

IRVIN D. YALOM



LAIKINOS
BŪTYBĒS

ir kitos psihoterapiņēs istorijās



IRVIN D.
YALOM

LAIKINOS BŪTYBĖS
ir kitos psichoterapinės istorijos

Iš anglų kalbos vertė Ieva Šimkuvienė



VILNIUS 2016

UDK 821.111(73)-32
Ia-01

Versta iš
Irvin D. Yalom
CREATURES OF A DAY
and other tales of
psychotherapy

First published by Basic Books.

Translation rights arranged by Sandra Dijkstra Literary Agency.

© Irvin D. Yalom, 2015

© Vertimas į lietuvių kalbą, Ieva Šimkuvienė, 2015

© Leidykla VAGA, 2015

ISBN 978-5-415-02382-0

Skiriu savo žmonai Merilina,
kuri su manimi jau šešiasdešimt metų,
bet vis tiek atrodo, kad per trumpai

TURINYS

PIRMAS SKYRIUS

Keistas gydymas / 11

ANTRAS SKYRIUS

Apie tikrumą / 23

TREČIAS SKYRIUS

Arabeska / 38

KETVIRTAS SKYRIUS

Ačiū, Mole / 57

PENKTAS SKYRIUS

Neatimk mano laisvės / 87

ŠEŠTAS SKYRIUS

Išlaikykite bent šią tokį orumą savo vaikų akyse / 107

SEPTINTAS SKYRIUS

Nustokite galvoti apie geresnę praeitį / 133

AŠTUNTAS SKYRIUS

Pasiieškokite mirtinų ligų savyje. Elės atminimui pagerbti / 147

DEVINTAS SKYRIUS

Trys ašarų protrūkliai / 169

DEŠIMTAS SKYRIUS

Laikinos būtybės / 178

Baigiamasis žodis / 202

Pastaba skaitytojui / 205

Padėka / 206

*Visi mes – tik laikinos būtybės; ir tos, kurios prisimena,
ir tos, kurias prisimena. Trumpalaikė ir atmintis, ir tai, kas
atsimenama. Netruks ateiti tas metas, kai viską būsi užmiršęs
ir būsi užmirštas visų. Niekuomet nepamiršk, kad greitai tapsi
niekuo ir išnyksi nebūty.*

MARKAS AURELIJUS SAU PAČIAM

Keistas gydymas

Gydytojau Yalomai, norėčiau su jumis pasikonsultuoti. Perskaičiau jūsų romaną „Kai Nyčė verkė“ ir pamaniau, gal sutiksime priimti kūrybinės krizės ištiktą kolegą rašytoją.

Polas Endrius

AKIVAIZDU, KAD ŠIUO ELEKTRONINIU LAIŠKU Polas Endrius siekė sukelti mano susidomėjimą. Ir jam pavyko – niekuomet nebūčiau atsisakęs padėti kolegai rašytojui. O kalbant apie kūrybinę krizę, galėčiau tik pasidžiaugti, kad nieko panašaus man dar neteko patirti, ir aš nuoširdžiai norėjau padėti jam tą krizę įveikti. Po dešimties dienų sutartu laiku Polas atvyko. Mane pribloškė jo išvaizda. Kažkodėl tikėjaisi išvysti žvalų, kūrybinių kančių apimtą vidutinio amžiaus rašytoją, o į mano kabinetą įsliūkino suvytęs senis, taip susimetęs į kuprą, kad atrodė, jog jis įdėmiai tyrinėja grindis. Kol lėtai tpepo pro duris, manęs neapleido nuostaba, kaip apskritai jis pasiekė mano kabinetą pačioje Rusų kalvos* viršūnėje. Baimindamasis, kad štai štai pasigirs jo sąnarių braškėjimas, paėmiau jo sunkų nušiuosį portfeli ir prilaikydamas už rankos nuvedžiau į jam skirtą kėdę.

– Ačiū, ačiū, jaunuoli. Kiek jums metų?

– Aštuoniasdešimt, – atsakiau.

* Viena iš San Fransisko kalvų (vert. past.).

– Ak... kad taip ir aš būčiau aštuoniasdešimties...
– O jums? Kiek jums metų?
– Aštuoniasdešimt ketveri. Taip, taip, *aštuoniasdešimt ketveri*. Su-
prantu, jums sunku tuo patikėti. Daugelis aplinkinių mano, kad dar
neturiu ir keturiasdešimties.

Atidžiai pažvelgiau į jį, ir akimirką mūsų žvilgsniai susitiko. Mane pakerejo jo valiūkiškos akys ir lūpose žaidžianti vos pastebima šypsena. Kol keletą akimirkų sėdėjome ir tylėdami žiūrėjome vienas į kitą, tariausi jaučias beužsimezgantį tarp mūsų bendrystės ryšį. Tarsi būtume buvę laivo keleiviai, kurie vieną šaltą ir ūkanotą naktį išsikalbėję denyje išsiaiškina užaugę tame pačiame rajone. Mes iš karto atpažinome vienas kitą – abiejų tėvams teko išgyventi Didžiąją depresiją, abu buvome matę legendines Di Madžo ir Tedo Viljamso* dvikovas, abu dar atminėme sviesto ir kuro talonus, pergalės Euro-
poje dieną**, Steinbeko romaną „Rūstybės kekės“ ir Farelo trilogiją „Stadas Loniganas“***. Apie visa tai nebuvo reikalo ir kalbėti, tai buvo puikiai pažįstama, mus jungiantis ryšys buvo tvirtas. Taigi pats metas imtis darbo.

– Ką gi, Polai, jei sutinkate vienas į kitą kreiptis vardu...
– Žinoma, – linktelėdamas tarė jis.
– Apie jus žinau tik tiek, kiek parašėte savo trumpame laiške. Rašėte, kad irgi esate rašytojas, kad skaitėte mano romaną apie Nyčę ir kad jus apėmusi kūrybinė krizė.
– Taip, ir man reikia vienos jūsų konsultacijos. Ne daugiau. Mano pajamos ribotos ir daugiau susitikimų sau leisti negaliu.
– Padarysiu viską, kas įmanoma. Pradėkime dabar pat ir pasi-
stengkime produktyviai išnaudoti laiką. Papasakokite, ką man reikė-
tų žinoti apie jus ištikusią krizę.

* DiMaggio ir Ted Williams – garsūs Amerikos beisbolo žaidėjai.

** 1945 m. gegužės 8 d.

*** Farrell. *Studs Lonigan*.

– Jei neprieštarautumėt, norėčiau truputį papasakoti apie save.

– Gerai.

– Pradėsiu nuo studijų metų. Prinstono universitete studijavau filosofiją, vėliau rašiau daktaro disertaciją apie Nyčės determinizmo idėjų ir jo propaguojamos asmeninės transformacijos nesuderinamumą. Tačiau darbo niekaip neįstengiau baigti. Susikaupti trukdydavo nuostabieji Nyčės laišakai, ypač tie, kurie buvo skirti draugams ir kolegoms rašytojams, pavyzdžiui, Strindbergui. Pamažu apskritai nustojau domėtis jo filosofinėmis idėjomis ir ėmiau jį vertinti labiau kaip menininką. Nyčė man tapo poetu, kurio balsas suskambo galingiausiai iš visų man žinomų žmonijos istorijoje ir kuris buvo toks didingas, kad užtemdė jo idėjas. Greitai man neliko nieko kito kaip pereiti į kitą fakultetą ir daktaro laipsnio siekti ne filosofijos, o literatūros srityje. Bėgo metai, man puikiai sekėsi rinkti medžiagą, tačiau rašyti niekaip neįstengiau. Galų gale įtikėjęs, kad menininkas gali atsiskleisti tik per meną, visiškai mečiau disertacijos rašymą ir nusprendžiau sukurti romaną apie Nyčę. Bet ir tai nepergudravo ir neįveikė kūrybinės krizės. Ji tebebuvo stipri ir nepajudinama lyg granito uola. Niekaip neįstengiau pajudėti iš mirties taško. Ši krizė tęsiasi iki pat šios dienos.

Negalėjau patikėti savo ausimis. Polui buvo aštuoniasdešimt ketveri. Rašyti disertaciją jis tikriausiai pradėjo įžengęs į trečią dešimtį, vadinasi, *prieš šešiasdešimt metų*. Apie amžinus studentus buvau girdėjęs ir anksčiau, bet šešiasdešimt metų? Nejaugi jo gyvenimas buvo sustojęs šešiasdešimt metų? Ne, nesinorėjo tuo tikėti. To tiesiog negalėjo būti.

– Polai, papasakokite, kaip gyvenote baigęs studijas.

– Nelabai yra ką pasakoti. Žinoma, universitete galų gale buvo nuspręsta, kad aš užsisėdėjau per ilgai. Pranešę, kad mano studijos baigtos, jie išbraukė mane iš studentų sąrašų. Bet kadangi buvau

pametęs galvą dėl knygų ir nuolat sukausi tarp jų, valstijos universitete įsidarbinau bibliotekininku. Ten dirbau iki pat pensijos ir visus tuos metus bergždžiai stengiausi ką nors parašyti. Štai ir viskas. Toks mano gyvenimas. Taškas.

– Papasakokite daugiau. O šeima? Kiti žmonės jūsų gyvenime?

Polui, regis, nesinorėjo apie tai kalbėti, ir jis išpyškino:

– Nei brolių, nei seserų neturiu. Du kartus buvau vedęs. Du kartus išsiskyręs. Laimė, abi santuokos ilgai netvėrė. Vaikų, ačiū Dievui, neturiu.

„Keista, – pamaniau. – Iš pradžių buvęs toks atviras, dabar Polas, regis, vengia kalbėti. Kodėl?“

Aš neatlyžau:

– Sakėte, norėjote parašyti romaną apie Nyčę ir elektroniniame laiške užsiminėte, kad skaitėte mano romaną „Kai Nyčė verkė“. Gal galite daugiau apie tai papasakoti?

– Nesupratau?

– Ką manote apie mano romaną?

– Iš pradžių veiksmas vyksta gal kiek per vangiai, bet vėliau įsibėgėja. Nors veikėjų kalba pompastiška, o dialogai pernelyg stiliizuoti ir netikroviški, apskritai vertinant, romanas labai įtraukiantis.

– Ne, ne, aš norėjau paklausti, kaip reagavote sužinojęs apie romano pasirodymą. Juk pats bandėte parašyti knygą apie Nyčę, ir jus turbūt buvo užplūdusios kažkokios emocijos.

Polas papurtė galvą, lyg sakytų, jog nenori, kad apie tai klausinėčiau. Nežinodamas, ko griebtis, tęsiau:

– Papasakokite, kaip sužinojote apie mane. Ar apsilankyti pas mane nusprendėte todėl, kad parašiau tą romaną?

– Kad ir kokia būtų priežastis, dabar tai nesvarbu.

„Kuo toliau, tuo geriau“, – toptelėjo man. Tačiau tam, kad galėčiau jam padėti, būtinai turėjau daugiau apie jį sužinoti. Nuspren-

džiau griebtis seno gero būdo, kuris visuomet leisdavo sužinoti daugybę informacijos, ir tariau:

– Man reikia daugiau žinoti apie jus, Polai. Manau, kad šiandieninis mūsų darbas būtų daug efektyvesnis, jei smulkiai papasakotumėte, kaip atrodo įprastinė jūsų gyvenimo diena. Pasirinkite kurią nors ankstesnę šios savaitės dieną ir papasakokite nuo to momento, kai nubudote.

Bendraudamas su savo pacientais, beveik visuomet prašau jų tai padaryti, nes taip gaunu itin svarbios informacijos apie daugybę jų gyvenimo aspektų – miegą, sapnus, mitybos bei darbinius įpročius. Tačiau daugiausia sužinau apie žmones paciento gyvenime.

Nekreipdamas dėmesio į mano entuziastingą norą išsiaiškinti daugiau, Polas tik nežymiai papurtė galvą, tarsi norėdamas nuvyti mano klausimą.

– Norėčiau pasikalbėti apie kai ką svarbesnio. Ilgus metus susirašinėju su savo disertacijos vadovu profesoriumi Klodu Miuleriu. Girdėjote apie jo darbus?

– Teko skaityti jo rašytą Nyčės biografiją. Labai nebloga knyga.

– Gera. Labai gera. Be galo džiaugiuosi, kad taip manote, – tarė Polas, siekdamas portfelio ir traukdamas iš jo sunkų segtuvą. – Atsi-nešiau tuos jo laiškus ir norėčiau, kad juos perskaitytumėte.

– Kada? Norite, kad perskaityčiau juos *dabar*?

– Taip. Tai pats svarbiausias dalykas, kuriį galėtume atlikti per šį užsiėmimą.

Žvilgtelėjau į laikrodį:

– Bet juk mes susitinkame tik vieną kartą, o visa tai perskaityti užtruks valandą, gal net dvi. Kur kas svarbiau, kad mes...

– Daktare Yalomai, patikėkite, žinau, ko prašau. Prašau, perskai-tykite.

Suglumau.

Ką daryti? Jis buvo tvirtai apsisprendęs. Priminiau jam, kad laiko turime nedaug, o ir jis pats puikiai supranta, jog susitinkame vienintelį kartą. Kita vertus, gal Polas žino, ką daro. Gal jis mano, kad iš tų laiškų sužinosiu apie jį viską, ko man reikia. Taip, taip, greičiausiai taip ir bus.

– Polai, tikriausiai manote, kad tuose laiškuose rasiu reikalingos informacijos apie jus?

– Sakykime, kad taip, jei dėl to jums bus lengviau juos perskaityti.

Še tau! Atviras pokalbis – mano darbo pagrindas, mano stichija, kur visuomet jaučiuosi užtikrintai. Tuo tarpu mūsų pokalbis – kažkoks keistas, nerišlus dialogas. Gal man nė neverta taip nertis iš kailio ir tiesiog palikti viską savieigai. Juk, šiaip ar taip, tai – jo valanda. Jis už ją moka. Jaučiausi kiek sutrikęs, vis dėlto paklausau jo prašymui ir ištiesęs ranką paėmiau atkištą rankraštį.

Duodamas išsipūtusį trijų žiedų segtuvą, Polas paaiškino, kad susirašinėjimas truko ilgiau nei keturiasdešimt penkerius metus iki profesoriaus Miulerio mirties 2002-aisiais. Ėmiau sklaidyti puslapius norėdamas susidaryti bendrą įspūdį. Visi laiškai segtuve buvo susegti nepaprastai kruopščiai. Atrodė, jog Polas išsaugojo, sunumeravo ir sužymėjo datomis kiekvieną gautą ar išsiųstą popierėlį – ir trumpus, niekuo neypatingus raštelius, ir ilgus, įvairiausių klausimus gvildenančius laiškus. Profesoriaus Miulerio laiškai buvo tvarkingai išspausdinti su smulkiu įmantriai išraitytu parašu pabaigoje, tuo tarpu Polo laiškai – iš pradžių rašyti per kalkę, vėliau padauginti kopijuokliu, buvo pasirašyti tik raide P.

Polas linktelėjo man:

– Skaitykite.

Perskaitęs kelis pirmuosius laiškus supratau, kad tai buvo itin rafinuotas ir jautrus susirašinėjimas. Nors profesorius Miuleris neabe-

jotinai gerbė Polą, vis dėlto priekaištavo jam dėl jo žavėjimosi žodžių žaismu. Jau pirmame savo laiške jis rašė: „Matau, kad esate įsimylėjęs žodžius, pone Endriau. Mėgstate žaisti su jais, bet žodžiai – tai tik natos, o melodiją sukuria idėjos. Būtent *idėjos* suteikia gyvenimui formą.“

„Prisipažįstu esąs kaltas, – atrašė Polas kitame laiške. – Negromuluoju žodžių ir jais nesisvaidau, mėgstu jais žaisti. Labai tikiuosi, kad šios savo ydos niekuomet neatsikratysiu.“ Apsikeitę dar keliais laiškais, nepaisydami skirtingo statuso ir pusę amžiaus siekiančio metų skirtumo, jie nusprendė atsisakyti oficialių kreipinių „pone“ ir „profesoriau“ ir toliau vienas kitą vadino tiesiog vardais – „Polai“ ir „Klodai“.

Kažkuriame laiške mano žvilgsnis užkliuvo už vieno Polo rašyto sakinio: „Niekuomet nenustoju stulbinti savo pašnekovų“. Vadinasi, aš buvau pašnekovas. Toliau Polas rašė taip: „Todėl niekuomet neišsivaduosiu iš vienatvės glėbio. Žinau, kad klystu manydamas, jog kiti supranta mano aistrą skambiams žodžiams. Suprantu, kad stengiuosi užkrėsti juos ta savo aistra. Galite tik įsivaizduoti, kaip man vos pasirodžius, aplinkiniai sprunka šalin ir išsilaksto į visas puses.“ „Tai gali būti svarbu, – dingtelėjo. – „Vienatvės glėbys“ – puikus vaizdingas posakis, suteikiantis tekstui poetinio dvelksmo. Tačiau, manau, prieš mane – labai vienišas senas žmogus.“

Paskui, perskaitęs dar kelis laiškus, užtikau pastraipą, kuri priverstė mane suklusti ir kuri galbūt galėjo paaiškinti visą mūsų siurrealistinio susitikimo esmę. Polas rašė: „Todėl suprantate, Klodai, man nelieka nieko kito, kaip tik ieškoti kuo aštresnio ir iškilesnio proto – tokio, kuris sugebėtų suprasti mano silpnybes, meilę poezijai ir būtų pakankamai imlus bei įžūlus su manimi diskutuoti. Ar mano žodžiai priverčia smarkiau plakti jūsų širdį, Klodai? Šiam žaidimui man reikia mitraus partnerio. Ar suteiksite man šią garbę?“

Staiga mano protą nušvietė išganinga mintis. „Dabar man aišku, kodėl Polas primygtinai prašė perskaityti laiškus. Juk tai taip akivaizdu. Kaip nesupratau to anksčiau? Profesorius Miuleris mirė prieš dvylika metų, ir Polas dairosi naujo žaidimų draugo! Štai, kuo čia dėtas mano romanas apie Nyčę! Nieko keisto, kad buvau taip išsimušęs iš vėžių. Maniau, kad tai aš bandau jį iškvosti, o iš tikrųjų buvo kaip tik priešingai. Tai štai kaip.“

Akimirką pažvelgiau į lubas, svarstydamas, kaip geriau pranešti jam šį proto nušvitimą, kai Polas nutraukė mano apmąstymus, rodydamas į laikrodį ir sakydamas:

– Prašau, daktare Yalomai, laikas eina. Skaitykite toliau.

Paklusau jo prašymui. Laiškai buvo labai įdomūs, ir aš mielai ėmiausi skaityti juos toliau.

Pirmųjų dvylikos laiškų stilius aiškiai atspindėjo studento ir mokytojo santykius. Klodas dažnai siūlydavo įvairias užduotis, pavyzdžiui: „Polai, norėčiau, kad parašytumėte darbą, kuriame palygintumėte Nyčės ir Strindbergo neapykantą moterims.“ Manau, kad Polas tikriausiai atlikdavo šias užduotis, nors vėlesniuose laiškuose apie jas nebuvo užsiminta. Apie tai jie, tikėtina, kalbėdavosi susitikę tiesiogiai. Tačiau jau po pusmečio akivaizdi dėstytojo ir studento santykių takoskyra pamažu ėmė nykti. Apie užduotis laiškuose beveik niekur nebebuvo užsiminama, ir kartais sunku būdavo atskirti, kur rašo mokytojas, o kur – mokinys. Klodas buvo atsiuntęs kelis savo eilėraščius, prašydamas Polo pareikšti savo nuomonę, ir Polo laiškų niekaip nebūtum pavadinęs pagarbiais – jis ragindavo Klodą nekreipti dėmesio į proto balsą ir daugiau pasikliauti vidiniu jausmu. Savo ruožtu Klodas kritikuodavo Polo eilėraščius sakydamas, kad jie persmelkti aistros, tačiau jų turinys nesuvokiamas.

Jų tarpusavio ryšys kiekviename laiške vis stiprėjo ir darėsi vis artimesnis. Ėmiau svarstyti, ar tik nelaikau savo rankose didžiosios

ir, galbūt, vienintelės Polo gyvenimo meilės šipulių. „Galbūt Polas nuolatos kenčia dėl neišreikšto sielvarto. Taip, taip, be abejo, taip ir bus. Štai ką jis bando man pasakyti prašydamas perskaityti laiškus mirusiam žmogui.“

Mano galvoje ėmė suktis vis daugiau hipotezių, tačiau nė viena iš jų negalėjo pateikti tikslaus atsakymo į man rūpimą klausimą. Kuo ilgiau skaičiau, tuo daugiau kilo klausimų. Kodėl Polas kreipėsi į mane? Jo paties teigimu, didžiausia jo problema buvo kūrybinė krizė, bet kodėl jis nerodė nė mažiausio noro bandyti iš jos išbristi? Kodėl atsisakė pasakoti apie savo gyvenimą? Ir kodėl taip keistai reikalauja, kad visą mudviejų susitikimo laiką skaityčiau šiuos seniai rašytus laiškus? Būtinai turėjau tai išsiaiškinti. Nusprendžiau, kad prieš mums išsiskiriant tikrai užduosiu Polui visus šiuos klausimus.

Tuomet mano dėmesį patraukė keli laišškai, kurie privertė mane susimąstyti. „Polai, pernelyg aukštindamas patirtį, eini pavojinga kryptimi. Noriu tau dar kartą priminti Sokrato perspėjimą, kad gyvenimas, į kurį neįsigiliname apmąstymais, nieko nevertas.“

„Puikiai pasakyta, Klodai! – mintyse tariau sau. – Ir aš taip manau. Visiškai pritariu jūsų raginimui Polui apmąstyti savo gyvenimą“.

Tačiau kitame laiške Polas aštriai atrėžė: „Jei jau turiu rinktis gyventi ar mąstyti, visuomet renkuosi gyventi. Stengiuosi nepasiduoti visuotinei manijai išsipasakoti, o ir tave raginu elgtis taip pat. Noras išsipasakoti yra moderniosios minties epidemija, kuri daugiausia plinta per šiuolaikinius psichoterapeutus. Kiekvienas mano kada nors sutiktas psichoterapeutas yra apsėstas šios manijos, kuria lengva užsikrėsti ir perduoti ją aplinkiniams. Išsipasakojimas – tai iliuzija, mirażas, netikras reikalas, liūliuojanti lopšinė. Išsipasakojimas neegzistuoja. Vadinkime jį tikruoju vardu – tai bailio bandymas apsisaugoti nuo nerimastingos kaustančios baimės, kurią kelia egzistencijos

nepastovumas, abejingumas ir užgaidumas.“ Šią pastraipą perskaitęs antrą, paskui ir trečią kartą, pasijutau išmuštas iš pusiausvyros. Jau nebebuvau toks įsitikinęs savo galvoje gimusių idėjų teisingumu. Žinojau, kad Polas niekuomet nepriimtų mano kvietimo žaisti.

Retsykiais pakeldavau akis ir pamatydavau išmeigtą į save Polo žvilgsnį, sekantį kiekvieną mano krustelėjimą ir raginantį skaityti toliau. Bet galų gale pamatęs, kad liko tik dešimt minučių, ryžtingai užverčiau segtuvą ir tariau:

– Polai, turim nedaug laiko, o aš norėčiau pasikalbėti su jumis dar apie kai ką. Jaučiuosi nesmagiai. Mūsų susitikimas artėja prie pabaigos, o mes net nepradėjome gilintis į problemą, dėl kurios jūs ir kreipėtės į mane – jūsų didžiausią rūpestį – kūrybinę krizę.

– Niekuomet to nesakiau.

– Bet savo elektroniniame laiške rašėte... štai, turiu jį išsispausdinęs..., – atsiverčiau segtuvą, tačiau man dar nespėjus jo rasti, Polas tarė:

– Prisimenu, ką rašiau: „...norėčiau su jumis pasikonsultuoti. Perskaičiau jūsų romaną „Kai Nyčė verkė“ ir pamaniau, gal sutiksime priimti kūrybinės krizės ištiktą kolegą rašytoją.“

Žvilgtelėjęs į jį tikėjauosi išvysti šypseną, tačiau jo veido išraiška, kaip ir anksčiau, buvo labai rimta. Taip, jis rašė, kad yra ištiktas kūrybinės krizės, tačiau neįvardijo jos kaip problemos, kuriai išspręsti jam būtų reikalinga pagalba. Visa tai buvo panašu į žodžių pinkles, ir aš stengiausi neparodyti jam savo susierzinimo.

– Esu įpratęs teikti pagalbą problemų turintiems žmonėms. Būtent toks ir yra psichoterapeuto darbas. Todėl visiškai natūralu, kad taip maniau ir apie jus.

– Visiškai jus suprantu.

– Tuomet pradėkime nuo pradžių. Pasakykite, kuo galėčiau jums padėti?

– Ką manote apie šiuos laiškus?

– Gal galėtumėte sukonkretinti klausimą? Tuomet būtų paprasčiau suformuluoti atsakymą.

– Bet kokia jūsų išsakyta mintis man bus nepaprastai vertinga.

– Gerai, – atsivertęs užrašų knygelę ėmiau ją sklaidyti. – Kaip suprantate, per tiek laiko man pavyko perskaityti tik nedidelę dalį laiškų, tačiau apibendrinamas galiu pasakyti, kad jie mane sužavėjo, Polai. Iš jų sklinda nepaprastai gili išmintis ir erudicija. Mane nustebino pasikeitę jūdviejų vaidmenys. Iš pradžių jūs buvote studentas, o jis – mokytojas. Tačiau akivaizdu, kad buvote ypatingas studentas, todėl vos po kelių mėnesių jūs, anas jaunuolis ir anas garsus profesorius, pradėjote susirašinėti kaip lygus su lygiu. Akivaizdu, kad jis labai vertino jūsų pastabas ir nuomonę. Jis žavėjosi jūsų proza, vertino jūsų išsakytą kritiką jo darbų atžvilgiu ir, spėju, bet kuriam kitam studentui jo skiriamas laikas ir energija nė iš tolo neprilygo tam, ką gaudavote jūs. Ir, žinant, kad jūsų susirašinėjimas truko dar ilgai po to, kai nustojote studijuoti, akivaizdu, kad judu buvote nepaprastai svarbūs vienas kitam.

Pažvelgiau į Polą. Jis sėdėjo nejudėdamas, ir jo akyse ėmė tvenktis ašaros. Jis godžiai gaudė kiekvieną mano žodį, akivaizdžiai tikėdamasis išgirsti dar daugiau. Pagaliau, pagaliau mums pavyko suartėti. Pagaliau galėjau jam kažką duoti. Tapau Polui nepaprastai svarbios akistatos su praeitimi liudininku. Aš ir tik aš vienas galėjau paliudyti, kad didis žmogus laikė Polą Endrių svarbiu. Deja, tas didis žmogus mirė prieš daugelį metų, o Polas pernelyg paseno, kad būtų galėjęs pats vienas semtis stiprybės iš to žinojimo. Jam reikėjo liudininko, kokio nors žinomo žmogaus, ir tam buvau pasirinktas aš. Taip, tuo nė kiek neabejojau. Tai buvo tiesa.

Dabar reikėjo garsiai išsakyti kai kuriuos Polui aktualius savo apmąstymus. Pamatęs, kad per kelias mums likusias minutes niekaip

nesugebėsiu perteikti gausybės savo įžvalgų, susimąščiau, nuo ko pradėti, tačiau galų gale iš pradžių pasakiau akivaizdžiausią dalyką:

– Polai, didžiausią įspūdį jūsų laiškuose man paliko jus ir profesorių Miulerį siejusio ryšio tvirtumas ir švelnumas. Manau, kad tai buvo didžiulė meilė, ir jo mirtį tikriausiai išgyvenote labai sunkiai. Svarstau, ar ta skausminga netektis vis dar jus slegia ir ar būtent *dėl to* norėjote susitikti su manimi. Kaip manote?

Polas nieko neatsakė, tik ištiesė ranką prašydamas gražinti rankraštį, kurį jam ir atidaviau. Atsegęs portfelį, įgrūdo segtuvą vidun ir užtraukė užtrauktuką.

– Ar aš teisus, Polai?

– Norėjau susitikti su jumis todėl, kad norėjau. O dabar, kai pasikalbėjau, gavau būtent tai, ko troškau. Jūs man padėjote, labai padėjote. To man ir reikėjo. Ačiū.

– Dar palūškėkite, Polai, neišeikite. Visuomet maniau, kad labai svarbu yra suprasti tai, kas labiausiai padeda. Gal galėtumėte trumpai paaiškinti, kaip jums padėjau? Manau, kad jei išsamiau tai paaiškintumėte, ateityje tai būtų naudinga jums pačiam, o galbūt ir man bei mano pacientams.

– Atsiprašau, Irvai, kad išeinu užminęs tiek daug mįslių, bet mūsų laikas jau baigėsi, – ir jis susverdėjo bandydamas atsistoti. Prišokęs sugriebiau už alkūnės, norėdamas padėti jam išlaikyti pusiausvyrą. Tada jis išsitiesė, paspaudė man ranką ir pagyvėjusiu žingsniu išėjo iš kabineto.

Apie tikrumą

ČARLZAS – PUIKIAI ATRODANTIS VIENOS VERSLO ĮMONĖS VADOVAS – gyvenime turėjo gerą pagrindą: puikų išsilavinimą Andoverio, Harvardo universitetuose ir Harvardo verslo mokykloje, jo senelis ir tėvas sėkmingai darbavosi bankų versle, o mama buvo garsaus moterų koledžo patikėtinių valdybos pirmininkė. Jo gyvenimas buvo viskuo aprūpintas: ištaigingas butas San Fransiske, pro kurio langus driekėsi panoraminiai vaizdai nuo Aukso Vartų tilto iki pat Ilankos tilto, nuostabi socialine veikla garsėjanti žmona, šešiaženklės sumas siekiantis atlyginimas ir kabrioletas „Jaguar XKE“. Ir visa tai sulaukus vos trisdešimt septynerių.

Ir vis dėlto kai ko jam trūko. Čarlzą nuolat kamuodavo abejonės pačiu savimi ir kaltės jausmas, jis nuolat dėl visko grauždavosi, o greitkelyje pamatęs policijos automobilį apsipildavo prakaitu.

– Ore plevenantis kaltės jausmas, ieškantis nuodėmių, – tai aš, – juokais sakydavo jis.

Be to, jį nepaliaujamai kankino slogūs sapnai, kuriuose jis regėdavo save subjaurotą didžiuliu negyjančių žaizdų, susigūžusį rūsyje ar oloje; sapnuose jis virsdavo padugne, chuliganu, nusikaltėliu arba sukčiumi. Tačiau nors Čarlzo sapnai ir būdavo tokie gniuždantys, į juos prasiskverbėdavo šmaikštus jo humoras.

– Stovėjau būryje žmonių, kurie buvo susirinkę į atranką, tikėdamiesi gauti vaidmenį filme, – pasakojo jis apie vieną iš sapnų per kažkurį iš pirmųjų mūsų užsiėmimų. – Sulaukęs eilės, savo vaidmenį atlikau visai neblogai, ir režisierius, pasikvietęs iš laukiamosios salės, pagyrė mano pasirodymą. Paskui paklausė, ką esu vaidinęs anksčiau. Kai atsakiau, kad anksčiau dar neteko vaidinti, jis trinktelėjo kumščiu į stalą, pašoko ir eidamas pro duris riktelėjo: „Tai koks tu aktorius?! Tu tik vaidini aktorių.“ Bėgau iš paskos šaukdamas: „Jeigu vaidini aktorių, tai ir esi aktorius.“ Tačiau jis nesustodamas žingsniavo toliau ir netrukus jau buvo kažkur labai toli. Aš iš visų jėgų sušukau: „Aktoriai juk vaidina žmones! Štai, ką daro aktoriai!“ Bet ir tai nepadėjo. Jis išnyko, ir aš likau vienas.

Čarlzo nesaugumo jausmas atrodė esą toks nepajudinamai tvirtas, kad jo neišsklaidydavo jokie Čarlzui rodomi pripažinimo ženklai. Visa, kas teigiama – pasiekimai, įvertinimai, šilti žmonos, vaikų ir draugų jausmai, puikūs klientų ar darbuotojų atsiliepimai – iš jo sąmonės išnykdavo taip greitai, kaip pro rėtį nubėgantis vanduo. Nors, mano nuomone, mums sekėsi dirbti visai neblogai, jis buvo atkakliai įsitikinęs, kad veda mane iš kantrybės arba kad kelia man nuobodulį.

Kartą užsiminiau, jog jis pernelyg švaistosi pinigais, ir ši mano pastaba taip jam įstrigo, kad dažnai kartodavo ją mūsų užsiėmimuose. Valandų valandas bandėme išsiaiškinti to nepakantumo sau priežastis, gilinomės į visus dažniausiai jį sukeliančius veiksnius – neaukšti intelekto koeficiento ir standartizuotų priėmimo į universitetus testų balai, nesugebėjimas pasipriešinti mušikai pradinėje mokykloje, paauglystės spuogai, nevykėliškas pasirodymas šokių aikštelėje, retsykiais patiriama priešlaikinė ejakuliacija, nerimas dėl pernelyg mažos varpos – ir galų gale užčiuopėme esminę šios slepiančios būsenos priežastį.

– Visos nelaimės prasidėjo vieną rytą, kai man buvo aštuoneri, – pasakė Čarlzas. – Mano tėtis, kuris buvo Olimpinių žaidynių buriuotojas, vieną apniukusį vėjuotą rytą, kaip paprastai, išsiruošė paplaukioti. Jis išplaukė nedideliu laiveliu iš Meino Bar Harboro uosto ir daugiau niekuomet nebegrižo. Ta diena giliai įsirėžusi į mano sąmonę: siaubingas visos šeimos nerimas, artėjanti stipri audra, nepaliaujamas mamos žingsniavimas po kambarį, skambučiai draugams ir pakrantės apsaugos tarnybai, nerimastingas laukimas, kada suskambės telefonas ant raudona languota staltiese užtiesto virtuvės stalo, ir mūsų auganti baimė girdint stūgaujantį vėją prieš užslenkant nakčiai. O visų sunkiausia buvo girdėti mamos aimanas ankstų kitos dienos rytą, kai pakrantės apsauga paskambinusi pranešė, kad aptiko apvirtusį tuščią laivą. Mano tėvo kūnas taip ir nebuvo rastas.

Čarlzo skruostais upeliais liejosi ašaros, o užplūdę jausmai gniaužė balsą, lyg viskas būtų vykę vakar, o ne prieš dvidešimt aštuonerius metus.

– Tada baigėsi nerūpestingas mano gyvenimas. Nebebuvo tvirtų šiltų tėvo apkabinimų, pasagų mėtymo rungčių, nebežaisdavome nei kiniškomis šaškėmis, nei „Monopolio“. Turbūt tuomet ir suvokiau, kad niekada jau nebus taip kaip anksčiau.

Čarlzo motina gedėjo visą likusį gyvenimą; niekuomet taip ir neatsirado žmogaus, galėjusio užimti tėvo vietą. Čarlzo teigimu, jis tapo pats sau tėvu. Taip, galimybė pačiam formuoti savo asmenybę turi privalumą – saviugda gali suteikti nepaprastos vidinės stiprybės. Tačiau kartu tai – vienišiaus dalia, ir dažnai gūdziomis naktimis Čarlzas skausmingai ilgėdavosi seniai išblėsusio namų židinio šilumos.

Prieš metus viename labdaros renginyje Čarlzas susipažino su aukštųjų technologijų specialistu Džeimsu Periu. Abu vyrai susibičiuliavo, ir po kelių susitikimų Džeimsas pateikė Čarlzui viliojantį

pasiūlymą užimti vadovaujančias pareigas jo steigiamoje įmonėje. Dvidešimčia metų vyresnis Džeimsas buvo užčiuopęs aukso gyslą Silikono slėnyje. Ir nors jau susikrovęs didžiulius turtus, nebegalėjo, kaip pats sakė, baigti šio žaidimo, todėl ir toliau steigė naujas įmones. Nors jų santykiai buvo daugiasluoksniai – draugai, darbdavys ir darbuotojas, vadovas ir globotinis, – jiems pavykdavo išlaikyti harmoningą bendravimą. Abu darbo reikalais nemažai keliaudavo, tačiau kai būdavo mieste, niekada neatsisakydavo baigiantis dienas pasėdėti prie taurės gėrimo ir pasišnekučiuoti. Kalbėdavosi jie apie viską – bendrovę, konkurentus, naujus gaminius, darbuotojų problemas, savo šeimas, investicijas, naujausius filmus, atostogų planus ir kitus dalykus, kurie šaudavo į galvą. Čarlzas labai vertino šias atvirumo valandėles.

Kaip tik tuomet – netrukus po to, kai susipažino su Džeimsu – Čarlzas ir kreipėsi į mane pirmą kartą. Nors gali atrodyti paradoksalu kreiptis terapinio gydymo ramybės metu, kai tave supa aplinkinių rūpestis ir globa, tokį žingsnį paaiškinti buvo nesunku. Džeimso rodomas dėmesys ir tėviškas rūpestis atgaivino Čarlzo atmintyje prisiminimus apie tėvo mirtį ir dar aiškiau leido pajusti, ko jis buvo netekęs.

Vieną dieną, prasidėjus ketvirtam mūsų užsiėmimų mėnesiui, Čarlzas paskambino ir paprašė skubiai susitikti. Į mano kabinetą jis įžengė papildėjusių veidu. Lėtai nuėjęs prie kėdės ir atsargiai į ją sėsdamasis, jis tesugebėjo ištarti du žodžius:

– Jis mirė.

– Kas, Čarlzai?

– Džeimsas mirė. Stiprus insultas. Mirė akimirksniu. Jo žmona sakė, kad grįžusi namo po dalykinės vakarienės su kitais valdybos nariais, rado jį svetainėje susmukusį ant kėdės. Dieve, juk jis net niekuo nesirgo! Tai taip netikėta.

– Siaubinga! Ši žinia tau, regis, – didžiulis smūgis.

– Net nežinau, ką ir pasakyti? Žodžiais nenusakoma... Jis buvo toks geras žmogus, toks dėmesingas. Man labai pasisekė, kad susipažinau su juo. Taip ir žinojau! Jau kurį laiką pagalvodavau, kad viskas klostosi pernelyg gerai, kad ilgai tęstųsi! Viešpatie, kaip užjaučiu jo žmoną ir vaikus.

– O aš užjaučiu tave.

Kitas dvi savaites su Čarlzu susitikinėjome po du tris kartus kas savaitę. Jis negalėjo dirbti, prastai miegojo, o per mūsų užsiėmimus dažnai pravirkdavo. Jis nepaliaujamai kalbėjo, kaip gerbė Perį ir koks dėkingas jam už kartu praleistą laiką. Praeities netekčių skausmas vėl atgijo, ir jis prisiminė ne tik savo tėvą, bet ir mamą, kuri numirė prieš trejus metus ir mėnesį, septintoje klasėje mirusį vaikystės draugą Michaelį, stovyklos vadovą Klifą, mirusį trūkus kraujagyslei. Kartas nuo karto Čarlzas vis paminėdavo šoką.

– Pasigilinkime į tavo minimo šoko sąvoką, – pasiūliau. – Kaip jį apibūdintum?

– Mirtis visada sukelia šoką.

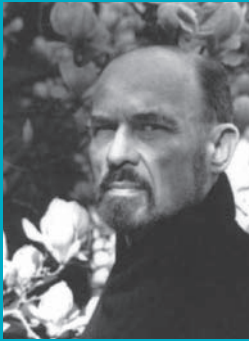
– Paašškink išsamiau, kaip jį supranti.

– Juk ir taip aišku.

– Įvardyk tai žodžiais.

– Tik taukšt, ir gyvenimas baigtas. Tiesiog, va taip. Niekur nuo to nepasislėpsi. Saugumas – tik tuščias žodis. Laikinumas... Gyvenimas yra laikinas... Žinojau tai... Kas gi to nežino? Tačiau niekuomet apie tai nesusimąstydavau, nenorėdavau net pernelyg gilintis, bet mirus Džeimsui negaliu apie tai negalvoti. Šios mintys niekada neapleidžia manęs. Jis buvo vyresnis, ir aš žinojau, kad jis mirs anksčiau už mane. Tiesiog esu priverstas susitaikyti su tam tikrais dalykais.

– Papasakok apie juos. Kokiais dalykais?



IRVIN D. YALOM – amerikiečių psichoterapeutas, išgarsėjęs kaip savitų literatūros kūrinių, atspindinčių jo, kaip mokslininko, psichoterapeuto ir pedagogo, idėjas ir įsitikinimus, autorius. Jo darbai pasižymi moksliniu meistriškumu, komunikabilumu ir ypatingu jautrumu – savybėmis, įvertintomis viso pasaulio skaitytojų. Rašytojas yra sukūręs keletą grožinės literatūros kūrinių, pats juos vadina „mokomaisiais romanais“, tarp kurių „Kai Nyčė verkė“, „Melagis ant kušetės“ ir „Spinozos problema“.

Knygoje „Laikinos būtybės“ Irvinas Yalomas moko skaitytojus suvokti ir priimti du didžiausius gyvenimo iššūkius: nepamainomą tiesą, kad vieną dieną mes visi mirsime ir kad kiekvienas mūsų turi atsakomybę nugyventi vertingą gyvenimą. Žmonės kreipiasi į Yalomą ieškodami nusiramino ir prasmės, tačiau ir jie, ir pats psichoterapeutas supranta, kad šie dalykai retai būna ten, kur manome juos rasia.

Visi mes – tik laikinos būtybės; ir tos, kurios prisimena, ir tos, kurias prisimena. Trumpalaikė ir atmintis, ir tai, kas atsiminama. Netruks ateiti tas metas, kai busi viską užmiršęs ir busi užmirštas visų. Niekuomet nepamiršk, kad greitai tapsi niekuo ir išnyksi nebūty.

Markas Aurelijus „Sau pačiam“

