



Az exem a legjobb barátom

EGY AJTÓ BEZÁRUL, EGY MÁSIK KINYÍLIK?

Az exeinkre gondolva vagy jóleső, nosztalgikus érzések árasztanak el bennünket, vagy óriási sietséggel kergetjük el a feltoluló emlékeket. A középút ritka, az pedig még ritkább, hogy a kihűlt szerelem helyét őszinte barátság vegye át. De mégis hogy csinálták, akiknek sikerült?

szerző: *Deme Zsófia*

Képzeld magunk elé valamelyik korábbi szerelmünket – őt, akivel azt hittük, együtt fogunk megöregedni. Ha egy rövid időre jól is esik elábrándozni a vele töltött időn, a szép emlékeket valószínűleg gyorsan összezúzzák azok az élmények, amelyek miatt véget ért a kapcsolat. Pedig a sok közös emlék és az egymás megismerésébe fektetett energia akár egy életre szóló barátság alapját is adhatná. Cikkünk szereplői hosszú évek óta barátok hajdani szerelmükkel.

Miért vágyunk rá?

Hogy megértsük a szakításon túli ragaszkodást, érdemes visszapillantani a legkorábbi családi kapcsolatainkra és a párkapcsolat előzményeire is. Dr. Meskó

Norbert evolúciós pszichológus szerint némelyek azért vágnak a baráti viszony kialakítására, mert a kora gyermekkori kötődési mintájuk ezt „parancsolja” nekik. Velünk született tulajdonság, hogy az anyánkkal kialakult kapcsolatról modellt készítünk, és később ezt használjuk az intim kapcsolatainkban – így a párkapcsolatainkban is. Ezért lehet, hogy valaki a szorosabb, hosszabb távú kapcsolatokban érzi jól magát, míg mások nem vágnak ilyesmire. „A hosszú távú kapcsolatra való igény a biztonságos kötődéssel magyarázható. Ugyanakkor az sem mindegy, hogy a férfi és a nő viszonya hogyan alakult ki. Ha egy kapcsolat barátokzással, és nem szenvedélyes, »első látásra« szerelemmel kez-

dődik, valószínűleg könnyebben vissza is alakul baráti viszonyra. A barátság és a szerelem szövetségét talán csak az egymás iránti szexuális szenvedély különbözteti meg.” Amikor a szövetségből közös gyerek születik, valószínűleg még jobban vágyunk az élethosszig tartó jó viszonyra. „Ha a párkapcsolat nem is működik, helyette létrejöhet a gyerek, vagyis a közös ügy fontosságára épülő szövetség. Az ő szempontjából lényeges az egymás iránti lojalitás megtartása, ami akár egy barátság alapja is lehet majd” – véli a pszichológus.

Akadálypálya

Hogy ez sokszor miért nem sikerül mégsem, arra több magyarázat létezik. Mivel általában nem találjuk meg ugyanabban a férfiban az összes, számunkra vonzó tulajdonságot, gyakran „szakosodunk”. Szexuális, viharos szerelemben esünk egy izgalmas, jóképű

Most, hogy mindkettőnk megtalálta a párját, mélyebb a barátságunk, mint valaha, mert nem terhelnek minket vélt vagy valós elvárások

társsal, vagy mélyebb lelki kapcsolatot alakítunk ki egy megbízható, elköteleződni képes férfival. Könnyű belátni, hogy a hirtelen fellobbanó szexuális vonzalomra építő kapcsolatok résztvevői kisebb eséllyel pályázhatnak a sűrű tartó barátság címére. Hiszen az a kötődés – némi túlzással – inkább arról szól, hogy a felek összegyűrték pár garnitúra lepedőt és összetörtek néhány készlet tányért. Szintén nem segít, ha valamelyik fél bosszúálló alkat. „Aki hajlamosabb arra, hogy sérelmeiért másokat okoljon, rendszerint egy kapcsolat végét is saját kudarcaként éli meg, de a másikat teszi felelőssé. Mivel ezek az emberek nem bizalomra, szeretetre építik a kapcsolataikat, nehezen tudnak vélt vagy

valós sérelmeiken felülemelkedni” – magyarázza Meskó Norbert. Láttunk már olyat is, hogy az aktuális partner féltékeny az exre, és ez lehetetleníti el a barátkozást. Persze előfordulhat, hogy az illető minden másra is féltékeny: munkahelyre, azonos nemű barátokra, testvérré. „Ez az ő magánügye, ugyanis nem rólam szól a féltékenysége. De ha én magam úgy gondolok az ellenkező nemű barátomra mint tartalékjátékosra, akit később játékba lehet hozni, ne csodálkozzak, ha a partnerem riválist lát benne. Ilyenkor a saját érzéseinkkel való szembenézés az első.” Az akadályok tehát számosak két egykori szerelmes barátsága előtt, de olykor sikerül a lehetetlen – ahogy Fruziék esetében is.

„Úgy feküdtünk egymás mellett, mint két testvér”

DALMA (30) ÉS AZ ELSŐ SZERELME HÉT ÉVE BARÁTOK

„Mindig mondom Dávidnak: te nem az életem szerelme, hanem az életem exé vagy – meséli Dalma, aki egy tinédzserkori kapcsolatának köszönheti a legjobb barátját. – Már általános iskolában padtársak és afféle cinkosok voltunk. Nem barátként tekintettünk egymásra, sokkal inkább játszótársaként. A gimis évek elején jött a hazakísérés időszak, a bejárat előtti téblábolás és az első csók. A magunk éretlen módján boldogok voltunk együtt – egészen addig, amíg egyetemre, ezzel egy új világba nem kerültünk. Onnantól viszont külön bolygón éltünk, és mindegyikünknek tetszett a saját univerzuma. Nem hiányzott belőle a másik, sokáig mégsem tudtuk egymást elengedni. Végül én tettem pontot a közös történetünk végére. Két évig egyáltalán nem kerestük egymást, aztán Dávid írt egy e-mailt a születésnapomra, és meghívott magához. Akkor éppen mindketten szinglik voltunk, így szinte borítékolható volt, hogy az ágyában kötünk ki. Ami ezután következett, még a legócskább vígjátékokat is alulmúlta: a vágy és a hangszálglyulladása együtt olyan furcsa hangokat csaltak elő belőle, hogy röhögőgörcsöt kaptam. Majd – biztosan büntetésből – csuklásrohamom

lett, ezután a buliból hazaérő húga nyitott ránk. Dáviddal ettől a naptól datáljuk a barátságunkat. Soha többé nem próbáltunk egymáshoz érni, pedig még jó párszor ücsörögtünk a konyhájában, és rendszeresen aludtam is nála. Mindig úgy feküdtünk egymás mellett, mint két testvér. Jól ismerjük egymás gyenge pontjait, láttuk a másikat párkapcsolatban, így a gyakorlatban is jól működő tanácsokat tudunk adni egymásnak. De szívmengető az is, amikor a húsz évvel ezelőtti emlékeket elevenítjük fel. Pótolhatatlan, hogy van mellettem valaki (a családomon kívül), aki emlékszik a tízéves önmagamra. Amikor azt kérdezik, miért nem jövünk össze újra, hirtelen nem is értem a kérdést.” Dalma egyébként azt mondja, vonzó férfinak látja Dávidot, sőt tulajdonképpen pont a zsanere. Szexuális kapcsolatot mégsem tud már elképzelni vele. Kettejük korábbi szerelméről ritkán beszélnek, így csak nemrég derült ki, hogy míg Dalma úgy emlékszik, ő szakított, Dávid biztos benne, hogy ő vetett véget a kapcsolatnak. „Ez a balladai homály nagy ajándék: egyikünkben sincs rossz érzés amiatt, hogy a másik elhagyta.” **mc**

„Együtt karácsonyozunk, együtt nyaralunk”

FRUZI (39) NYOLC ÉVE BARÁTSÁGBAN VAN A GYEREKE APJÁVAL

„Talán nehéz elhinni, de a történetünk egyik szereplőjében sincs tüske. Külön-külön is boldogok vagyunk, és ezért nem fáj a másik öröme” – kezdi egyből a történet végén Fruzi. Ő és Gergő először barátok voltak az egyetemen, később szerettek egymásba. Most újra „csak” barátok. Közben született egy közös gyerekük is, és bár sosem voltak házások, együtt éltek hét éven át, egy családként. Egészen addig, amíg egy régi és egy új ismeretség át nem rendezte az életüket. „A közös barátunkkal, Balázssal hasonlóan gondolkodtunk az élet kisebb és nagyobb dolgairól, így számomra természetes volt, hogy néha kettesben is találkozunk. Gergőben viszont feltámadt a féltékenység, én pedig azzal nyugtattam, hogy Balázs csak lelki társ, semmi több. Csak akkor értettem meg az érzéseit, amikor egy továbbképzésen megismerkedtem Annával, akit később a barátjaként mutatott be, és hozzátette: úgy érzi, ő is megtalálta a lelki társát. Nem volt könnyű időszak. Sokat veszekedtünk, mert a fiunk nevelésével kapcsolatban nem tudtunk közös nevezőre jutni, ráadásul mindketten elárulva éreztük magunkat. Aztán Gergőből egyszer csak kibukott az őszinteség, és bevallotta, hogy Annával szeretik egymást. Én lepődtem meg a legjobban, mert amit

éreztem, szintiszta megkönnyebbülés volt. Kristálytisztán láttam, hogy nekem Balázs mellett a helyem, Gergőnek pedig Annával kell lennie. Mint amikor a helyükre kerülnek a mozaik darabkái, és összeáll az önáltatásoktól és hazugságoktól mentes kép. Azóta négyesben töltjük majdnem minden szabadidőnket: négyen foglalkozunk a gyerekekkel, együtt karácsonyozunk és nyaralunk. Miért is ne? Mindenki jóban van mindenkivel. A fiunk miatt is nagyon előnyös ez a helyzet, hiszen neki az a legfontosabb, hogy boldog felnőtteket lásson maga körül. Most, hogy mindegyikünk megtalálta a maga párját, Gergővel mélyebb a barátságunk, mint valaha, mert nem terhelik a kapcsolatunkat olyan valós vagy vélt elvárások, amelyeket feleslegesen támasztottunk egymás felé. Most már azt mondom: Gergő és én mindig is barátok voltunk, akik egymásba kapaszkodtak az élet egy bizonyos szakaszában. Balázssal összeházasodtunk, Gergőék pedig babát várnak. Igaz, Gergőnek eleinte nagyon nehéz volt a közös fiunk nélkül, de a baráti négyesünknek hála rengeteg időt töltenek együtt. Azt hiszem, ha nem lenne mindegyikünk maradéktalanul boldog az új kapcsolatában, nehéz lenne jó viszonyt ápolni, barátságot pedig még nehezebb.”

FOTÓ: PROFIMEDIA - RED DOT - CORBIS

ASUS
Inspiring Innovation • Pushing Possibilities

Az ASUS a Windows 8 operációs rendszert ajánlja.



ASUS VivoBook

A VILÁG CSAK EGY ÉRINTÉSNYIRE VAN

A laptop és táblás ASUS VivoBook 5400 11.6" érintőképes képernyővel rendelkező laptopja, érintőképes audio technológiájával erősítés és tisztán hangszóró kimenet, többfunkciós hibrid LED-ek pedig a hagyományos érintőképes vezérlés mellett a billentyűkkel is érintőképes vezérlést is lehetővé tesznek. Mindez csak Intel® Core™ i7 processzorral és akkumulátorral, hogy a teljesítmény se álljon meg a gyorsuláshoz, illetve a teljesítmény se álljon meg a gyorsuláshoz, illetve a teljesítmény se álljon meg a gyorsuláshoz.



Ismerd meg az ASUS-t a Facebookon!

További információkért megkeresd a blogot az inspiration.incredible.com-ra.

Teljesítmény, gyorsulás, megbízhatóság. Windows 8