

## Nevěra – proč je tak lákavá?



Nevěra - co je na ní tak lákavé? Nevěra je dnes hodně diskutovaným tématem. Lidé ji velmi rádi řeší, rádi si o ní povídají. Mnozí z nich sdílí příjemné zážitky, jiní ty bolestivé. Někdo po nevěře touží a vidí v ní svůj životní styl, a jiní se jí naopak bojí. Bojí se, že by do ní mohli upadnout sami, nebo že by ji odhalili u svého partnera.

Proč se tolik lidí dopouští nevěry? Proč lidé krátkodobě vymění svého partnera za příjemný zážitek s někým jiným i za cenu, že svého skutku budou zanedlouho litovat?

Nejprve je zapotřebí pochopit, že mozek neustále srovnává všechny informace, které má k dispozici. Vždy bude porovnávat partnera, se kterým jsme, a vše, co s ním zažíváme, s ostatními zážitky, které prožíváme s jinými.

Kdykoli se může stát, že potkáme někoho zajímavého. Člověka, který nás okouzlí. Člověka, který je nám něčím blízký. Člověka, který nám příjemně voní, který příjemně mluví, který se o nás více zajímá nebo který nás sexuálně příjemně vzrušuje. To není vůbec nic špatného. Takové zážitky můžeme mít denně, pokud potkáváme velké množství lidí či sledujeme filmy.

Pokud se nám někdo zalíbí, začneme na něj myslet. Začne se nám častěji objevovat v mysli, začneme o něm snít. Mozek nám tyto obrázky začne promítat zcela automaticky. Poněvadž je nastavený tak, že vždy se bude snažit nám předkládat ty nejlepší možné zážitky, které si ale jako nejlepší vyhodnotí sám. Pokud nemáme nepříjemné zážitky s nevěrou či s opuštěním, náš mozek nebudou omezovat přílišné zábrany. Maximálně prožijeme morální varování, která však často mají nízké emoční hodnoty.

Pokud takového zajímavého člověka potkáme, je dobré nechat mozek, aby provedl své vyhodnocování. Nebojte se toho, nechte mozek srovnat nového člověka s vaším vztahem. Bude vám nabízet následující otázky a představy: „Jak by život s tímto člověkem vypadal?“, „Jak byste si s ním představovali život?“, „Jaký je v posteli?“, „Kolik má peněz?“ A mnohé další.

Zkuste si s těmito myšlenkami chvíli pohrát. Když to neuděláte, mozek tyto kalkulace udělá za vás. Někdy se bojíme smilných myšlenek, a máme proč. Celá naše společnost vyrůstala v době, kdy církevní prostředí ovládalo desaterem všechny vztahy. Bylo jasně řečeno: „Kdo by hleděl na ženu tak, jako by s ní chtěl mít sex, už cizoložství spáchal, i když s ní vůbec nic neměl“. Čili už pouhá myšlenka byla pokládána za hřích.

Proto se mnozí z nás bojí těchto myšlenek a brání se jim. Tím však ignorují základní funkci mozku, který potřebuje všechny věci srovnávat. Ve vztahové oblasti je zcela

normální prožívat, že nové tělo může být zajímavější, že nový, nepoznaný člověk může přinést něco, co jsme doposud nepoznali.

Myslíme si, že dlouhodobé vztahy mohou ztrácet na síle a že ten nový určitě přinese něco, co jsme dosud nezažili. Je však potřeba pochopit, že celý vztah s sebou vždy nese srovnávání dvou základních hodnot.

Za první intenzitu vztahu, a za druhé celkový prožitek, který v dlouhodobém vztahu s partnerem budujeme. A to jsou prožitky souhry, společných hodnot, porozumění, rodiny a majetkového zázemí. Samozřejmě, že tyto jmenované hodnoty nemusí mít vysoká emoční čísla. Kdežto intenzita vztahu je o silných emocích.

Průzkumy ukazují, že na začátku vztahu, poněvadž partnera ještě zcela neznáme, jsou hodnoty souhry, majetku, vzájemného poznání a rodiny téměř nulové. Kdežto intenzita bývá vysoká. S tím, jak se vztah prohlubuje a jsme s partnerem déle, nám začíná narůstat jeho hodnota a intenzita sexuality a doteků může ubývat.

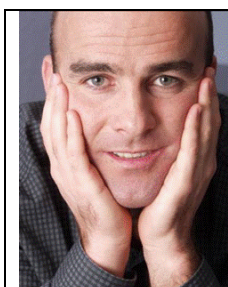
Intenzita na začátku vztahu nemusí být zdaleka tak vysoká, jak si lidé myslí, a při prvním sexuálním zážitku prožijí zklamání. Nicméně už je po všem. Nevěra je na světě.

Lidé se nechávají oklamávat svým vlastním mozkiem a myslí si, že nově poznaný partner přinese něco úžasného. Využijte schopností mozku a nechte ho srovnávat informace k vašemu prospěchu. Nebojte se a nechte mozek srovnat nového člověka s partnerem, kterého právě máte. Pokud vám bude hlásit touhu, že byste to chtěli s tím druhým člověkem zkusit, uvědomte si, v jakých oblastech vám to hlásí. V čem je váš partner nedostatečný? Proč vás mozek táhne za tím druhým? A tyto důvody si napište. Jsou to právě ty oblasti, kde se svým partnerem máte nízká emoční čísla.

Ať už je to kvalita diskuse, ať už je to sexualita, ať už jsou to doteky nebo jsou to peníze, nebo to je nedostatek komunikace, nebo to jsou určité špatné návyky. Vše si napište. Rozhodně vám pak bude stát za to, abyste se svým stávajícím partnerem tyto oblasti probrali a naučili jste se v nich zažívat více.

Člověk, který se na scéně objeví a který vás okouzlí, může ve vašem životě sehrát jak pozitivní, tak negativní roli. Pozitivní roli určitě sehraje, pokud vám váš současný **vztah stojí za to**. Pokud vám stojí za to, tak s partnerem najdete cesty, jak tyto méně emočně prožívané oblasti posílit. Pokud vám váš současný vztah nestojí za to, tak je rozhodně dobré ho ukončit. Odejít z něj pryč. Přestat na něm pracovat.

A možná tento nový člověk, který se na scéně objevil, vám pomůže váš současný vztah rychle ukončit. A podívat se někde po někom jiném.



© **Napsal ing. Aleš Kalina**

Kouč v oblasti osobního rozvoje

(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: [kalina@mujkouc.cz](mailto:kalina@mujkouc.cz)

[www.mujuvztah.cz](http://www.mujuvztah.cz)

[www.foto-mluvi.cz](http://www.foto-mluvi.cz)

[www.mamdepku.cz](http://www.mamdepku.cz)

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.

