



## XX. Egy kis házi olvasmány

**Olvassátok el az alábbi részletet F. Várkonyi Zsuzsa “Már százszor megmondtam” című könyvéből, és beszélgetsetek róla!** (A tapasztalat alapján ez meglehetősen nehéz olvasmány, de érdemes rajta átrágni magatokat!)<sup>1</sup>

**A fejezet címe: NYÚLCIPŐ**

### Családromboló megoldási kísérlet az együttélés feszültségeire

A házasságok felbontása világszerte, de különösen Magyarországon népbetegség, kortünet. Társadalomtudósok, szociológusok, pszichológusok gyűjtik az adatokat, keresik az összefüggéseket. Köztudomású, hogy a nők gazdasági és egzisztenciális egyenjogúsodása komoly szerepet tölt be a válások ilyen nagyarányú elterjedésében. Nem egy elvált asszony meg is fogalmazza: “Mire volt jó nekem egyáltalán ez a férfi?!”; sőt: “Mire jó egyáltalán a férfi?” A csalódott férfiak érdekes módon nem annyira a házasság intézményét kérdőjelezzik meg, inkább az adott kapcsolat jogosultságát.

Mik az egyik nem terhei és örömei a házasságban és mik a másikéi? Erre a kérdésre a legtípusosabb válástörténetek adják meg a választ - azok, amelyeket joggal nevezhetünk válási játzmáknak. De nézzük meg előbb a házasság szétesésének lehetséges háttereit.

Sokféle válás létezik. Van olyan kapcsolat, melyet lassú távolodás után egyik fél sem kíván folytatni: a helyzet mindkettőjük számára egyértelmű. Nem a háborúskodás eszköze vagy ideológiája, hogy “Én még jobban örülök, hogy megszabadultam tőled!” Mindketten érettnak érzik házasságukat a befejezésre, nincsenek visszatartott indulataik.

Van olyan ideiglenes válás (értsd: különválás), amelyet a kapcsolatból kilépő fél nem szán véglegesnek. Kalandra, új érzelmi ingerekre vágyik, és - ha állandó társának sértettsége nem akadályozza meg-, vissza is tér a régi kapcsolatba.

Léteznek olyan válások is, melyekből kiderül, hogy - például a túlságosan korai házasságkötés miatt - párválasztási tévedésről van szó: az egyik fél kényszerítette a másikat, vagy akár mindketten eljutottak ahhoz a felismeréshez, hogy tulajdonképpen más típusú társra van szükségük.

Ezeket nem nevezhetjük válási „játzmáknak”. A játszma lényegéhez ugyanis hozzátartozik, hogy csak lecsapolja, de nem oldja meg a feszültségeket: minden újabb fordulóban, szinte bármely új partnerrel újra felszínre bukkannak. A válás akkor jelzi a kapcsolat természetes végét, ha végig is élték, el is intézték feszültségeiket; ha őszintén - nemcsak jogilag - megegyezésen alapul. Az egymás iránti érzelmek, pozitívak és negatívak egyaránt, elhaltak.

A kapcsolat azonban csak megszakad, de nem ér véget, ha kizárólag az egyik fél tekinti befejezettnek, vagy ha egyikük sem oldotta fel magában a házasság feszültségeit: érzelmeik elintézetlenek. Ilyen kapcsolat-befejezési mód a “Nyúlciipő” is. Lényege, hogy az egyik fél dönt, és menekülésszerűen fut el házastársától. Ez a válás szakítás-, és nem leválás jellegű. A kapcsolatból kilépő fél hirtelen telítődik, és felmondja a szerződést. Elköltözik, vagy elköltözési határidőt szab.

<sup>1</sup> Ebben a szövegben gyakran szerepel a „válás”, „a válás leggyakoribb oka” stb. kifejezés. Mivel ez egy teljes egészében idézett fejezet a könyvből, nem akartuk a szöveget megváltoztatni, de helyenként próbáljátok a „nehéz helyzet”, „krízis szituáció” stb. kifejezéseket behelyettesíteni, hiszen nem szeretnénk, ha azt éreznétek, hogy mi arra gondolunk, hogy el fogtok válni ☺.



Az együttélés feszültsége olyan nagy, hogy a játékos egyetlen perc haladékot sem ad a kapcsolatnak. Nem néz hátra, legszívesebben elfelejtené hajdani pozitív érzelmeit.

Mikor játszma a *“Nyúlcipő”*? Akkor - és csak akkor -, ha kimeríti a játszma ismert kritériumait: ha a nyúlcipőhelyzet bizonyos szabályokat követő lépések nyomán következik be, ha sztereotípen ismétlődik egy ember életében - akár hivatalosan szentesített válások formájában, akár mint jellemző kapcsolatlezárási forma -, ha a *“Nyúlcipő”*-höz vezető helyzetet a játékos ismételten előidéz, ha még mindig ettől a megoldástól reméli a legnagyobb érzelmi nyereséget stb.

A nyúlcipőt felvevő játékos önvédelmi ereje mindig kicsi: kapcsolatai kezdetén - a kapott szeretetért cserébe - szinte feltétel nélkül alkalmazkodik partnere életformájához, életfelfogásához. A kezdetben véletlennek tűnő összezőrdüléseket csupán tűrőképességének pillanatnyi csökkenése teszi lehetővé - egyszer csak sérelmez olyan dolgokat, amelyeket eddig eltűrt. De amint indulatai csökkennek, a vádakot vissza is vonja, vagy más módon simítja el a vitát. Kifogásait érvényteleníti tehát, amint feszültsége csökken.

Társa kezdetben egyáltalán nem érti a helyzetet: úgy tünteti fel, mintha véletlen, egyszeri eseményekről lenne szó, amit házastársa *“felfúj”*. Hosszú ideig tapasztalhatja is, hogy az ellene felhozott vádakot rendszeresen visszavonják. Ezekről az összezőrdülésekről *“békeidőben”* nem is beszélnek, mígnem újra előáll egy hasonló helyzet: az alkalmazkodó fél ismét nagy indulataitól megtámogatva adja elő sérelmeit, az erősebb, *“szabályadó”* fél pedig sorra vonultatja fel ésszerű érveit saját védelmében, sokáig sikerrel.

A viták egyre ismerősebbek lesznek mindkettőjük számára, az eddig alkalmazkodó fél egyre kisebb jelentőségű dolgokat is sérelmez, az erősebb fél egyre gyakrabban bélyegzi meg társát az *“ideggyengeség”* vagy *„jellemggyengeség”* vádjával aszerint, hogy az például kiabálással vagy otthonról való kimaradással torolja-e meg sérelmeit. Amíg a kapcsolat tart, nem születik megegyezés, hiszen minden nézeteltérést heves indulatok hoznak felszínre, és az indulatokkal együtt elsüllyed a konfliktus is: a vádak így nem hitelesek. Egyikük sem fogalmazza meg, mit vár és mit nyújt. Nincs következtetés, nincs irányadó szabály. Semmi sem változik, csak érzékenységük nő az alapkönfliktus iránt, közérzetük pedig fokozatosan romlik.

Ha a nyúlcipő a feleségé lesz, az ő sérelme leggyakrabban így hangzik: *“Én minden percemet a családnak szentelem, ő meg éli az életét.”* Ha a férj készül menekülésre, ilyenformán szokta összegezni panaszát: *“Semmilyen örömet nem enged házon kívül, az is bűn, ha túlórázom, ha a szüleimhez megyek...”* Vagyis mindkét nembeli menekülő fogolynak érzi magát ebben a kapcsolatban. Jogaiért képtelen megküzdeni, igényeit indulat nélkül megfogalmazni nem tudja, és általában a végső döntést is csak a másik távollétében meri meghozni: beadtam a válókeresetet, hazaköltöztem a szüleimhez, kizártalak a lakásból stb.

A kapcsolatot tehát az eddig alkalmazkodó fél önkényesen felszámolja: megszabadul a nyomasztó kapcsolattól. Már mint ettől a nyomasztó kapcsolattól. Mert vajon nem rejt-e hasonló csapdát a következő kapcsolat vagy a gyerekekkel vállalt magány is egy olyan ember számára, aki saját igényeit mindaddig nem képes megfogalmazni és elfogadtatni környezetével, amíg önfegyelme csak tart?

Növekszik-e önvédelmi ereje attól, hogy búcsút vesz valakitől, akivel szemben alulmaradt? Az ilyen válások után ritkán fogalmazódik meg bármiféle tanulság. *“Nincs is min gondolkodni, ő [a másik] tehet mindenről.”* Ami sérelmet ő [a másik] okozott, az *“megbocsáthatatlan”*, amit ő [a másik] szenvedett el, az viszont *“logikus következménye saját hibáinak”*. Ügyesen csoportosítva a tényeket, minden felelősség a másikra hárítható. Gyakran van is mit áthárítani rá. De hogy hogyan alakulhatott ki egy ilyen helyzet, arról a nyúlcipőben elfutó, csalódott ember ritkán gondolkodik. Ha mégis megfogalmaz valamiféle tanulságot, az általában nem több, mint hogy *“minden férfi ilyen”*, *“minden nő ilyen”*. S ha így van, akkor végképp nincs értelme gondolkodni azon, mennyiben járult hozzá a kapcsolat kudarcához ő maga.



*Ami a Nyúlcipő mögött van...*

“Mi vagyunk a becsapott szülők nemzedéke” - mondta nemrég egy fiatal apa, házassági kudarcát mesélve, és tudta, hogy felesége joggal állíthatná ugyanezt. Mert ha egy nemzedéket kétértelmű helyzetek kísérnek útján, az egyformán sújtja mindkét nemet.

Korábban csak arról lehetett hallani-olvasni, mennyire agyonfáradtak az egyedül maradt anyák. Három ember teendőit végzik: dolgoznak a munkahelyükön, ellátják anyai kötelességeiket, beleértve egy teljes háztartás vezetését, és megpróbálják pótolni az apát.

Az elmúlt években már néhány férfi is kimerészkedett a nyilvánosság elé nemtársai érzelmi igényeit hirdetve - ami igazi bátor tett, hiszen a korábbi idők férfiideálja legfeljebb családszerető lehetett, de családkövetelő nem.

A magányossá vált nők veszteségei kézzelfoghatóbbak: több a munkájuk, kevesebb a szabadidejük, kisebb a mozgásszabadságuk, és alig van lehetőségük új partner felkutatására. Ezek jól mérhető, statisztikai táblázatokba rendezhető tények. De ki mert volna tíz évvel ezelőtt arról beszélni, milyen kilátások állnak egy olyan negyvenéves férfi előtt, aki a páros hétvégeken első házasságából származó gyerekeit láthatja vendégül albérleti szobájában, a páratlan hétvégeken pedig második házasságában született - ma már mondjuk óvodás - gyereket viheti a nagymamához? Mit kezdhet ő a volt feleségeknél nagyobb mozgásszabadságával és szexuális szabadságával? Hogyan töltheti ő a hétköznapjait?

Hogy ne fenyegetse újabb kudarc, most már gondosan úgy választja meg partnereit, hogy szóba se jöhessen a kapcsolat véglegesítése: saját színvonalán aluli vagy “foglalt” asszonyokat keres. Így érzi magát bebiztosítva. És végképp magányosan.

A sértett feleségek és barátnők válasza egyszerű: viselkedett volna rendesen, most nem kellene albérletben kuksolnia! Nő barátai viszont vigasztalják: legyen boldog, hogy nem kell minden percéről elszámolnia valakinek. Az elvált férfi mindkét véleményt hamisnak-hazugnak érzi. Nem tudott együtt élni senkivel, és most nem tud egyedül élni.

Az elvált feleségek élete hasonló zsákutcává alakulhat: együtt élni nem tudtak, egyedül élni szintén nem tudnak. Amíg gyerekeik *gyerekek*, életüknek mégis átérezhető célja van, létük életbevágóan fontos, van kihez szólniuk, van kit szeretniük, van kivel veszekedniük. De elég kárpótlás-e mindez az érzelmi és szexuális magányért, a rengeteg felelősségért és munkáért, amit vállalniuk kell? ... És amint a gyerekek felnőnek, még az a kevés jó érzés is elszáll, amit a korábbi fontosság adott.

A válások okait egy kézen meg lehet számolni. A feleségek legtipikusabb sérelme, hogy magukra maradtak a család és a gyerekek összes gondjával; hogy nem bírtak többet dolgozni és elnézni, hogy társuk annyival könnyebben él...

A férfiak azt sérelmezik leggyakrabban, hogy megszűnt minden külső szabadságuk, a családon belül pedig másodhegedűsé váltak; mindig a gyerekekről és a munkákról volt szó, órájuk nem maradt idő, az asszony szexuális elutasítással fejezte ki sértettségét stb.

A vádak eddig még pontosan megegyeznek a “*Neked se legyen jobb!*” játszma alapsérelmeivel. De ezt a sort a nők egyre gyakrabban megtoldják azzal, hogy saját szakmai-szellemi ambíciójukhoz sem kaptak férjüktől segítséget és megértést; a férfiak pedig azzal, hogy a rengeteg családi kötelezettség lehetetlenné tette, hogy “úgy éljen, mint más férfi, mint más szakmabeli, mint más fiatal...”

Vagyis mit vetnek egymás szemére? Hogy munkám van, saját céljaim vannak, a család nemcsak az enyém, én nemcsak a családé vagyok... Ez már jóval összetettebb kép, mint a “*Neked se legyen jobb!*” játszma alapképlete. És sokkal több családot érint. Mit vár a családtól és mit nyújt a családnak férfi és nő? Kinek kell a család? És mire kell?

A nőt természetes nemi ösztönei a család testi-lelki gondozása (etetése, tisztán tartása, gondjainak enyhítése, örömeinek meghallgatása) felé hajtják. A férfi ösztönösen a család és külvilág közti



kapocs szerepére vállalkozik, miközben a családot tekinti élete “origójának, ahová állandóan visszatér, amint megszerezte a család számára szükséges javakat, kivédte a fenyegető veszélyeket, megvívta harcait, elszenvedte kudarcait, learatta győzelmeit.

Ezek a tevékenységek elégítik ki nemi megvalósulásunk ösztönös vágyát. Hogy mindkét nem e felé törekszik, azt a házasságok, szerelmi kapcsolatok kezdő szakasza bizonyítja. A nemi önmegvalósuláson *belül* minden kapcsolat kibír bizonyos hézagokat: például azt, ha a családanya nem jól “eteti” a családot (nem szeret főzni; akkor érzi jól magát, ha ő elé teszik az ételt, mint gyerekkorában saját anyja tette), de jól “takargat” és jól “simítja” a konfliktusokat; vagy azt, ha a férfi suta ugyan a családot körülölelő kapcsolatok irányításában, de bensőségesen a családhoz tartozik, és nagy gonddal látja el őket anyagilag vagy más, külső biztonságot adó “javakkal” (stabil nagycsaládi háttér, tekintélyes társadalmi rang, megbízhatóan állandó munkavégzés stb.).

A nemi önmegvalósításán túl a házastársaknak mindig is voltak egyéb ambíciói is. Ezek ugyanúgy jelenthettek a család számára bámulatra méltó adományt, érdekes (vagy “vicces”) színfoltot, de akár pokollal felérő állandó viaskodást is. Ha a családapa mindennapi munkáján túl elvállalta a falu bírójának szerepét, ez ugyanúgy kiválthatott a családjából tiszteletet, mint “ismert fontoskodása újabb jelének elnéző tudomásulvételét, de akár állandó, gyűlölködő vitát is arról, hogy “megmondtam már, hogy a házam nem átjáróház”.

Hasonlóképpen a család - a férj, az anyós, a gyerekek, a sógorok - értékrendjétől és toleranciájától függött, hogyan fogadták, ha a családanya elvállalta a falu (a környék) öreg betegeinek rendszeres gondozását, a templom takarítását vagy az árvák ebéldeltetését.

Gyakran meg kellett vívni a harcot ezeknek az ambícióknak a megvalósításáért, de végül *is volt* választási lehetőség: vagy sikerült elhallgattatni a család ellenérzéseit, vagy vereség esetén - le lehetett mondani ezekről az ambíciókról.

Van-e lehetőség ma választásra? Lehet-e ma lemondani a család “önző” érdekeit sértő ambíciókról? Vagy lehet-e elhallgattatni a családot önvédelmi beszéde közben anélkül, hogy széthullással fenyegetne? A válaszok többsége tanúsítja, hogy nem. Ha a nő érzi magát (=nőiségét) kizsákmányolva, „világi” dolgaiban pedig megcsúfolva, magára hagyva, többnyire szívesebben választja a hősi magányt és a kettős helytállást egyedül, semhogy naponta kelljen végignéznie férje nagyobb szabadságát, jobb örömfeltevő képességét, kevesebb büntudatát elvégzetlen munkái miatt stb. Ha a férfi érzi magát becsapottnak, leggyakrabban férfias teljesítményeinek, pénzkereső képességének alábecsülése, illetve társadalmi kapcsolat igényének, szakmai ambíciójának el nem fogadása a döntő sérelme. És az, hogy mindezek helyett több - vagy számára éppenséggel elviselhetetlenül sok - családi kötelezettséget, kötöttséget varrnak a nyakába. Józan ésszel felfogható, hogy az otthon fenntartására, együtt tartására nem elég egy fél ember: a feleség munka mellett megmaradó energiája, érdeklődésre sincs ideje. Az ésszerűség megkívánja, hogy a férfi is adja át a családnak energiái, érdeklődése és ideje “megmaradó felét” Józan ésszel az is belátható, hogy a nők nemcsak pénzt keresni - tehát szükségből - járnak el dolgozni, hanem azért is, mert évszázadunk bebizonyította, hogy a nő is képes olyan jellegű teljesítményekre, mint a férfi. És mivel a férfi-teljesítménynek mindig is nagyobb volt a társadalmi megbecsültsége, így a szükséges *és a lehetséges* mellé társult *a vágyott* is: dolgozni akarok, részt *akarok* kapni azokból az élményekből, melyek a nagyvilágban zajlanak, sikerre, elismerésre *vágyom*.

Belátható, elfogadható. Csak éppen nem megy. Nem megy azok között a keretek között, ahogyan a családok hagyományosan éltek, és illúzióik szerint élni akarnak. A vasalót pótolhatja a gyűrhetetlen ing, az üres lakásba hazaérkező gyerek számára még halovány anyapótlék a kikészített hideg vacsora vagy a megszólaló telefon. De mi pótolja a nő számára azt az élményt, hogy nem lehet “testközben” a családnak jutó enivalókkal, ruháikkal, napi hazatérésükkel vagy a gyerek első “r” hangjával? Talán a “mégis minden úgy- ahogyan megvan” érzése.



A férfikéz ügyességét buzgón és fölényesen pótolja a nagyipari technika, de mivel pótolja a férfi a tárgyi világ fölött elvesztett uralmát? És a régebben ezzel szerzett családi fontosságát? Talán és legfeljebb egy autóval.

De amikor a "Hallgasd meg, mi történt ma velem!" helyzet rendszeresen elmarad, mert "Nekem is épp elég bosszúságom volt ma" vagy "jó, de siess, mert mindjárt el kell mennem" - ezért semmiféle nagy jövedelem, szakmai siker vagy hatékony életvezetés nem kárpótol. Valakinek otthon kell lennie, valakihez kell, hogy hazamehessünk, valaki kell, hogy örüljön a sikereinknek - aki vár, akinek ez a jó, aki kibírja - akinek ez az igazi feladat. Valaki örüljön annak, hogy otthon várjuk, valakinek legyen a napi állandóság a megnyugtató, valaki érezze, hogy itt van itthon - legyen valaki, aki nem tudja előteremtteni, megcsinálni, amit én, akinek arra van szüksége, amit én nyújtok, és aki azt adja, amit én nem tudok adni.

Ki nyújtja, és ki kapja mindezt? Kevesen. Mert szerepeink összekuszálódtak. Életformánk akadályozza, hogy elmélyedjünk egyik szerepünkben; folyton kirángat, noszogat és csábít: csinálj mást is, csinálhatnál mást is!

A mosogatás vagy pénzkeresés szintjén elfogadjuk, hogy bajtársak vagyunk, de értetlenül állunk egymással szemben, amikor örömmel jöttünk: "Én csináltam neked.", "Én hoztam neked!" - és a válasz nem az ezeréves: "De jókat tudsz csinálni!", "De jó sokat tudsz hozni", hanem valami ilyesmi: "Én is csináltam már ilyet!", "Én is hoztam valamennyit!". Itt már versenytársak vagyunk, bizonyítási kényszerrel, méricskéléssel. Versenytársak, sőt ellenfelek.

A családot tartani nőnek, férfinak csak kötelessége már, de nem hivatása. Kinek kell egyáltalán a család? Érzelmi letéteményesként senkinek, háttérként viszont mindkét nem igényli. De ki legyen akkor az érzelmi letéteményes és a háttér, ha mindketten a másiktól várják ezt?

A másiktól. Hiszen ha a nő ugyanúgy gondokkal és tervekkel megpakolva tér haza, miért ne kellene neki ugyanaz a kikapcsolódási idő, ugyanolyan meghallgató-elnéző-tisztelő társ, ugyanolyan együtt érző szurkolás és meleg bableves, mint bármelyik férfinak? Ha a férfi ugyanolyan gyakran öltözteti kisfiát, mint bármelyik anya, miért kellene fenntartás nélkül elfogadnia és csodálnia felesége gyerek gondozási szokásait? Ha a nő ugyanúgy el tudja tartani gyerekeit, mint bármely férfi, miért csodálná férje pénzteremtő erejét? Ha a férfi ugyanúgy tud főzni, mosni, takarítani, miért érezné pótolhatatlannak felesége női ügyességét?

A mai házasságok alapélménye, hogy "nem vagyok pótolhatatlan: felcserélhető vagy elhagyható tényező vagyok". Boldogtalanságunk forrása, hogy ez csak egzisztenciálisan igaz, érzelmileg nem. Társ kell, állandó társ. De ki vállalkozik rá?

