

„Az egyedüllétet választottam

DE ETTŐL MÉG
BOLDOG VAGYOK”

Három olvasónk vallott arról, miért nem szeretne párkapcsolatot, vagy összeköltözni valakivel. Más korúak és az életkörülményeik is eltérnek, de abban egyetértenek: nem magányosak, és azt is elárulják, hogyan lehet a társ nélküli lét legalább olyan jó, mint a társas.

„Az összeköltözés nálam kizárt”

Márti tipikusan nagyhangú, jópofa, temperamentumos nő, egy vidéki kisbolygón eladó, a helyiek kedvence. 50 éves múlt januárban, de egyértelműen állítja, soha többet nem hajlandó senkivel összeköltözni. „Épphogy elmúltam 18 éves, már ott díszelgett a jeggyűrű az ujjamon. Sajnos hamar kiderült, hogy nem ugyanarra vágyunk Gyurival: én szeretek menni, programokat csinálni, ő inkább otthon tévézne egész nap, és a társaságért sem rajong. Gyerekeink nem születtek, mert nekem sajnos nem lehet egy betegség miatt, így csak egymásnak voltunk. Vagyis inkább nem voltunk, mert hosszú éveken keresztül csak amolyan lakótárs-ként édegéltünk. Mindenben kiszolgáltam: mostam, takarítottam, főztem rá, mindennap csomagoltam az ebédjét, csillogott-villogott a ház, de én egyre boldogtalanabbnak éreztem magam. Egyszer aztán kiderült, hogy van valakije a szomszéd városból, így nem volt kérdés, hogy vége. Nem veszekedünk, mindenben megegyeztünk, most már tudom,

hogy mindketten megkönnyebbültünk – idézi fel Márti a múltat. – Hamar találkoztam Imivel, vele tényleg minden más, igazán szeretjük egymást, de amikor felhozta, hogy költözzünk össze, azonnal rávágtam, hogy kizárt! Ez az érzés azóta sem változott, és emiatt többször veszekedtünk is. Évekig kiszolgáltam a férjemet, és nem fogom ugyanazt csinálni. Nem akarok alkalmazkodni máshoz a saját lakásomban. Szeretem a rendet és a tisztaságot, és annyira élvezem, hogy minden ott van, ahol hagytam. Van, hogy napokig nem főzök, hanem menüzők a közeli kávézóban, vagy csak hétvégén takarítok – egy férj mellett ez lehetetlen lenne. Ettől még imádom Imit, és bízom benne, hogy elfogadja a döntésemet. Azt is tudom, hogy így még izgalmasabb a kapcsolatunk, és kevesebb esély van arra, hogy egymásra ununk. Miért ne lehetne így élni 50 évesen? Miért lenne kötelező együtt élni bárkivel is, ha nem vágyom rá?” – teszi fel a költői kérdést olvasónk.



„Nem vágyom az ismerkedési mizériára”

A 61 éves Tünde két éve hagyott fel az ismerkedéssel, miután rájött, sokkal kiegyensúlyozottabb az élete egyedül. „Huszonöt évig tartott a házasságom Tamással, amiből az utolsó évek borzasztóan teltek” – emlékszik vissza szomorúan a fodrászként dolgozó nő. – Az elején még minden rendben ment, józan életet élt, rendszeresen dolgozott, a két fiunk nevelésében is kivette a részét, majd egy munkahelyváltás után minden megváltozott. A kollégáival rendszeresen kocsmázni járt, soha nem jött haza időben, és amikor otthon volt, akkor is teljesen elzárkózott tőlünk, nem lehetett hozzászólni. Többször próbáltuk helyrehozni a dolgokat, de végül a válás mellett döntöttem. Tamás nagyon nem akart különmenni, de sikerült meggyőznöm. Én maradtam a házunkban, a gyerekek már rég kirepültek, így hirtelen egyedül lettem a közel 100 négyzetméteres lakásban. Nem találtam a helyemet, elhagyatottnak éreztem magam, akkoriban sokat sírtam is. Aztán az egyik fiam ajánlott egy internetes társskeresőt, ahová regisztráltam, és hamar jöttek is a levelek. Valakivel vacsorázni vagy kávézni is elmentem, de nem éreztem jól magam ezeken az alkalmakon. Méghozzá azért nem, mert valójában nem is akarok társat magamnak, hiszen közben megtanultam egyedül is élvezni az életet. Az egész ismerkedési mizériát csak púpnak éreztem a hátamon, ezért fel is hagytam vele.” Tünde beiratkozott egy csoportos tornára és csatlakozott egy kirándulócsoporthoz is – együtt járják az országot, és imád velük nagyokat sétálni, beszélgetni. „Semmi ijesztő nincs az egyedüllétben, sőt inkább azt mondanám, érdemes kiélni ezeket a pillanatokat.”

„Képtelen lennék más férfit szeretni”

Eszter az egyetem alatt szeretett bele a férjébe, Győzőbe, akit hirtelen, négy évvel ezelőtt vesztett el. „Nekem Győző volt az igazi, soha senki más nem szerettem rajta kívül. Három csodás gyermekünk van, és hat unokánk. Közel negyvenhat évig éltünk együtt, amikor a férjem összeesett a fürdőszobában, és meghalt. Próbáltam újraéleszteni, de nem sikerült, ahogyan a mentősöknek sem – mondja a 70 éves Eszter, aki félállásban dolgozik egy ügyvédi irodában asszisztensként. – A barátnőim sokat nyaggattak a gyászidő lejáta után, hogy ismerkedjek másokkal, ne maradjak öregségemre egyedül, de én érzem, hogy nem vágyom más férfira. A kedvesem halála utáni első év nagyon nehéz volt számomra, csak lassan tudtam visszatérni a normális életbe, de aztán megtanultam így is a legtöbbet kihozni a nyugdíjas éveimből. Rendszeresen gyógyárok az unokákra, ők nekem az igazi boldogság, de sokat olvasok, és jó időben a kertemet is szépítgetem. Gyakran járok a barátnőimmel moziba, színházba, vagy csak beülünk valahová ebédelni. Sőt, most fizettünk be egy buszos kirándulásra Bécsbe. A gyerekeim szerint csodásan nézek ki, és bár rettenetesen hiányzik Győző, boldog vagyok. Mindenkinek azt mondom, egyedül is rá lehet lépni a teljes életre, csak nyitottnak kell lenni az újdonságokra, és nem szabad teljesen bezárkózni.”

5 jel, hogy készen állunk a boldogságra egyedül is



SZAKÉRTŐ:
DR. DARIDA
ÁGNES
LIFE COACH

Dr. Darida Ágnes life coach segítségével megtudhatjuk, hol tartunk a partner nélküli élet folyamatában.

1. Nem érezzük magunkat kevesebbnek csak azért, mert nincs párunk.
2. Nem érint rosszul minket, ha vidám párokat látunk az utcán, és nem gondoljuk azt, hogy „bezzeg nekik, mennyivel jobb az életük”.
3. Nem mondunk le érdekes eseményeket csak azért, mert „ciki egyedül menni”, vagy mert „csak párok lesznek ott”.
4. Nem érzünk kényszer arra, hogy minden szabad percünket megtöltsük valamilyen programmal.
5. Boldogan gondoskodunk magunkról: törődünk az egészségünkkel, a testi-lelki jóllétünkkel, szükségleteinkkel. Nem hanyagoljuk el magunkat akkor sem, ha egy-egy nap nem megyünk emberek közé.

