

The last time we
broke up

Serce można oddać tylko raz.

Aleksandra Nalepa

The last time we
broke up

Tytuł oryginalny
The last time we broke up

Podtytuł
SERCE MOŻNA ODDAĆ TYLKO RAZ

Autor: Aleksandra Nalepa
Cover: Łukasz Mądalski
Projekt okładki: Alfie Juby CaV
Zdjęcia: Aleks Benedykowski
Okładka: Aleksandra Nalepa & Jake Pattison
Korekta: Natalia Brujewicz

ISBN: 9789402167962
© Aleksandra Nalepa 2017
All rights reserved

Wydanie trzecie

2018

OD REDAKCJI

Drogi Czytelniku,

Książka została oparta na zdarzeniach i sytuacjach z otoczenia Autora oraz własnych doświadczeń.

Imiona, nazwiska oraz wiele sytuacji zostało przedstawione w innym świetle oraz wątki zostały zmienione ze względu na osobiste dobro Autora oraz osób ich dotyczących.

Książka ma na celu otworzenie oczu wielu osobom oraz na pokazanie jak szybko można zniszczyć oraz zranić ukochane nam osoby.

Prosimy o niebranie do siebie łączących, opisanych zdarzeń.

Prosimy z dystansem podejść do tej książki.

Z poważaniem,

Redakcja

Dla Noah, z wyrazami miłości

To nie miało prawa się wydarzyć.

Ile razy wypowiedziałeś w myślach to zdanie?
Nawet raz to za dużo. Dla mnie te słowa to już
niemal modlitwa.

Serce można oddać tylko raz

Wiesz, że nie da się żyć bez ponoszenia konsekwencji własnych decyzji, tak samo jak nie da się żyć bez patrzenia za siebie. Zawsze będziesz wspominał, zawsze będziesz rozpamiętywał. Wielka miłość, która odeszła.

Pamiętasz jeszcze, co czuleś, gdy znikła? Ja czuję to cały czas.

Prolog

Miłość jest jak tama. Jeśli pozwolisz, aby przez szczelinę sączyła się strużka wody, to w końcu rozsadza ona mury i nadchodzi taka chwila, w której nie zdołasz opanować żywiołu. A kiedy mury runą, miłość zawładnie wszystkim. Nie ma wtedy sensu zastanawiać się, co jest możliwe, a co nie oraz czy zdołamy zatrzymać przy sobie ukochaną osobę. Kochać to utracić panowanie nad sobą. Wiele osób myli miłość z zauroczeniem. Tak jak większość z nas, każdy przeżył pierwszą prawdziwą miłość. Nie mówię tutaj o pierwszych szczeniackich związkach, które w dużej mierze były po to, aby pochwalić się rówieśnikom, swoją

miłością. Wtedy słowa 'kocham cię'
zostają rzucane na wiar, bez
jakichkolwiek przemyśleń bo tak
naprawdę nikt nie zdawał sobie wtedy
sprawy z tego co tak naprawdę oznacza
słowo 'kocham cię' i ile zobowiązań
pojawia się za tym słowem.

Traktowaliśmy wtedy nasze związki
niezbyt na poważnie, a zazwyczaj były one
przypadkowe i wkrótce ulegały rozpadowi.

A potem przychodzi ta pierwsza
prawdziwa miłość i pierwszy związek na
poważnie, a związek zamiast na miesiąc
staje się związkiem na lata z kimś z kim
łączy nas 'chemia'. Osoba ta staje się
naszą pokrewną duszą, czujemy, że nas
absolutnie rozumie, a jej spojrzenie
wyraża więcej niż tysiąc słów. Słowo
'kocham cię' nabiera znaczenia i
wypowiadane jest na poważnie. Bo
przecież nigdy wcześniej się tak nie
czuliśmy. Ale nie wszystko złoto, co się
świeci i zazwyczaj te pierwsze, poważne
związki również się rozpadają. Po czasie
okazuje się, że coraz więcej rzeczy „nie
gra”. Opadło to silne zakochanie, nasze
potrzeby się rozmijają, a co gorsza,
czujemy, że tak naprawdę męczymy się w

tym związku. Zaczynamy dostrzegać, że pewne rzeczy wcale się nie zmieniają, a próby naprawienia związku nie przynoszą większych rezultatów. I w końcu, przy jakiegokolwiek okazji dochodzi do rozstania, bo jakiś poboczny wątek stanie się katalizatorem i wtedy dojdzie do poważnej rozmowy. I wtedy czujemy, że to jest ten właściwy moment i najważniejsza rzecz, którą powinniśmy zrobić oraz że postępujemy mądrze i sensownie. Po tym wszystkim jesteśmy zadowoleni, że to się w końcu stało. Ale nie zdajemy sobie sprawy z tego, że tak naprawdę nasz umysł był 'karmiony' przez kilka lat narkotykami w postaci silnego przywiązania się do tej właśnie osoby i w najbliższych dniach, tygodniach, czasami miesiącach funduje nam totalny zjazd. Fakt, że na początku czujemy się jak nowo narodzeni i uczymy się znowu żyć jak single. Udajemy twardzieli, ale wewnątrz coś nas wyżera, czujemy jakby jakaś część nas po prostu umarła. Nasz mózg tego nie rozumie, bo w końcu osoba, z którą chcieliśmy spędzić resztę życia powiedziała nam, że to koniec. Nie rozumiemy, dlaczego tak naprawdę czujemy się źle. Wychodzimy z założenia, że przecież męczyliśmy się w tym związku,

ale kiedy jest już po wszystkim okazuje się, że wcale nie jesteśmy tak szczęśliwi jak nam się wydawało, że będziemy. A nasz głowa wcale nie pozwala nam zapomnieć, bo nagle zaczyna przypominać różne piękne chwile, zupełnie pomijając wszystkie złe momenty i zaczynamy zapominać wszystkie złe chwile jakie przytrafiły nam się w związku oraz które doprowadziły do rozstania. I za którymś pełnym obrazem wspomnień i pytaniem 'a pamiętasz jak...' nasuwa się myśl, że może to rozstanie było jednym wielkim błędem?

Jednak po jakimś czasie znów próbujemy zbudować nowy związek, ale po upływie czasu zaczynamy czuć się źle, bo co chwile wpadamy w głupi cykl tęsknoty za byłym partnerem i zaczynamy porównywać naszego obecnego partnera z poprzednim, bo mamy wrażenie, że poprzedni nas bardziej znał, bardziej rozumiał, że tylko on tak na nas patrzył i wtedy zaczynamy czuć wyraźną różnicę i odczuwać poirytowanie obecnym partnerem co bardzo często prowadzi do kolejnego rozstania. I wtedy zaczyna nas pogrązać tak zwana 'czarna rozpacz'. Mamy wrażenie że nie będziemy potrafili przeżyć nic takiego samego jak nasz

pierwszy związek. Oczywiście staramy się jakoś normalnie funkcjonować i 'jakoś' się nam to udaje, ale tylko gdy jesteśmy w towarzystwie, bo gdy zostajemy sami ze swoimi myślami jest już gorzej a jeszcze gorzej jest im więcej rzeczy zaczyna nam się przypominać i jak wiele miejsc, ulubionych filmów czy naszych ulubionych utworów muzycznych wciąż ze sobą dzielimy.

Co innego jest, gdy cierpimy na 'odległość' bo mieszkamy na przykład w innej części miasta i nie widzimy się a co innego stać twarzą w twarz w czasie przypadkowego spotkania (lub i nie całkiem przypadkowego) i niestety ta ostatnia opcja uwalnia najwięcej wspomnień. To wszystko dzieje się pomimo oczywistych dowodów, że ten związek musiał się zakończyć. Bo gdyby nie musiał, to trwał by nadal, a my nie szukalibyśmy „lepszego świata” w postaci nowego partnera, tylko robilibyśmy wszystko co możliwe, aby uratować ten związek. Mam tutaj na myśl rozstanie „na poważnie” będącym wynikiem przemyślanej przez wiele tygodni /miesiący decyzji, kiedy już się poddaliśmy i przyznaliśmy przed sobą, że „już nic więcej nie da się zrobić”.

Jeśli miałeś kiedyś kota, psa czy nawet świnkę morską lub chomika, który pożegnał się z tym światem, to czy myślisz, że następny będzie zachowywał się tak samo? Wcześniej nie mieliśmy żadnych podobnych doświadczeń, więc mamy mylne wrażenie, że pierwszy związek na poważnie jest wzorem dla każdego następnego. Tylko, że jak przykładem dla następnych relacji ma być coś, co się rozpadło, prawda? Dlatego też przeszłość mimo to, że kształtuje nas i bez niej nie bylibyśmy tym kim jesteśmy w tym momencie, akurat w tym wypadku nachalnie stara się nam zaszkodzić, tworząc iluzje, wymazując to co złe i idealizując partnera, przez co zaczynamy wierzyć, że był dla nas o wiele lepszy, niż to miało miejsce w rzeczywistości. I wtedy pojawia się dylemat i pytanie: 'Jak się odnieść do przeszłości, skoro jest cenna i niszczycielska zarazem?' Odpowiedź jest prosta - potrzebny jest dystans. Niestety, realizacja tego planu jest o wiele trudniejsza. Kiedy oglądamy stare zdjęcia, to nigdy nie powiemy, że jesteśmy tacy sami jak przedtem, prawda? I w tym przypadku trzeba postąpić podobnie. Stare związki, przeżycia, wspomnienia,

wszystko musi być jak stare zdjęcia, które można czasem przejrzeć, ale nie determinują one tego co jest tu i teraz. Trzeba przestać wiązać terażniejszość z przeszłością.

Oddzielić zdobyte doświadczenie od wspomnień. Nie patrzeć wstecz ani do przodu, ale zakotwiczyć się w tym co jest obecne w danej chwili.

Oglądając filmy uczymy się, że prawdziwa miłość przetrwa wszystko. Oczywiście, że przetrwa, ale to życie weryfikuje. Nie ma innej rady jak odcięcie i zostawienie przeszłości za sobą. Tylko tutaj nie przecinamy jednej nitki, ale cały gruby sznur, więc „biorąc” z przeszłością wielką rolę gra silna wola. Nie zawsze jest wspaniale w naszym życiu, nie zawsze wszystko nam wychodzi po myśli, nie zawsze mamy to czego chcemy, są rzeczy i sytuacje, które trudno zdobyć, będą i są chwile, gdy jesteśmy sami.

Do czego dążę? A do tego, że nawet czujący się jak "pustka", mamy wiele możliwości, nawet brak możliwości jest możliwością. Wystarczy chcieć. Nie można odciąć się po troszku czy w części, ponieważ każda chwila słabości zazwyczaj

bywa bardzo boleśnie karana nawrotami smutku i wątpliwości. Trzeba pozwolić odejść ludziom z naszego życia. Oczywiście każdy zasługuje na szansę by w nim zaistnieć w jakikolwiek sposób po raz kolejny, ale nie każdy zasługuje na to by pozostać w nim do końca. Więc kiedy wspomnienia przestaną mieć wpływ na chwilę obecną, będziemy potrafili zacząć wszystko od nowa i wyciągniemy wnioski z momentów, kiedy byliśmy na życiowych zakrętach.

A jeśli naprawdę jesteśmy sobie pisani i naprawdę, nie potrafimy żyć bez tej osoby, nawet po upływnie kilku miesięcy, lat – to tak naprawdę daje nam do zrozumienia, że byliśmy sobie pisani. I nie ważne, ile czasu upłynie, zawsze ta osoba będzie w naszej pamięci. Jeżeli tam z góry jesteśmy sobie zapisani, to nie ważne, ile czasu minie. Znajdziemy drogę do siebie. I znów będziemy razem. Nie teraz to w przyszłości. Tylko na to potrzeba czasu. Czasu, który jest nieubłagany. Bo dlaczego ludzie wracają do siebie czasem po raz kolejny? Dlatego, że wciąż coś do siebie czują. Jeśli drugi powrót nie pokazuje tego, że coś dla siebie znaczymy, jest tylko jedna opcja. Żadne z

nas nie potrafiło tego pokazać po wcześniejszym rozstaniu. Jak to mówią do trzech razy sztuka. I trzeci powrót będzie albo nie udany albo tym na zawsze.

Kolejnym problemem może okazać się jest cholerne ego. To ono nie pozwala nam czegoś zbudować ponownie. Miałam z tym do czynienia bardzo często i tak naprawdę to ono wszystko zniszczyło. Wszystko co było. Ale jeśli dla człowieka ważniejsze jest ego niż własne uczucia, odpowiedź jest jedna i chyba nie muszę mówić jaka.

To jest najgorszy z najgorszych powodów rozstań, bo własne ego nie pozwala nam odbudować tego co było, mimo, że dalej kochamy tą osobę i nam na niej zależy.

