

Co dělat, když milujeme muže, který nám lásku neoplácí

Na židli proti mně se upjatě usadila drobná, živá osůbka s blondatými kučery. Jill za mnou přišla poprvé a tvářila se pochybovačně. Všechno na ní bylo pěkně okrouhlé, obličej, mírně boubelatá postava, a hlavně modré oči, kterými zkoumavě přejela moje zarámované diplomy na zdi. Stručně se mě vyptala, kterou fakultu jsem absolvovala, a s nápadnou pýchou se zmínila, že vystudovala práva.

Pak se odmlčela a sklopila pohled na složené ruce.

„Radši bych asi měla začít o tom, proč jsem tady,“ řekla pak spěšně, jako by nechtěla ztratit odvahu.

„Vyhledala jsem terapii poprvé v životě, protože jsem opravdu nešťastná. Jde o muže, jak jinak. Nevím, čím to je, ale vždycky udělám něco, co je odradí. Kolikrát mě přímo pronásledují, ale jak mě poznají blíž, tak,“ tady se odmlčela, jako by se obrňovala proti bolesti, „tak se to všechno rozpadne.“

Zvedla ke mně oči, lesklé zadržovanými slzami, a pokračovala už mnohem pomaleji:

„Chci se dovědět, co dělám špatně, v čem se mám změnit. Ne že bych se nesnažila. Jenže já prostě nevím, proč se mi to děje. Mám už strach s někým si začít. Nakonec mi z toho vždycky zbude jen bolest. Začínám se mužů normálně bát. Před dvěma měsíci jsem u známých v San Diegu potkala Randyho. Je to advokát. Tančili jsme spolu a byla to láska na první pohled. Měli jsme si toho tolik co

říct. Vlastně jsem mluvila skoro pořád já. Ale jemu se to líbilo. Bylo to tak senzační potkat člověka, který se vážně zajímá o věci, na nichž mi záleží. Bylo vidět, že jsem ho opravdu zaujala. Vyptával se, jestli jsem vdaná (jsem dva roky rozvedená), jestli bydlím sama a tak.“

Dovedla jsem si představit, jak dychtivě Jill vypadala, když za zvuků hudby oné noci švitořila s Randym. Stejně dychtivě ho přivítala o týden později, když si protáhl služební cestu o sto padesát kilometrů a navštívil ji v Los Angeles. Při večeři mu nabídla, aby u ní přespal, a tak začal jejich vztah.

„Bylo to senzační. Strašně ráda pečuju o muže a jemu se to moc líbilo. Báječně jsme si rozuměli,“ začala Jill s úsměvem. Jenže z jejího dalšího vyprávění jasně vyplynulo, že Randymu okamžitě doslova propadla. Sotva se vrátil do San Diega, už u něj zvonil telefon. Jill mu sdělila, jak moc se o něj bála. Měla však pocit, že ho její telefonát překvapil, a tak se honem omluvila a zavěsila. Okamžitě se začala cítit trapně, a když si uvědomila, že jí zase jednou na někom záleží víc než jemu na ní, bylo jí o to hůř.

„Jednou mi Randy řekl, ať na něj netlačím, nebo že jednoduše zmizí. Hrozně mě to vyděsilo. Čekal, že ho budu milovat, a přitom ho nechám na pokoji. To jsem nedokázala. Čím větší panice jsem propadala, tím usilovněji jsem ho pronásledovala.“

Dohodli se, že si budou telefonovat střídavě, ale brzy mu volala každou noc, protože on se v určenou hodinu neozval a ona už ta muka nedokázala vydržet.

„Prostě jsem na to zapomněl,“ říkával a já jsem křičela: „Jak můžeš zapomenout?“ Já jsem nezapomněla nikdy.“

Jill přiletěla dvakrát na víkend do San Diega a při dru-

hé návštěvě ji Randy celou neděli ignoroval, seděl u televize a pil pivo. Jak řekla, byl to jeden z nejhorších dnů jejího života.

„Je Randy silný piják?“ zeptala jsem se. Otázka ji překvapila.

„To snad ani ne. Vlastně nevím, nikdy jsem o tom nepřemýšlela.“

Po chvíli na mě upřela smutný pohled.

„Možná že opravdu hodně pil, ale určitě jen proto, že jsem ho nudila. Asi jsem mu nepřipadala dost zajímavá a neměl chuť se mnou být. Můj manžel ode mě taky prchal... A táta taky,“ dodala se slzami v očích. „Co jen to ve mně je? Co dělám špatně?“

Její postoje, pocity, chování i životní zkušenosti jsou typické pro ženu, pro kterou zamilovat se znamená trpět. Ženy, které milují příliš, mají řadu vlastností společných. Je jedno, jestli jsou uvězněny v dlouhém a nelehkém vztahu k jednomu muži, nebo prošly sérií nešťastných partnerství s celou řadou mužů. V něčem jsou všechny stejné. Když milujeme víc, než je zdravo, neznamená to, že milujeme příliš mnoho mužů nebo se moc často zamilováváme, ani to neznamená, že milujeme skutečnou láskou příliš hluboce. Ve skutečnosti to znamená, že jsme určitým mužem posedlé. Uvědomujeme si, že tahle posedlost ovládá naše city a chování, dochází nám, že nás to ničí a škodí to našemu zdraví, a přece ten vztah nedokážeme ukončit. Sílu své lásky měříme hloubkou utrpení.

Při čtení téhle knihy možná zjistíte, že se ztotožňujete s Jill nebo s jinou ženou, jejíž příběh tu najdete. Třeba si budete klást otázku, zda i vy jste žena, která miluje víc, než je zdravo. Možná že máte stejné problémy s muži jako ona,

ale zdráháte se přijmout „nálepky“, jimiž je charakterizováno jejich rodinné zázemí. Na slova, jako jsou alkoholismus, incest, násilí nebo narkomanie, obvykle silně emocionálně reagujeme a někdy si nedokážeme realisticky připustit, že se týkají těch, které máme rádi. Je ale možné, že se k vám ty pojmy opravdu nehodí. V dětství jste možná měly subtilnější problémy. Váš otec třeba vzorně zajišťoval rodinu finančně, avšak v hloubi duše pohrdal ženami. Nedovedl vám dát lásku, a proto vám znemožnil, abyste měla ráda samu sebe. Nebo na vás matka žárlila a chovala se k vám soutěživě, i když na veřejnosti se vámi pyšnila. Nakonec jste se tedy musela snažit, abyste si zasloužila její uznání, ale zároveň jste tonula v obavách, aby vaše úspěchy nevyvolaly její žárlivost.

Existuje nespočet způsobů, jak může být rodina nezdравá, a všechny v téhle knize nemůžeme postihnout. Jedno však mají všechny nezdravé rodiny společné – a to je jejich neschopnost mluvit o podstatných problémech. Jsou věci, o kterých se v takových rodinách mluví až k zbláznění pořád dokola, ale to nebývají věci podstatné. Na dně leží tajemství, problémy, o kterých se nemluví, a právě tím je rodina nemocná. V takové rodině mají její členové jednou provždy přidělené role a komunikace je přísně omezena na výroky, které k těmhle rolím patří. Když člověk nesmí mluvit o tom, co se týká buď jeho samého, nebo celé rodiny, pak se učí nevěřit vlastním pocitům a vjemům. Protože naše rodina popírá naši realitu, začneme ji popírat také. A tím se vážně poškodí vývoj základních nástrojů nezbytných k tomu, abychom dobře prožily svůj život a zvládly vztahy k lidem a nejrůznějším situacím. To je základní poškození, jež působí u žen, které milují víc, než je zdrávo. Nedokáží totiž rozpoznat, že někdo nebo něco jim škodí.

Ženou, která miluje příliš, se nikdo nestane náhodou. Když dívka vyrůstá v konkrétní společnosti v konkrétní rodině, dá se předpovědět, jaký to na ni bude mít vliv. Ženy, jež milují příliš, mají některé rysy společné. Možná že se v nich najdete i vy.

1. Pocházíte z nefunkční rodiny, ve které nebyly uspokojovány vaše citové potřeby.
2. Jelikož se vám dostalo jen málo skutečné péče, snažíte se uspokojit tuto potřebu tím, že sama pečujete zejména o muže, kteří vypadají, že péči potřebují.
3. Nikdy se vám nepodařilo změnit své rodiče ve vřelá a láskyplná pečovatele, po jakých jste toužila. Proto hluboce reagujete na známý typ citově nedostupného muže, kterého se můžete pokoušet změnit silou své lásky.
4. Máte hrůzu z osamění, a proto uděláte cokoli, jen abyste vztah udržela.
5. Věříte-li, že to „pomůže“ člověku, na kterém vám záleží, není vám nic příliš obtížné, časově náročné ani nákladné.
6. Jste zvyklá, že v osobních vztazích vám chyběla láska. Proto jste připravena čekat, doufat a snažit se ze všech sil, jen abyste milovanou bytost uspokojila.
7. V každém vztahu jste připravena nést víc než polovinu zodpovědnosti i viny.
8. Máte mimořádně nízké sebevědomí a v hloubi duše nevěříte, že máte právo být šťastná. Věříte spíš, že každou radost v životě si musíte zasloužit.
9. Máte neodbytnou potřebu ovládat své muže a vztahy, protože jste v dětství zažila málo pocitu jistoty. Své snahy kontrolovat lidi a situace maskujete jako „snahu pomáhat“.

10. Ve vztazích máte blíže ke svým představám, jak by věci mohly vypadat, než abyste si reálně uvědomila svou situaci.
11. Jste posedlá muži a citovým utrpením.
12. Máte emocionální a často i biochemické předpoklady k tomu, abyste propadla drogám, alkoholu nebo jídlu, především sladkostem.
13. Tíhnete k lidem s problémy, které je třeba řešit, a zaplétáte se do chaotických nejednoznačných a citově bolestných situací. Tak se vyhýbáte zodpovědnosti vůči sobě samé.
14. Máte sklon k depresím, které se snažíte přečkat pomocí vzrušení z nestabilních vztahů.
15. Laskaví, stálí a spolehliví muži, kteří se o vás opravdově zajímají, vás nepřitahují. Tito „milí“ muži vás nudí.

Na Jill se ve větší či menší míře vztahovalo všech patnáct bodů. To samo o sobě stačilo vyvolat mé podezření, že Randy má problémy s pitím. Ženy jako Jill to vždycky táhne k mužům, kteří jsou citově odtaziti. Závislost, ať už na alkoholu, nebo na čemkoli jiném, je nejspolehlivější cesta k citovému odcizení.

Jill na sebe od samého začátku vzala větší díl zodpovědnosti za jejich vztah s Randym. Zcela typicky na sebe také vzala veškerou vinu za ztroskotaný vztah a nedovedla realisticky zhodnotit situaci a vycouvat, když bylo zřejmé, že Randy jí lásku neoplácí.

Ženy, jež milují příliš, v milostných vztazích málo dbají na vlastní osobnost. Vyčerpávají se ve snaze změnit milovanou osobu a uchylují se k zoufalým manipulacím, jako byly Jilliny drahé meziměstské hovory a letenky do San

Diega. Ale Randy se nechtěl změnit; kdyby o to stál, nebyl by tak pasivní a vyšel by jí vstříc dál než na půl cesty. Ona se však snažila znovu a znovu, protože kdyby toho nechala, musela by vzít Randyho takového, jaký doopravdy byl – jako člověka, kterému nezáleží na jejich vztahu ani na jejich citech.

Vraťme se k její návštěvě u mě. Toto mi vyprávěla o svém otci:

„Byl strašně paličatý. Přisahala jsem si, že jednou nad ním v hádce vyhraju. Ale nikdy se mi to nepovedlo. Proto jsem se asi dala na práva. Láká mě představa, že se pustím do případu a vyhraju! Jednou jsem ho donutila, aby mi řekl, že mě má rád, a aby mě objal.“

Snažila se to s odstupem let podat jako nějaký dávný rozmar, ale vyznělo to jinak. Zřetelně jsem zahlédla stín zrazené malé holčičky.

Když jsme mluvily dál, vyšlo najevo, že ji otec odmítal a rodina si to vysvětlovala tím, že toužil po synovi a dcera je pro něj zklamáním. Oni i Jill raději věřili tomuhle jednoduchému vysvětlení, než aby si připustili pravdu. Teprve po delší terapii si Jill uvědomila, že její otec neměl úzké citové vztahy s nikým, že nedovedl nikomu dát najevo trochu vřelosti a lásky. Pro Jill bylo lehčí vinit z jeho chladu samu sebe, než aby si připustila pravý stav věcí. Dokud byla vina na její straně, mohla doufat, že se jednoho dne dokáže změnit natolik, aby změnila i jeho.

Brzy nato mi Jill popisovala své manželství. Nezadržitelně ji to táhlo k někomu, s kým by si mohla oživit známý pocit citového hladu z doby, kdy vyrůstala vedle svého otce. Manželství bylo další příležitostí, aby se pokusila získat odpíranou lásku.

Říká se, že hladoví lidé nedovedou nakupovat. Právě tak lidé vyhladovělí po lásce špatně vybírají. Jill nemohla pot-

kat nikoho jiného než právě Pavla. Znali se sotva dva týdny, a už spolu začali žít. V ničem si nijak zvlášť nerozuměli, ani v sexu ne. Ale jak řekla Jill: „Uplynul rok a matka začala být nervózní, tak jsme se vzali.“

Přes poměrně banální začátek vztahu Jill Pavlovi okamžitě propadla. „Tolik jsem se snažila,“ vyprávěla mi. „Byla jsem do něj opravdu zamilovaná a dělala jsem, co jsem mohla, aby mě miloval taky tak. Vařila jsem a uklízela jako o život, taky jsem se snažila studovat. A on většinu času nepracoval, jenom polehával nebo na celé dny kamsi mizel. Když jsem se na něj za to rozzlobila, ztloukl mě.“

Na jedné ze svých toulek si Pavel našel jinou ženu. Když se k ní odstěhoval, Jill se zhroutila, i když jejich manželství v té době už bylo v katastrofálním stavu. „Chápala jsem, proč mě Pavel opustil. Měla jsem pocit, že nemám co nabídnout jemu ani komukoli jinému. Neměla jsem mu za zlé, že ode mě odešel. Vždyť ani já jsem samu sebe nemohla vystát.“

Když mě Jill poprvé navštívila, bylo jí devětadvacet. Její otec byl už sedm let po smrti, ale pořád to byl jediný muž jejího života. Každého muže, který ji přitahoval, hned k němu přirovnávala a ze všech sil se snažila získat důkazy lásky od člověka, který jí je nemohl dát, protože měl své vlastní problémy.

Bolestné zkušenosti z dětství nás často podvědomě vedou k tomu, že si v životě vytváříme podobné situace a snažíme se je zvládnout. Jestliže jsme například jako Jill v dětství milovaly a potřebovaly jednoho z rodičů a on na naši lásku nereagoval, často se v dospělosti zapleteme s podobnou osobností nebo s celou řadou takových lidí a pokoušíme se „vyhrát“ boj o lásku. Proto Jill zjišťovala, že ji to žene od jednoho nevhodného muže k druhému. Jako pravá žena, která miluje příliš mnoho, hledala to, co jí v ži-

votě chybělo, tam, kde to pro ni bylo nejjednodušší, a ne tam, kde jí kynula aspoň nějaká naděje.

V této knize si postupně odpovíme na otázku, co to znamená milovat příliš, proč to děláme, kde jsme se to naučily a jak můžeme změnit svůj způsob lásky a dojít ke zdravějším vztahům. Každá z žen, se kterými se setkáte v následujících kapitolách, vypráví svůj příběh o tom, jak milovala příliš mnoho. Jejich vyprávění by vám mělo pomoci lépe pochopit svůj vlastní život. Potom dokážete využít nástrojů, o nichž se zmiňuji na konci knihy, a najít samu sebe, lásku a radost ze života. Moc bych vám to přála.