همه چیز درباره خیانت

شیاطین سیاه
فرشتگان سفید، آدم‌های خاکستری

فاطمه زارع: دوستش نداشتم. گفته بودم دوستش ندارم؛ ولی چون موقعیتش خوب بود راضی‌ام کردند. مرد بدی هم نبود. سعی می‌کرد بامحبت باشد و دلم را به دست بیاورد. خب احمق که نبود، می‌فهمید نمی‌خواهمش؛ ولی هر کار می‌کرد، وصله هم نبودیم. او زن زندگی می‌خواست و من واقعا زن زندگی نبودم. اصلا بزرگ نشده بودم خب. هنوز یک سال نشده بود که احساس کردم هرچه از او می‌خواهم و ندارد، برادرش دارد. برادرش دو سال از من بزرگ‌تر بود. یک‌جورهایی حرف هم را می‌فهمیدیم. طوری شده بود که دوست نداشتم بروم خانه. سعی می‌کردم بیشتر خانه مادرشوهرم بمانم. با برادرشوهرم یواشکی دور از چشم مادر و پدر شوهرم قلیان او را می‌کشیدم. فیلم می‌دیدم. خلاصه زندگی می‌کردیم تا شوهرم از سر کار بیاید و مجبور شوم بروم توی آشپزخانه، چایی بیاورم و بشقاب غذا برایش بکشم.

سکوت می‌کند. نفس کش‌داری می‌کشد. صدای قلپ آبی را که از گلویش پایین می‌رود، می‌شنوم. خودش تصمیم می‌گیرد ادامه دهد:

سر سه ماه به من ابراز علاقه کرد. خودش برایم تلگرام ریخته بود و همان‌جا هم به من گفت. اولش می‌ترسیدم؛ ولی عاشق شده بودم. آن روزها بیشتر از هر چیزی حس خشم داشتم. حق خودم می‌دانستم که چیزی را که به زور ازم گرفتند به دست بیاورم ولو که ممنوعه یا پنهانی باشد. نمی‌شود کسی را بیندازی ته چاه و بگویی داد و فریاد نکن. هرچند همه چیز را فهمیدند و تاوان خیلی سنگینی دادم؛ اما هنوز هم به خودم حق می‌دهم. حتی همین حالا که اگر ازم بپرسند نمی‌دانم عشق بود یا تلاش برای نفس‌کشیدن!

به طور متوسط خیانت عامل ۸۰ درصد از طلاق‌ها در ایران است. تحقیقات نشان می‌دهد ۲۰ تا ۴۰ درصد مردان و ۲۰ تا ۲۵ درصد از زنان به همسر خود خیانت می‌کنند. هر جنس دلایل متنوع و خاصی برای خیانت دارد. در یک بررسی که از زنان و مردان خیانتکار درباره انگیزه این کارشان پرسیده شده بود، عموما پاسخ‌ها این‌چنین بود:

زنان: «شوهرم به اندازه کافی به من توجه نمی‌کرد»؛ «نمی‌دانم به خودم آمدم و عاشقش شده بودم»؛ «به اندازه کافی برایم وقت نمی‌گذاشت»؛ «به من حس کافی‌بودن نمی‌داد».

مردان: «فرصتش اتفاقی پیش آمد»؛ «تحریک شدم»؛ «چیزی داشت که همسرم نداشت».

بررسی‌های مراکز روان‌شناسی مختلف نشان می‌دهد که زنان بیشتر به دلایل احساسی و مردان بیشتر به دلایل جنسی وارد رابطه دوم و پنهانی زندگی می‌شوند.

ما سنتی ازدواج کردیم. اجبار نبود و عشق هم نه. همسرم دختر دوست خاله‌ام بود و از این طریق آشنا شدیم. خب در جلسات خواستگاری همه چیز خوب به نظر می‌رسید. وضعیت خانوادگی خوبی هم داشتند و دکور همه چیز خوب بود. زیاد هم را نشناختیم و ازدواج کردیم. بعد از ازدواج احساس می‌کردم یک چیزی کم است. کافی نبود. با دخترهای فامیل‌مان رقابت نمی‌کرد که ازشان یاد بگیرد. فقط بهشان حسادت می‌کرد و در سطح خودش مانده بود. سعی نمی‌کرد تیپ بزند، ورزش کند، کرمی چیزی به سر و صورتش بمالد. همه چیزش شده بود زندگی مشترک و زندگی مشترک من بودم و بچه.

من نمی‌خواستم و نمی‌توانستم جدا شوم. خب مطمئنم همسرم دست‌وپای مستقل و تنها زندگی‌کردن ندارد. از آن گذشته دختردار شده بودیم. نمی‌خواستم دخترم بدون یکی از ما بزرگ شود. خب کنار همه اینها حق زندگی هم داشتم. خودم هم بودم. این‌طور شد که تصمیم گرفتم با ستاره ازدواج موقت داشته باشم. رابطه من و ستاره ضربه‌ای به زندگی مشترکم نمی‌زند. فقط یک حس عذاب وجدان دارم. وحشتم این است که دخترم بزرگ شود و بفهمد. مشاورم می‌گوید بهتر است چیزهایی را که از همسرت می‌خواهی به او بگویی و کمک کنی او شبیه زنی شود که می‌خواهی. ولی سختم است، می‌فهمی. سخت است آدم به مادر بچه‌اش بگوید این مدل موهایت دلم را می‌زند.

طبق بررسی روان‌شناسان یکی از رایج‌ترین دلایل داشتن رابطه پنهانی برای مردان و زنان متأهل نارضایتی از شرایط جنسی بین آنها و همسران‌شان است؛ چیزی که عموما در لایه‌های زیرین روابط و زیر لوای کلماتی جایگزین و پنهان می‌شود.

در فرهنگ ما سکس یک امر پست دنیوی است که باید از توجه زیاد به آن برحذر بود. آموزش‌های جنسی در مدارس در ابتدایی‌ترین سطح و آمیخته با حس گناه است که همین رویه این انگاره را ایجاد می‌کند که زن و مرد بعدها از صحبت دراین‌باره با یکدیگر شرم داشته باشند.

با اینکه بسیاری از خانواده‌ها درگیر مشکلات جنسی هستند، اما خبری از کلینیک‌های تخصصی جنسی نیست. معاونت زنان و خانواده دولت روحانی در سال ۹۶ تفاهم‌نامه‌ای با وزارت بهداشت برای راه‌اندازی کلینیک‌های سلامت خانواده امضا کرد؛ کلینیکی که قرار بود خدمات تخصصی مانند مشاوره‌های حقوقی، مشاوره‌های خانوادگی و سلامت جنسی ارائه دهد؛ اما چالش‌های تخصصی میان وزارت بهداشت و شورای عالی انقلاب فرهنگی روند پیشرفت این کلینیک‌ها را دچار مشکل کرد. اگرچه دولت دوازدهم قول‌هایی درباره پیگیری این کلینیک‌ها داده بود، ولی تا به امروز هیچ خبری نشده و به نظر نمی‌رسد این موضوع جزء اولویت‌های وزارت بهداشت و دولت سیزدهم باشد.

محمد ۳۲ساله است؛ اما جوان‌تر می‌زند. ورزش می‌کند و حالا با لباسی که سخاوتمندانه عضله‌هایش را نمایش می‌دهد، روبه‌رویم نشسته است. رابطه پنهانی او در ۳۱سالگی‌اش لو می‌رود و همسرش از او جدا می‌شود.

- یک مقدار از زندگی‌ات برامون تعریف کن.

- می‌دونی آدم وقتی می‌خواد زن بگیره میره سراغ دختری که دوستش داره. من خیلی همسرم رو دوست داشتم. خیلی براش احترام قائل بودم. سعی می‌کردم خیلی باهاش درست رفتار کنم و روی سرم بذارمش. هنوزم دوسش دارم با اینکه رفته. حتی، حتی گاهی بهش حق هم می‌دم. من و خانمم قبل از ازدواج با هم دوست بودیم. خیلی معمولی و سطحی. زود هم به ازدواج ختم شد و همه چی خوب بود؛ ولی بعد از مدتی من یه چیزی رو کم داشتم. نمی‌تونستم اونو با زنم تجربه کنم.

- فانتزی‌های جنسی؟

- خب آره. توی دوران مجردی تجربه‌اش کرده بودم. عاشق BDSM بودم و اصلا دوست نداشتم پارتنر این نوع رابطه همسرم باشه. اون توی چشمم خیلی محترم‌تر از این حرفا بود. برای اون خیلی احترام قائل بودم.

- هرگز تونستی این رو به همسرت بگی؟ که دلیلت چی بوده؟

- نه. اصلا نتونستم. خجالت می‌کشیدم. راستش خب که چی؟ اشتباه کرده بودم؛ اونم رفت. حق داشت بره. توی زندگی‌مون مشکلی نداشتیم و همین بیشتر شوکه‌اش کرد. همین که از نظر خودش هیچ دلیلی وجود نداشت.

- دلایلی که از نظر تو وجود داشتن؟

- قطعا وجود داشتن...

- هنوزم دارن؟

- دارن، وگرنه من الان روبه‌روی شما ننشسته بودم.

داشتن فانتزی جنسی اختلال روانی نیست. اتفاقا برای هیجان‌برانگیزشدن رابطه و دوری از یکنواختی پیشنهاد می‌شود که زوجین روابط خود را با فانتزی‌های مختلف، خلق نقش و بازی پیش ببرند. فانتزی‌های جنسی دو دسته سالم و غیرسالم دارند.

فانتزی‌های جنسی سالم:

- تماشای فیلم
- رابطه جنسی متفاوت

فانتزی‌های جنسی غیرسالم:

- مازوخیسم یا خودآزاری (Masochism): فرد به لذت جنسی همراه با درد یا تحقیر خود علاقه دارد.
- سادیسم یا دیگرآزاری (Sadism): فرد از ایجاد درد در دیگری لذت می‌برد.
- نمایش‌گرایی یا عورت‌گرایی (Exhibitionism): فرد علاقه دارد اندام خود را به جنس مخالف نشان دهد.
- فروتریسم یا مالش‌دوستی (Frotteurism): فرد مبتلا به این فانتزی علاقه دارد بخش‌هایی از بدن خود را بدون رضایت دیگران به آنها بزند و این مسئله بیشتر در اماکن شلوغ رخ می‌دهد.
- پارافیلیا یا انحراف جنسی (Paraphilia): فرد تمایلات جنسی غیرطبیعی، افراطی و خطرناک دارد.
- پدوفیلی (Pedophilia): فرد به کودکان گرایش جنسی دارد.
- فتیشیسم یا یادگارخواهی (Fetishism): فرد با یک عضو، شیء یا فعالیتی خاص از بدن، لذت جنسی می‌برد.
- چشم‌چرانی (Voyeurism): فرد از تماشای دیگران در موقعیت‌های جنسی لذت می‌برد.

داشتن فانتزی‌های معمول جنسی خطرآفرین نیست؛ اما فانتزی‌های جنسی غیرسالم می‌تواند آسیب‌رسان باشد و افراد را وارد سیکل معیوبی از روابط بکند. خیلی از مردان و زنانی که به دلیل کمبودها و نارضایتی‌های جنسی خیانت می‌کنند، در واقع در ذهن خود فانتزی‌ای دارند که برای محقق‌شدن آن وارد رابطه پنهانی می‌شوند.

برخی از فانتزی‌های جنسی نوعی انحراف هستند و رابطه پنهانی برای پاسخ‌دادن به این انحرافات به دلیل واردکردن سطح بالایی از استرس به فرد می‌تواند آن انحراف را قوی‌تر هم بکند.

کنار ستاره که می‌نشینم، سرش را از گوشی بلند نمی‌کند. همان‌طور که مشغول تایپ‌کردن است، می‌گوید وایسا جوابش را بدهم تا نپرد.

صبر می‌کنم تا نپرد. شر و شیطون است. انگار که مصداق واضح مفهوم تینیجری را روبه‌رویم نشانده باشند. شبیه ظاهر رنگی و شلوغش داستان را تعریف می‌کند:

«می‌دانی این بدترین حس دنیاست که با کسی رقابت کنی که در حقیقت باید سایه سرت باشد. هرگز نتوانستم دوستش داشته باشم. از همان کودکی، یک‌جور نفرت مرموز حس می‌کردم. انگار همیشه از هر رفتاری که داشت حرصم درمی‌آمد. این احساساتم در ۱۵سالگی شدیدتر شد. از همان موقع‌ها حس می‌کردم که دلم می‌خواهد با یک کار عجیب حرصم را خالی کنم؛ اما خب یک چیز معمول نبود که بخواهم در موردش با کسی حرف بزنم. فکر می‌کردم می‌گذرد. چه می‌دانم از سرم می‌پرد. تو می‌دانی چقدر تلاش کردم دوستش داشته باشم؟ خب مادرم بود. فکر نکنم کسی بفهمد چه بر سرت می‌آید اگر عمیقا و واقعا مادرت را دوست نداشته باشی. درحالی‌که هرگز آزارت نداده است».

عقده مادر یکی از عقده‌های رایج بین فرزندان است که نمودهای مثبت و منفی دارد. عقده‌ها همان احساسات واپس‌رانده ما در تاریک‌خانه ذهن هستند که زیگموند فروید از آن با عنوان ناخودآگاه یاد می‌کند. اما به عقیده کارل گوستاو یونگ ما فقط یک ناخودآگاه فردی نداریم که جایگاه عقده‌های روانی باشد؛ چون خیلی از چیزها هستند که ریشه‌شان به هیچ تجربه فراموش‌شده‌ای برنمی‌گردد و عملا در ناخودآگاه فردی جایی ندارد. یونگ معتقد است ناخودآگاه فردی در نهایت روی یک بستر بزرگ‌تر به نام ناخودآگاه جمعی قرار دارد که روی شکل‌گیری الگوهای فرهنگی و اجتماعی و فردیت انسان تأثیر می‌گذارد.

ناخودآگاه جمعی ساخته‌شده از کهن‌الگوهاست. یونگ می‌گوید ما کهن‌الگو یا آرکتایپ را شبیه صفات غریزی دیگر به ارث می‌بریم. یعنی کودک با مغزی متولد می‌شود که نه‌تنها شبیه به لوح سفید خالی نیست، بلکه ساخته‌شده از یک وراثت بخصوص و متمایز از دیگر مغزها و با چارچوب قاعده‌مند برخی از کهن‌الگوهاست. مثل کهن‌الگوی مادر که در تمام انسان‌ها در همه جای دنیا مشترک است.

کهن‌الگوی مادر از اساسی‌ترین کهن‌الگوهاست که در صورت‌های مختلف و بی‌نهایت تجلی پیدا می‌کند. مظاهر این کهن‌الگو می‌تواند متفاوت باشد و از این‌رو معانی خاصی برای انسان ایجاد و او را وادار به رفتارهایی خاص می‌کند یا در او احساسات منحصربه‌فردی را به وجود می‌آورد. اگر بخواهیم خلاصه‌ای از نشان‌های کهن‌الگوی مادر در انسان‌ها را فهرست کنیم، این‌چنین می‌شود:

- تلاش انسان برای رستگاری؛ مثل رسیدن به بهشت، ملکوت یا محیط آسمانی
- در پی احساس تعلق خاطر بودن؛ مثل داشتن این حس به وطن، خانه، مسجد و کلیسا
- احساسات مخصوص به چیزهای هیبت‌دار؛ مثل احساسی ژرف و ترس‌گونه داشتن به آسمان، زمین یا جنگل
- نگاه به باروری و حاصلخیزی؛ مثل رشد درخت، کاشتن درختان بارده
- تجلی رحم‌گونه چیزها؛ تداعی غار، حوضچه تعمید، گل نیلوفر آبی و حتی حیواناتی مثل گاو

یونگ معتقد است تأثیر مادر روی فرزند دو نوع است؛ یک دسته تأثیرات غریزی و ارثی که مادر در آنها نقشی ندارد و دسته دوم تأثیراتی است که مادر در به وجود آمدن آنها نقش اساسی دارد. کودک در هر صورت موجودی تشنه برای ثبت وقایع و گرفتن تأثیر است.

در واقع کهن‌الگوی مادر سرچشمه هر چیزی است که به توسعه روانی ما مربوط است و این یعنی این کهن‌الگو هم پرورنده است و هم ازبین‌برنده. جالب این است که این کهن‌الگو در همه ما به یک شکل یکسان وجود دارد و فقط نمودهایش متفاوت است.

عقده مادر در کهن‌الگوی مادر ریشه دارد.

انسان در بزرگسالی بی‌شک یک کودک زخم‌خورده درون دارد؛ چراکه روزی از دامن و آغوش امن مادر جدا شده است. در طول رشد ما خاطرات زیادی از مادر در ذهن داریم. او مظهر خدا روی زمین است. هرچه بزرگ‌تر می‌شویم، این مظهر ناتوان‌تر شده و زمینی‌تر می‌شود. ما از او جدا می‌شویم و این عقده شکل می‌گیرد.

عقده مادر در دختران و پسران متفاوت است و همین‌طور تأثیرات مثبت و منفی دارد که ستاره درگیر و در دام یکی از آثار منفی این عقده است.

ستاره در دسته تأثیر منفی عقده مادر با نمود تشدید غریزه مادرانگی قرار می‌گیرد. این دسته از دختران میل شدید به مادرانگی در روابط دارند؛ آنها ناخودآگاه به سمت مردهای متأهل جذب می‌شوند. این افراد روابط با مردان را نه به خاطر خودشان بلکه به دلیل متأهل‌بودنشان دوست دارند.

دیگر تأثیرات منفی عقده مادر در دختران، چیزهایی از قبیل تشدید مفرط عملکرد مادرانه، فلج‌شدن ابتکار زنانه و مقاومت همه‌جانبه در برابر مادر است. عقده مادر در دو جنس تأثیرات مثبت و منفی متغیری دارد.

احمد رابطه پنهانی و دور از چشم همسرش را خیانت نمی‌داند و آن را حقی می‌داند که خداوند به صورت طبیعی به او داده و حالا عده‌ای می‌خواهند بگیرندش. برادر کوچک‌ترش او را به مرکز آورده و احمد هم در همین جلسه اول تا توانسته «توی روی مشاورش ایستاده». برادر کوچک‌تری که به زعم احمد شبیه من قرتی و دنبال همین مسخره‌بازی‌هاست. دلیل اینکه قبول کرده با من صحبت کند هم همین است؛ اطمینان خاطر از گمراهی امثال ما و تلاش برای اینکه با واقعیت روبه‌رویمان کند.

- شما زن‌ها شلوغش می‌کنید. حتما فمینیست هم هستی؟ زن من هم از این حرف‌ها زیاد می‌زند. جمله و حرف‌های عین یکدیگر هم دارید. همه یک‌جور حرف می‌زنید و برای چیزهای شبیه به هم رگ گردنتان بالا می‌زند. من خیانت نمی‌کنم؛ من از حقی که خدا برایم قائل شده استفاده می‌کنم. کار من اشتباه نیست.

- اما این‌طور که من شنیدم ناراحتی همسرتان از صیغه بودن یا نبودن نبوده، از کلیت ماجرا بوده؛ از داشتن رابطه پنهانی شما با...

- رابطه پنهانی چه صیغه‌ای است خانم. زنم بوده. زن شرعی‌ام.

- باشد. همسر دوم.

- حالا شد! همه حرف من این است خانم خبرنگار داشتن همسر دوم به معنای بدبودن همسر اول نیست که. هست؟ آدم باید خیلی دیوانه باشد که از امتیازاتش در این دنیا استفاده نکند. موافق نیستی؟

سری تکان می‌دهم و می‌خندم. دستی به سرم می‌کشم که می‌پرسد:

- ببینم خودت شوهر کردی یا نه؟

تعدد زوج برای مردان مجاز شمرده شده است.

در تفسیر فقها دلایل مجوز تعدد زوج برای مردان موارد زیر است:

- غریزه جنسی مردان از زنان بیشتر و طولانی‌تر است.
- زنان در هنگام عادت ماهانه و بخشی از بارداری توانایی برقراری رابطه جنسی ندارند اما مردان چنین ممنوعیتی ندارند.
- تعداد زنان از مردان بیشتر است و ممکن است زنی به دلیل از دست دادن شوهر خود، نداشتن خواستگار مناسب یا... ازدواج نکند و اگر تعدد زوج جایز نباشد این زنان برای همیشه مجرد بمانند.

خیلی از مردان با استناد به همین دلایل و با این اعتقاد همسر دوم خود را صیغه می‌کنند و رابطه پنهانی خود را خیانت یا گناه نمی‌دانند.

البته این مردان همین حق را برای همسر خود قائل نمی‌شوند؛ چراکه بر این مبنا، چندهمسری برای زنان خلاف طبیعت و احساسات زن است؛ همچنین شناخت نسل و نسب انسان فقط از سمت زن میسر می‌شود و تعدد همسر برای زن این امکان را از بین می‌برد.

البته این دسته از مردان خود را از سایر مردان غیرباورمند به عقیده فوق برتر می‌دانند و معتقدند حلال‌کردن روابط بسیار مقبول‌تر از انجام حرام آن و داشتن معشوقه است.

البته اسلام نیز برای روابط غیرمشروع احکام حقوقی مقدر کرده است. در ماده ۶۷ قانون خیانت این‌چنین تعریف شده است: هرگاه زن و مردی که بین آنها علقه زوجیت (محرم نشده باشند) نباشد مرتکب این امر خلاف شوند، به ۹۹ ضربه شلاق محکوم خواهند شد.

خیانت مرد به زن تنها در صورتی می‌تواند پیگیری حقوقی یا قانونی داشته باشد که بین مرد و زنی که با او رابطه پنهانی دارد، علقه زوجیت برقرار نشده باشد. یعنی مرد زنا یا رابطه نامشروع داشته و خطبه عقد را نخوانده باشد. زن اول هم بتواند این را در دادگاه ثابت کند. حکم رابطه نامشروع برای مرد تا ۹۹ ضربه شلاق است و حکم زنای محصنه برای او می‌تواند شلاق حدی، اعدام یا سنگسار باشد.

اما ازدواج موقت و دائمی مرد و اختیارکردن همسر دوم تنها در صورتی قانونی و شرعی است که همسر اول رضایت داشته باشد. در صورت عدم رضایت زن اول و اثبات آن در دادگاه برای ازدواج دائمی مرد شش تا ۲۴ ماه حبس بریده می‌شود. برای ازدواج موقت او مجازات وجود ندارد اما زن می‌تواند مهریه و طلاق خود را مطالبه کند.

افرادی مثل احمد کمتر روابط خود را گناه‌آلود دانسته و اتفاقا این گروه فارغ از زن و مرد، دیگران را نیز به صیغه به عنوان یک رابطه خوب دعوت می‌کنند. چنین عقیده‌ای به نوعی یک امنیت و آرامش روانی برای ایشان ایجاد می‌کند و کمتر درگیر تبعات روانی و بار سنگین روابط پنهانی خود می‌شوند.

صورت رنگ‌پریده‌ای دارد و دستانش می‌لرزد. به گفته خودش تازه ۲۸سالگی را رد کرده و خانواده درست با جشن تولد خداحافظی ۲۸سالگی برایش چند پستانک و جغجغه خریده‌اند تا یواش‌یواش به او بفهمانند دارد از سن مادرشدنش می‌گذرد. موهایش را سبز کرده؛ همین‌طور که دسته‌ای از آنها را با دلهره در دست می‌گیرد توضیح می‌دهد: شوهرم این رنگی دوست داشت، بهم میاد؟

لبخند می‌زنم و سری تکان می‌دهم. می‌خواهد نیلوفر صدایش بزنم. نیلوفر می‌گوید احساس می‌کند معلق است، یک زندگی نزیسته توی مغزش بزرگ و بزرگ‌تر می‌شود. انگار درست موقع شناختن خودش، خودش را از دست داده است. از او می‌خواهم ماجرا را تعریف کند.

- ماجرا به چهار سال پیش برمی‌گردد. من در ۲۰ سالگی ازدواج کردم. شوهرم دوست‌پسرم نبود اما از این مدل‌های تیک‌وتاک بودیم. پسر همسایه روبه‌رویی خانه پدری‌ام بود. زندگی خیلی قشنگی داشتیم و داریم. همه چیز خوب و مرتب بود تا اینکه شوهرم تصمیم گرفت برای تولد ۲۴سالگی سوپرایزم کند. چون دست‌تنها بود دوستانش را دعوت کرده بود و به همین واسطه از آنها کمک هم خواسته بود. آنجا با سحر آشنا شدم. سحر همسر عقدکرده رضا، یکی از دوستان همسرم بود. تازه ازدواج کرده بودند. در همان جشن خیلی صمیمی شدیم. خب بخشی از آن به خاطر جشن و اینها بود، اما آخر شب شماره‌ام را گرفت و قرار شد با هم بیشتر در ارتباط باشیم. یک هفته بعد با هم قرار گذاشتیم. کم‌کم احساس می‌کردم دوست دارم بیشتر ببینمش. قرارها را هفتگی کرده بودیم و هر هفته پارک، سینما، استخر یا گاهی هم خانه ما بودیم. در یکی از مأموریت‌های شوهرم از او خواستم سه روز پیش من بماند و او هم قبول کرد و همه چیز در همین سه روز اتفاق افتاد... .

به گفته روان‌شناسان در چنین مواردی بیمار و درمانگر باید تعداد جلساتی را بگذرانند تا تشخیص دهند فرد دچار چه نوع بیماری است.

دستمال کاغذی‌اش پودری شده و دیگر فایده ندارد. بهش دستمال می‌دهم و برایش قوطی آب معدنی روی میز را باز می‌کنم. نامش سارا است و درگیر ترومای خیانت.

- ببین من خیلی دوستش داشتم. بعد از ازدواج اون تنها پناهم بود. اصلا برای اولین بار بود که حس می‌کردم می‌تونم روی کسی جز بابام حساب باز کنم. مرد خوبی بود. خیلی روم غیرت داشت. از یه جایی به بعد یه جورایی غیرتش غلیظ بود. زیادی بهم گیر می‌داد و من فکر می‌کردم از سر دوست داشتنه، نگو از یه جای دیگه آب می‌خورد. همین یک سال پیش بود که اتفاقی وارد واتس‌اپش که روی لپ‌تاپ مشترک‌مون بود، شدم. قصدم چک‌کردن نبود ولی کنجکاو شدم و پیام‌ها رو خوندم. احساس می‌کردم چیزی توی قلبم کنده شد و فرو افتاد. شبیه به بانجی‌جامپینگ. تا حالا از ارتفاع پریدی؟

سر تکان می‌دهم.

- آره. پیام‌هاشو خوندم. شوک بودم تا از سر کار اومد و منو با اون حال دید. خب فهمید یه چیزی شده و وقتی بهش گفتم، خیلی عذرخواهی کرد. حتی گریه کرد و گفت اشتباه کرده و بهش فرصت بدم. دوستش داشتم. زندگیم خیلی خوب بود و بهش فرصت دادم. فکر می‌کردم با این کار جذبم می‌شه. فکر می‌کردم تمومش می‌کنه. تا اینکه شش ماه پیش مجددا دیدم که یه گوشی پنهانی از من داره. وقتی گوشی پنهانی رو دیدم نخواستم به روش بیارم. هیچ کار نکردم. احساس حقارت داشت خفم می‌کرد. عین دست و پا زدن زیر آب بود. تا حالا کسی سرتو زیر آب نگه داشته؟

دست دراز می‌کنم و کتفش را می‌مالم.

- می‌خواستم عین من بشه. بفهمه چی کشیدم. چرا اون تجربش نکنه؟ با دوستش ریختم رو هم. هیچ حسی هم به یارو نداشتما. فقط می‌خواستم حس قدرت کنم. یا نه، قدرت که نبود، می‌خواستم شبیه قبل حس کنم کافی‌ام، خوشگلم، دوست‌داشتنی‌ام. تا حالا کسی دوستت داشته؟

رابطه پنهانی سارا و دوست‌پسرش بعد از شش ماه لو می‌رود. شوهر سارا خیانت او را در دادگاه ثابت می‌کند و سارا را طلاق می‌دهد؛ بدون مهریه و با تعداد مشخصی ضربه شلاق.

ترومای خیانت پیچیده و دالان‌مانند است؛ تاریک، سرد و با تازیانه. ترومای خیانت فرد را درگیر اندوه، افسردگی، خشم و شوک عمیق می‌کند و ممکن است او را برای ابد گوشه‌گیر و منزوی کند؛ چراکه فرد از همه انتظار زخم دارد و دیگر اعتمادکردن برایش ممکن نیست.

انتقام برای جبران خیانتی که به فرد روا شده، یکی از شایع‌ترین دلایل خیانت پارتنر دیگر است. این انتقام نمودهای متفاوتی دارد مثل آسیب‌رساندن جسمی، مقابله به مثل، جارزدن خیانت فرد برای بی‌اعتبار و احترام کردنش و... انتخاب مقابله به مثل می‌تواند مثل ماجرای سارا همه چیز را پیچیده و غریب کند.

کلمات تعیین‌کننده جهت قصه‌ها هستند. توفیر دارد بگویی روزی خواجه نشسته بود توی سرسرا... یا بگویی همان روزی که خواجه تمرگیده بود توی سرسرا...

آدمی پیچیده و چندبعدی است. رفتارهایش دلیل سرراست ندارند. اصلا اگر کسی دنبال آدرس سرراست برود، با انسان نه که با ساختمان روبه‌رو می‌شود.

روابط پیچیده‌ترین بخش زندگی و چاه عمیق نمودهای روانی ما هستند. رابطه در ظاهر دارای قواعد و چارچوب مشخص و تعریف شده است اما در حقیقت و در بطن زندگی این تلقی و تصور از خط صاف و اتوشده قوانین رابطه به‌شدت زیر سؤال می‌رود.

انسان‌ها در موقعیت‌های مختلف رفتارهای مختلف دارند و فقط با آن رابطه یا در آن رابطه تعریف نمی‌شوند، اما همه چیز روی رابطه‌شان و رابطه‌شان روی همه ابعاد دیگر زندگی‌شان تأثیر می‌گذارد.

آدم‌ها در رابطه درگیر یک عهد هستند. چیزی که قول نشکستنش را به هم داده‌اند. اگر عهد پنهانی یا آشکارا بشکند یک نام دارد: خیانت.

خیانت یک کلمه نیست. خیانت یک نتیجه‌گیری از سمت یک قاضی است. بریده و دوخته و حکم داده. خیانت دارای بار روانی است. همیشه یک قربانی دارد و یک قاتل؛ یک مظلوم دارد و یک ظالم و چیزی که هرگز شنیده نمی‌شود داستان -به زعم خودشان- خائن است.

«از رابطه به دنیا می‌آییم، در رابطه رشد می‌کنیم، با رابطه خودمان را می‌شناسیم و توی رابطه آسیب می‌بینیم یا درمان می‌شویم» اروین یالوم

منابع:

کتاب ناخودآگاه جمعی و کهن‌الگوها، نوشته کارل گوستاو یونگ

گزارش خیانت، عامل ۸۰ درصد طلاق‌ها، اعتمادآنلاین

کتاب تکه‌هایی از یک کل منسجم، پونه مقیمی

زیر سایه زحل، آسیب‌های روانی زنان و مردان، مقاله جیمز هالیس

اصول کلی قوانین جمهوری اسلامی ایران، مرکز پژوهش‌های مجلس شورای اسلامی

تفسیر نمونه، مکارم شیرازی

در تقاطع تعهد و آزادی

کتاب The State of Affairs به موضوع خیانت می‌پردازد. مقاله‌های زیادی درباره جلوگیری از خیانت یا ترمیم روابط بعد از این عهدشکنی نوشته شده است، اما کمتر به انگیزه‌های پشت خیانت و معنی آن پرداخته می‌شود. درباره خیانت معمولا با لحن قضاوتگر صحبت می‌شود، اما در این کتاب، خیانت از این منظر بررسی می‌شود که بتوان از آن برای درمان استفاده کرد؛ به طوری که نویسنده سعی کرده نکات مهمی در روابط را یادآوری کند. نکاتی مثل وفاداری، عطش، حسادت و راست‌گویی. نویسنده این نکات را در مدت ۳۰ سال تراپی زوج‌ها جمع‌آوری کرده که دانستن آنها احتمالا به داشتن روابط سالم‌تر کمک می‌کند. فصل اول کتاب با عنوان «گفت‌وگوی جدید درباره ازدواج و خیانت» درباره چرایی رواج خیانت صحبت می‌کند. مفهوم «خیانت» هم‌زمان با «ازدواج» متولد شد و همه جا -کتاب‌های دینی، قانون و عرف- امری نهی‌شده بود. اما چرا چیزی که این‌قدر به بد بودن آن تأکید شده، رایج است؟

در همین فصل اول نویسنده توضیح می‌دهد که این کتاب به خیانت به چشم یک امر منفی (یا مثبت) نگاه نمی‌کند و با بررسی آن سعی دارد نکات مهمی را در روابط یادآوری کند. نویسنده مشاهدات خودش را از واکنش غالب نسبت به امر خیانت توضیح می‌دهد:

- در بلغارستان، خانم‌ها اعتقاد داشتند که خیانت امر بدی است، ولی ناگزیر هم.

- در مکزیک، خانم‌ها خوشحال بودند که خیانت خانم‌ها دارد بیشتر می‌شود و به نظر آنها نوعی مبارزه علیه مردسالاری بود.

- در آمریکا خیانت یک خط قرمز است و معتقدند نمی‌شود به خائن اعتماد کرد. اکثریت (در آمریکا) اعتقاد دارند که خیانت توجیهی ندارد. گفته می‌شود خیانت حتما به خاطر نارضایتی از رابطه است و اگر از رابطه‌ات ناراضی هستی، خب جدا شو. مردم حتی کسی را که بخواهد خیانت همسرش را ببخشد و ازدواجش را حفظ کند، قضاوت می‌کنند. در جوامع مدرن و با مستقل‌ترشدن زن‌ها، شرم جدیدی در باب بخشش خیانت ایجاد شده است.

یک زمان طلاق‌گرفتن تابو بود و با وجود همه مشکلات، همه سعی می‌کردند تن به این کار ندهند؛ ولی الان ماندن در رابطه بعد از خیانت تقبیح شده است. کتاب از خانمی مثال می‌زند که همسرش به او خیانت کرده است. این خانم از نظر مالی مستقل است و همه از او انتظار دارند که از شوهرش جدا شود. این زن می‌گوید وقتی تصمیم گرفت که همسرش را ببخشد، انگار تنها شده است. حتی پدرش هم با او درست برخورد نمی‌کند و به او می‌گوید که به احتمال زیاد او دچار سندروم استکهلم شده است.

در مسئله خیانت همه دوست دارند سریع جهت‌گیری کنند؛ ولی نویسنده در جلسات متعدد تراپی سعی کرده است هر دو سمت قضیه را درست ببیند تا عوامل را بهتر درک کند. او در جلسات درمان از کسی که خیانت کرده، می‌پرسیده این رابطه برای تو چه معنایی داشت؟ و از همسرش می‌پرسیده این خیانت با تو چه کرد؟

خیانت، سونامی روابط است. همه چیز را زیرورو می‌کند. گاهی روابط اول بعد از این واقعه تمام می‌شوند و گاهی عمیق و جدی‌تر از قبل ادامه پیدا می‌کنند. خیلی از روابط طوری دچار سکون شده‌اند که تنها اتفاق تکان‌دهنده‌ای مثل خیانت توانایی خارج‌کردن رابطه از آن سکون را دارد. اینجاست که این کتاب سعی می‌کند چیزهایی را که لازم است، بگوید تا علاج واقعه قبل از وقوع بکند.

نویسنده در این کتاب بازگشت به رابطه بعد از خیانت را این‌چنین توضیح می‌دهد:

«خیانت شبیه به سرطان است. وقتی یک نفر از بیماری صعب‌العلاجی زنده برمی‌گردد، دیدش به زندگی عوض می‌شود. به مسائل مهم‌تر توجه می‌کند و اهدافش را درست‌تر می‌چیند. خیانت هم مثل بازگشت از سرطان است؛ ولی کسی سرطان را برای بهتر زندگی‌کردن تجویز نمی‌کند».

خیانت متضاد عشق نیست

باور رایج این است که اگر در رابطه‌ای خیانت اتفاق می‌افتد، یا مشکلی در رابطه وجود داشته یا در خود فرد. پس چرا در روابطی که زوج‌ها عاشقانه یکدیگر را دوست دارند هم باز ممکن است خیانت اتفاق بیفتد؟

در خیلی از موارد، وقوع خیانت ما را متوجه مشکلاتی می‌کند که در رابطه وجود داشته ولی نسبت به آنها بی‌توجه بودیم. مشکلاتی مثل وابستگی‌های نیم‌بند، دعواگریز بودن و حرف‌نزدن پارتنرها، نداشتن رابطه جنسی، گیرکردن در بحث‌های تکراری و... .

گاهی هم تشخیص می‌دهیم فرد درگیر بیماری خاصی است؛ مثلا به رابطه زیاد اعتیاد دارد یا با استناد به مقالات جدید، عوامل ژنتیکی را در رفتارش دخیل می‌دانیم. در بعضی موارد واقعا فرد دچار مشکلات جدی است؛ مشکلاتی مثل افسردگی، نارسیسم (از خود راضی بودن)، مشکل عدم وابستگی یا سایکوتیکی (بیماری روانی).

ولی همه خیانت‌ها هم به خاطر این دلایل نیستند. درک این واقعیت که خیانت مستقل از این مشکلات هم می‌تواند اتفاق بیفتد، برای اکثر آدم‌ها پذیرفتنی نیست؛ اما نویسنده تأکید می‌کند که باید به جای تلاش برای پیداکردن مشکلات، قدم اول این باشد که معنا و انگیزه پشت ماجرای خیانت را درست درک کنیم.

این نگاه «دنبال مشکلات گشتن» دو ضعف عمده دارد: اولین اشکالش این است که پیش‌فرض افراد بر این است که چیزی به نام «ازدواج بی‌نقص» وجود دارد؛ درصورتی‌که هیچ ازدواجی بدون اشکال نیست و اگر کسی دنبال مشکل باشد، حتما چیزی پیدا می‌کند؛ درحالی‌که مشکلات لزوما عامل اصلی خیانت نبودند و نیستند.

مشکل دوم این است که با این دید -که خیانت حتما به دلیل وجود مشکلی در رابطه است- اصلا جایی برای مواردی که زوج‌ها یکدیگر را دوست دارند ولی درگیر خیانت می‌شوند، وجود ندارد.

زن و شوهرهایی که مقید به خانواده بودند، هیچ‌وقت فکر نمی‌کردند روزی از خطوط قرمز گذر می‌کنند و خودشان را وسط رابطه‌ای ببینند که زندگی‌شان را تکه‌تکه کرده است. در بسیاری از موارد، خیانت به دلیل فرار از رابطه یا طرف مقابل نیست، بلکه در حقیقت فرد دارد از خودش فرار می‌کند. از چیزی که در طی سال‌ها در ازدواج از خویشتن خودش ساخته است.

خیلی وقت‌ها خیانت به خاطر رابطه جنسی نیست. به خاطر حسی است که فرد در این رابطه مخفیانه تجربه می‌کند. کتاب از زنی مثال می‌زند که همیشه بچه خوب خانواده بود و ازدواج خوب و پایداری هم داشت؛ ولی باز دست به خیانت می‌زند. این زن در تمام مدت زندگی‌اش این را که بقیه چه انتظاری از او دارند، به خواسته‌های خودش ترجیح داده و حالا، در ۴۰سالگی، آن مقاومت نوجوانی در او بیدار شده و میل دارد ببیند در دنیایی که می‌تواند اشتباه کند و بی‌نقص نباشد، زندگی چطور است. او در این رابطه مخفیانه رابطه زیادی ندارد ولی در آن هیجانی را تجربه می‌کند که به او حس نادرست شور و نشاط جوانی می‌دهد.

در خیانت، افراد به واقعیت‌های زندگی و مسئولیت‌های زندگی گره نخوردند. در دنیایی فانتزی زندگی می‌کنند که می‌شود همه چیز در آن متصور شد. فرد در این رابطه پنهانی می‌تواند خودش را از نو بسازد و رؤیا ببافد که این رابطه به کجاها خواهد رفت و او را با خود خواهد کشاند. دنیای واقعی، با همه سختی‌ها و مسئولیت‌هایش، هیچ‌وقت توان رقابت با این دنیای جذاب فانتزی و مخفیانه را ندارد.

آتش خواستنی که همراه با رسیدن نباشد، عموما زنده می‌ماند و همین امر هیجان نادرست خیانت را برای فرد بیشتر می‌کند. به خاطر همین در خیلی از موارد، فرد کسی را انتخاب می‌کند که می‌داند هیچ‌وقت نمی‌تواند با او این رابطه را از حدی جلوتر ببرد.

اگرچه در بعضی از موارد، خیانت شروع یک رابطه رمانتیک جدید است، در اکثر موارد، وقتی واقعیت در آن پررنگ می‌شود و مسئولیت‌ها و نقش‌ها واضح‌تر می‌شوند، آن روابط هم کم‌کم به سمت مرگ و نابودی حرکت می‌کنند.

خیانت‌ها در زیر سایه ازدواج زنده می‌مانند. این مخفی‌کاری و عصیان اخلاقی، هیجان این رابطه را زیاد می‌کند. ولی اگر قرار باشد افراد به ازدواج خود پایان بدهند تا با معشوقه خود باشند، آیا هنوز دوست دارند آن رابطه ادامه پیدا کند؟

نویسنده می‌گوید در بعضی موارد که افراد ازدواج خود را در مقایسه با رابطه مخفیانه‌شان یکنواخت و بی‌هیجان توصیف می‌کردند، او به آنها یادآور می‌شد که آن رابطه سراسر فانتزی بوده و بخش زیادش واقعی نیست.

ما عادت کردیم در بررسی خیانت به رابطه نگاه کنیم؛ در صورتی که بخش بزرگی از خیانت‌ها متأسفانه به خاطر جذابیت عصیان است. همه ما آدمیم و خواسته‌هایی داریم که جلوی خیلی از آنها را به خاطر قانون یا عرف گرفتیم. ولی از وقتی قانونی بوده، همیشه تمایل به قانون‌شکنی هم در افراد وجود داشته است.

برای بعضی‌ها عصیان شاید جالب باشد، اما عده‌ای هستند که این عصیان را حق خودشان می‌دانند. این افراد آن‌قدر نارسیسیستیک (از خود راضی) هستند که هیچ‌وقت احساس نکردند قانونی برای آنها وجود دارد و عصیان برایشان اثبات این خودبرتربینی است. ولی برای افرادی که آدم‌های قانون‌مند و محترمی هستند چرا خیانت پیش می‌آید؟ آنهایی که سالیان سال متعهد در چارچوب خانواده زندگی کردند؟

کتاب توضیح می‌دهد برای این دسته افراد هم خیانت متأسفانه روحیاتی را زنده می‌کند که سال‌ها خودشان را از آنها دور نگه داشته بودند. دوراهی‌هایی که سر راه‌شان بوده و آنها همیشه راه راست را برگزیده بودند.

فریب زندگی‌های تجربه‌نکرده

تلاش برای کشف قسمت‌های ناشناخته خود و زندگی، یک نقش پررنگ در خیانت‌ها دارد. در برخی مواقع خیانت به مردم جوانی‌ای را یادآوری می‌کند که تجربه نکرده‌اند، شخصیتی که یک زمان داشتند، یا فرصت‌هایی که هیچ‌وقت از آنها بهره‌ای نبرده‌اند.

در ازدواج، فرد به یک خط زندگی پایبند می‌ماند و بخشی از روحیات خود را در قالب آن رابطه محدود می‌کند. ولی این کنجکاوی زنده می‌ماند که اگر مسیر دیگری رفته بودند چه سرنوشتی داشتند؟ خیانت دریچه‌ای به سوی این زندگی‌های تجربه‌نکرده باز می‌کند. خیانت انتقام فرد از فرصت‌های رهاشده زندگی است.

در آخر نویسنده می‌گوید از او خیلی این سؤال پرسیده می‌شود که آیا ممکن است اصلا بعد از خیانت افراد بتوانند رابطه‌ای بهتر از قبل بسازند؟ طبق تجربه نویسنده در بعضی موارد زوج‌ها راه‌های جدید گفت‌وگو پیدا می‌کنند و رابطه جدیدی می‌سازند، ولی برای عده‌ای این زخمی است که هیچ‌وقت خوب نمی‌شود و این ماجرا بستگی به شخصیت افراد و باورها، زخم‌های آنها و کیفیت رابطه آن دو دارد.

خیانت چه درسی به ما می‌دهد؟

چیزهایی که می‌توانیم از ماجراهای خیانت‌های دیگران در روابط یاد بگیریم در واقع پاسخ به دو سؤال اساسی است: ۱) چطور رابطه خود را مستحکم‌تر بکنیم که خیانت در آن رخ ندهد؟ ۲) چطور می‌توانیم هیجان‌ها و لذت‌هایی را که در روابط نامشروع هستند به روابط خودمان بیاوریم؟

برخی فکر می‌کنند راه مقابله با خیانت ایجاد محدودیت‌های بیشتر است. آنها عموما این تصور را دارند: «دائم طرف مقابل را چک کنیم، نگذاریم دوستی از جنس مخالف داشته باشد، دوستِ رازدار دیگری نداشته باشد، فعالیت‌های آنلاینش را محدود کنیم و...».

ولی این پلیس‌بازی‌ها اثر عکس خواهد داشت و احتمال عصیان در افراد را بالاتر می‌برد.

برداشت ما از روابط رمانتیک یک تصویر ایدئال است. اینکه عشق واقعی آدم را کور می‌کند و باعث می‌شود دیگر جذب دیگران نشویم یا اینکه در رابطه دنبال پایداری و ثبات هستیم و... در واقع اینها ایدئال‌گرایی هستند و در واقعیت به هیچ‌کدام از اینها نمی‌رسیم. ما باید بپذیریم که زندگی پایدار و ثابت نیست. عدم قطعیت و حضور ناشناخته‌ها را بخشی از زندگی و رابطه بدانیم و قدرت جذابیت غریبه‌ها را هم به رسمیت بشناسیم.

زوج‌ها باید یاد بگیرند در مورد نیازها و خواسته‌های خود صادقانه حرف بزنند. بدانند کسانی که گفت‌وگوی صادقانه در مورد خواسته‌های خود دارند -حتی وقتی آن میل‌ها و کشش‌ها برای طرف مقابل‌شان نیست- در نهایت رابطه نزدیک‌تری با هم خواهند داشت.

کسانی که بعد از خیانت روابط بهتری می‌سازند، همان‌هایی هستند که در گفت‌وگوهای خود «روابط باز» دارند؛ چیزی را سانسور نمی‌کنند و علایق خود را بدون ترس بیان می‌کنند. این به معنی داشتن «رابطه باز» نیست، ولی نوع صحبت‌کردن آنها شبیه این دست روابط می‌شود.

شاید بپرسید اعتماد چه؟ بعد از این اتفاق به اعتماد ضربه نمی‌خورد؟ به‌هرحال ازدواج‌ها بر اساس اعتماد هستند. ما از رابطه پایداری و ثباتی انتظار داریم تا بتوانیم خود واقعی‌مان را با همه نقاط ضعف و قوت و بدون ترس از قضاوت‌شدن نشان بدهیم. خیانت این اعتماد و پایداری را به هم نمی‌زند؟

اینجا می‌خواهیم بگوییم طور دیگری هم می‌شود به «اعتماد» نگاه کرد. بیایید اعتماد را این‌طور تعریف کنیم: «نیرویی که به ما توان مقابله با ناشناخته‌های زندگی و نقطه‌ضعف‌های ما را می‌دهد. اگر بپذیریم که زندگی قطعی نیست، اعتماد را با «پایداری» و «قابل پیش‌بینی بودن» هم‌سطح و هم‌معنی نمی‌بینیم.

نکته دیگری که از خیانت می‌توانیم یاد بگیریم این است که جذابیت عصیان و قانون‌شکنی را درک کرده و سعی کنیم آن را خودمان وارد روابط‌مان بکنیم. مثال‌هایی که می‌توانیم با آنها عصیان را وارد رابطه خود کنیم:

- زوجی یک ایمیل مخفیانه درست کردند و سر جلسات مهم و رسمی (جلسات کاری، کنفرانس‌ها و...) با هم مطالب خاص ردوبدل می‌کنند.

- زن و شوهری از مادرشان می‌خواهند تا از بچه‌هایشان مراقبت کند، تا آن زوج بتوانند لحظاتی را با هم بگذرانند.

- عده‌ای برنامه ملاقات اول می‌گذارند و درست مثل قبل از ازدواج یکدیگر را ملاقات می‌کنند.

- زن و شوهری در رستوران جدا جدا می‌نشینند و مرد فقط از دور به زن نگاه می‌کند.

- و...

دقت کنید که اینها فقط مثال‌هایی هستند که می‌تواند با خلاقیت، عصیان را وارد رابطه دو نفر کند. این مسئله می‌تواند در هر رابطه به نسبت دو نفر متنوع و متفاوت باشد.

تعهد و آزادی نقطه مقابل هم نیستند؛ اتفاقا یکدیگر را تقویت می‌کنند. از تعهد حس امنیتی به دست می‌آید که فرد می‌تواند خودش را آن‌طور که هست نشان بدهد. این حس رهایی که به افراد حس زنده‌بودن می‌دهد، وابسته به تعهد و به خاطر وجود آن است.

خیلی از افراد روابط‌شان را همیشگی فرض می‌کنند و برای حفظ و نگهداری آن تلاش نمی‌کنند. کتاب می‌گوید باید دید خودمان را عوض کنیم. طرف مقابل ما متعلق به ما نیست، بلکه به ما قرض داده شده و همیشه این گزینه را دارد که این شرایط را ادامه ندهد و نقش خود را در زندگی ما تمدید نکند.

اینکه بدانیم ممکن است هر لحظه شریک زندگی خود را از دست بدهیم، از میزان تعهد ما کم نمی‌کند؛ اتفاقا به ما یادآوری می‌کند که باید به طور فعالانه هر روز برای رابطه‌مان تلاش کنیم.