

# ARTUMO LABORATORIJA

PSICHOTERAPINIS ROMANAS



VGA  
V\*

## GENOVAITĖ PETRONIENĖ



ARTUMO LABORATORIJA



Genovaitė Petronienė

# ARTUMO LABORATORIJA

PSICHOTERAPINIS ROMANAS



VILNIUS, 2023

Bibliografinė informacija  
pateikiama Lietuvos integralios bibliotekų  
informacinės sistemos (LIBIS) portale *ibiblioteka.lt*

© Genovaitė Petronienė, 2023  
© Viršelis, Algimanta Sirvydaitė, 2023  
© Leidykla VAGA, 2023  
ISBN 978-5-415-02705-7

# 1

## Netikėtas tikslas

### PIRMOJI METŲ DIENA

Baigusi trejus metus trukusią psichoterapiją ir atšventusi Naujuosius su keliais draugais apsisprendžiau: dabar psichologas nebegelbsti, reikia atsakingai elgtis su savo gyvenimu pačiai. Pirmiausia sumažinau darbo krūvį. Kai laikas sulėtėjo, labai aiškiai pamačiau sumedžiotus prasmės gabaliukus. Įsijungiau filmą, kuriame pagrindinis herojus, dailininkas, aiškino apie van Gogą: „Mes matome tai, kas yra mūsų akyse.“ Tos beprotiškos geltonos ir mėlynos spalvos šaukte šaukė – kaip aštriai van Gogas turėjo jausti realybę! Tarsi būtų be odos ir kiekvieną minutę ieškotų prasmės. Po filmo skaičiau Vladimiro Nabokovo autobiografiją. Rašo, kaip piešė medžių lapus, vandens sūkurį išokus krokodilui. Perskaičiusi puslapį pajutau – jau užsidega pasaulio grožio matymo lempa. Neįtemptoje vaikystėje V. Nabokovas mokėsi kažko įdomaus, suaugusieji aplink jį politikavo, mąstė apie egzistenciją. Svajonėse įsivaizdavau save

tokiame gyvenime, juk nuo šių Naujųjų metų bandysiu jį realizuoti: daryti viską, kas teikia sielai peno. Vis klausiau savęs: ar šiandien jau perskaičiau, pažiūrėjau, patyriau ką nors gražaus ar įdomaus? Ryte ilgai varčiausi savo dideliame miegamajame minkštu kilimu, kur už langų matosi pušys. Kiekvieną kartą, kai ant šio kilimo padėdavau koją, nusistebėdavau, kaip giliai ji įgrimzta. Visad svajojau turėti erdvę būstą ir miesto centre, ir prie tikro miško, kad galėčiau akimirksniu atsidurti ir šalia kultūros, ir gyvoje kvėpuojančioje gamtoje. Ir štai prieš keletą metų jis atsirado. Tai butas, mat namas sukeltų per daug rūpesčių. Kambariai aukštomis lubomis – visada atrodė, kad būtent lubų aukštis labiausiai permaino sielos būseną į didingesnę. Įrenginėdama šį butą stengiausi, kad iš visų sėdimų vietų matytųsi gražus vaizdas, būtų kur ištiesti kojas, pasidėti puodelį šilto gėrimo, derinau spalvas, ieškojau vietų visą gyvenimą rinktai paveikslėlių kolekcijai. Iš miegamojo ryte bėgu tiesiai į karštą dušą. Anksčiau be saiko mėgavausi, kaip jis glosto mano kūną, o dabar susigalvojau taisyklę: suskaičiuoju iki dvidešimties ir užsuksiu čiaupą dėl ištikimybės idėjai, kad tik pajėgdama daryti tai, ką nusprendžiau, tampu tikru žmogumi. Vakare sėdau prie balto elektrinio pianino daug svečių talpinančioje baltoje svetainėje. Visada svajojau kviestis įdomius žmones į „salioną“, kaip darydavo aristokratai, ir vis dažniau juos kviesdavausi. Klavišų maigymas ramino, kai nerasdavau sau vietos, o poreikis kartkartėmis pakutenti pianiną darė šį instrumentą panašų į nereiklų namų gyvūną, turintį savo dvasią.

Muzika į mano gyvenimą grįžo, kai prieš pat Naujuosius žaidimo dėlei nusipirkau fortepijono pamoką. Vaikystėje porą



metų mokiausi juo skambinti ir norėjau patirti šį malonumą vėl. Žvitrus, energingas mokytojas atrodė mylintis muziką labiau už viską ir dėjo visą širdį į mano mokymą. Net nesupratau, kas pradžioje man patiko labiau – muzika ar jo rūpestis, ir pavirtau į gerą, autoritetingam tėveliui patikti trokštančią mergaitę. Pirmieji kartai, kai gavusi bibliotekoje priėjimą prie instrumento bandžiau groti, atrodė kaip persikėlimas į pasakų pasaulį – iš po mano rankų tikrai sklinda garsai! Natos, ritmas, sąskambiai buvo naujas šviežio vėjo gūsis, kitas pasaulis, kita kalba. Vėliau pradėjau medžioti nuostabiąsias melodijas: išgirdusi jaudinantį motyvą ieškodavau natų, tarsi kraučiausi laimės biblioteką ateičiai, kai galėsiu pagroti viską, kas atgaivina mano sielą. Koncertuose svajodavau būti muzikantų vietoje, pati kurti nuostabius sąskambius ir ritmus. Be draugų ir muzikos, dar mano nuostabų butą šildė dvasinės žinios, vienuoliai iš nešiojamojo kompiuterio ekrano kaip gaivų vėją dosniai bėrė šviesą, išmintį ir priminė nuolat šalia esantį nematomą dvasinį pasaulį

## PRARASTAS LAIKAS

Kitą rytą išėjau į miestą ir prisėdusi savo mėgstamoje kavinėje stebėjau keistus kompiuterininkus prie gretimų staliukų. Tos akimirkos, kai niekur neskubėjau ir nieko nesprenžčiau, mano gyvenime buvo tokios retos. Iš mėlynėjančio vakaro, iš snieguotos gatvės pro duris įėjo kelios studentės su beretėmis. Jauna padavėja ryžtingai reguliavo eismą. Vis prisimindavau

neseniai pirktus pilkos zomšos kalnų batus su ypatingu švelnumu, tarsi norėčiau juos paglostyti. Svajojau vasarą galų gale išvykti į tikrus kalnus. Įkyrus vidinis balsas mano viduje kartais burbtelėdavo: „Negi taip paprasčiausiai sėdėsi kaip pensininkė ir žiopsosi?“, bet nekreipdama į jį dėmesio, sekdamą kavinėje skambantį klasikinio bliuzo ritmą, tarsi užstrigusi kabojau paaukštintame pirmame aukšte ir kažko laukiau. Pastaruosius penkiolika metų nugyvenau pagal griežtą planą. O kai šis mane paleido, tiek laiko save spaudusi, dabar pajutau visai netenkanti kontrolės.

Į kavinę įėjo dar viena studentė, angliškai užsisakė kavos. Iki šiol man užsieniečiai – tarsi gražūs egzotiniai paukščiai. Matyt, mano viduje tebėra gyvas senovinis tikėjimas, kad kažkur turtingoje Europoje žmonės šviesesni ir laimingesni. Man patiko, kad kavinėje tiek daug šviečiančių objektų. Atrodė, kad laikas čia negali užstrigti net ilgai sėdint vienai, o ramiausiai plukdosi į priekį. Ant palangės ilsėjosi žali alijošiai. Vėl žiūrėjau į priešais mane kabantį Vilniaus senamiesčio žemėlapi, tarsi iš jo sunktųsi ankstesni mano gyvenimo metai, kai gatvės atrodė visiškai kitaip. Betgi iš tiesų tada buvo daugiau valkiojimosi, sėdėjimo kavinėse laimės! Štai prisimenu save prie kavinės lango Dominikonų gatvėje, kažką su pažįstamu foto mėgėju fotografuojame. Momentas labai gyvas, tik ką mes mėginame įamžinti? Gal kokio daikto ant palangės ir vaizdo už lango derinį? Tikrai prisimenu, kad per vaizdus anuomet kalbėjo pati būtis ir ta akimirka buvo absoliuti.

Kodėl dabar atsiminiau būtent tokius momentus, kai nei aistringai grūmiausi su verslų iššūkiais, nei kovojau dėl meilės? Tik šie gražūs prieš dešimtį metų nutikę momentai atro-

do tokie tolimi, jog tarsi nebepasiekiami. Žiūrėjau į kavinės šviestuvus, tarsi tuoj bus duotas nematomas leidimas įsijungti tam būties ryškumui. Ak, prarastas laikas. Negi žiūrint iš tam tikro taško karjera gali būti neprasminga? Gali, įmanoma viskas. Mano veiklos, finansų, sveikatos ir pažinčių rato pavydėtų bet kas. Dabar įstaigų konsultavimą buvau perdavusi kitiems, pajamų užteko, o dirbti moderniam institute mokiau kitus. Daugelis mano studentų – gyvenimo mačiusios asmenybės. Anksčiau tokių būčiau bijojusi, bet per savo psichoterapiją, kurią lankiau trejus metus, aiškiai supratau, kad už visų šokinėjančių karjeros gaidžiukų, kaip ir mano pačios viduje, slepiasi nesaugus, įvertinimo trokštantis žmogus. Todėl šie vyrai ir moterys laukė mano šilumos, ateidavo pasišnekėti apie savo rūpesčius net po paskaitų ir aš galėjau pajusti motiniškus jausmus, kurių, neturėdama vaikų, iki tol nebuvo patyrusi. Sumažėjus darbų, apsisprendžiau įgyvendinti senas svajones: pakeliauti ir iki soties pasisemti psichologijos ir dvasingumo naujienų. Visą gyvenimą troškau naujų žinių, ir nors nebesu studentė, mokytis niekada ne vėlu. O labiausiai troškau kas dieną mirkti mene. Mylėti menus dar mažą mane išmokė tėvas, pirkdavęs vinilus, vedėsis į teatrus, parodas, pastūmėjęs lankyti dailės ir muzikos mokyklas. Šie, bene vieninteliai šviešūs atsiminimai iš mano tamsios vaikystės visiems laikams sutapo su mano identiškumo jausmu ir virto gyvenimo prasme.

Kad ir kaip būtų, man jau keturiasdešimt penkeri. Tuoj imsiu senti, o gyvenimo spalvos, atrodo, liko toli praeity. Žinoma, mano santykiai su kitais žmonėmis – kiek per tolimi. Bet kodėl jie tokie? Juk dabar jau geriau suprantu ir kitą žmogų, ir save. Iki psichoterapijos buvau tikrai aštresnė, savo vidų teregėjau

menkai ir skausmingai siekdama artumo atsitrenkdavau į kitų žmonių realybę. O gal išorinė tikrovė inertiškesnė ir ją pakeisti užtrunka ilgiau nei vidinę ir tenka kantriau dairytis naująją mane atitinkančių žmonių? Tėvai, su kuriais nebuvo lengva, jau amžiną atilsį. Pora nutolusių pusbrolių – menka parama, antrosios pusės po praeito išsiskyrimo vis dar neturiu. Mano gyvenime buvo keletas vyrų, – vos išaugus vieną, iš karto atsirasdavo kitas. Su kiekvienu vis mokydavausi bendrauti, tačiau, išskyrus pirmąjį, kurio būdama visai jauna tiesiog neįvertinau, visi jie, kaip ir mano tėvai, manęs negirdėjo. Norėdama ištrūkti iš užburto rato, nusprendžiau likti tik su savimi. Bet vietoj geresnio savęs pajautimo, kurio tikėjaisi atsidūrusi visiškai viena staiga įkritau kaip į juodąją skylę, ir teko ieškoti psichoterapijos. Su savo psichoterapeutu susipažinau jo kūno terapijos seminare. Kartu pietaujant šis jaunesnis už mane mėlynų akių vyriškis atrodė kiek įsitempęs, man patiko kad jis nebando atrodyti tobulas ir pajutau jam pasitikėjimą. Kūno terapija atrodė padėsianti apeiti mano išlavinto proto pinkles, ir aš pagauta impulso paprašiau jo konsultacijų. Su kiekviena psichoterapijos sesija mano pačios vaizdelis darėsi negražesnis, bet, paradoksalu, jaučiausi vis laisviau: mano juntamos kliūtys nebuvo išoriniame pasaulyje, jos glūdėjo mano reakcijose. Terapeutas vieną po kito rodė būdus pakeisti neigiamus jausmus ir mintis, ir kasdien galvoje radosi daugiau šviesos ir erdvės.

Į kavinę žengė vis kiti žmonės. Šias kelias dienas, nebenešama gyvenimo tempo nejučia ėmiau stebėtis: kam skirtas mūsų visų egzistavimas? Negi socialinei programai – karjera, pinigai, šeima – vykdyti? Kartais tiesiog labiausiai norisi sustojusio laiko: kažko lūkuriuoti ir galėti nieko nedaryti. Gal dar

ką nors nufotografuoti, kaip senaisiais laikais, kai mokiausi išreikšti idėjas per foto atvaizdus? Tie spinduliuojantys paslaptimi, realesni už realybę atvaizdai... Nufotografavau lango stiklą ir didinau atvaizdą, kol jis ėmė darytis paslaptingas ir gražus. Bet staiga prisiminiau šiam vakarui skirtas užduotis, ir pajutau: būties seansas baigėsi. Išgėriau paskutinį kavos gurkšnį ir pakilau nuo kėdės.

## NEUŽPUČIAMA ŽVAKĖS LIEPSNA

Trečiąją nieko neveikimo dieną, sekmadienį, tik pramerkus akis užgriuvo nemalonus beprasmybės pojūtis. Jis tvirtai laikėsi užėmęs visą mano vidų, tarsi nebūtų likę jokių kitų jausmų. Šokau į dušą, užsikaičiau kavos, įsijungiau televizorių, pagriebiau telefoną ir ėmiau žinutėmis kalbinti draugus. Įrodydami, kad iš pasaulio žmonės dar neišnyko, vieni rašė, kaip ilsisi po sunkios savaitės, kiti – kaip tvarkosi buity, klausė, kaip aš. Svarsčiau, kaip pasidalinti tuo, ką jaučiu, bet žinutės formatas visai netiko tokiai keistai jausenai išreikšti. Staiga televizoriuje pamačiau Andrejaus Tarkovskio filmo „Nostalgija“ pabaigą: sustiręs filmo herojus žengė tuščio baseino dugnu, delnais nuo vėjo pridengęs žvakės liepsną. Saugojo ją taip ištikimai, tarsi nuo jos priklausytų jo paties ir visų gyvybė. Ėjo visiškai vienas, ir atrode keista, kad mano tamsios mintys, kurių buvo pilnas kambarys, jo niekaip neveikė. Žingsniavo liaunais pirštais išsišovusiais krumpliais gaubdamas mažytę žvakės liepsnelę. Staiga pajutau, kad tuštuma traukiasi, tirpsta, tarsi

ją kas būtų uždengęs sunkiu geležiniu dangčiu, o gyvenimas vėl tampa saugus.

Po to buvo blanki ir ilga, tarsi ištemptas šalikas, diena. Atsisėdusi prie balto pianino savo svetainėje mokiausi išgauti būtent tokio ilgio natą, kaip ji parašyta. Tikėjausi vaikystėje išmokus įgūdžius grąžinti lengviau, bet tik sunkiai, kaip niekad pianinu neskambinęs žmogus, vos koordinuodama dešinės rankos pirštus ir mušdama koja taktą, šiaip ne taip atskirdavau aštuntinę natą nuo ketvirtinės. Grojimas kaip budistinė meditacija galiausiai sukonzentravo mano dėmesį, protas atgijo ir tapo aštresnis, ėmiau ieškoti informacijos junginėdama televizoriaus kanalus. Bet mano sielos nevirpino nei stiprios ir žavios dainininkės, nei anksčiau įkvėpdavę entuziastingi mokslininkai. Stabtelėjau ties amerikiečiu kunigu, šiltai kalbiančiu prasigėrusį žmogelį, ir pažiūrėjau pusę ispaniško filmo apie menininkę, mirus tėvui kuriančią spektaklį iš mėslių eilėraščių, jūros projekcijų ir lėtai judančių moterų. Vėliau ilgai klausiausi vienuolės paskaitos apie kančią Jobo knygoje. Tada išjungiau televizorių ir pakvėpavau su šiltu seneliuku budistu, kurį radau internete.

„Jei susijungi su savo dvasia – nesi vieniša“, vakar sakė jaunystės draugė Elzė, kurią po daugelio metų sutikau kalėdiniam žygyje. Ji jau seniai išsiskyrusi, dukra išvyko mokytis užsienin, o pati Elzė dirbdama vertėja ėmė mokytis psichologijos. Terapeutas man vis primindavo, kad vietoj daugybės pažįstamų reikia susirasti kelis tikrus draugus, kurie matytų ir tikrąją mane, prie kurių galėčiau prisirišti, ir mūsų senovinė pažintis netikėtai prasitęsė. Tad stengiausi surasti jos minėtą „dvasią“, kol galiausiai prieš miegą ieškojimo įtampa nurimo.

Tik nesuvokiau, ar sekmadienis išsipildė, ar laimė, būtis įvyko ir gavau užtaisą visai ateisiančiai savaitei. Už mano buto sienos dusliai skambėjo kaimynų vaikų balsai. Jie vis prapuldavo įrodydami esantys tarsi netikri, o aplink, nors ir gerokai atsitraukusi ir sumažėjusi tebeplytėjo ta pati tuštuma. Ką ta tuštuma reiškė? Dabar, kai norėjau viską išgryninti, kai jos nebedengė darbų sąrašai, ji buvo tokia ryški.

Psichoterapeutas sakė, kad mano nakties ir dienos nuotaikų susipriešinimas – tai atskilusių asmenybės dalys. Viena – euforiškai naivi, fantazuojanti, kad ją išgelbės menas, sportas, nauja pažintis. Ji puola, kažką daro. O paryčiais ateina sunkios, tamsios pagirios ir pasirodo ta beprotiškai vieniša, liūdna, dėmesio negaunanti ir nuo šokinėjimo išsekusi mano dalis, kaip sergantis vaikas. Ji bijo nesukurti poros santykių, bijo neturėti tikrų draugų, ji šoka iš vienos vietos į kitą, bet iš naujo įsitikina, kad išsigelbėjimo niekur nėra. Terapeutas sakė, kad reikia tą sergančio vaiko dalį matyti ir ją pasirūpinti. Ak, tikrai teks tampytis ją su savimi ir bandyti ją išverti.

## TĖVELIAI IR KITI

„Kad galėtų laimingai gyventi, žmonėms gyvenime reikia labai paprastų dalykų: turėti artimų žmonių, mielą darbą, laisvę tikėti tuo, kuo nori, o filosofijos ieško visų šių esmių neturintieji. Gal tavo sunkios būsenos skirtos tam, kad dvasiškai pabustum? Dvasinė realybė mus žadina tam, kad atsisuktume į būties šerdį, pamatytume savo nesėkmės baimes, nes be šito ir

nebus gebėjimo mylėti. Mačiau karikatūrą: juodoji skylė sėdi fotelyje ir diskutuodama su mokslininku sako: „Kodėl visi klausia, kur ta juodoji skylė, bet niekas nesidomi, kaip ji juoda?“ Baisiai juoda, žinok, kišk nekišęs, neužkiši, jokiais gražiais momentais, jokiais supratimais, niekuo. Būk artimesnė su žmonėmis, kuriuos Dievas tau davė, skambink, bendrauk. Žmogus neturi būti vienas. Sušilk. Kas neįvertins to, ką turi, niekad neturės daugiau, – atsakydamas į mano laišką, senas draugas Mozė įkalbėjo man balso žinutę. – Beje, mačiau spaudoje tavo nuotrauką. Sveikinu, atrodo kaip prieš dvidešimt metų!“

Žiūrėjau į persiūstą nuotrauką. Prie interviu su manimi žurnalistai pridėjo keletą metų senumo fotografiją. Aukšta, liekna, apsirengusi sportiniu stiliumi, tarsi vėjo plaikstomais juodais plaukais, ryžtingu veidu, primerktomis akimis. Visad buvau gyvybinga, atsigauanti po bet ko. Neatsitiktinai turiau Vitos vardą, kuris lotyniškai reiškia „gyvenimą“. Taip gyvenime tada ir jaučiausi, tarsi nuolat einanti prieš vėją.

Dabar iš senų laikų mano laikysenoje likęs nebent skvarbus žvilgsnis ir judesių staigumas, bet nenuilstamos įtampos jau nebėra. Aišku, Mozė tokių subtilybių nestebi. Šis kresnas, barzdotas religinis entuziastas bet kokius mano pasakytus dalykus sugeba išversti per dvasinės perspektyvos linzę. Dirbdamas programuotoju prie jūros jis, kaip ir aš, stengiasi suvokti nesuprantamą gyvenimą ir kiekvieną akimirką rasti jame prasmę. Tikrasis Mozės vardas buvo Edmundas, bet kadangi mokykloje jį visi pravardžiuodavo Edmoze, galiausiai neapsikentė ir pasikeitė vardą į Mozę. Anksčiau su juo kalbėdavomės telefonu, tačiau jis buvo toks šnekus, tiek daug pasakodavo apie savo darbą, santykius šeimoje, politiką, religiją, kad negalėda-



vau net įsiterpi, tad ėmiau jam rašyti laiškus, į kuriuos atsakydamas Mozė man atsiunčia ilgus atsakymus balso žinutėmis.

Studijų laikais, be Mozės, turėjau ne vieną už save vyresnį draugą. Nuo tada jie man tapo tarsi Tėveliai, kurių laiką jų gretas buvo papildęs ir psichologas. Dabar beliko tik keli iš jų: vienas viską žino apie kultūrą, su juo žiūrime gerus filmus, kitas – ne prastesnis už psichologą patarėjas gyvenimo klausimais. Kartais susitinkame ir su ankstesniais Tėveliais, visad atnešančiais į mano gyvenimą įdomių minčių, palaikymo, stiprios vyriškos energijos. Tėveliai turi savo antras puses, kurios nuo seno pažįsta ir mane. Kai susitinkame, tarp mūsų užsidega tobula dukros ir neturėto ir tebeieškomo gero tėvo šiluma. Jie manimi rūpinasi, aš dėkingai neišsakau abejonių dėl jų teisumo, nepasakoju apie tai, ko jie nesuprastų, ir ne itin gilinuosi į jų gyvenimus, nes mano nuomonės apie juos jie vis tiek nepriima. Vėliau dalis jų patarimų ir minčių išdulka man iš galvos, bet saugumo jausmas, kurio neturėjau vaikystėje ir kurio man vis dar trūko, visada lieka ir šildo. Gal galėčiau su Tėveliais praleisti visą likusį gyvenimą ir jokios lygiavertės partnerystės, kuri man tokia sudėtinga, niekada ir neprireiktų? Ne, visgi po psichoterapijos suvokių daugiau, bandysiu tvarkytis su vienuolė iš esmės.

## MĖGINIMAI KALBĖTIS

Per radiją protinga vienuolė pasakojo, kaip pirmieji krikščionys, siekdami paskelbti apie Dievą, konkuravo tarpusavyje,

kas geriau skelbia, bet visgi kai kurie jų išliko ištikimi idėjai, nenusivylė prasta kompanija. Klausydama laidos, matyt, pajaučiau ryšį su savo dvasia ir atitirpau iš sąstingio. Mozė teisus, užtenka tos dykumos. Kadangi Tėvelius šventiniais laikotarpiais sunku pasiekti, kviesiu draugauti neturinčiuosius porų. Šiandien susitinkame su vienu buvusiu gerbėju, su kuriuo taip ir nepasileido potraukio varikliukas. Šis akiniuotas gerų akių žilstelėjęs vyriškis dar tebejautė nuoskaudą, bet vis dar tebebuvo vienišas ir kas kelis mėnesius palaikydavo man kompaniją mėgaujantis kultūra. Ėjome į parodą. Ant didelės drobės šalia kalnų vaizdų menininkas aprašė, kaip keliavo po kalnus ir kuo toliau, tuo aiškiau matė, jog pasaulis yra melas, maja. Na, ir aš kas dieną ieškau paslėptos gilesnės tiesos! Gerbėjas labai šiltai šypsojosi:

– Gerai vaikinai rašo!

Man patiko jo žvilgsnis ir balsas. Deja, šis mielas žmogus nuo pasiaukojimo kartais peršokdavo į tiesmuką dominavimą, bet trumpam pamiršusi jo šešėlinę dalį, jaučiausi jau turinti nuostabią antrąją pusę. Guodžiausi jam, kad slystu į melancholiją.

– Gal tau verta imtis to, kas nuramina? – rūpinosi jis.

Šiandien galerijoje jaučiausi kaip tarp savų. Iš eksponuojamų kūrinių dvelkė gerai įrėmintas, blaiviai matoma, net kažkuo graži tuštuma. Kad parodoje prapuola vienišumo jausmas, sužinojau dar studijų metais. Žiūrėdama į autorių išreikštą subjektyvų pasaulį jausdavausi labiau priartėjusi prie žmonių, nei rutuliodama paviršutines šnekas su studijų draugais. Po to su gerbėju ilgai klaidžiojom gatvėmis. Diena magiškame senamiestyje buvo absoliuti, kai gali eiti, kur mato akys, ir nebereikia nieko daugiau. Bet sugrįžusiai į namus, šis žmogus man

atsiuntė du brutalius vaizdo įrašus su moterimi ir vyrais bokso ringe, ir mano laimės nebeliko nė kvapo.

Gal geriau bendrauti su moterimis? Mokykloje turėjau ketletą šaunių draugių, bet vėliau tokių nebesutikau ir nuo moterų įpratau bėgti: jos, kaip ir mano egocentriška mama, atrodė plepios, varginančios, depresyvios, o mane dėl mano uždarumo laikė šalta. Bet kuo vyresnė dariausi, tuo daugiau aplink vėl radosi stipresnių ir geriau mane girdinčių bičiulių. Kad mažiau kalbėtume apie bėdas, vakare pasikviečiau į koncertą Elžę, o dieną pažiūrėsiu filmą su kaimyne. Kaimynė, meditatyvi, bet visko bijanti moteris, nors turinti meno pojūtį, per pastaruosius dešimt metų keliavo į vis gilesnę vienatvę, priklausomybę nuo interneto ir obsesiško tvarkymosi. Įsijungėme filmą. Keistai negalėjau susikaupti ir kaip iš kempinės prisisiurbiau jos depresyvumo.

Vakare nubėgau prie filharmonijos, kur jau laukė Elzė. Nors gražaus veido ir sportiško kūno, ji būdavo nuolat prisimerkusi, vilkėdavo turistiniais rūbais, kūprindavosi, tarsi saugotūsi žmonių, kuriems nemokėdavo pasakyti „ne“. Visą gyvenimą jaučiau ypatingų sentimentų geriems žmonėms. Jie man atrodė mažiausiai panašūs į chroniškai piktus tėvus. Bet ji taip stengėsi dėl kito žmogaus ir taip mažai rodė, ko nori, kad tarsi įpareigojo ir mane jai įtikti. Tik kaip tai padaryti, buvo visiškai neaišku, ir aš perėmiau jos įtampą. Dviejų itin kančių būtybių susidūrimas – ištisinė įtampa vietoj ištisinės šilumos. Susėdome filharmonijos kavinėje prie arkinio lango į prisnigtą senamiestį.

– Pirmosios metų dienos tokios keistos. Taip gera sustojus dairytis po savo pasaulį, jausti jo skonį, bet staiga nežinia iš

kur išlenda nemalonus tuštumos pojūtis, o po to vėl dingsta. Nežinau, ar šis pojūtis liguistas ar iš tiesų mano gyvenimas per tuščias?

– Kai nustoju dirbti ir nemedituojau, ir man taip kartais nutinka. Laimei, visada dirbu, – ji keistai nusijuokė, greičiausiai iš įtampos.

Prasidėjus koncertui, nuo nemalonių apmąstymų mane nusinešė Bacho kūriniai, bet naktį miegojau neramiai, o išaušus rytui suvokiau, kad ir vėl šilumos benzinu, nepaisant vakarykščių pastangų, nesu apsirūpinusi.

Po susiliejiimo su moterų silpnumu mirtinai reikėjo kažko stipraus, kitokio, tad raštu pasipasakojau Mozei. Greitai atskriejo jo balso žinutė:

– Tu su žmogumi kažkaip jautiesi ir to nepasakai. Vyrukas siunčia vaizdus su kautynėmis ringe, matyt, savotiškai jausdamas, kad tu jį tramdai. Ką tu tada jauti? Nieko nėra vertingiau už atvirą santykį, – aiškino man Mozė. – Kodėl toms moterims nepasakai, kad blogai šalia jų jautiesi? Gal joms tai bus spyris tobulėti. Dievas duoda tau žmogų, ir tu kiekvieną kartą neišlaikai tiesos egzamino. Arba nusprendi, esą „būki vienišas, jei nėra tikrų draugų“. – Nors girdėjosi, kaip tarp sakinių jis giliai įkvepia, matyt, kalba į telefoną kažkur žingsniuodamas, Mozės balsas skambėjo tvirtai.

Ak, jis teisus! Susigaudyti, kad kiti kažką daro ne taip, man visad buvo sunku, o dar sunkiau – tai pasakyti. Mozės tvirtumas mane akimirksniu išlaisvino iš vidinio dumblo.

# 2

## Skaudantys judesiai

### TRANSCENDENTINIS PRAŠYMAS

Apygeris įsitaisymas vienatvėje – ilga istorija. Kartais dirbdama taip ilgai ištūnodavau viena prie kompiuterio, kad staiga pajusdavau nepaaiškinamą panikos jausmą: imdavo tirpti visas kūnas, tapdavo sunku kvėpuoti. Suprantu, kad šis pojūtis primena senovinį baimės jausmą, kai mane vieną vaikystėje užrakindavo kambary. Tais bejėgiškais vaikiškais laikais, pamenu, vieną ilgą vakarą praleidau tamsos siaube, kai namuose dingo elektra. Kitą kartą užstrigau įlindusi po lova ir rėkiau ten, kol netekau sąmonės. Todėl dabar pajutusi artėjant šį senovinį pojūtį tuoj pat, kol jis neužvaldė, skambinu bet kam, ir panika atsitraukia.

Kita vienatvės bėda – kritiškas balsas viduje, rėkiantis:

– Turi laiko? Tai mąstyk, mąstyk! Kas gyvenime neveikia? Viską turi išspręsti, antraip po to eisi kreivu keliu ir nebus nė minutės laiko susivokti!

Romanas *Artumo laboratorija* – knyga apie moters ir vyro santykių kūrimą. Kūrinyje keliamas per susipažinimo situacijas, galiausiai parodoma, kaip sukuriama artimi santykiai. Vis dėlto knygos esmė – ne bendravimo įdomybė, o sąmoningas pagrindinės veikėjos Vitos suvokimas, kas su jos jausmais, poreikiais, vaikystės žaizdomis vyksta santykių metu. Knyga prasideda tuo, kad pagrindinė herojė baigia ilgai trukusią psichoterapiją, kurios pagalba dabar gana aiškiai mato su ja vykstančius procesus. Kai santykiuose jaučiasi skaudinama, kai vėl pakliūva į pažįstamas iš anksčiau problemas, Vita stengiasi suprasti save vidinėje erdvėje, kurioje viską saugiau transformuoja. Taip pat ji atgauna jėgas meno pasaulyje ir gali sustiprėjusi grįžti į santykių frontą.

Kadangi šis romanas parašytas profesionalios psichologės, išnašose ji paaiškina, kaip vienas ar kitas psichologinis dėsniumas atsispindi romano situacijose. *Artumo laboratorijos* personažai paremti tikromis istorijomis, kurių autorė semiasi iš psichoterapinio darbo praktikos.



Genovaitė Petronienė – profesionali psichoterapeutė, jau 28 metus konsultuojanti žmones; nuolat dėsto ir veda seminarus, 6 metus kuria radijo laidas ir yra išleidusi 2 psichologines bei 5 grožines knygas; be to – dar ir atsidavusi keliautoja.

