

## Od zaljubljenosti do ljubavi

Jesper Juul

Ovaj članak govori o zaljubljenosti i ljubavi te nužnosti osobnog razvoja - da bismo mogli voljeti drugoga, kako dijete tako i odraslu osobu.

ALI JA NISAM TO ŽELIO!

Kada želimo procijeniti je li nešto dano od srca, obično pitamo davatelja o njegovoj namjeri – i to je pogrešno. Svrsishodnije bi bilo pitati primatelja: "Osjećaš li da ti je ovo dano od srca?" Ako je odgovor negativan, kako je primatelj osjetio da nije dano od srca?

Tijekom vremena su pronađeni brojni izrazi i objašnjenja koja kažemo čim dođe do prekida veze između davatelja i primatelja:

Npr: "To uopće nije ono što sam ja htjela!"

"Uvijek sve pogrešno razumiješ!"

"Da, ali ja to nisam učinio kako bih te rastužio!"

"Pa što sad želiš da napravim?"

I djeci: "To je za tvoje dobro."

"To je samo zato što te volim."

"Ne prene maži se!"

"Nemoj to toliko primati k srcu. Tata i mama nisu baš tako mislili!"

Cilj svih ovih izjava jest obrazloženje ili isprika za neuspješnu emocionalnu razmjenu između dvije osobe. Ovakve ili slične izjave su mnogi od nas naučili još kao djeca. Bez obzira jesmo li se stvarno obradovali božićnom ili rođendanskom daru, važno je bilo izgledati radostan!

Učili su nas "Bitna je namjera!", ne misleći kakvu zbunjenost ovaj nedostatak logike može izazvati u dječjim mozgovima koji još nisu ovladali kompliciranom igrom skrivača zamaskiranih socijalnih kodova.

Djeca, ustvari, mogu razgraničiti ove dvije stvari. Oni bez problema mogu biti razočarani djedovim darom i nakon toga ga iskreno zagrliti. Treba im samo vremena kako bi završili izražavanje jednog osjećaja prije no što izraze sljedeći. Ustvari, oni gaje zdravo i naivno povjerenje da djed bez problema može vidjeti razliku između njihovog osjećaja prema daru i prema njemu. Nema nikakve dvojbe da je djed kupio dar s namjerom da obraduje svog unuka, ali u tome nije uspio – točka. Nijedna strana se ne može optužiti - u tome nema krivca! To je bila samo neuspjela razmjena između dvije osobe. Ali onaj tko iz ovoga najviše može naučiti je gotovo uvijek davatelj. On se uvijek mora zapitati (a dobra je ideja i zapitati primatelja): "Kako da izrazim svoju ljubav prema ženi/djetetu/prijatelju na način koji će ih obradovati?"

To ne znači da se vječno treba prilagođavati drugima radi drugih – ili je to možda prihvatljivo? Odgovor je – i da i ne. Ovisi od toga kako shvaćamo sami sebe. Ako razumijemo sami sebe, svoje vlastite osjećaje i stavove – onda je odgovor "ne".

Osjećaji su u redu, no važno je obratiti pažnju na to da je potrebno promijeniti ili iznijansirati postupak. Ne radi druge osobe, nego zbog našeg međusobnog odnosa. Za ovo postoji mnogo razloga, ali ja ću u vezi s gore navedenim navesti samo nekoliko:

- Može doći do neusaglašenosti kod samog davatelja. Nerijetko izražavamo osjećaje na načine koji su u potpunom neskladu s izvornim osjećajima koji onda s razlogom zbuduju okolinu. Vičemo i grdimo kada smo tužni, ili obratno plačemo kada smo ljuti. Čak postoji i poslovice koja kaže: "Tko se tuče, taj se voli!" Neke osobe djeluju povučeno i ljuto i onda kada su prepune ljubavi – ili obratno. Muževi koji tuku svoje žene gotovo uvijek obrazlažu svoj postupak time kako to čine iz ljubavi – i to je često točno. Kako primatelj to nikako ne može osjećati kao znak ljubavi, mora se reći da je ovo ozbiljan zastoj u komunikaciji.

- Jedna od najvažnijih stvari koju smo naučili kao djeca jest kako steći osjećaj da smo vrijedni ljudima koji su nam važni te kako im možemo iskazati svoju ljubav. Često naš partner potječe iz potpuno drugačije obitelji s potpuno drugačijim načinom iskazivanja osjećaja. Mnogi parovi prepoznaju ovaj fenomen npr. u odnosu na tjelesnost. Ukoliko želimo da naša ljubav pronađe put do druge osobe, često moramo učiti nove načine da je prenesemo – i primimo. Činjenica je da su svi ljudi različiti – kako djeca, tako i odrasli. U zajedničkom životu moramo usvajati nove načine na koje ćemo ih voljeti, bez obzira kako nam se oni s našeg osobnog stajališta i iskustva činili čudnovati i ekscentrični. Ponekad to ne uspijeva, i to je jedno od najvažnijih objašnjenja zašto se katkada dvoje ljudi jako voli, a istovremeno ne može izdržati zajednički život. A to je naravno i jedno od objašnjenja zašto mnogo roditelja svakodnevno zlostavlja svoju djecu – iz najboljih namjera.

#### VOLIM ILI SAM ZALJUBLJEN?

Često brkamo pojmove "voljeti" i "zaljubiti se". Četrnaestogodišnjaci vole jedno drugo, bračni parovi s dužim iskustvom ponekad kažu kako su još uvijek zaljubljeni i najčešće razumijemo što time žele reći. Nemam namjeru zavoditi red u ovom romantičnom kaosu, htio bih samo skrenuti pažnju na razne životne faze u kojima se ovi pojmovi mogu koristiti drugačije.

U prvih prvih sedam-osam godina ljubavne veze partneri su, unatoč brojnim različitostima, najviše obuzeti uzajamnim suglasjem, ujednačenošću, harmonijom, sličnostima... Kada smo zaljubljeni i onaj drugi nas pita "Hoćeš li poći sa mnom u kino?", obično ne odgovaramo "Daj mi sat vremena da razmislim o tome." ili "Ovisi koji si film mislio da pogledamo!".

Kažemo: "Da!" a o detaljima brinemo kasnije – ili uopće ne brinemo, jer nam je najvažnije od svega biti zajedno. Na isti je način cilj zaljubljenog para biti suglasan npr. o odgoju djece, uređenju stana, glazbenom ukusu, stilu odijevanja, njegovim i njenim roditeljima, prijateljima itd. To nije naročito svrsishodno, ali je tako – unatoč dobi ili životnom iskustvu partnera. Možda su zato mnogi u povijesti proglasili zaljubljenost jednom vrstom bolesti.

Kaže se da je ljubav slijepa i time se misli da nas zaljubljenost sprječava realno procijeniti onog drugog. Ovo je možda točno, ali najozbiljnija prepreka je naša smanjena sposobnost upoznavanja samog sebe i razlika između nas i partnera. Ignoriramo naše vlastite potrebe i nezaustavljivo pristajemo na nebrojene kompromise – jer nam je najvažnije biti zajedno i u to ime postajemo skromni te činimo ustupke.

Ukoliko se tako nastavi, nakon prvih pet-deset godina veze romantika prestaje, a mi počinjemo (svjesno ili nesvjesno) zbrajati kompromise na koje smo pristali. Počinju se „skupljati bodovi“ u sujetnoj nadi kako će partner naposljetku početi osjećati krivnju, pa bismo tada mogli razmijeniti naše bodove za odgovarajući kompromis. To često dovodi do vječnih svađa koje prekidaju takvu praksu, ili dovode do permanentnog stanja koje se može nazvati "kronična upala savjesti".

U svim međuljudskim odnosima kontakt je poput zanjihanog klatna između biti zajedno ili ne. Oba stanja postaju grčevita i neizdrživa ako se pokušavaju očuvati zbog emocionalnog pokrića. U prvim godinama zaljubljenosti, pod njenim sunčanim zrakama, gledamo površno na ove prirodne zakone te plaćamo cijenu – prvom 7-godišnjom krizom koja nastupa u trenutku kada su naše različitosti previše i predugo bile uklanjane s puta u ime zajedništva. Zaljubljenost je možda jedno od najsebičnijih stanja u kome se čovjek može nalaziti. Mi doduše kažemo kako smo zaljubljeni u drugoga. Biti zaljubljen za većinu znači da onaj drugi budi u nama more divnih ugodnih osjećaja. Kada se druga osoba nalazi u našoj blizini, osjećamo se prekrasima te uvjeravamo sami sebe kako je i onaj drugi prekrasan. Nitko me ne može uvjeriti kako bi zaljubljeni trebali biti razboritiji u toj situaciji. Jedin problem sa zaljubljenostima jest, kao što je opće poznato, što ona u jednom trenutku nestaje. I to je sasvim u redu.

To je u redu, između ostalog, zato što nam daje mogućnost samopreispitivanja – možemo li *voljeti* onog drugog. Voljeti drugu osobu zahtjeva naime, nešto sasvim suprotno od sebičnosti u periodu zaljubljenosti - brze i ponekad ne baš skromne kompromise. To zahtjeva sposobnost sagledavanja onog drugog na njegovim/njezinim vlastitim premisama - njegove/njene želje i potrebe moraju se odvojiti od svojih vlastitih. Ali čemu služi sagledavanje partnera na njegovim premisama? Služi upoznavanju njegovih vrijednosti kojima on/ona mjeri svoj život; ciljeva koje si je postavio/la; središnjih potreba u njegovom/njenom životu i ideju o tome kojim putem treba ići kako bi dostigao/la svoj cilj i ispunio/la ove potrebe. To ne znači da je partner obavezan ispunjavati ove potrebe i staviti svoj život na raspolaganje kako bi onaj drugi ostvario svoje ciljeve. To sadržava obavezu sagledavanja važnosti onog drugog te pridavanja istog značenja njegovim vrijednostima, potrebama i ciljevima kao i svojim vlastitim. Koliko god je to moguće treba što manje stajati na putu ostvarenja ciljeva drugoj osobi. U tome je značenje pojma "ravnopravnost". A bez ravnopravnosti je apsurdno govoriti o ljubavi prema drugoj osobi – djetetu ili odraslom. Osjećaj ljubavi nije dovoljan ako ga ne nadopunjavaju postupci.

Da, ali ne znači li to onda da treba reći "da" i "Amen" svemu što onaj drugi hoće?

Ne, ne znači! Prije svega, vrlo mali broj ljudi ima potpun i jasan pregled svojih vrijednosti i ciljeva. Čak i ako mislimo da ga imamo – griješimo.

Zbog toga, voljeti drugu osobu znači i pružati joj otpor prepun ljubavi, te graditi nježne barikade. Kad koristim izraze "pune ljubavi" i "nježne" onda pri tome ne mislim da treba biti premekan i popustljiv. Mislim da treba imati sposobnost pružanja otpora prethodno spoznavši osnovne životne principe partnera – nasuprot egoističnom otporu, do koga isključivo dolazi jer su se potrebe i ciljevi partnera ispriječili na putu mojima.

Osim toga, postoji nekoliko područja koje više pripadaju zajednici nego jedinki, na primjer – hoćemo li imati još djece? Ovdje su zaista zajedničke vrijednosti na ispitu. Je li u redu postati tata samo zato što ona to želi – ili postati mama zato što on to želi? Ja naravno ne mogu odgovoriti na ovo pitanje u ime drugih. Primjer je odabran samo za ilustraciju da se djela puna ljubavi ponekad mogu u prvom trenutku doživjeti kao odbijanje – ukoliko je odgovor "ne". Ljubav često podrazumijeva reći "ne" željama i potrebama partnera, bez obzira koliko su te želje legitimne i potrebe zdrave.

I opravdanje i bijes potječu iz ljubavi, premda ni davatelj ni primatelj tako ne osjećaju. Nije baš lako voljeti drugu osobu na način na koji ona doživljava ljubav. Većina se čitavog života trudi da to koliko-toliko svlada. Na svu sreću, u većini međuljudskih odnosa nije odlučujući perfektan i briljantan rezultat. Sreća je, kao što bi rekao Søren Bruun, biti na pravom putu.

#### MOŽE LI ODGOJ BITI NJEŽAN?

Da, pod istim uvjetima kao što to može biti i ljubavna veza. Roditelji moraju uvidjeti kako uistinu upoznaju svoju djecu tek nakon što provedu cijeli život s njima. Ili rečeno na drugi način: odgoj može biti nježan, djetetu se može pozitivno prenijeti roditeljska ljubav, ukoliko se ona usputno prilagođava prirodi djeteta te njegovoj raznolikosti u odnosu na roditelje i na drugu djecu. Roditelji često tumače odgoj upravo suprotno. Smatraju ga nizom šablona u koje se djeca trebaju uklopiti, bez obzira na svoju prirodu.

Isto tako, postoji ogromna proturječnost između osjećaja i djelovanja. Ponekad ju ni sami ne primjetimo, i tada s pravom doživljavamo da smo krivo shvaćeni od stane onog drugog. Time možemo naučiti koliko su ljudi različiti i kako mogu drugačije shvaćati nešto što je nama očigledno.

Čest problem u ljubavnoj vezi je proturječnost između forme i sadržaja. To možemo ilustrirati primjerom u kojem primatelja pisma toliko odbija kuverta, da uopće ne želi pročitati pismo. Dakako, može se kritizirati idiota koji ne otvara svoja pisma, ali se time neće puno doprinijeti zajedništvu. Treba radije pokušati otkriti koja boja kuverti mu se sviđa. Ako ništa drugo, doći će do vlastitog zaključka kako je sadržaj važniji od forme.