

Τρία είδη αυτοαποκάλυψης του θεραπευτή

ΕΙΝΑΙ ΑΝΤΙΠΑΡΑΓΩΓΙΚΟ για τον θεραπευτή να παραμένει άδιαφανής και να κρύβεται απ' τον ασθενή. Έχει κάθε λόγο ν' αποκαλύπτει τον εαυτό του στον θεραπευόμενο, ενώ αντίθετα δεν υπάρχει κανένας πειστικός λόγος να κρύβεται. Κι όμως, όποτε αρχίζω να μιλώ σε θεραπευτές γι' αυτό το θέμα, παρατηρώ σημαντική δυσφορία, ή οποία προέρχεται εν μέρει από την άοριστία του όρου αυτοαποκάλυψη. Η αυτοαποκάλυψη του θεραπευτή δεν είναι μια μονοσήμαντη έννοια αλλά μια δέσμη συμπεριφορών, από τις οποίες μερικές σε κάθε περίπτωση διευκολύνουν τη θεραπεία, ενώ άλλες είναι προβληματικές και δυνητικά αντιπαραγωγικές. Ο όρος μπορεί να γίνει σαφέστερος, αν σκιαγραφήσουμε τρεις τομείς αυτοαποκάλυψης του θεραπευτή, που αφορούν: 1) το μηχανισμό της θεραπείας, 2) τα συναισθήματά του στο εδώ και τώρα, και 3) την προσωπική του ζωή. Ας εξετάσουμε τον καθέναν με τη σειρά.

Ο μηχανισμός της ψυχοθεραπείας – Να είστε διάφανοι

ΣΤΟΥΣ ΑΔΕΛΦΟΥΣ ΚΑΡΑΜΑΖΟΦ του Ντοστογιέφσκι ο μεγάλος ανακριτής διακήρυσσε πως οι άνθρωποι πάντα επιθυμούσαν «μαγεία, μυστήριο και αυθεντία». Στην πορεία της ιστορίας όσοι ασχολούνταν με θεραπευτικές πρακτικές το γνώριζαν και τις έντυναν με το μανδύα της μυστικότητας. Η σαμανιστική εκπαίδευση και πρακτική φορούσε πάντα ένα πέπλο μυστηρίου, όσο για τους γιατρούς του δυτικού κόσμου, οι εξαρτήσεις τους, αιώνες τώρα, είναι σχεδιασμένες για να εμπνεύουν δέος και για να μεγιστοποιούν μια επίδραση placebo¹: λευκές μπλούζες, τοίχοι γεμάτοι έντυπωσιακά διπλώματα και συνταγές γραμμένες στα λατινικά.

Στο βιβλίο αυτό προτείνω μια διαμετρικά αντίθετη όψη της ιαματικής διαδικασίας. Η εγκαθίδρυση μιᾶς αυθεντικής σχέσης με τους ασθενείς απαιτεί εξ όρισμού να παραιτηθούμε από το τρίπτυχο μαγεία-μυστήριο-αυθεντία. Η ψυχοθεραπεία είναι από μόνη της τόσο ρωμαλέα, ώστε κερδίζει πολλά από την πλήρη αποκάλυψη της θεραπευτικής διαδικασίας και του σκεπτικού της. Ένα πειστικό σώμα δεδομένων από την έρευνα στην ψυχοθεραπεία δείχνει πως ο θεραπευτής πρέπει να προετοιμάζει προσεκτικά τους νέους θεραπευόμενους δίνοντάς τους πληροφορίες για την ψυχοθεραπεία – για τις θεμελιώδεις υποθέσεις στις οποίες βασίζεται, για το σκεπτικό της και για το τί μπορεί να

1. Εικονικής δράσης. (Σ.τ.μ.)

κάνει ο κάθε θεραπευόμενος προκειμένου να μεγιστοποιήσει την πρόοδό του.

Οι ασθενείς είναι ήδη επιβαρυνμένοι από το πρωτογενές άγχος που τους φέρνει στη θεραπεία, γι' αυτό δεν έχει και πολύ νόημα να τους βυθίσει κανείς σε μία διαδικασία που μπορεί να προκαλέσει δευτερογενές άγχος – άγχος για την έκθεσή τους σε μία άσαφη κοινωνική συνθήκη, χωρίς οδηγίες για την κατάλληλη συμπεριφορά ή για τη συμμετοχή τους. Είναι φρόνιμο επομένως να τους προετοιμάζουμε συστηματικά για την ψυχοθεραπευτική διαδικασία.

Η προετοιμασία των νέων ασθενών είναι ιδιαίτερα αποτελεσματική στην ομαδική θεραπεία, γιατί η αλληλεπίδραση που βιώνουν μέσα στην ομάδα είναι γι' αυτούς έγγενώς ξένη και τρομακτική. Η δύναμη της μικρής ομάδας προκαλεί συχνά άγχος στα καινούργια μέλη, ιδίως σε όσα δεν έχουν προηγούμενη εμπειρία από ομάδες – λόγω της ομαδικής πίεσης, του μεγάλου βαθμού οικειότητας και της γενικότερης έντασης. Η πρόβλεψη μίας δομής που ν' ανακουφίζει το άγχος και η παροχή ξεκαθάριων οδηγιών ως προς τη διαδικασία είναι απόλυτως απαραίτητα στην ομαδική θεραπεία.

Αλλά και για την ατομική ψυχοθεραπεία είναι απαραίτητη η προετοιμασία. Ο καθένας ενδέχεται να έχει ζήσει στο παρελθόν κάποια έντονη σχέση, για τους περισσότερους ανθρώπους όμως είναι μάλλον άπιθano να είχαν προηγούμενη εμπειρία μίας σχέσης που ν' απαιτεί να δείξουν απόλυτη εμπιστοσύνη, ν' αποκαλύψουν τα πάντα, να μην κρύβουν τίποτα και που να παρέχει αποδοχή χωρίς κριτική. Στην έναρκτήρια συνέντευξη αναφέρω τους πιο σημαντικούς βασικούς κανόνες, δηλαδή το απόρρητο, την ανάγκη για πλήρη αποκάλυψη, τη σπουδαιότητα των όνειρων, τη σημασία της ύπομονης. Έπειδή στους ασθενείς μπορεί να φανεί ασυνήθιστος ο έστιασμός της προσοχής μας στο έδω και τώρα, τους εξηγώ το σκεπτικό στο οποίο βασίζεται. "Αν, ως ποῦμε, ένας καινούργιος μου ασθενής αναφέρει ότι έχει δυσκολίες

στις σχέσεις του με τους άλλους ανθρώπους (πράγμα που ισχύει σχεδόν για όλους τους ασθενείς), μπορεί να πῶ, για παράδειγμα:

« Είναι φανερό πῶς ένας απ' τους τομείς με τους οποίους χρειάζεται ν' ασχοληθῶμε είναι ἡ σχέση σου με τους άλλους. Γιὰ μένα είναι δύσκολο νὰ συλλάβω ἀκριβῶς ποιές είναι οἱ δυσκολίες πὺ συναντᾶς στὶς σχέσεις σου, γιατί τὰ πρόσωπα πὺ ὑπάρχουν στὴ ζωὴ σου δὲν τὰ γνωρίζω παρὰ μόνο μέσα ἀπ' τὰ δικὰ σου μάτια. Μερικὲς φορές οἱ περιγραφές σου μπορεῖ, χωρὶς νὰ τὸ θέλεις, νὰ μεροληπτοῦν, κι ἔχω διαπιστώσει ὅτι μπορῶ νὰ σοῦ προσφέρω περισσότερα ἐστιάζοντας στὴ μοναδικὴ σχέση γιὰ τὴν ὁποία διαθέτω ἀκριβεῖς πληροφορίες – στὴ σχέση ἀνάμεσα σ' ἐμᾶς τοὺς δύο. Γι' αὐτὸ πολλές φορές θὰ σοῦ ζητῶ νὰ σκεφτεῖς τί συμβαίνει μεταξύ μας ».

Ἐν συντομίᾳ προτείνω νὰ ὑπάρχει ἀπόλυτη διαφάνεια ὡς πρὸς τὸ μηχανισμό τῆς θεραπείας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 28

Ἀποκαλύπτοντας συναισθήματα

στο ἔδω και τώρα — Νὰ εἴστε διακριτικοί

ΓΙΑ ΝΑ ΕΜΠΛΑΚΕΙΤΕ σὲ μίαν αὐθεντική σχέση με τὸν θεραπευόμενό σας, εἶναι ἀπαραίτητο νὰ τοῦ ἀποκαλύψετε τὰ συναισθήματα ποὺ ἔχετε γι' αὐτὸν στὸ ἄμεσο παρόν. Ἀλλὰ ἡ ἀποκάλυψη στὸ ἔδω και τώρα δὲν πρέπει νὰ γίνεται ἀδιακριτῶς. Ἡ διαφάνεια δὲν πρέπει νὰ ἐπιδιώκεται ὡς αὐτοσκοπός. Ὅποιο-οδήποτε σχόλιό σας πρέπει νὰ περνάει τὴν ἐξῆς δοκιμασία: ὠφελεῖ αὐτὴ ἡ ἀποκάλυψη τὸν ἀσθενή; Θὰ τονίζω συνεχῶς σ' αὐτὸ τὸ βιβλίο πὼς ἡ πιὸ πολύτιμη πηγὴ πληροφοριῶν σας εἶναι τὰ ἴδια σας τὰ συναισθήματα. Ἄν στὴ διάρκεια μιᾶς συνεδρίας νιώθετε πὼς ὁ ἀσθενής εἶναι ἀπόμακρος, ντροπαλός, πὼς σὰς φλερτάρει, πὼς σὰς περιφρονεῖ, ἂν φοβᾶται, ἂν προκαλεῖ, ἂν κάνει σὰν παιδί ἢ ἐκδηλώνει κάποια ἀπὸ τίς χιλιάδες συμπεριφορὲς ποὺ μπορεῖ νὰ ἐκδηλώσει ἓνας ἄνθρωπος πρὸς ἓναν ἄλλο, αὐτὸ γιὰ σὰς ἀποτελεῖ πληροφορία, πολύτιμη πληροφορία, και πρέπει νὰ βρεῖτε τὸν τρόπο νὰ μετατρέψετε αὐτὴ τὴν πληροφορία σὲ θεραπευτικὸ πλεονέκτημα, ὅπως φάνηκε στὰ παραδείγματα τῶν δικῶν μου ἀποκαλύψεων, ὅταν ἐξέφραζα στὴν ἀσθενή μου πὼς ἔνιωθα ὅτι με ἀπέκλειε, ἢ ὅτι με εἶχε πλησιάσει και σχετιζόταν πιὸ στενά μαζί μου, ἢ ὅτι μ' ἐκνεύριζαν οἱ ἐπανειλημμένες ἀπολογίες της ἐπειδὴ εἶχε ἐλάχιστα μετακινήσει τὸ κουτί με τὰ χαρτομάντιλα.

Κλινικὸ παράδειγμα. Ἐνας θεραπευόμενος μοῦ περιέγραφε τακτικὰ διάφορα προβληματικὰ γεγονότα ποὺ τοῦ συνέβαιναν,

σπάνια ὅμως με ἐνημέρωνε γιὰ τὸ πὼς ἐξελίχθηκαν στὴ συνέχεια. Συχνὰ ἔνιωθα πὼς με ἀπέκλειε και ἡ περιέργειά μου ἦταν ἔντονη. Ἀναρωτιόμουν τί συνέβη, ἄς ποῦμε, ὅταν ἀποφάσισε νὰ ζητήσει αὔξηση ἀπ' τὸ ἀφεντικό του; Πὼς ἀντέδρασε ὁ φίλος του, ὅταν ἀρνήθηκε νὰ τοῦ δανείσει τὰ χρήματα ποὺ τοῦ ζήτησε; Πραγματοποίησε τελικὰ τὴν ἐπιθυμία του νὰ ζητήσει ἀπ' τὴ συγκάτοικο τῆς πρώην φίλης του νὰ βγοῦν; Ἴσως ἓνα μέρος τῆς περιέργειάς μου νὰ ἦταν « ἡδονοβλεπτικό », και νὰ πήγαζε ἀπὸ τὴν ἐπιθυμία μου νὰ μαθαίνω πὼς τελειώνουν οἱ ἱστορίες. Ἐνιωθα ὅμως πὼς οἱ ἀντιδράσεις μου περιεῖχαν σημαντικὲς πληροφορίες γιὰ τὸν ἀσθενή. Ἐκεῖνος δὲν ἔμπαινε ποτὲ στὴ θέση μου; Δὲν πίστευε πὼς ἔνιωθα περιέργεια γιὰ τὴ ζωὴ του; Ἴσως νὰ νόμιζε πὼς δὲν μοῦ ἦταν σημαντικός. Ἴσως νὰ με σκεφτόταν σὰν μηχανὴ ποὺ δὲν ἔχει περιέργεια και ἐπιθυμίες.

Τελικὰ συζήτησα μαζί του ὅλα αὐτὰ τὰ συναισθήματα (και τίς εἰκασίες) και ἡ ἀποκάλυψή μου τὸν ὀδήγησε νὰ μοῦ ἀποκαλύψει με τὴ σειρά του ὅτι θὰ προτιμοῦσε νὰ μὴν ἤμουν αληθινὸς ἄνθρωπος, ἀπ' τὸ φόβο μὴ ἀνακαλύψει τίς ἀδυναμίες μου και χάσει, κατὰ συνέπεια, τὴν ἐμπιστοσύνη του σὲ μένα.

Κλινικὸ παράδειγμα. Ἐνας ἀσθενής βίωνε μιὰ αἴσθηση διάχυτης ἀνομίας και ντροπῆς σὲ ὅλες του τίς προσωπικὲς και τίς ἐπαγγελματικὲς συναλλαγές. Στὸ ἔδω και τώρα τῶν θεραπευτικῶν μας συνεδριῶν ἡ αἰωρούμενη¹ ἐνοχία του ἐμφανιζόταν συχνὰ καθὼς ἐκεῖνος αὐτομαστιγωνόταν γιὰ τὴ μὴ αὐθεντικὴ του συμπεριφορὰ στὴ σχέση μας. Ἀντιπαθοῦσε τὸν τρόπο με τὸν ὁποῖο προσπαθοῦσε νὰ μ' ἐντυπωσιάσει με τὴν εὐστροφία και τὴν εὐφυΐα του. Παραδείγματος χάρη, τοῦ ἄρεσαν πολὺ οἱ γλῶσσες και, παρόλο ποὺ τ' ἀγγλικά ἦταν ἡ δεύτερη γλῶσσα του, ἀπολάμβανε νὰ δείχνει πόσο κατέχει τίς ἀποχρώσεις τῶν λέξεων.

1. Ἐπιλέξαμε αὐτὴ τὴ μετάφραση γιὰ τὸν ὄρο *free-floating*. (Σ.τ.μ.)

Μου ὁμολόγησε πὼς συχνά, πρὶν ἔρθει στὸ ραντεβού μας, ἀνοίγε τὸ λεξικό κι ἀναζητοῦσε διάφορες δυσνόητες λέξεις γιὰ νὰ χρησιμοποιήσει στὴ συζήτησή μας. Μὲ στενοχωροῦσε πολὺ ὁ τρόπος πού κατηγοροῦσε τὸν ἑαυτό του. Γιὰ μιὰ στιγμή μπόρεσα νὰ βιώσω κι ἐγὼ τὴ δύναμη τῆς ἐνοχῆς καὶ τῆς αὐτοκριτικῆς του, ἀφοῦ ἤμουνα κι ἐγὼ πλήρης συνεργός του: ἀπολάμβανα πάντα πολὺ τὰ λογοπαίγνιά του καί, χωρὶς ἀμφιβολία, εἶχα ἐνθαρρύνει αὐτὴ τὴ συμπεριφορά του. Τοῦ τὸ εἶπα κι ἔπειτα ἔκανα θεραπεία καὶ στοὺς δύο μας ἀναφωνώντας: «Αὐτὸ ὅμως δὲν θὰ τὸ χάψω! Στὸ κάτω κάτω ποῖο εἶναι τὸ ἔγκλημα; Δουλεύουμε μιὰ χαρὰ μαζί! Τί πειράζει ἂν ἀπολαμβάνουμε τὸ κοινό μας διανοητικὸ παιχνίδι;»

Ἕνας χαρισματικὸς θεραπευτῆς (ὁ Peter Lomas) περιγράφει τὴν παρακάτω στιχομυθία μ' ἕναν ἀσθενὴ πού ξεκίνησε τὴ συνεδρία μὲ τὸν χαρακτηριστικὸ του τρόπο, μιλώντας γιὰ τὴ μοναξιά του ἀπόμακρα καὶ παραιτημένα.

ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ: Δὲν σκέφτεσαι πὼς μπορεῖ κι ἐγὼ νὰ νιώθω μοναξιά; Κάθομαι ἐδῶ σ' αὐτὸ τὸ δωμάτιο μαζί σου κι ἐσύ εἶσαι πολὺ ἀπόμακρος. Δὲν ἀντιλαμβάνεσαι πὼς ἐγὼ δὲν τὸ θέλω αὐτό, πὼς θέλω νὰ σὲ γνωρίσω καλύτερα;

ΘΕΡΑΠΕΥΟΜΕΝΟΣ: Ὁχι, γιατί νὰ θέλετε; Δὲν τὸ πιστεύω. Ἔσεῖς εἶστε αὐτάρκης. Δὲν μὲ θέλετε.

ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ: Τί σὲ κάνει νὰ πιστεύεις πὼς εἶμαι αὐτάρκης; Γιατί νὰ εἶμαι διαφορετικὸς ἀπὸ σένα; Ἔχω κι ἐγὼ ἀνάγκη τοὺς ἀνθρώπους ὅπως κι ἐσύ. Κι ἔχω ἀνάγκη νὰ σταματήσεις νὰ κρατιέσαι μακριά μου.

ΘΕΡΑΠΕΥΟΜΕΝΟΣ: Ἐγὼ τί θὰ μπορούσα νὰ σᾶς δώσω; Δὲν μπορῶ νὰ τὸ φαντασῶ. Νιώθω τόσο πολὺ πὼς εἶμαι ἕνα τίποτα. Ποτὲ δὲν κάνω τίποτα στὴ ζωὴ μου.

ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ: Ἔτσι κι ἄλλιῶς ὅμως οἱ ἄνθρωποι δὲν μᾶς ἀρέσουν μόνο γι' αὐτὰ πού ἔχουν καταφέρει ἀλλὰ γι' αὐτὸ πού εἶναι. Ἔτσι δὲν κάνεις κι ἐσύ;

ΘΕΡΑΠΕΥΟΜΕΝΟΣ: Ναι, γιὰ μένα αὐτὸ ἰσχύει.

ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ: Τότε γιατί δὲν πιστεύεις πὼς οἱ ἄλλοι μπορεῖ νὰ σὲ συμπαθοῦν γι' αὐτὸ πού εἶσαι;

Ὁ θεραπευτῆς ἀνέφερε πὼς αὐτὴ ἡ στιχομυθία μείωσε σημαντικὰ τὸ χάσμα ἀνάμεσα σ' ἐκεῖνον καὶ τὸν θεραπευόμενο. Στὸ τέλος τῆς ὥρας ὁ θεραπευόμενος εἶπε, «Δύσκολη ἡ ζωὴ», ἡ ἔκφρασή του ὅμως δὲν εἶχε τὴν ἔννοια «ὁ καημένος ἐγὼ», ἀλλὰ «Δὲν εἶναι δύσκολη ἡ ζωὴ καὶ γιὰ σᾶς καὶ γιὰ μένα καὶ γιὰ ὅλους τοὺς ἄλλους πού τὴ ζοῦνε;»

Ἀποκαλύπτοντας τὴν προσωπικὴ ζωὴ
τοῦ θεραπευτῆ — Νὰ εἶστε προσεκτικοὶ

Η ΑΠΟΚΑΛΥΨΗ ΣΤΟΥΣ ΔΥΟ ΠΡΩΤΟΥΣ ΤΟΜΕΙΣ — πού ἀναφέρονται στὸ μηχανισμό τῆς θεραπείας καὶ στὸ ἐδῶ καὶ τώρα (μέσα στὸ κατάλληλο πλαίσιο) — μοιάζει ἀπλή καὶ χωρὶς προβλήματα. Τὸ τρίτο ὅμως εἶδος ἀποκάλυψης πού ἀφορᾷ τὴν προσωπικὴ ζωὴ τοῦ θεραπευτῆ εἶναι πολὺ ἀμφιλεγόμενο.

Ἄν ἡ ἀποκάλυψη τοῦ θεραπευτῆ μποροῦσε νὰ βαθμολογηθεῖ στὸ σύνολό της, εἶμαι βέβαιος πὼς θὰ μὲ τοποθετοῦσαν στὸ ψηλότερο σημεῖο. Κι ὅμως ποτέ δὲν ἔνωσα πὼς ἀποκάλυψα ὑπερβολικὰ πολλὰ πράγματα. Ἀντίθετα, πάντα διευκόλυνα τὴν θεραπεία ὅταν μοιράστηκα κάποια πλευρὰ τοῦ ἑαυτοῦ μου.

Πρὶν ἀπὸ πολλὰ χρόνια, ὅταν πέθανε ἡ μητέρα μου, πῆγα στὴν Οὐάσινγκτον γιὰ τὴν κηδεῖα καὶ γιὰ νὰ περάσω λίγες μέρες μὲ τὴν ἀδελφή μου. Ἐκείνο τὸν καιρὸ συντόνιζα μιὰ ομάδα ἐξωνοσοκομειακῶν ἀσθενῶν καὶ ὁ συνθεραπευτής μου, ἓνας νεαρὸς εἰδικευόμενος ψυχίατρος, δὲν ἦταν βέβαιος τί ἔπρεπε νὰ κάνει, γι' αὐτὸ ἀνήγγειλε ἀπλῶς στὴν ομάδα πὼς θὰ ἔλειπα, γιατί συνέβη ἓνας θάνατος στὴν οἰκογένειά μου. Οἱ συναντήσεις τῆς ομάδας μαγνητοσκοποῦνταν γιὰ ἐρευνητικούς καὶ διδακτικούς σκοπούς, κι ἔτσι ἐπιστρέφοντας ἔπειτα ἀπὸ μιὰ ἐβδομάδα εἶδα τὴν κασέτα τῆς συνάντησης — ἦταν μιὰ παραγωγικὴ συνεδρία μὲ πολλὴ ἐνέργεια.

Τί νὰ κάνω στὴν ἐπόμενη συνάντηση; Καθὼς δὲν εἶχα καμιά ἀμφιβολία πὼς ἡ ἀπόκρυψη τοῦ θανάτου τῆς μητέρας μου θὰ ἦταν ζημιογόνα γιὰ τὴ διαδικασία τῆς ομάδας, ἀποφάσισα νὰ

εἶμαι ἀπολύτως διαφανῆς καὶ νὰ δώσω στὴν ομάδα ὅ,τι μοῦ ζητήσει. Εἶναι ἀξίωμα πὼς ἂν μιὰ ομάδα ἀποφεύγει ἐνεργὰ κάποιο μείζον ζήτημα, τότε κανένα ἄλλο ζήτημα δὲν θ' ἀντιμετωπιστεῖ ἀποτελεσματικά.

Ἄνοιξα τὴ συνεδρία πληροφορώντας τους γιὰ τὸ θάνατο τῆς μητέρας μου καὶ ἀνταποκρίθηκα σ' ὅλες τὶς ἐρωτήσεις. Κάποιοι ἤθελαν νὰ μάθουν λεπτομέρειες γιὰ τὸ θάνατο καὶ γιὰ τὴν κηδεῖα της, ἄλλοι ρωτοῦσαν πὼς τὸ ἀντιμετώπιζα, ἄλλοι ἤθελαν νὰ μάθουν γιὰ τὴ σχέση μου μὲ τὴ μητέρα μου καὶ μὲ τὴν ἀδελφή μου. Ἀπάντησα σὲ ὅλα μὲ μεγάλη εὐλικρίνεια καὶ τοὺς μίλησα, γιὰ παράδειγμα, γιὰ τὴ δύσκολη σχέση μου μὲ τὴ μητέρα μου, καὶ γιὰ τὸ πὼς ἓνας ἀπ' τοὺς λόγους πού ἐπέλεξα νὰ ζήσω στὴν Καλιφόρνια ἦταν γιὰ νὰ παρεμβάλω ἀνάμεσά μας πέντε χιλιάδες χιλιόμετρα. Τοὺς εἶπα πὼς ἀπὸ πολλὲς ἀπόψεις ἡ μητέρα μου ἦταν ἓνας δράκος, ἀλλὰ μὲ τὴν ἡλικία ἔχασε τὴν ἐπιθετικότητά της κι ἔτσι τὰ τελευταῖα χρόνια ἡ σχέση μας εἶχε γίνεи πολὺ πιὸ στενὴ κι ἐγὼ εἶχα γίνεи ἓνας ἀφοσιωμένος γιός. Στὸ τέλος ἡ ομάδα ρώτησε ἂν μποροῦσε νὰ κάνει κάτι γιὰ μένα σ' αὐτὴ τὴ συνεδρία. Ἀπάντησα πὼς πιστεύω ὅτι δὲν ἦταν ἀνάγκη, γιατί εἶχα ἤδη ἐπεξεργαστεῖ ἐντατικὰ τὸ θάνατο τῆς μητέρας μου κουβεντιάζοντας ἀσταμάτητα μὲ φίλους καὶ μὲ τὴν οἰκογένειά μου. Στὸ τέλος τοὺς εἶπα πὼς τώρα πιστεύω ὅτι εἶχα τὴν ἀπαραίτητη ἐνέργεια γιὰ νὰ δουλέψω ἀποτελεσματικά μέσα στὴν ομάδα, ὅποτε στὸ σημεῖο αὐτὸ ἡ ομάδα ἐπέστρεψε στὰ δικὰ της θέματα καὶ κάναμε μιὰ πολὺ παραγωγικὴ συνεδρία.

Τὸ βίντεο αὐτῆς τῆς συνάντησης τὸ χρησιμοποίησα πολλὰ χρόνια γιὰ νὰ διδάξω τὶς διεργασίες τῆς ομαδικῆς θεραπείας. Εἶμαι βέβαιος πὼς ἡ ἀποκάλυψή μου ὄχι μόνον ἀπομάκρυνε ἓνα δυνητικὸ ὀδόφραγμα γιὰ τὴν ομάδα ἀλλὰ καὶ ὅτι τὸ πρότυπο τῆς αὐτοαποκάλυψης πού πρόβαλα ἦταν γιὰ τὴν ομάδα μιὰ ἀπελευθερωτικὴ ἐμπειρία.

Ἐνα ἄλλο παράδειγμα, πού τὸ περιγράφω στὴν ἱστορία

« Ἐπὶ τὰ μαθήματα θεραπείας πένθους γιὰ προχωρημένους »¹, ἀφορᾷ ἓνα παρόμοιο περιστατικό. Λίγο πρὶν ἀπὸ τὴ συνάντησή μου μὲ μιὰν ἀσθενή σὲ πένθος, ἔλαβα ἓνα τηλεφώνημα ποῦ μοῦ ἀνακοίνωνε τὸ θάνατο τοῦ ἀντρα τῆς ἀδελφῆς μου. Καθὼς ἡ ἀσθενής μου ἦταν μιὰ χειρουργὸς σὲ κρίση (ἐξαιτίας δύο θανάτων, τοῦ συζύγου τῆς καὶ τοῦ πατέρα τῆς), καὶ εἶχα ἀρκετὸ χρόνο πρὶν φύγω γιὰ τὸ ἀεροδρόμιο, ἀποφάσισα νὰ μὴν ἀναβάλλω τὸ ραντεβού μου μαζί τῆς καὶ ξεκίνησα τὴν ὥρα μας λέγοντάς τῆς τί εἶχε συμβεῖ καὶ ὅτι παρ' ὄλ' αὐτὰ εἶχα ἀποφασίσει νὰ κάνομε τὴ συνεδρία μας.

Εἶχε ἓνα ξέσπασμα μεγάλης ὀργῆς καὶ μὲ κατηγόρησε πὼς προσπαθοῦσα νὰ συγκρίνω τὸ πένθος μου μὲ τὸ δικό τῆς. « Καὶ θὰ σὰς πῶ κάτι », πρόσθεσε, « ἂν ἐγὼ μπορῶ νὰ χειρουργῶ τοὺς ἀσθενεῖς μου, τότε κι ἐσεῖς μπορεῖτε σίγουρα νὰ μὲ δεῖτε ». Τὸ ἐπεισόδιο αὐτὸ ἀποδείχτηκε πολὺ ὠφέλιμο γιὰ τὴ θεραπεία – ἢ ἀποκάλυψή μου τῆς ἔδωσε τὴ δυνατότητα νὰ ἐκδηλώσει τὴν ὀργὴν τοῦ πένθους τῆς ἀνοίγοντας ἔτσι μιὰ νέα γόνιμη περίοδο γιὰ τὴ δουλειά μας.

Πρὶν ἀπὸ πολὺ καιρὸ ἓνας συνάδελφος δούλευε μ' ἓναν ἀσθενή ποῦ τὸ παιδί του εἶχε πεθάνει ἀπὸ καρκίνο. Ἡ μακρόχρονη θεραπεία εἶχε ἀποδειχτεῖ ὠφέλιμη μὲν, ὄχι ἀπολύτως ἐπιτυχημένη δέ. Ὁ συνάδελφός μου, ποῦ εἶχε κι αὐτὸς χάσει ἓνα παιδί εἴκοσι χρόνια νωρίτερα, εἶχε ἐπιλέξει νὰ μὴν τὸ ἀποκαλύψει στὸν θεραπευόμενό του. Πολλὰ χρόνια ἀργότερα ὁ ἀσθενής ἐπικοινωνῶν ἔπειτα πάλι μαζί του καὶ ξανάρχισαν τὴν θεραπεία. Ὁ θεραπευτής, ποῦ συνέχιζε νὰ τὸν στοιχειώνει ἡ δική του ἀπώλεια καὶ τοῦ εἶχε πάρει χρόνια νὰ γράφει ἓνα μεγάλο ἄρθρο γιὰ τὸ θάνατο τοῦ παιδιοῦ του, ἀποφάσισε νὰ δεῖξει τὸ ἄρθρο του στὸν ἀσθενή. Ἡ ἀποκάλυψη αὐτή, κάτι ἐντελῶς καινούργιο γι' αὐτόν, ἀποδείχτηκε ἐξαιρετικὰ ἀποτελεσματικὴ καὶ ἐπιτάχυνε τὴ δουλειά τῆς θεραπείας.

1. Ἀπὸ τὸ βιβλίον *Ἡ μάνα καὶ τὸ νόημα τῆς ζωῆς* ποῦ ἐτοιμάζεται ἀπὸ τίς ἐκδόσεις Ἄγρα. (Σ.τ.μ.)

Ἄν οἱ ἀσθενεῖς θέλουν νὰ μάθουν ἂν εἶμαι παντρεμένος, ἂν ἔχω παιδιά, ἂν μ' ἄρесе μιὰ συγκεκριμένη ταινία, ἂν ἔχω διαβάσει τὸ τάδε βιβλίον ἢ ἂν ἐνίωσα ἀμηχανία ποῦ συναντηθήκαμε σὲ κάποια κοινωνικὴ ἐκδήλωση, τοὺς ἀπαντῶ πάντα εὐθέως. Γιατί ὄχι; Σιγὰ τὸ πράγμα. Πὼς νὰ ἔχεις μιὰ αὐθεντικὴ σχέση μ' ἓναν ἄλλον ἄνθρωπο, ἂν παραμένεις τόσο ἀδιαφανής;

Ἄς ἐπιστρέψουμε, γιὰ τελευταία φορά, στὸν ἀσθενή ποῦ μοῦ ἔκανε τόσο ἐντονὴ κριτικὴ, ἐπειδὴ δίνοντάς του ὁδηγίες πὼς νὰ ῥθει στὸ γραφεῖο μου χρησιμοποίησα γιὰ σημάδι ἓνα καλὸ ἐστιατόριο καὶ ὄχι ἓνα φάστ-φουντ ποῦ ἦταν ἐκεῖ δίπλα. Ἐπέλεξα ν' ἀπαντήσω εἰλικρινά: « Ἐχεις δίκιο, Μπόμπ! Ἄντι νὰ πῶ στρίψτε στὴν ταμπέλα Fresca, μποροῦσα νὰ πῶ στρίψτε μόλις φτάσετε στὸ μαγαζάκι μὲ τὰ τάκος. Γιατί διάλεξα τὸ ἓνα κι ὄχι τὸ ἄλλο; Εἶμαι σίγουρος πὼς τὸ ἔκανα γιὰτὶ προτιμῶ νὰ συνδέσω τὸν ἑαυτό μου μὲ τὸ πιὸ κομψὸ ἐστιατόριο. Δὲν θὰ ἐνίωθα πολὺ ἄνετα νὰ πῶ “Στρίψτε στὸ μαγαζάκι μὲ τὰ τάκος” ». Κι ἐδῶ λοιπόν, ποῦ βρίσκεται ὁ κίνδυνος; Ἀναγνωρίζω ἀπλῶς κάτι ποῦ εἶναι σαφές ὅτι τὸ ἔχει ἤδη καταλάβει. Καὶ μόνο ὅταν ξεμπερδέψαμε μ' αὐτὴ μου τὴν παραδοχὴ μπορέσαμε νὰ στραφοῦμε στὸν σημαντικὸ στόχο νὰ διερευνήσουμε τὴν ἐπιθυμία του νὰ μὲ φέροι σὲ δύσκολη θέση.

Ἔτσι, μὲ κανέναν τρόπο ἡ αὐτοαποκάλυψη τοῦ θεραπευτῆ δὲν ὑποκαθιστᾷ τὴ διερεύνηση τῆς διαδικασίας γιὰ τίς προσωπικὲς πληροφορίες ποῦ ζητᾷ ὁ θεραπευόμενος. Κάντε καὶ τὰ δύο! Μερικοὶ θεραπευτὲς ἐπιλέγουν ν' ἀπαντοῦν στίς ἐρωτήσεις λέγοντας: « Εὐχαρίστως νὰ σοῦ ἀπαντήσω σ' αὐτό, πρῶτα ὁμῶς θὰ θέλα νὰ μάθω ὅσο γίνεται περισσότερο γιὰ τοὺς λόγους ποῦ σὲ ὤθησαν νὰ μοῦ κάνεις αὐτὴ τὴν ἐρώτηση ». Μερικὲς φορὲς χρησιμοποιοῦ καὶ ἐγὼ αὐτὴ τὴν προσέγγιση, σπάνια ὁμῶς βρήκα νὰ ἔχει κάποιο πλεονέκτημα τὸ ν' ἀκολουθήσω μιὰ συγκεκριμένη σειρά (« Πές μου ἐστὶν πρῶτα, κι ἔπειτα θὰ σοῦ ἀπαντήσω »). Ἄν ὁ θεραπευόμενος εἶναι καινούργιος, τότε συχνὰ ἐπιλέγω ἀπλῶς νὰ τοῦ δώσω ἐγὼ ἓνα πρότυπο ἀποκάλυψης καὶ

ν' αποθηκεύσω τὸ ἐπεισόδιο στὸ μυαλό μου γιὰ νὰ ἐπιστρέψω σ' αὐτὸ ἀργότερα.

Ἄν ὁ ἀσθενὴς δὲν συνηθίζει νὰ σᾶς κάνει ἐρωτήσεις, τότε θεωρήστε τὸ ἴδιο τὸ γεγονός ὅτι σᾶς ἔθεσε μιὰ τέτοια ἐρώτηση ὡς ὕλικὸ γιὰ τὴ θεραπεία καὶ φροντίστε νὰ ἐπιστρέψετε ὅπωςδήποτε σ' αὐτό. Ἔχει σημασία νὰ διαλέξει κανεὶς τὴν κατάλληλη στιγμή. Συχνὰ ὁ θεραπευτὴς μπορεῖ νὰ ἐπιλέξει νὰ περιμένει ὥσπου νὰ τελειώσει ἡ συζήτηση, ἴσως ἀκόμα καὶ ὡς τὴν ἐπόμενη συνεδρία, καὶ τότε νὰ κάνει τὴν ἐξῆς παρατήρηση: « Νομίζω πὼς τὴν περασμένη ἐβδομάδα συνέβη κάτι ἀσυνήθιστο. Μοῦ ἔκανες μερικὲς προσωπικὲς ἐρωτήσεις. Μποροῦμε νὰ ξαναγυρίσουμε σ' αὐτό; Πῶς ἔνωσες γι' αὐτὴ μας τὴ συνομιλία; Τί σὲ βοήθησε νὰ μὲ προσεγγίσεις μὲ διαφορετικὸ τρόπο; Πῶς ἔνωσες γιὰ τὴν ἀπάντησή μου; »

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 30

Ἀποκαλύπτοντας τὴν προσωπικὴ σας ζωὴ – Τί νὰ προσέχετε

ΕΝΑΣ ΑΠ' ΤΟΥΣ ΒΑΘΥΤΕΡΟΥΣ ΦΟΒΟΥΣ τῶν θεραπευτῶν γιὰ τὴν προσωπικὴ ἀποκάλυψη εἶναι ὅτι δὲν θὰ ἔχει τέλος, ὅτι ἂν ἀνοίξουν μιὰ φορά τὴν πόρτα, ὁ ἀσθενὴς θ' ἀπαιτεῖ ὄλο καὶ περισσότερο, ὡς τὸ σημεῖο νὰ τοὺς πιέζει ν' ἀποκαλύψουν τὰ πιὸ βαθιὰ καὶ τὰ πιὸ ἐνοχλητικὰ μυστικά. Ὁ φόβος αὐτὸς εἶναι ἄστοχος. Ἀπὸ τὴν ἐμπειρία μου ἢ συντριπτικὴ πλειονότητα τῶν ἀσθενῶν ἀποδέχεται αὐτὸ πού προσφέρω, δὲν πιέζει γιὰ περισσότερες ἀποκαλύψεις ἢ ἀποκαλύψεις πού θὰ μ' ἔφερναν σὲ δύσκολη θέση, κι ἔπειτα συνεχίζει τὴν ψυχοθεραπεία, ὅπως ἔκανε ἡ θεραπευτικὴ ομάδα ὅταν ἔμαθε γιὰ τὸ θάνατο τῆς μητέρας μου.

Ἵπάρχουν ὅμως κάποια σημεῖα πού πρέπει νὰ προσέχετε: μὴν ξεχνᾶτε πὼς οἱ ἀσθενεῖς καλύπτονται ἀπὸ τὸ ἀπόρητο, οἱ θεραπευτὲς ὅμως ὄχι. Οὔτε μποροῦμε ν' ἀπαιτήσουμε κάτι τέτοιο ἀπ' τοὺς ἀσθενεῖς, οἱ ὁποῖοι ἐνδέχεται στὸ μέλλον νὰ πᾶνε σὲ κάποιον ἄλλο θεραπευτὴ καὶ πρέπει νὰ νιώθουν ἀνεμπόδιστοι νὰ συζητήσουν ὅ,τι θέλουν. Ἄν ὑπάρχουν κάποια στοιχεῖα πού δὲν ἐπιθυμεῖτε καθόλου νὰ δημοσιοποιηθοῦν, μὴν τὰ ἀποκαλύψετε στὴν ψυχοθεραπεία. Πολλοὶ θεραπευτὲς εἶναι ἀκόμα πιὸ προσεκτικοὶ καὶ φροντίζουν νὰ μὴν ἀποκαλύψουν κανένα προσωπικὸ ὕλικὸ τὸ ὁποῖο, ἀποκομμένο ἀπὸ τὰ συμφραζόμενα, θὰ μπορούσε νὰ παρερμηνευτεῖ καὶ νὰ καταλήξει νὰ τοὺς φέρει σὲ δύσκολη θέση.

Μὴν ἀφήσετε ὅμως αὐτὴ τὴν ἀνησυχία νὰ περιορίσει τὴ δου-

λειά σας και να σας κάνει τόσο υπερβολικά επιφυλακτικούς και αυτοπροστατευτικούς, πού να χάσετε την αποτελεσματικότητά σας. Δεν υπάρχει τρόπος να προστατευτείτε απ' το ένδεχομένο ό ασθενής να παρουσιάσει μια διαστρεβλωμένη εικόνα σας στον επόμενο θεραπευτή του. Έχετε το αυτό στο νου σας την επόμενη φορά πού θ' ακούσετε ασθενείς να περιγράφουν την προσβλητική συμπεριφορά προηγούμενων θεραπευτών. Μή φτάνετε αυτόματα στο συμπέρασμα πώς ό προηγούμενος θεραπευτής τους ήταν ανόητος ή δεν έκανε καλά τή δουλειά του. Καλύτερα ν' ακούσετε, να προσπαθήσετε να καταλάβετε τόν θεραπευόμενο και να περιμένετε. Συνήθως ό ασθενής δίνει κάποια στιγμή τά συμφραζόμενα τής συμπεριφοράς του θεραπευτή, πράγμα πού πολύ συχνά τή φωτίζει με τελείως διαφορετικό φώς.

Κάποτε παρέπεμψα τή γυναίκα ενός θεραπευόμενου σ' έναν συνάδελφο και στενό μου φίλο. Λίγους μήνες αργότερα όμως ό ασθενής μου μου ζήτησε μια άλλη παραπομπή, γιατί ό συνάδελφος μου είχε δείξει κακή συμπεριφορά: επέμενε να μυρίζει τή γυναίκα του και να σχολιάζει τή μυρωδιά της. Να μυρίζει τήν ασθενή του; Άκουγόταν τόσο παράξενο πού άρχισα ν' ανησυχώ για τόν φίλο μου και, όσο γινόταν πιό διακριτικά, τόν ρώτησα τί ακριβώς συνέβαινε. Μου είπε πώς πράγματι είχε προκύψει ένα πρόβλημα με τó άρωμα τής θεραπευόμενης: αν και όχι άσχημο, ήταν τόσο δυνατό και διαπεραστικό, ώστε οί επόμενοι ασθενείς παραπονιούνταν κι επέμεναν να τούς βλέπει άλλη μέρα ή σε άλλο γραφείο!

Υπάρχουν φορές πού, για να σώσει κανείς τή θεραπεία, αναγκάζεται να κάνει δύσκολες επιλογές. Ένας συνάδελφος μου διηγήθηκε κάποτε ένα επεισόδιο, όπου μια θεραπευόμενη, πού τήν έβλεπε σε μακρά θεραπεία, ήρθε μια μέρα στη συνεδρία σε μεγάλη απόγνωση, γιατί μια φίλη της ισχυρίστηκε πώς είχε κάποτε μια σχέση μαζί του. Πώς ν' απαντήσει σ' αυτή τήν ερώτηση ό θεραπευτής; Ό συνάδελφος μου, πού ήθελε να είναι ειλικρινής, ήπιε τó πικρό ποτήρι και είπε στην ασθενή του πώς πριν

από είκοσι χρόνια είχε πράγματι πάει για ένα Σαββατοκύριακο σε κάποιο συνέδριο μ' αυτή τή γυναίκα κι ότι από τότε δεν είχαν καμιά άλλη επικοινωνία. Η αποκάλυψή του είχε μεγάλη επίδραση πάνω της και επιτάχυνε τή συνέχεια τής θεραπείας. Θεραπευτής και θεραπευόμενη βούτηξαν μαζί σε σημαντικά ζητήματα, τά όποια δεν είχαν κουβεντιάσει ως τότε, για παράδειγμα τó πόσο εκείνη αντιπαθούσε τούς άλλους του ασθενείς, γιατί τούς έβλεπε ως αντίζηλους, καθώς και τήν ιδέα πού είχε από πάντα για τόν έαυτό της, ότι κανείς δεν τήν επέλεγε, ότι δεν ήταν θηλυκιά κι έλκυστική.

Ένα άλλο παράδειγμα: Ένας έποπτευόμενός μου, όμοφυλόφιλος πού δεν είχε εκδηλωθεί ποτέ, μου ανέφερε ένα δυσάρεστο πρόβλημα πού προέκυψε στον πρώτο μήνα τής θεραπείας. Ένας όμοφυλόφιλος ασθενής του, πού τόν είχε δει να γυμνάζεται σ' ένα γυμναστήριο όπου σύχναζαν κυρίως όμοφυλόφιλοι, τόν ρώτησε ευθέως ποιός είναι ό σεξουαλικός του προσανατολισμός. Ό μαθητής μου, σε μεγάλη άμηχανία, απέφυγε τήν ερώτηση στρέφοντας τήν προσοχή στο γιατί ρωτούσε ό ασθενής. Όπως ήταν αναμενόμενο, ό ασθενής ματαιώσε τήν επόμενη συνεδρία και δεν ξαναγύρισε ποτέ στη θεραπεία. Τά μεγάλα μυστικά πού δεν μπορούν να κρυφτούν έχουν κακές συνέπειες για τή θεραπευτική διαδικασία. Οί επιτυχημένοι γκέυ θεραπευτές πού γνωρίζω δεν κρύβουν τή σεξουαλική τους ταυτότητα απ' τήν όμοφυλόφιλη πελατεία τους και είναι πρόθυμοι ν' ανοιχτούν και στους έτεροφυλόφιλους πελάτες τους, αν αυτό φαίνεται να έχει κάποια σημασία για τή θεραπεία.

Διαφάνεια τοῦ θεραπευτῆ καὶ καθολικότητα

ΕΝΑΣ ΚΑΙΡΙΟΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ στὴν ὁμαδική ψυχοθεραπεία εἶναι ἡ καθολικότητα. Πολλοὶ ἀσθενεῖς ξεκινοῦν τὴ θεραπεία νιώθοντας πὼς εἶναι μοναδικοὶ στὴν ἀθλιότητά τους. Πιστεύουν πὼς μόνο αὐτοὶ ἔχουν σκέψεις καὶ φαντασιώσεις ἀπαίσιες, ἀπαγορευμένες, σαδιστικές, ἐγωιστικές καὶ σεξουαλικά διεστραμμένες. Ἡ ἀποκάλυψη παρόμοιων σκέψεων ἀπὸ ἄλλα μέλη τῆς ὁμάδας εἶναι ἐξαιρετικά ἀνακουφιστική καὶ παρέχει μιὰ ἐμπειρία ποὺ ἰσοδυναμεῖ μὲ καλωσόρισμα στὴν ἀνθρώπινη φυλή.

Στὴν ἀτομική ψυχοθεραπεία οἱ ἀσθενεῖς ἀποκαλύπτουν πολλὰ συναισθήματα ποὺ ἔχουμε βιώσει κι ἐμεῖς οἱ θεραπευτές, κι ἔρχεται κάποια στιγμή στὴν θεραπεία ποὺ μποροῦμε νὰ τὰ μοιραστοῦμε. Ἄν, γιὰ παράδειγμα, ἓνας ἀσθενής μοῦ ἐκφράσει ἐνοχὴ ποὺ τὸν πιάνει μεγάλη ἀνυπομονησία, ὅποτε ἐπισκέπτεται τὸν ἡλικιωμένο γονιό του, καὶ δὲν ἀντέχει πάνω ἀπὸ δυὸ-τρεῖς ὥρες, ἴσως ν' ἀποκαλύψω κι ἐγὼ πὼς τὸ δικό μου ὄριο γιὰ μιὰ ἐπίσκεψη στὴ μητέρα μου ἦταν τρεῖς ὥρες τὸ πολύ. Ἡ, ἂν ἓνας ἀσθενής ἀπογοητεύεται ποὺ δὲν νιώθει καλύτερα ἔπειτα ἀπὸ εἴκοσι συνεδρίες ψυχοθεραπείας, δὲν διστάζω νὰ χαρακτηρίσω αὐτὸ τὸν ἀριθμὸ «σταγόνα στὸν ὠκεανό», μιλώντας γιὰ τὶς ἑκατοντάδες ὥρες προσωπικῆς μου θεραπείας, σὲ διάφορες φάσεις τῆς ζωῆς μου. Ἡ, ἂν οἱ ἀσθενεῖς τρομάζουν ἀπ' τὴν ἔνταση τῆς μεταβίβασης, τοὺς ἀναφέρω τὰ δικά μου παρόμοια συναισθήματα, ἀπὸ τότε ποὺ βρισκόμουν ἐγὼ σὲ θεραπεία.

Οἱ ἀσθενεῖς θ' ἀντισταθοῦν στὶς ἀποκαλύψεις σας

ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΕΠΙΑ ΝΩΡΙΤΕΡΑ, ὅτι ἡ αὐτοαποκάλυψη τοῦ θεραπευτῆ δὲν ἀνοίγει τὴν ὄρεξη τῶν θεραπευόμενων καὶ δὲν πολλαπλασιάζει τὶς ἀπαιτήσεις τους γιὰ περαιτέρω ἀποκαλύψεις, ὑποτιμᾷ τὴν πραγματικότητα. Εἶναι πολὺ συχνὸ τὸ ἀντίθετο φαινόμενο — οἱ ἀσθενεῖς νὰ δείχνουν ξεκάθαρα πὼς δὲν θέλουν νὰ μάθουν πολὺ περισσότερα γιὰ τὴν προσωπικὴ ζωὴ τοῦ θεραπευτῆ.

Αὐτοὶ ποὺ τοὺς ἀρέσει ἡ μαγεία, τὸ μυστήριο καὶ ἡ αὐθεντία εἶναι ἀπρόθυμοι νὰ κοιτάξουν πίσω ἀπὸ τὴν ἐπίσημη ὄψη τοῦ θεραπευτῆ. Τοὺς ἀνακουφίζει πολὺ περισσότερο ἡ σκέψη ὅτι ὑπάρχει ἓνας ἄνθρωπος σοφὸς καὶ παντογνώστης ποὺ θὰ τοὺς βοηθήσει. Δὲν εἶναι λίγοι οἱ θεραπευόμενοί μου ποὺ ἐπικαλοῦνται τὴ μεταφορὰ τοῦ Μάγου τοῦ Ὁζ, γιὰ νὰ δηλώσουν ὅτι προτιμοῦν τὴ χαρούμενη πεποίθηση πὼς ὁ θεραπευτὴς γνωρίζει τὸ δρόμο τῆς ἐπιστροφῆς στὸ σπίτι — ἓνα ξεκάθαρο, σίγουρο μονοπάτι ποὺ σὲ βγάζει ἀπ' τὸν πόνο. Μὲ κανέναν τρόπο δὲν θέλουν νὰ κοιτάξουν πίσω ἀπ' τὸ παραπέτασμα καὶ νὰ δοῦν ἓναν χαμένο καὶ ἀμήχανο ψευτο-μάγο. Μία ἀσθενής, ποὺ ἀμφιταλαντευόταν ἀνάμεσα στὴ μαγικὴ καὶ τὴν ἀνθρώπινη εἰκόνα μου, περιέγραψε τὸ δῆλημα τοῦ Ὁζ στὸ παρακάτω ποίημα ποὺ ἔχει τίτλο «Ἡ Ντόροβυ παραδίνεται» :

*Ἡ πτήση μου ἔπρεσε, συντρίφτηκε στὴν πεδιάδα τοῦ Κάνσας
Σύπνησα μὲ ἀλήθειες τῆς ζωῆς μου ἀσπρόμαυρες, σχισμένες.*

Τσόχινες παντόφλες, μιὰ ζωὴ πού προχωράει σὰν τὰ νερά
 τοῦ ξύλου,
 Καὶ ἄδειο κρύσταλλο. Προσπάθησα. Ὅμως νύχτες ἀπὸ νέον
 Πού γύρευα σμαράγδια μέσα σὲ πράσινο γυαλί,
 Μάγους πίσω ἀπὸ ἀχυρένιους ἄντρες, ἔβλεπα
 Ἐκεῖνο τὸ πολύχρωμο ἄλογο ν' ἀπομακρύνεται καλπάζοντας –
 Καὶ γέρασα, ἔτρεχε πολὺ γρήγορα, δὲν τό 'φτανα.
 Οἱ λυσσασμένοι ἄνεμοι πού ἀνάμεσά τους πέταξα μὲ ξέσκισαν,
 Μὲ γύμνωσαν. Γονατιστὴ τώρα θὰ διάλεγα
 Ν' ἀφήσω στὴ μάγισσα τὴ σκούπα της, νὰ βάλω πάλι
 Τὸ παραπέτασμα στὴ θέση του
 Θ' ἀρνιόμουνα νὰ δῶ τὸν ἄνθρωπο πίσω ἀπὸ τὴ φωνή
 Ἀκολουθώντας γιὰ πάντα ἐκεῖνο τὸν μαγικὸ δρόμο
 Πού μ' ὀδηγεῖ σ' ἓναν τόπο μοναδικό, στὸ σπίτι.

Οἱ ἀσθενεῖς θέλουν ὁ θεραπευτὴς τους νὰ εἶναι παντογνώ-
 στης, ἀπέραντα ἀξιόπιστος καὶ ἀθάνατος. Μερικὲς θεραπευόμε-
 νές μου πού εἶχαν γνωρίσει πολλοὺς ἀναξιόπιστους ἄντρες φο-
 βοῦνται τὴν ἀδυναμία μου (καὶ τὴν ἀδυναμία κάθε ἄντρα). Ἄλ-
 λες φοβοῦνται πὼς θὰ καταλήξω νὰ γίνω ἐγὼ ὁ ἀσθενής. Μιὰ
 θεραπευόμενη, πού τὴν ψυχοθεραπεία της περιγράφω διεξοδικὰ
 στὸ *Ἡ μάνα καὶ τὸ νόημα τῆς ζωῆς*, ἀπέφυγε νὰ μὲ κοιτάζει
 ἢ νὰ μὲ ρωτᾷε ὀτιδήποτε προσωπικό, οὔτε κἀν ὅταν ἐμφανί-
 στηκα σὲ μιὰ συνεδρία μὲ πατερίτσες, ὕστερα ἀπὸ μιὰ ἐπέμβα-
 ση στὸ γόνατο. Ὅταν τὴ ρώτησα, μοῦ ἐξήγησε :

« Δὲ θέλω νὰ ἔχεις μιὰ ἱστορία ζωῆς ».

« Ἱστορία ζωῆς ; » ρώτησα. « Τί ἐννοεῖς ; »

« Θέλω νὰ σὲ κρατήσω ἔξω ἀπ' τὸ χρόνο. Μιὰ ἱστορία ἔχει
 ἀρχή, μέση καὶ τέλος – κυρίως τέλος ».

Εἶχε ζήσει τὸ θάνατο πολλῶν ἀνδρῶν πού εἶχαν ὑπάρξει ση-
 मानτικοὶ στὴ ζωὴ της – τοῦ συζύγου της, τοῦ ἀδελφοῦ της, τοῦ

πατέρα της, τοῦ βαπτισιμοῦ της— καὶ τὴν τρομοκρατοῦσε ἡ
 προοπτικὴ μιᾶς ἀκόμα ἀπώλειας. Ἀπάντησα πὼς δὲν μπορούσα
 νὰ τὴ βοηθήσω, χωρὶς νὰ ἔχουμε μιὰ ἀνθρώπινη σχέση. Εἶχα
 ἀνάγκη νὰ μὲ βλέπει σὰν ἀληθινὸ ἄνθρωπο καὶ τὴν παρότρυνα
 νὰ μοῦ κάνει ἐρωτήσεις γιὰ τὴ ζωὴ μου καὶ γιὰ τὴν υγεία μου.
 Ἀφοῦ ἔφυγε ἀπ' τὸ γραφεῖο μου ἐκείνη τὴν ἡμέρα, τῆς κόλλησε
 μιὰ ἔμμονη σκέψη: *Ἡ ἐπόμενη κηδεῖα στὴν ὁποία θὰ πάω θὰ*
εἶναι τοῦ Ἰρβ.