

... o problémoch párov

Kedysi na začiatku praxe ste pracovali s manželskými pármami, ktoré mali sexuálne problémy. Predpokladám, že aj dnes sa z terapie mnohé dozvedáte. Aké sú najčastejšie sexuálne problémy párov?

To je odkaz na minulosť a poukaz na dobu, v ktorej sme žili a ktorá svojou spoločenskou uzavretosťou vyplývajúcou z politiky spôsobovala ľuďom zbytočné ujmy a škody. A teraz k veci. Krátko potom, ako som nastúpil na psychiatriu v Pezinku, som začal brigádničiť v manželskej poradni a ujal som sa najmä párov, ktoré mali funkčné sexuálne poruchy. Bol som elév, mladý a neskúsený, a moje terapeutické sebavedomie sa ešte nemalo o čo opierať. Bol som vyplašený z predstavy, že sa ocitnem v miestnosti s dvoma cudzími ľuďmi a budem ich musieť manažovať. Pritom som ani nevedel ako, zvlášť na takú citlivú tému, akou je sexuálny život. Pamätám sa, že vtedy bola poradňa na Hlavnom námestí v jednom z tých starých objektov. Doniesol som si biely plášť z práce, tam som sa doň zahalil, aby som sa obrnil, a keď vošiel klient alebo pár dovnútra, tak som sa vďaka plášťu cítil istejšie. V poradniach sa biele plášte nikdy nenosili, a keď mi na druhý deň telefonovali, čo tam ten plášť robí, priznal som farbu. Smiechu bolo dosť, aj som sa trochu hanbil, ale dnes nie, lebo nikto z neba múdry nepadne.

Koľko ste mali rokov, keď ste s pármami začali?

Bolo to po vojenčine, pred atestáciou, čiže dvadsaťšesť. Dvojíc, ktoré mali problémy, bolo veľa. V Československu sa touto problematikou zaoberal profesor Stanislav Kratochvíl, ktorý v kroměřížskej liečebni zorganizoval pre odborníkov kurz terapie funkčných sexuálnych porúch. Bol to týždňový kurz, tam sme sa oboznámili s problematikou,

mali sme cvičenia, prednášky, bolo to veľmi užitočné a dostali sme aj manuál, postupy, ako terapeuticky viesť ľudí, ktorí majú problémy. Postup vychádzal z americkej terapeutickej školy, tam boli v šesťdesiatych rokoch najväčšie objavy aj impulzy na vývoj celej sexuológie. Bol založený na niečom, čo je v rámci sexuálneho správania úplne normálne. Jednoducho, tým, že sme boli takí izolovaní, že tu nebola literatúra, že tu neboli filmy, že všetko bolo ťažko dostupné, že sexualita a to, čo k nej patrí, bolo tabuizované, ľudia žili v sladkej nevedomosti a de facto nevedeli, čo je prirodzené každému živému organizmu, nevedeli sa vhodne sexuálne správať. Skutočne, až takto absurdné to bolo. Samozrejme, za problémami bola aj dispozícia, vyššia úzkosť, väzba na rodičov alebo nevhodné podmienky, ale v podstate mali ľudia bázeň zoznámiť sa so svojimi partnermi, s partnerkinými alebo partnerovými pohlavnými orgánmi. Nevedeli, ako to funguje.

Myslela som si, že to robia ľudia v každom režime úplne spontánne.

Aj pre mňa to bolo prekvapivé. Ako je toto možné? No keď prišla revolúcia a s ňou otvorené hranice, dostupnosť pornografie, literatúry, pomôcok, tak títo klienti zmizli. Terapeutické postupy podľa tej schémy boli veľmi účinné a založené na tom, že v kontakte dvojice nejde o sex, o podanie výkonu, nejde o to mať stopercentnú erekciu. Skrátka, začalo sa to zoznamovaním, približovaním, zakladaním dôvery, blízkosti, dotykov. Styk bol na programe až neskôr.

Predpokladám, že existovali aj iné problémy v sexuálnom živote...

Samozrejme. U žien to boli anorgazmia alebo aj vaginizmus, alebo až taká miera úzkosti a tenzie vrátane svalovej, že žena nebola schopná uvoľniť sa a nechať sa deflorovať. Boli aj vydaté panny, aj to sa stalo. U mužov to bola väčšinou erektilná dysfunkcia alebo predčasná ejakulácia.

Toto sa tiež zmenilo po nežnej revolúcii?

Táto klientela mi úplne zmizla. Postupne. A noví neprichádzali. Usudzoval som z toho, že ľudia si v novej ponuke našli svoje. Poruchy erekcie súviseli u mladých ľudí vždy s úzkosťou. Tá mohla byť podmienená

všeličím, nezrelosťou alebo fixáciou na matku, alebo obavou zo zlyhania. Na predčasnú ejakuláciu sa dávali mezokaínové gély na zníženie citlivosti. A zaujímavé je, že prišli aj antidepresíva zo skupiny SSRI, selektívne inhibítory spätného vychytávania serotonínu, a tie majú častý vedľajší účinok neschopnosť dosiahnuť orgazmus a ejakuláciu u muža. Čiže tam, kde bola predčasná ejakulácia, používanie týchto preparátov prispelo k tomu, že muž sa zbavil problému.

Boli vaše terapie úspešné?

Áno, boli úspešné. Zjednodušene povedané, otvoril som tým ľuďom oči, naviedol som ich na to, že všetky zmysly a všetko, čo sa týka blízkosti a znižovania hanblivosti, má význam pre to, aby sa ich sexuálny život stal normálnym.

Keď ste vtedy nemali veľa vlastných skúseností, stačil vám teoretický týždeň u Kratochvíla?

Áno.

Boli u vás aj páry, ktoré riešili problém s nekompatibilitou partnerov?

Samozrejme, kompatibilita partnerov bola rozhodujúca.

Čo to vlastne je?

Nazvime to normálne, že sa tí ľudia majú radi.

No, niekedy sa ľudia majú radi, ale nefunguje im to v posteli. Čiže čo je sexuálna kompatibilita partnerov?

To, čomu sa hovorí chémia. A to je asi ťažko definovateľné. Určite je to celý súbor fyziologických javov. A poznám aj dvojice, ktoré sú osobnostne krásne kompatibilné, dopĺňajú sa v tom, aké majú záujmy, je to idylické, až na to, že spolu nespávajú. A to už je z prípadu na prípad. Napríklad majú až fyzický odpor k partnerovi. Odpor, ktorý súvisí s odmietaním prijať ho ako sexuálneho partnera pre dôvody, ktoré sú v skutočnosti asi pseudodôvodmi, akože málo vonia... Ak žene muž málo vonia, je na jej rozhodnutie alebo zrelosti, či dokáže urobiť nápra-

vu. Keď predsa partnerovi jasne povie, že si želá, aby bol taký a taký, a povie to spôsobom, že muž pochopí, že ona to myslí úplne vážne, tak to dosiahne. No môže to pre ňu byť aj zámienka, pseudodôvod, ako sa vyhnúť styku. Jednoducho preto, lebo je ešte infantilne zamilovaná do niekoho iného, možno platonicky, možno ozajstne.

Pri vôňach predsa nehovoríme o hygiene. Mám na mysli prirodzenú vôňu či pach tela, ktorú asi veľmi nedokážeme ovplyvniť mydlom. Dokáže sa chémia meniť?

Nemám na to jasnú odpoveď, lebo ani terapeutické skúsenosti nemám jednoznačné. Zažil som v terapii a mám aj dodatočné poznatky o dvojici, ktorá trpela týmto problémom, že sa to dá meniť. Zvlášť, keď ten, kto cíti nejakú animozitu, odpor, napríklad žena, pre ktorú bol muž len darca génov pre dieťa, pretože jej bežali roky, v poslednej chvíli zbadá, že zostať sama je veľmi trýznivé, bolestivé. Takže ten vzťah bez chémie nakoniec síce nezískal tú veľkú, spaľujúcu, očarujúcu chémiu, ale dostal sa do akéhoto-takého normálu. Normál je zasa problematické slovo, ale asi viete, na čo myslím. A sú aj vzťahy, kde sa s tým nedá pohnúť, ale svojím spôsobom môže taký život obom stranám aj vyhovovať. Každá porucha má dve strany, ako dve strany mince. Sprevádza ju utrpenie, bolesť psychická aj fyzická, diskomfort, pocit sťaženého fungovania, vyčerpanosť a na druhej strane nepochybne i nejaký zisk. Ten je, pravda, väčšinou nevedomý, a aj keď sa dostáva do vedomia, tak len prchavo. Spočíva trebárs v tom, že absencia sexuálneho života vyhovuje nejakej zložke osobnosti dotyčného.

Naozaj sa to dá takto pozitívne zhodnotiť?

Áno. Každá neurotická porucha má svoj sekundárny zisk, ktorým si človek zadovažuje niečo pre svoj sebaobraz, čím toho druhého niekedy aj vedome drží v hrsti, má nad ním moc, môže ním manipulovať, získava pozornosť et cetera, et cetera...

Keď máte v terapii páry, ktoré chcú zmeniť vzájomnú chémiu, čo im odporúčate?

Hovoril som o skúsenostiach z dávnejších čias. To boli konkrétne postupy. Dostali materiál, brožúrku, letáčky, kde boli cvičenia. Bolo to inštruktívne,

nenarábalo sa tam s dynamickými fenoménmi. Ľudia jednoducho dostali inštrukciu, mali ju plniť, potom prišli, zreferovali, aké to bolo. Bola to taká škola sexuálneho života, ale malo to efekt. Samozrejme, keď som spoznal psychodynamickú terapiu, tak tento direktívny štýl oslaboval a nastupovali bádania po psychodynamike, čo už bolo zaujímavejšie. Treba povedať, že aj ľudia, ktorí radi prichádzali na koreň zložitým problémom, sa veľmi ochotne dali riadiť vcelku jednoduchými, ale účinnými radami. A jednoduchý myslím bez urážky. Sú klienti, čo majú priamočiary spôsob myslenia, a sú aj takí, ktorí sú hlbaví a vedia všetko relativizovať.

Vraveli ste, že po roku 1989 sa klientela zo socializmu stratila. S akými sexuálnymi problémami párov sa teda stretávate v porovlanej praxi?

Je to skôr syndróm tretieho-štvrtého decénia žien, ktoré potrebujú partnera pre život, potrebujú ho ako darcu genetického fondu pre svoje dieťa.

Problémom je čo? Že potrebujú a nenachádzajú?

Keď také ženy získajú partnera, tak ich často čaká spoločný život. Všetko môže fungovať perfektne, ale na kamarátskej úrovni. Sexuálny apetít chýba.

Toto je najdôležitejší súčasný vzťahový a sexuálny problém?

Sú aj iné modely. To, čo som opísal, je model ženy s kariérnym rastom, ktorá chce deti a nájde si partnera len na oplodnenie. Potom máme model ženy, ktorá sa síce pôvodne vydávala ako mladá, šťastná, ale neskôr prišlo pukušenie, zvedavosť a nevera. To je bežná manželská problematika, manželská terapia.

Na tú sa pýtam. Stretávate sa dnes napríklad s tým, že by ženy neboli schopné dosiahnuť orgazmus?

S tým sa už málokedy stretávam, a pritom v terapii otvorene hovoríme o sexualite, sexuálnom živote. Ponúkam túto tému klientom s úplnou otvorenosťou a samozrejmosťou, ale problém s anorgazmiou je dnes už malý. Myslím si, že menší ako za starého režimu.

To je výborné. Píše sa o tom totiž ako o bežnom probléme.

Vychádzajú o tom prieskumy, aj sa robia, ale nesledujem to, nezdá sa mi to dostatočne relevantné. O čom je taká štatistika? Sú ženy, ktoré majú problém opísať orgazmus. Nevedia, či to, čo zažívajú, je orgazmus, z čoho môže prameniť určitá nespokojnosť a trebárs aj zvedavosť, zažiť to nejako inak, inde, s iným. A niekedy sa stane, že s iným je to zrazu ten pravý orgazmus. Potom vystane otázka, ako s tým naložia. Celkovo mám pocit, že ženy sú v sexuálnej otázke odvážnejšie a menej strážia svoje hranice. A, samozrejme, sú aj ženy lovkyně, ktoré si bez akýchkoľvek zábran vyhľadajú obeť, aby ju urobili šťastnou, a tá obeť sa o pár rokov stane nešťastnou. Každá doba má však svoje za a proti. A s tým súvisí aj celkový prejav žien. Napríklad nemôžem neregistrovať, že ženy dnes podstatne vulgárnejšie rozprávajú. Strácajú určitú noblesu, ušľachtilosť, akoby sa vo všetkom chceli podobať mužom, alebo je to známka príslušnosti k nejakej societe.

Sú vulgárnejšie oproti čomu? Bývalému režimu?

Vulgárnejšie ako pred desiatimi, dvadsiatimi rokmi. Nemáte ten dojem?

Neviem. Napríklad moja mama mala vždy pestrý slovník. Čiže z detstva, ktoré bolo pred viac ako dvadsiatimi rokmi, si pamätám aj pomerne nenoblesné výrazy.

Používala ich bežne?

Áno. Keď bola našťvaná.

Keď bola našťvaná, ale dnes to ženy používajú bez našťvania. Jasné, keď je človek našťvaný, tak vtedy slová uletia, či už v stredoveku, staroveku, za socializmu, alebo za kapitalizmu. Niekedy aj úplne nestrážene. Hovorím však o konverzácii a vyjadrovaní, ktoré je súčasťou bežného dialógu. Včera som bol na obede v jednej martinskej reštaurácii. Pri vedľajšom stole sedela štvorica, dve ženy, dvaja muži. Tie ženy boli podarené, samý vulgarizmus. To bude asi môj problém, že som starší a jednoducho mi to do slovníka žien nesesí.

Do slovníka mužov vám to sedí?

Keď sú vulgárni na verejnosti, tak mi to prekáža, ale z úst muža, asi tým, že aj ja som muž, to vnímam ako niečo prirodzenejšie, prirodzene dokresľujúce toto pohlavie.

Spomenuli ste ženy, ktoré našli lepší sex u iného muža. Klasická nevera.

Áno.

Odporúčate starý recept – zatĺkať?

Za bežných, štandardných okolností je lepšia dôrazná lož alebo milosrdná lož ako otváranie pravdy, lebo otvorením pravdy je ten nevinný zasiahnutý.

Domnievame sa, že nevinný.

Nevinný je problematické slovo. To si uvedomujem. Prosto ten tretí.

K tomu sa ešte vrátíme, ale predtým povedzme niečo aj k mužom.

Muži, to je kapitola, ktorá sa tiež evolučne vyvíja. Tam sú asi dva základné modely. Jedným je potreba stáleho seba potvrdzovania. Sex ako potvrdenie vlastnej sily, atraktívnosti, schopnosti uspokojiť partnerku. Mať pocit víťazstva, to podporuje sebavedomie. A určite nielen v sexuálnej oblasti, ale celostne. A čo je to za mechanizmus, to je zaujímavá téma. Zvyčajne je za tým určitá diera v sebaistote a sebadôvere. Či úplne vždy, to neviem povedať. Niekedy to možno existuje bez akýchkoľvek sofistikovanejších vrstiev. Prosto biologická potreba a jej uspokojenie bez ohľadu na nejaké hodnotenie sa. Primitívna pudovosť. Sexuálne výlety majú väčšinou nevzťahový charakter, jednoducho ide o sex. Stáva sa, možno v súvislosti s nejakými zmenami, meniacimi sa podmienkami a aj s vekom, že už nejde len o sex, ale že podporovanie ega začína mať vzťahové zdroje. A to je už riziko, lebo keď sa to odhalí, hrozí rozpad pôvodnej rodiny, vzťahu. Je asi ťažké spoliehať sa na to, že mimopartnerský sex je neškodný a muž naň má nárok, lebo sa cíti sexuálne výkonný, silný, má rád ženy. Mnohí muži hovoria: Mám rád ženy, musím. Aj nedávno som takého stretol. Považujú za úplne samozrejmé, že tejto potrebe vyhovejú. Jednoducho je to tak.

Ani títo nemôžu vopred vedieť, či sa dokážu uchrániť pred putami nového vzťahu.

Roky sa im to môže dariť tak, že sa len vyspia s nejakou peknou ženou, keď sa naskytne príležitosť. Dnes ženy samy dávajú dostatočné signály, že muž je pre ne atraktívny. A takto to ide až do okamihu, keď už zrazu nejde o sex, ale o vzťah. Tá atraktívnosť je omnoho dôležitejšia ako sex samotný. Už sú v tom city. A keď sú v tom city, tak je to náročnejšie.

Zložité.

Je to zložité, hej. Lebo u mnohých mužov je to tak, že neprestávajú milovať svoju rodinu a manželku, ale už sú myslou a citmi aj pri tej druhej.

Čo to znamená, že neprestávajú milovať?

Záleží im na rodine. A môžu aj naozaj milovať svoju manželku a môže byť pre nich stále sexuálne atraktívna.

Milujú dve osoby naraz?

Áno.

A čo potom?

To je stav, ktorý nemá balans. Je disbalansovaný, to vytvára patričné napätie, vzruch, a k niečomu sa musí vykryštalizovať.

Vždy sa vykryštalizuje?

V podstate vždy. Pokiaľ žijú účastníci konania, tak sa musí vybalansovať. Dá sa to len dvoma spôsobmi. Rozpadom jedného alebo druhého vzťahu.

Dá sa povedať, ktorým sa to vybalansuje častejšie?

Neviem. Nemám odhad, lebo to, čo sa ku mne dostane, čo počujem v terapii, je len maličký výsek z populácie. Ako to beží medzi ľuďmi, už teraz nezistím, už je to iná veková kategória. Aj medzi mladými mám veľa známych, priateľov, ale neviem. Tak intuitívne si myslím, aj vzhľadom na vysoké percento rozvodovosti, že asi častejšie sa to skončí rozpadom prvého vzťahu.

Hovorí sa, že muži nemajú dôvod niečo meniť, pokiaľ sú v pôvodnej rodine spokojní. Radšej ťahajú manželku aj milenkú naraz. Rozvodové štatistiky ukazujú, že nadpolovičnú väčšinu žiadostí o rozvod podávajú ženy. Aj vo svojej bubline vidím skôr ženy, čo opúšťajú rodiny pre iných partnerov, než mužov. Môže to byť skreslené...

Áno, to hovorím aj ja.

Ako je to možné?

Podľa mňa to súvisí s dlhoročným procesom emancipácie, ktorá pre niečo vznikla, priniesla veľa užitočných podnetov aj zákonov na spravodlivejšie uplatnenie oboch pohlaví, ale, žiaľ, podobne ako veľa iných procesov, začala klopať na svoje prirodzené hranice a zdá sa, že ich posunula. Akoby ženy chceli zotrieť aj biologické rozdiely a chceli mať všetko ako muži.

Lenže teraz hovoríme, že práve tí muži chcú často v pôvodných rodinách ostať. Ženy to majú ešte inak. Vidím veľa žien, ktoré opúšťajú rodiny, a deti nie sú prekážkou rozchodu.

Tak sú radikálnejšie, zarábajú, majú dobré postavenie, sú vedené k tomu, aby boli úplne samostatné, pevné, železné.

Tí zostávajúci muži nie sú samostatní, pevní a zarábajúci?

Možno je muž niekedy trochu zbabelejší oproti žene, nevie riskovať. Nakoniec, keď žena opúšťa muža preto, že jej bol neverný, možno je to aj forma trestu. Ak opúšťa preto, že bola neverná ona, tak je to iné. Popri tom všetkom emancipačnom úsilí sú roly a činnosti, ktoré v žene ostali. Trebárs z viacerých pohľadov možno povedať, že žena je lepšie vybavená komplexnejšie zabezpečiť život seba a svojim deťom. Je flexibilnejšia aj multiinštrumentálna. Teraz kydám do vlastného mužského hniezda. Vie navariť, vyprať, vyžehliť aj zariobiť, vie sa učiť s deťmi a ešte vie mať popri novom manželovi aj ďalšieho milenca.

Muži, čo zostávajú v rodinách, sú často schopní vydržiavať milenky, ale nie sú ochotní zmeniť kvôli nim svoj život. Odvolávajú sa na morálku, povinnosť, zodpovednosť...

To sú pseudoargumenty. Väčšinou je to strach a zbabelosť.

Hovorili ste, že sexom si muži potvrdzujú ego, ale ešte sme sa nedostali k ich sexuálnym problémom. Stretávam napríklad mužov, ktorí majú okolo štyridsiatky a rozprávajú o tom, že strácajú záujem o sex. Aké ďalšie problémy majú?

V tejto dekáde sa znížený záujem o sex zvykne vyskytovať spolu so syndrómom vyhorenia. Bežne býva aj súčasťou depresívneho stavu. Aj úzkostné stavy sú príčinou poklesu libida. Zníženie libida, znížený záujem o sex treba chápať ako symptóm, príznak, ktorý je súčasťou psychickej poruchy, či v rozvinutej podobe, alebo rozvíjajúcej sa. Môže byť indikátorom, že duševné zdravie jedinca začína pokrívkať. Vtedy je dobré zastaviť sa a urobiť inventúru, čo sa deje, alebo aj čo sa nedeje, čoho je prebytok, alebo čo chýba. Často ide o neúmerne pracovné zaťaženie, vyčerpanie. Vtedy je dobré nechať organizmus oddýchnuť.

Dokedy by ste vzťah dvoch ľudí vyhodnotili ako funkčný? Vzťahy treba držať, kým sú funkčné. Keď už nie sú, treba ich opustiť. No čo to je funkčný vzťah?

Jednoducho, keď inštrumentálne záležitosti vzťahu fungujú, o všetko je postarané, navonok vzťah pôsobí ako harmonický, ale keď dáme pokrievku preč a vidíme obsah panvice, tak niekedy je možno až desivé, čo sa tam deje. Teraz nehovorím o ničom konkrétnom, ani mi nenapadá žiadny príklad, ale patria sem asi tajomstvá, ktoré sa odohrávajú medzi dvomi ľuďmi, v ktorých je aj veľa nešťastia, veľa nevyhnutného prispôsobovania sa, vynútenej tolerancie a niekedy aj nájdania nového spoločného modelu fungovania. Teraz neviete, na čo myslím, však?

Neviem síce, čo konkrétne si predstavujete pod novým modelom, ale rozumiem vete...

Napríklad môže byť u jedného partnera niečo sexuálne deviantné. A druhý partner sa tomu nevie prispôbiť, je mu to odporné, alebo

odmieta nejaké praktiky, ponižovanie, týranie, bolesť, čokoľvek, a to sme len v oblasti sexuality. Odohráva sa to aj na iných úrovniach, niekedy veľmi nenápadným spôsobom, takže ani blízki priatelia si to nevšimnú. A nový model fungovania môže znamenať, že nakoniec sa partner alebo partnerka prispôsobí zvláštnostiam, deviáciám.

To je pre nich dobré?

To som nepovedal. Nájdu si nový model fungovania. Môže sa však stať, že nakoniec to môže byť aj dobré, to nie je vylúčené.

Dobre, ale dokedy treba o vzťah bojovať?

To je už iná téma.

Súvisí s týmto.

Dokedy treba bojovať? To je otázka na mňa?

Keďže ste terapeut, myslím si, že áno.

Mám tendenciu myslieť si, aj to treba hovoriť nahlas, že ľudia majú v sebe pestovať presvedčenie, že má zmysel o vzťah bojovať. Treba to v ľuďoch podporiť. Myslím teraz vzťah už hlboký, nie mesačný, vzťah, ktorý prípadne je už súčasťou rodiny a podobne. Treba si uvedomiť, že neraz sa jeden alebo obaja partneri môžu dostať do krízy, krízovej situácie, a nemusí to hneď znamenať koniec. Dočasné odsťahovanie sa, môže byť aj fyzické, ale skôr duševné, nemusí byť dôvodom na rozchod alebo ukončenie vzťahu. Je to veľmi citlivé. Začnem zboka. Som presvedčený, že človek má v sebe až geneticky zakódovanú potrebu byť spokojný, šťastný, harmonický, žiť v súlade so svojím vnútrom aj so svojím okolím. Týka sa to aj vzťahu. Ľudia v podstate túžia po pevnom, istom vzťahu, ale kvalita toho vzťahu je niečo veľmi individuálne. Niektorí potrebujú byť sýtený bozkom trikrát denne, inému stačí raz za dva dni a niekomu stačí raz za mesiac. A to je len bozk. Ide o to, či sa pozornosť, láska, dávkuje primerane, aby sa nikto necítil frustrovaný, ale ani zahlcovaný, presycovaný. Dokonca aj zločinec, ktorý niekoho v afekte zavraždil, túži po harmónii. Možno ho k činu vyprovokovala nejaká ťažká trauma, ujma, trebárs aj nevera. Harmónia nie je niečo

statické, je to dynamické. A zasa, niekto potrebuje dynamickosti viac, niekto menej. A potreba nebyť sám je veľmi silná. Áno, ľudia stoja pred dilemou. Odísť zo vzťahu, lebo majú iný? To je veľmi lákavé, lebo tam vidia pokračovanie istoty, ktorú ešte donedávna zažívali v prvom vzťahu. No neraz je to len poblúznenie, niečo ako mráкотný stav.

Ako to má človek objektívne vyhodnotiť?

Niekedy to človek naozaj nevie vyhodnotiť sám. Myslím si, že to je situácia, kde je dobré dať si poradiť.

Odborníkom?

Áno, lebo sú hlboké krízy, ktoré vedú k rozpadu. Tam nemá význam snažiť sa čokoľvek naprávať. A čím skôr sú od seba a majú papier rozvedení, tým lepšie. Sú aj dočasné krízy a terapeut môže mať skúsenosť a feeling, že o pol roka bude situácia vyzerat' inak a o rok je šanca, že tí ľudia môžu zasa žiť spolu a krízové obdobie ostane len matnou spomienkou. Prosto, ja si myslím, že má význam bojovať, snažiť sa o zachovanie. Teraz chcem hovoriť o tolerancii a veľkorysosti, ale to je dvojsedná zbraň. Buďte tolerantná, buďte tolerantní, veľkorysí! Kto to prijme? Skôr si myslím, že podporovat' kontakt s vlastným hnevom a pocitom hnusu a zranenia je lepšie ako apelovat' na odpustenie. A nech to ide von, či už v terapii, alebo niekde v lese. Lebo keď je to živé, vtedy sa odpustiť nedá.

Kedy sa teda dá odpustiť?

Až keď odznie hnev a všetko, čo s tým súvisí.

Zhrňme si to. Kým nedôjde k nevere, stále treba bojovať o pôvodný vzťah. Jednorazová nevera je možno spracovateľná. No čo ak dôjde k nevere dlhodobej, kde sú city a do hry vstupujú ďalší ľudia? Tam predsa nejde už len o city pôvodných partnerov a detí, ale aj o city tých druhých. Aj tým sa môže ublížiť. Aké je ideálne východisko? Nehovorím, podľa čoho sa má človek rozhodovat'. Je to tak, že sa rozhoduje podľa toho, kde sa ako cíti. S tým nič nenarobíme.

Kde sa ako cíti?

Áno. Keď je muž šťastný s novou ženou a nešťastný s prvou, alebo k nej nič necíti, prípadne sa to mení až na odpor, hnus, tam asi nič nezachránime.

Aj napriek tomu mnohí ostanú. Prečo?

Ostanú preto, lebo im to v niečom vyhovuje. Pokiaľ napríklad žena takého muža, ktorý k nej už nič necíti, nevyhodí, má na to svoje špecifické dôvody. Napríklad peniaze alebo strach zostať sama s deťmi. Darmo, všetko má svoj začiatok a koniec a aj získať niečo nové znamená stratiť staré.

Majú ľudia tendenciu opakovať v nových vzťahoch staré chyby a modely, alebo máte skúsenosť, že sa menia?

Je to stará pravda, skúsenosť, že väčšinou opakujeme staré chyby. Nemám pocit, že by sa na tom niečo za posledné desaťročia zmenilo.

Stáva sa, že je tráva za plotom naozaj zelenšia?

Ako kedy. Naozaj môže byť zelenšia, ale veľakrát je na zeleno len natretá. Stačí zopár dažďov a skutočná pravda vyjde na povrch. No existujú záhony, kde je tráva naozaj zelenšia a ľudia sú s ňou šťastní.