

Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

Seria poradników z przymrużeniem oka ;)

Moi Znajomi Gdzieś Zniknęli Między Pracą a Życiem

**Jak utrzymać dorosłe przyjaźnie,
poznawać nowych ludzi i przestać odkładać
każde spotkanie na „kiedyś”**



**Mamy problem. Ale spokojnie.
Da się go rozwiązać i jeszcze będzie z czego się pośmiać.**

Moi Znajomi Gdzieś Zniknęli Między Pracą a Życiem

Jak utrzymać dorosłe przyjaźnie,
poznawać nowych ludzi i przestać
odkładać każde spotkanie na „kiedyś”

Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

SPIS TREŚCI

INTRO	5
Rozdział 1 - Przyjaźń nie kończy się z hukiem	11
Rozdział 2 - Ktoś musi napisać pierwszy	17
Rozdział 3 - Nie brakuje ci tylko czasu.....	24
Rozdział 4 - Przestań czekać na idealne spotkanie	31
Rozdział 5 - „Musimy się kiedyś zgadać” nic nie znaczy	39
Rozdział 6 - Nie odwołuj życia, bo jesteś trochę zmęczony	46
Rozdział 7 - Serduszko pod zdjęciem to jeszcze nie kontakt.....	53
Rozdział 8 - Nowi znajomi nie pojawiają się gotowi.....	61
Rozdział 9 - Zrób miejsce dla ludzi, zanim zostaną resztki czasu.....	70
Rozdział 10 - Przyjaźń potrzebuje czegoś więcej niż aktualizacji	78
Rozdział 11 - Nie potrzebujesz jednego człowieka od wszystkiego.....	87
Rozdział 12 - Jak ze znajomego zrobić znajomego trochę mniej znajomego	95
Rozdział 13 - Przestań organizować spotkania, zacznij dzielić życie	104
Rozdział 14 - Naucz się naprawiać małe pęknięcia	112
Rozdział 15 - Kiedy tylko ty podtrzymujesz tę relację	122
Rozdział 16 - Nie każdy odpływ trzeba zatrzymywać	130

Rozdział 17 - Kiedy życie nie ma miejsca na życie towarzyskie	139
Rozdział 18 - Zauważ moment, w którym znowu zaczynasz znikać	148
Rozdział 19 - Nie czekaj, aż ktoś stworzy ci życie towarzyskie	158
Rozdział 20 - Nie potrzebujesz więcej znajomych. Potrzebujesz żywych relacji	167

INTRO

Jest wtorek, 19:46. Właśnie siadasz po dniu, który oficjalnie trwał osiem godzin, a faktycznie zachowywał się jak serial z czterema dodatkowymi sezonami. Telefon leży obok. Otwierasz komunikator i widzisz wiadomość od znajomego sprzed dziewięciu dni: „Musimy się w końcu zobaczyć”. Pod spodem twoja odpowiedź sprzed ośmiu dni: „Koniecznie! Daj znać, kiedy możesz”. Następnie jego: „W przyszłym tygodniu powinno być luźniej”. Potem cisza. Nie dramatyczna. Nie taka, przy której ktoś stoi w deszczu pod lotniskiem, a w tle gra fortepian. Zwykła dorosła cisza organizacyjna, w której wszyscy nadal się lubią, tylko nikt najwyraźniej nie posiada dostępu do konkretnej środy.

Patrzysz na kalendarz. W środę masz coś po pracy. W czwartek jesteś zmęczony z wyprzedzeniem. Piątek wygląda obiecująco, ale już wiesz, że kiedy nadejdzie, będziesz marzyć głównie o spodniach bez paska i braku kontaktu wzrokowego z kimkolwiek. Sobota? Zakupy, rodzina, sprzątanie, coś do załatwienia, czego nazwę znasz dopiero od chwili, gdy ktoś ci przypomni. Niedziela teoretycznie wolna, więc oczywiście została zarezerwowana na regenerację po wszystkich rzeczach, które miały być regenerujące.

I tak właśnie przyjaźń, która kiedyś potrzebowała jedynie pytania „wychodzisz?”, zaczyna przypominać negocjacje w sprawie międzynarodowego szczytu.

- A może 17 października?
- Nie mogę.
- Listopad?

- Który rok?

Najdziwniejsze jest to, że zwykle nie wydarzył się żaden wielki konflikt. Nikt nikogo nie zdradził, nie obraził podczas wesela ani nie pożyczył wiertarki na siedem lat. Po prostu życie zrobiło się gęstsze. Praca przestała kończyć się wraz z wyjściem z biura, bo część ludzi w ogóle nie wychodzi z biura - zamyka laptop i odkrywa, że biuro było cały czas na stole w salonie. Pojawiły się związki, dzieci, przeprowadzki, chorujący rodzice, kredyty, obowiązki, nowe miasta, inne godziny pracy i ta niezwykła dorosła umiejętność planowania odpoczynku tak skrupulatnie, że sam odpoczynek zaczyna wymagać Excela.

Do tego dochodzi złudzenie, że skoro z kimś naprawdę dobrze się znamy, to relacja jakoś sobie poradzi. Przecież byliśmy blisko. Przecież możemy nie rozmawiać trzy miesiące i „nic się nie zmienia”. I często rzeczywiście po trzech miesiącach nic się nie zmienia. Problem zaczyna się wtedy, gdy z trzech miesięcy robi się osiem, potem rok, a później orientujesz się, że więcej wiesz o życiu człowieka obserwowanego przypadkiem na Instagramie niż o kimś, z kim kiedyś siedziałeś do trzeciej nad ranem i analizowałeś sens życia oraz to, czy zamówić jeszcze frytki.

Dorośla przyjaźń rzadko znika w efektowny sposób. Częściej odparowuje po milimetrze.

Jedno spotkanie odwołane, bo „ten tydzień jest straszny”. Drugie, bo ktoś zachorował. Trzeciego nikt nawet nie ustalił. Potem pojawia się urodzinowe „wszystkiego najlepszego!”, serduszko pod zdjęciem z wakacji i coroczne „musimy się zobaczyć”. Zdanie całkowicie prawdziwe i jednocześnie posiadające sprawczość ozdobnej poduszki. Miło, że jest. Niczego nie przesuwaj.

Problem nie polega więc wyłącznie na tym, że mamy mało czasu. Gdyby chodziło tylko o czas, wystarczyłoby znaleźć wolne dwie godziny i sprawa byłaby zamknięta. Tymczasem możemy spędzić czterdzieści minut na przeglądaniu ofert ekspresów do kawy, mimo że posiadamy już ekspres, a jednocześnie przez trzy tygodnie nie wysłać wiadomości: „Czwartek 18:30, kawa?”. Czas jest częścią problemu, ale obok niego stoją energia, przyzwyczajenia, rozproszenie odpowiedzialności i bardzo ludzka nadzieja, że relacje społeczne będą działały jak Wi-Fi: jeśli kiedyś zostały poprawnie skonfigurowane, powinny łączyć się automatycznie.

Nie łączą się.

Dochodzi jeszcze jedna rzecz, o której mało kto mówi głośno: poznawanie nowych ludzi jako dorosły człowiek potrafi być absurdalnie niezręczne. W szkole wystarczyło siedzieć obok kogoś przez kilka tygodni. Na studiach można było zaprzyjaźnić się z człowiekiem dlatego, że oboje nie wiedzieliście, gdzie jest sala 214. W pracy pojawiają się znajomości, ale nie każda osoba, z którą wspólnie narzekasz na prezentację kwartalną, automatycznie stanie się kimś, do kogo zadzwonisz w sobotę. Po trzydziestce nie istnieje też urząd przydzielający znajomych według zainteresowań.

Numer 37. Lubi spacerować, jedzenie i nieodpisywanie przez dwa dni. Stanowisko trzecie.

Dlatego wiele osób zostaje z tym samym kręgiem znajomych, nawet jeśli połowa mieszka kilkaset kilometrów dalej, druga połowa ma grafik porównywalny z chirurgiem transplantologiem, a ty sam coraz częściej myślisz: właściwie z kim mógłbym dziś spontanicznie wyjść? I odpowiedź bywa nieprzyjemnie krótka. Nie oznacza to, że z tobą albo z twoimi przyjaciółmi jest coś fundamentalnie nie

tak. Oznacza raczej, że zmieniły się warunki, a strategie społeczne z czasu, gdy spotkania organizowały się niemal same, przestały wystarczać.

Najpopularniejszą reakcją jest czekanie na lepszy moment. Gdy skończy się ten projekt. Gdy dzieci trochę podrosną. Gdy zrobi się cieplej. Gdy minie grudzień. Gdy człowiek odpocznie. Gdy Merkury przestanie mieć cokolwiek do powiedzenia w sprawie kalendarza. Niestety „lepszy moment” ma paskudny zwyczaj przesuwania się razem z nami. Kończy się jeden projekt, zaczyna drugi. Nadchodzi lato, więc wszyscy wyjeżdżają. Wrzesień miał być spokojny, ale ktoś wymyślił wrzesień.

Druga strategia to nadrabianie rozmachem. Skoro nie widzieliśmy się pół roku, zorganizujemy cały weekend. Najlepiej domek, kolację, saunę, wspólne śniadanie i może rafting. Po trzech wiadomościach mamy sześć osób, cztery terminy, dwa psy, jedno dziecko i pytanie, czy okolica jest przyjazna dla alergików. Spotkanie, które mogło zacząć się od kawy, przeobraża się w projekt infrastrukturalny. A potem wszyscy są zbyt zmęczeni organizacją, żeby się spotkać.

Ta książka nie będzie próbowała zamienić cię w człowieka, który codziennie uczestniczy w trzech brunchach, pamięta imiona wszystkich partnerów swoich znajomych i organizuje spontaniczne grille z energią prowadzącego program śniadaniowy. Nie taki jest cel. Chodzi o coś znacznie bardziej użytecznego: nauczyć się podtrzymywać ważne relacje bez robienia z nich kolejnego etatu, inicjować kontakt bez ciągłego czekania, aż ktoś zrobi to pierwszy, oraz poznawać nowych ludzi bez poczucia, że uczestniczysz w castingu na przyjaciela roku.

Będziemy też rozróżniać relacje, które chwilowo zwolniły, od tych, które istnieją już głównie z przyzwyczajenia. Nie

każdą znajomość trzeba ratować i nie każdą da się utrzymać na tym samym poziomie przez całe życie. Czasem ludzie się rozchodzą, zmieniają albo zwyczajnie chcą czegoś innego. Dojrzałe dbanie o przyjaźnie nie polega na trzymaniu wszystkich kontaktów przy życiu za pomocą sztucznego oddychania i grupy na WhatsAppie nazwanej „W KOŃCU SIĘ SPOTKAJMY”.

Chodzi raczej o świadome decyzje. Kto jest dla ciebie ważny? Z kim chcesz mieć realny kontakt, a nie tylko sentyment? Jak często trzeba się widzieć lub odzywać, żeby relacja nadal była żywa dla obu stron? Jak proponować spotkania tak, żeby faktycznie dochodziły do skutku? Co zrobić, kiedy zawsze inicjujesz ty? Jak wejść w nowe środowisko, kiedy nie masz już naturalnego społecznego taśmociągu szkoła-studia-pierwsza praca? I jak to wszystko zrobić, kiedy masz energię społeczną wystarczającą czasem na jedną rozmowę i pół człowieka?

Nie potrzebujesz spektakularnej przemiany. Potrzebujesz kilku prostszych zachowań wykonywanych częściej niż raz na pół roku. Czasem będzie to konkretna propozycja zamiast „musimy się zgadać”. Czasem krótsze spotkanie zamiast czekania na idealny wolny wieczór. Czasem wiadomość wysłana bez trzydniowej analizy, czy „hej, dawno się nie widzieliśmy” brzmi wystarczająco naturalnie. Brzmi. To nie negocjacje zakupu rafinerii.

A jeśli dziś masz w telefonie trzy osoby, do których od miesiący chcesz napisać, ale za każdym razem myślisz „jutro”, to świetnie. Mamy materiał do pracy.

Nie musisz odzyskać całego dawnego życia towarzyskiego do piątku.

Na początek wystarczy przestać wysyłać wszystkie spotkania do tajemniczej krainy zwanej „kiedyś”.

Rozdział 1 - Przyjaźń nie kończy się z hukiem

W sobotę rano otwierasz zdjęcia w telefonie, bo szukasz fotografii licznika prądu, a pięć minut później oglądasz wakacje sprzed czterech lat. Na jednym zdjęciu siedzicie w sześć osób przy stole. Na drugim ktoś trzyma talerz, którego przeznaczenie wyraźnie przestało być kulinarne. Na trzecim wszyscy wyglądacie tak, jakby największym problemem logistycznym świata było ustalenie, kto idzie po lód. Patrzysz na te twarze i nagle dociera do ciebie coś lekko niepokojącego: z dwiema osobami nie rozmawiałeś od miesięcy, z jedną od ponad roku, a o życiu czwartej wiesz głównie tyle, ile przekazało ci zdjęcie psa na tle jeziora.

Nikt się z nikim nie pokłócił.

To jest właśnie najbardziej podstępna część całej historii.

Gdy przyjaźń kończy się awanturą, przynajmniej wiadomo, co się wydarzyło. Jest zdanie, którego nie dało się cofnąć, konflikt, zdrada zaufania albo słynne „skoro tak uważasz, to nie mamy o czym rozmawiać”, po którym zwykle okazuje się, że jednak mamy o czym rozmawiać przez kolejne trzy godziny. Dorosłe przyjaźnie znacznie częściej słabną bez żadnego wydarzenia zasługującego na własną ścieżkę dźwiękową. Po prostu liczba kontaktów spada z „często” do „czasem”, potem z „czasem” do „powinniśmy”, a na końcu zostaje sympatia bez bieżącego życia.

I właśnie dlatego łatwo problem przegapić.

Możesz przecież nadal szczerze lubić człowieka, z którym prawie nie masz kontaktu. Możesz mieć dla niego