



När Anders Borg offentliggjorde sin relation med Dominika Peczynskis sa han bland annat: "Man kan inte alltid styra över känslor." Är det så? undrar Micke Gunnardo. Foto: Vilhelm Stokstad / TT

Livslånga kärleken finns inom räckhåll

26 februari 2015

Debatt **Det var nog** många som höjde på ögonbrynen när nyheten om Anders Borgs och Dominika Peczynskis relation blev offentlig. Själva nyheten lämnar jag därhän, men jag fastnade för vad Anders Borg sa i sitt pressmeddelande: "Man kan inte alltid styra över känslor. Vad som nu sker får framtiden utvisa."

Är det påståendet sant? Är det så att vi kan bli hjälplösa och slavar under våra egna känslor? Jag spekulerar inte i huruvida det är sant i Anders Borgs fall, det intresserar mig egentligen inte. Jag tänker på dig och mig. Kan vi människor hamna i situationer som äventyrar äktenskap och familj på grund av känslor som spelar oss spratt vi inte kan kontrollera? Det är en fråga allt för stor och viktig att inte försöka besvara. Vi är många som har erfarenhet av att skilsmässor smittar, att när par i omgivningen separerar kan andra uppfatta signaler om att det är en möjlig utväg

När då kända (och okända) människor förklarar otrohet och/eller separationer med att känslorna för en annan människa blev så starka att de inte gick att tygla, ger det indirekt legitimitet för många att tänka och handla på liknande sätt.

Frågan är alltså om det är möjligt att hamna i en situation då jag inte kan tygla mina känslor till en annan människa? Svaret är ett självklart och stort JA! Självklart kan jag försätta mig själv i situationer allt för svåra att kontrollera känslomässigt – det gäller oss alla.

Frågan är ju vad vi gör då? Uppmuntrar vi kontakt? Tar vi initiativ till kontakt? Gör vi oss tillgängliga för kontakt? Besvarar vi kontakt? Träffas vi på tu man hand? Har vi kontakt via sociala medier?

Jag vill påstå att vi har ett ansvar som är svår att bortförklara. Borde det inte alltid vara möjligt att bestämma sig för att inte utsätta sig för situationer som kan äventyra äktenskap/förhållanden? Finns det inte alltid en tidsrymd, om än så liten, då jag hinner tänka och reflektera över de val jag faktiskt har – innan skadan är skedd?

Jag tror att den livslånga kärleken finns inom räckhåll! När vi lever i en relation, kanske allra helst i ett äktenskap, är den tydliga ambitionen för de allra flesta att kärleken ska bli livslång. Men ödmjukt bör vi konstatera att vägen dit går via både rosor och törne. Vi får varken ta relationen eller varandra för givna. Vi är mycket sårbara i de nära relationerna.

Men den livslånga kärleken finns inom räckhåll om vi kontinuerligt underhåller relationen. Sluta aldrig att prata med varandra, stäm helst varje dag av läget med varandra och fråga hur ni mår. Rör vid varandra, låt pussar och kramar vara en naturlig del av vardagen. Se till att ofta ha roligt/trevligt/mysigt på tu man hand, om det så bara skulle handla om en fika vid köksbordet eller en 20 minuters kvällspromenad. Tala om och visa hur mycket ni älskar varandra. Gör ni detta har ni skapat ett effektivt skydd för er relation mot frestelser från annat håll.

Den bestämda viljan och ambitionen med relationen bör alltid väga tyngre än vad känslorna för en annan människa säger vid ett specifikt tillfälle. Då kan man till och med styra över starka känslor för en annan människa. Då kan man påverka det närmsta skeendet i stället för att låta framtiden utvisa det. Den livslånga kärleken är ingen utopi utan en i allra högsta grad realitet.

Micke Gunnardo, Parvägledare, föreläsare, skolkurator