



# OSTATI ALI ODITI

Sanja Rozman

Stran | 1

Tisti hip, ko je Damjana zagledala Janeza, je vedela, da je to On. Njen moški za celo življenje. In tudi on je enako čutil do nje. Prvi meseci so bili kot v pravljici. Vsi, ki so ju poznali, so menili, da sta idealen par. Po letu dni globokega intimnega prijateljstva, ko sta vse dni in noči preživela skupaj, sta se odločila za poroko. Zdelo se je, kakor da njune sreče prav nič ne more zmotiti. Z lahkim srcem sta si obljubila zvestobo v dobrem in v slabem, za vedno.

Potem je prišlo življenje s svojimi težavami. Damjanina nezaposlenost, Janezovo napredovanje v službi, ki je zahtevalo vedno daljše nadure in službene odsotnosti, težave s stanovanjem, boleznijo tašče, težka nosečnost in dvojčka. Izčrpanost, neprestane noči, prepiri, popuščanja z grenkim priokusom nerazumevanja. A kljub hladu, ki se je zavlekel med njiju, je Damjana še vedno mislila, da so težave le začasne. Kadar ji je bilo prehudo, se je potolažila z mislijo, kako bo vse bolje, ko bodo otroci malo večji in ko bosta odplačala dolgove za stanovanje, tako da Janezu ne bo treba več toliko delati. Zato jo je toliko bolj prizadelo, ko je nekega večera, medtem ko je dremala pred televizijo in ga čakala, zazvonil telefon. Nesramen ženski glas ji je zabrusil: »Gospa, ali veste, kje je zdaj vaš mož?« Da je pri ljubici, je rekla, pri tisti smrkliji iz njegove službe, ki se ne ozira na to, da je moški poročen...

Ko si je opomogla od prvega udarca, se je Damjana zbrala in začela razmišljati o njuni zvezi. Zdaj, ko je to nekdo na glas povedal, je videla tudi sama. Odsotnosti pozno v noč, izgovori, jezni izbruhi, kadar se je poskušala dogovarjati o družinskih obveznostih, stalna utrujenost in nerazpoloženost za pogovor, vedno redkejša srečanja zvečer med rjuhami, zid iz tišine, ko je poskušala priti do njega. Sama sebi se je zdelala neumna, ko se je spomnila, kako se je krivila za njegovo spremenjeno vedenje, on pa je bil medtem pri drugi. Najraje bi kar vstala in odšla, da ga nikoli več ne bi videla, tako ponižano se je počutila. A v sosednji sobi sta spala otroka...

Privlekla je največji kovček in ga začela polniti z njegovimi stvarmi. Potem se je vrgla na posteljo in se pošteno zjokala. Jokala je nad svojimi sanjami o resnični ljubezni, ki je nič ne more prizadeti. Jokala je od jeze, ljubosumja in od žalosti hkrati. In ko je nevihta solz odplaknila meglo iz njene zavesti, ko je bolečina odtekla v mokro blazino, se je v njeni notranjosti naselil mir in odločnost. Usedla se je na balkon, se zazrla po speči soseski, globoko vdihnila mrzli nočni zrak, nato pa zaprla oči in se poglobila vase. To je zdaj to! Odločiti se mora o nečem, o čemer je upala, da se ji nikoli ne bo treba spraševati. Ali ostati - ali oditi.

Enako se je nekje na drugem koncu mesta spraševal tudi Janez. Navidez nedolžna aferica s sodelavko, ki je v začetku obetala le nekaj prijetnih uric vročega prepovedanega seksa brez posebnih obveznosti, ga je posrkala vase in zamajala temelje njegovega življenja, ne da bi se prav zavedal, kako da je prišlo tako daleč. Začel je bil lagati Damjani, seveda zgolj zato, da je nebi prizadel, saj sprva ni niti pomislil na to, da bi ogrozil svoj zakon. Potem pa se je navezal na Mojco in se je še naprej sestajal z njo, ker se ni mogel pripraviti do tega, da bi kar prekinil. Zgodilo se je

pač in potegnilo ga je globlje, kot si je želel priti. Po njegovem je bila za hlad v njuni zvezi kriva Damjana, ki ga ni razumela in je bila večno kritična in prezahtevna do njega. Sam ni vedel, kdaj je začela Mojca govoriti o tem, naj se preseli k njej. Naenkrat pa se je znašel pred njeno zahtevo, naj se odloči med njima, in ni mu bilo lahko.

### **TEHTNICA**

Dokler je bila v oblasti jeze in razočaranja, se je Damjani zdelo, da natanko ve, kaj ji je storiti. Nikoli več ga noče videti. Noče več čutiti jeze, razočaranja, ponižanja zaradi njegovega izdajstva. Nikoli več si ne bo dovolila, da bi jo kdo tako užalil in prizadel. Konec je, za zmeraj. Ko pa ji je počasi prikapljal do zavesti, kako dolgoročne in hude bodo posledice te odločitve, so se začeli oglašati razumski pomisleki. Vajena, da se odloča s tehtanjem razlogov za in proti, je vzela list papirja in poskušala nanj skicirati, kaj bi pridobila in kaj bi izgubila, če bi se odločila za eno od dveh možnosti.

Razlogi za ostati:

- tega ne morem narediti otrokom
- nerešen stanovanjski problem
- pritiski okolice
- strah pred padcem socialnega statusa
- strah pred zapuščanjem in pred ponovnim iskanjem partnerja
- strah pred padcem socialnega statusa
- saj sem sama kriva, ker se nisem bolj potrudila
- saj ne bom našla drugega, kdo bo pa maral ločenko
- po desetih letih zakona ne znam živeti sama

Razlogi za oditi

- morda ni bil pravi in moram poiskati drugega
- nikoli več mu ne bom mogla zaupati
- otroci trpijo tudi v zakonih, kjer se partnerja nenehno kregata
- nočem živeti na stara leta v čustveno izpraznjeni zvezi
- želim duhovno rasti in se razvijati skupaj s partnerjem, česar v tej zvezi ne morem
- posebni razlogi za odhod: nasilje in zasvojenost

### **RAZLOGI ZA OSTATI**

Gotovo bodo z ločitvijo najhuje prizadeti otroci. Kot hčerka ločenih staršev je Damjana dobro poznala tesnobo otrok, ki se stopnjuje v petek zvečer, ko čakajo, da pride oče ponje za konec tedna. Poznala je grizenje slabe vesti zaradi zagrenjenega obraza mame, ki je čez vikende ostajala sama. Poznala je zadrego, ki jo občuti otrok, ko mu oče predstavi svojo novo partnerko in zahteva, da se do nje obnaša kot do mame. Še se je spominjala bolečine, ki jo je čutila, kadar koli je po maminem navodilu od očeta zahtevala denar, on pa ji je razlagal, da ji ga ne more dati, ker je imel ta mesec velike stroške. Najraje bi se vdrla v zemljo. Spominjala se je zafrkavanja drugih otrok, da ima njen oče novo družino in da nje ne mara več.

Spominjala se je svojega sanjarjenja, da bo oče nekoč spoznal, kako ga ona potrebuje, in dolgih ur čakanja, ko naj bi prišel, pa ni imel časa niti za telefonski klic, da bi se ji opravičil. Takrat si je prisegla, da nikoli ne bo dopustila, da bi njene otroke tako bolelo.

Drugi pomislek, ki se ji je vsilil, je bil čisto praktičen. Le kam naj gre oziroma kako naj uredi premoženjske zadeve z Janezom. Komaj sta prišla do skupnega dvosobnega stanovanja, in zadolžena sta bila do vrh glave. Ona pa brez službe in doma z otrokoma. Kako naj preživi? S svojo izobrazbo bo le težko našla službo in zagotovo bi zaslužila komaj za preživetje. Le od kod naj dobi denar, da bi Janezu izplačala polovico vrednosti skupnega stanovanja in bi tako lahko ostala v njem? Pa avto, pa odvetniki, pa če se kaj zgodi? Z otrokoma bo prisiljena v pravo revščino, saj bo šel ves denar samo za stanovanje. K mami ne more, ker ni prostora. In tudi če bi bil, pomeni to velik korak nazaj. Mama se je od nekdanj vtikala v njene zadeve in bi se gotovo spet, če bi živeli skupaj.

Pa ne samo mama! Kako jo bodo gledali drugi? Po tihem ali na glas jo bodo obsojali, da ne zna dovolj potrpeti in se žrtvovati za višje cilje. Posebno »prijateljice«, ki so zavistno po strani opazovale njuno romantično pravljico in ki so še vedno mislile, da je med njima vse v redu. Pa saj je do včeraj tako mislila tudi sama. Moškim pa se bo zdela lahek plen, naivna ženska, ločenka, pri kateri se na daleč vidi, da potrebuje moškega. Gotovo bo s časom tako potrebna topline in seksa, da bo malo spustila kriterij in med rjuhe spustila tudi kakšnega malo manj postavnega ali uglednega tipa, samo da ne bi bila sama, bodo razmišljali. Kar slabo ji je postalo ob misli, da bo morala spet skozi vse to, kar je doživljala, preden sta se našla z Janezom. Kako bo morala, če ne bo hotela ostati sama, spet tvegati in iskati novega »pravega«, se zmotiti, biti razočarana, zapuščena, pa spet tvegati in se znova zmotiti. In to z otrokoma, katerima prav nihče ne bo mogel nadomestiti očeta, če bo še tako dober do nje. Znova jo je zvilo ihtenje. Ali bo sploh še kdaj lahko verjela kakšnemu moškemu? Ali bo sploh lahko še kdaj dopustila, da ji bo kdo prišel tako blizu kot Janez, za katerega je bila prepričana, da je zanjo idealen? Ali bo še sploh kdaj lahko verjela sebi in svojemu občutku, ko pa se je tako usodno zmotila? In ali ni morda on bil vseeno »pravi«, pa je nekaj z njo narobe, nekaj, kar bi pokvarilo še tako idealno zvezo. Priznala si je, da je že nekaj časa čutila, da med njima ni vse čisto v redu, pa ga ni upala vprašati, zakaj, ker se je bala odgovorov. Priznala si je, da v odnosu že dolgo ni dajala vsega, kar bi lahko, ker je kar naprej čutila nekakšno njegovo izmikanje in je bila kar naprej užaljena, ker se ji je zdelo, da se on dovolj ne trudi. Pa tudi zredila se je malo in se zapustila in ni se ji zdelo vredno, da bi se za doma naličila in ne vem kako urejala, saj je bila med štedilnikom in plenici večino dneva v mislih na povsem druge stvari. »Tiste stvari« so jo počasi nehale zanimati, večkrat je zaspala kar pred televizorjem in si je kar malo oddahnila, ko ni več tako pogosto silil vanjo. Je bilo to narobe, je bila sama kriva? Če je sama pripomogla k temu, kaj ni mogoče, da bo tako tudi z vsako drugo zvezo? »Takšnega, s katerim bi se ujela tako kot z Janezom, ne boš več našla«, je kljuvalo v prsih.

Zazdelo se ji je, da se je ujela v past, iz katere ni izhoda. Prisiljena je v odločitev, ki je slaba in ji povzroča bolečino. Njej in otrokom, konec koncev tudi Janezu, ki bo prav tako mnogo izgubil. Namesto da bi živel z otrokoma in delil z njima stiske in lepe trenutke njunega odraščanja, bo postal nekakšen stric na obisku, ki ga bosta vedno v zadregi in z občutki krivde pričakovala konec tedna, medtem ko bo

večina njunega življenja šla mimo njega. Saj ne, da mu ne bi tega kar malo privoščila, zakaj pa ni prej mislil na posledice, preden je... Vendar se je zdaj že toliko pomirila, da je vedela, da tega ne želi narediti. Predvsem otrokom ne, pa pravzaprav tudi njemu ne, saj se je zavedala, da ima Janez otroka resnično rad. Ali morda ni bolje, da ne bi naredila nič? Lahko bi se odločila, da se pretvarja, da se nič ni zgodilo, potlači bolečino v sebi in gre dalje, v upanju, da se bo mož naveličal ljubice in se skesan vrnil domov. Tako kot njena soseda Mira in nekatere druge ženske, ki jih je poznala, ki so bile nekako takšnega mnenja: »Važno je, da te ne tepe, da ni pijanec in da skrbi za otroke... Kaj bi pa rada več kot to?«

### **RAZLOGI ZA ODITI**

Le kaj bi rada več? Zrelega, odgovornega moškega, ki se ne bi bal ljubiti! Ki bo sposoben spregovoriti o svojih čustvih in se ne bo ustrašil ranljivosti, ki jo tak pogovor prinese! Takega, ki bo znal zagovarjati svoja načela in stati za njimi, tudi če bi se bilo zato treba čemu odreči. Nekoga, ki bi ga bolj kot njen zunanji izgled mikala njena notranja lepota, in bi ji znal to tudi pokazati. Nekoga, ki bi vanj lahko verjela! Nekoga, ki bi se nanj lahko zanesla! Nekoč je mislila, da to že ima, še pred kakšno uro... Sedaj pa mora sprejeti, da nikoli ne bo več tako, kot prej. Tudi če bo ostala, se bo vse spremenilo. Postala bo pozorna na odsotnosti, na spremembe razpoloženja, na tišino. In v strahu, da se vse skupaj ne bi zopet ponovilo, bo postala zvita kot zasebni detektiv in ga bo preverjala toliko časa, da ga bo na koncu resnično odgnala. Je sploh mogoče imeti partnerski odnos z nekom, ki mu ne zaupaš? Je mar treba pokopati iluzije in pristati na formo zakona brez prave vsebine, samo da bi zaščitil svoje interese in družino?

Tudi ta zgodba o otrocih ima dve plati. Čeprav je bila v njenem spominu še živa stiska zaradi ločitve staršev, se je Damjana spominjala tudi tega, kako je bilo pri njih doma, preden sta se razvezala. Prepri, vpitje, tihe zamere in nenehno strupeno kritiziranje, ki se je občasno tako stopnjevalo, da bi lahko od napetosti v zraku kar eksplodirala. Takrat si je bolj kot vse želela, da bi napetost popustila, saj je za njo v sencu stala temna destruktivna sila, sovraštvo in prezir, ki ga Damjana kot otrok ni znala odmisлити in se pred njim ubraniti drugače, kot da je bežala od doma k vrstnikom na ulico. Če je dobro pomislila, je začutila povezavo med to temno senco in med hladom, ki je zadnje čase vel med njo in Janezom. Je to ista Senca iz preteklosti, nepredelan spomin, ki ga je prinesla s seboj iz otroštva, ali je bila tema posledica slutnje, da je Janez v mislih z drugo? Na to si ni znala odgovoriti. Vendar bo njena odločitev morala upoštevati tudi to. Kaj če se zmoti, prehitro odide, ko bi se dalo še kaj razrešiti, potem pa prepozno spozna, da je bežala pred lastno Senco? Saj ji ne more ubežati, bolje se je z njo soočiti in posvetiti v njeno ozadje, dokler se ne bo razblinila. Čeprav je bila vajena zanesti se v prvi vrsti nase, bo soočanje s Senco nekaj, pri čemer bo potrebovala pomoč. Saj je že nekaj brala o skupinah in o terapevtih, ki pri tem pomagajo. V tej stiski si je zaželela pomoči. Že to, da bi se lahko komu izpovedala in v dialogu z njim lažje oblikovala svoje odločitve, se ji je zdelo dobrodošlo. Zaželela si je tudi slišati, kako so podobne zaplete reševali drugi. Pa ne tisti, katerih usta so bila vedno polna kritike in nasvetov, ampak tistih, ki bi ji povedali po resnici, kako je bilo njim, ko so šli skozi podobne težave. Naenkrat se je zavedla, da pozna kar dosti podobnih zgodb, a le na površini. Kot da bi se vsi zarotili in poskušali v stiski delovati močno (tisti, ki so odšli) ali pametno (tisti, ki so ostali).

Globina njenih čustev, velikost izgube in usodnost trenutka za njeno življenje, vse to je bilo veliko pregloboko, da bi se dalo stlačiti v eno od možnosti. V vsakem primeru, naj se odloči tako ali drugače, bo nekaj pridobila in tudi nekaj izgubila. V vsakem primeru nikoli več ne bo tako, kot prej. In to je še najbolj bolelo. V tem trenutku, ko je žalovala za svojimi sanjami, ji niti obljuba, da bo morda celo bolje, ni mogla potolažiti. Sanje, da bo v svojem zakonu z Janezom dobila vse, po čemer je zaman hrepenela v svoji primarni družini, so bile nepreklicno končane.

### **RAZUMSKA ODLOČITEV**

V teh dolgih urah, ko je čakala Janezov prihod in pogovor, ki bo spremenil njeno življenje, je Damjani postalo jasno, da se ne more odločiti samo na podlagi razumskih argumentov. Pred njo sta bili dve možnosti, dve poti. Bodisi da se odloči ostati ali oditi, v obeh primerih nekaj pridobi, pa tudi nekaj izgubi. Če odide, pridobi svobodo, izgubi varnost. Če ostane, ohrani varnost na račun možnosti, da bi bilo morda z drugim človekom bolje, in tvega, da mu nikoli ne bo povsem odpustila in bo postala zagrenjena. Nihanje med željo po svobodi in potrebo po varnosti je osnovno gonilo, ki poganja procese zorenja ljudi na splošno v življenju in še posebno v zakonu in v družini. V ljudeh sta dve navidezno nasprotno usmerjeni želji in od njunega medsebojnega prepletanja je odvisno, kako se življenje posameznika zasuče. Prva nas žene naprej, v razvoj, raziskovanje novega, doživljanje, zorenje. Druga nam šepeta, da bi se še malo naužili varnosti in umirili v njej. Prva nas žene v interakcijo z zunanjim svetom, v drugi se poglobimo in obmirujemo v sprejemanju tega, kar je. S prvim korakom iz materinega naročja se veselimo svobode, ki se odpre pred nami, ko se naučimo hoditi. A že naslednji hip se vrnemo v njen objem ter zahtevamo, naj nas nosi. Z vstopom v vrtec ali v šolo se vključimo v svet vrstnikov, kar nas privlači in veseli. A težko je zjutraj ločiti se od mame in njenega zavetja. Čeprav so moški vzgajani tako, da naj bi dajali prednost delovanju navzven, ženske pa se večkrat bolje počutijo v stabilnih odnosih, sta si ti sili enakovredni. Tudi zato se družimo med seboj, da drug drugemu zagotovimo možnosti, da lahko živimo v odnosu svojo lastno kombinacijo obeh sil. Zato je zakon oziroma dolgotrajno monogamno razmerje »people growing machine«, stroj za rast ljudi, kot ga v svojih delih imenuje zanimivi avtor David Schnarch, psihoterapevt in seksolog iz ZDA. Številni zakonski svetovalci, še zlasti tisti, ki izhajajo iz cerkvenih krogov, poudarjajo, da je za uspešen zakon potrebno »prilagajanje, prilagajanje in še enkrat prilagajanje«. Svoje kliente spodbujajo, naj se za višje vrednote, kakršna je zakon, potrudijo tako, da se odrečejo tistim svojim lastnostim, ki so v zakonu moteče. Pozorni so torej le na eno od obeh sil, na tisto, ki nas spodbuja k iskanju varnosti. Doktor Schnarch pa meni, da se ne smemo prilagajati v škodo svoje osebnosti in s tem zanemariti težnje po rasti. Posvetil se je proučevanju, zakaj pari, ki se imajo resnično radi in ki si v začetku zveze dobro ustrezajo, po nekaj letih izgubijo interes in veselje do druženja s svojim partnerjem, postanejo pasivni v spolnosti in začnejo potihem sanjati, da bi bilo z drugim bolje, ali pa se naglas pritoževati, da bi se moral njihov partner bistveno spremeniti, če bi naj zakon uspel. In to partner, ki so si ga sami izbrali! Ali narobe izbirajo, ali pa je v samem mehanizmu zakona (oziroma dolgotrajne monogamne zveze) nekaj takega, kar povzroči ohladitev in oddaljevanje partnerjev. Ugotovil je, da prilagajanje, če ni uravnoteženo z dejanji, ki krepijo tudi samostojnost in različnost med partnerjema, postopoma povzroči, da se ljudje počutijo slabše in izgubijo

interes za zvezo. Delujejo po načelu »najmanjšega skupnega imenovalca«, kar pomeni, da opustijo vse interese, ki niso neposredno povezani s partnersko zvezo, kar pomeni veliko osiromašenje za njihovo življenje. Marsikdaj tako »žrtvujejo« tudi dejavnosti, ki jih bogatijo in partnerja pravzaprav niti ne bi motile, ker se pač bojijo zahtevati prostor in čas, namenjen družini, samo zase. Potem se pa čudijo, da v njihovi zvezi manjka tiste prave energije, ki bi zagotavljala, da bi bila spolnost osrečujoča in strastna. Doktor Schnarch jim ponuja zdravljenje, se pravi pogovarjanje o temah, ki so jih drug pred drugim skrili, ker so menili, da je to pogoj za uspešno prilagajanje.

Ljudje v ljubezenskih odnosih rastemo in zorimo in s tem postajamo sposobni za vse globlji odnos in vse večjo stopnjo bližine, pa tudi iskrenosti in poštenosti. Predpogoj za ta proces je, da je zveza monogamna, oziroma da sta se partnerja trdno odločila, da tistega, česar v zakonu ne dobita, ne bosta »krpala« z odnosi od strani. Če na zahtevo po zvestobi gledaš z nezrelega stališča, se ti zdi, da se moraš partnerju na ljubo odreči vsem potencialnim lepim trenutkom, ki bi jih morda lahko doživel s kom drugim, in to se čuti kot »žrtev« in ječa, iz katere bi marsikdo pobegnil, če bi le upal. Zrela partnerja pa se odločita za zvestobo zato, ker razumeta, da brez tega pogoja ne moreta eden drugega podpirati pri rasti. Partner ti je v zakonu »ogledalo«, od katerega upravičeno pričakuješ, da ti bo zrcalilo tvoje lepe plati in te opozarjalo – ne na napake, ampak na možnosti za izboljšavo! Bistvo duhovne rasti je namreč to, da zrastemo in se raztegnemo izven svojih nekdanjih okvirov. Ob tem moramo imeti zaupnega prijatelja, ki nam bo pomagal ozavestiti, kje so še možnosti, ki jih sami ne moremo videti. Šele pod tem pogojem postane zakon »stroj za rast ljudi«. Brez tega pa se prav lahko spremeni v buldožer, ki pod seboj mendra ljudi!

Če se za nekaj zrelo odločiš in za to svojo odločitvijo stojiš z dejanji, potem nima smisla doživljati zvestobe kot žrtev, saj moraš ostati predvsem zvest samemu sebi. Ljudje pa navadno nismo prav zreli, ko se odločamo za zakon. Vsaj prvič ne! Pravzaprav nihče ni zrel za zakon, ker te zakon pripravi na zakon, se šali dr. Schnarch. Izbereš si lahko karkoli, da si le iskren pri tem in se ne slepiš, bi dodala sama.

### **ODLOČITEV SRCA**

Ljudje se pogosto znajdemo na prelomnicah, ko se sprašujemo, ali ostati ali oditi. Ne samo v primerih, ki so podobni Damjaninemu, vsak dan se pred nas postavljajo okoliščine, ki nas silijo v odločitev. Na zunaj so raznih oblik, na znotraj pa so podobne. Čeprav smo navadno pozorni predvsem na zunanje okoliščine in se poskušamo odločiti s tehtanjem zunanjih razlogov za in proti, se na koncu vendarle odločamo s srcem. Če je v nas še kaj ljubezni do partnerja, je prav, če se odločimo ostati, saj lahko z iskrenim pogovorom in po možnosti tudi kvalitetno zunanjo pomočjo skoraj vsak odnos temeljito izboljšamo. Če se to ne bo dalo, pa lahko še vedno odidemo kasneje, ko bomo izgubili vero v odnos. Gre za vprašanje vere, za notranjo odločitev, nič drugega ni bolj pomembno. Takrat, kadar se z vero, upanjem in iskrenostjo posvetimo nekemu odnosu, vedno zrastemo, tudi če se okoliščine kasneje obrnejo tako, da zveza vseeno razpade,

Po drugi strani pa zrastemo in dozorimo tudi takrat, kadar se z vsem srcem in iskreno odločimo za odhod. Odhajanje iz neke zveze, ki je bila nekoč v veliki ljubezni in veri sklenjena »za večno«, je boleč in dolgotrajen proces. Marsikdo šele ob tem spozna lastnosti svojega bivšega partnerja, ki mu jih nikoli ne bi pripisoval in ki



udarijo na plan ob razvezi v obliki pasivne agresivnosti, se pravi onemogočanja in nagajanja, ali pa kar neposrednega besednega in fizičnega napada. Ob tem si mora priznati, da najbrž ni preveč uspešen pri razumevanju ljudi in njihovih značajev, če se je mogel tako zmotiti. Morebiti pa je ves čas slutil, da je nekaj narobe, pa se je slepil, da ni tako. Iluzije nam onemogočajo, da bi živeli resnično življenje, in če smo vse preveč pripravljene videti »kar naj bi bilo« namesto tega »kar je«, se nam podoba o svetu naravnost mora sesuti, da bi si lahko izgradili boljše. Proces bolečega in resnicoljubnega čiščenja iluzij je tudi duhovna rast in po bolečem razpadu zveze si marsikdo uredi življenje veliko bolje, kot je živel prej.

Če ste tudi vi na prelomnici, ali pa kar tako za vajo, se vprašajte: kako se bom počutila čez deset let v tem odnosu, če se nič ne izboljša. Pa čez dvajset? Če se lahko vidite v tej vlogi, ostanite. Če ne, ne računajte, da se bo on kar spremenil v vašo sanjsko osebo.

### S FIGO V ŽEPU

Obstaja pa še ena možnost. Vmesna. Kadar je treba narediti odločilni korak, se zdi, kakor da bo vsaka naslednja poteza prinesla poslabšanje. Čeprav bi srčno radi odšli, se ljudje za to ne odločijo zaradi raznih strahov in pomislekov. Ostanajo, pa ne zato, ker so se tako odločili, ampak ker se bojijo oditi. Ali pa odidejo in se do bivšega partnerja še vedno obnašajo, kot da jim je dolžan zvestobo. Ta možnost je najslabša, saj tisti, ki se odloča s figo v žepu, ne prevzame odgovornosti za svojo odločitev in tako ne more zoreti in rasti. Namesto tega vali odgovornost na partnerja, ga muči z občutki krivde, če je bila kot v Damjaninem primeru njegova nezvestoba povod za zakonsko krizo, mu nenehno očita, greni medsebojne odnose in poskuša sebe predstaviti kot žrtev. Zakon se spremeni v pekel za oba, bodisi da gre za odkrit spopad ali pa še pogosteje za gnilo močvirje medsebojnega tihega prezira, skritega za masko »vzornega zakona«. Navzven pa vse krasno in sploh! Ena mojih klientk je tako opisala življenje »s figo v žepu«: »Saj v srcu sem se odločila, da odidem, v resničnem svetu pa si tega ne upam storiti«. Ostati z nekom, ker si ne upaš oditi, je nedostojanstveno in nepošteno do njega in do sebe! Če ga nimaš rada, ga nimaš pravice vezati na životarjenje ob sebi, ko bi bil morda drugje srečnejši. Ljudje, ki pustijo, da se njihov zakon tako deformira, se ne zavedajo, da so se s tem pravzaprav odločili ostati, in ne morejo pridobiti nobene izmed prednosti, ki jih prinaša ostajanje v odnosu zaradi zavestne odločitve. Samo izgubijo lahko. Ni se jim sicer treba soočati z bolečino izgube, toda zato ne morejo občutiti resnične vrednosti svobode, da živijo v skladu s svojimi načeli. S svojim gnevom in zamerami počasi zastrupljajo vse okoli sebe, zlasti svoje otroke, katerih dobrobit jim je tako pogosto na jeziku, ko razlagajo, zakaj ne morejo oditi. V resnici jih je strah zapuščanja samega, zato ker so bili verjetno na podoben način zapuščeni v otroštvu in so si prisegli, da nikoli več ne bodo dovolili, da bi se bolečina ponovila. Vendar se temu ne morejo izogniti. Če ne prej, bodo ob smrti partnerja, ob katerem so preživeli celo življenje v gnevu in zameri, občutili ponovno iste bolečine zapuščanja in bodo spoznali, da jim je njihova nesposobnost oditi onemogočila, da bi bili ob nekom iz resnične ljubezni.

»Tako te ljubim, da ne morem brez tebe«, zame ni ljubezenska, ampak odvisnostna izjava. Prava ljubezenska izjava bi se glasila: »Lahko bi živela brez tebe, vendar nočem, ker mi je s tabo lepše!« Moje osebno mnenje je, da bi se vsak teden,

vsak dan, moral vprašati, ali želiš ostati ali oditi, ne pa samo takrat, ko zakon pride v krizo. Ko so ljudje enkrat poročeni in živijo skupaj v družini, se o tem nehajo spraševati, zato se jim lahko zgodi, da spregledajo, da so skupaj bolj zaradi udobja in navade, kakor pa zaradi ljubezni. Vsakokrat, ko se odločiš ostati, utrdiš svojo ljubezen. Tudi tisti, ki na koncu odidejo, so se pred tem tisočkrat odločili ostati, s čimer so se učili o vrednosti odnosa in o ljubezni. Ne bojte se včasih postaviti svoje ljubezni na preizkušnjo! Če je prava, jo bo zdržala in se bo še okrepila.

### ZASVOJENOST IN NASILJE V DRUŽINI

Moja izjava, da je moč »z iskrenim pogovorom in po možnosti tudi s kvalitetno zunanjo pomočjo skoraj vsak odnos temeljito izboljšati«, pa ima dve izjemi. Izboljšati se da tiste odnose, pri katerih se za izboljšanje trudita oba partnerja, skladno s svojimi sposobnostmi. Nič ni narobe, če se eden trudi bolj, če ima večje sposobnosti, da si le tudi drugi resnično prizadeva. Kadar pa gre pri enem ali obeh partnerjih za zasvojenost, bodisi s kemičnimi snovmi (alkohol, droge) ali z manj znanimi nekemičnimi zasvojenostmi (od hazardiranja, od odnosov), se vzpostavi v odnosu podobno razmerje, kot da bi zasvojeni partner imel vzporedno zvezo. Ljudska modrost pravi, da je pijancu steklenica ljubica in mama hkrati, in tudi sodobna znanost o zasvojenostih ji pritrjuje. Značilno za zasvojenost namreč ni samo čezmerna zloraba opojnega sredstva (ali dejavnosti), ampak pri polno razviti zasvojenosti to, da zasvojenec na sleherno čustveno napeto situacijo reagira tako, da se omami s svojo »drogo« – karkoli že to je. Tako si zmanjša tesnobo, ki jo bi čutil in zaradi katere bi bil morda pripravljen kaj izboljšati v odnosu s partnerjem. Na to svoje vedenje je čustveno navezan. Kadar takšne okoliščine redne zlorabe omamnega sredstva ali vedenja v psihični napetosti trajajo dlje časa, strokovnjaki pravijo, da približno dve leti, pa partner to kar dopušča in nič (učinkovitega!) ne ukrene, to pomeni, da ima tudi sam težave, ki jih zaradi lažje razumljivosti imenujemo »zasvojenost z odnosi«. Očitno mora tudi navidezno zdravi partner imeti dober razlog, da ne ukrepa in pusti, da se odnos med njima naprej kviri. Ljudje, ki so odvisni od omamnih sredstev ali odnosov se odločajo ostati s figo v žepu, ker se bojijo zapuščanja in sprememb. Njihovi zakoni so zelo trdni, niso pa srečni. In tudi sanje udeleženih, da se bo vse, kar se je nadnje zgrnilo, čez noč samo uredilo, se ne uresničijo. Naravni potek zasvojenosti je tak, da se slabša, dokler posledice napačnega vedenja ne privedejo do krize, v kateri se odnos hudo zamaje. Takrat je zadnja možnost, da bi se kaj obrnilo na bolje – seveda ne samo po sebi, ampak kot posledica pravih odločitev.

Ljudem, ki prihajajo k meni po nasvet v krizi »ostati ali oditi« in so poročeni z zasvojenosti, vedno svetujem, naj se vprašajo, če ga še ljubijo. Če je odgovor pritrdilen, je modro sprožiti krizo (saj ji tako ne moreš ubežati) in jo izrabiti, da si pridobiš sodelovanje partnerja v programu za zdravljenje zasvojenosti. Postaviti mu morajo pogoj, da bodo le v primeru njegovega sodelovanja in ozdravljenja nadaljevali odnos z njim. Marsikdo to razume po svoje! Obnašajo se, kot da jih jaz silim oditi, s tem ko jih spodbujam, da postavijo pogoje. Povsem spregledajo, da je odločitev za odhod posledica nesodelovanja partnerja pri zdravljenju, kar je pri zasvojenosti povsem razumna zahteva. Kar nekaj časa mine, dokler ne »dozorijo za zdravljenje« in so pripravljeni sodelovati. Vmes se dostikrat njihova velika ljubezen prelevi v hladno brezbržnost in sovraštvo.



Podobno je tudi pri partnerjih, ki medsebojno fizično obračunavajo ali pa pustijo, da to z njimi dela partner. Tudi tu gre za obliko zasvojenosti v širšem smislu, zato se pravi razlogi za ostajanje v zvezi zmeraj zameglijo z različnimi zunanjimi okoliščinami. Nobenega dobrega razloga ni za ostajanje v zakonu s partnerjem, ki je fizično nasilen. Kar se tiče psihičnega nasilja, je dostikrat hujše kot telesno, vendar imajo včasih ljudje okoli tega precej zmedene pojme in proglašajo prav vsako zahtevo partnerja po spremembi za psihično nasilje, čeprav so nekatere take zahteve lahko upravičene. V takih primerih je dobro poiskati pomoč strokovnjaka in to čimprej, ker je dolgotrajno psihično nasilje v zakonu izredno resna okoliščina, ki ima za vse, tudi za otroke, zelo hude posledice.

Ob pomoči strokovnjaka se bo včasih izkazalo, da je agresor hudo prizadet človek, ki rabi strokovno pomoč. Zato zakonci, ki vse posledice psihičnega nasilja vzamejo nase (in na svoje otroke!), agresorju v bistvu škodujejo, ko mu ne povedo vse svoje resnice. Če mu ne bodo oni povedali, da dela narobe, mu ne bo nihče. Seveda pa se niso dolžni v nedogled izpostavljati nasilju, ker to samo škoduje in ničesar ne izboljša.