

# mieloji dole

apie meilę,  
gyvenimą  
ir draugystę...

Rinkiniai išminties perlai iš autorės rašomos skilties  
žurnale *The Sunday Times Style*

dolly alderton

# Turinys

Įžanga	9
Pasimatymai	25
Draugės	55
Santykiai	81
Šeima	115
Seksas	131
Išsiskyrimai ir buvę mylimieji	157
Kūnas ir siela	183
Padėka	205

## Ižanga

Kai nutariau, kad noriu pabandyti spręsti kitų žmonių problemas, pati buvau giliausiame dugne. Jaučiausi sutrikusi, apimta išsiskyrimo širdgėlos. Tai buvo metai, kurių kiekvienas mėnuo pateikė po naują priežastį liūdėti; man regis, tokius metus vadina *annus horribilis*. Be to, ypač nepalankiai susiklosčius likimui, mano asmeniniai blogieji metai sutapo su blogaisiais 2020-aisiais. Baisiausiais iš visų metų.

Tuo laikotarpiu pasisiūliau *The Sunday Times Style* redaktorei atsakinėti į skaitytojų klausimus. Dar neturėjau nė trisdešimties, bet jau buvau rašiusi kassavaitinę pažinčių skiltį. Šis faktas kartais iki šiol garsiai trinkteli durimis mano pasąmonėje ir aš šoku iš miego vidury nakties, išpilta šalto prakaito. Vis dėlto rašyti šią skiltį buvo vienas geriausių kada nors mano gautų darbo pasiūlymų, o amžius nuo dvidešimt šešerių iki dvidešimt aštuonerių metų — pats tinkamiausias metas kitų pramogai iškloti visą savo gyvenimą. Juk malonu pasiduoti ekshibicionizmui, kai proto stygius verčia susireikšminti, o savimonės pakanka TIK tam, kad savo išsišokimus nuleistumei juokais. Paskui atsisveikinau su skiltimi, parašiau memuarus apie kone trisdešimt savo nugyventų metų, o tada nustojau kepti naujas serijas apie asmeninį gyvenimą. Pagaliau pasijutau užtektinai atsivėrusi.

Sprendimas padėti tašką trumpam nubloškė mane į žurnalistinę niekieno žemę.

Perskaitę mano memuarus, skaitytojai norėjo, kad ir toliau rašyčiau apie save, net kai siužetas visiškai to nereikalavo. Redaktorės nusamdydavo mane, kad, apsimitusi nešališka stebėtoja, rašyčiau apie žmones, vietas ir įvykius, bet vis dėlto neišvengiamai prašydavo pasakojimą pritempti prie asmeninio savo gyvenimo. Jei tuo metu būčiau ėmusi interviu iš Barako Obamos, redaktorės pastabos paraštėse būtų atrodžiusios taip: „Galbūt galėtumei parašyti, kuo tavo istorija panaši į jo?? Gal tavo susitikinėjimų su vyrais patirtis panaši į jo prezidentavimą?? Galbūt jis panašus į buvusį tavo vaikiną??“

Redaktoriaus, žinoma, buvo galima suprasti. Juk anksčiau pati niekieno neprašoma primygtinai pasakodavau visiems apie save. Pirmuoju asmeniu rašomoje skiltyje kiek įmanydama stengiausi vengti dabartinio savo gyvenimo detalių. Vis dėlto, švelniai tariant, tai buvo didelis iššūkis, kadangi pirmuoju asmeniu parašyta skiltis įdomi tik tada, kai autorius joje pripažįsta savo ydas, klaidas ir nesėkmes. Be to, nebuvau nuomonės formuotoja. Tam jaučiausi per daug jautri, man stigo tvirto požiūrio ir drąsos. Vengdama remtis asmeniniu gyvenimu ar viešąja nuomone, tegalėjau patikėti plunksnai bendro pobūdžio apmąstymus apie man patinkančius dalykus. Arba atsargiai, kad neleptelėčiau, ko nereikia, pasiploninusi liežuvį suokti temomis, kurios man ne prie širdies. Viena draugė tokį švelnų ir nuobodų rašymo stilių pavadino „Kaip aš pakeičiau nuotolinio valdymo pultelio baterijas“. Nenorėjau taip žemai nusiristi.

Bet visada norėjau rašyti patarimų skiltį. Dar būdama

visiška geltonsnapė, vos nusipirkusi žurnalą paaugliams, skubėdavau atsiversti klausimų ir atsakymų puslapį. Palyginti su kūdikių bumo kartos atstovais (kurie tapo paskutinėmis Viktorijos stiliaus tėvystės aukomis), mūsų namuose, regis, žymiai daugiau buvo kalbama apie seksą, tačiau stigo konkretumo. Kalbos sukosi apie paslaptinę vaikų atsiradimą, „diligčiojantį pojūtį“ ir „didelį susidomėjimą kitu asmeniu“. Man to buvo maža. Norėjau daugiau. Todėl klausimų ir atsakymų puslapis būdavo tikras išsigelbėjimas: iškrypėlišku žvilgsniu apšaudydavau tekstą ieškodama raktinių žodžių: „skaistybė“, „masturbacija“, „makšties išskyros“. Perskaičiusi patarimus, perduodavau juos kitoms kaip savo, ir netrukus tapau kiemo sekso žinove. Neregėtai išpūsdama savo pačios patirtį, konsultuodavau ir bendraamžes, ir vyresnes mergaites.

Vienas dalykų, dėl kurių labiausiai apgailėstauju, yra tai, kad vaikystę ir paauglystę laikiau labai žeminančiu amžiaus tarpsniu. Skaitydama savo dienoraščius pripažįstu, kad jie persmelkti melo, kadangi be galo gėdijausi žalios savo jaunystės. Apie seksą rašydavau nuobodžiai, tarsi nuo jo jausčiausi pavargusi, nors net nebuvo palytėta. Skaičiuodavau per dieną suvartotas kalorijas ir surūkytas cigaretes, lyg būčiau abejinga išsiskyrusi moteris. Gyvenimas atrodė beprasmis, nes nežinojau turinti kai ką brangesnio už auksą: jaunystę. Vaikystėje troškė troškau greičiau užaugti. Man regis, įkyrią mintį, kad turiu rašyti patarimų skiltį, paskatino troškimas tapti sėkminga moterimi, dalijančia patarimus, užuot buvus nerangiai mokinei, kuri gulėdama ant lovos juos skaito.

Mane ir suaugusią traukė patarėjos. Norėdavau, kad moteris, apsitaisiusios juodo kašmyro apdarais, konkrečiai pasakytų,

kaip man gyventi, kokį valgį ruošti, su koku vyru susitikinėti, kokią šukuoseną išbandyti. Iš dalies todėl mano mėgstamiausia rašytoja ir gyvenimo guru yra Nora Ephron\*, kurios straipsniai ir esė pilni iki skausmo konkrečių nurodymų (nepirk per daug brangios rankinės, nevalgyk tik kiaušinio baltymo, keptuvėje tebūnie daugiau sviesto, o vonioje — vonios aliejaus). Nenoriu matyti išsišiepusių vaizdo tinklaraštininkų pernelyg baltais dantimis ir botokso pripumpuotais veidais, kurios pradeda gyvenimo būdo laidelę žodžiais „sveiki, bičiuliai“, o paskui liepia paragauti šokoladinio batatų pyrago „kurį, esant pageidavimui, galima iškepti ir ne veganišką“. Visai to nenoriu. Trokštu, kad valdinga dama man pasakytų: „Gana malti šūdą.“ Noriu, kad protinga, linksmų plaučių moters, kuriai seniai nusispjauti į aplinkinių nuomonę, duotų man sąrašą iš pažiūros atsitiktinių taisyklių, kuriomis vadovaudamasi tapčiau laimingesnė. Imčiau gyventi prasmingiau, lengviau ir — svarbiausia — maloniau. Noriu, kad toji moteris pasakytų, jog nesilaikydama šių taisyklių būsiu kvailė. Man be galo sunku priimti vyrų kritiką, bet leiskite išklaudyti išmintingą vyresnio amžiaus moterį, seginčią didelius auskarus, kuri pasidalytų savo gyvenimiška patirtimi, ir aš seksiu paskui ją į pasaulio kraštą. Jei vestuvių vakarėlyje pasigedote manęs prie sūrių padėklo ir nemokamo gėrimų baro, gali būti, kad sėdžiu prie kažkieno senelės ar garbaus amžiaus tetulės kojų, apgaubta *Shalimar* kvėpalų aromato ir esu pasinėjusi į pasakojimą apie prarastą meilę.

Yra tik vienas vyras, į kurį kreipiausi patarimo. *Annus horribilis* laikotarpiu, vieną iš daugelio bemiegių naktų, parašiau

\* Nora Ephron (1941–2012 m.) amerikiečių žurnalistė, rašytoja, filmų kūrėja.

Nikui Keivui\*. Jis kuria naujienlaiškį, pavadinimu *The Red Hand Files*, kuriame gerbėjai gali užduoti klausimą ir sulaukti paslaptingo ir poetiško atsakymo. Tiesą sakant, net tais laikais, kai aistringai domėjausi paauglių žurnaluose spausdinamais patarimais, pati nebuvo rašiusi nepažįstamam žmogui prašydama pagalbos. Bet štai, kažkuriuo metu tarp vidurnakčio ir aušros, sėdėdama tamsoje ant lovos, aš tarškinau klavišais prašydama Niko Keivo man padėti. Savo klausimo neišduosiu — jis per daug gėdingas. Beje, atlikėjas man neatsakė, bet tai nebuvo svarbu. Patikėjusi intymiausia savo rūpestį pusiau profesionaliam žinovui, supratau, kad gydo pats prašymas padėti. Jaučiausi taip, tarsi tamsos priedangoje būčiau nusliūkinusi į prielauką ir įmetusi vandenin butelį su žinute, kurią, kaip įsivaizdavau, kas nors perskaitys. Rašydama pasakiau sau, kad manimi galbūt bus pasirūpinta; jog adresatas ištars tinkamus žodžius manęs nepažinodamas. Juk jaučiau tai, ką jautė kiti, todėl nelaikiau savęs vienišiausia ir keisčiausia moterimi pasaulyje.

Prieš daug metų tikraja to žodžio prasme maldavau darbo kito žurnalo patarimų skiltyje (kurios pavadinimo neminėsiu; galiu tik pasakyti, kad žurnalas vadinosi *Vogue*), tačiau man buvo atsakyta. Tai, be abejonės, išėjo į gera, nes dabar suprantu, kad sunkoka dalyti patarimus net tada, kai tau per trisdešimt, o ką kalbėti apie dvidešimt kelerių metų patarėją. Vis dėlto būdama trisdešimt vienų, sugebėjau įtikinti savo nuostabiąją *Style* redaktorę, kad tokia skiltis — man tinkama terpė, kurioje galėčiau nuoširdžiai bendrauti su skaitytoju neprivalėdama per daug atsiskleisti pati; kur turėčiau progą pareikšti nuomo-

\* Nick Cave — australų dainininkas ir dainų kūrėjas.

nę apie žmonių emocijas, užuot rašiusi apie situaciją pasaulyje. Per pirmuosius dešimt profesinio rašymo metų aptariau visus atvejus, kai susimoviau, ir manau, kad ši patirtis mane paruošė patarimų skilties kūrėjos pareigoms. Negalėčiau ir nenorėčiau teigti esanti labai išmintinga ar mokanti priimti teisingus sprendimus. Norėjau būti tiesiog žmogus, kuris klysta, bet nori mokytis. Žmogus, kuris stengiasi geriau suprasti gyvenimą — visai kaip tas, kuris laišku kreipiasi į mane patarimo.

Pirma man skirtų laiškų partija buvo gana keista. Rašė moteris, permiegojusi su vyriškiu „beveik iškart“ po pirmojo pasimatymo pietų; į pensiją išėjęs dantų gydytojas, kurio vaikams iki gyvo kaulo įkyrėjo tėvo nuolat jiems pristatomos „naujos meilės“; moteris, kuri kraustydamosi gyventi į Paryžių, bijojo apsiuokti prieš prancūzus dėl pomėgio nusitašyti iki žemės graibymo; moteris, nuogaštavusi, kad šunis myli labiau nei vyrus. Keletą metų rašiusi šią kassavaitinę skiltį pastebėjau, kad kaskart sulaukiu klausimų iš panašių vargų kamuojamų žmonių (*manęs nemyli, aš nemyliu, nebenoriu draugauti, erzina mama*). Štai kodėl Klerė Reiner, turbūt mylimiausia mūsų patarimų rubrikos autorė, norėdama dirbti efektyviau, galų gale sugrupavo klausimus ir atsakymus (pvz.: šiame laiške užduodamas klausimas Nr. 45, jam tinka atsakymas Nr. 78). Mėgstu rašyti šių nuolatos patiriamų kančių temomis — dažnai gaunami panašaus pobūdžio laišakai savotiškai ramina ir byloja, kad nesame vieniši savo siaubingai unikalaus skausmo kančioje. Šie įrašai sulaukia daugiausia skaitytojų pasidalijimų ir komentarų. Vis dėlto kaskart atsakinėdama, nejučia imi kartotis, todėl net



nuoširdus patarimas staiga ima atrodyti šabloniškas ir nuvalkiotas.

Labiausiai laikiu klausimų apie neįprastas problemas: kad daugybė keistų detalių nuvestų į moralės labirinto gelmes ir priverstų rimtai pasukti galvą, kokią geriausią išeitį galėčiau pasiūlyti. Todėl man ypač patiko laiškas, kuriame viena moteris prisipažino įsimylėjusi ilgalaikio savo motinos draugo sūnų (šiaip jau, savo įbrolį). Po geriausio gyvenime sekso su juo moteris sutriko, ar mylėtis su šiuo vyru buvo galima ar ne, o galbūt net nelegalu? (*The Sunday Times Style* redaktorės mane patikino, kad ji nepažeidė įstatymo). Pirmą kartą susidūrusi su tokia problema, turėjau gerai pagalvoti, ką atsakyti. Norėdama apsvarstyti visas įmanomas išeitis, visą savaitę, kol kūriau skiltį, klausinėjau, ką šiuo klausimu mano kolegės ir draugės. Štai tokie laiškai labiausiai mane įkvepia. Antra vertus, buvo baisu išgirsti neva tikrą istoriją apie vieno populiaraus laikraščio patarimų skilties autorių, kuris, atsakęs į kalnus laiškų su smulkiai išdėstytomis neįprastomis problemomis, vėliau sužinojo tapęs auka pokštininko, siuntinėjusio jam garsių filmų siužetus. Pavyzdžiui: „Turiu antikvarinių daiktų parduotuvę Noting Hile ir įsimylėjau pirkėją. Bėda ta, kad tos moters darbas labai skiriasi nuo manojo ir ji gyvena Amerikoje. Ar turėčiau jos siekti?“ Gavusi laiškų, kuriuose aprašoma keista problema, pirma patikrinu *IMDb* platformą, ar atsakydama neapsijuoksiu per visą pilvą.

Pirmaisiais mano darbo patarimų skiltyje metais dažnas skaitytojas kreipdavosi dėl kovidą sukeltų problemų. Nenorėjau nuolatos rašyti, kad visi kenčiame dėl pandemijos, kadangi tai buvo akivaizdu ir mažumėle — kaip čia pasakius — slėgė.

Bet man atrodė svarbu pripažinti, kad kovidas sukėlė smūgio efektą, netikėtai paveikusį tam tikras mūsų dvasinio ir viešojo gyvenimo sritis, ypač dėl to, kad užklupo pirmąkart. Daugybė žmonių rašė susirieję su artimaisiais dėl politinių pažiūrų, kurių skirtumai išryškėdavo neišvengiamose kalbose apie kovidą. Tie, kurie prašė patarimo, kalbėjo apie vienatvę, liūdesį, tuščiai leidžiamą gyvenimą, baimę, kad negali deramai naudotis jaunyste ir laisve. Kita pasikartojanti problema pandemijos laikotarpiu, kurią išsakė skaitytojai, buvo ta, kad ilgai išgyvenę santuokoje žmonės ėmė ilgėtis pirmosios meilės. Puikiai juos supratau ir pati išgyvenau tokį ilgėsį — karantino metu tapau savo pačios santykių su kitais archyvere. Fiziškai atkirsta nuo žmonių, paguodą radau virtualiojoje realybėje. Perskaičiau 2017 metų susirašinėjimus su draugėmis per *vatsapą*. Tol braukiau savo *iPhone* ekraną, kol pasiekiau pirmąją nuotrauką, darytą 2010 metais, o tada perverčiau savo istoriją, tarsi blizgų žurnalą kirpykloje. Gūglinau buvusių vaikinų pavardes, paskui naršiau *LinkedIn* ar *JustGiving* svetainėse, norėdama vogčia sužinoti, kuo jie buvo ir kuo tapo.

Stengiuosi dėl visų savo vargų nekaltinti kovido ir per daug neplūsti interneto. Man jau įkyrėjo straipsniai ir laidos apie tai, koks blogis yra naujosios technologijos. Visi žinome, kad per daug interneto gali pakenkti. Visi suprantame, kad dalis žmonių nemoka tinkamai juo naudotis. Internetas yra kaip alkoholis, vairavimas ar seksas — reikia išmanyti apie tykančius pavojus ir saugiai naudoti. Nujaučiu, kad ateis diena, kai naudojimasis internetu bus prižiūrimas ir ribojamas. Kol ta diena neišaušo, kažin ar verta aibes sakinių pradėti žodžiais „Socialinės žiniasklaidos amžiuje...“ Esame per daug tingūs, jei

visas problemas nurašome skaitmeniniam pasauliui. Nemanau, kad dėl mūsų nerimo kaltas internetas — jis tik suteikė mums erdvę, kurioje galime nerimą išlieti ir auginti. Seniau, apraudodama interneto trūkumus, net nepagalvodavau, kaip jis gali pagyvinti gyvenimą. Pažįstu daugybę laimingų porų, kurias suvedė pažinčių programėlės ar socialiniai tinklai. Be to, kadangi ilgainiui tampa vis sunkiau rasti laiko draugams, pripažįstu, kad palaikyti glaudų ryšį su artimaisiais padeda *vatsapo* grupės, draugų istorijos instagrame, bendri krikšto vaikų albumai ir kalendoriai, kuriuose galime derinti, kaip ir kada, velniai rautų, pagaliau susitiksiame.

Šiuo metu domiuosi, kokias gilesnes žmogaus bėdas suflektuoja jo problemos, susijusios su internetu. Tikiuosi, kad šiuo klausimu galiu padėti susigaudyti savo skaitytojams. *Mielosios Dolės* elektroninio pašto dėžutę vis pasiekia panašaus turinio laišakai, kupini nerimo praleisti įdomiausias gyvenimo akimirkas. Man dažnai rašo dvidešimtmečiai, ką tik atsikraustę į Londoną ir nuogaštaujantys, kad nepakankamai linksminasi, vienišiai, kuriems atrodo, kad per mažai vaikšto į pasimatymus. Vis dėlto daugiausia laiškų siunčia ilgalaikius santykius palaikančios moterys, kurios su siaubu pripažįsta, kad neįaučia visiškos pilnatvės. Jos nuogaštauja, kad kartą pasirinkusios vieną variantą, neteko galimybės rinktis kito — geresnio, ir nori, kad pasakyčiau, ar ilgalaikiai santykiai su partneriu turi būti monotoniški, o gal tarp jųdviejų įsivyravo nuobodulys ir abejingumas? Egzistuoja nuomonė, kad kolektyvinę baimę įsipareigoti dargi skatina socialinė žiniasklaida, nuolatos kankinantis poreikis lygintis su kitais ir tai, kad pernelyg gerai nutuokiame apie kitas potencialias galimybes. Vis dėlto linkčiau manyti, kad įsiparei-

goti yra sunkiau todėl, kad žymiai pailgėjo žmogaus gyvenimo trukmė; kad tai ne skaitmeninė, o egzistencinė problema. Vidutinei žmogaus gyvenimo trukmei lėtai artėjant prie devyniasdešimties, pažintis vidutiniame amžiuje vis dar gali peraugti į pusšimtį metų trukšiančius santykius. Todėl nekeista, kad išipareigojimo visam gyvenimui perspektyva mus baugina labiau nei mūsų senelius, ypač žinant, kad moterys tik visai neseniai gavo galimybę džiaugtis tokia pat seksualine laisve, kaip vyrai, ir siekti karjeros. Kova tarp kasdienės buities ir noro gyventi klajoklio gyvenimą yra užkoduota žmogaus genuose ir itin dažnai nagrinėjama vyrų istorijose, taip pat analizuojant kenčiančių vyriškos lyties veikėjų psichiką meno kūrinuose. Dabar atėjo mūsų eilė bandyti išėiti iš šios aklavietės. Rasti kelią, kurio niekada nepavargsiu ieškoti.

Tiek skaitydama laiškus, tiek į juos atsakydama, stengiuosi kuo geriau iširti problemą. Tik retais atvejais pateikiu tikslų ir vienareikšmį atsakymą. Kartą imdama interviu iš Greihamo Nortono\*, paklausiau apie laikotarpį, kai rašė patarimų skiltį. Jis pasakė visada laikęsis nuomonės, kad patarėjui būtina išivaizduoti, ką jaučia asmuo, kuriuo skundžiamasi. Jei koks nors bėdžius laiške redakcijai išlieja širdį dėl įskaudinusio draugo, partnerio, šeimos nario ar viršininko, jį lengva užjausti ir pasakyti, kad yra teisus. Sunkiau pajusti užuojautą visoms konflikto pusėms. Mano galva, tai ir yra tikrasis patarimų skilties kūrėjo darbas — numanyti, ką jaučia laiško autorių supantys žmonės; išplėsti savo užuojautos ribas. Atsakydama į laiškus, ypač stengiuosi vadovautis šiuo požiūriu — net jei nepritariu asmeniui,

\* Graham Norton — airių aktorius, rašytojas, komikas, komentatorius ir laidų vedėjas.

kuriuo skundžiamasi, vis dėlto bandau įsivaizduoti, kodėl vienai ar kitaip jis pasielgė.

Kartais sunku rasti kitą požiūrio tašką, kurį galėčiau pasiūlyti patarimo prašytojui, ypač jei jo santykiuose, draugystėje ar šeimoje vyrauja prievartos ar pavojaus elementas. Tokiu atveju, užuot mėginusi žmogui patarti, visą dėmesį sutelkiu į jo saugumą. Kartą vieno laiško autorė parašė antrąsyk, norėdama prašyti, kad perskaičiusi žurnale mano atsakymą į savo klausimą, nutraukė santykius. Gavau progą prisiminti, kaip rimtai turiu paisyti laiškų, į kuriuos vis dėlto atsakau, o tai darau retai, mat puikiai žinau, kad „gyvenimo mokykla“ nesuteikia kvalifikacijos ir žinių, reikalingų atsakyti skaitytojams.

Vienintelė tema, kurios atžvilgiu esu kategoriška, yra įvairių formų puritonizmas. Nekenčiu puritonizmo. Šių laikų visuomenėje jo yra per daug. Man ne prie širdies pertekliaus fobija ir perdėtas santūrumas. Niekam neleisiu smerkti savęs dėl to, ką valgo, geria ar su kiek partnerių mylisi, ypač jei kaltės jausmą skatina aplinkiniai. Nemėgstu, kai žmonės skundžiasi dėl kitų įpročių ir gyvenimo būdo. Be to, gana sunkiai pakenčiu priverstinį karjeros garbinimą. Turiu pasakyti, kad ir pati esu ganėtinai apsėsta darbo, bet ilginiui vis geriau suprantu, kad daugumai žmonių karjera nėra tokia svarbi. Nemanau, kad ką nors galima smerkti už tai, kad pirmenybę teikia ne darbui, o santykiams, psichinei sveikatai ir laimei. Taip pat nemėgstu, kai žmonės skundžiasi draugais ar partneriais, kurių ambicijos, esą, neprilygsta laiško autoriaus siekiams. Paprastai stengiuosi paskatinti žmones nusikratyti teisuoliško mąstymo, kai kalba sukasi apie dalykus, kurių nederėtų laikyti pasiekimais (pvz.: liekna figūra, turtas, skaistumas ar blaivybė).

Rašydama skiltį, nesu linkusi kaskart moralizuoti, ir dalis skaitytojų nuoširdžiai nekenčia tolerantiško mano tono. Kiekvieną savaitę nuolatiniai *The Sunday Times Style* skaitytojai ir komentatoriai apsilanko komentarų skyriuje, ieškodami įprasto peno: nuosprendžio. Išvados, kas teisus, kas klysta, ką gyvenimas turėtų pamokyti. Skaitytojai nori, kad kito žmogaus etiką vertinčiau tik kaip spalvas juoda arba balta, o jei to nedarau, po mano rašiniu užverda komentatorių kovos. Negaliu atsižavėti, kaip aršiai riejamasi ištikimybės tema. Kai publikuojama skiltis, kurioje kalbama apie neištikimybę, ją užplūsta komentarai, aibės žmonių dalijasi tekstu socialiniuose tinkluose. Apgaudinėti ar būti apgaudinėjamam yra liūdna, bet įprasta: bene kiekvienas veikiausiai sulauksime dienos, kai imsime apgaudinėti kitą žmogų ar patys liksime apgauti. Vis dėlto, pasak mano skaitytojų, šis gyvenimo faktas yra toks neteisingas, jog iki šiol, regis, kelia mums didžiausią pasipiktinimą. Užuoat rinkęsi organizuotas religijos bendruomenes ir jos suvaržymus visuomenei, pirmenybę teikiame laikraščių komentarų skilčiai.

Mano gyvenimą jau seniai kartina vienas komentatorius (vardo neminėsiu, nenorėdama glostyti jo savimeilės), kuris palieka komentarą kiekvieną sekmadienį, — kartais išsyk po vidurnakčio, vos naujam žurnalo numeriui pasirodžius internete, — esą, dėl mano skilties planuoja atsisakyti *The Sunday Times Style* prenumeratoros. Jis taip grasina jau ilgiau nei penkerius metus, kadangi jam nepatiko ir ankstesnė mano rubrika. Pagrindinis skaitytojo priekaištas — kad mano skiltis be galo nyki. Keliau jam neišpasakytą nuobodulį. Kartais vyriškis parašo, ką pats būtų pataręs vienam ar kitam skaitytojui. Šiek tiek užtruko, kol supratau, kad sekmadieninę komentarų skiltį po

mano rašiniu jis laiko savo paties mažyte rubrika. Puikiai suprantu šio žmogaus polėkį, turbūt jo vietoje elgčiausi taip pat. Todėl matydama, kaip kiti komentatoriai sveikina jį, sklėlusį neva puikų komentarą, pasijuntu keistai laiminga ir triumfuuju drauge su juo.

Nors kartais susilaukiu aršios kritikos, visada dievinau rašyti žurnalui *The Sunday Times Style*. Būdama liberalių pažiūrų feministė, turėdama šį darbą jaučiuosi didžiai privilegijuota rašytoja. Galiu tiesiogiai pasiekti viduriniają Anglijos klasę. Ši mintis sujaudina mane kaskart, kai sėdu rašyti. Galiu vogčia įterpti savo mintis į paskutinį žurnalo puslapį, ir jos nepastebėtos prasmuks į namus Hampšyre. Galbūt, valgydami skrebutį su uogiene, mano žodžius skaito teisėjai, įstatymų leidėjai bei toriai. Man nėra reikalo įtikinėti į kairę linkusių savo bendramamžių, kad moterys neturėtų gėdytis atsitiktinio sekso, ar kad nereikia slėpti fakto, jog buvęs tavo sekso partneris yra translytis. Bet rinkdamasi, į kuriuos laiškus atsakyti, visada pagalvoju turinti progą normalizuoti tam tikras temas namuose, kur jos galbūt iki šiol stigmatizuojamos. O normalizuoti yra efektyviau nei mokyti, didele dalimi todėl, kad ir pati turiu dar daug ką išmokti. Niekada, jokiomis aplinkybėmis, nesu linkusi pamokslauti, bet, kaip patarimų skilties autorė (ir žmogus), tikrai noriu pabandyti išplėsti savo užuojautos ribas, ir vilijuosi, kad prie manęs norės jungtis ir skaitytojai.

Daugumą laiškų gaunu iš heteroseksualių moterų, rašančių apie vyrus. Ilgiuosi platesnio spektro klausimų iš įvairesnių skaitytojų, bet galiu atsakyti tik tiems, kurie kreipiasi (nors kri-

tikai kategoriškai teigia, esą, mano skiltyje gvildenamas problemas išgalvoja redaktorių komanda, tačiau tai netiesa. Jei problema išgalvotume, patikėkite, jos būtų kur kas spalvingesnės). Parašo ir vyrai. Mane visada stulbina, kaip skirtingai jie pateikia savo problemas. Moterys dažniausiai rašo pagal tą patį šabloną: „Štai mano problema, štai kodėl manau, kad esu dėl jos kalta, štai kodėl suprantu, kad tai visai ne problema, todėl jaučiuosi kvailai jums rašydama, ačiū, kad perskaitėte, vien užrašiusi savo mintis pasijutau geriau. Ar aš blogas žmogus?“ O patarimo prašantys vyrai be didelių skrupulų suverčia kaltę asmeniui, kuriuo skundžiasi, yra įsitikinę, kad jų problema ne menama, bet tikra, todėl nusipelno aptarimo.

Dėl to kartais sunku nepasiduoti liūdesiui. Jei patikrinčiau, kokių laiškų kas savaitę gaunu daugiausia, ir išdėliočiau visus juos vieną šalia kito, išvystume istoriją apie moterų nerimą; apie gana prastą savijautą. Apie baimę, kad nuo gimimo iki pat mirties nesame pakankamai geros. Kiekvienas moters gyvenimo dešimtmetis yra pažymėtas vis kitokio nepasitikėjimo savimi. Grauztis mergaitės pradeda paauglystėje, kai ima nekęsti savo išvaizdos, paskui, būdamos dvidešimties, moterys nerimauja dėl vis dar neprarastos skaistybės, vėliau kremtasi, kodėl neužmezgė santykių sulaukusios ketvirčio amžiaus ar iki trisdešimties, ir puola save kaltinti. Moterys sulaukia trisdešimties ir užverčia mane laiškais, kupiniais absoliutaus siaubo, kad gali niekada nesusilaukti vaikų. Paskui jos pagimdo atžalų ir rašo esančios baisios motinos ar netikusios draugės, kadangi nemoka suderinti šeimos gyvenimo ir darbo. Tada vaikai užauga, o moterys sielojasi, esą, jos blogos partnerės ir žmonos. Taip pat gaunu panikos kupinų laiškų iš aštuntą dešimtį perkopusių



moterų, kurios skundžiasi vyrų erekcijos sutrikimais ir teiraujasi, ar joms privalu kurstyti žarijas?

Atsakydama į šiuos laiškus, pirmiausia stengiuosi padėti moterims nusikratyti pojūčio, kad vienas ar kitas jų klausimas gėdingas. Mano galva, patarimo prašančiai moteriai verta priminti, kad bet kokia jos išgyvenama patirtis, tikėtina, nėra unikali. Vadinas, užuot graužus save, galima susitelkti į problemos sprendimą. Ėmiau suprasti, kodėl patarimų skilties autorės nuolat kartoja tą patį „tai visiškai normalu ir sveika“ leitmotyvą. Niekada nemaniau, kad ir pati tapsiu tokio tipo moterimi. Bet štai ir aš, praktiškoji jūsų motinėle, sakanti: „Mergaitės, aš visa tai jau mačiau.“

Kai yra tinkama (t. y. beveik visada), dar pasidomiu, kaip asmeninė moters problema susijusi su visuomenėje vyraujančiu seksizmu. Jei moterys rašo, kad gėdijasi lytinio gyvenimo ar seksualinės praeities, nekenčia fizinės savo išvaizdos, norint geriau suprasti, kas skatina jų nepasitikėjimą savimi, manau, reikia vertinti problemą platesniame socialiniame kontekste. Ypač kalbant apie dažniausiai laiškuose išreiškiamą moterų nuogąstą, kad niekada nesusilauks vaikų. Vaikų tema man pačiai labai artima, kadangi metai, kai rašau patarimų skiltį, sutampa su gyvenimo laikotarpiu, kai nori nenori mane pasiveja siaubo istorijos apie vaisingumą. Visa širdimi trokštu suteikti moterims tokią paguodą, kokios ieškau pati: kad kas nors primintų, jog daugybė „faktų“ apie vaisingumą yra pagrįsti atgyvenusiais ir nepakankamais moksliniais tyrimais, kad egzistuoja daugiau nei vienas būdas sukurti šeimą, kad — ir tai svarbiausia — negali žinoti, kaip greitai pasikeis tavo gyvenimas.

Lengviausiai atsakau į laiškus, kuriuose moterys nuo-

## IŽANGA

gąstauja, kad yra ne tokios, kokios turėtų būti. Atsakydama bandau užgydyti ir jų, ir savo žaizdas. Sudarydama šį rinkinį, kruopščiai peržiūrėjau kiekvieną patarimą, kurį išipareigojau išspausdinti, ir pastebėjau, kad nors nebesu tokia atlapaširdė autorė, kaip anksčiau, tarp teksto eilučių puikiai matyti sudėtingiausios mano emocijos ir švenčiausios patirtys. Galbūt ne šiaip sau tada, kai maniausi nieko nesuprantanti, nusprendžiau patarinėti nepažįstamiesiems visais gyvenimo klausimais. Didumą atsakymų šioje knygoje galėjau pradėti skaitytojų kreipiniu „Mieloji Dole“. Kaip neįtikėtina man pasisekė, kad dirbdama savo darbą turiu laiko ir erdvės tokiu būdu apmąstyti gyvenimą.

# Pasimatymai



## Mieloji Dole: „Padėk! Vyrai atstumia mane dėl ūgio.“

*Vyrai, su kuriais susitikinėju, po kelių pažinties mėnesių mane palieka ir susiranda smulkaus sudėjimo moterį. Negaliu liautis galvojusi, kad jie atstumia mane dėl ūgio (esu metro aštuoniasdešimties). Praeityje kai kas sakė, kad mano ūgio mergina negali būti laikoma seksualia. Šitie žodžiai taip giliai įstrigo man į širdį, kad nerimauju kaskart eidama į pasimatymą, ypač su vaikinais, su kuriais bendrauju internete.*

*Padėk!*

Kai esi itin aukšta moteris, dažnai kompleksuoji dėl ūgio, bet keisčiausia tai, kad kitos moterys vis kartoja tau jo pavydinčios. „Kokia tu laiminga!“ — sako visokios pupytės. Tobulų kūno proporcijų, vidutinio sudėjimo, smulkios poniutės Disnėjaus pasakų princesių veidais, kurios nėra apsipirkusios ilgšėms skirtose parduotuvėse ir nežino, ką reiškia nusmukęs per trumpų pėdkelnių klynas — jos, girdi, atiduotų bet ką, kad galėtų būti tavo ūgio.

Anksčiau mitai apie aukštaūges varė mane iš proto. Jei visos nori būti tokios aukštos, kodėl nesidžiaugiu savo ūgiu? Jei jis toks geidžiamas, kodėl visada jo gėdijuosi? Kodėl jaučiuosi nerangi, neelegantiška, nemoteriška ir sumišusi? Kodėl nuolatos girdžiu,

esą, vyrai myli aukštas moteris, tačiau ne vienas iš jų atsisakė eiti su manimi į pasimatymą dėl mano neva per aukšto ūgio?

Kartais man pavyksta atsikratyti drovumo — kada avių aukštakulnius klube su draugėmis, kurios galėtų paliudyti, kaip negailestingai svetimi žmonės apšaudo mane kritikos strėlėmis. Tos pažinčių programėlėse retsykiiais gaunamos žinutės, kaip antai „LOL, atleisk, per aukšta, x“. Niekada nepamiršiu *Pirmųjų pasimatymų* serijos, kurios įžangoje mano ūgio mergina plačiai ir viltingai šypsodama atsisėda prie staliuko priešais vyrą, o šis pasako: „Aš. Nekenčiu. Aukštų. Merginų. Kai įėjai į restoraną ir pamačiau, kad esi aukštesnė už mane, iškart nepatikai, — paaiškino per kankinantį aptarimą po pasimatymo. Nieko asmeniško, bet neatrodytum simpatiška net būdama skruzdėlė. Milžiniška skruzdėlė.“

Todėl nemeluosiu. Nesakysiu, kad viską išsigalvoji. Tu teisi. Yra vyrų, kurie nesidomės tavimi dėl ūgio. Ir tai šlykštu.

VIS DĒLTO. Su metais išmokau visiškai ramiai priimti šį faktą. Nes svarbiausia yra tai, *kam* nepatinka mūsų ūgis. Tik jau ne mums, ilgakojėms žvaigždėms, kurios koncerto metu puikiai matome sceną. Aukštas mūsų ūgis nepatinka vyrams. Mat jei vyrui nejauku būti su aukštesne už save moterimi, jis nelanko jos per aukšta, bet mano pats esąs per žemas. Neturėdamas žymaus ūgio pranašumo, norom nenorom ima jaustis netinkamu vyru, prastu meilužiu, nekoku moters gynėju. Tai didžiulė gėda. Užuoat bijojusios tokių vyrų ir jautusios jų atstumtos, turėtume pakapstyti giliau ir pasistengti užjausti.

Man viskas paaiškėjo tada, kai, būdama dvidešimt trejų, gulėjau pasidėjusi galvą ant krūtinės vaikinui, su kuriuo susitikinėjau, o mano kojos tįsojo dar keturias mylias už jo kojų, ir apgirtęs jis sukuždėjo: „Apgailestauju, kad nesu aukštesnis.“

Staiga supratau, kodėl jis bjauriai šaipydavosi iš mano ūgio ir savo draugijoje reikalautavo visad avėti plokščiapadžius batus.

Pasakysiu dar vieną neginčijamą tiesą; priimk ją kaip iškilmingą mano pažadą tau: jei vieni vyrai nė nesvarstytų susitikinėti su tokia aukšta moterimi kaip tu, kiti aukštą ūgį laikys patraukliausiu tavo broožu. Tokių vyrų daugybė. Jiems bus malonu vaikščioti su tavimi gatve, ranka apšivijus pečius, liemenį, užpakalį ar bet kurią kitą tavo kūno dalį, kurią tik pasieks. Jie norės, kad nuolatos (*nuolatos!*) avėtumei aukštakulnius. Jie laikys tave Nuostabiąja moterimi iš filmo apie superherojus (koks sutapimas: dar viena, kurios ūgis — metras aštuoniasdešimt). Jausiesi esanti visiškai tinkamo ūgio ir suprasi, kad vienintelis jausmas, kurį turėjai jausti jo atžvilgiu, — pasididžiavimas. Mano buvęs vaikinai, su kuriuo susitikinėjau daugelį mėnesių, kartą parodė žinutę, kurią nuėjęs į tualetą pirmojo mūsų pasimatymo metu nusiuntė geriausiajam draugui: „Įsimylėjau, ji TIKRA MILŽINĖ.“ Tada pasijutau tokia laiminga dėl savęs, kokia buvau jaunystėje. Norėjosi persiųsti šią žinutę praeitin tai merginai, kuri šlykštėjosi savimi ir įnirtingai gūglino galimybę susimažinti ūgį chirurginiu būdu.

Na, ir paskutinis karčios tiesos žodis iš moters, patyrusios aukštaūgės dalią: niekaip negali pakeisti šios ryškios, neįprastos ir gražios savo kūno savybės. Kūnas — vienintelė transporto priemonė, kuria gali nukeliauti iki gyvenimo pabaigos. Prašau, labai prašau, neklausyk įžeidžių pastabų ir nepriimk jų už gryną pinigą, nes jos visiškai neparemtos faktais. Rasi žmogų, kurio netrikdys tavo kūnas, kurį jaudins aukštaūgė moteris ir jos jėga; vyrą, kurio vyriškumo beveik neįmanoma nuslopinti. Pamatysiu — su tokiais visų smagiausia.

# Draugès



## Mieloji Dole: „Padėk išsiskirti su drauge.“

*Ieškau pagalbos, kaip nutraukti draugystę. Mudvi su Ema (abiem po dvidešimt penkerius metus) draugaujame nuo mažumės ir jau metus gyvename kartu. Vos tik baigsis buto nuomos sutartis, noriu atitrūkti nuo draugės tiek fiziškai, tiek dvasiškai. Nesame rimtai susikivirčiusios, bet ne kartą ilgai ir nemaloniai ginčijomės, ji nevengė manęs pašiepti ir siuntinėti pasyviai agresyvias žinutes per vatsapą. Galiausiai mano kantrybė išseko. Nors draugė atskuba į pagalbą, kai išsiskiriu su vaikinų, turiu rūpesčių darbe ar pristingu pinigų, jaučiu, kad gyvenimas be jos būtų ramesnis ir paprastesnis. Ar turiu jai pasiaiškinti, kodėl noriu nutraukti draugystę, nors nemo-ku tiksliai įvardyti, kas atsitiko? Gal galiu tiesiog dingti iš jos akiračio?*

Neprašyta patarinėju nuo tada, kai išmokau kalbėti, ir jau penktą mėnesį kuriu žurnalo patarimų skiltį. Kiekvieną savaitę galiu rinktis iš redaktorės atrinktų laiškų, kuriuos sukeliu į vieną dokumentą. Dalyje laiškų užduodami labai konkretūs klausimai („Ar verta buvusiam vaikinui padovanoti niekutinį, kurį nulipdžiau molio būrelyje?“), daliai klausimų pakanka trumpo atsakymo be išvedžiojimų („Gal man nusikirpti kirpčiukas?“), kai



kurie skaitytojai kiekvieną mielą savaitę užduoda tarytum skirtingus, bet vis dėlto vienodus klausimus. Kaskart būtinai parašo moteris, nerimaujanti, kaip nutraukti ryšį su artima drauge.

Šitai pasakoju norėdama tave padrašinti: baimė nutraukti draugystę yra viena būdingiausių problemų, susijusių su santykiais, be to, persmelkta didžiulių kaltės jausmo. Man regis, išgyvename, kad nutrūkusi draugystė prilygsta nesėkmei, nors iš tiesų ji gali suteikti laisvės. Jei dviem žmonėms bręstant ir keičiantis, jų santykiai nesivysto, tikėtina, kad draugystė atšals. Tai nereiškia, kad ji tavęs nieko neišmokė, kad tavo prisiminimai beverčiai. Ilgalaikė draugystė — tai didelis pasiekimas (draugavote nuo vaikystės iki dvidešimt penkerių metų — ilgiau nei trunka vidutinė santuoka!). Tiesiog gali būti, kad ryšys išsisėmė.

Vis dėlto kol sugalvos, kaip nutraukti santykius, manau, turi kruopščiai patyrinėti judviejų draugystę. Rašai, kad nežinia kodėl susvetimėjote, bet, sprendžiant iš laiko skalės, nesutarti pradėjote apsigyvenusios kartu. Tavo minėtos problemos — ginčai, pasyviai agresyvios žinutės per *vatsapą* — kvepia buitinais kivirčiais. (Septynerius metus dalijausi stogu su buto draugėmis, todėl puikiai žinau, kaip jautiesi gavęs žinutę: „Ei, kodėl pasiėmusi iš spintelės užtepėlę? Matau ant jos šviežią peilio žymę! Gal kas nors norėtų pasiaiškinti???“) Galbūt rašai ne apie konfliktišką draugę, o apie konfliktišką bendranuomę? Jei taip, gali paaiškėti, kad apsigyvenusios atskirai vėl imsite puikiai sutarti, kai, nebelikus dingsties bartis, užplūs atsipalaidavimas ir grįš abipusės pagarbos jausmas. Būna, kad draugystė nepakelia gyvenimo kartu. Daugelį savo draugių tiesiog dievinu, bet už jokią pasaulio užtepėlę nesutikčiau su jomis apsigyventi.

Jei esi visiškai tikra, kad draugystė nutrūko, patariu atsi-

sveikinant nedaugžodžiauti. Pokalbiai, kai vienas žmogus vardija kitam jo trūkumus, gali traumuoti. Bet kas, kam yra tekę klausytis pasiaiškinimų, kodėl nebenorima draugauti, paliudys, kad ištarti žodžiai ilgam palieka kartėlį. (Ačiū, \*\*\*\*\* \*\*\*, iš devintosios klasės už tai, ką pasakei man tada, per pietų pertrauką.) Jei tiksliai nežinai, kodėl nutolote, vadinasi, ir draugė tavo atžvilgiu atšalo labiau, nei manai, — retai pasitaiko, kad ilgalaikių santykių pasikeitimo nepajustų abi pusės.

Bet tai nereiškia, kad turi tiesiog nutraukti draugystę nieko nepaaiškinusi. Būtimei žiauri ir baili. Verčiau siūlau pamažu atvėsti, o tai dažnai nutinka savaime, dviem žmonėms išsikėlus iš drauge nuomoto būsto. Jei draugė įsižeis ar prašys pasiaiškinti, būk sąžininga ir santūri. Užuoat vardijusi jos ydas, kalbėk apie tai, kaip, tavo pastebėjimu, pasikeitė jūsų santykiai. Pasakyk, kad brangini viską, ką draugė tau suteikė, bet, tavo nuomone, jūsų draugystė išsikvėpė. Jei draugė nesutiks su tokiu požiūriu, turėsite progą pasikalbėti, pasidalyti jausmais ir suteikti savo santykiams aiškumo.

Ir nors, mano manymu, neverta saugoti draugystės su tuo, kas daro tave nelaimingą, vis dėlto siūlau nespjauti į galimybę prisitaikyti, užuoat nutraukus santykius. Liguistos draugystės gali pasikeisti į gera, nebūtina galutinai išsiskirti. Galbūt turėsite mažiau bendro ir susitikssite vos dukart metuose per abiejų gimtadienius. Draugystei išlikti nepakanka bendros praities, bet su metais vis labiau vertiname senus prisiminimus. Gali būti, kad vieną dieną savo pačios nuostabai suprasi, kad ši moteris — vienintelis žmogus, kuriam nori paskambinti. Galite nebūti geriausios draugės, bet džiaugsitės išgirdusios viena kitos balsą.

Mieloji Dole:  
„Visos mano draugės uždirba  
daugiau už mane ir aš negaliu  
joms prilygti.“

*Turiu kelias artimas drauges iš mokyklos laikų.  
Suaugusios jos pradėjo uždirbti žymiai daugiau  
nei aš. Joms pasisekė įsigyti nuosavus namus,  
gali mėgautis restoranais ir leistis į brangias  
keliones, o aš nuolat taupau ir žūtbut stengiuosi  
neatsilikti. Nenoriu nutraukti draugystės,  
bet man gėda, kad ne visada sugebu joms  
prilygti ir jaučiu, kad nepritampu.  
Ką daryti?*

Prieš daug metų viena gera mano bičiulė susitarė susitikti su draugu bokalo alaus Soho rajone. Draugė, kuriai tuo metu buvo dvidešimt penkeri, neskurdo, tačiau jos atlyginimas buvo kuklus, todėl, norėdama susimokėti nuomą Londone ir keliauti, turėjo taupyti. Jos draugas, kuris dirbo teatre, tą dieną gavo žinutę, kurioje vienas aktorius pakvietė juodu prisijungti prie jo kompanijos restorane *Pizza Express*. Draugė žinojo negalinti sau leisti vakarieniauti mieste, tačiau sutiko, nenorėdama, kad vakaras nueitų šuniui ant uodegos. Kai atvyko į restoraną, ją pasitiko pilna užstalė aktorių ir režisierių, vienas jų buvo filmo *Saulėlydis* žvaigždė Robertas Patinsonas. Draugė iš karto suprato, kad vakarienė ne jos kišenei, todėl apdairiai užsisakė tik

lėkštę tešlos kukulių ir stiklinę vandens iš čiaupo. Po vakarienių kompanija pasidalijo sąskaitą. Draugė žinojo neturinti pakankamai pinigų susimokėti, bet niekam nenorėdama gadinti nuotaikos, taip ir nepasiūlė kiekvienam mokėti už save. Paskui nuėjusi į tualetą apsiverkė ir suprato, kad jai belieka apsimesti, jog pametė banko kortelę. Ir štai tada, stovėdama po mėlyna picerijos lempos šviesa ir žiūrėdama, kaip Patinsonas mielai sumoka už aštuonis jos kukulius be įdaro, mano draugė susimąstė, kaip jai apskritai pavyko išsipainioti į tokią situaciją.

Jei vengi nemalonių pokalbių su draugėmis, rodo, kad esi geros širdies, tačiau jokiais būdais neturėtumei jaustis spaudžiama prilygti kitų žmonių pasiekimams. Nereikia gėdytis, kad uždirbi mažiau nei draugės. Kaip žinia, aukštas atlyginimas ir prabangus gyvenimo būdas nebūtinai byloja apie žmogaus talentą ir darbštumą. Gauti gerai apmokamą darbą galima ir dėl daugybės kitų priežasčių: pasinaudojus privilegijomis, reikiamu laiku atsidūrus tinkamoje vietoje, tiesiog patyrus sėkmę. Kad ir kiek uždirbtume, šito verčiau neužmiršti ir jautriai atsižvelgti į draugių pajamas, kad nė viena nesivaržytų ir nesijaustų nepri-  
tapėle.

Neabejoju, kad tavo draugės yra mielos ir nusimintų su-  
pratusios, kaip stokojo atidumo tavo atžvilgiu. Tikėtina, kad turėdamos gerai apmokamus darbus manė, jog tavo pajamos panašios į jų. Taip pat gali būti, kad įpratusios prie didesnių pinigų, spėjo užmiršti, ką reiškia skaičiuoti tešlos kukulio kainą.

Pinigai — subtili tema, kuria atsargiai kalbama net su pačiais artimiausiais, bet ją būtina gvildenti. Su amžiumi supratau, kad, siekiant išvengti nesusipratimų ir nuoskaudų dėl pinigų, geriausia kartą nuoširdžiai pasikalbėti ir galutinai išsi-

aiškinti. Užgniaužtas nepasitenkinimas kelia įtampą. Jei skoliniesi / skolini draugams ar šeimos nariams, reikia atvirai aptarti (pokalbis, žinoma, nebus malonus) pinigų gražinimo sąlygas, kad paskui nereikėtų jaudintis. Planuojant švęsti su grupe, kiekvienas turi iš anksto pasakyti, ką gali ir ko negali sau leisti, kad būtų išvengta nesusipratimų. Patarčiau ir tau atvirai pasikalbėti su draugėmis.

Žinau, bus nemalonu, ir niekam, išskyrus asmeninį buhalterį, neprivalai atvirauti apie savo finansus, bet paaiškinusi draugėms padėtį, nusimesi nuo pečių didelę našta. Tau tereikia pasakyti, kad mėgsti su jomis pramogauti, bet pastebėjai, kad negali leisti sau visko, ką sau leidžia jos, todėl mielai prisijungsi prie kompanijos tada, kai bičiulės rinksis pigesnes pramogas.

Draugės gali ir toliau kviesti tave kartu užsiimti brangia veikla, siūlydamos už tave sumokėti — pati spręsk, ar nori sutikti. Jei ne, būk pasirengusi susitaikyti su mintimi, kad jos pramogaus be tavęs. Mano galva, retkarčiais likti už borto — maža bėda, nes savo pinigus draugės gali leisti kaip tinkamos ir nesijausti kaltos. Vis dėlto į kai kurias pramogas turėtų pasistengti įtraukti ir tave.

Svarbu, kad draugės suprastų, jog vakarėlį ar šventę įsime name ne dėl kainos, o dėl dalyvių. Skaičiuojant pinigais, dalis geriausių mano prisiminimų apie tai, ką išgyvenau su draugėmis, verti tiek, kiek pica, kurią valgėme susėdusios ant sofos, ar paplūdimyje išgertos alaus skardinės. Gera mėgautis prabanga su artimaisiais, bet iš esmės tai visai nesvarbu. Jei tavo draugės geros širdies, jos irgi tai žinos.

# Santykiai



Mieloji Dole:  
„Kai vaikiną miegojo,  
patikrinau jo telefoną ir dabar  
jaučiuosi labai kalta.“

*Su vaikiną susitikinėjau kiek mažiau nei  
metus. Jis geras, linksmas ir kantrus, dažnai  
sako, kad mane myli. Vieną naktį, kai vaiki-  
nas miegojo, man pasiūžė labai į jo tele-  
foną. Neradau nieko, kas verstų sunerimti, tik  
porą žinučių, kurias mudviejų draugystės pra-  
džioje siuntė kitoms merginoms. Šnipinėjau  
galbūt dvi minutes, ir dabar jaučiuosi labai  
kalta. Pasitikiu savo vaikiną ir džiaučiuo-  
si, kad jį turiu. Kodėl šniukštindama keliu  
mūsų santykiams pavojų?*

Ak, tas nelemtas noras patikrinti miegančio vaikiną telefoną. Nedovanotinas žingsnis, kurį vienu ar kitu metu žengia dau-  
guma jaunų žmonių. Be leidimo lįsti į draugo telefoną — tas  
pats, kaip sumokėti mažiau, suprantant, kad padavėjas suklydo  
skaičiuodamas sąskaitą. Ar iš vakaro padauginus svaigalų, skies-  
ti laiške bosui, esą „pasigavai norovirusą“, kai pati tuo metu  
kemši mėsinį. Negalėdama atsispirti pagundai pašniukštinti,  
žengi be galo rizikingą žingsnį, po kurio neišvengiamai pasijun-  
ti kalta.

Neturėčiau tau pasakoti, kad tikrinti vaikiną telefoną —

prastas sumanymas. Pati žinai, kad toks elgesys pasalūniškas ir nepagarbus. Akimirksniu sugriauna brangų ir sunkiai pelnytą judviejų tarpusavio pasitikėjimą. Apgailestauju, kad graužiesi, bet džiaugiuosi bent tuo, jog sieki suprasti, kodėl taip pasielgei. Jei pasižadi niekada daugiau nešnipinėti vaikino, siūlau neprisi- pažinti, antraip tik sukelsi jam nereikalingą ir niekuo nepagrįstą nerimą.

Veikiausiai šniukštinėjai todėl, kad nepasitiki. Rašai, kad neturi pagrindo abejoti vaikino ištikimybe, bet gal kitur esi susidūrusi su apgavikais? Tikėtina, kad turi pažįstamų, kurie yra buvę neištikimi: draugės, draugių partneriai, tavo buvę vaiki- nai. Jei esi patyrusi išdavystę, širdyje lieka kirbėti įtarimas, kad anksčiau ar vėliau vėl nudegsi. Tada įninkni stebėti, ar dėdamas ant stalo telefoną vaikinai neapverčia jo ekranu žemyn? O gal jo telefone nuolatos įjungtas tylos režimas, kad nebūtų girdėti, kada gauna žinutę? Puoli tikrinti, ar po vidurnakčio jis mirksta *vatsape*, ir jei taip, stengiesi save įtikinti, kad plepa naktimis su vyriškos lyties draugais. Ne. Ieškodama neištikimybės ženklų tik stengiesi išgyventi — užsitikrinti, kad daugiau nebepatirsi išdavystės pažeminimo ir skausmo.

Vis dėlto atsargumas skiriasi nuo įtarumo. Neteisinga ma- nyti, kad mylimas žmogus prasižengs vien todėl, kad prasižengė kiti, visai į jį nepanašūs. Galbūt viskas dėl vyrų. Gal nepasiti- ki jais ir esi nusivylusi? Suprantu. Kaskart, atsivertusi laikraštį, pati nusiviliu vis nauju vyriškiu. Dabar pasakysiu kaip mokyto- ja: juk nebaisi visos klasės dėl kelių neklaužadų, kurie sugadino pamoką?

Dar gali būti, kad patikrinai vaikino telefoną skatinama žemos savivertės ir nesąmoningo noro sau pakenkti. Galbūt gi-



liai širdyje netiki, kad esi verta ištikimybės, ir todėl sabotuoji santykius?

Jei taip, svarbu sau pripažinti, kad tai ne vaikino, o tavo problema, kurią reikia spręsti. Įsimylėjėliams verta žinoti, dėl ko partneris jaučiasi nesaugus, ir jautriai į tai atsižvelgti. Vis dėlto niekas už mus neišspręs psichologinių mūsų problemų. Tai galime padaryti tik patys. Jei manai, kad nesi verta meilės ir įpareigojančių santykių, vaikinai gali išsinerti iš kailio kartodamas, kad myli ir bus ištikimas — vis tiek jį įtarinėsi. Turi išsiaiškinti, iš kur kyla baimė, ir suvokti jos nepagrįstumą.

Mano nuomone, įlįsti į miegančio vaikino telefoną knieti todėl, kad trokštame kontroliuoti mylimą asmenį. Daug kalbama apie įsimylėjimo džiaugsmą, bet, manyčiau, reikėtų daugiau kalbėti ir apie įsimylėjimo siaubą. Juk įsimylėdamas patiki savo širdį ir laimę kitam. Atiduodi jam savo kūną, paslaptis, savaitgalius, mintis, ateities planus, namus, raktus, draugus, artimuosius. Kaip jau esu rašiusi savo skiltyje ir toliau rašysiu, meilė — be galo rizikingas dalykas. Visada. Daugybe atžvilgių. Vaikinas gali būti neištikimas, bet jis gali ir numirti. Ar esi apie tai pagalvojusi? O gal jis sukčius? Jei nerimauji, kad tave apgauldinėja, juk gali pradėti jaudintis, kad kaimyninėje šalyje turi slaptą šeimą?

Meilė — tai ne kontrolės, o pasidavimo aktas. Gali rūpestingai pasirinkti žmogų, su kuriuo nori susieti gyvenimą, bet paskui privalai leisti įvykiams rutuliotis savaime. Kitu atveju gali rinktis vienišės gyvenimą (labai protinga mintis) ar būti su tuo, kurio neištikimybė tau nerūpės, todėl jausiesi visiškai saugi (kaip liūdna). Turi pasiduoti nežinomumui. Pažinti mylimą žmogų, pasitikėti juo ir viltis geriausio.

# Šeima



Mieloji Dole:  
„Vaikams iki gyvo kaulo įkyrėjo  
susipažinti su vis nauja mano  
meile.“

*Regis, man nesiseka meilėje. Trys dukterys,  
sūnus ir artimi draugai sakosi pavargę nuo  
mano merginų. Kaip suprantu, jiems nusibodo  
naujos mano meilės. Pasak jų, keliu per griež-  
tus reikalavimus, todėl niekaip neišsirenku iš  
begalinio srauto puikiai man tinkančių mote-  
rų. Net per karantiną pradėjau susitikinėti su  
nuostabia moterimi, turinčia madingą vyninę,  
bet sutrinku, kai kalbama apie meilę. Nebeiš-  
manydamas, ką daryti, pamaniau, gal būtu-  
mėte tokia maloni ir pateiktumėte gaires? Esu  
patrauklios išvaizdos į pensiją išėjęs dantų gy-  
dytojas (su savais plaukais ir dantimis), finan-  
siškai nepriklausomas, turintis puikų humoro  
jausmą. Moku dainuoti, tik šokėjas esu nekoks.*

*Su šilčiausiais linkėjimais*

*Džimas*

Nemanau, kad dėl išrankumo turite būti aštriai kritikuojamas. Pasimatymų srityje yra žymiai blogesnio elgesio pavyzdžių. Ieškantis partnerės geriau būti išrankiam, nei griebti pirmą

pasitaikiusią. Aukšta savigarba (neriečiant nosies) yra gerokai nuvertinama: jei pats netikėsi esąs vertas laimės, kas kitas tuo patikės? Na, bet nesu jūsų duktė ir man nereikia atlaikyti begalinio srauto puikiai jums tinkančių moterų, kol pats esate sutrikęs, todėl suprantu jūsų artimųjų susierzinimą. Galbūt esate girdėjęs internete sklandantį posakį: „Sutrikusi kalė, gyvenanti dėl dramos“? Jis yra apie žmogų, kuris be jokio reikalo pats sau apsunkena gyvenimą. Iš dalies šis posakis galėtų tikti ir jums, Džimai.

Perfekcionizmas — be galo įdomus dalykas, kadangi juo vadovaudamiesi dažnai gauname rezultata, atvirkščią tam, kurio norėjome, ir siekdami savo troškimų galime net susinaikinti. Be to, perfekcionistas turi galybę skirtingų ir sudėtingų motyvų. Jei atsakinėčiau į jūsų dilemą per daug nesigilindama, teigčiau, kad tobulumo ieškote todėl, kad save laikote tobulu: kad išpūsdamas teigiamas savo paties savybes reikalaujate neįmanomai idealios romantinės partnerės. Vis dėlto manau, kad jūsų atvejis kiek kitoks (nors ateityje vengčiau girtis puikiu humoro jausmu ir palikčiau apie jį spręsti kitiems. Kuo labiau savimi puikuojatės, tuo mažesni įspūdi darote savo klausytojams. Tiek spėjau suprasti šioje kelionėje, kurią vadiname gyvenimu).

Manau, tikėtina, kad laikote save romantiku. Nors skamba ironiškai, būtent romantikai dažniausiai vengia išsipareigoti. Tam yra dvi priežastys: pirma — užmezgę rimtus santykius, turėtų liautis ieškoję meilės, tačiau niekas taip nejaudina romantiko kaip ilgesys. Antra — daug svajodami apie galimą partnerį, romantikai niekaip neranda trimačio sutvėrimo, kuris atitiktų iš anksto susikurtą vaizdinį. Tai jau nebe perfekcionizmas, o išankstinis nusistatymas. Žmogus susigalvoja, kaip turėtų rutu-

liotis meilės santykiai, o tada suglumsta, kad niekas, išskyrus jį patį, nežino nei apie siužetą, nei apie veikėjus.

Trumpai: gali būti, kad atidėliojate santykius siaubingai bijodamas nusivilti. Manau, jus galima suprasti. Štai kodėl sakoma, kad atidėlioti mus verčia perfekcionizmas: geriau atidėti darbą žinant, kad galėtume puikiai jį atlikti, nei vis dėlto atlikti ir nusivilti gautu rezultatu.

Kadangi esate ne vakar gimęs, žinote, kad neįmanoma rasti žmogaus, kuris atitiktų visas jūsų trokštamas savybes, kurių galbūt turite net sąrašą. Tokius būdvardžių sąrašus tegu laužiuokuose prie namų degina keturiolikmetės, sumaniusios kerais prisivilioti svajonių vaikiną. Neįmanoma prisišaukti savo paties galvoje susikurto žmogaus, nes tobulas įsivaizduojamas partneris stokos nenuspėjamų žmoniškų trūkumų, kuriuos galų gale pamilstame. Linksmuoliai kartais pyksta. Intelektualai daug ko nežino. Sekso gigantai (apgailėstauju tai sakydama) kartais meta kriauklėn arbatos maišelius. Jei norite patirti tikrą intymumą, turite priimti žmogų visą, užuot mėginę išrankioti geriausias jo savybes. Kažkas yra sakęs: „Leisdamas laiką su draugais, esu visiškai pasirengęs priimti juos tokius, kokie yra.“ Man pasirodė, kad šie žodžiai puikiai apibrėžia, ką reiškia susitaikyti su kito žmogaus trūkumais.

Taip pat tikėtina, kad jūsų net nedomina santykiai. Nebabejoju, kad esate apie tai susimąstęs, bet žmonės įvairiais būdais teisinasi esą vieniši, kadangi mano privalantys palaikyti santykius. Jūs neprivalote nieko. Kaip matyti, ir neturėdamas partnerės gyvenate apsuptas meilės ir draugų, su kuriais galite vaikščioti į madingas vynines ir kitur.

Pagalvokite apie kelias moterų savybes, kurias vertinate la-

biausiai, o tada atsisakykite visų kitų lūkesčių ir leiskitės būti džiugiai nustebintas. Spręsdamas apie tai, kas svarbu, būkite kuo sąžiningesnis su savimi — jei tikitės kito žmogaus būti priimtas be jokių išlygų, turėsite atsilyginti jam tuo pačiu.

Nors neabejoju, kad jūsų plaukai ir dantys kone tobuli bei turite įspūdingą vokalą, paaiškės, kad pats irgi turite trūkumų. Nemalonu leistis į per daug gilius apmąstymus šia tema, bet kada nors išryškės jūsų būdo bruožai, kuriuos draugai ir artimieji turės pakęsti sukandę dantis. Pats galbūt net nenumanysite turįs savybių, kurios taip nervins bičiulius, jog traukdami namo po ilgos vakarienės su jumis, jie dūsais sakydami: „Kad tave kur perkūnas, šiandien Džimas buvo toks kaip visada, ar ne?“ Visi mes paprasti žmonės. Blaškomės gyvenime ir susimauname. Dėkitės prie mūsų. Jums patiks.