

Karmienie: miłość jako kontrakt i „dług” w ciele

Jest jeszcze jeden trening, który wygląda niewinnie,
bo jest wpisany w kulturę i dom.
Karmienie.

„Zjedz.”
„To dla ciebie ugotowałam.”
„To jest zdrowe.”
„Dlaczego nie dojadłeś?”
„Co się mówi, jak się odchodzi od stołu?”

Na powierzchni to są zdania o jedzeniu.

W polu — to są zdania o przynależności.

I zanim ktoś to nazwie „troską” albo „opieką”, trzeba dopowiedzieć coś ważnego:
po stronie matki to często nie jest psychologiczna troska. To nie jest czuła opieka, która rozpoznaje rytm drugiej osoby i zostawia jej miejsce. To jest prostolinijny instynkt. Taki, który działa jak dźwignia życia:
„ma zjeść, ma rosnąć, ma mieć siłę, ma przeżyć”. Instynkt nie negocjuje. Instynkt nie robi filozofii apetytu.
Idzie do przodu.

I właśnie dlatego karmienie tak łatwo staje się ruchem regulacyjnym pola: matka reguluje swój lęk i swoje poczucie odpowiedzialności tym, że dziecko „przyjęło”.

A dziecko, jeśli chce zostać w więzi i w zgodzie, uczy się przyjmować nawet wtedy, gdy nie chce.
To nie jest kwestia winy. To jest mechanika instynktu w polu.

Stół jest jednym z pierwszych miejsc, gdzie tę mechanikę widać gołym okiem,
bo przy stole ciało nie może udawać. Przy stole widać, kto ma władzę nad rytmem przyjmowania.

Matka stawia talerz.

— Zjedz.

Chłopiec patrzy.

Mówi prosto, bez teorii:

— Nie jestem głodny.

I to jest moment, w którym nie rozmawiają już o jedzeniu.

Bo jego „nie” dotyczy jej instynktu, który słyszy to jak zagrożenie:
„coś mi się wymyka”.

Więc instynkt robi to, co potrafi: dociska.

— Ale ja dla ciebie ugotowałam.

— To zdrowe.

Chłopiec nie słyszy informacji.

Chłopiec słyszy: „weź ode mnie, bo inaczej będziesz powodem napięcia”.

I wtedy w nim rodzi się coś bardzo starego, jeszcze zanim ułoży mu się język.

Rodzi się kontrakt.

Nie „jem, bo czuję”.

Tylko „jem, żeby było dobrze”.

W brzuchu zaczyna się mieszać porządek porządków: głód, lęk, wdzięczność, wstyd i przynależność robią się jednym odczuciem. I dziecko szybko odkrywa, że jego „nie” nie jest neutralne. Jego „nie” staje się komunikatem: „jesteś niewdzięczny”, „nie doceniasz”, „robisz problem”.

Dlatego zaczyna jeść nie w rytmie ciała, tylko w rytmie pola.

A kiedy zje, napięcie opada.

I to opadnięcie jest nagrodą.

Nie smak. Nie sytość. Spadek napięcia w relacji.

Potem przychodzi dokładka. Prawie zawsze.

Bo instynkt nie kończy się na jednym przyjęciu.

— Jeszcze trochę.

— Mamo, Już nie mogę.

Matka nie słyszy „nie mogę”.

Instynkt słyszy „nie dam rady cię utrzymać”.

Więc naciska.

— Jeszcze dwa kęsy.

— Dla mnie.

— Nie rób mi tego.

I wtedy chłopiec robi rzecz, która zostanie w nim na długo: zaczyna płacić sobą, żeby nie uruchomić napięcia po drugiej stronie. To jest pierwszy trening stajennego: „ja dam, ty się uspokoisz”. To jest moment, w którym jego oś zaczyna być wymieniana na ulgę w polu. Jeszcze nie ma słów „oś” i „ulga”. Jest tylko odruch: lepiej przyjąć niż narazić się na ciężar. Lepiej połknąć niż rozhuścić świat.

A potem to rośnie. Nie w teorii. W codzienności.

W domu nie mówi się wprost: „bądź moim regulatorem”. Mówi się: „bądź grzeczny”, „nie marudź”, „nie dokładaj”, „nie rób problemów”. Stół jest jednym z pierwszych miejsc, gdzie się to ćwiczy, bo przy stole widać natychmiast, kto ma prawo do własnego „tak” i własnego „nie”.

Jeśli chłopiec ma prawo powiedzieć „nie” i nadal być w więzi, rośnie oś.

Jeśli jego „nie” oznacza winę i konflikt, rośnie funkcja.

I tu rodzi się rzecz kluczowa: zamiana apetytu na lojalność. To jest podstawowy ruch regulacyjny.

Dziecko uczy się przyjmować, żeby utrzymać przynależność.

Uczy się, że odmowa jest ranieniem.

Uczy się, że bliskość jest kontraktem: „weź, a będzie dobrze”.

To wygląda jak zwykły stół.

A w środku rodzi się dług.

„Ugotowałam” nie jest informacją. „Ugotowałam” jest rachunkiem. A „co się mówi” jest pierwszym rytuałem spłaty. Dziecko zaczyna rozumieć — nie myślą, tylko odruchem — że przyjmowanie jest obowiązkiem, a odmowa jest winą.

To nie jest jeszcze poczucie winy „psychologiczne”. To jest wina w ciele: napięcie przepony, wstrzymanie,

skurcz, potrzeba naprawy. I tak powstaje chłopięcy automat, który potem będzie wyglądał jak „charakter”, a jest treningiem przetrwania.

Chłopiec rośnie. Robi się nastolatkiem. Zaczyna czuć ciało inaczej.

Zaczyna mieć własny rytm. I wtedy często słyszy:

— Ty zawsze wybrzydzasz.

— Z tobą to nigdy nie wiadomo.

On nie słyszy: „martwię się”.

On słyszy: „jesteś kłopotem dla pola”.

I ma dwa wyjścia. Albo zaczyna jeść „żeby nie być kłopotem”, albo zaczyna walczyć.

Tylko że walka, jeśli nie ma ojcowskiej osi, nie robi mężczyzny. Walka robi opór.

A opór jest również reakcją, nie osią. Stajenny zwykle wybierze pierwsze, bo pierwsze jest bezpieczniejsze: dopasowanie.

I właśnie tu wchodzi trzeci element: uczenie się roli karmionego chłopca. Chłopiec, który wielokrotnie słyszał „zjedz”, zaczyna wchodzić w miejsce, w którym kobiecie „dawanie” jest jednocześnie ustawianiem. Nie zawsze z intencją kontroli. Często z intencją życia. Ale mechanika pola nie pyta o intencję. Mechanika pyta o skutek: czy chłopiec ma prawo do własnej osi w przyjmowaniu.

Jeśli jego „nie” jest zawstydzane, chłopiec uczy się, że żeby zostać w więzi, trzeba połknąć. Połknąć jedzenie. Połknąć wstyd. Połknąć sprzeciw.

Połknąć własny rytm. I wtedy dorosłość jest już tylko zmianą rekwizytów:

nie „zjedz”, tylko „bądź łatwy”, „nie rób napięcia”, „zrób tak, żebyś była spokojna”, „nie odmawiaj”, „nie wychodź z osi, bo ja tego nie uniosę”.

I teraz dzieje się rzecz, której wielu mężczyzn nie rozumie, bo jest zbyt prosta: dorosły mężczyzna bywa nadal karmiony. Nie zawsze jedzeniem. Czasem troską. Czasem opieką. Czasem „dobrocią”.

Czasem ulgą.

I to wygląda jak miłość,

ale w środku bywa powtórzeniem dawnego kontraktu.

Kolacja.

Ona mówi:

— Zjedz, bo nic nie jesz.

— Zrobiłam specjalnie dla ciebie.

— No weź, nie rób scen.

On bierze. Automatycznie.

Nie dlatego, że jest głodny.

Dlatego, że ciało pamięta: przyjęcie = spadek napięcia = więź.

Z zewnątrz wygląda to jak miły dom.

Od środka często jest powrót do dawnego miejsca:

kobieta w instynktownym nacisku, mężczyzna w lojalności przyjmowania.

I co jest najdziwniejsze: on może nawet czuć wdzięczność, a jednocześnie tracić oś. Bo znów robi to samo: przyjmuje, żeby było dobrze. Nie wybiera. Nie stoi. Reguluje. A potem dziwi się, że w środku robi się pusty albo wściekły albo „zmęczony bez powodu”. On nie jest zmęczony jedzeniem. On jest zmęczony kontraktem.

Słowo „zjedz” bywa potem kodem relacyjnym.

„Przyjmij ode mnie.”

„Bądź miękki.”

„Nie odmawiaj.”

„Nie rób napięcia.”

„Nie stawiaj granicy.”

Dlatego mężczyzna, który całe życie był karmiony, może słyszeć odmowę jak zagrożenie więzi.

A wtedy robi to, co zna: dostosowuje się. Znika w funkcji.

Staje się stajennym — uważnym, gotowym, przewidywalnym.

I to bywa chwalone jako „dobry partner”.

Tylko że „dobry” w tym znaczeniu często znaczy: łatwy do regulowania.

Stajenny ma tu swój korzeń: w miejscu, gdzie chłopiec nauczył się, że jego przynależność jest kupowana przyjmowaniem. Żeby zostać, trzeba być potrzebnym. Żeby być potrzebnym, trzeba nie odmawiać.

Żeby nie odmawiać, trzeba odłączyć się od własnego rytmu.

Król zaczyna się w innym miejscu.

Tam, gdzie mężczyzna odzyskuje prawo do własnego rytmu przyjmowania.

Do tego, żeby móc powiedzieć: „nie jestem głodny” — i nadal być w więzi.

Do tego, żeby móc odmówić — i nie płacić za to winą w ciele.

Bo dopiero wtedy jedzenie przestaje być kontraktem, a staje się jedzeniem.

A mężczyzna przestaje być karmiony jak chłopiec i zaczyna stać jak osoba.