

## Įžanga

Egzistuoja vienas paprastas nusižengimas, galintis sugriauti poros santykius, laimę ir pakirsti tapatumo jausmą, – neištikimybė. Deja, mažai kas gilinasi ir stengiasi suprasti šį nepaprastai paplitusį elgesį.

Šiuolaikinių porų meilės ir aistros niuansus tyrinėju jau kone tris dešimtmečius kaip psichoterapeutė, rašytoja, mokytoja ir dėstytoja. Pirmoji mano knyga „Tarp kasdienybės ir geismo“ (*Mating in Captivity*) buvo skirta erotinių troškimų ilgalaikiuose santykiuose apžvalgai ir joje buvo vienas skyrelis, skirtas neištikimybei. Labai nustebau, kad kaskart, kai kalbėdavau arba duodavau interviu apie šią knygą, nesvarbu, kuriame pasaulio kampelyje tai vykdavo, neištikimybės tema nustelbdavo visas kitas. Pamažu vis daugiau laiko ėmiau skirti jai. „Tarp kasdienybės ir geismo“ tyrinėjo dėl troškimų ir aistros kylančias dilemas ilgalaikiuose santykiuose, o „Naujas žvilgsnis į neištikimybę“ seka aistros trajektoriją, kai ši nukreipiama į troškimų patenkinimo objekto paieškas už santykių ribų.

Tačiau ši knyga nėra vien apie neištikimybę. Neištikimybė leidžia kur kas plačiau pažvelgti į savo santykius – sužinoti, ko tikimės, ko įsivaizduojame norintys ir kam jaučiamės turį teisę. Tai suteikia unikalią galimybę peržvelgti savo asmenines ir kultūrines nuostatas apie meilę, geismą ir įsipareigojimus. Daugybė aspektų tyrinėdama uždraustą meilę, viluiosi jus, savo skaitytojus, pakviesti į atvirą, praturtinančią ir provokuojančią kelionę po šiuolaikinius santykius ir galybę jų apraiškų. Norėčiau paskatinti jus padiskutuoti su savo mylimais žmonėmis tokiomis temomis kaip ištikimybė ir atsidavimas, troškimas ir geismas, pavyduliavimas ir savininkiškumas, tiesos sakymas ir atleidimas. Noriu paraginti jus kelti klausimus sau, ištarti tai, ko nedrįstate, ir nebijoti suabejoti seksualiniu ir emociniu teisingumu.

Mano kaip psichoterapeutės pareiga – sukurti saugią aplinką, kur patirčių įvairovė gali būti tyrinėjama su atjauta ir nesmerkiant. Viliuosi, kad man pavyksta padaryti tą patį ir kaip rašytojai. Ši knyga nėra receptas, padėsiantis įveikti dėl neištikimybės santykius ištikusią krizę, nors ir tikiuosi, kad ji pasirodys naudinga tiems, kurie šiuo metu tai išgyvena, kad ir kurioje barikadų pusėje būtų. Mano tikslas – paskatinti produktyvią diskusiją šia tema, kad ji galiausiai sustiprintų santykius, padarydama juos atviresnius ir atsparesnius iššūkiams, su kuriais susiduriama.

Paprastai pokalbiai apie neištikimybę šiais laikais turi tendenciją kurstyti nesantaiką, dažnai yra smerkiantys ir trumparegiški. Kultūriniu atžvilgiu šiandien esame atviresni kalbėdami apie seksą, tačiau neištikimybė vis dar lieka gaubiamą gėdos ir paslapties šydo. Viliuosi, kad ši knyga padės nutraukti tylą ir paskatins naujai galvoti ir kalbėtis apie vieną seniausių gyvenimo aspektų. Labai daug prirašyta apie tai, kaip išvengti ar atsigauti po neištikimybės, tačiau nedaug rasite knygų apie neištikimybės prasmę ir priežastis. O dar mažiau kalbama apie tai, ko galėtume pasimokyti iš neištikimybės ir kokių žinių, įžvalgų bei pokyčių mūsų santykiams tai gali atnešti.

Kai kurie žmonės bus linkę į tai numoti ranka kaip į nereikšmingus dalykus. Jie įrodinėja, kad svarbu vien faktai. Lėktuvus sudužo, čiupkite išgyvenusių ir bėkite. Tačiau vis daugiau žmonių kreipiasi į mane norėdami suprasti, kas įvyko, kodėl tas lėktuvas sudužo ir ar buvo galima to išvengti. Jie nori suprasti, pasimokyti iš to ir vėl skristi. Dėl visų šių žmonių norėčiau pradėti pokalbį nuo tos vietos, kur jis paprastai baigiasi, ir pajudinti kelis labiausiai nerimą keliančius klausimus, susijusius su neištikimybe.

Tolesniuose puslapiuose, kalbėdama apie išdavystės keliamą skausmą bei destruktiją ir nuo neištikimybės neatskiriamą jaudulį bei savęs atradimą, tyrinėsiu daugybę neištikimybės veidų. Noriu išnarplioti prieštarą tarp plačių neištikimybės suteikiamų galimybių ir

neišvengiamos jų lydinčios grėsmės. Ko galime pasimokyti iš išlaisvinančių ir įgalinančių svetimavimo aspektų ir jų sukeltos žalos dvilypumo?

Taip pat noriu įtraukti ir platesnį šeimos, bendruomenės ir kultūrinės terpės ratą. Viliuosi, kad ši diskusija apie asmeniškiausius santykių aspektus išsisklaidys platesniame istoriniame ir socialiniame kontekste.

Puikiai suvokiu rizikuojanti išskeldama kiek kitokią nei įprasta diskusiją šia opia tema. Su neištikimybe susiję įsitikinimai yra giliai išsisklaidę mūsų kultūrinėje savimonėje, o tai, kad drįsau jais suabejoti, neišvengiamai bus palaikyta pavojinga nepagarba arba mano pačios sušlubavusiu vidiniu moralės kompasu. Nors esu linkusi atsiriboti nuo vienareikšmiško pasmerkimo, kad atsirastų erdvės susimąstyti ir tyrinėti, aš nepritariu apgavystei ir nežiūriu į išdavystę pro pirštus. Savo kabinete kasdien susiduriu su neištikimybės sukeliama žala ir skausmu. Suprasti neištikimybę toli gražu nereiškia ją pateisinti. Tačiau daugeliu atvejų vienareikšmiškas pasmerkimas paprasčiausiai nepadedą.

Norėčiau šiek tiek papasakoti apie tai, kaip rinkau informaciją šiai knygai. Mano knyga nėra įrodymais pagrįsta mokslinė apžvalga, taip pat tai nėra ir sociologinis tyrimas, kuriame remiamasi duomenimis, surenkamais iš įvairių tinklalapių, skirtų žmonėms, ieškantiems progų pasinerti į nuotykius už ilgalaičių santykių ar santuokos ribų. Priešingai, mano pozicija artima antropologinei arba tiriamajai veiklai. Aš kalbuosi su žmonėmis ir išklausu juos. Medžiaga šiai knygai atsirado iš mano terapinio darbo su klientais, mokymų ir paskaitų, kurias skaičiau visame pasaulyje, neoficialių pokalbių ir iš šimtų žmonių, siuntusių man laiškus ir komentavusių įrašus mano tinklalapyje, tinklaraštyje, *Facebook* paskyroje ir *TED Talks* puslapyje.

Dirbdama psichoterapeute pastaruosius šešerius metus daugiausia dėmesio skyriau poroms, susidūrusioms su neištikimybe. Su šiais

žmonėmis leidasi į kelionę po giliausius jų išgyvenimus. Kadangi susitinku tiek su partneriais po vieną, tiek su abiem kaip pora, man atsivėrė neįprasta galimybė pažvelgti į situaciją iš neištikimojo partnerio pozicijų, užuot susidūrus vien su išduotojo skausmu. Man nusišypsojo laimė dirbti su žmonėmis iš įvairiausių pasaulio kampelių, o tai suteikė galimybę susipažinti su skirtingomis kultūrinėmis perspektyvomis, tačiau kuo puikiau suvokiu, kad į mane kreipęsi pacientai nebūtinai atspindi skirtingų ekonominių ir socialinių grupių įvairovę.

Romantiniai santykiai už santuokos ribų ir paslaptys neatsiejami vieni nuo kitų, tad šioje knygoje paslapčių bus apstu. Dažnai neįmanoma atskleisti vieno žmogaus paslapties neišduodant kito. Kai kurias smulkmenas, paprastai suteikiančias pasakojimui ypatingo pikantiškumo, kaip tik ir teko paaukoti siekiant išsaugoti konfidencialumą. Kiekvienas šioje knygoje aprašomas žmogus buvo kruopščiai užmaskuotas, kad išliktų anonimiškas, tačiau stengiausi išsaugoti konkrečius žodžius ir tikslus emocinius kiekvienos situacijos išgyvenimus.

Galiausiai noriu padėkoti. Ieškodama medžiagos knygai ir rašydama, įkvėpimo ir žinių sėmiausi iš galybės kitų mąstytojų, rašytojų ir žinovų. Tačiau viena knyga išsiskiria iš kitų ir jai esu skolinga už savosios pavadinimą.\* „Tikroji situacija: neištikimybės ir įsipareigojimų tyrimai“ (*The State of Affairs: Explorations in Infidelity and Commitment*) – tai sociologinių apžvalgų neištikimybės tema rinkinys, įrodantis, kad šis klausimas nusipelno rimto akademinio dėmesio. Skaitydama vieną turiningą straipsnį po kito jaučiau paskatą

---

\* Originalus knygos „Naujas žvilgsnis į neištikimybę“ pavadinimas yra *The State of Affairs: Rethinking Infidelity*. Dalį knygos pavadinimo autorė pasiskolino iš čia minimo sociologinių apžvalgų neištikimybės tema rinkinio *The State of Affairs: Explorations in Infidelity and Commitment*.

gilintis į svetimavimo temą ir plačiau patyrinti jos psichologinius aspektus bei lygmenis.

Patinka mums tai ar ne, flirtas niekur nedings. Daug rašalo buvo sunaudota kurpiančioms patarimus, kaip apsaugoti santykius nuo neištikimybės, tačiau tai nepažabojo vyrų ir moterų, kurie nuklydo į šalį. Neištikimybė neaplenkia nei darnių porų, nei nesutariančių, nepadedančių net ir tai, kai už neištikimybę baudžiama mirtimi. Taip nutinka ir atviruose santykiuose, kai sekso už santuokos ribų galimybės yra kruopščiai aptariamoms iš anksto. O ir laisvė mesti antrąją pusę ar išsiskirti vis tiek nepanaikino neištikimybės. Pasinėjusi į šią temą supratau, kad nėra vienos tiesos ar išsamios tipologijos, kuri leistų apibūdinti šį sunkų aistros ir išdavystės išbandymą. Vienintelis dalykas, kurį galiu užtikrintai pasakyti – niekas, ką ketinu jums čia papasakoti, nėra pramanyta.

Esther Perel, Niujorkas, 2017 m. sausis

## 1 SKYRIUS

# Naujas pokalbis apie santuoką ir neištikimybę

*Pernelyg ilgai užtruktų paaiškinti glaudžią žmogiškajai  
prigimčiai būdingų prieštarų samplaiką, verčiančią meilę  
kartais įgauti beviltišką išdavystės pavidalą.  
Veikiausiai to net neįmanoma paaiškinti.*

– Joseph Conrad, „Prisiminimai“ (*Some Reminiscences*)

Šią akimirką bet kuriame pasaulio kampelyje kas nors yra neištikimas, ką nors išduoda, kas nors galvoja apie romaną, kas nors siūlo patarimą tam, kuris kenčia nuo neištikimybės, o kas nors yra įsivėlęs į meilės trikampį kaip slaptas meilužis. Joks kitas poros gyvenimo aspektas nesukelia tiek baimės, apkalbų ar susižavėjimo, kaip nesantuokinis romanas. Svetimavimas egzistavo nuo tada, kai atsirado santuoka, ir tiek pat laiko tai laikoma tabu. Per visą žmonijos istoriją neištikimybė buvo draudžiama įstatymų, apie ją buvo diskutuojama, ji buvo politizuojama ir demonizuojama. Tačiau, nepaisant visuotinio pasmerkimo, neištikimybės gajumo santuoka gali tik pavydėti. Ši nuodėmė tokia gaji, kad nusipelno būti paminėta net dviejuose Dievo įsakymuose Biblijoje, kur viename draudžiama tai daryti, o kitame net apie tai galvoti.

Nepaisant bausmių ir atgrasinimo priemonių, visuose bendruomenėse, visuose žemynuose, bet kuriuo laikmečiu vyrai ir moterys vargiai sugebėdavo apsiriboti santuoka. Kone visur, kur tik žmonės

tuokiasi, monogamija yra oficiali norma, o neištikimybė – nusizengimas. Ko galėtume pasimokyti iš šio nuo neatmenamų laikų draudžiamo vaisiaus, kuris visuotinai smerkiamas, tačiau visuotinai paplitęs?

Pastaruosius šešerius metus šis klausimas vis iškyla – ir ne tik kalbantis su klientais savo kabinete, bet ir lėktuvuose, per kvietines vakarienes, konferencijose, manikiūro salone, bendraujant su kolegomis, kabelinės televizijos įrangą prižiūrinčiais vyrukais ir, žinoma, socialiniuose tinkluose. Nuo Pitsbergo iki Buenos Airių, nuo Delio iki Paryžiaus aš vykdžiau savąją neribotą apklausą apie šiuolaikinę neištikimybę.

Visame pasaulyje reakcijos, kurių sulaukiu užsiminusi apie „neištikimybę“, varijuoja tarp rūstaus pasmerkimo ir nuolankaus priėmimo ar tarp atsargios atjautos ir atviro entuziazmo. Grupė moterų, su kuriomis kalbėjau Bulgarijoje, regis, savo vyrų flirtą laiko neišvengiama nelaimė. Paryžiuje ši tema bemat sukelia šurmulį prie pietų stalo ir pastebiu, kad daugybei žmonių teko pabūti abiejose barikadų pusėse. Meksikoje moterys didžiuojasi tuo, kad daugėja neištikimų dailiosios lyties atstovių, ir tai tarsi maištas prieš šovinistinę kultūrą, kurioje visuomet buvo palankiai žiūrima į tai, kad vyrai turi „dvejus namus“ – *la casa grande y la casa chica* – vieni skirti šeimai, kiti – meilužei. Neištikimybė gal ir visuotinis reiškinys, tačiau tai, kokią prasmę tam suteikiame – kaip ją apibrėžiame, kenčiame dėl jos ir kaip apie tai kalbame, – susiję su konkrečiu laiku ir vieta, kurioje plėtojasi ši drama.

Leiskite paklausti: kai galvojate apie neištikimybę, kokie pirmieji žodžiai, asociacijos ir vaizdiniai šauna į galvą? Ar jie pasikeistų, jei pavartotčiau tokias frazes kaip „meilės ryšiai“ ar „romanas“? O jei sakyčiau „slaptas pasimatymas“ ar „pasiautėjimas“, „pakabinimas“ ar „draugelis pasidulkinimui“? Ar esate labiau linkę tam nepritari, o gal suprasti? Kuriai pusei labiau jaučiate palankumą – išduotajai,

neištikimajai, meilužei ar meilužiui, vaikams? Ar jūsų reakcijos kito dėl jūsų pačių gyvenimo įvykių?

Mūsų įsitikinimai, susiję su nesantuokiniais ryšiais, glūdi giliai mūsų kultūroje. Jungtinėse Valstijose, kur gyvenu ir dirbu, pokalbiai šia tema dažniausiai yra instinktyvūs, neobjektyvūs ir šališki.

„Neištikimybė? Tai visko pabaiga, – sako vieni. – Kartą apgavo, apgaus ir vėl.“

„Tik nereikia, – prieštarauja kiti, – monogamija nėra natūralu.“

„Visiška nesąmonė! – atšauna treči. – Mes ne katės, kurioms morčius, o žmonės. Metas suaugti.“

Amerikos rinkoje svetimavimas parduodamas pagardinus smerkimo ir jaudulio mišiniu. Žurnalų viršeliai skatina nepadorybes ir tuo pat metu šventeiviškai pamokslauja. Mūsų kultūra tapo tokia seksualiai atvira, kad tai liejasi per kraštus, bet kai kalba pasisuka apie seksualinę ištikimybę, net liberaliausiai nusiteikę žmonės gali staiga tapti itin griežti. Įdomiausia tai, kad mūsų atkaklus nepritarimas gal ir varžo neištikimybės apraiškas, tačiau neatskleidžia, koks iš tiesų paplitęs šis reiškiny. Negalime paneigti fakto, kad tai vyksta, tačiau visi pritariame tam, kad taip neturėtų būti. Piliečiai reikalauja viešų atsiprašymų, nors uoliai gilinasi į pikantiškas smulkmenas. Pradedant aukštesniais politinio ir karinio elito sluoksniais, baigiant Endže iš situacijų komedijos, neištikimybė pateikiama kaip narcisizmas, dviveidiškumas, amoralumas ir išdavystė. Žvelgiant iš šių pozicijų, tai negali būti laikoma paprastu nusižengimu, nereikšmingu meilės nuotykiu ar tikra meile.

Šiuolaikines diskusijas šia tema galima apibendrinti taip: neištikimybė yra iš teisingo kelio išklydusių santykių požymis. Jei viską, ko reikia, turi namie, neturėtų atsirasti prielaidų to ieškoti kitur. Vyrų yra neištikimi iš nuobodulio ir artimumo baimės; moterys neištikimos, nes jaučiasi vienišos ir trokšta artimo ryšio. Ištikimas partneris yra brandus, gebantis įsipareigoti ir realistiškai vertinantis santykius;



tas, kuris nuklysta į šalį, yra savanaudis, nebrandus ir nesivaldantis. Neištikimybė žlugdo santykius, niekuomet neatneša naudos santuokai ir su tuo neįmanoma susitaikyti. Vienintelis būdas atkurti pasitikėjimą ir draugystę – sakyti tiesą, atgailauti ir atleisti. Ir galiausiai, nors tai ne mažiau svarbu, skyrybos labiau padeda išsaugoti savigarbą nei atleidimas.

Moralizuojantis šiuolaikinių pokalbių tonas tarsi prisega „problemos“ etiketę netobuloms poroms ar individams, tačiau išvengia gilesnių klausimų, kurių prašosi šio reiškinio mastas. Neištikimybė daug pasako apie santuoką – ir ne tik apie jūsų santuoką, bet santuoką kaip instituciją. Tai taip pat skatina pažvelgti į šiuolaikinę kultūrą, kurioje turime daug teisių ir savo privilegijas laikome savaimė suprantamomis. Neįmanoma iš tiesų manome, kad galime supaprastinti neištikimybės paplitimą iki kelių nuodėmingųjų? Juk iš milijonų išdavikų nebūtinai visi yra patologiški.

### Už ar prieš?

Yra vos keli neutralūs žodžiai svetimavimui apibūdinti. Gėdinimas ilgą laiką buvo pagrindinė priemonė, padedanti pažaboti mūsų nevaldomus impulsus, o dabar mums dažnai pritrūksta žodžių, kad galėtume apie tai kalbėti, neišgyvendami gėdos jausmo. Mūsų kalba persmelkta stigmos ir tabu, kuriuos įkūnija neištikimybė. Poetai apdainuoja įsimylėjęlius ir nuotykių ieškotojus, o dauguma žmonių mieliau renkasi tokius žodžius kaip apgavikai, melagiai, išdavikai, priklausomi nuo sekso, donžuanai, nimfomanės, mergiškai ar keksės. Visas leksikonas taip pastiprina nuostatas į nuodėmę, kad ne tik atspindi mūsų nuostatas, bet dar labiau jas pabrėžia. Angliška sąvoka „svetimavimas“ (*adultery*) kilusi iš lotynų kalbos žodžio, reiškiančio ištvirkimą. Net stengdamasi kuo nuosaikiau dėstyti mintis šia tema, suvoki, kad teks vartoti ganėtinai rizikingus žodžius.

Net ir psichoterapeutai gana retai apie tai kalba nuosaikiai ir nešališkai. Romanai dažniausiai apibūdinami atsižvelgiant į padarytą žalą ir sutelkiant dėmesį į prevenciją arba sveikimą. Klinikistai dažnai skolinasi kriminalistų terminologiją ir ištikimąjį sutuoktinį įvardija kaip „nukentėjusią pusę“, o neištikimąjį kaip „kaltininką“. Paprastai labai rūpinamasi išduotuoju ir išsamiai patariama neištikimajam, kaip jis ar ji galėtų padėti savo partneriui atsigausti po traumas.

Atskleista neištikimybė gali sužlugdyti; nenuostabu, kad žmonės yra linkę palaikyti vieną ar kitą pusę. Kaskart, kai kam nors pasakau, kad rašau knygą apie neištikimybę, paprastai bemat sulaukiu klausimo: „Tu už ar prieš?“, tarsi tai būtų vieninteliai įmanomi pasirinkimo variantai. Aš atsakau: „Taip.“ Už šio neperprantamo atsakymo slypi nuoširdus troškimas paskatinti kuo nuosaikesnį ir kuo nekritiskesnį pokalbį apie neištikimybę ir ją lydinčias dilemas. Meilės ir geismo sudėtingumo neįmanoma išsprauti į tokias paprastas kategorijas kaip geras arba blogas, auka ir kaltininkas. Kitaip tariant, jei nesmerkiu, tai nereiškia, kad pritariu, be to, egzistuoja nepaprastai didelis skirtumas tarp supratimo ir pateisinimo. Tačiau kai pokalbį supaprastiname iki įvertinimo, galiausiai pokalbio apskritai nebelieka.

Taip pat nebelieka ir vietos tokiems žmonėms kaip Bendžaminas, švelnaus būdo ponas, perkopęs septintą dešimtį. Jis priėjo prie manęs po Los Andžele sakytos kalbos ir paklausė: „O jei žmona nebepreismena tavo vardo, ar tai vis tiek laikoma neištikimybe? Mano žmonai Alzheimerio liga, – paaiškino jis. – Ji jau trejus metus gyvena slaugos namuose ir aš ją lankau du kartus per savaitę. Pastaruosius keturiolika mėnesių susitikinėjau su kita moterimi. Jos vyras gyvena tame pačiame slaugos namų aukšte. Mes vienas kitą nepaprastai suprantame ir palaikome.“ Bendžaminas veikiausiai yra vienas mėliausių „svetimautojų“, kokius man yra tekę sutikti, tačiau toks jis toli gražu ne vienas. Galybė žmonių nepaprastai rūpinasi savo partnerio gerove net ir jam meluodami, taip, kaip ir daugybė tų, kurie buvo

išduoti, ir toliau myli tuos, kurie jiems melavo, ir ieško būdų, kaip toliau kartu gyventi.

Turėdama minty visus šiuos žmones, jaučiuosi įsipareigojusi apie neištikimybę kalbėti su didesne atjauta ir profesionalumu. Dažnai žmonės neištikimybę laiko traumuojančiu įvykiu, po kurio nėra kelio atgal, ir iš tiesų kai kurie romanai visiškai sužlugdo santykius. Tačiau kitais atvejais tai gali įkvėpti ir paskatinti pokyčius, kurių vertiant reikėjo. Išdavystė skaudžiai žeidžia, tačiau ši žaizda gali užgyti. Nuklydimas į šoną porai kartais gali būti net naudingas.

Kadangi tikiu, kad neištikimybės krizė gali atnešti ir ką nors gero, manęs dažnai klausia: „Ar rekomenduotumėte santykių sunkumus patiriančiai porai užmegzti nesantuokinį romaną?“ Ką atsakau į tokį klausimą? Daugybė žmonių, susidūrę su mirtina liga, paverčia tai teigiama ir gyvenimą keičiančia patirtimi. Tačiau kaip nerekomenduočiau susirgti vėžiu, taip neketinu siūlyti būti neištikimiams.

### **Ar teko susidurti su neištikimybe savo gyvenime?**

Tik pradėjusi domėtis neištikimybės tema, dažnai klausdavau auditorijos, ar kam nors iš jų teko būti neištikimiams arba patirti partnerio neištikimybę. Nenuostabu, kad nepakildavo nė viena ranka. Nedaug žmonių bus linkę viešai prisipažinti, kad maustė kitą ar patys buvo apkvailinti.

Turėdama tai minty, performulavau klausimą: „Kam iš jūsų teko susidurti su neištikimybe savo gyvenime?“ Pakilo miškas rankų ir taip nutikdavo kaskart, kai užduodavau šį klausimą. Viena moteris matė draugės vyrą besibučiuojantį su žavia nepažįstamąja traukinyje. O dabar jų draugystę temdo dilema, ar papasakoti apie tai draugei. Paauglė sužinojo, kad dvilypis jos tėčio gyvenimas tęsiasi tiek, kiek ji pati gyvena šioje žemėje. Moteris negali suvokti, kodėl jos sūnus nusprendė likti su ta „pasileidėle“, kaip ji vadina savo marčią, kurios

nebekviečia sekmadienio pietų. Paslapčių ir melo aidai vilnija iš kartos į kartą, po savęs palikdami meilę be atsako ir sudaužytas širdis. Neištikimybė nėra tik dviejų ar trijų žmonių problema, ji apraizgo ištisas bendruomenes.

Patys paklydėliai ne visada noriai kelia rankas viešumoje, tačiau papasakoja savo istorijas asmeniškai. Žmonės nusiveda mane į šalį vakarėliuose ar apsilanko mano kabinete, kad pasidalytų savo paslaptimis ar įtarimais, nuodėmingais troškimais ar uždrausta meile.

Dauguma šių istorijų yra kur kas banalesnės nei tos, kurios mirga spaudos antraštėse: jokių vaikų, jokių lytiniu keliu plintančių ligų, jokių persekiojančių buvusių meilužių, reikalaujančių pinigų. (Įtariu, kad tokios poros kreipiasi į teisininkus, o ne į psichoterapeutus.) Žinoma, man teko sutikti gana daug narcizų, seksualinių „visaėdžių“ ar lengvabūdžių, savanaudiškų ir kerštingų žmonių. Teko susidurti su ekstremalioomis apgaulėmis, kai nieko neįtariantis partneris būdavo priblokštas sužinojęs apie antrą šeimą, slaptas banko sąskaitas, beatodairišką ir neatsargų paleistuvavimą ar išradingas dvilypio gyvenimo schemas. Sėdėjau priešais vyrus ir moteris, kurie begėdiškai man melavo visą laiką, kiek tęsėsi psichoterapija. Tačiau kur kas dažniau man tenka matyti daugybę vyrų ir moterų, turinčių bendrą istoriją ir vertybes, – o viena iš šių vertybių yra monogamija, – kurių istorija rutuliojasi paprasčiau ir žmogiškiau. Vientovė, ilgi seksualinio sąstingio metai, apmaudas, apgailestavimai, apleista santuoka, prarasta jaunystė, dėmesio troškimas, atšaukti skrydžiai, per didelis išgerto alkoholio kiekis – tai yra kasdienės neištikimybės sudedamosios dalys. Dauguma šių žmonių nepaprastai sutrikę dėl savo elgesio ir į mane kreipiasi ieškodami pagalbos.

Nuklysti į šalį paskatina daugybė skirtingų priežasčių, taip pat skiriasi reakcijos į tai ir galimos pasekmės. Kai kurie nesantuokiniai romanai yra tarsi pasipriešinimo judėjimas. Kartais taip nutinka, kai niekas niekam nesipriešina. Vienas žmogus gali peržengti ribą

dėl paprasčiausio trumpo nuotykių, kiti ieško naujo partnerio. Kai kada neištikimybė tėra menkas maištas, įkvėptas nuobodulio, naujovių troškimo arba poreikio sužinoti, kad vis dar esi patrauklus. Kitos neištikimybės istorijos atskleidžia iki tol nepatirtus jausmus – visa apimančią meilę, kurios neįmanoma paneigti. Paradoksalu, bet daugybė žmonių išduoda santuoką norėdami ją išsaugoti. Kai santykiuose vyrauja priekabės ir užgauliojimas, šis nusizengimas gali tapti postūmiu. Nuklydimas į šalį gali būti įspėjamasis signalas, bylojantis apie tai, kad metas susimąstyti, arba tai gali būti laidotuvių varpai, lydintys paskutinį santykių atodūšį. Nesantuokinis romanai – tai išdavystė, tačiau kartu tai ilgesio ir netekties išraiška.

Noriu pažvelgti į neištikimybę iš daugybės perspektyvų. Stengiuosi suprasti ir būti empatiška abiem pusėms – ką neištikimybė padarė jiems ir ką reiškia būti tuo kitu. Taip pat atsižvelgiu į kitus santykių dalyvius – meilužius, vaikus, draugus – ir kartais net dirbu su jais. Nesantuokinis romanai – tai viena istorija, kurią du (ar daugiau) žmonės patiria visiškai skirtingai. Taip viena istorija virsta daugybe ir mums reikia erdvės šioms nepaprastai skirtingoms ir priešingoms pozicijoms. „Arba arba“ pobūdžio pokalbiai neskatina supratimo ir susitaikymo. Nuklydusį į šalį žmogų vertindami tik pagal jo padarytą žalą ne tik viską sumenkiname ir supaprastiname, bet ir visiškai nepadedame. Kita vertus, ignoruodami padarytą skriaudą ir šlovindami žmogaus polinkį tyrinėti, ne ką mažiau viską supaprastiname ir ne ką daugiau padedame. Pozicija, apimanti abu šiuos požiūrius, išties labiau tiktų daugumai panašių atvejų. Mums reikia jungiamosios grandies – tokio motyvų, prasmų ir pasekmių išdėstymo, kuris padėtų žmonėms nepasiklysti painioje ir daugybę aspektų turinčioje neištikimybės situacijoje. Visuomet atsirasi tokių, kurie teigia, kad vien bandydami suprasti suteikiame apgavystei kur kas daugiau pagarbos, nei ji to nusipelno. Bet toks jau psichoterapeuto darbas.

Įprastą dieną mano pirmas pacientas yra Rupertas, trisdešimt šešerių metų vyras, dėl žmonos iš Jungtinės Karalystės persikėlęs į Niujorką. Jis žino, kad ji užmezgė romaną, tačiau nusprendė neremti jos prie sienos. „Turiu išsaugoti santuoką ir išgelbėti šeimą, – sako jis. – Man svarbiausi esame mes. Žinau, kad ji pamilo kitą, bet vis svarstau, ar ji gali vėl pamilti mane?“

Vėliau ateina Delija ir Raselas, kurie susitikinėjo koledže, o gerokai vėliau, jau sukūrę savo šeimą, susirado vienas kitą per *Linked-In* tinklalapį. Delija sako: „Negalėjome nugyventi viso gyvenimo svarstydami, kas galėjo būti.“ Dabar jie rado atsakymą į šį klausimą, tačiau jį lydi moralinė dilema. „Abu pakankamai daug laiko pralaidome psichoterapeutų kabinetuose, kad suprastume, jog nesantuokiniai romanai retai kada virsta tvariais santykiais, – sako Raselas. – Bet manau, kad mes su Delija kitokie. Tai nėra trumpalaikės aistros pliūpsnis. Tai visą gyvenimą trunkanti meilės istorija, kuri buvo laikinai sustabdyta. Ar turėčiau atsisakyti galimybės būti su savo gyvenimo moterimi, nepaisyti savo jausmų vien tam, kad išsaugočiau santuoką, kuri niekada neteikė tokio didelio džiaugsmo?“

Fera ir Džudė – ketvirtą dešimtį įpusėjusių lesbiečių pora, kartu gyvenanti jau šešerius metus. Džudė stengiasi suprasti, kodėl Fera užmezgė slaptą romaną, nors jos sutarė, kad jų santykiai bus atviri. „Mes susitarėme, kad galime miegoti su kitomis moterimis, bet turime apie tai viena kitai papasakoti, – sako Džudė. – Maniau, kad atviri santykiai mus apsaugos, bet ji vis tiek melavo. Ką dar aš turėčiau padaryti?“ Net atviri santykiai negarantuoja, kad bus išvengta apgaulės.

Per pietų pertrauką skaitau elektroninius laiškus. Vienas jų nuo Barbaros, neseniai našle tapusios šešiasdešimt aštuonerių metų moters iš Minesotos. „Gedėdama vyro netikėtai aptikau įrodymų, kad jis buvo užmezgęs ilgalaikį romaną. Dabar mane kamuoja klausimai, kurių niekuomet nesitikėjau kilsiant, pavyzdžiui, ar turėčiau apie tai

papasakoti savo dukrai? Dar baisiau yra tai, kad mano vyras buvo nepaprastai gerbiamas bendruomenės narys ir mane vis kviečia į jo garbei organizuojamus renginius, kuriuose dalyvauja visi mano draugai. Jaučiuosi sutrikusi, viena mano dalis nori išsaugoti nesuterštą jo atminimą, kita trokšta atskleisti tiesą.“ Susirašinėdamos ap-  
tariame tai, kokią galią turi išaiškėjusi tiesa pakeisti mūsų požiūrį į visą gyvenimą. Kaip įmanoma atkurti savo gyvenimą ir tapatumą patyrus dvigubą netektį dėl išdavystės ir sutuoktinio mirties?

Siuzės žinutė kupina teisuoliško pykčio dėl motinos: „Ji buvo šventoji, kuri liko su mano tėvu iki jo mirties, nepaisydama jo ilgalaikio romano.“ Įdomu, ar ji kada nors bandė į šią istoriją pažvelgti kitu kampu? Kas, jeigu jos tėvas nuoširdžiai mylėjo kitą moterį, tačiau liko ir pasiaukojęs dėl šeimos?

Adamas, jaunas psichoterapeutas, apsilankęs vienuose mano mokymuose, atsiuntė žinutę per feisbuką. „Visuomet maniau, kad neištikimi žmonės yra padugnės, – rašo jis. – Jie galėtų bent jau turėti padorumo ir gerbti žmones, su kuriais yra susituokę, neregzti intrigų jiems už nugarų. Tačiau klausantis diskusijos mane aplankė skausmingas nušvitimas. Patalpa, kurioje vyko mokymai, buvo saugi ir jauki, bet muisčiausi ant savo kėdės, tarsi sėdėdamas ant žarijų, pažadinsiu mane iš sąstingio ir privertusių pažvelgti tiesai į akis. Aš niekuomet neįsisąmoninau to, kad abu mano tėvai buvo susituokę, kai susipažino; tiesą sakant, mano tėvas buvo psichologas, jis dirbo su mano motina, kuri norėjo palikti smurtaujančią vyrą. Jų romaną leido man išvysti šį pasaulį. Prieš trisdešimt ketverius metus būtent svetimavimas mano tėvams padėjo surasti tą vienintelį žmogų, su kuriuo jie norėjo nugyventi visą likusį gyvenimą.“ Šis suvokimas tiek profesinė, tiek asmeninė prasme sudrebino Adamo įprotį viską vertinti tik kaip juoda arba balta.

Paskutinė mano darbo dienos valanda skirta Lilei, trisdešimt septynerių reklamos pardavimų atstovei, kuri kone dešimtmetį vis kelia

ultimatumus savo mylimajam, kad šis išsiskirtų su žmona. Nuo tada, kai jie užmezgė romaną, jam gimė dar du vaikai, o Lilė nerimauja, kad jos galimybė turėti vaikų kasdien darosi vis menkesnė. „Praeitą mėnesį užšaldžiau savo kiaušialąstes, – prisipažino ji man, – bet nenoriu jam to pasakoti – man reikia visų įmanomų galios svertų.“ Per kiekvieną susitikimą ji vis labiau atskleidžia savo prieštarigus jausmus – vieną savaitę ji įsitikinusi, kad jis tik vedžioja ją už nosies, o kitą ji griebiasi bet kokio įmanomo šiaudo, leidžiančio tikėti, kad ji yra jo gyvenimo meilė.

Įpusėjus vakarienei sulaukiu žinutės apie „kritinę situaciją“. Džeksonui iškilo nenumatyta situacija ir jis nori nedelssdamas pasikalbėti. Jo žmona ką tik aptiko, kad viagros buteliuke trūksta labai daug tablečių, ir išspyrė jį lauk. „Tiesą sakant, – pasakoja jis, – jaučiausi bjauriai jai meluodamas, bet negalėjau išverti to pasibjaurėjimo jos veide kaskart, kai tik užsimindavau apie savo seksualinius poreikius.“ Džeksono fantazijos buvo labai spalvingos, tačiau jo žmona tuo bodėjosi ir kaskart jam atvirai tai parodydavo. Ištikus metus jos atstumiamas, jis rado kur įgyvendinti savo fantazijas. „Turėjau būti sąžiningas, – sako jis, – bet per daug buvo pastatyta ant kortos. Man svarbu seksualiniai poreikiai, bet ne taip svarbu, kad nematyčiau vaikų kasdien per pusryčius.“

Klausydamosi šių žmonių pasakojimų, jaučiuosi priblokšta, smerkianti, susirūpinusi, norinti apsaugoti, smalsi, susidomėjusi ir atsiribojusi, o kartais visi šie jausmai man pasikeičia vos per valandą. Verkiu su jais, jaučiau užplūstančią viltį, jaučiausi beviltiškai ir tapatinausi su visais situacijos dalyviais. Kasdien matau, kokia žlugdanti gali būti neištikimybė, bet taip pat matau, koks ribotas mūsų požiūris į tokias situacijas.



## Langas į žmogaus širdį

Neištikimybė gali daug ko išmokyti apie žmonių santykius. Ji leidžia nuodugniau įvertinti vertybes, žmogaus prigimtį ir eroso galią. Ji priverčia kamuotis sprendžiant labiausiai nerimą keliančius klausimus. Kas verčia žmones peržengti ribas, kurias kadaise taip stengėsi įtvirtinti? Kodėl seksualinė išdavystė *taip skaudina*? Ar užmezgti romaną visuomet reiškia savanaudiškumą ir silpnumą, o gal kartais tai yra suprantama, priimtina ir net drąsu? Nesvarbu, ar teko patiems su tuo susidurti, ar ne, ko galime pasimokyti iš neištikimybės keliamo jaudulio ir pagyvinti savo santykius?

Ar visuomet verta atskleisti slaptus meilės ryšius? Ar aistra turi galiojimo laiką? Ar yra koks nors pasitenkinimas, kurio negali suteikti net ir sėkmingiausia santuoka? Kaip išlaikyti tą sunkiai apčiuopiamą pusiausvyrą tarp emocinių poreikių ir seksualinių troškimų? Ar monogamija praranda savo naudą ir prasmę? Ką reiškia ištikimybė? Ar galime mylėti daugiau nei vieną žmogų vienu metu?

Man asmeniškai tokios diskusijos yra bet kokių brandžių ir intymių santykių dalis. Deja, dauguma porų pirmą kartą ima apie tai kalbėtis tik patyrę neištikimybės krizę. Katastrofos stebuklingai nukreipia mus prie esmės. Noriu paraginti jus nelaukti audros, bet aptarti šiuos klausimus, kol dar tvyro ramybė. Pasitikėjimo apgaubti pokalbiai apie tai, kas skatina mus peržengti ribas ir tai lydinčią netekties baimę, iš tiesų gali paskatinti artimesnį ryšį ir įsipareigojimą santykiams. Mūsų troškimai, net ir labiausiai neteisėti, yra žmogiškosios prigimties dalis.

Nors ir kyla pagunda supaprastinti neištikimybę iki sekso ir melo, esu labiau linkusi tai laikyti langu, pro kurį atsiveria sudėtingas santykių ir ribų, kurias jiems nustatome, peizažas. Neištikimybė priverčia mus akis į akį susidurti su permainingomis ir prieštariningomis aistros jėgomis: pagunda, geismu, troškimu, meile ir tuo, kad