

Ieva Adams, Ilze Strautiņa, Madara Bisniece

## Basām kājām vai jaunā korpē iekšā?

Šķiršanās esot īsta sērga. Kamēr sievietes raud spilvenā vai dodas uz SPA, arī vīrieši sāk jaunu dzīvi. Juris Kulakovs, Artis Dzērve un Ikars Keišs atklāj savas vājības.

Pēc pusotru gadu ilgušās laulības dzīves šķirteņa kārtā nupat ticis kopmonists Juris Kulakovs. "Jā, sākumā bija liela sajūsma... Tagad, kad iestājies mūsu attiecību krahs, nevaru teikt, ka esmu Ievā vīlies kā cilvēkā — sajūsma par šīm attiecībām joprojām ir manī. Faktiski sajūsma ir par visām manām sievietēm — tas ir tas, kas nekur nepazūd! Bet tā notiek, kad abi ir pārāk lielas personības... Jo kopdzīve tomēr prasa kompromisus, un man ar tiem ir, kā ir...

Esmu ļoti intraverts tips. Šķiroties es atkal atgriezšos pie iekšējā līdzsvara un miera. Droši vien pasaulē ir tādi indivīdi, kam nav dabas vai likteņa paredzēta otrā pusīte. Ir cilvēki, kas to skaidri apzinās, piemēram, mūki. Es pats jau neesmu tālu no tā... Tomēr man ir vajadzīgas tās daiļās mūzas — ar to es domāju konkrēti mākslu. Bet mūzas sievietes — tā ir pārāk sāpīga tēma... Jo es neesmu mizantrops — es mīlu Latviju un cilvēkus, kas man ir apkārt. Un mani joprojām sajūsmina skaistas un izglītotas sievietes — pret tādām es izjūtu nelabojamu vājību... Bet viss ir nepastāvīgs, un man atliek pret dzīvi izturēties filozofiski, jo, kā teicis kāds domātājs, vienīgā konstantā lieta ir pārmaiņas.

Tagad, kad esmu "izkāpis no korpēm, kuras man rīvēja", gribas kādu laiku pabūt "basām kājām"... Jā, basām kājām pa rasotu zāli... Varbūt retumis "uzlaikot kādu kurpi, pārāk cieši to neaizšņorējot" — ja vien šādu attiecību laicīgums ir abpusēja vēlēšanās. Ņemot vērā, ka esmu izaudzis normālā ģimenē, ģenētiski man vajadzētu būt ģimeniskam cilvēkam. Un es to vēlos! Bet neesmu gatavs iejūgties jaunā ģimenes dzīvē uzreiz, gribu dot sev nelielu atvaļinājumu. Nevaru un negribu paredzēt, pēc cik ilga laika satikšu savu īsto sievieti un kāda tā būs — negribu neko aprēķināt. Lai gan, kā arī teicis kāds filozofs, aprēķina laulībām nav ne vainas, ja aprēķins izrādījies pareizs.

Ieva Adams, Ilze Strautiņa, Madara Bisniece

## Negrib pliku seksu!

Ikars Keišs ar sievu Baibu dzīvo šķirti divus mēnešus, un Ikars ir pārliecināts, ka pēc īsāka vai ilgāka laika dabūs sievu atpakaļ.

Par to, kā varētu veidoties viņu turpmākās attiecības, prese jau izteikusi savus minējumus. Tāpat acīgie žurnālisti bija novērojuši izskatīgo vīrieti pavadām vakarus Rīgas krodziņos, kur Ikars ļāvies aizrautīgām dejām. Daudzu meiteņu acīs viņš jau bija kļuvis par iekārojamo šķirteni, bet... nesteidzieties!

"Kā katrs normāls cilvēks, es vēlos mīlestību. Ir milzīga atšķirība starp gadījuma sakariem un mīlestību, un es neesmu no tiem, kas varētu nodzīvot mūžu bez mīlestības, tikai ar "pliku" seksu. Nav jēgas mēģināt sev izaudzināt kādu jaunu, smuku duru, kas mīl, piemēram, tavu naudu. Man vajadzīgs sev līdzīgais — draugs, domu un cīņu biedrs! Es mīlu savu sievu — tā arī uzrakstiet! Un es nevēlos tādas attiecības, kurās seksta laikā ir jāaizmiedz acis un jāiedomājas sevi citā vietā un ar citu sievieti.

\*\*\*

Speciālista viedoklis

Dace Rolava, ģimenes psihoterapeite

Šķiršanās anatomija

Bāz papīra lapiņu aploksnē atpakaļ, cik gribi, bet tu jau izsaukumu uz tiesu esi izlasījusi — vīrs iesniedzis šķiršanos. Bet kas bija līdz tam? Šķiršanās ir tikai konkrēta cilvēka konkrēta mērķa finišs. Kas ir noticis visā distancē? Cik un kādas barjeras ir bijušas līdz tam? Cik no tām ir veiksmīgi pārvarētas, un cik — nokritušas?

Kam depresija, kas laimē gaviļē

Šķiršanās moments ir sākuma beigas. Pirms lēmuma pieņemšanas ir bijusi virkne visdažādāko pārdzīvojumu, piedzīvojumu, piedošanas. Promiešanas un atgriešanās, tātad atkal piedošanas. Tas process, kas ir aiz muguras, rada to milzīgo bedri, kurā cilvēks pēc šķiršanās iekrīt. Bet kāpēc tad, kad cilvēks jūt, ka pārvaramo barjeru jau kļūst par daudz, kāpēc viņš negatavojas, kāpēc neaptver, ka visam notiekošajam būs kāds galamērķis?

Distance, kas ieta kopā un vienai pusei, šķiet, bijusi ideāla, tuvojoties finišam (šķiršanās procesam tiesā), bieži vien vienam no partneriem — tam, kuru pamet, — rada afekta stāvokli. Bet nekas jau nenotiek vienā dienā! Nu nemēdz tā būt! Ir jārunā par vīrieša (pēc četrdesmit) krīzi, par andropauzi. Jārunā par to, kas sievietē ir mainījies, ka vīrietis alkst pēc jaunas, "svaigas" sievietes.

Vīrietim grūti atzīt, ka pašā sieva izveidojusi spīdošu karjeru, kļuvusi daudz atpazīstamāka par vīru, "vecis" jūtas tā, it kā būtu sievas ēnā nokļuvis. Pašā sievietē ir ļoti spēcīgi atmodināts iekšējais vīrietis — talantīgs, uzņēmīgs, visus šķēršļus pārvarošs, pats savu dzīvi veidojošs. ("ES varu! ES daru! ES ceļu! ES veļu! ES gāžu! ES griežu! ES maļu! ES stumju!") Tātad sievietē ir atmodināts tik ārkārtīgi spēcīgs vīrietis, ka vīrs viņu vairs neuztver kā sievieti, bet gan kā citu vīrieti. (Vīram rodas pamatots, tīri fizisks diskomforts: man ar veci jādala laulības gulta!?) Kas parasti notiek, kad divi vīrieši satiekas? Viņi cīnās!

Vīram vispirms kaut kur dziļi zemacīnā rodas vēlme pēc mazas, klusas, izsalkušas, pelēkas lauku pelītes, kas uz viņu raudzītos kā uz dievību, katru vēlēšanos nolasītu no acīm. Pelītē mīt bezpalīdzīga, atbalstu alkstoša, bet SIEVIETE, kas grib, lai par viņu rūpētos.

Ieva Adams, Ilze Strautiņa, Madara Bisniece

## Papīri ir lieki!

Tas, kā jūties un ko dari pēc šķiršanās, atkarīgs no šķiršanās iemesla, uzskata multimākslinieks Artis Dzērve. Manā gadījumā — abi sapratām, ka esam pārāk dažādi domājoši dažādās dzīves situācijās. Ka labāk šķirties un nebojāt otram dzīvi. Arī man tā ir liela mīkla — kā dažu gadu laikā cilvēks spēj tik ļoti mainīties...

Kad izšķīrāmies, nebija tā, ka nu pa galvu pa kaklu jāskrien meklēt citas attiecības. Ar manu bērnu māti neesam kopā jau kādus 7 — 8 gadus, un līdz pat šim brīdim es neesmu domājis par jaunas ģimenes izveidošanu. Katrā ziņā par kādu zīmogu pasē un oficiālu ceremoniju, jo būtībā jau ģimene ir tie cilvēki, ar kuriem vēlies būt un esi kopā, par kuriem rūpējies. Arī mans suns ir mana ģimene, lai gan pat pie labākās gribēšanas es nevarētu aiziet un noslēgt ar viņu oficiālas attiecības!

Precēšanās — tas ir tāds labas gribas žests. Varbūt tas spēj sasaistīt kopā mazliet nepārliecinātus partnerus — tad tas laulību dokuments ir kā striķītis, pie kā abiem pieturēties. Bet personīgi es uzskatu, ka visa tā padarīšana, kas tiek dokumentēta uz papīra, ir lieka.

Ar sievu bijām kopā apmēram piecus gadus... Oficiālā šķiršanās noritēja gluži ikdienišķi — nu, ir saraksts ar darāmiem darbiem, un šķiršanās — to vidū, kā lieta, kas kaut kad drīzā laikā jāizdara. Pirms tās mēs jau labu laiku dzīvojām fiziski šķirti. Pats lēmums par šķiršanos bija ļoti sarežģīts — ja ģimenē ir divi bērni, tas nekad nevar būt viegli. Tā ir atbildība, ko abi ar bērnu māti dalīsim visu mūžu. Tāpēc abi uzturam tādas tehniskas dabas attiecības — vairs nefilozofējam par dzīvi, kā senāk, bet sarunas ir par bērnu skolu, treniņiem, sekmēm un tā tālāk. Mana šā brīža pārlicība ir — ja vien ir iespējams situāciju saglabāt, tā ir jāpaglabā. Bet, ja nu tas tomēr nav iespējams, tad nevajag darīt pāri ne sev, ne citiem.

Es pēc rakstura esmu ļoti smags cilvēks. Apbrīnoju savu draudzeni, ar kuru kopā esam trīs gadus, — pa šo laiku esam šķīrušies laikam tikai uz divām nedēļām. Droši vien arī viņa, kā jau katra sieviete, vēlētos riktīgas kāzas, bet viņa nekad par to nav ieminējusies. Un savu viedokli par šo lietu es jau paskaidroju. Vēl — es domāju, ka četrdesmit gadus cilvēks tomēr var teikt, ka sevi ir iepazinis kaut... par kriptiņu. Un es nevaru iedomāties, ka tādu cilvēku kā mani, ar tik šizofrēnisku attieksmi pret apkārtējām lietām, kāds varētu paciest visu mūžu. Esmu pārāk daudz sāpinājis cilvēkus savā mūžā, lai turpinātu to darīt vēl.

\*\*\*

Speciālista viedoklis, turpinājums no iepriekšējās lpp.

Pēc šķiršanās

Kas notiek ar cilvēkiem, kad viņi šķiras? Ar katru notiek tas, cik viņš savā būtībā ir inteligēns. Jautājums, cik katram ir svarīgs materiālais bulvārpresē izrādītais. Ļoti bieži vīrietim, kurš saticis pelēko pelīti, materiālais vairs nav svarīgākais dzīvē, jo viņš ir sapratis, ka "tuvojas gaisma tuneļa galā". (No vīrieša pašreizējiem četrdesmit "ar astīti" līdz statistiski vidējiem 62,5 gadiem!)

Ja šķiršanās vienai pusei ir pilnīgi negaidīta, psiholoģiskais trieciens liek iziet to pašu sēru ciklu, ko cilvēkam nomirstot: pirmais Jaunais gads bez viņa, pirmais pavasaris, mana dzimšanas diena...

Ja šķiršanās fakts ir trieciens, spēcīgas emocijas ieslēdz arī ļoti daudzus bioķīmiskos, fiziskos procesus — sieviete var strauji novājt, sākas hroniskas galvassāpes, caureja. Viss atkarīgs no emocionālās stabilitātes.

Uz vienas kājas — nākotnē!

Jāsaprot, ka tas, kas, attiecībām beidzoties, patlaban notiek, nav tik traģiski kā tas, ja, teiksim, mēs stāvētu ar vienu kāju uz klints un otru kāju nebūtu kur nolikt. Tātad, ja tev ir stress, iedomājies, ka tu vari nonākt vēl lielākā stresā, kas var beigties letāli!

Zemapziņa jau nezina, vai tas notiek īstenībā, vai tā ir izdomāta situācija: nostājies uz vienas kājas savas labiekārtotās istabas vidū, aizver acis un iztēlojies, ka stāvi uz klints, tad uzmanīgi otru kāju noliec uz grīdas un lēnām atver acis, lai saprastu, ka nāves briesmas tev nedraud! Tas ļoti palīdzēs novērtēt situāciju. Padomā, vai situācija ir noārdīto nervu šūnu vērtā? Nē, es neārdīšu sevi. Man jau tā ir zudušas attiecības, un lai tagad es pati vēl brīvprātīgi zaudētu veselību? Man visa atlikusī dzīve vēl priekšā! Bēdu māsas šķirtenes: medību sezona sākusies!