

Haydu, Verônica Bender. Você é tudo para mim... **Tribuna do Vale do Paranapanema**, Rolândia, nº 1187, p. 7, set. 2005.

VOCÊ É TUDO PARA MIM...

Ao descrever as mudanças que o casamento sofreu nos últimos anos, no artigo da Edição nº 1186 do Tribuna do Vale do Paranapanema, sugeri que o amor deve ser a fonte de sustentação dos casamentos atuais, pois o casamento deixou de ser uma questão de sobrevivência. Os dois membros do casal deverão ser bons companheiros, amantes apaixonados, cúmplices, amigos e auxiliar um ao outro em suas dificuldades. Nossa! Isto é possível?

Se você pensa que não, está enganado.

Um pequeno detalhe que faz uma grande diferença nos relacionamentos a dois, o qual não mencionei nos meus artigos anteriores, é o que pode ser expresso na seguinte afirmação, que retirei de um artigo, de 2001, da antropóloga Dr^a Mirian Goldberg (disponível no site <http://www2.uerj.br/~revispsi>), “Declarar que um homem e uma mulher devem se bastar de todas as maneiras durante toda a vida é uma monstruosidade que engendra necessariamente hipocrisia, mentira, hostilidade, infelicidade”. Se um dos membros do casal seguir isso como regra, transformando o ente querido na sua única fonte de prazer, de satisfação e de apoio, o relacionamento corre grandes riscos e, possivelmente, não durará.

Este tipo de comportamento é, no entanto, bastante comum, pois quando começamos a namorar, queremos estar o tempo todo com o nosso amor e de preferência a sós. Isto faz com que nos afastemos de nossos amigos e deixemos de freqüentar aqueles lugares onde encontrávamos a nossa turma. No começo, isto pode parecer muito bom, mas com o passar do tempo, a nossa rede de relações sociais vai diminuindo e nós passamos a ser apenas colegas de trabalho ou de escola e não amigos deles. Algumas pessoas afastam-se inclusive dos membros da família, como os pais e os irmãos. Às vezes, este afastamento não é físico, mas apenas emocional, de tal forma que, com o passar do tempo, sobram só os dois, você e ele ou ela – seu grande amor.

Você pensa que amar é viver um para o outro, mas você pode estar enganado(a). É quase impossível uma pessoa suprir todas as necessidades sociais de outra pessoa. Quando o seu parceiro(a) é a sua única fonte de prazer, de satisfação e de apoio, você começa a exigir demais dele(a) e começam as cobranças, as brigas, a insatisfação, as frustrações e o ciúme, e tudo isto acaba com o afeto, o romance e o prazer de estar junto. Vejam que coisa estranha, aquilo que foi

a razão de vocês ou de um dos dois ter-se isolado dos amigos, dos familiares e dos colegas passa a ser a razão do desentendimento, da hostilidade e da infelicidade.

Uma causa muito comum da depressão é a perda da pessoa que é a mais importante para nós, que representa a nossa única fonte de satisfação. Por exemplo, é comum pessoas que acabam de se separar entrarem em depressão, pois, além de perderem o casamento e uma parte de seus bens materiais, não têm amigos, não sabem onde ir e o que fazer em momentos de folga, não têm nenhum tipo de atividade de lazer, etc. A depressão, também, é comum em outras situações de perda de pessoas importantes, como a morte de um filho ou do companheiro, ou a saída dos filhos de casa, quando se casam ou vão estudar fora.

A lição que devemos aprender, no que se refere ao relacionamento a dois, é que não importa o tamanho do nosso amor pelo outro(a), não devemos deixar que ela ou ele seja a única pessoa importante no mundo para nós. Ela não deve ser tudo para nós. Não devemos restringir nosso círculo de amizades - a nossa rede social de relacionamento - e não devemos transformar a pessoa amada em nossa única fonte de satisfação, de prazer e de apoio. Quando nós ampliamos o nosso círculo de amizade, nós não dividimos amor, todavia o multiplicamos.

“Pessoas dotadas de amor são aquelas que não chegam a perder sua relação com a terra, o sol, a lua, o vento, o toque, a alegria, o prazer de viver...” (Autor desconhecido)

Verônica Bender Haydu
Professora da Universidade Estadual de Londrina
Doutora em Psicologia pela Universidade de São Paulo