowodem na to, że na miłość nie można zapracować. Na zaufanie, owszem, ale nie na miłość.

Ci, którzy uważają się za *zdrowiejące* współzależnione bobry, są przerażeni i zszokowani odkryciem, że motywy ich działania nie są czyste — w końcu to, jak powinno być oraz to, jak *jest faktycznie*, to

dwie różne kwestie. Zazwyczaj ludzie dają po to, by coś otrzymać. Dary są jedynie przynętą we wnykach.

Współzależnione bobry z II kategorii dawców starają się w pewien sposób chwycić i kontrolować innych w obawie przed samotnością. Z powodu tego dziwnego i nieomal mistycznego połączenia wpływów natury bobra i jego wychowania, większość z nich wierzy, że nie są godni miłości i nie są wystarczająco interesujący, by się z nimi zadawać, chyba że dadzą coś w zamian.

Nie wszystkie bobry są współzależnione. Bóbr *sielski* jest wyluzowanym zwierzątkiem, takim, które pracuje ciężko na rodzinę i nie potrzebuje ani nie wymaga zbyt wiele w zamian ponad to, co jego druga połowa może czy chce dać. *Ambitny* bóbr zdobywca z kolei ciężko pracuje nad osiągnięciem agresywnych i wzniosłych celów, choć wciąż pozostaje zrównoważonym bobrem pod względem tego, co chce dać i czego oczekuje w zamian. W większości bobry sielskie i ambitne pamiętają o zachowaniu granic zdrowego rozsądku. Wiedzą, do czego zmiierzają, a ich nastawienie jest pozytywne i perspektywiczne.

Współ-bobry z II kategorii dawców mogą też zachowywać się jak oszuści w bobrowych skórkach. W przeciwieństwie do ich futrzastych odpowiedników, potrzeby bobrów sielskich i bobrów ambitnych mogą być zamaskowane dobrym wychowaniem i opiekuńczością. Mogą nawet w ten sposób od czasu do czasu zmylić swoich idiotów. Najwyższą aspiracją współzależnionego bobra z kategorii II dawców jest nieustanne przechytrzenie wszystkich idiotów. Taki człowiek nieraz w sceniczny sposób daje do zrozumienia, że inni go potrzebują, podczas gdy to on sam jest śmiertelnie przerażony perspektywą porzucenia i pozostania w samotności. Dlatego też będzie robił wszystko, żeby zatrzymać innych przy sobie.

Taki bóbr będzie gotował, prał i prasował, sprzątał, odkurzał psią sierść z kanapy i płacił rachunki („tylko błagam, nie opuszczaj żeremi, a jeśli już musisz, zostań chociaż w stawie”). Ameby z I kategorii dawców z kolei będą robiły to wszystko, po czym jednak odejdą, przekonane, że nie są warte czyjegokolwiek towarzystwa. Bobry z II kategorii dawców powalają drzewa, budują tamy i żeremia tylko po to, by sprawić, że będą warte zadawania się z nimi. Sądzę, że można powiedzieć, że są o krok przed amebami.

Atrakcyjność dawców dla biorców jest najbardziej widoczna, jeśli obserwuje się zupełnie nic nie wartych ludzi (jak postrzegają siebie ameby) i tylko trochę więcej wartych (bobry). Dawcy kategorii II do poczucia spełnienia siebie potrzebują kogoś, kto jest gotów przyjąć ich dary. Te prawdziwe motywy działania współzależnionych bobrów mogą być ukryte tak dobrze, że same bobry już nie pamiętają, czym się kierują. Rzeczywiste przesłanki postępowania zawsze jednak istnieją. Współzależniony bóbr nigdy tak nie wysiłałby się bez powodu.

Chcesz zwrotu akcji tej opowieści, który będzie dziwniejszy od pomysłu dawania po to, by otrzymywać coś w zamian? Kiedy współzależniony bóbr odda już wszystko, a jego konto zostanie całkowicie opróżnione, może w końcu poczuć urazę do swojego biorcy, dla którego był na każde zawołanie i na którego wydał wszystkie swoje pieniądze. Dokładniej rzecz ujmując, współ-bobry II kategorii dawców podejmują ryzyko doświadczenia różnicy pomiędzy stopniem ich szczodrości, a tym, co otrzymują w zamian. Różnice te z reguły są drastyczne. Sielskie bobry i bobry zdobywcy mający bardziej realne oczekiwania zarówno wobec siebie, jak i innych. Są też mniej skłonne do chowania urazy.

Gdyby bobrowi współzależnionemu poszczęściło się na tyle, by związać się z bobrem sielskim lub zdobywcą, taki partner całkiem nieźle mógłby łagodzić idiotyczne zachowania. Mógłby nawet uznać szalone intrygi bobra współzależnionego za zabawne i słodkie.

Gdyby bóbr współzależniony naprawdę miał szczęście i mógł żyć w otoczeniu zdrowych teściów, przyjaciół, współpracowników czy szefów, wskaźnik jego rozgoryczenia byłby znacznie niższy. Niestety, tego typu osoby są znane z prób tworzenia związków źle dobranych, na przykład międzygatunkowych albo z innym współzależnionym bobrem. Tego typu związki rokują źle i jak dotąd, żaden z nich nie jest w stanie posłużyć jako wyjątek od tej reguły.

Ścinanie drzew dwoma przednimi siekaczami, przyciąganie kłód do strumienia i uszczelnianie tamy błotem przy użyciu własnego ogona to ciężka praca. Kiedy współzależnione bobry uświadomią sobie, dlaczego robią to wszystko, zazwyczaj rwą sobie włosy z głów. W końcu, jak bardzo idiotycznie można postępować, szczególnie starając się trwać wiernie przy biorcach z rodziny czarnych dziur? Biorcy nie dają przecież nic w zamian, chyba że mają w tym jakiś interes.

Przecież to *biorcy*. Współ-bobry zaharowują się na śmierć po to, by ich biorcy mogli wrócić do przytulnego domku i, ziewając, zapytać: „Kiedy obiad?”.

To jest wyjątkowo głupie zachowanie. Współ-bobry mogłyby równie dobrze powiedzieć (ale oczywiście nigdy tego nie zrobią): „Umowa wygląda tak: ja przyrzekam, że będę szarpał się z pniami drzew, robić tamy i budować dla nas żeremie, a ty w zamian obiecasz, że mnie nie zostawisz ani nie odeślesz do diabła”. Nie wypowiadają podobnych słów ani nawet nie dopuszczają ich do świadomości, bo takie postawienie sprawy byłoby strasznie żałosne. Dlaczego więc, gdy biorca bierze otrzymany dar, współ-bobry czują się rozgoryczone? Biorcy pozostają przecież niezmienni, dopełniając swojej części tej niepisanej umowy. Więc w czym problem?

Dlaczego współzależnione bobry są tak całkowicie irracjonalne pod tym względem? Odpowiedź na to pytanie jest bardzo prosta: niskie poczucie wartości tych istot jest tylko nieznacznie wyższe niż zupełnie żałosna samoocena amebowatego dawcy I kategorii, a opisywane zachowania są jedynym znanym im sposobem na usidlenie tych, którzy zapewniają im potwierdzenie swojej wartości — a tego współ-bobry potrzebują bardziej niż wody i tlenu. Albo tak właśnie myślą, zanim nie trafią na terapię. Grupa taka jak Idioci Zdemaskowani pomaga w powrocie do zdrowia dzięki nauce pozytywnego myślenia.

Syndrom Świętego Mikołaja: służący czy naiwniak?

Wielu biorców, należących do kategorii czarnych dziur, nie wierzy w istnienie dawców. Bez względu na to, jak bardzo chętnie wezmą wszystko, co inni zamierzają im dać, to i tak uznają ofiarowanie czegokolwiek od serca za dziecięcy wytwór wyobraźni. Uważają, że każdy, kto zachowuje się bezinteresownie, musi być w rzeczywistości naiwniakiem. Biorcy podejrzewają, że jedynym możliwym wytłumaczeniem tego fenomenu jest fakt, że dający musi chcieć czegoś w zamian. Jak można więc podsumować w tym kontekście zachowania współzależniowanych bobrów — dawców II kategorii? Biorcy są wyjątkowymi niewdzięcznikami, jednak mają stuprocentową rację co do motywacji współ-bobrów.

Dawcy II kategorii są wspaniali i jednocześnie żalosi. Podczas gdy większość bobrów żyje sobie bez zbędnego stresu, dając i otrzymując w zamian, w szczodrości współ-bobrów zawsze ukrywa się jakiś haczyk. A właściwie nawet hak: współ-bobry mają oczekiwania. To, czego oczekują, pozostaje doskonale strzeżonym sekretem, który nijak ma się do rzeczywistości, faktycznego doświadczenia czy statystycznego prawdopodobieństwa. Mimo wszystko te oczekiwania pozostają wciąż dokładnie takie same, a jeśli pozostają niespełnione, wtedy współ-bobry odczuwają rozgoryczenie.

Częścią tego błędnego sposobu rozumowania, wspólnego dla wszystkich współ-bobrów z II kategorii dawców oraz powodem, dla którego większość z nich poddaje się terapii, jest oczekiwanie, że ich marzenia w jakiś cudowny sposób się ziszczą. Jedną z takich fantazji jest pragnienie, by osoba o naturze biorcy brała jedynie wtedy, gdy ma w zamian do zaproponowania coś tej o samej wartości. Oczywiście taka zmiana w zachowaniu biorców byłaby możliwa pod warunkiem radykalnych zmian ich zachowań, a to z kolei zaprzecza istnieniu zdrowego rozsądku i wszelkiej logice. Jeśli wystarczająco często przesiadujesz na spotkaniach grupy terapeutycznej IZ, usłyszysz w końcu, jak ktoś mówi: „Oczekiwania są jedynie pretensjami, które w odpowiednim momencie zostaną wyartykułowane”. Amen.

Dawcy trzeciej kategorii

Święty Mikołaj istnieje, mimo że biorcy nigdy do końca w niego nie uwierzą. Istnieją również istoty kierujące się zdrowymi i dojrzałymi



pobudkami — osoby, które obdarowują innych, bo uważają to za właściwy sposób postępowania. Nie dają po to, by kogoś zadowolić czy otrzymać coś w zamian. Zwyczajnie, starają się czynić to, co jest właściwe, gdyż są powodowane miłością do wszystkiego stworzenia. Dawcy III kategorii mają silniejsze zaplecze niż ci należący do kategorii I

czy II, co stanowi dobry fundament do wzbogacania życia innych ludzi.

Ktoś zasugerował mi, że to delfin powinien stać się odzwierciedleniem altruistycznego dawcy III kategorii (wbrew pozorom, nie staram się napisać kontynuacji *Fotwarku zwierzęcego*). W przypadku

delfinów zazwyczaj mamy wrażenie, że prawdziwa troska i poczucie więzi ze światem jest ich świadomym wyborem, sposobem przeciwstawienia się agresji i antyspołecznym zachowaniom. Możliwe, że to prawda. Możliwe, że wręcz przeciwnie.

Dla mnie altruizm — na przykład dawanie, gdy nie oczekuje się niczego w zamian — jest wspięciem się na jeden z najwyższych poziomów ludzkiej aktywności. Ludzie posiadają tę niezwykłą umiejętność analizy sytuacji i stawiania potrzeb innych istot przed swoimi. Przedstawiam dawcę III kategorii w ludzkiej postaci, ponieważ osiągnięcie tego poziomu w przypadku źródła życia wymaga niesłychanie silnej woli. Choć uwielbiam popisy i sztuczki delfina Flippera z pobliskiego oceanarium, nie uważam, że posiada on silną wolę.

Według wybitnego psychologa Erika Eriksona, dawcy III kategorii są produktywni w dokładnym znaczeniu tego słowa. Badacz ten twierdzi, że produktywność jest rozciągnięciem miłości na przyszłość. To sugeruje, że rozwój człowieka nie jest ograniczony przez jego własne *ja* w momencie, gdy obdarowuje innych w sposób znaczący i nieegoistyczny. Taka postawa wymaga także solidnych podstaw i zrównoważonego obrazu samego siebie, bo ten sposób dawania jest spełnianiem potrzeb innych osób bez jakichkolwiek oczekiwań, jedynie z nadzieją (jednak bez wymagań), że kiedyś przyniesie to korzyści, może nie dziś, ale w przyszłości.

Według mnie, taka umiejętność altruistycznego, pozbawionego egoizmu działania jest dowodem na istnienie silnego związku danej osoby z Bogiem. W końcu wiara w przyszłość wymaga trwania w wierze. Nie wiemy, co nas czeka, ale wierzymy, że to, co jest prawdziwe dzisiaj, będzie takie również jutro. Siła wyższa rządząca wszechświatem będzie równie wszechwiedząca w przyszłości, jak jest teraz i jak była w przeszłości. Dlatego miłość, którą obdarzamy innych, jest dobrą inwestycją. Gdybym nie wierzył w przyszłość i władzę Siły Wyższej nad moim życiem, mógłbym równie dobrze żyć chwilą i niszczyć wszystko, co nie jest mi przydatne.

Będąc brutalnie szczerym w kwestii moich prawdziwych intencji, to zazwyczaj działam według zasad dawcy III kategorii wtedy, gdy czuję, że Siła Wyższa zerka mi przez ramię. Zdaję sobie sprawę z tego, że to niewłaściwa motywacja. W moim rozumieniu właściwych zachowań, nie ma nic złego w próbie zadowolenia czy choćby demonstracji

swojego posłuszeństwa Bogu, ale podejmowanie prób przechytrzenia wszechwiedzącej istoty stawia mnie w niekorzystnym świetle — nawet jeśli wszyscy wokół uważają, że jestem szczodry i troskliwy.

Postawiłem sobie za cel awansować z nieszczerego współ-bobra — dawcy II kategorii na altruistycznego dawcę kategorii III. Skoro już przy tym jestem, to byłoby świetnie, gdybym też mógł pozbyć się tych żalonych amebowatych nawyków dawcy kategorii I. Udaje mi się to na krótkich dystansach, ale zamierzam je wydłużyć.

Zauważyłem też, że zapatrzeni w siebie biorcy potrafią brać bez umiaru od szczodrych dawców III kategorii, uważając ich za naiwniaków, jednak prawdziwie szczodry altruista III kategorii nie pozwoli uwikłać się w taki — oparty na chciwości — związek na długo. Taka osoba zdaje sobie sprawę, że na dłuższą metę tego rodzaju relacja nie przyniesie niczego dobrego. To, że szczodrzy altruści działają bezinteresownie, nie oznacza, że są głupi. Wręcz przeciwnie, dawca III kategorii ma dobry kontakt z rzeczywistością i jego oczekiwania są bardziej realistyczne niż oczekiwania dawców I i II kategorii razem wziętych.

Źródła życia — podsumowanie

Kategorie, na które dzielą się źródła życia, są dość proste do określenia:

- ⇒ **Amebowaci dawcy I kategorii:** sympatyczni, ale w większości pozbawieni charakteru, obawiający się własnego cienia (cudzych zresztą też). Musisz zorganizować zbiórkę charytatywną? Zgłoś się do nich. Szukasz kogoś, kto będzie karmił Twojego pupila i podlewał kwiatki, gdy wyjedziesz na miesiąc? Zrobią to dla Ciebie, nawet jeśli w ogóle Cię nie znają. Ambitne ameby mogą generować całkiem niezłe dochody, jednak potrzebują księgowych i prawników, by powstrzymywali ich przed niepohamowanym rozdaniem wszystkiego.
- ⇒ **Bobry — dawcy II kategorii:** pracowite, wciąż zabiegane stworzonka. Sielskie i ambitne bobry to dość zrównoważone typy, natomiast współ-bobry są wciąż zajęte daniem, daniem i jeszcze daniem, budując zależności i sieć oczekiwań w stosunku do wszystkich. Najgorsze, co mogą sobie wyobrazić, to zbudowanie tamy, zrobienie zalewiska i zbudowanie

żeremia, w których nikt nie chciałby z nimi zamieszkać. Będą zapamiętałe budować i ulepszać, a uderzenia ich ogonków będzie słychać na kilka mil. Obiecay współ-bobrowi, że będziesz go kochać, a pójdzie za Tobą wszędzie i jeszcze poniesie Twój bagaż.

- ⇒ **Dawca III kategorii — altruista:** to jemu ludzkość zawdzięcza swoje dobre imię. Potrafi patrzeć dalej niż na koniec własnego nosa i zawsze poszukuje najlepszego rozwiązania dla wszystkich zainteresowanych. Jest prawdziwie troskliwy, współczujący i nie pozwala, żeby wstyd i egoizm związały mu ręce. Altruści są bardzo uczynni, a porównująca się z nimi reszta z nas czuje się winnymi (ale to już nasz problem, prawda?). Postępują oni według jednej z 12 zasad powrotu do zdrowia. Zanim zaczną pomagać innym, najpierw sami zakładają maski gazowe.

Sposoby na życie z idiotą



- ⇒ **Zachowuj się tak, jakbyś był wartościową osobą tak długo, aż sam w to uwierzysz.** Jeśli nie potrafisz sam siebie przekonać, że tak jest, to naucz się udawać. Ameby muszą uważać, by nie stać się idiotami do kwadratu. Można dawać, ale można też zwariować na tym punkcie. Zachowywanie poczucia własnej wartości jest trudne dla ameb, ale jeśli tylko spróbują naśladować swoje ulubione gwiazdy filmu czy telewizji, wyraźna zmiana będzie widoczna od zaraz. Ameby potrafią przynajmniej udawać, że oczekują od innych tyle, ile oni potrafią dać. Ameby z kategorii I dawców nie muszą martwić się, że staną się samolubne. Nie ma w nich egoizmu.
- ⇒ **Kontroluj motywację.** Dlaczego tylko współ-bobry uciekają na dźwięk tych słów? Współzależni dawcy kategorii II toczą ciężką walkę z wypieraniem i racjonalizacją, które praktykują od czasów dzieciństwa. Jeśli wyniki ich działania nie odpowiadają ich założeniom albo oczekiwaniom, prawdopodobnie powodem tego jest w takim samym stopniu ich motywacja, jak i niewdzięczność biorców, z którymi bobry nawiązują relacje. Nie zaszkodziłoby współ-bobrom obserwowanie, w jaki

sposób bobry sielskie i bobry zdobywcy radzą sobie ze sobą. Nie wstydzą się swojej motywacji i nie mają nic przeciwko rozmawianiu na ten temat z kimkolwiek.

- ⇒ **Dawaj bezinteresownie.** Dawaj, nie licząc na uznanie czy zwrot inwestycji. Możesz na przykład pomóc komuś kompletnie obcemu, zachowując swoją tożsamość w sekrecie. Możesz przelać drobny datek komuś, o kim wiesz, że potrzebuje pomocy i nigdy nie przyznać się do tego. Myślisz, że to trudne? Spróbuj dać na kościelną tacę duży datek, od którego nie musisz odprowadzać podatku. Jeśli sprawi Ci to przyjemność, oznacza to, że jesteś dawcą III kategorii. Jeśli tak postępujesz cały czas, nie zachowując przy tym należytych proporcji, prawdopodobnie jesteś dawcą I kategorii. Jeśli takie altruistyczne gesty przyprowadzają Cię o zimne poty, oznacza to, że znajdujesz się gdzieś w sektorze współ-bobrów z kategorii II dawców.

Podtypy czarnych dziur

Biorcy pierwszej kategorii

Znani także jako mięczaki, ciepłe kluchy i pieski kanapowe. Te prawie pozbawione życia kreatury wyrobiły sobie złą reputację wśród



partnerów, którzy pragną choćby minimalnej namiętności w swoich związkach. W latach 50-tych pojawienie się telewizji zdezaktywowało wiele osób bez względu na wiek i płeć.

Upowszechnienie komputerów i zaniedbywanie wychowania fizycznego w szkołach zwiększyło jeszcze rozmiary tej tendencji do pozostawania pasywnym.

Dawniej kobiety zalegały na kanapie, zjadając czekoladki, dopiero po ślubie. To samo w większości odnosiło się również do mężczyzn. Zazwyczaj nie stawali się kanapowymi zalegaczami z nieodłączną puszką piwa w ręku do momentu pojawienia się pierwszego dziecka. Dziś wszystko się zmieniło. Dzieci już w kołysce oglądają MTV, pierwsze kroki robią dopiero w wieku lat 4, a to i tak tylko po to, by dostać się do lodówki czy komputera.

Gdy byłem dzieckiem, nie mogłem doczekać się, by wyjść na dwór i pobawić się. Dla dzisiejszych dzieciaków zabawa na podwórku z dala od telewizora, odtwarzacza DVD, komputera czy konsoli do gry jest równoznaczne z karą. Według przeprowadzonych badań na kilogram dorosłej osoby przypada teraz więcej tłuszczu i mniej tkanki mięśniowej niż kiedykolwiek w historii rasy ludzkiej. Mięczak w zaskazującym tempie staje się średnią krajową.

Określenie *mięczakowaty biorca I kategorii*, jako jedna z odmian czarnych dziur, odnosi się do osób, które dają z siebie niewiele, jeśli w ogóle, za to oczekują korzyści z owoców pracy innych. Czy to zachowanie nie jest charakterystyczne dla czternastolatka? (a przynajmniej dla niektórych czternastolatków). Mięczaki dają coś z siebie tylko wtedy, gdy zmusimy je do tego. Łatwo przewidzieć, że ich wysiłkom będzie towarzyszyć marudzenie, narzekanie, jęki i po powrocie do domu zastaniesz robotę niedokończoną (za to nigdzie w zasięgu wzroku nie będzie mięczaka). Odgłosy marudzenia mogą być tak denotujące dla rodziny, współmałżonka i innych, że w końcu przestaną prosić mięczaka o uczestnictwo w pracach domowych.

Pod względem osobowości, mięczakowaty biorca I kategorii jest odwrotnością dawcy I kategorii. Osoby tych typów mogą nawet tworzyć szczęśliwe związki, jeśli można tego rodzaju koegzystencję nazwać szczęściem. Ameba kategorii I jest alfą, a mięczak kategorii I jest omegą. Pasują do siebie jak dłoń i rękawiczka, Demokraci i wzrost podatków, Republikanie i gra w golfa. Najbardziej idealne przeciwieństwa w naturze. Mięczak nie mógłby mniej zastanawiać się, dlaczego ameba urabia dla niego ręce po łokcie. Motto mięczaka brzmi: „Dawać to tu”.

Biorcy drugiej kategorii

Klasyczny rozdźwięk pomiędzy osiąganiem wysokich dochodów a spędzaniem czasu z rodziną i przyjaciółmi określa biorców kategorii II, zwanych również jaguarami. Warren Farrell (autor *Mitu męskiej siły*) twierdzi, że ciężka praca do późna dla dobra rodziny jest formą opieki. Co więcej, twierdzi, że ta najczęstsza forma męskiej opieki jest krytykowana przez niektóre kobiety, które uważają, że jaguar powinien przynosić do domu mnóstwo pieniędzy i jednocześnie wracać każdego popołudnia o 17:30, by bawić się z dziećmi i odrabiać z nimi zadanie domowe.



Może to jest wykonalne, a może nie, w każdym bądź razie zdarza się bardzo rzadko. W łańcuchu pokarmowym biznesu i polityki zachodniej cywilizacji bardziej agresywne zwierzęta zazwyczaj pożerają te mniej agresywne. Statystycznie, przedsiębiorczy ludzie, którzy awansują, zarabiając tym samym jeszcze większe pieniądze, zazwyczaj pracują do późna i w weekendy — kosztem czasu spędzonego z rodziną. Paradoksalnie, bardzo często znajdują czas, by grać w golfa. Pracuj intensywnie i baw się tak samo.

W jaki sposób dostarczyciele imponujących środków finansowych mogą być biorcami? Jaguary sprawiają, że w związkach, w które wchodzi, nie ma równości. Nawet w przypadku związku z kochanką nie ma mowy o równości, jedynie o dzierżawie z możliwością zakupu. Jaguary są biorcami, pomimo że przynoszą do domu kupę forsy, ponieważ w ich przyzwyczajeniu do ciężkiej pracy i stylu życia super-samca nie ma miejsca na rodzinę. Tym niemniej jaguary, gdy już się zjawią w domu, oczekują od rodziny, by była na miejscu, idealna i szczęśliwa. Gdy współmałżonkowie lub dzieci dają upust swojemu poczuciu odrzucenia przez wiecznie nieobecnego partnera czy rodzica, jaguar wskazuje na to, jak przyjemnie im się żyje i jak drogi jest taki styl życia, usprawiedliwiając tym samym swoją ciągłą nieobecność w domu.

Małżeństwo z piekła rodem

Jaguary — biorcy II kategorii — często łączą się w międzygatunkowe pary ze współ-bobrami z II kategorii dawców i biorą wszystko, co bobry chcą dać, stwarzając pozory, że to w porządku, bo jest zgodne ze stylem życia jaguarów. To kwestia negocjacji pomiędzy partnerami i musi być rozważana według indywidualnych kryteriów. Jaguar i bóbr mogą być dla siebie lepsi, niż mogłoby się wydawać, jednak pod warunkiem że jaguar jest większym romantykiem niż większość podobnych mu cwaniaków.

Dzieci mają zły nawyk oczekiwania ciągłej opieki. W przypadku gdy rodzicami są jaguar i zapracowany współ-bóbr, w pewnym momencie dzieci zdają sobie sprawę, że oczekują zbyt wiele, jednak warto przynajmniej spróbować podjąć jakiś rodzaj wysiłków w celu osiągnięcia jakiegoś zrównoważenia. W sojuszu jaguara z bobrem albo przy jego braku, jedno z rodziców jest zazwyczaj nieobecne w domu,

podczas gdy to drugie ścina pnie, buduje tamy i zalewa strumienie. Na tych samych warunkach dzieci chciałyby, by ich tata jaguar wziął czasem dzień wolny i spędził go z nimi, a ich mamy bobry nauczyły się grać w golfa. Jeśli to tato jest współ-bobrem a mama jaguarem, dzieci zwyczajnie przestają zapraszać do domu znajomych.

Wiele kobiet-bobrów poślubionych jaguaram żyje samotnie w swoich złotych klatkach, by pewnego dnia przebudzić się i uświadomić sobie, że wyszły za swoich ojców. Przez cały czas trwania małżeństwa starają się zdobyć miłość i czułość, których nigdy nie dostały od swoich ojców. Oczywiście, nie mają co liczyć na czułe gesty ze strony mężów z tych samych powodów, dla których nie otrzymały ich nigdy od ojców. Czułe misie nie zarabiają pieniędzy. Dostrzegasz na tym obrazku jakąś bezmyślną istotę?

Tego typu żony są zazwyczaj chętne do tego, by zadowalać innych (i dzięki nim interes bobrowych terapeutów kwitnie). Próby zdobycia miłości tatusia nigdy się do końca nie powiodły, więc wychodzą za kogoś o podobnym charakterze i próbują dalej. Zarówno jaguary — biorcy II kategorii, jak i współ-bobry z II kategorii dawców mogą zaharować się na śmierć, ale z zupełnie innych powodów. Zbyt często współ-bobry zatracają się w próbach zbliżenia się do partnera, podczas gdy jaguary z równie wielką determinacją starają się wepchnąć pracę pomiędzy siebie samych a intymność. Wyścig trwa. Bobry dość rzadko wyprzedzają jaguary.

Biorcy trzeciej kategorii

Możesz przebywać w pokoju kilka godzin, zanim zdasz sobie sprawę, że jest w nim także mięczak, jednak gdy do pokoju wpada tornado, wszyscy porzucają swoje zajęcia, by popatrzeć na nie. Bez względu na to, do jakiego wpada pokoju, bez względu na rodzaj pracy wykonywanej przez ludzi w nim siedzących, nie ma takiej możliwości, by nie zwróciło na siebie ich uwagi. Samozapłon tornado następuje gdzieś na początku okresu dojrzewania, a później ogień wciąż płonie. Gapie najwyraźniej nigdy nie widzieli półtorametrowego słupa ognia, powstałego przez zapalenie nitrogliceryny. Jeśli tylko zerkną na wirujące tornado, nie będą w stanie już oderwać od niego zafascynowanego wzroku.



Wirujące tornado jest chodzącą nawałnicą. Ciepło wywołane przez burzę tworzy wir, który zasysa tlen do oka cyklonu, a dzięki temu płomienie nie wygasają. Każdy, kto spędził trochę czasu z takim typem, wie doskonale jak to jest, gdy brakuje tlenu.

Tornada są doskonałą rozrywką dla pań i panów, chłopców i dziewcząt w każdym wieku. Rybki w akwarium przyciskają pyszczki do szyby, psy zastygają pomiędzy jednym a drugim drapnięciem, koty przestają czyścić sobie futerko. Ludzie są jednocześnie zafascynowani i przerażeni widokiem trąby powietrznej. Hollywoodzkie wytwórnie płacą miliony za prawa do telewizyjnych i filmowych adaptacji ich oburzającego zachowania.

Ci, którzy nie znaleźli sensu własnego życia, beznadziejnie ciągną do tych niesłychanych stworzeń, a one pochłaniają wszelkie życie wokół siebie. Ameby z I kategorii dawców usiłują służyć tornadom na swój pozbawiony charakteru sposób, jednak tak jak ćmy ciągnące do ognia, przypiekają się na węgiel. Współ-bobry z kolei traktują tornada z ich niezaspokojonym apetytem na jednostronną miłość i seks jako spełnienie marzeń: „Nareszcie spotkałem kogoś, kto mógłby razem ze mną ścinać drzewa, budować tamy i żeremie. Teraz moje życie już ma sens. Choć to tornado, a nie bóbr, to jednak będzie mnie potrzebować”. Radar współ-bobrow, nastawiony na emocjonalnie niedostępnych partnerów, może namierzyć trąbę powietrzną grasującą setki mil dalej. Współ-bóbr stroszy wtedy futerko i uderza swoim płaskim ogonkiem o powierzchnię stawu z rozkoszy. Kliniczna diagnoza tego stanu: zakochany bóbr.

Wszystko, co bóbr z II kategorii dawców potrafi zbudować, może natychmiast zostać pochłonięte przez wirujące tornado. Nienasycenie trąby powietrznej zapewnia współ-bobrowi stałe zatrudnienie: trzeba odbudować wszystko, co tornado spali, wysadzi czy zatopi, a ta niszczycielska siła będzie działała, dopóki się nie wypali i pozostawi po sobie jedynie bliskich pogrążonych w żałobie.

Trudno tornadu odmówić czegokolwiek. Próba odmowy sprawia jedynie, że pali się mocniej i dusi więcej ludzi, wysysając tlen z ich płuc. Trzeba zacząć od tego, że najlepiej się do nich nie zbliżać. Ale taka rada z kolei przypomina próbę zawrócenia ćmy lecącej do płomienia — nie można wygrać z instynktem.

Królowe, królowie, księżęta i księżniczki, jak i szkolące się dopiero księżniczki i księżęta dramatu są subtelną odmianą wirującego zjawiska, jakim jest tornado, jednak te mniejsze wiry są jak drobne burze piaskowe w porównaniu z huraganem Rita². Czasem współ-bóbr z II kategorii dawców może doprowadzić się do takiego szaleństwa dawania i wymagania pochwał, że sam zacznie przypominać wirującą trąbę powietrzną. Wprawnym okiem można natychmiast stwierdzić, że to jedynie niewielkie zakłócenie atmosferyczne. Czasem jaguar zacznie gonić swój ogon tak szybko, że też może wydawać się wirującym tornadem, jednak współ-bobry i jaguary w końcu zwolnią na tyle, by można było stwierdzić, kim są naprawdę. Prawdziwe tornado nie przestaje wirować prawie przez nieskończoność.

Biorców z III kategorii się nie spotyka, a wpada się na nich. A co do brania, będą brać, brać i jeszcze raz brać, aż dawca nie będzie miał nic więcej do zaoferowania. Wtedy natychmiast tornado porzuci swojego dawcę. Wyobraź sobie, jakie to uczucie — podążanie za morderczym tornadem ścieżką zniszczenia z ubraniem porwanym na strzępy, zwisającym ze sponiewieranych kości nieszczęsnego dawcy jak łachmany. Tak może wyglądać życie tych, którzy zakończyli związek z tornadem.

Będąc klinicystą, miałem do czynienia z takimi osobami i nie był to miły widok. Jako zdrowiejący współ-bóbr II z kategorii dawców, ocalałem z kilku takich związków o pięć centymetrów niższy, finansowo splukany, do tego lekko kulejąc. Tak długo, jak pozostaję wierny zasadom Idiotów Zdemaskowanych, będę umiał być dojrzałym partnerem tornada, potrafiącym ustalić i zachować zdrowe granice, albo przynajmniej na tyle cwany, by zwać w przeciwnym kierunku tak szybko, jak się da.

Gdy pytam ocalałych ze związków z biorcami III kategorii, czy weszliby jeszcze raz w taką relację, bez wahania odpowiadają: „Zwariowałeś? Nigdy więcej nie chcę przez to przechodzić”. Kłamczuchy. Oczywiście, że chcą. Nie spotkałem jeszcze prawdziwego współ-bobra z II kategorii dawców, który rozpoznałby zagrożenie w swoim działaniu przy pierwszym, drugim albo trzecim podejściu.

² Najsilniejszy huragan, jaki kiedykolwiek pojawił się u wybrzeży Meksyku. Zaatakował 21 września 2005 roku, przetaczając się przez Teksas, Luizjanę, Florydę i Wybrzeże Kuby.

Oczywiście, to było najstraszniejsze i najbardziej bolesne doświadczenie w życiu ocalonych, jednak nie potrafią oni trzymać się od dawców III kategorii z daleka. Rodzice, matki w szczególności, próbują namawiać swoje dzieci, w szczególności swoje nastoletnie córki, by trzymały się od tornad z daleka. Oczywiście, dzieci ignorują ich i regularnie wracają ze szkoły we łzach i podartym ubraniu.

Czarne dziury i źródła życia zaczynają objawiać swoje prawdziwe oblicza dość wcześnie.

Czarne dziury — podsumowanie

Podkategorie czarnych dziur są bardzo proste do wskazania:

- ⇒ **Mięczaki z I kategorii biorców:** przez większość czasu są nieruchomymi obiektami. Te oddychające poduszki na sofie gdzieś po drodze wypracowały nastawienie, że miłość do kogoś oznacza zezwolenie na zachowanie funkcji życiowych. To może przytrafić się dzieciom lub amebom. Z drugiej strony, ta nabyta beznadziejność może być przejawem tłumionego gniewu, pasywno-agresywnym sposobem na wyrównanie rachunków z dominującą matką i emocjonalnie nieobecny ojcem albo odwrotnie. Jeśli idiota nie ruszał się prawie wcale od miesiący, jedni zwyczajnie będą go omijać, sprzątając, odkurząc od czasu do czasu i żyć własnym życiem, a inni będą starali się odkryć i zniszczyć to, co krępuje ślimaka.
- ⇒ **Jaguary z II kategorii biorców:** ukierunkowane na sukces. Te wysoce produktywne stworzenia mogą być chodzącymi sprzecznościami. Pracują wytrwale na komfortowe życie, ale spędzają z rodziną zbyt mało czasu, by się nim cieszyć. Mogą odsłonić podporządkowaną osobowość współ-bobrów z II kategorii dawców. Osoba uważająca, że prawdziwa miłość to prezenty i wysoki standard życia, na który zarabia jaguar, będzie wypierała się tego na długo, zanim zacznie podejrzewać, że coś w tym śmierdzi. Jaguar jest mistrzem sprzecznych sygnałów, które mogą zmylić każdego w każdej chwili. Współ-bobry stosujące manewr wypierania lub zbyt zajęte budowaniem tam, by to zauważyć, są najbardziej podatne.

- ⇒ **Biorcy III kategorii — tornada:** przyciągają uwagę wszystkich, przynajmniej na początku. Ameby złożą dary u ich stóp i odejdą cichutko. Altruści uśmiechną się do chwilowego zakłócenia i odpłyną na spokojniejsze akweny. Współ-bobry z II kategorii dawców przypną się kajdankami do kostki tornada. Tornada mają dokładnie tyle samo potrzeb, co współ-bobry, ale nie starają się nawet udawać, że zachowują przy tym zasady uczciwej wymiany. Biorcy III kategorii uważają, że zasługują na to, by dostać wszystko w zasięgu swojego wzroku tylko dlatego, że jest w zasięgu ich wzroku. Są wiecznymi ofiarami jakiejś niesprawiedliwości. Wszystko i wszyscy, którzy odmówią im czegokolwiek, czego oni pożądamy, są według nich niesprawiedliwi lub ich prześladowcy.

Sposoby na życie z idiotą

- ⇒ **Bądź jak szyba osłaniająca przed robactwem.** Bądź ogrodnikiem, który usuwa ślimaki. Jeśli czujesz, że Twoim przeznaczeniem jest oczekiwanie na oddychającą poduszkę na sofie, to Twoja samoocena może być gdzieś na poziomie dna studni głębinowej. Katolicy podejmują pokutę, ale nawet św. Franciszek z Asyżu nie będzie od Ciebie wymagał, abyś całe swoje dorosłe życie spędził na pielęgnowaniu mięczaków. Jeśli zastanawiasz się nad tym, jak miałyby wyglądać Twoje idealne życie i Twoja w nim rola, czy widzisz gdzieś na tym obrazku lenia kanapowego?
- ⇒ **Poszukuj równowagi.** Jeśli jesteś jaguarem, z pewnością uważasz, że jesteś w stanie idealnej równowagi. Żyjesz na wysokich obrotach, od czasu do czasu zjeżdżając na pobocze, by odebrać od rodzinki należną Ci porcję czułości, po czym wracasz do wyścigu. Jeśli jesteś partnerem jaguara, nie możesz być jeszcze bardziej wytracony z równowagi. Niewielu będzie czytać tę książkę, nie notując sobie od czasu do czasu. Z czasem kompromis, który udało Ci się wypracować pomiędzy życiem w zbytku a miłością, zaczyna zapadać się pośrodku jak tani materac i grozi załamaniem. Jeśli jesteś partnerem mięczaka, tym kompromisem jest koleżeństwo (jeśli można tak to nazwać),

pozwalające na uniknięcie samotności. W przypadku związku z tornadem, kompromis polega na zamianie nudnej egzystencji na ciągły przyływ adrenaliny.

- ⇒ **Zejdź z torów.** Jeśli nie chcesz zderzyć się z pędzącą lokomotywą, nie stój w jednym miejscu, w którym możecie się zderzyć. Jeśli nie chcesz, by zmiotło Cię wirujące tornado, schowaj się do piwnicy, gdy tylko usłyszysz syreny alarmujące o nadejściu cyklonu. Widziałeś, co stało się z Dorotką, gdy zignorowała ostrzeżenia i wyruszyła na poszukiwania swojego pieska Toto. Czasem trąba powietrzna może być tak wspaniałym widokiem, że nie można zrobić kroku: wiesz dokładnie, co się zaraz stanie, ale nie potrafisz się poruszyć. Ile jeszcze razy zostaniesz niemal wciągnięty pod koła siłą pędzącej lokomotywy, zanim nauczysz się, że nie należy się bawić w pobliżu torów? Nie przesiaduj z niebezpiecznymi ludźmi w niebezpiecznych miejscach. Jeśli tak bardzo potrzebujesz odczuć dreszczyk emocji, zastanów się nad kursem spadochroniarstwa.

Podsumowanie rozdziału

W każdym z nas znajdują się elementy każdej z wcześniej omówionych sześciu kategorii osobowości (ameby, współ-bobra, altruisty, mięczaka, jaguara i tornada). U każdego jedna z tych charakterystyk bierze górę, inne uwidoczniają się słabiej. Ludzie są zwierzętami próbującymi upodobnić się do ludzi, dziećmi próbującymi dorosnąć. Dobra wiadomość jest taka, że ludzie starają się wykorzystać najlepiej jak mogą informacje, którymi dysponują. Bolesne dla innych — czy autodestrukcyjne — zachowania wskazują na to, że potrzebują więcej lepszych danych albo że zwyczajnie powinni im bardziej zaufać.

Niestety, praca przy użyciu zawirusowanych plików może stać się tak silnym przyzwyczajeniem, że ludzie zapominają, że można działać inaczej. Nie wpadną na to, żeby poszukać w internecie nowych informacji, a w ten sposób mogliby się efektywnie zmienić — dowiadując się więcej o sobie, dlaczego ich idioci są tacy, jacy są i jak najlepiej reagować. Im więcej się uczysz, tym bardziej zdajesz sobie sprawę z tego, że czego nie wiesz.

Wierzę, że ameby, bobry, altruści, mięczaki, jaguary i tornada wykorzystują swoje właściwości (zasoby) jak umieją. Pozostając w związku, stajesz się częścią tego, czym dysponuje ta druga strona. Szczęśliwsze i bardziej spełnione życie z ważnym dla Ciebie idiotą i Twoim wewnętrznym idiotą wymaga zastosowania rady Teddiego Roosevelta: „Zaczynij tam, gdzie stoisz, użyj tego, co masz i daj z siebie wszystko”. Lektura tej książki może nie być początkiem tej podróży. To prawdopodobnie nie jest także jej koniec. Może za to się stać sympatycznym i pouczającym przystankiem po drodze.

Lista rzeczy do zrobienia:

- ✓ Zachowuj się tak, jakbyś był wartościową osobą tak długo, aż sam w to uwierzysz.
- ✓ Kontroluj motywację.
- ✓ Działaj bezinteresownie.
- ✓ Bądź jak szyba osłaniająca przed robactwem.
- ✓ Poszukuj równowagi.
- ✓ Zejdź z torów.