



LÁSKA A VZTAHY 28. 08. 2019

Platonická láska umí bolet. Jak se s ní vypořádat?

Platonická láska může mít vícero podob. Buďto je to osoba, se kterou jsme v kontaktu, ale příliš se neznáme. Anebo někdo, koho neznáme skoro vůbec....

Koho by za život nepotkala platonická láska. Kolega či kolegyně, spolužák anebo sympatická cestující v autobuse. Platonický vztah není nic neobvyklého. Otázkou ale je, co s ním? Ačkoli může začít nevinně, dokáže se rozvinout v komplikovanější problém. Poradíme, co si s platonickou láskou počít a jak se ji pokusit přeměnit do reálného vztahu.

Platonická láska může bolet stejně, jako láska jiná

Platonická láska může mít vícero podob. Buďto je to osoba, se kterou jsme v kontaktu, ale příliš se neznáme. Anebo někdo, koho neznáme skoro vůbec. Co mají oba druhy sympatií společné, je pocit **silné náklonnosti**. Proč ale cítíme tak intenzivní emoce k někomu, koho sotva známe?

- **Můžeme být opravdu zamilovaní a prožívat emoce, které bychom jinak zažívali například ve vztahu.** Nicméně, je důležité si uvědomit, že platonický vztah a city, které k naší vysněné polovičce cítíme, se většinou vztahují k našim představám o ní.
- **Možná si o kolegovi, kterého jen potkáváme ve výtahu, myslíme, že je hodný, charismatický a vtipný. Ale je takový opravdu?** Pocity, které k němu cítíme, se váží k obrazu, který jsme si vytvořili ve své vlastní hlavě. A ten někdy může být velmi vzdálený

realitě. Z maličkosti, kdy nás pustil do dveří, odvozujeme vlastnosti jako všímavost, laskavost anebo úcta k ženám. Jestliže jsme se ale s naší platonickou láskou příliš nebavili, mnoho toho o ní nevíme. A protože jsme obrazu v naší mysli přiřadili vlastnosti, povahu a další rysy osobnosti, máme pocit, že tohoto člověka známe. A proto jsme se do něj zamilovali.

- **Pocity, které v nás platonická láska vyvolává, jsou doopravdy skutečné. Ale osoba ke které je cítíme, bohužel není.** Když se nám naděje na vzájemný bližší vztah vytrácí, cítíme se hrozně. Těžko okolí vysvětlíme, že nám zlomil srdce někoho, koho sotva známe. Bolestné pocity se dostavují, protože ztrácíme náš ideál vysněného partnera či partnerky.

Připravili jsme pro vás také [afirmace na lásku](#) nebo článek o tom, [co se děje v těle zamilovaných lidí](#).

Přeměňte platonický vztah ve vztah skutečný

1. **Pokud je naše platonická láska jen letmý známý anebo někdo, koho vidáme jen občas, zkusme se zamyslet, co si o naší vysněné osobě myslíme.** Aby se nám platonický vztah lépe rozebíral, pomůže nám papír a tužka. Pak se zamysleme, z čeho tak usuzujeme. Zjistíme, že to jsou většinou maličkosti anebo nepřímé zkušenosti.
2. **Rozhodněme se, co bychom vlastně chtěli.** Máme zájem osobu více poznat a být s ní v kontaktu? Pak bychom měli udělat nějaký krok kupředu. Platonický vztah a setrvávání v něm nám příliš neprospívá.
3. **Zkusme se rozhodnout, jak osobu oslovit.** Nesnažme se ale nic příliš uspěchat. Z pouhého pozdravu můžeme postupně přecházet na zdvořilostní fráze a později na hlubší konverzaci. Pokud bychom danou osobu z ničeho nic pozvali ven, může ji naše rychlé pozvání oprávněně vyděsit. Odmítnutí je v platonické lásce obzvlášť bolestné.
4. **Je dost pravděpodobné, že zjistíme, že naše platonická láska je trochu jiná, než jsme si ji vysnili.** Budme otevření a nekladme na ni či něho žádné nároky předem. Budťo zjistíme, že o ni stále máme zájem anebo naopak ochladneme. Tak či tak, platonická láska se tím vyřeší.
5. **Může ale nastat situace, kdy naši platonickou lásku oslovit nechceme.** Pak je důležité si uvědomit proč. Bojíme se odmítnutí? V takovém případě bychom měli zapracovat na našem sebevědomí. Jestliže jedna platonická láska odejde, je dost pravděpodobné, že se vyskytne zase jiná. Stále bychom se točili v kruhu platonických vztahů, který nám ale příliš štěstí nepřinese.
6. **Překážka nastává, pokud už vztah máme.** Platonická láska pak většinou kompenzuje něco, čeho se nám v současné vztahu nedostává. Vyplatí se nic neuspěchat. Většinou se zájem, který v nás platonická láska vyvolává, váže k jedné anebo pár vlastnostem, které náš partner či partnerka nemá. A vysněná osoba je právě má. Jenomže je zde řada vlastností, které můžeme na současném partnerovi obdivovat a platonický vztah je naopak postrádá. Než uděláme razantní krok, vše si dobře promysleme.

Platonická láska: Citáty od známých osobností

Pokud nás trápí platonická láska, citáty nám alespoň mohou zvednout náladu. Řada slavných osobností o platonické lásce něco napsala. Nejsme v tom tedy sami. Přečtěte si také další [citáty o lásce](#).

„Platonická láska je jako zbraň, od níž udržujeme patričnou vzdálenost, nejsouce si jisti, zda je nabita.“

Bertolt Brecht

„Platonická láska je znamenitá věc - pro přestávky.“

Gabriel Laub

„Platonická láska je jako kurz lyžování nasucho.“

Toni Sailer

„Platonická láska - sex od uší výše.“

T.S. Winslow

„Platonická láska mi připadá jako lákavý cíl pro střelce, který ale nikdy nevystřelí.“

Wilhelm Busch

„Občas se bojím, že má dlouholetá platonická láska je spíše posedlostí než opravdovým citem.“

Barbara Smith

„Platonická láska je jako spící sopka.“

André Prévost