

IZIDOR GAŠPERLIN, PARTNERSKI IN DRUŽINSKI TERAPEVT

Biti moški še nikoli ni bilo tako težko kot danes



»Vse, kar govorim in pišem, lahko potrdim iz osebne izkušnje in izkušnjami svojih klientov. Nisem teoretik, teorija je samo nujna podlaga, v praksi pa izvajam tisto, kar vidim, da res deluje, in tisto, kar me je življenje naučilo,« pravi Izidor Gašperlin, za mnoge, ki jih zanimata intimni svet čustovanja in zapleteni svet partnerskih odnosov, dobro znano ime. Že več let lahko njegove nasvete spremljate tudi v Nedelovi svetovalnici. Kot terapeut slovi po direktnosti, je brez dlake na jeziku. Le z jasnimi pogovori je mogoče pomagati tistim, ki so na skupni poti izgubili drug drugega. Zdaj je pred bralci njegova druga avtorska knjiga. V prvi z naslovom *Čutim, torej sem!* se je ukvarjal predvsem s človekom kot posameznikom in njegovim čustvovanjem. Vmes je bil tudi eden od dopisovalcev, ki so z Manco Košir spisali knjigo *Človeška ljubezen*. Zdaj je tu *Solo v dvoje*.

Urša Izgoršek, besedilo
Jože Suhadolnik, fotografija

Vsoti prvi knjigi ste se ukvarjali predvsem z edinino, zdaj ste prešli v zapleteno dvojino, v partnerske odnose, kjer tem in problemov nikoli ne zmanjka. Za kaj Solo v dvoje?

To je bil naslednji logičen korak. Prva knjiga je govorila o posamezniku, njenem odnosu do sebe, o sebeni rasti, s poudarkom na čustvih, saj se tam vse začne in konča. Tam je bil partnerski odnos le omenjen, kot eden od odnosov, v katerem vstopamo, zadnja knjiga je v celoti posvečena temu.

Naslov izhaja iz navideznega parodoksa, da prav »egoistično« soliranje, ki izraža temeljno samostojnost vsakega od partnerjev, pomaga h gradnji pristne in varne bližnje med partnerjema. Zavedanje, da imaš možnost, da se lahko odmaknes in v miru poskrbiš zase, ko bližina postane neprjetna ali prenevarna, te spodbuja, da si upaš tvegati vedno več bližine.

Komu je namenjena?
Dessa Muck je v komentarju tako lepo napisala, da to ni samo knjiga za pare v

težavah, ampak za vse, ki so v odnosih, za tiste, ki niso, pa bi želeli biti, pa tudi za tiste, ki so že obupali, bi bilo dobro, če bi jo prebrali. To verjetno ni branje za mlajše od 20 let niti za zagrizene samice, ki so dokončno naredili kriz čez partnerske odnose. Pa se ti bo branjo morda pomislili, da ni treba tako radikalno zasekat.

Glavnih razlogov, da sem lotil pisanja, izvirja iz mojega terapevtskega dela, pri katerem sem spoznal, kako prepogosto izgubljeni in zmeleni so partnerji. Verjamemo v mite, gojijo prepiranja, ki niti malo ne držijo. V knjigi obdelujem najbolj znane mite z različnih področij: mit o ljubezni, o tem, kaj je dober partnerski odnos o spolnosti, o ločitvah, o čustvenem izsiljevanju. Ko partnerju podstika neki mit, v katerega verjameš, mu s tem vsiljuješ svojo vizijo odnosa. Ženske ste tiste, ki ste ustvarile večino mitov in jih tudi ohranjate. Pa to ni kritika. Saj bi tudi moški lahko imeli svoje mite, lahko bi razbijali ženske mite, a se s tem pač ne ukvarjajo.

Ljudi v teh časih partnerski odnosi zelo zanimajo, a tu je vrsta problemov. Toliko slabih partnerskih odnosov je in mnogo ločitev. Tudi če človek popolno-

Brez odločnega moškega, ki se zaveda sebe in svojih potreb, ni mogoče graditi dobrega partnerskega odnosa, meni terapeut Izidor Gašperlin.

ma razume, kako je treba ravnati, tega ne zmore, ker se odziva iz nezavednega. Za vse, kar napačnega prihaja iz podzvesti, je treba trdo delati, včasih se mora dvakrat ločiti, trije te morajo pustiti, trpeti moraš, da se kaj spremeni.

Ko pa enkrat razumeš mite in opustiš nerealna pričakovanja, je to velika prednost, saj lahko ogromno narediš že na razumski ravni, kar je neprimerljivo lažje kot na (nezavedni) čustveni.

Pravite, da med zaljubljenostjo in ljubezenjo ni enačaja in da ne eno ne drugo ni čustvo. Zakaj se tege dobro zavedate?

Muslim, da večina ljudi zdaj že razume, da zaljubljenost in ljubezen nista eno in isto. Če ju enačis, ne moreš biti nikoli zadovoljen. Zaljubljenost je začetna faza, ljubezen pa pride na vrsto pozneje.

Mnogi še vedno napačno misljijo, da je zaljubljenost čustvo in ljubezen prav tako. V čem je pest?

Če oboje razumeš kot čustvo in se v tebi nič lepega ne dogaja, da je nekoga nič ne čutiš, domnevš, da je vsega konec, in če to nekaj časa traja, je čas za ločitev.

Zaljubljenost ima omejen rok trajanja, raziskave kažejo, da od šest do devet mescev, takrat je, kot bi bil omamjen ... Tako je verjetno zato, da sploh gremo v partnerski odnos, da lahko premagamo temeljni strah pred bližino, v kateri te drugi lahko prizadene. Zaljubljenost ima kratek rok trajanja, ravno toliko, da se lahko dva takrat povečata, da ne moreta več narazen, in se spoprimeta z ovirami, ki se jih ko prej pojavi.

Ko zaljubljenost ugasne, se začne resen odnos, ki mu lahko rečemo ljubezen.

Definiram jo kot odločitev. Šele ko je smetana polizana, se začne zares, začne se pravi, »kraviti« odnos. Tiste začetne trenutke lahko v odnosu občasno po-

ustvarja, ne moreš pa tega stalno živeti.

Če začneš to obdobje vzhicičnosti

pogresati, če misliš, da ga moraš vedno znova doživljati, imaš problem. Misliš,

da je vsega konec, odnos konča in gre naprej, zaljubiš se na novo, spet in spet.

To je zdaj precej pogosto, zato je tudi toliko ločitev in varanja. Veličo je primero, ko je človek v partnerskem odnosu,

vmes pa opravlja še druge cvetove. In to

velja za oba spola, med ženskami in mo-

škimi ni v tem nobene bistvene razlike. Pravzaprav imam občutek, da ženske morda danes celo bolj varajo kot moški. Živijo v zvezu, ki jim daje stabilitnost, ekonomsko varnost, tam so družina in otroci, druge pa pogosteje, kot si mislimo, poiščajo, kar jim manjka doma.

Katere težave prevladujejo pri parih, ki poštejo vašo pomoč?

Večina težav izvira iz tega, da se ne zna jo pogovarjati. Vse težave, kakršnekoli že so, se rešujejo s pogovorom. Zakaj se pari ne znajo pogovarjati? Zato, ker se s tem ne rodijo, ampak te mora nekdo naučiti. Tega se učimo pri starših. V številnih generacijah staršev intimirnih pogovorov ni bilo. Pa s tem ne mislim nič posebnega, le to, da se dva poslušata in slišita. To ne pomeni, da se povsem strinjata.

A problem je načeloma rešljiv. Problemi, povezani s spolnostjo in privlačnostjo, so veliko težje rešljivi. Če tukaj Škripa, so napovedi precej slabe. Če sta šla dva skupaj, čeprav med njima ni bilo neke temeljne privlačnosti, tega ne more rešiti noben terapeut.

V knjigi pravite, da je privlačnost nujna za dober odnos, ni pa nujno, da gre za spolno privlačnost.

Že na začetku je med partnerjema nujna neka temeljna, močna privlačnost. Če to ni spolna privlačnost, je dobro, da je tako pri obeh. Če pa se najdeti dva, eden, ki brez dobre spolnosti ne more biti zadovoljen, drugi pa z drugačno potrebo in odnosom do spolnosti, z drugačno energijo, nimata možnosti. Prvi bo bodisi zelo nesrečen bodisi bo začel pogledovati onstran plota, oboje pa bo najedalo odnos. Razen če se zmenita, a to je zaslini izhod. Precej bolje je, če se partnerja v tem ujamata.

Nisem zagovornik iskrenosti za vso ceno. Lahko je biti iskren, bistveno težje je biti odgovoren. S tem ne mislim, da je treba lagati, da je treba varati. A če iskrenost nima nobene koristi za odnos, zakaj biti iskren? Odgovornost pa pomeni, da se je treba vprašati, ali bo ta iskrenost dobra zame in za najo. In če ne, zakaj bi to naredil? Iskrenost ima neko mejo.

Sicer pa v mojem konceptu besede sreča ni, jaz govorim o tem, da si za-

dovoljen. Uporabljam izraza dober in zadovoljujoč odnos. Sreča so le trenutki.

Opažate, da se veliko ljudi odloča za odprte zveze, v katerih si partnerja v spolnosti puščata svobodo?

Takšnih svobodnih zvez je vse več ali pa se o njih samo bolj odkrito govorji. Raziskav ni, občutek mi tako pravi.

Naj poudarim, da nisem zagovornik skokov čez plot, in nikoli ne bom rekel,

da je to dobra rešitev. Ampak, recimo,

če je ženska v zvezi in partner postane impotentna ali povsem izgubila interesi za seks, ima le tri možnosti: ostane zvesna

in se v samega svoja mojstrica; pošte si nekoga za redni servis; tretja pa, da je partnerju pove: jaz to potrebujem, se bova lahko zmenila ali greva narazen?

Mogoče bi bilo to še najbolje, vendar ne živimo v svetu idealnih rešitev. Koliko parov to zmore, kakšno tveganje je to ...

Namenoma sem izpostavil žensko, ne moško. Ženska iz te zgodbe je popolno svobodna v svoji odločitvi, in če se bo odločila, da je ranjio in za njeno družino najboljša rešitev, da skače čez plot, potem je to najboljša rešitev tudi ranj, pa naj se sliši še tako čudno. Ona ni odgovorna ranj, ona je sprejela svoj del odgovornosti.

Nekateri včasih potrebujejo izkušnjo, da skočijo čez planke, da jih nekdo izkoristi ali razočari, in nato nato bolj ceniti tisto, kar imajo doma. Afera je bila seveda napaka, a je prinesla izkušnjo, ki je zbirnila pogled. V tem smislu je lahko za zvezo celo »koristna«, če se seveda ne razdre zaradi tega.

Omenili ste, da si zdaj ženske, ki so v zvezi, privoščijo več svobode, da vsaj tako pogosto varajo kot moški. To je nekaj novega, razen če je prepiranje, da v glavnem varajo moški, stereotip ali eden od tistih mitov, ki jih morale overčeti v svoji naslednji knjigi.

Ali pa je bil napako interpretiran.

Žensk, ki bi se na široko zabavale okrog, je verjetno res manj kot moških,

nekateri moški to dejansko doživljajo kot šport. A če tak moški sekša z več ženskami, je statistika neizprosna: v teh aktivnostih torej sodeluje več žensk kot moških.

Kaj se je zgodilo? Moški so prej držali

ženske pod nadzorom na dva načina: z

nasiljem in z ekonomsko podrejnostjo. Danes ženske ekonomsko zlahka poskrbjajo zase, nasilje pa družba jasno obsoja.

Moški so zdaj kot brez kremljev, golo-

roki in ne vedo več, kako se ob ženski postaviti zase. One niso

več podrejene, več si upajo, tudi se podrejajo in odrekajo, sploh če so se dolga leta odre-

kale za otroke in družino.

Ko otroci dajo mamam jasno vedeti,

naj jih postupijo pri miru, precej žensk

ne več dobro, kaj bi s sabo. V zrelih

srednjih letih začnejo iskati nov smisel,

se ukvarjajo z jogo, meditacijo, obisku-

jo delavnice ... Odločijo se, da bosta

zdaj s partnerjem v odnosu nekaj na-

redila, na sej nekaj načini.

Danec, ki je v skupini starejših od 40

let bistveno bolj »biksajo« kot moški.

Kaj se je zgodilo? Moški so prej držali

ženske pod nadzorom na dva načina: z

nasiljem in z ekonomsko podrejnostjo. Danes ženske ekonomsko zlahka poskrbjajo zase, nasilje pa družba jasno obsoja.

Moški so zdaj kot brez kremljev, golo-

roki in ne vedo več, kako se ob ženski postaviti zase. One niso

več podrejene, več si upajo, tudi se podrejajo in odrekajo, sploh če so se dolga leta odre-

kale za otroke in družino.

Ko otroci dajo mamam jasno vedeti,

naj jih postupijo pri miru, precej žensk

ne več dobro, kaj bi s sabo. V zrelih

srednjih letih začnejo iskati nov smisel,

se ukvarjajo z jogo, meditacijo, obisku-

jo delavnice ... Odločijo se, da bosta

zdaj s partnerjem v odnosu nekaj na-

redila, na sej nekaj načini.

Danec, ki je v skupini starejših od 40

let bistveno bolj »biksajo« kot moški.

Kaj se je zgodilo? Moški so prej držali

ženske pod nadzorom na dva načina: z

nasiljem in z ekonomsko podrejnostjo. Danes ženske ekonomsko zlahka poskrbjajo zase, nasilje pa družba jasno obsoja.

Moški so zdaj kot brez kremljev, golo-

roki in ne vedo več, kako se ob ženski postaviti zase. One niso

več podrejene, več si upajo, tudi se podrejajo in odrekajo, sploh če so se dolga leta odre-