

SEKRET
NIEUDANYCH
ZWIĄZKÓW

Pamiętnik
Alex.Gi

ALEKSANDRA GMYREK

SEKRET
NIEUDANYCH
ZWIĄZKÓW

Pamiętnik
Alex.Gi

LIMITLESS MIND, 2025

Copyrights©2025 Aleksandra Gmyrek
Copyrights©2025 Limitless Mind Publishing Sp. z o.o.
All rights reserved.
Wszystkie prawa zastrzeżone.

REDAKCJA

Magdalena S. Matusiewicz (www.nocnaredaktorka.com)

KOREKTA

Anna Milaszkiwicz

OPRACOWANIE GRAFICZNE OKŁADKI

Magdalena S. Matusiewicz, SwanCraft Creations

SKŁAD

Magdalena S. Matusiewicz

ZDJĘCIA NA OKŁADCE

Imię i nazwisko fotografa

DRUK I OPRAWA

Abedik

WYDANIE I, 2025



Drogi Czytelniku!

Znajdź nas na Facebook/Instagram:

limitless mind publishing

Odwiedź naszą stronę wpisując w wyszukiwarce

www.limitlessmindpublishing.com

lub skanując kod, aby zobaczyć nasze inne pozycje.

Będziemy bardzo wdzięczni za Twoją opinię na temat książki.

To wiele dla nas znaczy.



Wszelkie prawa autorskie do tej książki, w tym tekst i ilustracje, są chronione zgodnie z ustawą o prawie autorskim i prawach pokrewnych. Żadna część książki nie może być reprodukowana bez zgody autora, z wyjątkiem zacytowania krótkich fragmentów przez recenzenta.



Ten pamiętnik dedykuję trzem najważniejszym

kobietom mojego życia...

Mojej ukochanej córeczce Oliwii, która jest moim światłem

w najciemniejsze dni i najczystsą radością mojego serca.

Niezastąpionej mamie Bogusi, która zawsze mnie wspierała.

Oraz cudownej siostrze Emilii, bez której

mój świat byłby o wiele uboższy.



Wszystkie historie, które za chwilę przeczytasz, wydarzyły się naprawdę. Jednej kobiecie – mnie, Alex.Gi.

Dokładnie w tej kolejności, z tymi samymi zwrotami akcji, absurdem i paradoksami losu. Tak jak w życiu, tak i w tej książce nie ma spisu treści – a gdyby istniał, pewne kartki już dawno wyrwałabym z tej opowieści.

Imiona mężczyzn i niektóre fakty z ich życia prywatnego mogły zostać zmienione, by zachować ich anonimowość.

Cała reszta pozostała wierna rzeczywistości

– szczerza i do bólu prawdziwa.



OCZEKIWANIA I ROZCZAROWANIA

Niedługo kończę trzydzieści pięć lat. W tym wieku, według społecznych norm i niemych oczekiwań otoczenia, już dawno powinnam być po ślubie. W końcu „porządna kobieta” powinna mieć, przynajmniej, stabilne i ułożone życie z ustalonymi planami na przyszłość. Taki porządek: własne mieszkanie lub dom na kredyt, ślub z rozsądku albo z miłości – byle nie za późno – i może jedno, a najlepiej dwoje dzieci.

Dobrze jest, gdy jest się w stałym, rokującym związku – takim, w którym można bez skrupowania przedstawić rodzinie kandydata na wspólne życie. A jeszcze lepiej, gdy w moim wieku już ma się... męża – i to najlepiej od kilku lat. Męża, z którym można pojawić się na świętach, wybrać kafelki do łazienki i kupować masło w akcji promocyjnej „dla rodziny”. Bo przecież wtedy wszystko wygląda „jak trzeba”.

A ja? Byłam już dwa razy zaręczona – z dwoma różnymi mężczyznami. Jeden pierścionek zgubiłam. Drugi wyrzuciłam przez okno podczas jednej z naszych kłótni. Oczywiście, potem go szukałam – nie z sentymentu, żeby nie było. Raczej z praktycznego odruchu, bo przecież złoto to złoto. Jednak w tamtej chwili jedyne, co miało dla mnie znaczenie, to wykrzyczenie całą sobą, że nie chcę tego życia i tego związku. Choć – o ironio – zostałam w tej relacji jeszcze przez kilka lat.

Los chciał, że ślubu nigdy nie wzięłam, chociaż miałam całkiem sporo sukni ślubnych. Oczywiście wszystkie były w mojej głowie jako cudowny wytwór mojej wyobraźni. Suknia z koronki? Czemu nie. Klasyczna, prosta, elegancka? Jasne! A może coś ekstrawaganckiego, z głębokim dekoltem na plecach? O, tak! Miałam w zwyczaju wyobrażać sobie siebie w sukni ślubnej dostosowanej do wieku oraz preferencji mojego partnera. Dla każdego ukochanego miałam inną wersję... siebie. Taką idealnie dopasowaną do jego gustu, pragnień i oczekiwań.

Za każdym razem, gdy wydawało się, że trafiłam na idealnego mężczyznę, myślałam: *To na pewno ten jedyny*. Przecież wszystkie moje przyjaciółki już dawno wyszły za mąż albo przynajmniej są w pewnych, rokujących związkach. Więc skoro im się udało – dlaczego nie mnie? Wierzyłam, że w końcu i na mnie przyjdzie pora. Myliłam się.

Miałam wrażenie, że los bezczelnie sobie ze mnie kpi. Widziałam siebie jako cudowną kobietę – inteligentną, zadbaną, wierną, wrażliwą i silną mentalnie, która nie zbacza z obranej ścieżki tak łatwo. Do tego jeszcze – stabilną emocjonalnie. Mam poczucie humoru, głowę na karku, jestem kobietą z sercem na dłoni. Uważam się za zaradną romantyczkę. Seksowną, ale bez potrzeby bycia podziwianą. Towarzystwą, ale lubiącą też ciszę.

Taka do tańca i do różańca.

Taka, która potrafi zasnąć pod namiotem w lesie, ale i z wdziękiem porusza się po korytarzach luksusowego hotelu.

Jednego dnia zjem podgrzany na patelni obiad, drugiego – celebрую kolację w prestiżowej restauracji. Lubię wędrowki po górach i imprezy do rana, czytanie książek w domowym zaciszu i maratony filmowe pod kocem. Uwielbiam gotować dla rodziny, ale bez wyrzutów sumienia zamówię pizzę, gdy nie mam siły na nic więcej. Lubię czułość i bliskość. Lubię seks – bez tabu, bez gier, bez udawania. Z uważnością, humorem i namiętnością. Dla przyjemności, nie dla pozorów. Materiał na żonę jak z katalogu. Taka, która w jednej chwili miesza w garnku wyśmienity, domowy obiad, by innym razem pakować walizkę i w szpilkach lecieć na spontaniczny weekend do Paryża.

No to co ze mną było nie tak, że nie umiałam ułożyć swojego życia?

IDEALIZOWANA, A POTEM IGNOROWANA — MOJA SPECJALIZACJA

Dlaczego miałam taki problem ze znalezieniem odpowiedniego partnera? Mężczyźni przecież pojawiali się w mojej rzeczywistości. Wchodzili w moje życie, dawali nadzieję, budzili emocje – ale żaden z tych związków nie przetrwał na tyle długo, by doprowadzić mnie do ślubnego kobierca.

Początki moich relacji zawsze były piękne, cudowne, a nawet wręcz jak z bajki. Moi ukochani obiecywali miłość na zawsze, patrzyli na mnie z zachwytem, a ja topniałam jak lód w słońcu. Pierwsze wspólne chwile zawsze pachniały nadzieją. Czułam się jak bogini. Jak femme fatale. Jak bohaterka wielkiej, miłosnej opowieści. Jak ta jedyna, niepowtarzalna kobieta, która wreszcie została prawdziwie wybrana i pożądana. A potem...

Potem przychodziło zderzenie z rzeczywistością.

Powoli, prawie niezauważalnie, zaczynały opadać moje różowe okulary. Zachwyt i fascynacja, które początkowo mnie oślepiały, z czasem zaczynały ustępować miejsca rozczarowaniu. Moi wybrankowie...? Jakby nagle zmieniali się w zupełnie innych ludzi. Nie z dnia na dzień, nie w jeden wieczór... O, nie... To była cicha zmiana, rozciągnięta w czasie, ale dotkliwa. Zaczynało się od drobnych kłamstw. Od małych złośliwości, które miały być „żartem”. Od niedotrzymanych obietnic, od nagłego braku czasu i od wygaszania kontaktu, który kiedyś był pełen ciepła i zaangażowania. Pojawiały się manipulacje. I to uczucie, że muszę „zasłużyć”, przypodobać się, dopasować, żeby nie stracić partnera, który miał być moim księciem z bajki, a my mieliśmy żyć długo i szczęśliwie. Bywało, że przychodziła zdrada – czasem emocjonalna, czasem fizyczna. Jednak najczęściej – cicha, powolna zdrada obecności.

Brak zainteresowania.

Niemal wymuszony kontakt.

Wyczuwalna obojętność, która bolała bardziej niż krzyk.



Jak mężczyzna, który na początku nosił mnie „na rękach”, zasypywał serduszkami na Messengerze i dzwonił tylko po to, żeby usłyszeć mój głos, nagle stał się kimś zupełnie innym? Kimś, kto nawet nie pyta, czy wróciłam bezpiecznie do domu? Zamiast reagować, zaczynałam się dopasowywać – jakby moim powołaniem było wyginanie się w każdą stronę, byle tylko nie stracić partnera. Czasem zastanawiałam się, czy nie pomyliłam życiowej roli z treningiem gimnastycznym.

Nie obwiniałam siebie o to, że moje relacje kończyły się porażką. Czy to naprawdę możliwe, że kobieta, która od zawsze stara się być najlepszą wersją siebie – kochająca, wspierająca, wyrozumiała i lojalna – może być przyczyną nieudanego związku? Uważałam siebie za wręcz idealny „materiał na żonę”. Gotowa na partnerstwo, lojalna, wrażliwa i zaangażowana. Więc jeśli to nie była moja wina... To może miałam po prostu pecha?

Czyżby chodziło o to, że źle dobieierałam partnerów? Że czegoś nie widziałam? Ale jak to możliwe, że przez tyle lat trafiałam wciąż na mężczyzn, którzy najpierw mnie idealizowali, a potem – niemal niepostrzeżenie – zaczęli mnie traktować zupełnie inaczej? Serio, PIĘTNAŚCIE lat i ani jednego trafionego egzemplarza? To już nie był przypadek, to wyglądało jak moja życiowa specjalizacja.

Pewnego razu, podczas rozmowy z jednym z mężczyzn, z którym się spotykałam, wyznałam, że chyba mam pecha w miłości. Spojrzał na mnie i powiedział:

– Widocznie powielasz jakiś schemat.

Zawrzało we mnie. *Jaki schemat?! O co ci, kurczę, chodzi?* Czy ja wyglądam na kserokopiarkę?! W duchu się oburzyłam. Zaciśnęłam zęby. Nie byłam zadowolona z tego tekstu. W zasadzie to pomyślałam, że to on chyba ma jakiś problem ze sobą. Nie wiedziałam wtedy, że jego słowa – choć mnie zirykowały – już niedługo miały okazać się początkiem czegoś ważnego.



Każdy ze spotkanych przeze mnie mężczyzn miał swoją historię, swoje braki, swoje metody na prowadzenie sercowych rozgrywek. Jedni robili to nieświadomie, inni z precyzją godną scenarzysty thrillera.

Ale to nie oni są głównymi bohaterami tej opowieści. Bo choć odegrali ważne role, to scenariusz pisałam ja – swoim milczeniem, swoimi wyborami.

Nieświadomie...

MOMENT PRZEŁOMU

Po moim ostatnim związku, gdy straciłam swoją bratnią duszę, a moje serce rozpadło się na milion kawałków, dokonałam niesamowitego odkrycia.

Musiło się tak stać, bo tylko w ten sposób odkryłam sekret.

Sekret nieudanych związków...

Sekret nieudanych związków miliona kobiet

Sekret tak banalny i tak prosty, że aż trudno uwierzyć, iż kryje się w nim odpowiedź na pytanie, dlaczego tak wiele relacji nie wychodzi. Ale właśnie w tej pozornej prostocie tkwi jego siła. Bo kiedy go naprawdę pojmiesz... już nigdy nie spojrzysz na swoje życie i miłość tak samo.

A co najdziwniejsze – ta prawda była przez cały czas tak blisko. Jak obraz za szybą: widoczny, niemal na wyciągnięcie ręki, a jednak zamazany, jakby oddzielała mnie od niego cienka tafla szkła. Dopiero, gdy moje serce kolejny raz pękło, szyba roztrzaskała się na kawałki, a ja zobaczyłam wyraźnie to, co od zawsze było tuż obok mnie.

Wtedy też zrozumiałam, że sekret, który odkryłam, nie dotyczy tylko kobiet. Choć moje historie opowiadałam ze swojej perspektywy, to prawda, którą odkryłam, nie ma płci. Bo nie tylko kobiety żyją w iluzji miłości.

Nie tylko kobiety poświęcają się w relacjach, które je wyniszczają.

Nie tylko kobiety godzą się na mniej, niż zasługują w imię strachu byciem samą.

Mężczyźni także kochają z lęku – z lęku przed samotnością, przed pustką, przed brakiem kontroli nad własnym życiem. Mężczyźni także szukają w związku potwierdzenia własnej wartości i także wchodzą w toksyczne relacje, które im nie służą.



Byłam przekonana, że moja szczerą miłość do mężczyzn pozwoli mi zbudować trwałą relację. Że jeśli dam z siebie wszystko, to wszystko do mnie wróci. Że jeśli będę wyrozumiała, cierpliwa, oddana – to miłość mnie nie opuści. Wierzyłam w coś, co tak naprawdę nigdy nie było prawdziwe, a było tylko deklaracją udanych związków. Ślepa wiara w obietnice pięknych relacji, które miały mnie uratować i które miały sprawić, że jako kobieta – będę „kompletna”.

Musiałam więc wylać wiele łez, aby zrozumieć, jak bardzo nie znałam siebie i swoich potrzeb. Musiałam stracić siebie, by na nowo się odbudować. I nie, to nie była lekcja, którą chciałam przejść. To była lekcja, którą życie narzuciło mi siłą. Gdybym jednak nie upadła, nigdy bym nie zobaczyła, jak bardzo potrzebowałam się podnieść.

ZAPROSZENIE DO WSPÓLNEJ PODRÓŻY

To nie jest tylko książka o mnie. To książka o każdej kobiecie – i każdym mężczyźnie – którzy choć raz kochali za bardzo. Którzy z nadzieją wchodzili w relacje, wierząc, że tym razem będzie inaczej. O tych, którzy

dawali z siebie wszystko, nie zauważając, że tracą po drodze samych siebie. To opowieść o duszach, które tak bardzo pragnęły miłości, że nie zorientowały się, kiedy zamieniły ją w walkę o przetrwanie.

Mój pamiętnik to nie tylko moje historie, ale też pytania, które rozrywały moje wnętrze i zmuszały do zatrzymania. Refleksje, które pojawiały się nocą, gdy nie mogłam zasnąć i przychodzące odpowiedzi, które z czasem zaczęły zmieniać wszystko. Jeśli pozwolisz, poprowadzę Cię przez miejsca, które sama przeszłam: przez lęki, złudzenia i odkrycia. Może niektóre z tych doświadczeń rozpoznasz jak własne. A może odkryjesz je dopiero po raz pierwszy, patrząc na nie moimi oczami. Tak czy inaczej – nie jesteś sama.

Panowie – jeśli sięgnęliście po tę książkę, nie odkładajcie jej. Znajdziecie tu także coś dla siebie. Ale będę pisać głównie do kobiet, bo to one najczęściej odnajdą w tych historiach własne odbicia.



„Przed przebudzeniem” opowiada o związkach, w których nie znałam jeszcze siebie. Nie wiedziałam, czym naprawdę jest praca nad sobą. Myślałam emocjonalne wzloty z miłością, intensywność z głębią, a przywiązanie z prawdziwym partnerstwem. Po każdym zakończonym związku nie zatrzymywałam się, by zrozumieć, co poszło nie tak. Nie zadawałam sobie trudnych pytań. Zamiast tego – niemal bezwiednie – powielalam ten sam schemat, licząc na inne zakończenie. Szybko wchodziłam w kolejne relacje z tymi samymi ranami, z tymi samymi lękami, z tą samą iluzją, że jeśli dam z siebie wszystko, to w końcu zostanę pokochana tak, jak marzę.

Dopiero w **„Przebudzeniu”** zaczniesz widzieć razem ze mną, jak wszystko zaczęło się zmieniać. Jak z każdym kolejnym doświadczeniem – nawet tym najbardziej bolesnym – uczyłam się patrzeć głębiej. Zaczęłam analizować, rozumieć mechanizmy, w których tkwiłam.

Przestałam obwiniać wyłącznie innych, ale i siebie nie potępiałam. Zamiast tego, zaczęłam siebie słuchać. I wreszcie... wyciągać wnioski. To tam zaczynała się moja wewnętrzna przemiana. Tam kończył się chaos powtarzanych historii, a zaczynał nowy rozdział – rozdział świadomości, uważności i prawdziwej miłości do samej siebie.

W „**Sekrecie**” podzieliłam się tym, co przyszło dopiero wtedy, gdy wszystko inne już się rozsypało. To nie była odpowiedź, której szukałam – to była prawda, która przyszła sama, gdy w końcu przestałam uciekać przed samą sobą. To było jak uchYLENIE drzwi do innego świata – tego, w którym zrozumiałam, czemu nic nie działało. Dlaczego wszystko bolało. DLACZEGO wszystko to, co wydawało się miłością, miało w sobie tyle cierpienia.

Ważne jest, aby czytać tę książkę kartka po kartce. Sekret nie objawia się od razu – rodzi się powoli, na tle wcześniejszych historii, iluzji i błędów. Tylko wtedy, gdy przejdiesz tę drogę razem ze mną krok po kroku, odkryjesz go w pełni i naprawę zrozumiesz jego znaczenie.

Odkrycie tej uniwersalnej prawdy kosztowało mnie niemal piętnaście lat. Piętnaście lat nieudanych związków, złamanych obietnic, nieprzespanych nocy i prób zaczynania wszystkiego od nowa. To nie była wiedza, którą można znaleźć w książce czy usłyszeć w rozmowie – to było doświadczenie wyryte w sercu i duszy.

Poznaj więc moje relacje. Przejdź przez nie ze mną – przez te wszystkie obietnice, zachwyty i bolesne rozczarowania. Zobacz, jak nieświadomie powielalam te same wzorce. Nie wiedziałam wtedy, co robię nie tak. Nie rozumiałam, dlaczego moje serce wciąż pękało, mimo najlepszych intencji. Ale z czasem... wśród łez, ciszy i pustych nocy dotarłam do prawdy.

Do sekretu...

Dlatego teraz – jeśli pozwolisz – chwyć mnie za rękę. Nie musisz się spieszyć. Nie musisz niczego udowadniać. Po prostu bądź przez chwilę ze mną. Dotknij mojej duszy, bo ja już rozpoznałam ból, który tak długo w sobie niosłam. I wierzę, z całego serca wierzę, że Ty możesz uniknąć

tego cierpienia, na które sama – z lęku, niewiedzy i tęsknoty – tak długo siebie skazywałam.

Wierzę, że odnajdziesz w sobie siłę, by odejść ze związku, który Cię gasi.

Wierzę, że rozpoznasz siebie w moich opowieściach i poczujesz ulgę.

Wierzę, że potrafisz być częścią zdrowego i silnego związku. Bo każdy z nas zasługuje na to, aby rozwinąć swoje skrzydła i rozkwitnąć niczym piękna róża z tajemniczego ogrodu.