

\*

***Jerzy Grzybowski, „Mażeńskie temperamenty”, Wydawnictwo „M”, Kraków 2007, ss. 136.***

Obecnie wielką popularnością cieszą się na rynku księgarskim wszelkiego rodzaju poradniki i pomoce, które w sposób przystępny i zrozumiały dla przeciętnego człowieka wprowadzają w skomplikowane zagadnienia natury psychologicznej. Świat ludzkich emocji, uczuć, doznań i reakcji jest dla współczesnych ludzi bardzo fascynujący a jednocześnie przysparzający wielu problemów i wywołujący niejednokrotnie poczucie zagubienia. Znaczne dowartościowanie sfery emocjonalnej, charakterystyczne dla naszych czasów, sprawia, że każdy pragnie mieć właściwą orientację w przeżywanych na co dzień doświadczeniach wywołujących określone stany wewnętrzne i chce posiadać umiejętność odpowiedniego ich kontrolowania.

Jednym z podstawowych i najważniejszych obszarów, na którym ujawniają się nasze uczucia, jest sfera relacji międzyludzkich, w szczególności relacji małżeńskich. Kryzysy małżeńskie są często wywołane brakiem umiejętności prawidłowego przeżywania własnych emocji i wyrażania uczuć. Dlatego w małżeństwie, a nawet przed jego zawarciem, istotne jest poznanie własnego temperamentu i zaakceptowanie go. Rozpoznanie temperamentu, zarówno swojego, jak i współmałżonka, jest czynnikiem sprzyjającym budowaniu więzi małżeńskiej oraz rozwiązywaniu konfliktów, jakie nieuchronnie pojawiają się we wspólnym życiu.

Książka Jerzego Grzybowskiego *Mażeńskie temperamenty* jest próbą podjęcia w sposób praktyczny i życiowy kwestii umiejętności rozumienia siebie i współmałżonka w kontekście wiedzy na temat ludzkich temperamentów. Autor jest krajowym moderatorem i założycielem (wraz z żoną) ruchu *Spotkań Mażeńskich*, który działa w Polsce od 1977 roku. Jest to ruch, którego podstawowym zadaniem jest organizowanie i prowadzenie

rekolekcji oraz szeroko rozumianej formacji małżeństw i całych rodzin. Celem ruchu jest pomaganie małżonkom w odnawianiu więzi małżeńskiej i stwarzanie warunków do autentycznego spotkania ze sobą i z Bogiem.

Choć, jak sam Autor przyznaje, tytuł książki może wydawać się nielogiczny, gdyż temperament cechuje konkretną osobę, w sposób szczególny ujawnia się on we wszelkiego rodzaju relacjach, zwłaszcza małżeńskich. „To nasza więź, nasze relacje sprawiają, że cechy temperamentu nabierają dynamiki, uwypuklają się i pomagają lub utrudniają porozumienie” (s. 7).

Omawiana publikacja zawiera charakterystykę podstawowych cech temperamentów ludzkich, które w poszczególnych rozdziałach zostały zestawione w pary na zasadzie kontrastu: prymarność – sekundarność (s. 37-46), aktywność – nieaktywność (s. 47-52), wojowniczość – ugodowość (s. 53-60), wąskość – szerokość (s. 61-70), towarzyskość – separatywność (71-76). W trakcie omawiania wskazanych cech temperamentów Autor odwołuje się do licznych przykładów zdarzeń z życia małżeństw, w których ujawniły się różnice w temperamentach. Nie stroni również od dzielenia się własnymi doświadczeniami, zdobytymi w trakcie realizacji swojego powołania.

W dalszej części książki (s. 77-96) J. Grzybowski przedstawia problemy, jakie mogą pojawić się w życiu małżeńskim wskutek wzajemnej nieznajomości temperamentu małżonka. Autor podaje przykłady prostych ćwiczeń, które mogą pomóc w rozpoznaniu typu własnego temperamentu oraz umożliwić prawidłowe odczytanie motywów niektórych zachowań i reakcji współmałżonka. Przedstawione zostają sytuacje kłótni, kryzysu, konfliktu, zdrady, problem przebaczenia, akceptacji i oceny (s. 97-124).

Początkowy i końcowy fragment książki (s. 9-36 i 125-130), które traktują o sferze emocjonalnej i duchowej człowieka, stanowią dla całości swoistą klamrę, gdyż, poprzez odwołanie się do konieczności nieustannego poznawania i kształtowania siebie w sferze psychicznej i duchowej, wyznaczają ogólne ramy ludzkiej uczuciowości, której nie można sprowadzić jedynie do zwykłych emocji i doznań. Dzięki temu Autor nie popada w nadmierne „psychologizowanie”. Szanując i rozumiejąc znaczenie sfery psychicznej, wyraźnie zaznacza, że nie wyczerpuje ona całej głębi wewnętrznego życia człowieka.

Niewątpliwą zaletą książki są świadectwa par małżeńskich, umiejętnie wplecione w tok teoretycznego wywodu Autora. Zanotowane wypowiedzi małżonków stanowią bardzo sugestywną ilustrację omawianych problemów relacji międzyludzkich. Pozwalają na pełniejsze uchwycenie i zrozumienie źródeł określonych zachowań. Czytelnik odnosi przez to wrażenie, że książka adresowana jest wprost do niego i odnajduje własne sytuacje życiowe w zwierzeniach par małżeńskich.

*Małżeńskie temperamenty*, choć nie jest typowym podręcznikiem czy poradnikiem z zakresu psychologii, posiada dla odbiorcy walor zarówno edukacyjny, jak i formacyjny. Książka jest owocem nie tylko nabytej przez Autora wiedzy ale także, a może przede wszystkim, jego doświadczenia, które zdobył w pracy z parami małżeńskimi oraz w pracy nad wzajemnymi relacjami we własnym małżeństwie. Przystępność języka i interesujący sposób przekazu treści powodują, że książka może zainteresować szerokie grono potencjalnych czytelników będących w różnym wieku i znajdujących się na różnym etapie życiowej drogi. Wydaje się również, że Autorowi udało się uniknąć częstego w tego typu publikacjach zbanalizowania i zbytniego uproszczenia omawianych problemów. Pozytywny (ale nie naiwny) sposób prezentowania niekiedy trudnych spraw i doświadczeń życia małżeńskiego sprawia, że lektura omawianej publikacji zachęca do podjęcia wysiłku w celu poznania i stałego formowania własnej osoby, a przez to także relacji z innymi. Rozbudza także chęć dialogu wewnętrznego i zewnętrznego, bez którego małżeńskie temperamenty pozostają jedynie nieodkrytym skarbem.

***Ks. Adam Świeżyński***  
*Instytut Filozofii UKSW*  
*Warszawa*