

Ljubezen je najmočnejše čustvo

O ljubezni je verjetno toliko definicij, kot je ljudi na zemlji. Vsak si jo predstavlja in doživlja po svoje, in s tem načeloma ne bi smelo biti težav. Razen če se v odnosu znajdetta dva s povsem različno predstavo o ljubezni. Težko bosta našla rešitev s srečnim koncem. Ne zmoremo se spreminjati toliko, kot bi si želeli, sploh pa ne, kot bi si želeli naši partnerji. Predstave o ljubezni namreč določajo tudi naša pričakovanja v odnosih. In ker večina kar enači partnerski odnos in ljubezen, se partnerja hitro znajdetta na razpelo različnih pričakovanj, kakšen naj bi bil njun odnos in kaj smeta pričakovati od drugega.

Ljubezen ni čustvo. Ni čustvo vse, kar občutimo. Naši občutki so pogosto povezani s čustvi, ne pa vedno. Vroča zardela lica so lahko povezana s sramom ali jezo. Včasih pa so zgolj znak, da se bližajo dnevi, ki jih bomo preležali v postelji – z vročino, namesto s svojim ljubljnim.

Prepričanje, da je ljubezen čustvo in ob tem še najmočnejše in najprijetnejše, je ena pogostejših bližnjic v partnerske težave. Kaj se zgodi z ljubeznijo, ko sva v konfliktu, se celo prepirava? Kam se skrije v tednu tihe maše ali kuhanja mule? Ko na terapijah vprašam, zakaj se kdo želi ločiti, je pogost odgovor, da zato, ker partnerja ne ljubi več, ker ne čuti ničesar več do njega. Običajno se na to odzovem z vprašanjem, ali res nikoli ne čuti jeze na partnerja, ob njem ne čuti prizadetosti, žalosti, gneva ali obupa. Presenečen pogled, usmerjen direktno vame, sporoča samo eno: Kaj zaboga pa imajo taka čustva opraviti z ljubeznijo?!

Prav ljubezen je tista, ki nam pomaga, da zdržimo s partnerjem, ko je najtežje in se nam drugi kaže v povsem drugačni luči, kot bi si želeli. Ljubezen je ali naj bi vsaj bila tista sila, ki nam da moč, da sodelujemo s partnerjem in se pogovarjamo z njim, čeprav v nas vse kriči, da bi ga najraje za zmerom poslali sajvestekam. Ljubezen do sebe in drugega nas vodi do tega, da smo kljub krizi do partnerja spoštljivi in odkriti. Vztrajno iščemo rešitev, ko se zdi, da je ni. Lahko je ljubiti, ko je v odnosu prijetno in je partner tak, kot si želimo. Ljubezen je na pravi preizkušnji šele takrat, ko se v odnosu zatakne. Ljubezen ni nekaj, kar je v vama. Tudi je veselje ne pošilja zastonj in v neomejenih pošiljkah, da jo vidva le ujmeta v svoja jadra. Ljubezen nista vidva. Ljubezen je nekaj, kar rojevata in vzdržujeta vsak dan skozi vaju odnos. In če danes ni bil dan za ljubezen, je jutri novo jutro, nov dan in nova priložnost. In za njim naslednji, dokler si dajeta priložnost, ne glede na to, kaj čutita. Zato je meni najbližji opis partnerske ljubezni ta, da gre za odločitev. Nekoga izberemo iz množice, ga povzdignemo in se odločimo, da bomo v ta odnos vnašali najboljše, kar zmoremo.

Za povezavo ljubezni s čustvi se mi zdi posrečena primerjava, da je v ljubezni skrita mavrica vseh čustev. Karkoli čutimo do partnerja ali ob njem, to ni znak ljubezni – pa tudi ne znak, da ljubezni ni. Včasih je dan za bolj prijetna čustva, drugič pridejo na vrsto težja in zoprna. Partnerja se morata naučiti shajati z vsemi. Težkim čutenjem je dostikrat treba le pustiti čas, da izzvenijo. Lahko je pogovor tisti, ki bo zmečhal in olajšal bolečino in prizadetost. Včasih pa se bosta morala partnerja odmakniti, da vsak zase prideta do novih odgovorov. Pri tem ni pravil in navodil. Ko gre za čustva, je partnerski odnos neskončno raziskovanje. Prijetna in topla čustva

so nagrada za vložen trud in vztrajanje, tudi ko je bilo težko, obenem pa priložnost za zблиžanje, oddih in nabiranje energije, ki bo prišla prav, ko nebo spet prekrijejo oblaki.

Verjetno se prav enačenje ljubezni s prijetnimi čustvi najbolj odraža v vedno večjem številu ločitev. Preveč jih odneha, že ko bi se pravi odnos moral šele zares začeti. Če verjamemo, da je ljubezen čustvo, in to vedno in samo najmočnejše in zraven še blaženo, se res zdi logična rešitev, da se razidemo, ko se znajdemo v daljšem obdobju, ko do partnerja ne čutimo nič močnega in prijetnega. To »logično rešitev« podpihuje sodobna potrošniška miselnost, ko nam z vseh koncev prišepetavajo, da je vse možno in dosegljivo – in tudi nadomestljivo. Treba se je samo razgledati po policah in si najti nov model, ki bo bolj ustrezal našim potrebam in željam.

Vse več jih je, ki so se naveličali preizkušanja novih modelov, ker so ugotovili, da nobeden ne dela po pričakovanjih – in ostajajo sami. Število trajno samskih po tridesetem letu je v strmem porastu. Z odločitvijo za samskost seveda ni nič narobe. Za to, da si osmislimo življenje in smo z njim zadovoljni, partnerski odnos ni nujen. A če je samota posledica razočaranja nad slabo ponudbo, bi se morali vprašati, ali ni kaj narobe z našimi pričakovanji.

Poročena sanjarim o drugem

? *Sem v partnerstvu z nekom, s katerim se dobro počutim. Vse je ok, imam ga rada, pa vendar mi iz glave ne gre nekdanji partner, moja velika ljubezen. Vem, da ni primeren zame in*

da je bolje, da nisva skupaj, čeprav je privlačnost obojestranska. Zanima me, kakšno je vaše mnenje o takšni razdvojenosti, ko ima nekdo ob nekom varnost, je na videz vse idealno in obstaja ljubezen (ne gre za neki mrtev, neosrečujoč odnos), po drugi strani pa ga dolga leta (torej ne gre za muho enodnevnico) neustavljivo vleče k drugi osebi, glede katere pa obstaja strah, da ne bi bilo vse tako, kot mora biti, in bi ta brezglava privlačnost, morda tudi slepa ljubezen, vodila v nesrečo.

Ali je mogoče, da človek toliko časa ohranja močna romantična občutja o neki osebi? Ali res obstaja tista ena, največja ljubezen v življenju, ki je nikoli ne pozabiš, ali gre bolj za karakter osebe, ki tako čuti (ne vem, morda beži od stvarnosti, si ustvari neki sanjski, idealističen svet, v katerem postavi na piedestal dotično osebo, ki je ravno prav oddaljena, da se lahko ohranja ta občutek popolnosti)?

Tanja

... *Privlačnost ni ljubezen. Ne vem, ali ste opazili, da ste v svojem vprašanju postopoma začeli enačiti ta dva pojma. Na sploh so s temi besedami in definicijami same težave. Če bi se glede privlačnosti še lahko poenotili, ima o ljubezni vsak svoje predstave. Zato se bom v nadaljevanju odgovora (kot se na splošno v vseh) pojmu ljubezni poskušal izogniti. Odločili ste se za odnos s partnerjem. Kakršenkoli že ta odnos je, je resničen, realen, krvav, zaresen ... Skratka, je odnos! Kar vas povezuje s tistim drugim moškim, pa ni odnos, ampak so zgolj občutja, predstave, lahko napišem kar iluzije. Odnos ni to, kar čutimo, ampak to, kar z nekom ustvarjamo. Odnos ni nekaj, kar je v nas, ampak je intimen skupni prostor med dvema, ki ga ustvarjata vsak dan znova. V zaresnem odnosu sčasoma zmanjka prostora za iluzije. Namesto tega, kar bi želeli in o čemer sanjamo, ostane to, kar je in česar sta partnerja*

zmožna. Ko postane stik s to realnostjo pretežak, dostikrat pobegnemo nekam, kjer si lahko za vsaj kratek čas oddahnemo.

Vi ste si za tak »oddih«, kot kaže, izbrali namišljen romantični odnos z nedosegljivim oziroma prenevarnim moškim. Seveda se ta privlačnost, morda celo zaljubljenost lahko ohranja dolga leta, ravno zato, ker gre za iluzijo, ki lahko vsakič znova krene z začetka. Če bi to privlačnost oziroma iluzijo enkrat izživeli in bi trčila ob čeri realnosti, bi se, če ne bi prenehala, vsaj zelo spremenila. V vsakem primeru pa bi kmalu opažali zelo podobne težave, kot jih imata s partnerjem v zdajšnjem odnosu. Pravzaprav ste že sami na koncu vprašanja zadeli bistvo. V sebi očitno še vedno gojite up (iluzijo) po idealnem moškem, ki vas bo v vseh pogledih osrečil in poskrbel za vas. Takega seveda ni.

Napisano ne pomeni, da morda ta drugi moški za vas ne bi bil »boljša« izbira. Sploh ne gre za to. Pomembno je ločiti odnos od iluzije. Se zavedati, da v vsakem odnosu pridemo do točke, ko nam je težko, ko ni tako, kot si želimo. Da bodo pri vsakem partnerju stvari, ki nam bodo všeč in ki nam ne bodo. Vztrajati v odnosu, sprejemati partnerja takšnega, kot je, hkrati pa ga spoštljivo in naklonjeno spodbujati, da se skupaj z vami trudi za nadaljnjo rast odnosa ... Če bi že poskušal definirati ljubezen, bi začel s približno temi besedami.

Zdi se, kot da imate težave s sprejemanjem odgovornosti za svoje življenje, čustva in ravnanja. Če želite najti neki mir in vsaj ublažiti to svojo razdvojenost, bi se morali naučiti bolje nadzorovati tok svojih misli, bolje upravljati svoja čutenja in tako najti boljši stik z realnostjo. Če ste se odločili za odnos s sedanjim partnerjem, bi bilo modro svojo energijo usmeriti vanj. Vsako sanjarjenje in podpihovanje prijetnih (?) čustev v zvezi z drugim moškim je podobno nesmiselno, kot bi bilo omamljanje z alkoholom ali mamili.

Čeprav morda ni videti tako, kakšne bistvene razlike res ni. Če že kaj, je ljubezen na prvem mestu odločitev. Zato bi se bilo treba na vašem mestu najprej preprosto odločiti in potem pri tej odločitvi vztrajati. Ali pa dokončno odnehati in sprejeti novo odločitev.

So tudi privlačnosti, ki jih ni mogoče zatreti ali se jim odpovedati, ampak jih je treba toliko izživeti, da se po pristni poti premaknemo naprej. V konkretnem primeru bi torej vi »morali« opraviti s svojo iluzijo. Ali ste se ji sposobni odreči, sprevideti, da gre za iluzijo, ali pa jo bo treba izživeti in jo tako ugasniti? To je vaša resnična dilema, vaša odgovornost, predvsem pa vaša odločitev. Dokler je ne sprejmete in pri njej ne vztrajate, boste razdvojeni. Z odločitvijo boste tudi sprejeli vašo intimno delitev med resničnim odnosom ter sanjarjenjem in iluzijami. Življenje pa bo pokazalo, koliko ste bili pri tej delitvi uspešni.

Ni ljubezni brez zaljubljenosti

Tudi zaljubljenost ni čustvo. Ko smo zaljubljeni, smo podobno zadeti, kot če bi bili opiti ali zadrogirani. Smo v posebnem stanju, ko sebe in drugega vidimo in doživljamo, kot si želimo. Gre za evolucijski trik, ki nas opogumi, da se upamo približati drugemu. Zbližanje moškega in ženske je še vedno nujno za ohranjanje vrste. Podobno kot v alkoholu utapljammo žalost in z drogami preganjamo tesnobo, zaljubljenost mehča in prekriva strah pred bližino. Raziskave kažejo, da je zaljubljenost hitro pokvarljivo blago s približno šestmesečnim rokom uporabe. Dovolj, da se navežemo na partnerja in z njim doživimo toliko lepih trenutkov, da ga je težko zapustiti, ko odnos ob nasmehih začne kazati tudi zobe. Ker se večina part-

Ko želja po seksu zamre, se ne da obuditi

Željo po seksu običajno pogasi odtujenost. Pogost potek partnerske zveze je, da ženska-mati po rojstvu prvega otroka svojo pozornost in energijo v večji meri nameni družini. Nenadno spreminjanje »midva« v »mi« je hud izziv za partnerski odnos. Še posebej za moškega-očeta, ki naenkrat ni več edini in običajno tudi ne več v središču pozornosti. Ob tem je postavljen še pred zahtevno nalogo, da se nauči biti oče. Moškim je vse skupaj lahko prezahtevno, nastalo praznino v odnosu in lasten občutek nekompetentnosti začno preganjati z večjim angažiranjem v službi, s pretirano rekreacijo, druženjem s prijatelji ... Partnerka zaradi osredotočenosti na otroke in družino ne opazi praznine in odtujenosti, ki se počasi plazita v odnos. Ob tem preko otrok plete mrežo odnosov zunaj družine. Partnerja vsak zase nadomeščata praznino in vzpostavljata novo ravnotežje, njun odnos vedno bolj poteka samo še posredno preko otrok. Ko otroci odrastejo in jasno pokažejo materi, da postaja s svojo pretirano pozornostjo nadelžna, praznine v odnosu nenadoma ni več mogoče prikrievati. Partnerka, ki je prej »marsikaj potrpehala zaradi otrok«, se obrne k partnerju, da poskušata zapolniti praznino in odtujenost. Vendar moški, ki se je nekako navadil preživeti na svoj način, težko razume to nenadno spremembo, še manj, kaj točno se od njega pričakuje.

Na tej stopnji odnosa se vedno več žensk odloča za iskanje vsebine in smisla zunaj partnerskega odnosa, nato pa tudi za ločitev. Ni jih težko razumeti. Po dolgih letih »odrekanja« za družino je užitek spet zadihati s polnimi pljuči iskrene skrbi zase. Moški so ob tej spremenjeni partnerki pogosto podob-

no nebogljeni, kot so bili po rojstvu otrok. Zdi se, da je danes biti moški težje kot kdaj prej. Od njih se pričakuje, da bodo uspešni v službi, odlični očetje in vsaj dobri partnerji. S temi pričakovanji ni nič narobe, težava je, ker moških za to nihče ne pripravi in usposobi.

Dva, ki sta se včasih znala brez težav pozabavati med rjuhami, imata vse možnosti, da premagata odtujenost, se ponovno toliko zblížata, da bi se vrnila želja po spolnosti. Kjer je bil včasih ogenj in je ostalo vsaj še malo žerjavice, jo je mogoče spet razpihati. Hujša ko je odtujenost in dlje ko sta zanemarjala intimni del odnosa, več sodelovanja in potrpežljivosti bosta potrebovala. Za trajnejše iskrenje se bosta morala odkrito pogovoriti, kako je prišlo do odtujenosti in kako sta jo doživljala. V dolgih letih sta se spremenila, drugače doživljata sebe in drugega, imata različne potrebe in želje. Samo razpihovanje žerjavice ne bo dovolj, v kamin bo treba naložiti tudi nova drva. Z leti potrebujemo več toplote, zato bodo morala biti boljše kakovosti. Ko seks poganjata zaljubljenost in močna privlačnost, ni težko zadovoljiti in biti zadovoljen. Z zrelostjo telesni del netiva pojenjuje, nadomeščati ga morajo čustva. Za zrele ženske je vedno bolj pomemben občutek bližine, stika in povezanosti. Zgolj seks, tudi tehnično popoln, ne bo več dovolj. Saj tudi za zrelega moškega ne bi smel biti, ampak moški, roko na srce, smo nagnjeni k poenostavljanju. Pri seksu bi se čim manj ukvarjali s čustveno navlako. Tak moški se z zanikanjem svojih želja po bližini ne bo mogel v nedogled izogibati njenemu pogledu, ki bo iskal nekaj več. Čeprav bo njemu dovolj, bo čutil, da njej ni več. Seks bo prenehal delovati kot način vzpostavljanja navidezne ali dejanske bližine. Zadeva se bo

obrnila. Seks bo vedno bolj posledica dejanske bližine, ki pa se jo bosta morala naučiti vzpostavljati na drugačen način. Moški se bo moral končno pridružiti njenemu »kompliciranju«, če bo želel spet priti do dobrega seksa in potrditve svoje »moškosti«. Žal je pri moških to slednje najpogostejši razlog, da začno »sodelovati«. Ker leta naredijo svoje, se nagrada marsikomu zdi premajhna glede na vložek.

Par, ki je imel s spolnostjo težave že od začetka in si je dovolil še hujšo odtujenost, ima slabe obete, da na novo zakuri ogenj, ki ga nikoli ni bilo dovolj. Preden dokončno obupata, bi bilo smiselno poiskati terapevtsko pomoč in začeti – na začetku. Odkrito spregovoriti o željah in pričakovanjih, o doživljanju sebe in drugega nekoč in zdaj, o težavah in strahovih ... Odnos razstavita na prafaktorje in ga poskušata sestaviti na novo. Za tak par je to edino upanje, hkrati pa veliko tveganje. Če se koščki njune sestavljanke ne ujemajo dovolj, ga ni terapevta in tudi ljubezni ne, ki bi jih na silo zložila skupaj. Še vedno je to kruto spoznanje boljše kot vztrajati v neskončnem plesu krivde in obtoževanj.

Tistim, ki trdijo, da se spolnosti pripisuje pretiran pomen, je enako težko oporekati kot pritrđiti. Partnerski odnos je samo eden od množice odnosov, ki jih pletemo z drugimi. Intimni odnos imamo lahko tudi z drugimi, ni jih malo, ki so s svojimi prijatelji lahko bolj intimni kot s partnerjem. Spolnost ni nujno intimnost, prav tako pa ni nujno, da se intimnost izraža s spolnostjo. Partnerski odnos se mora v nečem razlikovati, bolje rečeno odlikovati od ostalih. In prav spolnost je najpogostejši jeziček na tehtnici, ki partnerskemu odnosu izmeri to posebno težo. Ko želja po seksu ugasne, bosta

morala partnerja najti druge uteži, da bodo ohranjale tehtnico v zelenem položaju. Tudi to je mogoče, je pa težko. Vseka kor težje kot razpihovati in ohranjati ogenj privlačnosti in poželenja. Telesni stik, ki vzbuja ugodje, je globoko v naše jedro usidrana želja. S telesnim stikom je vse ostalo neprimerno lažje, modra partnerja se temu darilu ne bosta odrekla. Pozorna bosta na sporočila svojih teles, da nekaj v njunem odnosu ne »štima«. Kot nikoli ne stopimo v isto reko, je tudi najin odnos vsak dan drugačen. Če se ne razvija in raste, krni in propada. Tretje možnosti ni!

Partnerju ni več do seksa

? *Sem 30-letna mamica dveh majhnih otrok, s partnerjem poleg tega gradiva hišo. Oba imava dokaj dobro službo. V zvezi sva že 15 let. Najino razmerje pa je porazno. V zadnjih treh letih je želja po seksu nenormalno upadla, pa ne na moji strani, pač pa partnerjevi. Ogromno sem prebrala o podobnih temah, da se je treba pogovoriti. In povem vam, da sem svojemu partnerju že velikokrat omenila, da imava probleme v spolnosti, da se morava odkrito pogovoriti o tem ... Vedno pristanem na istem, pravi, da sem sitna, naj ne težim, če mu rečem, da očitno ni več ljubezni ali privlačnosti – isti odgovor. Če mu rečem, naj mi odkrito pove, kaj je problem, spet isto – naj ne težim. Če mu rečem, da me očitno nima rad, kaj potem vztrajamo skupaj, mi pa odgovori, da če me ne bi imel rad, me ne bi gledal in bi me že zdavnaj napodil.*

Se je zgodilo, da mi je rekel, da ga moram pripraviti, da se mu bo zaluštalo. Kaj naj drugega kot dam nase noro zapeljivo perilo, tudi petke ... Vse sem že poskusila, pa skoraj ni odziva. Počasi se bom naveličala in bojim se, da bom, čeprav ga imam zelo rada, uresničila svoje grožnje, da si najdem nekoga za seks. Sem

zato slaba, ker o tem razmišljam? Pripravljena sem iti k svetovalcu, vse, toda kaj, ko on ne sliši ničesar, kar rečem. Zelo so mu pomembni prijatelji, ki so, mimogrede, vsi mlajši in vsi v travo zabubljeni. Pač gledaš, da s tem ne ogrožaš otročkov, ki nista popolnoma nič kriva in jima ne želim pokvariti življenja. Vendar – ali je pošteno, da si ga kvarim jaz? Res ne vem več, kaj naj ...

Obupana

Imeti nekoga rad, karkoli si že kdo pod tem predstavlja, je eno. Privlačnost je nekaj drugega. Želja po seksu nekaj tretjega. Kadar se vse troje združi in ujame, je lepo. Kadar se ne, nastanejo težave. Če je pri partnerju ugasnila želja po seksu z vami, še ne pomeni, da mu nič ne pomenite, da vas nima »rad«. Čisto mogoče je, da vas ima rad, vendar po svoje. Vprašanje je, kaj sploh njemu to pomeni. Sta se sploh kdaj bila sposobna o tem v miru pogovoriti? Čisto mogoče in celo verjetno je, da partner res ne ve, kaj se (mu) je zgodilo, da je želja po seksu z vami ugasnila. Morda si to potrebo teši kako drugače, morda celo drugje?! Kaj vam pravijo vaši občutki glede tega?

Pri vsakem paru se slej ko prej pokažejo težave in neskladja v trikotniku, o katerem sem pisal na začetku. Pri vsakem drugače, pa vendar. Temu se torej ne da izogniti, lahko pa se par s tem spoprime. Odkrit in strpen pogovor je nujen začetek vsakega reševanja. Če partnerju že vnaprej očitata, da »vas nima rad«, in pritiskate nanj, da vam odgovori na vprašanje, na katero morda sploh nima odgovora, bi temu težko rekli strpnost. Pa vam s tem ne želim nalagati bremena, saj si ga že sami preveč. Nič niste naredili narobe, da je pri njem ugasnila želja po seksu z vami, in tudi ničesar ne morete narediti, da bi se spet zbudila. S seksi perilom in podobnimi zadevami se samo smešite in ponižujete. To

ne bo ničesar rešilo. Tudi če se res še ne znate »prav« pogovarjati, ste se vsaj pripravljene pogovarjati. Pripravljene ste iti k svetovalcu in iskati pomoč. Izražate željo, da se problem reši. Razmišljate, da bi seks poiskali drugje, in ne samo da s tem ni nič narobe, celo logično je, da o tem razmišljate. Vendar ga niste, kar dodatno kaže na vašo odgovornost, predanost in zavezanost partnerju. Več od tega pa v trenutni situaciji res ne morete narediti za partnerstvo. Zato nehajte razmišljati v tej smeri.

Na potezi je namreč vaš partner. Če vas ne vara in svojih potreb po seksu ne zadovoljuje drugje ali na drug način, potem morda res ni odgovoren, če mu je želja po seksu z vami ugasnila. Če se ne zna pogovarjati, je to zato, ker ga tega ni nihče naučil, in načeloma tudi to ni njegova odgovornost. Je pa izključno njegova odgovornost, da se s problemom, ki močno ogroža vajino zvezo, ni pripravljen spoprijeti. Seveda če drži, kar pišete. Prav tako je njegova odgovornost, da se ne poskuša naučiti pogovarjati. In še bolj je njegova odgovornost, da beži od vas v pretirano druženje z ljudmi zunaj vajine zveze oziroma vajinega kroga. Dokler vaš partner ne sprejme vsaj malo odgovornosti za vse to, nimata nobene možnosti, da bi se med vama kaj dosti spremenilo.

Zato bi bilo priporočljivo, da se nehate toliko ukvarjati z odnosom, v katerem sami ne morete ničesar spremeniti. Namesto tega se raje posvetite sebi. In seveda otrokoma. Vsakič znova me zjezi, ko se vztrajanje v prazni zvezi zagovarja z »neogrožanjem otrok«. Vi ste šli še korak naprej in se vam je celo zapisalo, da jima nočete »pokvariti življenja«. Vašima otrokoma se v takem odnosu in taki družini že precej kvari življenje. Zdaj in tudi že vnaprej. Edini način, da zmanjšate to »ogrožanje« in »kvarjenje«, je, da takoj začnete ukrepati. To pomeni, da dokler se partner ne odloči za sodelovanje, začnete skrbeti zase kot žensko. S tem boste lahko poskrbeli tudi zase kot mamo. Če je res tako, kot pišete, potem

se bo partner težko prebudil iz nemoči in omame prej, kot boste vi sposobni postaviti vajino zvezo na kocko. Če ga tudi to ne bo pripravilo do sodelovanja, boste pač morali naprej sami.

Dokler se ne boste res odločili, da nekaj naredite, ne boste videli nobenih možnosti. Ko se boste odločili, se bodo kmalu pokazale. Seveda pa si boste pred tem morali priznati, da sedanja situacija po svoje ustreza tudi vam. Če se le ne bi zataknilo pri seksu, bi še nekako šlo ... In ravno zato se ponavadi zatakne pri privlačnosti in seksu. Drugače se partnerja sploh ne bi dotaknila tega, kar dolga leta pometata pod preprogo. Pamet in razum lahko lažeta, telo pa si ne more.

Moški varajo bolj kot ženske

Moškim se pripisuje, da z lahkoto skačejo čez plot in seksajo vsepovprek. Tudi če to drži, s kom pa seksajo ti pohotneži? Statistika je tečna reč. Če en moški v povprečju oprasha več cvetov, je zaključek zelo preprost: da v teh »spornih« aktivnostih sodeluje več žensk kot moških! Naj verjamemo, da so prav vse proste in da nobena ne ve, da je on poročen?! Nespoštljivo bi bilo ženskam pripisovati tako splošno naivnost. Ta je pravično porazdeljena med oba spola.

Ženske so si izborile enakopravnost tudi pri skokih čez planke. Morda je naključje, vendar v zadnjih letih k meni prihaja več parov, pri katerih si je afero privoščila ženska. Glede pogostosti prevar med spoloma ni večjih razlik. So pa pri vzrokih, ki ženske vodijo do take odločitve. Še večje v tem, kako in s kom se tega lotijo. Brez vsakega negativnega predznaka si

upam napisati, da so ženske neprimerno bolj preudarne, ko gre za družino in odnose. Ker se zavedajo posledic, se praviloma v afero spustijo kasneje in tudi bolj preverijo, s kom. Moški so pri tem bolj nepremišljeni, direktni, nespretni in naivni, zato njihovi grehi prej pridejo na plan. Afere moških so se dolgo bolj tolerirale – tudi zato manj pazijo, prej se pohvalijo. Ko gre za seks, so manj izbirčni, ne komplicirajo z »malenkostmi«, kot so zaljubljenost, ljubezen in dolgoročni načrti. Verjetno zaradi vsega tega še vedno ostaja vtis, da moški varajo bolj od žensk.

Moški bo razlog ali »dovoljenje« za afero iskal v težavah v odnosu s stalno partnerko. Potencial bo njene napake, še bolj bo pogrešal, česar od nje ne dobi. Ko bo prvič ugriznil v tuj kolač, bo domači kruh imel še manj okusa. V tem je past »rešitve«, da se doma naješ kruha, življenje pa si občasno popestriš s sočnim kolačem na drugi strani plota. Ta račun namreč potrebuje kar dva krčmarja. Vsaj potihoma se morata krčmarki strinjati, da bosta v neskončnost dajali na kredo, sicer ga bosta kmalu začeli vleči vsaka na svojo stran. Še tako prožna elastika enkrat počí. Kolači pa imajo tudi kakšno neprijetno lastnost. Sčasoma se želijo spremeniti v kruh. Večkrat ugrizneš vanje, manj poseben je njihov okus. Ko se jih naveličaš in skesan prideš nazaj domov, domač kruh več ne zadiši kot včasih. Pogrešanje in razočaranje se podvojita: okus se ne more primerjati s tistim od včasih, še manj pa s spomini na prve ugrize v prepovedan kolač.

Ženska bo najprej doma poskušala s pogovori in tudi pritiski od partnerja dobiti več. Ko se bo že precej obupana zapletla z drugim moškim, ga bo idealizirala in odnos z njim posipala

Miti o ljubezni in partnerskih odnosih

Od kod toliko mitov o ljubezni in partnerskih odnosih? Kaj in zakaj jih ohranja – kljub mnogim knjigam, ki jih razbijajo, in kljub pogostim trpkim izkušnjam, ki jasno kažejo, da ne zdržijo testa življenjske resničnosti? Odnosi, še posebej partnerski, niso preprosti. Brez upanja, ki umre zadnje, je včasih težko vztrajati in zdržati. Miti in iluzije nas vedno znova zablajo v odnose in nas držijo v njih, dokler se v njih ne zmoremo odzivati na bolj zrele načine. V težkih trenutkih ohranjajo optimizem ali vsaj voljo do življenja. So kot poživilo na strmem klancu, ki nam vlije moči in volje, da vztrajamo do vrha. Sem ter tja ni s takimi poživili prav nič narobe. Odnos se znajde v resnih težavah, ko ga pri življenju ohranjajo bolj ko ne le še miti in iluzije. Eden od ciljev partnerskih odnosov je, da nam pomaga do take stopnje osebne rasti, da zmoremo najti dovolj zadovoljstva in smisla brez iluzij in s pogumnim, odkritim pogledom na življenje. Ko se partnerja prenehata zaganjati v prestrme klance in sprejmeta svoje omejitve, lahko začneta uživati tudi v manj strmih poteh. Medsebojno tekmo spremenita v bolj sproščeno potepanje, solo ali v dvojje, in uživata v tempu, ki ga zmoreta. Kakovost odnosa, ki ga napajata medsebojna naklonjenost in trud za rast odnosa, postane zadostno hranilo, ki ne potrebuje dodatnih škodljivih poživil.

Slaba plat mitov o ljubezni in partnerskih odnosih je, da tisti, ki verjamejo vanje, vstopajo v partnerski odnos s pretiranimi pričakovanji. Nujna posledica so pretirana razočaranja, ko vsakodnevno življenje v dvojini ne dosega previsokih standardov. Osebne in terapevtske izkušnje me vedno znova učijo,

da ni hujšega strupa za odnose, kot so pretirana pričakovanja, ki jih ženejo miti in iluzije. Prav nič ne pomaga, če vanje verjameta oba, le razočaranje je na koncu dvakrat večje. Naj se partnerja še tako naprezata in iskreno trudita za odnos, se bo skala odnosa vedno znova zakotalila navzdol, če bosta želela doseči vrh, ki sploh ne obstaja. Nič manj tragično ni, če vrh sicer obstaja, vendar ne za njiju, ker nista dovolj usposobljena ali med njima ni dovolj privlačnosti ali ujemanja v temeljnih vrednotah. Kaj pomaga ves trud, če rineta skalo vsak v svojo smer, ki jo določa kompas različnih želja in vrednot.

Miti so povezani z večino zapletov in težav v partnerskih odnosih. Bodisi so njihov vzrok ali pojavna oblika težav. Pogledali smo nekatere najbolj znane in razširjene, vsi pa slonijo na nekaj skupnih temeljnih zmotah. Prva, morda celo glavna zmeta izhaja iz pretiranega pomena, ki se pripisuje ljubezni. Kakorkoli že kdo razume in občuti ljubezen, ta za partnerski odnos preprosto ni tako usodnega pomena. Predvsem pa nima čudežnih učinkov, ki bi pozdravili težave v odnosu, saj so te vedno odraz notranjih težav vsakega od partnerjev ali neizbežnih konfliktov med njima. Ljubezen lahko pomaga partnerjema, da vztrajata in naredita, kar lahko, sama po sebi pa ne bo rešila prav ničesar. Enačenje ljubezni in partnerskega odnosa je povsem zgrešeno. Prav toliko, kot če bi enačili zrak in veter. Veter s svojo energijo res premika zrak, ga premeša, da je bolj svež in zdrav, vendar ga to ne spremeni v zrak, ki ga dihamo. Na kvaliteto zraka vpliva še marsikaj drugega. Tudi v brezvetrju je treba nekako zdržati in poskrbeti za dober zrak. Ljubezen je za partnerski odnos podobno pomembna, kot je veter za zrak. Včasih je je več, drugič manj, posebej mučni so dnevi popolne bonace, ko se zdi, da je odnos obtičal na

plitvini. Privlačnost, naklonjenost, zaupanje, sorodne vrednote in skupni cilji, včasih pa tudi nasprotja in konflikti bodo navidezno iz ničesar vedno znova pognali veter ljubezni. Ljubezen partnerjema nakloni energijo, upanje, voljo in moč za jadranje, ne nauči pa ju tehnik jadranja, še manj pa veže vozle, odvija jadra in usmerja krmilo.

Skupni imenovalec naslednje množice mitov je mešanje ali kar enačenje privlačnosti, zaljubljenosti in ljubezni. Že res, da praviloma privlačnost zakuri ogenj zaljubljenosti, ki naj bi po vajeniški poskusni dobi prerasla v ljubezen in zrel odnos. Ni pa nujno. Zagotovo pa je nemogoče, da bi vse troje obstajalo sočasno in ves čas. V nerešljivih škripcih se znajdejo tisti, ki verjamejo v večno zaljubljenost, predvsem pa v vzhičene občutke, ki jo spremljajo. Enako kot nas privlačijo določene partnerjeve lastnosti, nas bodo sčasoma druge motile ali celo odbijale. Ljubezen ni permisivna, vedno in samo lepa in sproščena, temveč zahteva tudi soočanje z omejitvami ter sprejemanje partnerjevih lastnosti, ki jih kljub najhujšim naporom ne more ali celo ne sme spremeniti. Spreminjanje, zanikanje ali potvarjanje temeljnih potez in vrednot svojega intimnega jedra v imenu ljubezni ni nič drugega kot nasilje nad sabo. Tudi ljubezen in partnerski odnos imata svoje meje, na katerih je treba partnerja ustaviti. Takrat ni ljubezen tista, ki je na preizkušnji, ampak samo in zgolj partnerski odnos. Zato je tako pomembno, da ju ne enačimo in si s tem po nepotrebnem ne omejujemo nabora možnih rešitev.

Ljubezen je treba ločiti od partnerskega odnosa. Partner se lahko drži vseh dogovorov, je nežen, sočuten, se zna pogovarjati, še najbolj zahtevni terapevti bi mu ploskali – vam pa

bo nehal biti privlačen. Zgodovina vas je zgnatla tako, da vas pač privlačijo partnerji, ki vas tako ali drugače zavračajo ali mučijo. Če mešate odnos, zaljubljenost, privlačnost, strast in ljubezen, ste na tej točki opravili. Morate zaključiti in poskusiti srečo drugje. In spet boste našli nekoga, ki vas bo tako ali drugače zavračal in prizadeval. To vas privlači, v vas vzbuja strast. Hkrati vas to tudi moti. Kar je dobro za seksualne podvige, ni nujno dobro tudi za odnos. Partnerju, ki se bo resno lotil svojega dela in odpravljaj odzive, ki vas po nepotrebnem prizadevajo, se to lahko maščuje s tem, da vam bo vedno manj zanimiv, na koncu lahko tudi neprivačen. In tako brez konca. Razen če se vzamete v roke, končno vztrajate ob nekom, razrahljate svoje vozle, streznete pogled na ljubezen in odnose ter se odločite, česa si v resnici želite. Ločite zrnje mogočega od plev iluzij.

Metanje različnih pojmov v isti koš je rdeča nit večine mitov o partnerskih odnosih. Še en primer je mešanje spontanosti in pristnosti, kar spodbuja mite in iluzije o brezpogojnem medsebojnem sprejemanju. Če me imaš rad, me boš sprejel točno takega, kot sem. Zrel partner bi se na tako čustveno izsiljevanje odzval zelo mirno: »Saj te sprejemam, zato pa sem s tabo. Ampak to še ne pomeni, da mi je prav vse na tebi všeč. Še manj pa, da mi je všeč vse, kar počneš. Ali ne počneš – in si želim, da bi.« A taka zrelost se lahko razvije samo skozi dolgoletno šolanje v partnerskem odnosu. Vsak si želi, da bi bil partnerski odnos varno okolje, v katerem si lahko privoščiš biti popolnoma spontan. Brezskrbno početi, kar ti srce poželi, tako kot si navajen ali tako, kot si si od nekdaj želel, a te je zgodnje okolje pri tem omejevalo. Mogoče bi se to še izšlo, če bi se poročili s svojo klonirano verzijo. A