

## Τ'ασημένα μου παπούτσια

Η Α. Στη πρώτη μας συνάντηση περιγράφει πως βλέπει τους Άλλους (στα πλαίσια μιας σχολής χορού που πηγαίνει) και πως νιώθει η ίδια ενώ βρίσκεται ανάμεσά τους:

- Μοιάζουν με αστέρια, γεμάτοι ζωή, σαν να αιωρούνται πάνω στη σκηνή. Εγώ είμαι εκεί ακινητοποιημένη, απομονωμένη, ανίκανη να χορέψω. Φοράω τη μάσκα ενός πεθαμένου. Νιώθω ανίκανη να εκφράσω τα συναισθήματά μου μέσα από την τέχνη. Κάνω βήματα προς τα πίσω όταν οι Άλλοι προχωρούν μπροστά.

Η Α. ήταν γύρω στα 47 όταν βρισκόταν σε θεραπεία μαζί μου πριν κάποια χρόνια στο Λονδίνο. Μιλώντας για τα παιδικά της χρόνια μου είπε πως μεγάλωσε σε κλίμα απομόνωσης, σ'ένα περιβάλλον όπου οι Άλλοι ήταν ανέκφραστοι και όπου κανένα συναίσθημα δεν είχε χώρο και λόγο ύπαρξης. Ο πατέρας της θεωρούσε πως ο μοναδικός σκοπός στη ζωή ήταν κάποιος να δουλεύει για να φέρνει φαΐ στο σπίτι. Και εκεί τέλειωναν όλα. Η ζωή ήταν ένα καθήκον. Η πελάτισσά μου σαν παιδί έπρεπε να αφιερώνεται μόνο στο διάβασμά της. Κάθε έκφραση συναισθήματος (αρνητικού ή θετικού) ήταν απαγορευμένη. Δεν υπήρχαν αγκαλιές, παιχνίδια, γέλια, αλλά ούτε και τα κλάμματα επιτρέπονταν.

Στη θεραπεία ήρθε γιατί όπως είπε ήθελε να βρεί ένα τρόπο να σχετίζεται με τους άλλους. Να μπορεί να νιώθει συναισθήματα για τους άλλους και να τα εκφράζει. Είχε γραφτεί σε μια σχολή χορού και σ'έναν κύκλο σεμιναρίων ανθρωποκεντρικής προσέγγισης στη προσπάθειά της να έρθει σε μια πιο άμεση επαφή με ανθρώπους και «να νιώσει κάτι», όπως έλεγε η ίδια, κάτι που θα την έκανε να αισθανθεί ζωντανή.

Παρόλ'αυτά, η Α. φαινόταν να τρομάζει στην πιθανότητα πως θα μπορούσε να δεθεί συναισθηματικά με τον οποιοδήποτε. Όταν δι-αισθάνονταν πως η ύπαρξη των Άλλων της

γίνεται με κάποιο τρόπο σημαντική, τότε γινόταν επικριτική και σκληρή στα λόγια της. Όπως το εξέφρασε η ίδια κάποια στιγμή:

« μου είναι τόσο δύσκολο να βρω τον εαυτό μου, είμαι ή πολύ καλή, ή πολύ απαίσια με τους άλλους. Με αυτά που τους λέω. Το γκρούπ έχει γίνει η ζωή μου και αυτό με τρομάζει. Οι άλλοι μου είναι απαραίτητοι και αυτό το νοιώθω σαν απειλή...»

Καθώς πέρναγε ο καιρός δενόταν όλο και περισσότερο με τους ανθρώπους του σεμιναρίου που παρακολουθούσε. Παρατηρούσα λοιπόν πως πράγματι, όσο πιο πολύ αφηνόταν σε αυτά που αισθάνονταν για τους Άλλους σε αυτό το γκρούπ, τόσο πιο επικριτική γινόταν μαζί τους. Ξαφνικά θεωρούσε πως το επίπεδο των σεμιναρίων δεν ήταν καλό και πως οι Άλλοι ήταν εκεί για τη πλάκα τους. Εξέφραζε αυτή της την άποψη εκεί και μετά ανησυχούσε ακόμα περισσότερο για το πως την έβλεπαν οι Άλλοι αφού τους είχε επικρίνει.

Αυτή η αμφυθυμία σχετικά με το πως νιώθει με τους Άλλους δεν άργησε να έρθει και στην θεραπεία, στο ανάμεσό μας.

Στο διάλογο που ακολουθεί η Α. είχε μιλήσει λίγο νωρίτερα για τη διάκριση που πήρε σε μια εργασία στα σεμινάρια που παρακολουθούσε και πως αυτό δεν την έκανε να νιώσει τόσο καλά όσο θα περίμενε.

Ξεκινά να μιλάει η Α

- Ίσως να έχεις δίκιο σε αυτό που λές, ίσως ψάχνω να βρώ το παραμικρό αρνητικό για αυτό το γκρούπ για να ξεχνάω πόσο δεμένη νοιώθω μαζί τους. Άμα μειώνω την αξία τους τότε δε νιώθω την απειλή που σου έλεγα. Νιώθω ότι έτσι και αλλιώς δεν αξίζει να είμαι δεμένη μαζί τους αφού το επίπεδο τους δεν είναι καλό. Αλλά ταυτόχρονα δε ξέρω καν τι νιώθω. Είμαι τόσο μπερδεμένη και δεν ξέρω αν με καταλαβαίνεις. Εννοώ, αν δε καταλαβαίνω εγώ τον εαυτό μου πως θα με καταλάβεις εσύ;

(της απαντώ)

- Ακούγεται σημαντικό για σένα να μπορέσω να σε καταλάβω. Να καταλάβω το μπερδεμά σου.
- Ναι (μου απαντάει) αλλά σκέφτομαι ότι δεν είσαι αρκετά καλή και ότι είσαι ανέκφραστη. Και μετά κοιτάζω τα παπούτσια σου (τα παπούτσια μου είχαν χρώμα γκρι-ασημί). Αυτά τα ασημένια παπούτσια, είναι για τη σκηνή, για το χορό, όχι για εδώ. Και νιώθω ότι είχα δίκιο από την αρχή ότι δεν θα είσαι καλή θεραπεύτρια και ότι είσαι άπειρη. Και ταυτόχρονα νιώθω ότι σε προσβάλλω με αυτά που λέω.

Και λίγο πιο μετά μου λέει:

- Και το προσωπό σου, είσαι σαν μια κούκλα. Μην με παρεξηγήσεις δεν εννοώ ηλίθια ή κάτι τέτοιο. Εννοώ στην κυριολεξία σαν μια κούκλα. Μια όμορφη κούκλα.
- Μια κούκλα χωρίς ζωή (τη ρωτάω);
- Μια όμορφη κούκλα, νεκρή.

(και σχολιάζω)

- Μια ανέκφραστη, νεκρή κούκλα που δεν είναι καλή θεραπεύτρια. Αναρωτιέμαι αν θα μπορούσε αυτό να το κάνει πιο εύκολο για σένα να μη συνδεθείς συναισθηματικά με τη θεραπεία σου, όπως και με το γκρούπ.
- Σε εσένα βρίζω το γκρούπ. Στο γκρούπ πάω και βρίζω εσένα. Είναι το ίδιο. Ναι. Αλλά στο γκρούπ όταν τους κατέκρινα ένιωθα σα να πνίγεται η φωνή μου. Είχα τόσο θυμό και τον έπνιγα, όπως στο σπίτι μικρή.

- Και εδώ σήμερα πως νιώθεις που μου είπες όλα αυτά για μένα;
- Νιώθω καλά. Δε προσβλήθηκες. Δε ταραχτήκες με όλα αυτά που σου είπα. Μπορώ να σου πω πως αισθάνομαι και να το αντέξεις.
- Και να το αντέξεις και εσύ;
- Ναι. Και εγώ.

Η Α μεγάλωσε σ'ένα συναισθηματικά στερημένο περιβάλλον κι όμως στην ενήλικη ζωή της νιώθει κάτι. Νιώθει νεκρή, αποκομμένη απο τους Άλλους. Απο τη μια αποζητά να συνδεθεί συναισθηματικά με τον κόσμο, απο την άλλη αυτό την απειλεί, φαίνεται να την τρομάζει τόσο που την παραλύει. Τρομάζει τόσο με αυτά που μπορεί να νιώσει για τους άλλους όσο και με τα συναισθήματα που πιστεύει πως προκαλεί σε αυτούς. Όταν αρχίζει να δένεται με τους Άλλους και με εμένα σαν θεραπεύτρια, σχεδόν επιτίθεται σε αυτό το συναίσθημα προσπαθώντας ν'ακυρώσει την όποια αξία μπορεί να έχει ο Άλλος, νιώθοντας και πάλι απομονωμένη αλλά ασφαλής.

Στη θεραπευτική μας συνάντηση, δεν ενδίδω στην κριτική διάθεση της Α. Τ'ασημένα μου παπούτσια και η νεκρή-κουκλίστικη όψη μου δε μπορούν ν'απειλήσουν, ούτε να ταραξουν τη θεραπευτική μας σχέση. Δημιουργείται έτσι ένα κλίμα ελευθερίας έκφρασης και αποδοχής για τη θεραπευόμενη. Κι' αυτό αισθάνομαι πως ίσως να βοήθησε την Α ν'ανοιχτεί σ'έναν νέο τρόπο συν-ύπαρξης και συ-σχέτισης με τον Άλλο, λιγότερο απειλητικό για αυτήν, αλλά εξίσου πλούσιο σε συναισθήματα.