



KAMIL WOJCIECHOWSKI

**CO MYŚLI FACET
ALE NIGDY CI
NIE POWIE**

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości
lub fragmentu niniejszej publikacji
w jakiegokolwiek postaci jest zabronione.



ISBN: 978-83-975344-0-7

Copyright © Kamil Wojciechowski 2025
dobrewzorze.pl

Spis treści

Wstęp	6
Jestem bardzo wrażliwy na dotyk, bardziej niż mogłabyś przypuszczać.....	8
Lubią chwile samotności, żeby uporządkować swoje myśli.....	10
Czuję nienawiść jeśli publicznie podważasz mój autorytet.....	12
Uwielbiam gdy dzielisz się ze mną swoimi marzeniami.....	14
Nie akceptuję braku wsparcia emocjonalnego	16
Nie lubię ciągłej krytyki	18
Pragnę szacunku w związku	20
Cenię harmonię w codziennym życiu	22
Potrzebuję intymności i bliskości	24
Nie toleruję kontroli i ograniczania	26
Nie akceptuję zdrady fizycznej i emocjonalnej	28
Pragnę wsparcia w realizacji swoich celów i hobby	30
Cenię Twoją stabilność emocjonalną	32
Nie chcę być zawsze tym który inicjuje wszystko.....	34
Komplementy działają na mnie dłużej niż mogłabyś przypuszczać.....	36
Widzę więcej niż myślisz, ale nie zawsze o tym mówię, kolekcjonuję wątpliwości.....	38

Nie zawsze mam ochotę na seks, ale nie mogą Ci tego powiedzieć.....	40
Uwielbiam jak publicznie pokazujesz, że jestem dla Ciebie ważny i, że jestem najlepszy	42
Często chce mi się płakać, ale z całych sił powstrzymuję się.....	44
Odczuwam ekstremalnie silny stres kiedy mam problemy finansowe	46
Często mam ochotę na romantyczne gesty, ale boję się, że wyjdę na dziwaka	48
Nie chcę być postrzegany jedynie przez pryzmat tego co mogę zaoferować.....	50
Czasem chcę usłyszeć, że robisz coś tylko i wyłącznie dla mnie.....	52
Często widzę niedoskonałości Twojej urody, ale o tym nie mówię i to akceptuję.	54
Często czuję się kompletnie samotny nawet będąc otoczony ludźmi	56
Nie akceptuję mówienia o poprzednich związkach i relacjach.....	58
Nie muszę czegoś czuć żeby się z Tobą przespać	60
Muszę czuć, że zasługujesz na to, żebym chciał dać Ci najlepszą wersję mnie.....	62
Nie mówię Ci wszystkiego bo wiem, że tego nie zrozumiesz	64
Uważam, że szczerowość nie do końca sprawdza się w relacji z kobietami.....	66
Nie pamiętam w co się ubierasz i jakich używasz perfum	68

Oglądam filmy dla dorosłych.....	70
Nie akceptuję sytuacji gdzie jestem mniej ważny dla Ciebie niż Twoja rodzina i przyjaciółki	72
Nie akceptuję kłamstwa	74
Boję się impotencji	76
Jeśli mówisz do mnie długo bez przerwy, przestaję to zapamiętywać.....	78
Dzieci nie są całym moim światem	80
Prędzej zranisz mnie psychicznie niż fizycznie	82
Nie chcę żyć Twoim życiem tylko swoim	84
Czasem wyobrażam sobie, że jesteś „niegrzeczną dziewczynką”, ale nie chcę Cię takiej w życiu codziennym	86
Zakończenie	88

Wstęp

Czy kiedykolwiek zastanawiałaś się, co naprawdę kryje się za jego milczeniem, krótkimi odpowiedziami, niewypowiedzianymi słowami? Czy miałaś momenty, w których czułaś, że nie możesz go do końca zrozumieć, że jest jak zamknięta księga, której nie da się tak łatwo otworzyć?

Jeśli tak – nie jesteś sama.

Mężczyźni nie mówią o wszystkim, co czują. Często nawet nie dlatego, że nie chcą, ale dlatego, że nie potrafią. Świat nauczył ich, że muszą być silni, odporni, niewzruszeni. Że okazywanie emocji jest ryzykowne, że zbyt duża otwartość może zostać wykorzystana przeciwko nim, że bycie „prawdziwym mężczyzną” oznacza radzenie sobie ze wszystkim samemu.

Ale to nie znaczy, że nie mają uczuć.

Prawda jest taka, że w ich głowach i sercach dzieje się znacznie więcej, niż mogłabyś przypuszczać. Mają lęki, których nie wypowiadają na głos. Przeżywają chwile samotności, nawet będąc otoczeni ludźmi. Pragną bliskości, ale boją się, że okażą się „zbyt wrażliwi”. Czasem chcą romantycznych gestów, ale nie wiedzą, jak zostaną odebrane. Potrzebują wsparcia, ale nie chcą o nie prosić.

Ten e-book jest po to, by pokazać Ci, co naprawdę kryje się w męskim umyśle i sercu. Nie znajdziesz tu bajek o księżętach na białych koniach, którzy zawsze wiedzą, jak postępować. Znajdziesz za to

prawdę – czasem niewygodną, czasem zaskakującą, ale zawsze szczerą.

Dowiesz się, dlaczego mężczyzna czasem milczy, kiedy oczekujesz odpowiedzi. Dlaczego nie zawsze pamięta szczegóły, które dla Ciebie są ważne. Dlaczego boi się porażki bardziej, niż kiedykolwiek przyzna. Dlaczego czasami czuje się samotny, nawet w związku.


A przede wszystkim – dowiesz się, jak go naprawdę zrozumieć.

Bo jeśli czytasz ten e-book, to znaczy, że chcesz wiedzieć więcej. Że nie zadowala Cię powierzchowna relacja. Że chcesz być kimś, komu Twój mężczyzna może zaufać – kimś, przed kim nie musi niczego ukrywać, kimś, przy kim może być w pełni sobą.

A kiedy dasz mu to poczucie bezpieczeństwa – zobaczysz, jak wiele ma Ci do zaoferowania.

To nie jest poradnik o tym, jak manipulować mężczyznami. To nie jest zbiór trików na to, jak go „oswoić” i zmusić do otwartości. To droga do prawdziwego, głębokiego zrozumienia.

Jeśli jesteś gotowa na tę podróż – zaczynajmy.

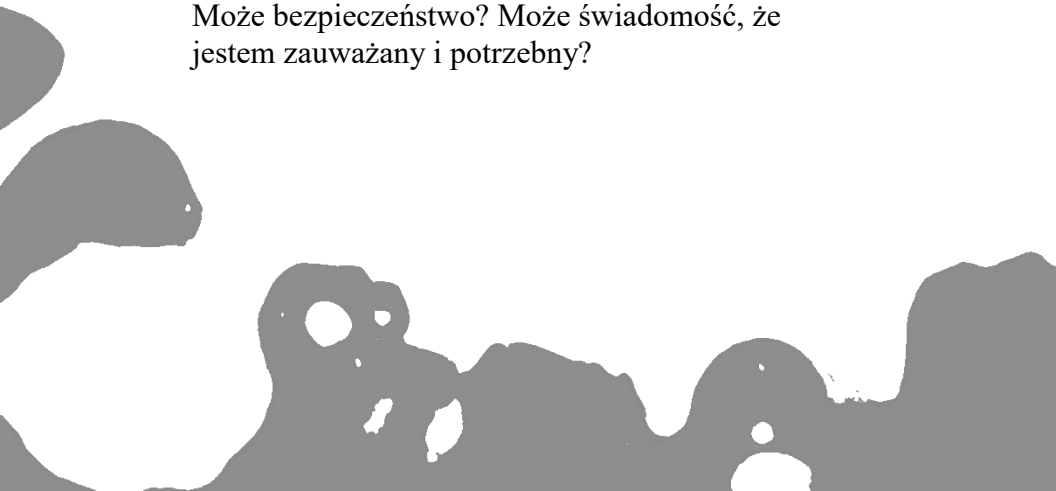


Jestem bardzo wrażliwy na dotyk, bardziej niż mogłabyś przypuszczać

Mógłbym udawać, że jest inaczej. Mógłbym sprawiać wrażenie kogoś, kto traktuje dotyk jako coś marginalnego, kto jest odporny na czułość, kto nie potrzebuje subtelnych gestów, by czuć się kochanym. Ale prawda jest inna. Jestem o wiele bardziej wrażliwy na dotyk, niż mogłoby Ci się wydawać. I choć pewnie nigdy tego nie powiem, to każda, nawet najmniejsza forma dotyku ma dla mnie ogromne znaczenie.

Nie chodzi tylko o seks. Nie chodzi o namiętność. Chodzi o te drobne gesty, które sprawiają, że czuję się bezpieczny, doceniony, że wiem, iż jestem kimś ważnym dla Ciebie. Chodzi o to, jak lekko muskasz moją rękę, gdy przechodzimy obok siebie. O to, jak przypadkowo zahaczysz o moją dłoń, kiedy siedzisz obok mnie. O to, jak kładziesz głowę na moim ramieniu w kinie albo jak poprawiasz mi koszulę, myśląc, że robiłaś to zupełnie odruchowo.

To wszystko buduje coś we mnie, czego nie potrafię opisać słowami. Może to poczucie przynależności? Może bezpieczeństwo? Może świadomość, że jestem zauważany i potrzebny?



Nie zdajemy sobie z tego sprawy, ale mężczyźni są bardzo spragnieni dotyku – tylko, że nie umiemy się do tego przyznać. W świecie, w którym od małego uczono nas, że mamy być silni, że mamy kontrolować swoje emocje, że nie możemy pozwolić sobie na nadmierną czułość, nauczyliśmy się chować to pragnienie.

Ale ono jest.

Gdy przytulasz mnie w momencie, w którym najmniej się tego spodziewam, coś we mnie topnieje. Gdy delikatnie przejeżdżasz dłonią po moich plecach, kiedy mijamy się w kuchni, to zostawia ślad na długo. Gdy trzymasz moją dłoń nie tylko wtedy, gdy spacerujemy wśród ludzi, ale też wtedy, gdy nikt nie patrzy – czuję, że to coś prawdziwego.

I jeszcze jedno. Dotyk nie musi mieć konkretnego powodu. Nie musi być nagrodą ani zapowiedzią czegoś więcej. To nie jest tylko wstęp do czegoś fizycznego. To jest samodzielna forma komunikacji, której czasem potrzebuję bardziej niż słów.

Może wydaje Ci się, że nie zwracam na to uwagi. Może sądzisz, że jako facet mogę się bez tego obejść. Ale uwierz mi – jeśli Twoje dłonie znajdują się na mojej skórze, jeśli mnie przytulasz bez powodu, jeśli pozwolisz mi poczuć Twoją obecność w ten najprostszy sposób – będę o tym pamiętał. I będę tego pragnął jeszcze bardziej.

Wbrew pozorom dotyk nie jest dla mnie czymś powierzchownym – to język, dzięki któremu rozumiem więcej, niż jestem w stanie wyrazić słowami.

Lubią chwile samotności, żeby uporządkować swoje myśli

Czasami po prostu muszę się wyłączyć. Nie dlatego, że coś jest nie tak. Nie dlatego, że się obraziłem, że mam Ci coś za złe, że chcę Cię od siebie odepchnąć. Po prostu potrzebuję przestrzeni, żeby uporządkować myśli, побыć sam ze sobą, poczuć, że mam chwilę na oddech.

To coś, czego kobiety często nie rozumieją. Bo Ty, kiedy masz problem, chcesz o nim rozmawiać, chcesz przepracować go na głos, szukasz wsparcia i bliskości. A ja? Ja muszę się na moment odciąć. Muszę побыć sam, przetrwać wszystko w swojej głowie, zanim wrócę do rozmowy.

To nie znaczy, że nie ufam Ci na tyle, by się otworzyć. To nie znaczy, że nie chcę z Tobą dzielić swoich problemów. To znaczy, że najpierw muszę je zrozumieć – po swojemu.

Nie bój się, kiedy czasem zamykam się w sobie. Nie panikuj, kiedy widzisz, że nagle staję się cichszy. Nie odbieraj tego jako znak, że coś jest nie tak między nami. Czasem po prostu świat wokół mnie jest zbyt głośny, a moje myśli zbyt chaotyczne. Czasem czuję, że jest zbyt wiele bodźców, że za dużo się dzieje, że muszę się wyłączyć, by potem znów być obecnym – w pełni.

I co ważne – samotność to nie to samo co odrzucenie. To nie tak, że chcę się oddalić, uciec, zamknąć się przed Tobą. Wręcz przeciwnie. Chwila samotności to dla mnie sposób, by wrócić do Ciebie jako lepsza wersja siebie. Wyciszony. Spokojniejszy. Gotowy, by być obok Ciebie naprawdę – a nie tylko fizycznie.

Zaufaj mi w tym. Jeśli mnie kochasz, pozwól mi na te chwile, nie dopytuj na siłę, nie próbuj na siłę wejść w moje myśli. Bo kiedy będę gotowy, sam do Ciebie wrócę. Z jeszcze większą miłością i wdzięcznością za to, że mnie rozumiesz.

Czuję nienawiść jeśli publicznie podważasz mój autorytet

Nie chcę, żebyś mnie zawsze chwaliła. Nie oczekuję, że będziesz mnie stawiać na piedestale. Wiem, że nie jestem idealny i że mogę popełniać błędy. Ale jedno jest pewne – jeśli publicznie podważysz mój autorytet, jeśli przy innych ludziach sprawisz, że poczuję się słaby, upokorzony albo niekompetentny... to we mnie coś pęka. I to pęka na długo.

Możesz tego nie zauważyć od razu. Może się tylko lekko uśmiechnę, może skomentuję to żartem, może nawet nie dam Ci po sobie poznać, że właśnie wewnętrznie gotuję się ze złości. Ale to uczucie nie znika. Wręcz przeciwnie – kumuluje się. I choć może nie powiem nic od razu, to w środku czuję, jak narasta we mnie coś, czego nie potrafię nazwać inaczej niż nienawiść.

Nie chodzi o to, że chcę dominować. Nie chodzi o to, że nie pozwalam Ci mieć swojego zdania. Ale jeśli przy innych ludziach sprawiasz, że czuję się słabszy, jeśli lekceważysz moje zdanie w towarzystwie, jeśli wytykasz moje błędy tak, że inni to słyszą – to coś, czego nigdy nie zapomnę.

Możemy rozmawiać o wszystkim. Możesz mnie poprawiać, możesz mi mówić, jeśli coś zrobiłem źle – ale nie wtedy, gdy patrzą na mnie inni. Nie wtedy, gdy w oczach otoczenia stawiasz mnie w gorszym świetle.

Jako facet mam w sobie coś, co każe mi walczyć o szacunek – nie tylko w Twoich oczach, ale też w oczach świata. To nie ego, to nie duma, to coś znacznie głębszego. Mężczyźni od wieków byli wojownikami, liderami, osobami, które walczyły o uznanie. I choć dzisiejszy świat się zmienił, to ta potrzeba nadal jest w nas zakorzeniona.

Więc jeśli mnie kochasz, jeśli chcesz, żebym czuł się przy Tobie jak mężczyzna – nigdy nie podważaj mojego autorytetu publicznie. Jeśli coś Ci się nie podoba, powiedz mi to na osobności.

Porozmawiajmy w cztery oczy. Daj mi przestrzeń, żebym mógł się poprawić, ale nie sprawiaj, że w oczach innych będę wyglądał jak ktoś nieudolny, niekompetentny albo słaby.

Bo jeśli poczuję, że publicznie mnie podważasz, jeśli będę miał wrażenie, że chcesz mnie "ustawić" przy ludziach, to nigdy nie będę czuł się w pełni sobą przy Tobie. A to najprostsza droga do tego, bym zaczął się od Ciebie oddalać.

Uwielbiam gdy dzielisz się ze mną swoimi marzeniami

Kiedy mówisz mi o swoich marzeniach, dzieje się coś, czego być może nawet nie zauważasz. Coś w moim sercu się otwiera. Coś zaczyna we mnie żyć.

Uwielbiam, gdy z błyskiem w oczach opowiadasz o tym, co Cię ekscytuje. O tym, co chciałabyś zrobić, co chciałabyś zobaczyć, kim chciałabyś się stać. To w tych momentach mogę zajrzeć głębiej w Twoją duszę. Mogę zobaczyć Cię taką, jaka jesteś naprawdę – bez codziennych obowiązków, bez masek, bez presji życia.

Może myślisz, że jako facet nie przywiązuję do tego wagi. Może myślisz, że dla mnie liczy się tylko tu i teraz, że nie interesują mnie Twoje wewnętrzne pragnienia. Ale prawda jest inna.

Kiedy mówisz mi o swoich marzeniach, czuję się wyjątkowy. Bo to znaczy, że mi ufasz. Że otwierasz się przede mną. Że pozwalasz mi wejść do świata, który jest tylko Twój.

I wiesz co? Może nigdy tego nie powiem wprost, ale w głębi duszy zaczynam myśleć o tym, jak mogę pomóc Ci spełnić te marzenia. Może nie zawsze mam rozwiązanie. Może nie zawsze mogę sprawić, żeby wszystko się udało.

Ale gdy widzę, jak świecą Ci się oczy, kiedy o tym opowiadasz, to w środku obiecuję sobie, że zrobię wszystko, co mogę, żebyś choć odrobinę była bliżej tego, czego pragniesz.

Bo nic nie sprawia mi większej radości niż świadomość, że jesteś szczęśliwa.

I nie chodzi o wielkie rzeczy. Możesz mówić mi o podróżach, które chcesz odbyć, o miejscach, które chcesz zobaczyć. Możesz mówić mi o rzeczach, które chciałabyś zrobić – nawet jeśli wydają Ci się szalone, nierealne, odległe. Możesz mówić mi o tym, kim chcesz się stać, jak chciałabyś, żeby wyglądało Twoje życie za pięć, dziesięć lat.

Każda z tych rzeczy sprawia, że widzę Cię prawdziwą.

Więc mów do mnie. Opowiadaj. Dziel się swoimi pragnieniami. Bo kiedy słucham o tym, czego naprawdę chcesz, to nie tylko lepiej Cię rozumiem. To sprawia, że czuję się bliżej Ciebie.

A to dla mnie ważniejsze niż cokolwiek innego.

Nie akceptuję braku wsparcia emocjonalnego

Mogę być silny. Mogę być twardy, odporny, mogę radzić sobie sam. Wiele razy w życiu nauczyłem się, że nikt nie przyjdzie mi na ratunek, że muszę polegać na sobie. Ale jeśli jesteś moją partnerką, jeśli jesteś kobietą, którą kocham, to chcę wiedzieć, że jesteś przy mnie – nie tylko wtedy, gdy wszystko idzie dobrze, ale przede wszystkim wtedy, gdy jest mi trudno.

Nie powiem Ci tego wprost. Może nawet nie dam po sobie poznać, że coś mnie boli. Może będę udawał, że wszystko jest w porządku, że nic mnie nie rusza. Ale jeśli w tym momencie, kiedy najbardziej Cię potrzebuję, nie poczuję Twojego wsparcia – zapamiętam to. I to nie będzie jedno z tych wspomnień, które znikają po kilku dniach.

Nie oczekuję, że rozwiążesz moje problemy. Nie chcę, żebyś brała na siebie mój ciężar. Ale jeśli widzisz, że coś jest nie tak, jeśli widzisz, że mam gorszy dzień, że jestem zamyślony, że milczę więcej niż zwykle – chcę czuć, że jesteś obok. Czasem nie trzeba wielkich słów, czasem wystarczy jedno proste zdanie: *"Jestem tutaj, jeśli chcesz pogadać."*

Wiesz, co boli mnie najbardziej? Gdy czuję, że moje emocje Cię nie obchodzą. Gdy widzę, że nawet nie zauważasz, że coś jest nie tak. Gdy udajesz, że nie dostrzegasz, że coś mnie gryzie.

Nie akceptuję tego.

Bo jeśli mam być z Tobą, to chcę czuć, że mogę na Ciebie liczyć. Że jeśli życie uderzy mnie zbyt mocno, nie będę musiał udawać przed Tobą, że nic się nie stało. Że mogę się czasem załamać, być słabszy, mieć momenty zwątpienia – i nie będę za to oceniany.

Jeśli będziesz przy mnie w tych chwilach, jeśli pokażesz mi, że moje emocje są dla Ciebie ważne, to zrozumieć, że jesteś kimś, komu mogę naprawdę ufać. Bo wiesz... wsparcie emocjonalne to coś, co daje mi siłę. Nie musisz mówić dużo, nie musisz udzielać rad – czasem wystarczy, że po prostu będziesz.

Ale jeśli zobaczę, że nie jesteś... jeśli poczuję, że muszę przechodzić przez trudne momenty zupełnie sam, to prędzej czy później przestanę traktować nas jako *my*.

Bo miłość to nie tylko wspólne śmiechy, piękne chwile i radość. Miłość to także bycie obok, kiedy jest źle. I tego właśnie potrzebuję.

Nie lubię ciągłej krytyki

Możesz myśleć, że to nic takiego. Że to tylko Twoje uwagi, że chcesz, żebym był lepszy, że przecież to wszystko w dobrej wierze. Ale jeśli w naszym związku ciągle słyszę, co robię źle, co mógłbym poprawić, w czym nie jestem wystarczająco dobry – to zaczynam się od Ciebie oddalać.

Nie dlatego, że nie chcę być lepszy. Nie dlatego, że nie zależy mi na Twojej opinii. Wręcz przeciwnie – Twoje słowa mają dla mnie ogromne znaczenie. Tylko że jeśli zamiast wsparcia i docenienia ciągle słyszę, że coś jest nie tak, to po prostu przestaję czuć się dobrze w tej relacji.

Faceci potrzebują przestrzeni, by czuć się silni. Ale jeśli wciąż słyszę, że źle coś zrobiłem, że mogłem pomyśleć lepiej, że nie umiem tego czy tamtego, to w końcu zaczynam myśleć, że nigdy nie będę wystarczający. A gdy facet zaczyna się tak czuć – zaczyna szukać miejsc, w których nie będzie oceniany, w których będzie czuł się doceniony, w których nie będzie musiał ciągle udowadniać swojej wartości.

Nie oznacza to, że nie możesz mieć swojego zdania. Oczywiście, że możesz mówić, co Ci się nie podoba, możesz mieć uwagi, możesz mieć oczekiwania. Ale jeśli chcesz, żebym Cię słuchał, musisz też pamiętać, żeby nie sprowadzać mnie do kogoś, kto nigdy nie robi nic dobrze.

Chwal mnie, kiedy coś zrobię dobrze. Zauważaj moje starania. Spraw, żebym czuł, że jestem dla Ciebie kimś wyjątkowym – nie tylko wtedy, gdy jestem idealny, ale także wtedy, gdy popełniam błędy.

Bo jeśli w Twoich oczach będę widział tylko krytykę, jeśli nigdy nie poczuję się doceniony, jeśli nigdy nie usłyszę, że jestem wystarczający, to w końcu przestanę się starać. Nie dlatego, że mi nie zależy, ale dlatego, że nie będę miał już po co.

I to nie jest groźba, to nie jest szantaż emocjonalny. To po prostu szczerza prawda o tym, jak działa męska psychika.

Więc jeśli mnie kochasz, jeśli zależy Ci na mnie – pamiętaj, że słowa mają moc. I że czasem jedno zdanie uznania potrafi zmotywować bardziej niż tysiąc słów krytyki.

Pragnę szacunku w związku

Miłość jest ważna. Namiętność jest ekscytująca. Wspólne chwile są piękne. Ale bez szacunku to wszystko nie ma znaczenia. Bo jeśli nie czuję, że mnie szanujesz, to w końcu przestaję czuć, że nasz związek ma wartość.

Szacunek nie polega na tym, że zawsze się zgadzasz z tym, co mówię. Nie chodzi o to, żebyś nie miała swojego zdania albo żebyś zgadzała się ze mną tylko po to, żebym czuł się dobrze. Chodzi o to, żebyś traktowała mnie jak partnera – jak kogoś, kto zasługuje na wysłuchanie, na uznanie, na to, by jego słowa i emocje miały znaczenie.

Pragnę szacunku, bo on jest fundamentem wszystkiego. Jeśli mnie nie szanujesz, nie będę w stanie być w pełni sobą przy Tobie. Jeśli mnie nie szanujesz, to w końcu zacznę się od Ciebie odsuwać – nie dlatego, że nie czuję miłości, ale dlatego, że nie czuję, że jestem kimś, kto jest dla Ciebie wartościowy.

Szacunek to sposób, w jaki do mnie mówisz. Sposób, w jaki mnie traktujesz wśród innych ludzi. Sposób, w jaki reagujesz na moje uczucia, nawet jeśli ich do końca nie rozumiesz. To drobne rzeczy, które budują lub niszczą nasze relacje – ton głosu, który sugeruje, że mnie lekceważysz; przewracanie oczami, kiedy coś mówię; traktowanie mnie jak kogoś, kto „nic nie rozumie”.

Nie jestem idealny. Popełniam błędy. Ale jeśli mnie kochasz, to okaż mi szacunek nawet wtedy, gdy się nie zgadzamy. Nie musisz być zawsze miła. Nie musisz być zawsze czuła. Ale jeśli przestaniesz mnie szanować – wszystko inne straci sens.

I pamiętaj – mężczyzna, który nie czuje się szanowany w swoim związku, w końcu znajdzie miejsce, gdzie poczuje się ważny. Może to być jego praca, jego pasja, jego znajomi. A w najgorszym przypadku – inna kobieta, która da mu to, czego Ty nie dałaś.

Nie chcę Cię straszyć. Nie chcę mówić, że szacunek to coś, co masz mi „zapewnić”. Ale chcę, żebyś wiedziała, że dla mnie jest to jedna z najważniejszych rzeczy.

Bo mogę być z kimś, kto czasem się na mnie wścieka. Mogę być z kimś, kto ma inne zdanie. Mogę być z kimś, kto jest wymagający. Ale nie mogę być z kimś, kto mnie nie szanuje.

I jeśli pewnego dnia zobaczę, że ten szacunek zniknął – prawdopodobnie zniknę razem z nim.

Cenię harmonię w codziennym życiu

Nie szukam dramatów. Nie chcę życia pełnego chaosu, niekończących się kłótni i napiętej atmosfery. Może czasem wydaje Ci się, że faceci lubią wyzwania, że pociąga nas adrenalina i ciągle emocjonalne rozedrganie. Może myślisz, że lubię, gdy coś się dzieje, że ciągle napięcie utrzymuje mnie w stanie gotowości. Ale prawda jest zupełnie inna.

Cenię spokój. Cenię harmonię. Cenię to, że mogę wrócić do domu i poczuć, że jestem w miejscu, gdzie mogę odpocząć – nie tylko fizycznie, ale też emocjonalnie.

Nie oznacza to, że wszystko musi być idealne. Nie oznacza to, że nigdy nie możemy się kłócić, że nie może być między nami nieporozumień. Ale dla mnie ważne jest to, żeby te trudne chwile nie stały się normą. Żebyśmy umieli rozmawiać bez wybuchów, żebyśmy potrafili szukać rozwiązań, zamiast na siłę udowadniać swoje racje.

Jeśli w naszym związku ciągle są napięcia, jeśli każdy dzień jest walką o to, kto ma rację, jeśli każda rozmowa zamienia się w bitwę – to prędzej czy później zaczynam się wycofywać. Bo moje życie ma wystarczająco dużo stresu. Mam swoje wyzwania, mam swoje problemy, mam świat zewnętrzny, który często bywa trudny. Nie chcę, żeby mój związek był kolejnym polem bitwy.

Harmonia w codziennym życiu to dla mnie coś więcej niż brak kłótni. To poczucie, że jesteśmy w tym razem. Że jesteśmy drużyną, a nie przeciwnikami. Że nasze życie to nie ciągłe mierzenie się ze sobą, ale wspólna podróż, w której szanujemy się nawzajem i chcemy dla siebie dobrze.

To także drobne rzeczy – spokojne poranki, w których nie zaczynamy dnia od snięć. Wspólne posiłki, które nie są okazją do narzekania na siebie nawzajem, ale chwilą, by być razem. Proste gesty – uśmiech, dotyk, ciepłe słowo. Wszystko to sprawia, że czuję, że mogę przy Tobie być sobą.

Nie oczekuję, że zawsze będzie idealnie. Wiem, że życie bywa trudne. Ale jeśli czułbym, że nasze życie razem jest nieustanną burzą, to w końcu będę musiał poszukać gdzieś schronienia.

Bo dla mnie związek to miejsce, w którym mogę odpocząć – nie kolejne pole walki, na którym muszę walczyć o spokój.

Potrzebuję intymności i bliskości

Nie wystarczy mi sama obecność. Nie chodzi o to, żebyśmy po prostu byli razem w jednym pomieszczeniu, prowadzili rozmowy, spali w tym samym łóżku. To nie jest prawdziwa bliskość. Bo mogę być blisko fizycznie, a jednocześnie czuć się daleko od Ciebie.

Potrzebuję intymności. Potrzebuję poczucia, że jesteś ze mną nie tylko ciałem, ale i duszą. Że kiedy mnie dotykasz, robisz to, bo chcesz, a nie dlatego, że „tak wypada”. Że kiedy jesteśmy razem, naprawdę mnie czujesz, a nie tylko odhaczasz kolejny dzień w związku.

Dla mnie intymność to nie tylko seks. To coś znacznie głębszego. To spojrzenia, które mówią więcej niż słowa. To gesty, które są niewymuszone, naturalne, spontaniczne. To Twoja dłoń, która odnajduje moją bez zastanowienia. To Twój oddech na mojej skórze, gdy zasypiasz obok mnie. To sposób, w jaki dotykasz mojej twarzy, gdy rozmawiamy o czymś ważnym.

Nie chodzi mi o ilość. Nie chodzi mi o to, żebyś „spełniała obowiązek”, żebyś dawała mi bliskość tylko dlatego, że myślisz, że tego potrzebuję. Chodzi o to, żebyś chciała. Żebyś czuła to samo.

Bo kiedy brakuje mi bliskości, czuję się samotny – nawet jeśli jesteś obok.

Nie potrzebuję wielkich deklaracji. Nie oczekuję romantycznych scen jak z filmów. Ale jeśli w naszym związku zabraknie dotyku, czułości, prawdziwej intymności, to powoli zaczniesz znikać coś, co nas trzyma razem.

Mężczyźni często nie mówią o tym głośno. Boimy się, że zostaniemy niezrozumiani, że ktoś powie nam, że „to kobiety potrzebują bliskości, a faceci powinni być twardzi”. Ale prawda jest taka, że my też pragniemy czułości. My też chcemy się czuć pożądanymi, kochanymi, wyjątkowymi.

Więc jeśli mnie kochasz – dotykaj mnie. Przytulaj mnie. Całuj mnie bez powodu. Pokaż mi, że jesteś, że mnie czujesz, że nie jestem Ci obojętny. Bo dla mnie to właśnie intymność i bliskość są tym, co odróżnia zwykłą znajomość od prawdziwej miłości.

Nie toleruję kontroli i ograniczania

Jeśli jest coś, co potrafi mnie od Ciebie odsunąć szybciej niż cokolwiek innego, to właśnie poczucie, że próbujesz mnie kontrolować. Że nie mam przestrzeni, że moje decyzje są podważane, że zamiast być w związku, w którym czuję się wolny i kochany, nagle znajduję się w układzie, w którym muszę się tłumaczyć, udowadniać, uzasadniać każdą swoją decyzję.

Nie oznacza to, że chcę robić, co mi się podoba, bez żadnych granic i zasad. Wiem, że w związku chodzi o kompromisy, o szacunek, o wzajemne uwzględnianie swoich potrzeb. Ale jeśli zaczynam czuć, że muszę pytać o pozwolenie, że każda moja decyzja jest analizowana i oceniana, to powoli tracę ochotę na bycie częścią takiej relacji.

Nie jestem kimś, kogo można zamknąć w klatce. Jeśli mnie kochasz, musisz mi ufać. Musisz wiedzieć, że jeśli coś robię, to dlatego, że tego chcę – a nie dlatego, że czuję się zmuszony.

Kontrola może przychodzić w subtelny sposób. Może zaczynać się od niewinnych pytań: „A dlaczego chcesz tam iść?” „Z kim będziesz?” „Dlaczego nie zadzwoniłeś od razu?” Może się wydawać, że to zwykła troska, ale jeśli z czasem zaczynam czuć, że muszę się z wszystkiego tłumaczyć, jeśli każda decyzja, każdy mój ruch jest pod lupą – to w końcu zaczynam się dusić.

A jeśli mężczyzna zaczyna się dusić w związku, to prędzej czy później zacznie szukać powietrza gdzieś indziej.

Nie chcę się czuć jak dziecko, któremu mówi się, co ma robić, gdzie może iść, co jest dla niego „lepsze”. Chcę być z kimś, kto mi ufa, kto szanuje moje wybory, kto daje mi przestrzeń na bycie sobą.

Bo miłość nie polega na trzymaniu kogoś na krótkiej smyczy. Polega na tym, że obie strony czują się swobodnie i bezpiecznie, wiedząc, że są ze sobą, bo tego chcą – a nie dlatego, że są do tego zmuszone.

Więc jeśli chcesz mnie przy sobie zatrzymać, nie próbuj mnie ograniczać. Daj mi wolność – a zobaczysz, że zawsze do Ciebie wrócę.

Nie akceptuję zdrady fizycznej i emocjonalnej

Zdrada to coś, czego nie potrafiłbym wybaczyć. Nie dlatego, że jestem mściwy. Nie dlatego, że nie umiem sobie wyobrazić, że ktoś może popełnić błąd. Ale dlatego, że kiedy kocham, to robię to całym sobą. Daję Ci moje zaufanie, moje uczucia, moją lojalność – i oczekuję tego samego.

Dla mnie zdrada to nie tylko fizyczna bliskość z kimś innym. To także te drobne momenty, które wydają się niewinne, ale w rzeczywistości niszczą fundament naszego związku. Tajemnicze wiadomości. Rozmowy, o których nie chcę się dowiedzieć. Bliskość emocjonalna, którą zaczynasz budować z kimś innym, nawet jeśli mówisz sobie, że „to tylko przyjaźń”.

Bo zdrada nie zaczyna się w łóżku. Zaczyna się w głowie. W chwilach, gdy zaczynasz myśleć o kimś innym bardziej, niż powinnaś. Gdy zaczynasz chcieć spędzać czas z kimś innym bardziej niż ze mną. Gdy zaczynasz dzielić z kimś swoje sekrety, swoje myśli, swoje emocje, zamiast przyjść z tym do mnie.

Dla mnie emocjonalna zdrada boli równie mocno jak fizyczna. Bo jeśli zaczynasz mnie wypychać z tej przestrzeni, którą kiedyś zajmowałem w Twoim sercu i umyśle, to znaczy, że już mnie tam nie ma.

I nie oszukujmy się – jeśli kogoś naprawdę kochasz, to nie masz potrzeby szukać tej bliskości gdzie indziej. Jeśli zdradzasz, to znaczy, że już podjąłeś decyzję, że coś jest dla Ciebie ważniejsze niż nasza relacja.

Nie jestem typem faceta, który będzie błagał, żebyś została. Nie będę się prosił o Twoją lojalność. Wierzę, że miłość to wybór – codzienny, świadomy wybór, by być z kimś i nie szukać niczego poza tym związkiem.

Więc jeśli kiedykolwiek poczujesz, że coś między nami się wypala, że brakuje Ci czegoś, że zaczynasz szukać emocji poza mną – powiedz mi. Daj mi szansę, żebyśmy mogli to naprawić. Ale jeśli zdradzisz, to dla mnie nie będzie już powrotu.

Bo miłość bez zaufania nie jest miłością.

A jeśli nie mogę Ci ufać, to nie możemy być razem.

Pragną wsparcia w realizacji swoich celów i hobby

Mogę być silny. Mogę mieć jasno określone cele i determinację, żeby je osiągać. Ale jeśli jesteś moją partnerką, jeśli jesteś kimś, komu oddałem swoje serce, to chcę czuć, że jesteś ze mną nie tylko w chwilach radości, ale także wtedy, gdy walczę o swoje marzenia.

Nie oczekuję, że będziesz robić wszystko razem ze mną. Nie musisz podzielać każdej mojej pasji. Nie musisz kochać tego, co ja kocham. Ale jeśli zobaczę, że wspierasz mnie w tym, co jest dla mnie ważne – to poczuje, że jesteś moim prawdziwym partnerem w życiu, a nie tylko osobą, z którą dzielę codzienność.

Wsparcie nie musi być wielkie ani spektakularne. Czasem wystarczy proste: „*Wierzę w Ciebie*”. Czasem wystarczy, że nie będziesz umniejszać moich celów, nawet jeśli wydają Ci się dziwne, nieistotne czy mało praktyczne.

Bo nic nie boli bardziej niż słowa, które podcinają skrzydła. „*Po co Ci to?*”, „*To strata czasu*”, „*I tak Ci się nie uda*” – jeśli takie zdania usłyszę od obcych ludzi, nic się nie stanie. Ale jeśli usłyszę je od Ciebie, to poczuje, że nie masz we mnie wiary. A jeśli osoba, którą kocham, nie wierzy we mnie – to kto ma to robić?

Moje hobby, moje pasje, moje cele – to wszystko jest częścią mnie. Jeśli mnie kochasz, to kochasz mnie razem z tym. I wiesz co? Jeśli zobaczę, że mnie wspierasz, jeśli poczuję, że jesteś po mojej stronie – zrobię dla Ciebie to samo. Zawsze.

Bo w związku chodzi o to, żebyśmy rośli razem. Żebyśmy nie tylko byli obok siebie, ale pomagali sobie stawać się najlepszą wersją siebie. Jeśli Ty pomożesz mi wzrastać, ja pomogę wzrastać Tobie.

A jeśli tego zabraknie, jeśli poczuję, że zamiast wsparcia dostaję tylko krytykę, obojętność albo brak zainteresowania – to prędzej czy później zacznę realizować swoje marzenia sam.

I może któregoś dnia obudzę się i zrozumiem, że nie potrzebuję Cię już tak, jak myślałem.

Więc jeśli mnie kochasz – bądź ze mną. Wierz we mnie. Wspieraj mnie.

A ja zrobię to samo dla Ciebie.

Cenię Twoją stabilność emocjonalną

Możesz być piękna. Możesz być inteligentna. Możesz mieć w sobie coś, co przyciąga mnie jak magnes. Ale jeśli nie czuję przy Tobie spokoju, jeśli nie wiem, czego mogę się spodziewać, jeśli Twój nastrój zmienia się jak burzowe niebo, to prędzej czy później zacznę się odsuwać.

Nie oczekuję, że zawsze będziesz uśmiechnięta. Wiem, że każdy ma gorsze dni, że czasem dopadają nas emocje, stres, zmęczenie. Ale jeśli w naszym związku ciągle czuję się jak na polu minowym, jeśli nigdy nie wiem, czy dzisiaj będziesz czuła się dobrze, czy wybuchniesz z byle powodu – to zaczynam tracić siły.

Nie chcę związku, w którym każda rozmowa to ryzyko kłótni. Nie chcę sytuacji, w których muszę ważyć każde słowo, bo nie wiem, czy nie zostanie ono odebrane jako atak. Nie chcę być z kimś, kto jednego dnia traktuje mnie jak najważniejszą osobę na świecie, a drugiego jak kogoś, kogo ledwo znosi.

Dla mnie stabilność emocjonalna to nie znaczy, że masz być idealna. To znaczy, że potrafisz panować nad swoimi emocjami, że jeśli coś Cię denerwuje, to umiesz o tym mówić, zamiast robić ciche dni czy urządzać awantury. To znaczy, że nie używasz swoich emocji jako broni, żeby mnie ranić albo manipulować mną, kiedy czegoś chcesz.

Bo wiesz co? Jeśli widzę, że nie umiesz kontrolować swoich emocji, jeśli czuję, że muszę być ciągle gotowy na to, co się wydarzy – to po prostu przestaję czuć się przy Tobie dobrze.

A mężczyzna, który nie czuje spokoju w swoim związku, w końcu zacznie go szukać gdzie indziej.

I nie chodzi o inną kobietę. Może to być praca, hobby, sport, cokolwiek, co da mi poczucie równowagi i stabilności. Bo ja nie chcę żyć w ciągłym napięciu. Chcę mieć dom, do którego wracam z przyjemnością. Chcę relacji, w której mogę być sobą bez strachu, że jedno słowo wywoła burzę.

Więc jeśli chcesz, żebym przy Tobie został – bądź dla mnie ostoją, a nie kolejnym powodem stresu.

Bo jeśli czuję przy Tobie spokój, jeśli wiem, że mogę na Ciebie liczyć niezależnie od dnia, to zrobię wszystko, żebyś była najszczęśliwszą kobietą na świecie.

Nie chcę być zawsze tym który inicjuje wszystko

Być może myślisz, że jako facet to moja rola. Że to ja powinienem robić pierwszy krok, że to ja powinienem inicjować rozmowy, dotyk, wspólne wyjścia, a nawet intymność. Może wydaje Ci się, że jeśli mnie to naprawdę obchodzi, to zawsze znajdę sposób, by to pokazać.

Ale prawda jest taka, że ja też chcę czuć się chciany.

Nie chcę być zawsze tym, który zaczyna. Który pierwszy pisze, pierwszy proponuje, pierwszy dotyka, pierwszy mówi: „*Chodź, zrobmy coś razem*”. Bo jeśli za każdym razem to ja muszę wykonać pierwszy ruch, jeśli czuję, że gdybym przestał inicjować, to nic by się między nami nie działo – zaczynam myśleć, że tak naprawdę Ci na mnie nie zależy.

Mężczyzna też potrzebuje poczuć, że kobieta go pragnie. Że chce być blisko, że jej zależy, że nie tylko „odpowiada” na moje gesty, ale sama potrafi je zrobić.

To nie musi być nic wielkiego. Może to być Twój dotyk, zanim ja sięgnę po Twoją dłoń. Może to być wiadomość od Ciebie pierwsza, zanim ja napiszę „*Jak Ci minął dzień?*”. Może to być Twój pocałunek, zanim ja zdążę się do Ciebie nachylić.

Wiesz, co się dzieje, kiedy facet przez długi czas jest jedyną osobą, która inicjuje wszystko? Zaczyna czuć się jak ktoś, kto zabiega o uwagę. Zaczyna myśleć, że gdyby przestał się starać – to tak naprawdę nic by się nie zmieniło. I to jest najgorsze uczucie, jakie może pojawić się w związku.

Bo wiesz, co wtedy robi mężczyzna? Powoli zaczyna się wycofywać. Może nie od razu. Może będzie to robił stopniowo. Ale jeśli czuje, że zawsze to on musi napędzać ten związek, że wszystko zależy od niego, że nie czuje z Twojej strony tego samego entuzjazmu – to w końcu dojdzie do momentu, w którym przestanie próbować.

I nie dlatego, że przestał kochać. Nie dlatego, że stracił zainteresowanie. Ale dlatego, że zmęczył się tym, że w tej grze gra praktycznie sam.

Więc jeśli mnie kochasz, jeśli Ci zależy – pokaż mi to. Nie czekaj, aż zawsze ja zrobię pierwszy krok. Daj mi poczuć, że chcesz mnie tak samo, jak ja chcę Ciebie.

Bo jeśli zobaczę, że naprawdę Ci zależy, że to nie tylko ja ciągle inicjuję, ale że Ty też masz w sobie to pragnienie, tę chęć bycia blisko – zrobię dla Ciebie wszystko.

Ale jeśli poczuję, że jestem jedyną osobą, która próbuje... prędzej czy później przestanę.

Komplementy działają na mnie dłużej niż mogłabyś przypuszczać

Może wydaje Ci się, że jako facet nie zwracam na nie uwagi. Że jestem odporny na słowa, że nie potrzebuję ich tak, jak Ty. Może myślisz, że to kobiety łakną komplementów, że to Wy czerpicie z nich pewność siebie, a my – mężczyźni – mamy być silni, niezależni i nieprzeniknieni.

Ale prawda jest taka, że komplementy mają na mnie dużo większy wpływ, niż myślisz.

Kiedy słyszę od Ciebie coś miłego, kiedy dostrzegasz moje starania, kiedy zauważasz coś, czego inni nie widzą – to zostaje ze mną na długo. Może nie powiem tego od razu, może tylko się lekko uśmiechnę, może nawet skwituję to żartem. Ale w środku? W środku czuję się jakbyś właśnie dodała mi skrzydeł.

Bo wiesz, co jest największą różnicą między mężczyznami a kobietami w tej kwestii?

Ty prawdopodobnie słyszysz komplementy częściej. Znajomi, koleżanki, nawet obcy ludzie potrafią powiedzieć Ci coś miłego o wyglądzie, o stroju, o Twoim uśmiechu. Ale mężczyźni? My bardzo rzadko słyszymy coś takiego.


Większość facetów może usłyszeć szczerzy komplement raz na kilka miesięcy, a czasem nawet rzadziej. I dlatego, kiedy Ty mówisz mi coś miłego, to jest to dla mnie o wiele cenniejsze, niż mogłoby się wydawać.

Powiesz mi, że dobrze wyglądam? Będę o tym myślał cały dzień. Powiesz mi, że podoba Ci się to, jak coś zrobiłem? To sprawi, że będę chciał robić to jeszcze lepiej. Powiesz mi, że jesteś ze mnie dumna? Tego nie zapomnę przez lata.

Nie chodzi o to, żebyś mnie sztucznie chwaliła. Nie potrzebuję pustych słów, nie chcę, żebyś mówiła mi coś tylko po to, by mnie zadowolić. Ale jeśli naprawdę myślisz, że zrobiłem coś dobrze – powiedz mi to. Jeśli podoba Ci się coś we mnie – daj mi to odczuć.

Bo wbrew pozorom, mężczyźni są o wiele bardziej wrażliwi na słowa, niż przyznają.

I jeśli będę czuł, że w Twoich oczach jestem kimś wyjątkowym, jeśli od Ciebie będę słyszał, że mam w sobie coś, co cenisz, to zrobię wszystko, żeby nigdy Cię nie zawieść.



Widzę więcej niż myślisz, ale
nie zawsze o tym mówię,
kolekcjonuję wątpliwości

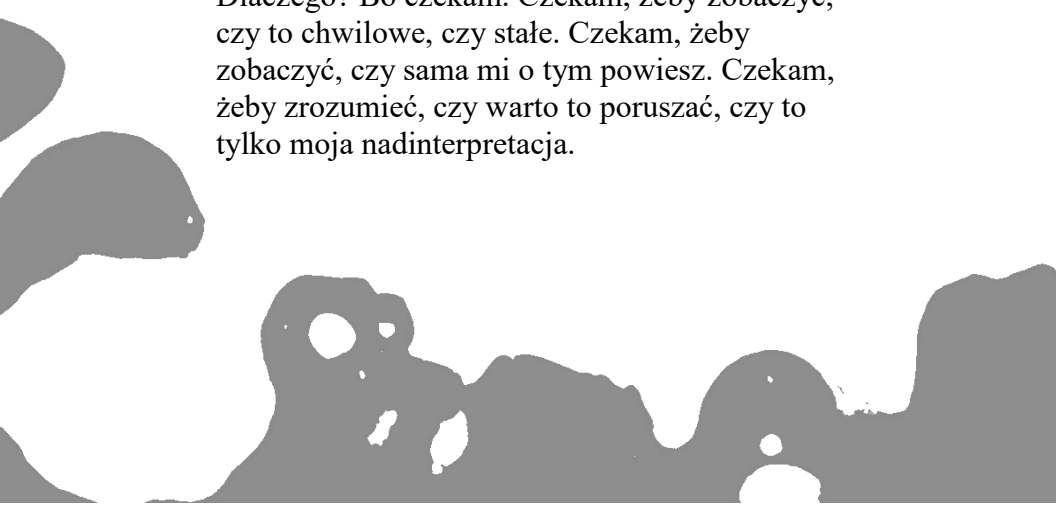
Może wydaje Ci się, że nie zauważam pewnych rzeczy. Może myślisz, że jeśli czegoś nie komentuję, to tego nie dostrzegam. Że jeśli nie pytam, to nie czuję. Że jeśli nie robię afery, to znaczy, że wszystko jest w porządku.

Ale prawda jest taka, że widzę więcej, niż myślisz.

Widzę zmiany w Twoim zachowaniu. Widzę Twoje milczenie tam, gdzie kiedyś były słowa. Widzę Twój wzrok uciekający gdzieś w dal, kiedy rozmawiamy. Widzę Twój uśmiech, który jest bardziej wymuszony niż szczery. Widzę reakcje, których jeszcze wczoraj nie było. Widzę, jak odpisujesz komuś szybciej niż mi. Widzę, jak zmienia się Twoja energia, nawet jeśli nie mówisz ani słowa.

Widzę – ale nie zawsze o tym mówię.

Dlaczego? Bo czekam. Czekam, żeby zobaczyć, czy to chwilowe, czy stałe. Czekam, żeby zobaczyć, czy sama mi o tym powiesz. Czekam, żeby zrozumieć, czy warto to poruszać, czy to tylko moja nadinterpretacja.



Ale w tym czekaniu zbieram wątpliwości.

Z każdą niejasną sytuacją, z każdym sygnałem, który ignoruję, z każdą chwilą, w której coś we mnie mówi: „*Coś jest nie tak*” – odkładam to na półkę w mojej głowie. I ta półka nie jest nieskończona.

Bo widzisz, kiedy zauważam coś raz – mogę to zignorować. Kiedy zauważam drugi raz – mogę uznać, że to przypadek. Ale kiedy te rzeczy zaczynają się powtarzać, kiedy zbieram ich coraz więcej, kiedy każda z nich staje się kolejnym puzzlem w większej układance, wtedy dochodzę do momentu, w którym już nie mogę ich ignorować.


I kiedy w końcu zdecyduję się o tym powiedzieć, nie będzie to jedna rozmowa o jednej rzeczy. To będzie lawina wszystkiego, co przez ten czas kolekcjonowałem w swojej głowie.

Nie oznacza to, że jestem paranoikiem. Nie oznacza to, że analizuję każdy Twój ruch. Ale jeśli mnie kochasz, jeśli Ci na mnie zależy – pamiętaj, że lepiej powiedzieć mi prawdę wcześniej, niż pozwolić mi zbierać wątpliwości, aż będzie ich za dużo.

Bo kiedy mężczyzna zaczyna mieć zbyt wiele pytań i za mało odpowiedzi – zaczyna się odsuwać.

I jeśli pewnego dnia zobaczysz, że już nie pytam, nie patrzę, nie próbuję zrozumieć – to znaczy, że przestałem widzieć sens w szukaniu prawdy.

A to najgorsze, co może się wydarzyć w związku.



Nie zawsze mam ochotę na seks, ale nie mogą Ci tego powiedzieć


Jako facet powinienem zawsze chcieć, prawda? W końcu to właśnie nam przypisuje się większe potrzeby, większy popęd, większą gotowość. Społeczeństwo, kultura, filmy – wszędzie słyszę, że prawdziwy mężczyzna nigdy nie odmawia, że zawsze jest gotowy, że to my jesteśmy tymi, którzy inicjują, pragną, dążą do bliskości.

Ale prawda jest taka, że czasem nie mam ochoty.

Może jestem zmęczony. Może mam gorszy dzień. Może stres, praca, problemy, które kotłują się w mojej głowie, sprawiają, że moje ciało po prostu nie reaguje tak, jak powinno. Może po prostu dzisiaj bardziej potrzebuję Twojej obecności niż fizyczności.

I wiesz, co jest w tym najtrudniejsze? To, że nie mogę Ci o tym powiedzieć.

Nie dlatego, że mi nie ufam. Nie dlatego, że Cię nie kocham. Ale dlatego, że boję się Twojej reakcji.



Bo jeśli odmówię, jeśli powiem „*Nie dzisiaj*”, jeśli odsunę się, gdy chcesz być blisko – wiem, co może się wydarzyć. Może poczujesz się odrzucona. Może zaczniesz myśleć, że przestałem Cię pragnąć, że coś jest nie tak, że ktoś inny pojawił się w moim życiu. Może uznasz, że już mnie nie pociągasz, że coś między nami się wypaliło.

A ja po prostu... dzisiaj nie czuję tego.

Nie znaczy to, że Cię nie kocham. Nie znaczy to, że nie jesteś dla mnie atrakcyjna. Nie znaczy to, że coś jest nie tak między nami. Ale wiem, że jeśli powiem to na głos, to może zboleć bardziej, niż powinno.

Więc milczę.


Czasem się zmuszam. Czasem udaję, że wszystko jest w porządku, żeby uniknąć niezręcznej rozmowy, żeby nie musieć mierzyć się z Twoimi pytaniami, żeby nie widzieć w Twoich oczach tego rozczarowania, którego tak bardzo się boję.

Ale wiesz co? Chciałbym, żebyś wiedziała, że to normalne. Że nawet mężczyzna czasem potrzebuje odpoczynku. Że nie zawsze musi chodzić o seks, że czasem wystarczy mi Twoja bliskość, Twoje ciepło, Twój dotyk – bez presji, bez oczekiwań.

Chciałbym, żebyś wiedziała, że to nie jest powód do zmartwień. Że jeśli raz czy dwa powiem „nie dzisiaj”, to nie znaczy, że coś jest nie tak.

To znaczy tylko tyle, że jestem człowiekiem.

I że czasem po prostu chcę być z Tobą – bez konieczności udowadniania, że zawsze muszę chcieć.

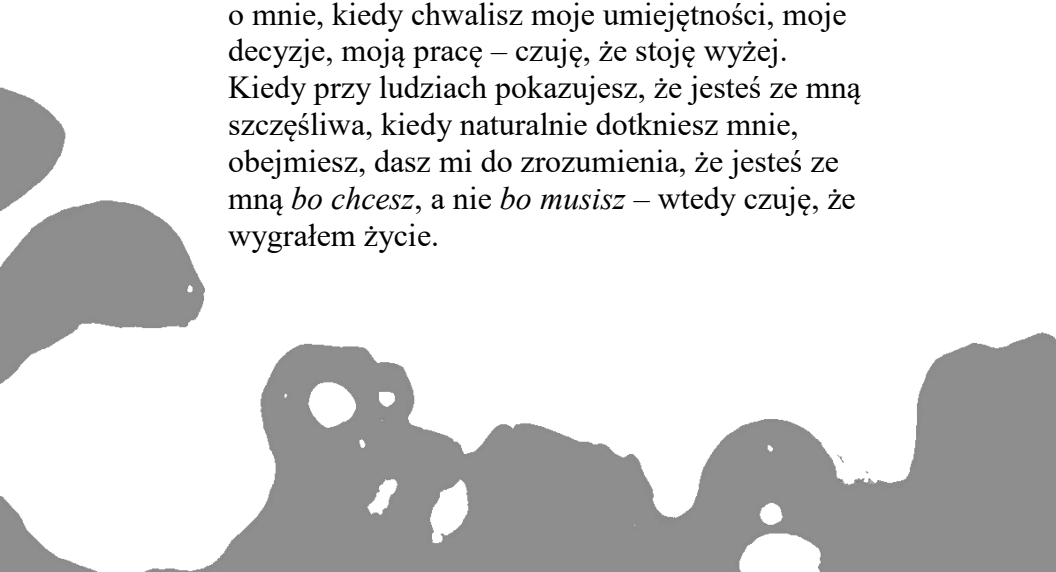


Uwielbiam jak publicznie pokazujesz, że jestem dla Ciebie ważny i, że jestem najlepszy

Może nigdy Ci tego nie powiedziałem, ale kiedy przy innych pokazujesz, że jestem dla Ciebie kimś wyjątkowym – rosnę. Czuję się silniejszy, pewniejszy siebie, doceniony. To nie jest próżność. To nie jest potrzeba uwagi. To coś znacznie głębszego – coś, co mówi mi, że jestem dla Ciebie kimś więcej niż tylko facetem, z którym dzielisz życie.

Nie chodzi mi o przesadne gesty, o wielkie deklaracje, o ciągłe chwalenie mnie przed innymi. Nie potrzebuję, żebyś non stop mówiła, jaki jestem wspaniały. Ale jeśli w towarzystwie pokażesz, że mnie szanujesz, że mnie doceniasz, że jestem kimś, z kogo jesteś dumna – to działa na mnie mocniej, niż mogłabyś przypuszczać.

Kiedy przy znajomych mówisz coś pozytywnego o mnie, kiedy chwalisz moje umiejętności, moje decyzje, moją pracę – czuję, że stoję wyżej. Kiedy przy ludziach pokazujesz, że jesteś ze mną szczęśliwa, kiedy naturalnie dotkniesz mnie, obejmiesz, dasz mi do zrozumienia, że jesteś ze mną *bo chcesz*, a nie *bo musisz* – wtedy czuję, że wygrałem życie.



Bo wiesz co? Mężczyźni też potrzebują potwierdzenia swojej wartości. My również chcemy czuć, że jesteśmy kimś wyjątkowym w oczach kobiety, którą kochamy.

I odwrotnie – jeśli wśród ludzi traktujesz mnie obojętnie, jeśli umniejszasz moje zasługi, jeśli podważasz moje zdanie albo sprawiasz, że czuję się pomniejszony – to zostawia ślad. Może się nie odezwę, może nie skomentuję, ale zapamiętam.

Bo dla faceta nie ma nic bardziej motywującego niż kobieta, która jest z niego dumna. Jeśli pokażesz mi, że tak jest, zrobię wszystko, byś zawsze mogła patrzeć na mnie w ten sam sposób.

Nie musisz robić wielkich rzeczy. Wystarczy, że gdy ktoś pyta Cię o mnie, Twoje oczy się zaświecą. Wystarczy, że w towarzystwie naturalnie mnie dotkniesz, spojrzysz na mnie z czułością. Wystarczy, że od czasu do czasu rzucisz przy kimś zdanie, które sprawi, że poczuję się dla Ciebie kimś naprawdę wyjątkowym.

To nie tylko buduje moją pewność siebie – to sprawia, że jeszcze bardziej pragnę być mężczyzną godnym Twojego uznania.

Bo jeśli kobieta, którą kocham, jest ze mnie dumna – to dla mnie największa nagroda.

Często chce mi się płakać, ale z całych sił powstrzymuję się

Może wydaje Ci się, że jestem odporny. Że nic mnie nie łamie, że radzę sobie z każdym problemem, że nic nie jest w stanie wywołać we mnie emocji tak silnych, by mnie przytłoczyły. Może myślisz, że mężczyzna, który płacze, to mężczyzna słaby. A ja przez całe życie byłem uczony, że nie mogę sobie na to pozwolić.

Ale prawda jest taka, że czasami chce mi się płakać.

Są momenty, kiedy ciężar wszystkiego, co noszę w sobie, staje się zbyt wielki. Kiedy presja, odpowiedzialność, porażki, stres – wszystko to kumuluje się we mnie jak zaciśnięta pięść. Czasami czuję, że wystarczy jedno słowo, jeden gest, bym się rozpadł.

Ale się nie rozpadałem.

Bo nauczyłem się, że mężczyzna musi być silny. Że łzy są oznaką słabości. Że kiedy coś boli, trzeba to w sobie zdusić, zamknąć, nie pozwolić, by to wyszło na zewnątrz.

I to właśnie robię.

Czasem gryzę się w język. Czasem odwracam wzrok, żebyś nie zauważyła. Czasem udaję, że po prostu jestem zmęczony, że nic się nie stało, że to tylko chwilowe. Bo boję się, że jeśli zobaczysz moje łzy, to coś we mnie stracisz.

Bo mężczyzna, który płacze, to mężczyzna, który odsłania się w pełni. A odsłonięcie się oznacza ryzyko. Ryzyko, że zostanie niezrozumiany. Ryzyko, że ktoś go osądzi. Ryzyko, że zamiast wsparcia, zobaczy w oczach ukochanej kobiety coś, czego boi się najbardziej – rozczarowanie.

Ale wiesz, co boli najbardziej? To, że czasami naprawdę chciałbym móc się poddać. Pozwolić sobie na ten moment słabości, na te kilka łez, które może przyniosłyby mi ulgę. Chciałbym, żebyś wiedziała, że jeśli kiedyś pozwolę sobie na to przy Tobie, to znaczy, że naprawdę Ci ufam. Że widzę w Tobie kogoś, przed kim mogę być sobą – nawet w tych chwilach, kiedy czuję się słaby.

Nie chcę, żebyś traktowała mnie jak kogoś, kto musi być niezniszczalny. Nie chcę, żebyś myślała, że zawsze dam radę, że nic mnie nie rusza.

Czasem po prostu chcę wiedzieć, że jeśli pewnego dnia nie dam rady tego powstrzymać, to nie będę musiał tego żałować.

Bo jeśli mogę płakać przy Tobie i nadal czuć się jak mężczyzna – to znaczy, że naprawdę jestem we właściwym miejscu.

Odczuwam ekstremalnie silny stres kiedy mam problemy finansowe

Może nie mówię o tym otwarcie. Może nie zobaczysz tego po mnie od razu. Ale kiedy mam problemy finansowe, kiedy nie jestem pewien, czy wszystko się ułoży, czy dam radę sprostać zobowiązaniom – stres, który odczuwam, jest wręcz przytłaczający.

Dla faceta finanse to coś więcej niż tylko liczby na koncie. To coś więcej niż rachunki, wydatki i kwoty do zapłacenia. Dla mnie to symbol czegoś znacznie większego – mojej wartości, mojej zdolności do zapewnienia bezpieczeństwa, mojej pozycji w życiu.

Jeśli coś idzie nie tak, jeśli sytuacja wymyka się spod kontroli, jeśli nagle znajduję się w miejscu, w którym nie wiem, jak rozwiązać problem – to czuję się bezsilny. A to uczucie, którego nienawidzę najbardziej.

Bo jako mężczyzna zostałem wychowany w przekonaniu, że to moja rola – być tym, który zapewnia stabilność. Być tym, który ogarnia sprawy, który dba o dom, który nie pozwala, by pojawiło się zagrożenie. A problemy finansowe uderzają dokładnie w to, co dla mnie najważniejsze – w moje poczucie kontroli.


Kiedy mam trudności finansowe, nie jestem sobą.
Mogę być bardziej rozdrażniony, bardziej zamknięty w sobie, bardziej milczący. Mogę unikać rozmów, mogę nie chcieć się dzielić swoimi myślami. I nie dlatego, że nie ufam Ci na tyle, by o tym mówić. Ale dlatego, że w głębi duszy boję się, że zobaczysz we mnie kogoś słabszego.

Dla mnie finanse to nie tylko pieniądze.
To poczucie, że mam kontrolę nad swoim życiem.
To świadomość, że mogę dać Ci wszystko, czego potrzebujesz, że nie muszę się martwić o jutro.
To komfort, który daje mi spokój psychiczny.

Więc jeśli widzisz, że coś mnie gryzie, jeśli zauważasz, że jestem spięty, że moje myśli są gdzieś daleko – nie zakładaj, że Cię ignoruję.
Być może właśnie w mojej głowie rozgrywa się największa walka.

I wiesz, co pomaga najbardziej? Nie pytania „*Co się dzieje?*”, nie presja, żebym natychmiast się otworzył. Ale świadomość, że jesteś. Że mnie wspierasz. Że nie oceniasz mnie przez pryzmat tego, ile mam na koncie, ale przez to, kim jestem jako człowiek.

Bo jeśli wiem, że jesteś przy mnie nawet wtedy, gdy nie wszystko idzie idealnie – to znajdę w sobie siłę, żeby to naprawić.



Często mam ochotę na romantyczne gesty, ale boję się, że wyjdę na dziwaka

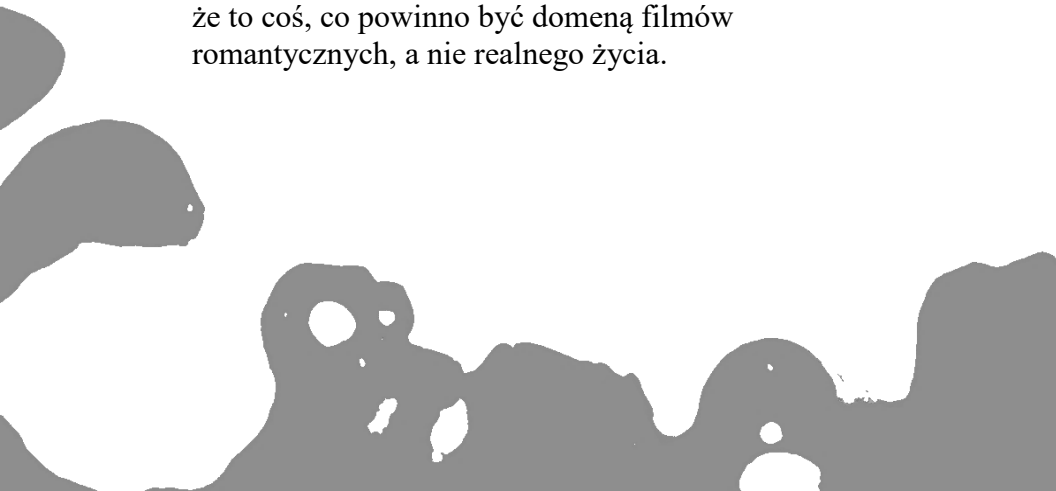
Może myślisz, że to kobiety marzą o romantycznych chwilach, a mężczyźni podchodzą do tego chłodno i racjonalnie. Może wydaje Ci się, że faceci nie potrzebują czułości, niespodzianek, drobnych gestów, które sprawiają, że serce bije szybciej.

Ale prawda jest taka, że ja też mam ochotę na romantyczne gesty. Często.

Chciałbym czasem kupić Ci kwiaty bez okazji. Chciałbym zostawić Ci wiadomość na poduszce, taką, która sprawi, że się uśmiechniesz zaraz po przebudzeniu. Chciałbym po prostu podejść do Ciebie, pocałować Cię w czoło i powiedzieć, że jesteś dla mnie ważna – bez żadnego konkretnego powodu.

Ale nie zawsze mam odwagę to zrobić.

Dlaczego? Bo boję się, że wyjdę na dziwaka. Że pomyślisz, że przesadzam, że to „niemęskie”, że to coś, co powinno być domeną filmów romantycznych, a nie realnego życia.



Mężczyźni od małego są uczeni, że muszą być twardzi, że nie powinni być „zbyt czuli”, że romantyzm to raczej „kobiecy” zachowanie. Więc wielu z nas po prostu tłumi te pragnienia. Zamiast napisać „Tęsknię” – czekamy, aż Ty napiszesz pierwsza. Zamiast przytulić Cię nagle w środku dnia – zastanawiamy się, czy to nie będzie „dziwne”. Zamiast powiedzieć Ci, jak bardzo Cię kocham – boję się, że uznasz, że to już oczywiste i niepotrzebne.

A prawda jest taka, że im bardziej się boję, tym bardziej się zamykam. I może przez to czasem wydaję się, że nie mam ochoty na romantyczne gesty. Że nie jestem typem faceta, który potrafi być czuły i spontaniczny. Ale w głębi duszy... chciałbym.


Chciałbym wiedzieć, że jeśli zrobię coś romantycznego, to nie zostanie to wyśmiane. Że jeśli się otworzę, to nie usłyszę: „*A co Ci się stało?*” albo „*Dziwnie się zachowujesz*”.

Chciałbym, żebyś wiedziała, że nawet jeśli nie robię romantycznych rzeczy na co dzień, to nie dlatego, że nie chcę – ale dlatego, że potrzebuję pewności, że to jest mile widziane.

Bo jeśli zobaczę, że to doceniasz, jeśli poczuję, że moje gesty sprawiają Ci radość, jeśli będę miał pewność, że nie zostaną wyśmiane – to zrobię dla Ciebie wszystko.

Bo prawda jest taka, że facet, który czuje się bezpiecznie ze swoją romantyczną stroną, potrafi być bardziej czuły i troskliwy, niż mogłabyś sobie wyobrazić.

Wystarczy, że dasz mi do zrozumienia, że to jest okej.



Nie chcę być postrzegany jedynie przez pryzmat tego co mogę zaoferować

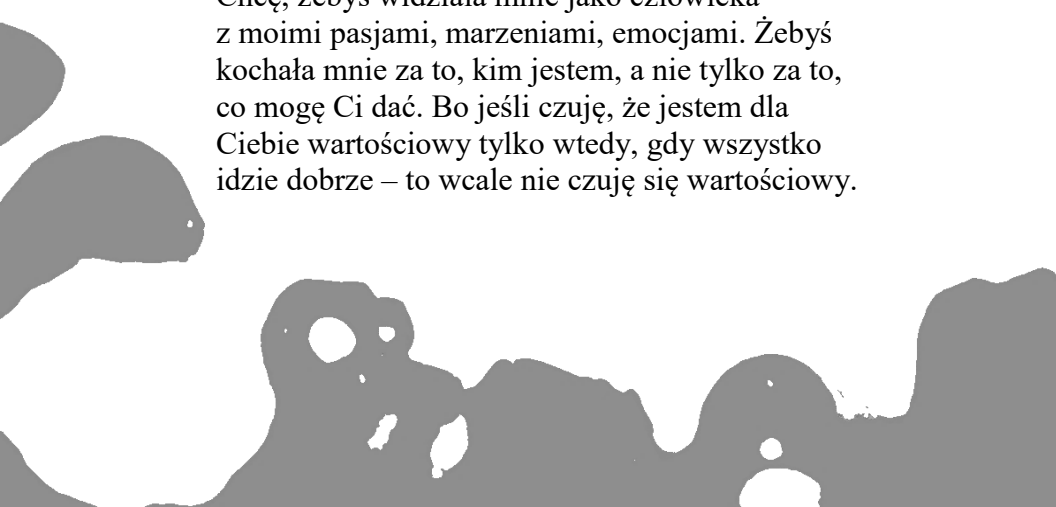
Wiem, że jako mężczyzna mam pewne role do spełnienia. Wiem, że powinienem być zaradny, odpowiedzialny, silny, stabilny. Wiem, że ludzie – a zwłaszcza kobiety – często patrzą na mężczyzn pod kątem tego, co mogą im dać: czy potrafią zapewnić bezpieczeństwo, czy są ambitni, czy mają coś do zaoferowania w kwestii finansów, emocji, doświadczenia życiowego.

Ale nie chcę, żebyś widziała we mnie tylko to.

Nie chcę być kimś, kto jest wartościowy tylko wtedy, kiedy zarabia dobrze, kiedy jest silny psychicznie, kiedy daje Ci stabilność. Nie chcę czuć, że jeśli z jakiegoś powodu coś mi się nie uda, jeśli przyjdzie gorszy czas, jeśli coś stracę – to nagle moje znaczenie dla Ciebie zmaleje.

Bo jestem kimś więcej niż tylko moimi osiągnięciami.

Chcę, żebyś widziała mnie jako człowieka – z moimi pasjami, marzeniami, emocjami. Żebyś kochała mnie za to, kim jestem, a nie tylko za to, co mogę Ci dać. Bo jeśli czuję, że jestem dla Ciebie wartościowy tylko wtedy, gdy wszystko idzie dobrze – to wcale nie czuję się wartościowy.



Mężczyźni często ukrywają swoje lęki. Boimy się, że jeśli pokażemy swoje słabości, to stracimy w Twoich oczach. Ale prawda jest taka, że każdy z nas ma momenty, kiedy czuje się zagubiony. Każdy z nas ma chwile, kiedy nie jest w stanie wszystkiego ogarnąć, kiedy potrzebuje wsparcia zamiast oceniania.

Jeśli wtedy przy mnie będziesz, jeśli pokażesz mi, że jestem dla Ciebie ważny nie tylko wtedy, gdy jestem „na szczycie”, ale też wtedy, gdy mam słabszy dzień – to będę wiedział, że jestem z właściwą kobietą.

Bo ja nie szukam kogoś, kto będzie ze mną tylko dla korzyści. Szukam kogoś, kto zobaczy we mnie więcej niż tylko moje sukcesy.

I jeśli mi to pokażesz – dostaniesz ode mnie wszystko, co mam.

Czasem chcę usłyszeć, że robisz coś tylko i wyłącznie dla mnie

Nie zawsze o tym mówię. Nie zawsze daję po sobie poznać, że tego potrzebuję. Ale są chwile, kiedy naprawdę chciałbym usłyszeć, że zrobiłaś coś nie dlatego, że tak wypada, nie dlatego, że to było wygodne, nie dlatego, że i tak miałaś taki plan – ale tylko i wyłącznie dla mnie.

Nie dlatego, że jestem egoistą. Nie dlatego, że chcę czuć się najważniejszy na świecie. Ale dlatego, że chcę wiedzieć, że jestem dla Ciebie kimś na tyle wyjątkowym, że potrafisz zrobić coś tylko po to, by sprawić mi przyjemność, by mnie zaskoczyć, by pokazać mi, że jestem dla Ciebie ważny.

To nie muszą być wielkie rzeczy. Może to być kolacja, którą ugotowałaś, bo wiesz, że to moje ulubione danie. Może to być decyzja, żeby obejrzeć ze mną film, który Cię nie interesuje, ale wiesz, że ja go uwielbiam. Może to być drobny gest – jak założenie tej sukienki, którą tak bardzo w Tobie lubię, tylko dlatego, że wiesz, że zrobi mi to przyjemność.


Ale jeśli mi o tym nie powiesz, mogę tego nie zauważyć. Mogę uznać, że to przypadek. Mogę pomyśleć, że zrobiłaś to z własnej potrzeby, a nie z myślą o mnie.

A wiesz, jak to działa na faceta? Kiedy wiem, że coś zrobiłaś tylko dla mnie, czuję się wyjątkowy. Czuję, że jestem kimś, kto ma dla Ciebie znaczenie, kimś, dla kogo potrafisz się postarać. I wiesz co? To sprawia, że chcę odwzajemnić to tysiąckrotnie.

Bo mężczyzna, który czuje, że kobieta robi coś dla niego z serca, bezinteresownie, z samej chęci sprawienia mu radości – będzie gotów przynieść dla niej góry.

Więc jeśli czasem usłyszę: „*Zrobiłam to tylko dla Ciebie*”, „*Kupiłam to, bo wiem, że Ci się spodoba*”, „*Wybrałam to miejsce, bo pamiętam, że kiedyś mówiłeś, że chciałbyś tu być*” – zapamiętam to na długo.

I zrobię wszystko, żebyś Ty też czuła się tak samo wyjątkowa.



Często widzę niedoskonałości
Twojej urody, ale o tym nie
mówię i to akceptuję.

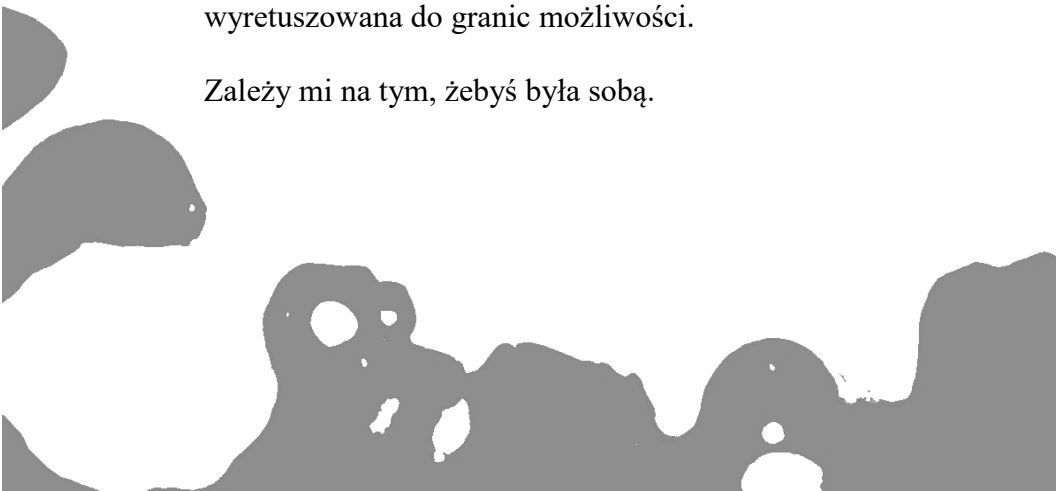
Może myślisz, że tego nie zauważam. Może wydaje Ci się, że kiedy patrzę na Ciebie, widzę tylko to, co najlepsze, albo że mój wzrok magicznie pomija te rzeczy, które Ty uważasz za swoje mankamenty.

Ale prawda jest taka, że widzę je. Widzę, kiedy nie jesteś zadowolona z tego, jak wygląda Twoja skóra. Widzę, kiedy próbujesz ukryć drobne zmarszczki, które z każdym rokiem stają się bardziej widoczne. Widzę, kiedy patrzysz w lustro i marszczysz brwi, bo wydaje Ci się, że coś jest „nie tak”. Widzę blizny, rozstępny, drobne niedoskonałości. Widzę je wszystkie.

Ale wiesz co? One nigdy nie sprawiają, że kocham Cię mniej.

Bo wbrew temu, co myślisz, mężczyźni nie oczekują perfekcji. Nie potrzebują, żebyś była jak kobiety z okładek magazynów. Nie zależy mi na tym, żebyś była nieskazitelna, idealna, wyretuszowana do granic możliwości.

Zależy mi na tym, żebyś była sobą.




I może to dla Ciebie trudne do zrozumienia, ale te wszystkie „niedoskonałości”, które tak bardzo Cię irytują, które starasz się ukryć – one sprawiają, że jesteś prawdziwa. One czynią Cię wyjątkową.

Wiem, że kobiety często przejmują się swoim wyglądem bardziej niż my, faceci. Wiem, że patrzysz na siebie dużo surowiej niż ja. Ale chcę, żebyś wiedziała jedno: nie musisz być idealna, żeby być dla mnie piękna.

Nie zauważam Twoich niedoskonałości po to, by Cię oceniać. Widzę je, ale nie mają dla mnie znaczenia. Bo kiedy na Ciebie patrzę, nie widzę pojedynczych elementów – widzę całość. Widzę kobietę, którą kocham, która jest dla mnie atrakcyjna nie tylko przez swój wygląd, ale przez to, jak się śmieje, jak mnie przytula, jak mówi do mnie, jaką energię wokół siebie roztacza.

Więc przestań się martwić tym, czego ja dawno już zaakceptowałem.

Bo jeśli jesteś kobietą, z którą chcę być, to znaczy, że jesteś dla mnie piękna – z każdą swoją niedoskonałością.



Często czuję się kompletnie samotny nawet będąc otoczony ludźmi

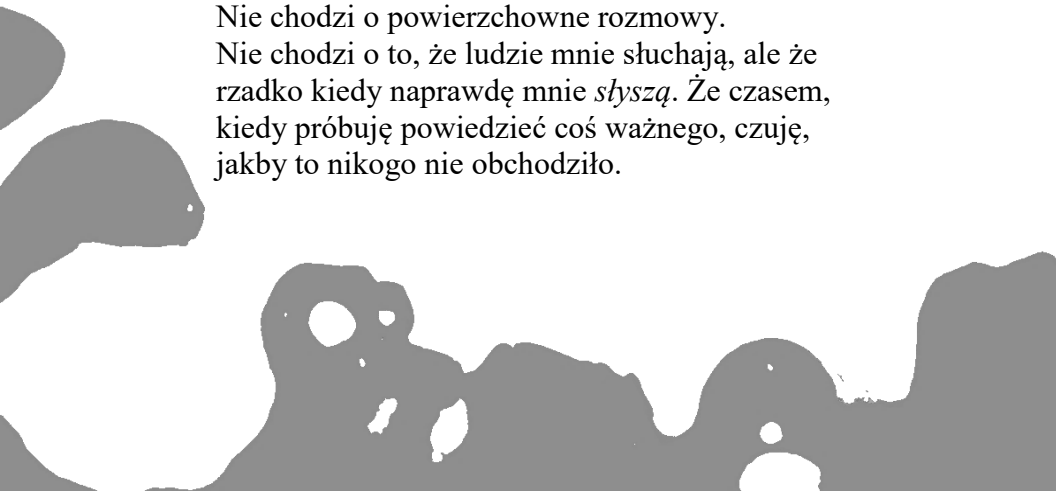
Możesz myśleć, że skoro mam wokół siebie ludzi, skoro rozmawiam, śmieję się, spędzam czas w towarzystwie, to nie mam prawa czuć się samotny. Że skoro jestem mężczyzną, który potrafi odnaleźć się w różnych sytuacjach, który ma znajomych, który dobrze funkcjonuje w społeczeństwie – to znaczy, że wszystko jest w porządku.

Ale prawda jest taka, że czasem, nawet w tłumie, czuję się zupełnie sam.

To nie ma nic wspólnego z ilością ludzi wokół mnie. To nie zależy od tego, jak często wychodzę, ile mam znajomych, ile rozmów prowadzę każdego dnia. To uczucie, które siedzi głęboko we mnie i którego często nie potrafię się pozbyć.

Bo samotność nie polega na tym, że nikogo nie ma. Samotność polega na tym, że nie czuję, że ktoś naprawdę mnie rozumie.

Nie chodzi o powierzchowne rozmowy. Nie chodzi o to, że ludzie mnie słuchają, ale że rzadko kiedy naprawdę mnie *słysz*ą. Że czasem, kiedy próbuję powiedzieć coś ważnego, czuję, jakby to nikogo nie obchodziło.



Że kiedy mam gorszy dzień, nikt nie zauważa.
Że nawet jeśli jestem w czyimś towarzystwie, to
i tak czuję, że jestem w tym wszystkim sam.

Może dlatego czasem milknę. Może dlatego
zamykam się w sobie. Może dlatego zamiast mówić
o tym, co naprawdę czuję, wybieram milczenie albo
zakładam maskę obojętności.

I wiesz co? Czasami wystarczy jedno Twoje zdanie,
jeden gest, żeby wyrwać mnie z tego uczucia.
Wystarczy, że zapytasz „*Jak się naprawdę
czujesz?*” i że nie zadowolisz się zwykłym
„*W porządku*”. Wystarczy, że dotkniesz mojej
dłoni, spojrzysz mi w oczy i pokażesz, że naprawdę
Cię to obchodzi.

Bo jeśli jesteś osobą, przy której nie czuję się
samotny – to znaczy, że jesteś dla mnie kimś
naprawdę wyjątkowym.

I jeśli to poczuję, jeśli zrozumiem, że przy Tobie
mogę być sobą, że nie muszę udawać, że nic mnie
nie rusza, że mogę powiedzieć, kiedy coś mnie boli
– to oddam Ci całe swoje serce.

Bo dla faceta nie ma większego szczęścia niż być
z kobietą, przy której nie czuje się samotny – nawet
w największym tłumie.

Nie akceptuję mówienia o poprzednich związkach i relacjach

Możesz myśleć, że to nie ma znaczenia.
Że przeszłość to przeszłość, że to tylko rozmowy,
które nic nie zmieniają. Że skoro to już było, to nie
powinienem się tym przejmować.

Ale prawda jest taka, że nie chcę tego słuchać.

Nie chcę wiedzieć, jak było z kimś innym. Nie chcę
słuchać porównań, nawet jeśli są na moją korzyść.
Nie chcę szczegółów o Twoich dawnych uczuciach,
doświadczeniach, błędach. Nie chcę wiedzieć,
co ktoś inny robił dobrze, co robił źle, co kiedyś
sprawiało Ci radość albo ból.

Dlaczego? Bo dla mnie to nie jest tylko rozmowa.

Każde słowo o przeszłości zostawia ślad. Każda
historia, każde wspomnienie, każde zdanie,
w którym pojawia się „mój były” – to coś, czego
nie da się już cofnąć. Może nie okażę, że to mnie
rusza, może nie skomentuję tego od razu. Ale
w mojej głowie te obrazy zaczynają się układać
w całość.

I nagle, kiedy przytulam Cię, pojawia się myśl: „*Czy przytulałaś go tak samo?*”. Kiedy jesteśmy blisko, nieświadomie zastanawiam się: „*Czy on też to robił?*”. Kiedy patrzę Ci w oczy, czuję, że nie jestem pierwszą osobą, która w nich widziała miłość.

To nie jest zazdrość. To nie jest niepewność. To po prostu świadomość, że pewne rzeczy powinny należeć tylko do nas.

Dla mnie związek to nie miejsce na echa przeszłości. Jeśli jesteśmy razem, chcę czuć, że to *my* budujemy coś nowego, coś własnego, coś, co nie ma nic wspólnego z tym, co było.

Więc proszę – nie opowiadaj mi o tym, co było wcześniej. Nie dlatego, że Ci nie ufam. Nie dlatego, że jestem niedojrzały. Ale dlatego, że chcę patrzeć na naszą przyszłość, a nie analizować Twoją przeszłość.

Bo jeśli jestem Twoim „teraz” – to chcę, żeby to miało większą wartość niż Twoje „kiedyś”.

Nie muszę czegoś czuć żeby się z Tobą przespać

To może nie brzmieć romantycznie. Może nawet nie brzmi dobrze. Ale to szczerą prawdą.

Seks dla mężczyzny nie zawsze musi być powiązany z uczuciami. Może być spontaniczny. Może być czysto fizyczny. Może być czymś, co dzieje się tu i teraz, bez głębszego znaczenia, bez emocjonalnego zaangażowania.

Nie znaczy to, że zawsze tak jest. Nie znaczy to, że jeśli jesteś dla mnie ważna, to traktuję bliskość jako coś mechanicznego. Ale oznacza to, że mogę się z Tobą przespać nawet wtedy, gdy nie czuję głębokiej miłości, gdy nie ma między nami czegoś więcej.

Dla wielu kobiet seks jest ściśle powiązany z emocjami. Jest wyrazem uczucia, zaangażowania, bliskości na poziomie nie tylko fizycznym, ale i psychicznym. I to jest piękne. Ale dla faceta może być inaczej.

Mogę uprawiać seks, bo mam na to ochotę. Bo jest chemia. Bo jest moment, który wydaje się właściwy. Bo moje ciało reaguje szybciej niż głowa.


I to nie znaczy, że jestem nieczuły. To nie znaczy, że nie potrafię kochać. Ale oznacza to, że seks sam w sobie nie zawsze jest dla mnie czymś, co musi mieć głębszy sens.

Czy to oznacza, że nie ma różnicy między seksem z kimś, kogo kocham, a przypadkową bliskością? Oczywiście, że jest. Kiedy jestem z kobietą, na której mi zależy, to coś zupełnie innego. To nie tylko fizyczność, to coś znacznie większego, głębszego, bardziej intymnego.

Ale jeśli kiedykolwiek myślałaś, że mężczyzna musi czuć coś wielkiego, żeby się z kimś przespać – to muszę Cię rozczarować. Bo czasem to po prostu instynkt.

I właśnie dlatego seks dla faceta nie zawsze oznacza miłość.

Jeśli to rozumiesz – rozumiesz mężczyzn lepiej, niż myślisz.



Muszę czuć, że zasługujesz na
to, żebym chciał dać Ci
najlepszą wersję mnie

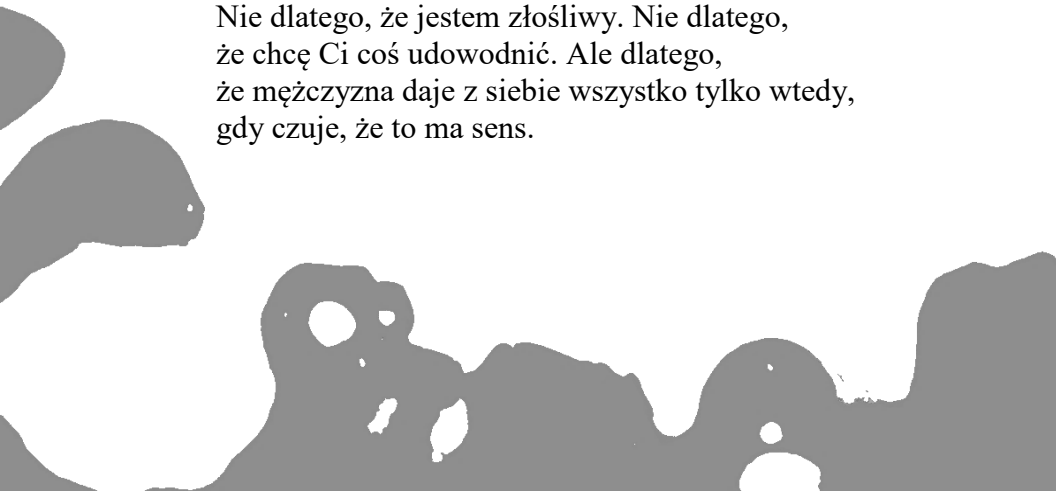
Mogę być dobrym facetem. Mogę się starać,
mogę inwestować swój czas, swoją energię, swoją
troskę w relację. Mogę być lojalny, czuły, oddany.
Ale jedno jest pewne – nie zrobię tego dla każdej
kobiety.

Nie chodzi o to, że jestem wyrachowany.
Nie chodzi o to, że oczekuję czegoś w zamian,
że traktuję relacje jak transakcję. Ale jeśli mam
dawać Ci wszystko, co mam – moje
zaangażowanie, moją opiekę, moją siłę, moje
emocje – to muszę widzieć, że warto.

Nie wystarczy, że jesteś piękna. Nie wystarczy,
że dobrze się bawimy. Nie wystarczy, że mamy
chemię. Muszę czuć, że jesteś kobietą, która mnie
docenia, która mnie rozumie, która wie, co znaczy
być prawdziwym partnerem w życiu.

Bo jeśli nie widzę, że zasługujesz na moją
najlepszą wersję, to przestanę się starać.

Nie dlatego, że jestem złośliwy. Nie dlatego,
że chcę Ci coś udowodnić. Ale dlatego,
że mężczyzna daje z siebie wszystko tylko wtedy,
gdy czuje, że to ma sens.



Jeśli czuję, że mnie nie szanujesz, że mnie nie doceniasz, że traktujesz moje starania jako coś oczywistego – prędzej czy później przestanę się starać. Może nie od razu, może nie wprost, ale zaczniesz zauważać, że moja energia maleje, że już nie mam w sobie tej samej pasji, że nie daję z siebie tyle, co kiedyś.

I to nie dlatego, że się zmieniłem.

Tylko dlatego, że nie czuję, że warto.

Ale jeśli pokażesz mi, że mnie szanujesz, że mnie wspierasz, że widzisz moje starania – zrobię wszystko, żebyś czuła się jak najważniejsza kobieta na świecie.

Bo mężczyzna, który widzi, że jest z właściwą kobietą, nie ma potrzeby szukać niczego więcej.

I wtedy, naprawdę, dostaniesz moją najlepszą wersję.

Nie mówię Ci wszystkiego bo wiem, że tego nie zrozumiesz

Nie chodzi o to, że nie chcę być z Tobą szczerą. Nie chodzi o to, że mam przed Tobą sekrety. Ale prawda jest taka, że nie wszystko, co dzieje się w mojej głowie, da się wyjaśnić w sposób, który byłby dla Ciebie jasny.

Czasami to, co czuję, jest skomplikowane. Czasami myślę o rzeczach, które nawet dla mnie są trudne do opisania. Czasami wiem, że jeśli spróbuję Ci coś wytłumaczyć, to albo zabrzmi to głupio, albo nie będzie miało dla Ciebie sensu.

Więc po prostu tego nie mówię.

Nie dlatego, że Ci nie ufam. Nie dlatego, że nie zależy mi na Twoim zdaniu. Ale dlatego, że wiem, że są rzeczy, których możesz nigdy nie poczuć tak, jak ja je czuję.

Mężczyźni i kobiety myślą inaczej. Mamy inne schematy, inne mechanizmy, inne sposoby radzenia sobie z emocjami. To, co dla Ciebie jest oczywiste, dla mnie może być trudne. To, co dla mnie jest jasne, dla Ciebie może wydawać się irracjonalne.

I nie chodzi nawet o wielkie rzeczy. Czasem po prostu wiem, że jeśli zacznę mówić o moich lękach, o moich wewnętrznych rozterkach, o moich wątpliwościach – to zamiast zrozumienia dostanę radę, której wcale nie szukałem.

Bo kiedy mówię, że coś mnie męczy, to nie zawsze znaczy, że chcę to rozwiązać tu i teraz. Kiedy milczę, to nie zawsze znaczy, że mam problem, o którym chcę rozmawiać.

Są rzeczy, które zostawiam dla siebie, bo wiem, że one nie zmienią niczego między nami.

Ale to nie znaczy, że jestem zamknięty. To nie znaczy, że Cię nie kocham. To nie znaczy, że nie chcę się dzielić swoim światem.

To znaczy tylko, że czasem łatwiej mi coś zachować dla siebie, niż ryzykować, że zostanę źle zrozumiany.

I jeśli naprawdę mnie kochasz – pozwolisz mi mieć ten kawałek siebie, który pozostaje tylko mój.

Uważam, że szczerłość nie do końca sprawdza się w relacji z kobietami

Szczerłość – ideał, do którego wszyscy teoretycznie dążą, a jednocześnie coś, co w praktyce potrafi być niebezpieczne. Od dzieciństwa uczą nas, że prawda jest najważniejsza, że relacje powinny być oparte na otwartości, że jeśli kogoś kochasz, to nie powinienes mieć przed nim tajemnic.

A jednak... życie pokazuje coś zupełnie innego.

Szczerłość to broń obosieczna. Może budować, ale równie dobrze może niszczyć. W relacji z kobietą jej skuteczność zależy od tego, *jak* jest podawana, *kiedy* i *czy druga strona jest na nią gotowa*.

Mężczyźni często doświadczają tego paradoksu: z jednej strony kobieta mówi, że chce prawdy, że ceni otwartość, że oczekuje, byśmy mówili, co naprawdę myślimy. Ale z drugiej strony – kiedy to robimy, okazuje się, że prawda nie jest przyjmowana tak, jakbyśmy się tego spodziewali.

Bo szczerłość, w swojej surowej formie, potrafi ranić. Nie dlatego, że jest zła sama w sobie, ale dlatego, że emocje rządzą relacjami w inny sposób, niż logika.

Powiedz kobiecie, że ta sukienka nie wygląda na niej najlepiej – i zobacz, jak zmienia się atmosfera. Powiedz, że czasem potrzebujesz przestrzeni – a możesz poczuć, że zaraz zaczniesz się dyskusja o tym, „czy coś się zmieniło”. Powiedz, że nie zawsze masz ochotę na rozmowę, że nie każde jej pytanie ma dla Ciebie głębszy sens – i zobacz, jak w jej oczach pojawia się cień niepewności.

Czy to znaczy, że trzeba kłamać? Nie. Ale to znaczy, że prawda wymaga filtrów.

Kobieta nie zawsze chce całej prawdy – czasem chce prawdy w wersji, którą będzie w stanie przyjąć. Chce, żebyś był szczery, ale nie brutalny. Otwarty, ale z wyczuciem. Bezpośredni, ale nie w sposób, który sprawi, że poczujesz się odrzucona, nieatrakcyjna, niepewna.

Więc czy szczerota *zawsze* się sprawdza? Nie.

Ale mądra szczerota – taka, która uwzględnia emocje, która nie jest okrutna pod pozorem „bycia autentycznym” – to coś, co naprawdę może budować.

Bo na końcu nie chodzi o to, *czy* mówić prawdę. Chodzi o to, *jak* ją mówić, by nie zniszczyła czegoś, co w relacji jest ważniejsze niż suche fakty – poczucia bezpieczeństwa i bliskości.

Nie pamiętam w co się ubierasz i jakich używasz perfum

Możesz myśleć, że to dlatego, że mi nie zależy. Że skoro nie zauważam, że masz na sobie nową sukienkę albo że zmieniłaś zapach perfum, to znaczy, że nie zwracam na Ciebie uwagi. Może nawet uznasz, że jestem obojętny, że nie interesuję się szczegółami, które dla Ciebie mają znaczenie.

Ale prawda jest inna.

To nie tak, że Cię nie widzę. Widzę. Czuję Twój zapach, dostrzegam Twoją sylwetkę, Twój uśmiech, Twoją energię. Ale to, co zapamiętuję, to nie konkretne detale – to wrażenie, jakie na mnie robisz.

Nie pamiętam nazwy Twoich perfum, ale pamiętam, jak pachniesz, gdy przytulasz się do mnie. Nie przypominę sobie, w jakiej sukience byłaś tydzień temu, ale pamiętam, jak się czułem, gdy na mnie spojrzałaś tamtego wieczoru. Nie analizuję, jakie buty nosisz, ale wiem, jak pewnie się w nich poruszasz.

Dla mnie liczy się całokształt. Twój zapach jest dla mnie częścią Ciebie, a nie konkretną buteleczką na półce. Twoje ubrania są tłem dla Ciebie jako osoby, a nie czymś, co muszę zapamiętać w szczegółach.

Czy to oznacza, że nie zauważam zmian?
Zauważam. Ale nie zawsze potrafię je nazwać.

Więc jeśli pytasz mnie „*Podoba Ci się mój nowy zapach?*” – być może zawaham się przez chwilę, bo nie będę pewien, czy to ten sam, co wcześniej. Jeśli zapytasz „*Pamiętasz, w co byłam ubrana na naszej ostatniej randce?*” – mogę nie znać odpowiedzi.

Ale jeśli zapytasz „*Jak się czuleś, gdy tam byliśmy?*” – powiem Ci dokładnie.

Bo może nie zapamiętuję detali tak, jak Ty byś chciała. Ale pamiętam Ciebie.

I to jest dla mnie najważniejsze.

Oglądam filmy dla dorosłych

Możesz się zastanawiać, dlaczego. Możesz myśleć, że skoro mam Ciebie, to po co mi to? Może w Twojej głowie pojawia się pytanie, czy to znaczy, że czegoś mi brakuje, że nie jestem zadowolony, że szukam czegoś poza naszym związkiem.

Ale prawda jest taka, że dla większości mężczyzn oglądanie filmów dla dorosłych nie ma nic wspólnego z brakiem uczuć czy niezadowolaniem z partnerki. To nie jest alternatywa dla Ciebie. To nie jest wybór *zamiast* Ciebie. To zupełnie inny obszar, który nie działa w ten sam sposób, co prawdziwa bliskość i relacja.

To forma odprężenia, ciekawości, czasem po prostu potrzeba fizycznego rozładowania napięcia. To coś, co funkcjonuje na poziomie instynktu, a nie zawsze na poziomie świadomej decyzji.

Czy to znaczy, że oglądam, bo czegoś mi brakuje w związku? Nie. Czy to znaczy, że nie jestem Tobą zainteresowany? Absolutnie nie.

Mężczyzna może kochać swoją partnerkę, być z nią szczęśliwy, czuć się spełniony, a jednocześnie od czasu do czasu sięgnąć po tego typu treści – nie dlatego, że czegoś mu brakuje, ale dlatego, że to po prostu działa inaczej niż emocjonalna bliskość.


Czy to znaczy, że filmy dla dorosłych nie mają żadnego wpływu na relację? Niekoniecznie. Mogą wpływać, jeśli stają się ucieczką, jeśli zastępują prawdziwą intymność, jeśli powodują dystans między nami. Ale same w sobie nie są zagrożeniem – o ile wszystko w związku działa tak, jak powinno.

I jeśli masz wobec tego jakieś obawy, jeśli masz pytania, jeśli Ci to przeszkadza – możemy o tym rozmawiać.

Ale jedno jest pewne: oglądanie takich filmów nie znaczy, że mniej Cię pragnę. Bo żadna ekranowa scena nie zastąpi mi prawdziwego ciepła Twojej skóry, zapachu Twojego ciała i energii, którą czuję, gdy jesteś blisko.

To są dwa zupełnie różne światy.

A Ty jesteś tym, który naprawdę się liczy.



Nie akceptuję sytuacji gdzie jestem mniej ważny dla Ciebie niż Twoja rodzina i przyjaciółki

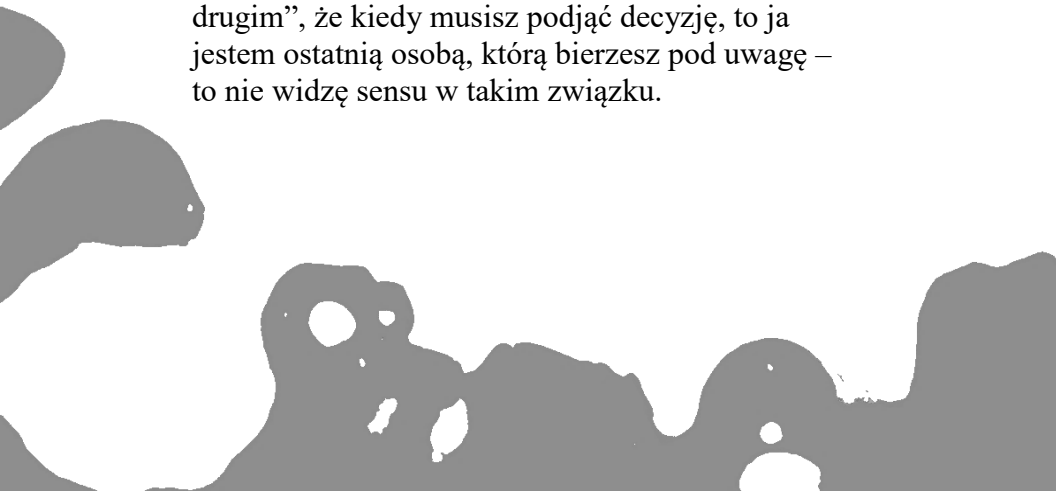
Rozumiem, że masz ludzi, którzy byli w Twoim życiu, zanim pojawiłem się ja. Rozumiem, że masz rodzinę, która zawsze będzie dla Ciebie ważna, i przyjaciółki, które znasz od lat. Nie oczekuję, że nagle stanę się całym Twoim światem, że wszystko inne przestanie mieć znaczenie.

Ale jeśli jestem Twoim partnerem, jeśli jesteśmy razem, to chcę czuć, że mam w Twoim życiu miejsce, które jest wyjątkowe.

Nie chcę rywalizować z Twoją rodziną. Nie chcę walczyć o uwagę z Twoimi przyjaciółkami. Ale jeśli wciąż widzę, że to ich potrzeby, ich opinie, ich obecność są dla Ciebie ważniejsze niż ja – zaczynam czuć, że nie jestem na pierwszym miejscu.

I to boli.

Nie chodzi mi o to, że masz wybierać między mną a nimi. Ale jeśli wciąż czuję, że zawsze jestem „tym drugim”, że kiedy musisz podjąć decyzję, to ja jestem ostatnią osobą, którą bierzesz pod uwagę – to nie widzę sensu w takim związku.



Bo jeśli jestem z Tobą, to chcę czuć, że liczę się w Twoim świecie. Że moje zdanie ma znaczenie. Że jeśli coś się dzieje, jeśli masz problem, jeśli potrzebujesz rady – to ja jestem pierwszą osobą, do której przychodzisz, a nie ktoś inny.

Nie akceptuję sytuacji, w której wciąż jestem odsuwany na dalszy plan. W której Twoja rodzina zawsze ma rację, a moje zdanie można pominąć. W której Twoje przyjaciółki mają większy wpływ na Twoje decyzje niż ja.

Bo jeśli tak jest – to znaczy, że nie jestem dla Ciebie partnerem, a tylko dodatkiem do Twojego życia.

A ja chcę być kimś więcej.

Więc jeśli naprawdę mnie kochasz – pokaż mi, że jestem dla Ciebie tak samo ważny, jak Ty jesteś dla mnie.

Bo jeśli będę czuł, że zawsze jestem na końcu listy... to pewnego dnia po prostu z niej zniknę.

Nie akceptuję kłamstwa

Nie chodzi o to, że musisz mówić mi wszystko. Nie chodzi o to, że oczekuję od Ciebie brutalnej szczerości w każdej sytuacji. Ale jedno jest pewne – jeśli mnie okłamiesz, coś między nami pęknie. I to coś, czego nie da się łatwo posklejać.

Kłamstwo dla mnie to nie tylko słowa. To także ukrywanie, manipulowanie, przemilczanie prawdy w taki sposób, by wyglądało to lepiej niż jest naprawdę.

Nie akceptuję tego.

Nie dlatego, że jestem naiwny. Nie dlatego, że nie potrafię zrozumieć, że czasem ludzie mijają się z prawdą dla „świętego spokoju”. Ale dlatego, że jeśli zacznę dostrzegać, że nie mogę Ci wierzyć, to cały fundament naszego związku zaczyna się chwiać.

Zaufanie buduje się długo, ale wystarczy jedno kłamstwo, by wszystko runęło. I kiedy raz złapię Cię na kłamstwie, zacznę zadawać sobie pytanie: „*Co jeszcze nie jest prawdą?*”

Może powiesz, że to było „niewinne kłamstwo”. Może uznasz, że chciałaś mnie oszczędzić, że „to nic takiego”. Ale dla mnie każde kłamstwo – nawet małe – zostawia ślad.

Bo jeśli nie mogę ufać Ci w małych sprawach, to jak mam wierzyć w te najważniejsze?

Jest jedna rzecz, którą wolę zawsze – nawet jeśli prawda jest trudna, nawet jeśli zaboli. Wolę usłyszeć coś, co jest bolesne, niż żyć w iluzji, która prędzej czy później się rozsypie.

Bo kiedy wiem, że mogę Ci ufać – mogę dać Ci wszystko.

Ale jeśli raz zobaczę, że kłamstwo jest dla Ciebie łatwiejsze niż prawda – zacznę trzymać dystans. A kiedy zacznę trzymać dystans... być może już nigdy go nie skrócę.

Boję się impotencji

Może nigdy o tym nie mówię. Może nigdy nie zobaczysz po mnie, że ten temat mnie dotyka. Może wydaje Ci się, że jako facet powinienem być zawsze pewny siebie, zawsze gotowy, zawsze „sprawny”.

Ale prawda jest taka, że gdzieś głęboko w sobie boję się tego.

Boję się, że pewnego dnia moje ciało mnie zawiedzie. Że nie będę w stanie dać Ci tego, czego oczekujesz. Że spojrzysz na mnie i zamiast pożądania zobaczę w Twoich oczach zawód, zniechęcenie, rozczarowanie.

Bo impotencja to nie tylko problem fizyczny. To cios prosto w moją męskość, w moje poczucie wartości, w to, kim jestem jako mężczyzna.

Mężczyzna może być silny, może być zaradny, może mieć sukcesy w życiu, ale jeśli zaczyna czuć, że traci kontrolę nad swoim ciałem – czuje się bezradny.

I to nie jest coś, o czym łatwo rozmawiać.

Nie powiem Ci, że się tym martwię, bo nie chcę, żebyś patrzyła na mnie inaczej. Nie chcę, żebyś zaczęła analizować, czy coś się zmienia, czy powinny Cię niepokoić jakieś sygnały. Nie chcę, żebyś mnie oszczędzała, traktowała inaczej, zaczęła się nade mną litować.

Więc jeśli kiedyś zauważysz, że unikam bliskości, że jestem bardziej spięty, że coś we mnie się zmienia – to może nie chodzi o Ciebie. Może chodzi o to, że gdzieś w mojej głowie walczę ze swoim strachem.

A najlepsze, co możesz zrobić, to dać mi poczuć, że jestem mężczyzną – niezależnie od tego, czy moje ciało zawsze działa tak, jak bym chciał.

Bo jeśli czuję, że jestem kochany i akceptowany bez względu na wszystko – ten strach znika.

Jeśli mówisz do mnie długo bez przerwy, przestaję to zapamiętywać

Nie chodzi o to, że mnie nie interesuje to, co mówisz. Nie chodzi o to, że Cię ignoruję, że nie liczy się dla mnie Twoja opinia czy uczucia. Ale prawda jest taka, że jeśli mówisz długo, bez przerwy, bez pauz, bez momentu, w którym mogę przetworzyć informacje – mój umysł po prostu się wyłącza.

To nie dlatego, że nie chcę słuchać. Chcę. Ale mój mózg działa inaczej niż Twój.

Mężczyźni zazwyczaj odbierają informacje inaczej niż kobiety. Potrzebuję konkretów. Potrzebuję czasu na analizę. Jeśli dostaję zbyt dużo treści naraz, jeśli jedno zdanie przechodzi płynnie w drugie, jeśli każda kolejna myśl jest rozwinięciem poprzedniej – w pewnym momencie przestaję nadążać.

I wtedy, choć fizycznie wciąż patrzę na Ciebie, choć kiwam głową, choć wydaje się, że słucham – w rzeczywistości gdzieś po drodze straciłem wątek.

Nie robię tego specjalnie. To nie brak szacunku. To nie znak, że mnie nie obchodzisz. Po prostu mój mózg potrzebuje przestrzeni, żeby zapamiętać, co jest ważne.

Więc jeśli chcesz, żebym naprawdę Cię słuchał, żeby Twoje słowa zostały w mojej głowie – daj mi czas. Rób pauzy. Daj mi szansę odpowiedzieć, zanim przejdziesz do kolejnego wątku. Nie oczekuj, że przyswoję pięć różnych tematów w jednej długiej wypowiedzi.

Bo jeśli mówisz do mnie długo bez przerwy – nie zapamiętam wszystkiego, a czasem nawet nic.

I nie dlatego, że nie chcę.

Ale dlatego, że po prostu tak działałam.

Dzieci nie są całym moim światem

Wiem, że to może brzmieć kontrowersyjnie. Wiem, że wielu ludzi uważa, że jeśli masz dzieci, to powinny stać się sensem Twojego istnienia, Twoim priorytetem, Twoim „wszystkim”.

Ale ja widzę to inaczej.

Oczywiście, jeśli mam dzieci, kocham je. Dbam o nie. Chcę dla nich jak najlepiej. Chcę, żeby były szczęśliwe, żeby miały dobre życie, żeby wyrosły na silnych, mądrych ludzi.

Ale nie uważam, że muszę zrezygnować ze wszystkiego innego, żeby być dobrym ojcem.

Nie chcę stracić siebie w roli rodzica. Nie chcę stać się kimś, kto istnieje tylko po to, by zajmować się dziećmi, kto zapomina o swoich pasjach, marzeniach, relacjach. Nie chcę być kimś, kto po latach, gdy dzieci dorosną i pójdą swoją drogą, nie będzie miał już nic – bo wszystko, czym żył, było związane tylko z nimi.

Chcę być ojcem, który kocha swoje dzieci, ale który nadal ma życie poza nimi. Chcę być kimś, kto dba o swoją relację, o swoje pasje, o swoje cele. Chcę być mężczyzną, który ma coś więcej do zaoferowania światu niż tylko rolę ojca.

I jeśli kiedykolwiek uznasz, że rodzicielstwo to wszystko, co powinno się dla mnie liczyć – to nie rozumiałaś mnie jako człowieka.

Bo choć dzieci są ważne, to nie mogą być jedynym powodem, dla którego żyję.

I to nie czyni mnie złym ojcem.

To czyni mnie człowiekiem, który chce być pełnią siebie – nie tylko dla dzieci, ale i dla siebie samego.

Prędzej zranisz mnie psychicznie niż fizycznie

Możesz myśleć, że jako mężczyzna jestem odporny. Że jeśli coś mnie zaboli, to głównie fizycznie. Że siniaki, skaleczenia, ból ciała to coś, co przyjmuję na klatę, co jestem w stanie znieść bez większego problemu. I to prawda – fizyczny ból nie przeraża mnie tak bardzo.

Ale psychicznie?

Psychicznie można mnie zranić o wiele głębiej. I jeśli to się stanie, blizny zostają na długo.

Bo mężczyźni nie płaczą otwarcie, ale czują. Mężczyźni nie mówią o tym, co boli, ale to w sobie noszą. Mężczyźni nie pokazują, że coś ich dotknęło, ale przeżywają to w środku – w samotności, w ciszy, często bez możliwości wyrzucenia tego z siebie.

Możesz krzyknąć na mnie, możemy się pokłócić, możesz nawet powiedzieć coś w złości – ale jeśli przekroczysz pewną granicę, jeśli sprawisz, że poczuję się bezwartościowy, jeśli powiesz coś, co uderzy prosto w moją godność, w moje poczucie własnej wartości – to zostanie we mnie na długo.

Może nie powiem od razu, że mnie zraniłaś. Może nie pokażę Ci, jak bardzo to zabolęło. Ale zapamiętam każde słowo. I choć siniak na ciele zniknie po kilku dniach, to rany w psychice mogą się nie zagoić nigdy.

Mężczyźni też mają swoje wrażliwe punkty. Może nie pokazujemy ich tak łatwo, może nie przyznajemy się do nich, może staramy się być silni. Ale jeśli uderzysz w nie – jeśli sprawisz, że poczuję się nie dość dobry, nie dość męski, nie dość ważny – to będzie to cios o wiele gorszy niż jakikolwiek fizyczny ból.

Dlatego słowa mają znaczenie. I jeśli mnie kochasz, jeśli Ci na mnie zależy – pamiętaj, że choć mogę wydawać się odporny, choć mogę wyglądać na kogoś, kto niczego się nie boi, to w środku jestem o wiele bardziej wrażliwy, niż myślisz.

I to właśnie psychiczne rany są tymi, które mogą mnie zniszczyć.

Nie chcę żyć Twoim życiem tylko swoim

Mogę Cię kochać. Mogę być z Tobą szczęśliwy.
Mogę chcieć spędzać z Tobą czas, dzielić się
z Tobą radościami, wspierać Cię w trudnościach
i czuć, że jesteś dla mnie ważna.

Ale to nie znaczy, że chcę porzucić swoje życie
i zatopić się w Twoim.

Nie chcę być tylko dodatkiem do Twojego świata.
Nie chcę dostosowywać się do wszystkiego, co
dla Ciebie ważne, rezygnując z tego, co ważne dla
mnie. Nie chcę czuć, że moje pasje, moje plany,
moje ambicje muszą ustąpić miejsca Twoim, bo
„w związku trzeba się poświęcać”.

Związek to nie symbioza, w której jedno
pochłania drugie. To dwie niezależne osoby, które
wybierają, by iść razem przez życie, ale każda
z nich nadal ma swoje marzenia, swoje priorytety,
swoją indywidualność.


Chcę Cię wspierać, chcę być obok Ciebie, ale nie
chcę zatracić siebie.

Nie chcę słyszeć, że „teraz powinniśmy wszystko robić razem”. Nie chcę rezygnować z rzeczy, które mnie definiują, tylko dlatego, że Ty ich nie rozumiesz albo nie są dla Ciebie ważne. Nie chcę, żebyśmy stali się jedną osobą – bo wtedy nie będę już sobą.

Jeśli naprawdę mnie kochasz, zaakceptujesz, że mam swoje życie. Że mam rzeczy, które robię dla siebie, nie dla nas. Że czasem potrzebuję czasu w samotności, czasu dla siebie, bez poczucia winy, bez tłumaczenia się.

Bo kiedy czuję, że mogę być sobą – wtedy mogę być najlepszą wersją siebie dla Ciebie.

Ale jeśli będę musiał zrezygnować z siebie, by być z Tobą... to w końcu przestanę być kimś, kogo pokochałaś.



Czasem wyobrażam sobie, że
jesteś „niegrzeczną
dziewczynką”, ale nie chcę Cię
takiej w życiu codziennym

To jeden z tych paradoksów, których mężczyzna nie
zawsze potrafi wyjaśnić. Z jednej strony moja
wyobraźnia czasem podsuwa mi obrazy, które są
odważne, prowokacyjne, może nawet trochę dzikie.
Czasem fantazjuję o tym, że jesteś niegruczna, że
przekraczasz granice, że pokazujesz mi swoją
zupełnie inną stronę – bardziej zuchwałą, bardziej
odważną, bardziej wyzwoloną.

Ale to tylko wyobraźnia.

Bo kiedy wracam do rzeczywistości, nie chcę,
żebyś taka była naprawdę. Nie chcę, żebyś była
kimś, kto zatracą siebie, kto zmienia się tylko po to,
by dopasować się do moich chwilowych fantazji.
Nie chcę, żebyś zachowywała się w sposób, który
może mnie ekscytuje na poziomie wyobrażeń, ale
w prawdziwym życiu budziłby we mnie niepokój.

Dlaczego?



Bo są rzeczy, które dobrze wyglądają w głowie, ale w realnym świecie zmieniają wszystko. Są momenty, w których chcę, żebyś była odważna, pewna siebie, uwodzicielska – ale w granicach, które sprawiają, że nadal czuję, że jesteś moją, że nie muszę się martwić o to, co będzie dalej.

Nie chcę, żebyś była „niegrzeczna” dla innych. Nie chcę, żebyś przekraczała pewne granice poza nami. Chcę, żebyś wiedziała, że to, co czasem pojawia się w mojej wyobraźni, jest tylko częścią mnie – a nie czymś, co ma wpływać na naszą rzeczywistość.

Bo fantazje są tylko fantazjami.

A prawdziwa relacja to coś więcej niż chwilowe pragnienia. To zaufanie, bezpieczeństwo, pewność, że jesteś kimś, kto jest dla mnie wszystkim – nie tylko na poziomie wyobraźni, ale przede wszystkim w prawdziwym życiu.

Więc jeśli kiedykolwiek pomyślisz, że chcę, żebyś zmieniła się w kogoś, kim nie jesteś – pamiętaj, że to tylko gra w mojej głowie.

A to, kim naprawdę jesteś, jest dla mnie o wiele cenniejsze niż jakakolwiek fantazja.

Zakończenie

Teraz już wiesz. Wiesz, co myślę, choć nigdy tego nie powiedziałem. Wiesz, co czuję, choć nigdy nie miałem odwagi wypowiedzieć tego na głos. Może zawsze chciałem, żebyś sama to dostrzegła, żebyś zrozumiała mnie między słowami, w spojrzeniach, w ciszy, która czasem mówi więcej niż jakiegokolwiek zdanie.

Mężczyźni nie zawsze potrafią mówić o sobie. Nie dlatego, że nie chcemy, ale dlatego, że nikt nas tego nie nauczył. Przez całe życie słyszymy, że mamy być silni, odporni, niewzruszeni. Że nie powinniśmy okazywać słabości, że musimy być opoką, że nie możemy się wahać. Więc milczymy. Przyzwyczajamy się do tego, że nasze emocje są sprawą drugorzędną. Że nikt nie pyta, co naprawdę czujemy, bo świat i tak oczekuje, że po prostu „damy radę”.

Ale prawda jest taka, że czujemy wszystko. Może nawet bardziej, niż myślisz.

Boli mnie, gdy czuję, że nie jestem wystarczający. Czuję lęk, gdy coś wymyka mi się spod kontroli. Zamykam się w sobie, kiedy widzę, że moje emocje nie są traktowane poważnie. I nawet jeśli nigdy Ci tego nie powiem, to każde słowo, każdy gest, każda sytuacja zostaje we mnie na dłużej, niż mogłabyś przypuszczać.

Nie jestem tylko tym, co widzisz na zewnątrz.
Za każdym moim uśmiechem kryją się historie,
o których nie mówię. Każde moje milczenie ma
powód, nawet jeśli nigdy o niego nie zapytasz.
Każda moja decyzja jest podszyta czymś głębszym
– instynktem, lękiem, pragnieniem bycia
wystarczającym.

Jeśli mnie kochasz, jeśli naprawdę chcesz mnie
zrozumieć – nie pytaj mnie tylko o rzeczy
oczywiste. Nie oczekuj, że zawsze będę mówił
wprost. Czasem największe prawdy kryją się
w tym, czego nie mówię. W chwilach, gdy patrzę na
Ciebie i nie wiem, czy mogę się odstąpić. W
momentach, gdy moje ciało mówi więcej niż moje
usta – gdy uciekam wzrokiem, gdy zmieniam temat,
gdy udaję, że wszystko jest w porządku, choć
w środku czuję, że coś mnie rozrywa.

Nie potrzebuję, żebyś wszystko rozumiała. Nie
potrzebuję, żebyś zgadzała się z każdym moim
słowem. Ale potrzebuję czuć, że jestem dla Ciebie
kimś więcej niż tylko mężczyzną, który ma
zapewniać stabilność, być silnym, nie popełniać
błędów.

Bo pod całą tą zewnętrzną twardością kryje się ktoś,
kto chce być czasem po prostu człowiekiem. Kto
chce mieć prawo do słabości, do emocji, do chwil,
w których nie musi udawać, że radzi sobie ze
wszystkim.

I jeśli to zrozumiesz, jeśli przy Tobie będę mógł być
prawdziwy – oddam Ci siebie w całości.

Ale jeśli będę musiał być przy Tobie tylko twardą
skałą, bez prawa do uczuć, bez prawa do słabości –
powoli zacznę się oddalać.

Bo mężczyzna może zostać, nawet jeśli nie czuje się rozumiany. Ale nigdy nie będzie w pełni sobą tam, gdzie nie może być prawdziwy.

Więc jeśli naprawdę mnie kochasz, jeśli naprawdę chcesz mnie poznać – nie słuchaj tylko moich słów. Słuchaj tego, czego nie mówię. Patrz tam, gdzie się waham. Dostrzegaj, kiedy coś we mnie cichnie. Bo właśnie tam, w tych małych momentach, kryje się prawdziwa wersja mnie.

I jeśli ją zaakceptujesz – dostaniesz coś, czego nie da się kupić, czego nie da się wymusić, czego nie da się znaleźć w żadnym innym miejscu.

Dostaniesz moją najprawdziwszą miłość.

Dziękuję za przeczytanie mojego e-booka!
To dopiero początek – na mojej stronie znajdziesz
jeszcze więcej praktycznych porad i inspirujących
treści na temat zdrowia fizycznego, psychicznego
oraz optymalizacji życia.

dobrewzorce.pl



Jedna z moich
ostatnich publikacji

**ZMIEN SIEBIE
DROGA DO
FORMY**

Ogromna baza wiedzy
jak stać się fizycznie
i psychicznie lepszą
wersją samego siebie.

Pozdrawiam serdecznie

Kamil Wojciechowski

ISBN 978-83-975344-0-7



9 788397 534407

Copyright © Kamil Wojciechowski 2025

dobrewzorce.pl