

Irvin D. Yalom

Lži na pohovke



tichá voda

premedia

Irvin D. Yalom

LŽI NA POHOVKE

Z angličtiny preložil Vladislav Gális



*Vydanie knihy z verejných zdrojov
podporil Fond na podporu umenia*

u. fond
na podporu
umenia

Ďakujeme Vám, že ste si kúpili túto knižku,
lebo dobré príbehy žijú vtedy, keď ich čítame.

Kniha, ktorú držíte v rukách,
vyšla aj vďaka nášmu spojeniu s **582**^{ua}

Irvin D. Yalom: Lži na pohovke
Prvé vydanie

Copyright © 1996 by Irvin D. Yalom
First published by BasicBooks, a division of HarperCollins Publishers
Translation rights arranged by Sandra Dijkstra Literary Agency
All Rights Reserved
Translation © Vladislav Gális, 2017
Slovak edition © Premedia, 2017
ISBN 978-80-8159-521-9

*Venujem budúcnosti – Lily, Alane, Leonore, Jasonovi
a Desmondovi. Želám vám, aby ste mohli celý život žasnúť.*

Podakovanie

Pri tomto nebezpečnom prechode od psychiatrie k beletrii mi pomáhalo veľa ľudí: John Beletsis, Martel Bryant, Casey Feutsch, Peggy Giffordová, Ruthellen Josselsonová, Julius Kaplan, Stina Katchadourianová, Elizabeth Tallentová, Josiah Thompson, Alan Rinzler, David Spiegel, Saul Spiro, Randy Weingarten, moja partia z pokru, Benjamin Yalom a Marilyn Yalomová (bez nej by som bol túto knihu písal oveľa pokojnejšie). Všetkým zo srdca ďakujem.

PROLÓG

Ernest svoju prácu psychoterapeuta miloval. Deň čo deň ho pacienti pozývali do najtajnejších komnát svojho života. Deň čo deň ich utešoval, zmierňoval ich zúfalstvo. A oni ho za to obdivovali a zbožňovali. Navyše mu aj platili, hoci si Ernest neraz pomyslel, že keby nepotreboval peniaze, psychiatrii by sa venoval zadarmo.

Šťastný je človek, ktorý miluje svoju prácu. Ernest uznával, že je šťastný. Požehnaný. Našiel sa vo svojom povolání, mohol o sebe povedať, že je presne na tom mieste, kam patrí, priamo v priesečníku svojho talentu, záujmov a vášní.

Ernest nebol nábožný. Ale keď každé ráno otvoril diár s termínmi a uvidel mená ôsmich alebo deviatich ľudí, ktorí mu boli drahí a on s nimi mohol stráviť deň, ovládol ho pocit, ktorý by sám označil za náboženský. V takých okamihoch cítil hlbokú túžbu ďakovať – niekomu alebo niečomu – za to, že ho privedli k jeho pravému poslaniu.

Vyskytli sa rána, keď pozrel hore, cez strešné okno svojho viktoriánskeho domu na Sacramento Street, zazrel rannú hmlu a predstavil si tam niekde v rannej zore svojich predchodcov na poli psychoterapie.

„Ďakujem, ďakujem,“ zaintonoval. Ďakoval im všetkým – liečiteľom, ktorí slúžili zúfalcom. Najskôr prapredkom, ktorých nebeské siluety sotva zazrel: Ježišovi, Budhovi, Sokratovi. Pod nimi boli o čosi zreteľnejší veľkí praotcovia: Nietzsche, Kierkegaard, Freud, Jung. Ešte bližšie k nemu starí rodičia terapie: Adler, Horneyová, Sullivan, Fromm. A tiež milá usmiata tvár Sándora Ferencziho.

Pred niekoľkými rokmi vypočuli jeho nepokojné volanie, keď sa po absolvovaní atestácie vybral cestou každého mladého ambiciózneho neuropsychiatra a vrhol sa na neurochemický výskum – odbor budúcnosti, zlatú studňu príležitostí. Predkovia však vedeli, že zablúdil. Nepatril do laboratória. Ani do psychofarmakologickej ordinácie, kde by iba predpisoval lieky.

Vyslali teda posla – komického posla moci –, ktorý ho mal priviesť k vlastnému osudu. Ernest do dnešného dňa nevedel, ako sa rozhodol stať terapeutom. No pamätal si, kedy sa to stalo. Na ten deň si spomínal až prekvapujúco jasne. A tiež na posla: Seymoura Trottera, muža, ktorého videl iba raz, ale ktorý mu naveky zmenil život.

Pred šiestimi rokmi zástupca vedúceho katedry poslal Ernesta na jedno obdobie do etickej komisie v Stanfordovej nemocnici a Ernestov prvý disciplinárny prípad sa týkal doktora Trottera. Seymour Trotter bol sedemdesiatjedenročný patriarcha psychiatrickej komunity a bývalý prezident Americkej psychiatrickej asociácie. Obvinili ho zo sexuálneho obťažovania tridsaťdvaročnej pacientky.

V tom čase bol Ernest odborný asistent, len pred štyrmi rokmi atestovaný psychiater. Naplno sa venoval neurochemickému výskumu a o svete psychoterapie mal úplne naivné predstavy. Také naivné, že ani nevedel, prečo mu tento prípad prideliť – pretože všetci ostatní od neho dali ruky preč. Každý starší psychiater v severnej Kalifornii si Seymoura Trottera ctí a bál sa ho.

Ernest si na rozhovor vybral strohú kanceláriu správy nemocnice a pokúsil sa tváriť oficiálne. Čakal na doktora Trottera, pozeral

na hodiny, na stole pred sebou mal jeho neotvorený spis. Chcel si uchovať nestranný pohľad, a tak sa rozhodol obvineného vypočuť bez toho, aby sa o prípade vopred informoval. Bez predsudkov si vypočuje jeho verziu, spis si prečíta až potom a v prípade potreby ho zavolá na druhý pohovor.

Odrazu začul na chodbe ťukanie. Že by bol doktor Trotter nevidiaci? Na to ho nikto nepripravil. Ťukanie sa priblížilo a bolo počuť aj ťuchanie. Ernest vstal a vyšiel na chodbu.

Doktor Trotter videl. Ale bol chromý. Krivkal chodbou a neisto sa opieral o dve palice. Bol zohnutý v páse a palice držal naširoko, takmer pri tom upažil obe ruky. Jeho výrazné lícne kosti si stále držali formu, ale mäkké tkanivo poznačili vrásky a starecké škvrny. Pod bradou mu ovisali hlboké záhyby kože a z uší mu trčali chumáče bielych chlpcov ako mach. Vek však tohto muža nepokoril – prežilo v ňom čosi mladistvé, takmer chlapčenské. Vďaka čomu? Možno ten dojem robili jeho vlasy, sivé a husté, ostrihané na ježka, alebo oblečenie, modrá džínsová bunda a pod ňou biely rolák.

Predstavili sa vo dverách. Doktor Trotter roztrasene vošiel do kancelárie, nečakane zdvihol obe palice, energicky sa zvrtol a akoby čírou náhodou dopadol do kresla.

„Zásah! Prekvapil som vás, však?“

Ernest sa nedal odvieť od témy. „Chápete účel tohto rozhovoru, pán doktor? A rozumiete, prečo ho budem nahrávať?“

„Počul som, že správa nemocnice mi chce udeliť titul pracovník mesiaca.“

Ernest ani nežmurkol, neochvejne pozeral cez hrubé okuliare. Mlčal.

„Prepáčte, viem, že si musíte konať svoju prácu, ale keď má človek po sedemdesiatke, usmeje sa na každom dobrom žarte. Veru, minulý týždeň som oslávil sedemdesiatjeden rokov. A koľko máte vy, pán doktor? Zabudol som vaše meno. Každú minútu,“ poklopkaľ si prstom po spánku, „mi v mozgovej kôre exne tucet neurónov ako zdochýnajúce muchy. Je to paradox, že som uve-

rejnil štyri články o Alzheimerovi – prirodzene, už som zabudol, kde presne, ale boli to samé dobré časopisy. Vedeli ste o tom?“

Ernest pokrútil hlavou.

„Takže vy to neviete a ja som na to zabudol. Sme si zhruba kvit. Viete, čo je na Alzheimerovi dobré? Až dve veci. Zo starých priateľov sa stávajú noví. A veľkonočné vajíčka si môžete poschovávať a pohľadať aj sám.“

Ernest, hoci podráždený, sa musel usmiať.

„Povedzte mi vaše meno, vek a školu, ktorej dávate prednosť.“

„Som doktor Ernest Lash a to ostatné teraz azda nie je podstatné, pán doktor. Máme dnes pred sebou dlhý rozhovor.“

„Môj syn má štyridsiatku. Vy určite nie viac. Viem, že ste praxovali na Stanfordovej. Počul som vás vlni prednášať. Išlo vám to. Veľmi jasné vyjadrovacie schopnosti. Teraz je už všetko o psychofarmakách, všakže? Aké psychoterapeutické vzdelanie vy mladí vlastne dostávate? Vôbec nejaké?“

Ernest si dal dole hodinky a položil ich na stôl. „Niekedy vám môžem poslať rozvrh praktikantov zo Stanfordovej, ale teraz vás poprosím, poďme priamo k veci, pán doktor. Možno by bolo najlepšie, keby ste mi vlastnými slovami porozprávali o pani Feliniovej.“

„Jasné, jasné. Chcete, aby som to bral vážne. Aby som vám porozprával svoj príbeh. Pohodlne sa usadte, chlapče, a ja vám ho poviem. Pekne od začiatku. Bolo to zhruba pred štyrmi rokmi – najmenej pred štyrmi... Všetky záznamy o tejto pacientke som niekam založil. Aký dátum máte v obvinení? Čože? Vy ste si ho neprečítali? Z lenivosti? Alebo sa pokúšate vyhnúť nevedeckej zaujatosti?“

„Pán doktor, prosím, pokračujte.“

„Prvým princípom rozhovoru je vytvoriť srdečné prostredie plné dôvery. Keďže sa vám to tak šikovne podarilo, mám oveľa menej zábran hovoriť o bolestných a chúlостivých témach. Aha, to sa vás dotklo. Dajte si na mňa pozor, pán doktor, mám štyridsaťročnú prax v čítaní tváří. Som v tom veľmi dobrý. Ale ak ma už nebudete prerušovať, začnem. Ste pripravený?“

Pred rokmi – povedzme, že zhruba štyrmi – mi do ordinácie vošla žena, Belle, alebo sa tam skôr vplazila. Áno, vplazila sa tam – je *vplaziť sa* vôbec sloveso? Mohla mať okolo tridsaťpäťky, pochádzala z bohatej rodiny, mala švajčiarskych a talianskych predkov, trpela depresiou a v horúcom lete mala na sebe blúzku s dlhými rukávmi. Očividne aby zakryla stopy sebapoškodzovania – zjazvené zápästia. Ak v horúcom lete uvidíte u komplikovaného pacienta dlhé rukávy, vždy si spomeňte na rezanie zápästia a pichanie drog, pán doktor. Pekná, s ideálnou pleťou, zvodnými očami, elegantne oblečená. Mala úroveň, ale už ju začínala strácať.

Dlho trpela sebapoškodzovaním. Mala za sebou, čo si len spomeniete: drogy vyskúšala všetky, ani jednu nevynechala. Keď som ju prvý raz uvidel, práve sa vrátila k alkoholu a koketovala s heroínom. No ešte nebola skutočne závislá. Akosi k tomu nemala sklony – niektorí ľudia sú takí –, ale pracovala na tom, aby sa to zmenilo. K tomu poruchy príjmu potravy. Hlavne anorexia, ale občas aj bulimická epizóda. Rezanie som už spomenul, jazvy na oboch ramenách aj zápästiach. Páčila sa jej bolesť a krv, len vtedy sa cítila živá. To od pacientov počúvate stále. Mala za sebou zo šesť hospitalizácií, ale krátkych. Pri každej po dvoch dňoch podpísala reverz a odišla. Bola dobrá – priam fenomenálne dobrá – v sexuálnej hre Randál. Pamätáte si knihu *Ako sa ľudia hrajú* od Erica Berna?

Nie? Asi vyšla dosť dávno. Kristepane, pripadáam si starý. Ale je dobrá, Berne nebol hlupák. Prečítajte si ju, nemala by upadnúť do zabudnutia.

No. Bola vydatá, ale bezdetná. Nechcela deti, tvrdila, že tento svet je príliš hrozný, aby sme doň privádzali deti. Mala príjemného manžela, ale nanič vzťah. Veľmi túžil po deťoch a často sa preto hádali. Bol investičný bankár ako jej otec, stále na cestách. Pár rokov po svadbe mu zlyhalo libido, alebo sa možno realizovalo pri zarábaní peňazí – zarábal dosť, ale nikdy nezbohatol tak ako jej otec. Stále bol zaneprázdnený, spával s počítačom. Možno ho aj pokefoval, ktovie? Na rozdiel od Belle, tú nekefoval určite. Tvrdila,

že sa jej už roky vyhýba, pravdepodobne sa na ňu hnevá za to, že mu neporodila deti. Ťažko povedať, prečo sa nerozvedli. Jeho vychovali v duchu kresťanskej vedy a vytrvalo odmietal párovú terapiu aj inú formu psychoterapie. Ale ona priznala, že ho zase až tak veľmi nepresviedčala. Hm. Čo tam ešte bolo? Skúste mi našepkať, pán doktor.

Aha, predošlá terapia? Dobré. To je dôležitá otázka. Kladiem ju vždy počas prvých tridsiatich minút. Na terapiu chodila stále – alebo sa o to pokúšala – už od dospievania. Obišla všetkých terapeutov v Ženeve a istý čas dochádzala na analýzu do Zürichu. Na vysokú školu prišla do Spojených štátov – do Pomony – a znovu striedala psychoterapeutov, často nevydržala dlhšie ako jediné sedenie. Troch alebo štyroch zniesla aj niekoľko mesiacov, ale ani k jednému sa nepripútala. Belle bola – a stále je – veľmi povýšenecká. Nikto pre ňu nie je dosť dobrý alebo sa k nej minimálne nehodí. Na každom terapeutovi nájde chybu – jeden je príliš formálny, ďalší príliš okázalý, príliš kritický, príliš povznesený, príliš chamtivý, príliš chladný, príliš sa venuje diagnostikovaniu, príliš škatuľkuje. Psychiatrické lieky? Psychologické testy? Behaviorálne protokoly? Na to zabudnite. Ak jej niekto navrhne niečo takéto, tak u nej skončil. Čo by ste ešte potrebovali vedieť?

Aha, ako si ma vybrala. To je vynikajúca otázka, pán doktor, konkretizuje a zrýchľuje tempo rozhovoru. Uvidíte, že z vás ešte raz bude psychoterapeut. Už z vašej prednášky som mal dobrý pocit. Bystrá a prenikavá myseľ. Bolo to poznať, keď ste prezentovali údaje. Ale páčila sa mi najmä vaša prezentácia prípadov, ako ste sa dokázali vcítiť do pacientov. Prejavili ste správny inštinkt. Carl Rogers hovorieval: ‚Neskúšajte terapeutov vyučiť, je to strata času. Radšej ich vyberajte.‘ Vždy som sa nazdával, že trafil kliniec po hlavičke.

Takže, kde som skončil? Aha, ako sa ku mne dostala. Jej gynekológ, ktorého zbožňovala, bol kedysi mojím pacientom. Povedal jej, že som správny chlapík, žiadny šarlatán a že sa nebojím roboty. Našla si moje meno v knižnici a oslovil ju článok, ktorý

som pred pätnástimi rokmi napísal o Jungovej myšlienke, že by bolo vhodné vynájsť pre každého pacienta nový terapeutický jazyk. Čítali ste to? Nie? *Journal of Orthopsychiatry*. Pošlem vám dotlač. Zašiel som ešte ďalej ako Jung. Navrhol som, aby sme pre každého pacienta vynášali novú terapiu, aby sme brali vážne skutočnosť, že každý pacient je jedinečný, a tak každému ušili terapiu na mieru.

Kávu, vravíte? Áno, dám si. Bez mlieka. Vďaka. Takže tak sa ku mne dostala. Akú ďalšiu otázku mi položíte, pán doktor? *Prečo práve vtedy?* To je presne ono. To je ono. Táto otázka vám pri novom pacientovi vždy veľmi pomôže. Odpoveď znie – nebezpečné sexuálne hry. Aj ona to už začínala chápať. Vždy sa tomu do istej miery venovala, ale prerastalo jej to cez hlavu. Predstavte si, že na diaľnici autom dohnala nejakú dodávku alebo nákladné auto – mala kabínu dosť vysoko, aby ju šoféri videli – a potom si vyhrnula sukňu a masturbovala. Šla stodvadsiatkou! Šialené. Potom pri najbližšej odbočke z diaľnice zišla, a ak ju šofér nasledoval, zastala, vliezla za ním do jeho kabíny a vyfajčila mu. Smrteľné riziko! A robila to často. Tak sa odtrhla z reťaze, že keď sa nudila, bola schopná zájsť do nejakého špinavého baru v San Jose, niekedy mexikánskeho, niekedy černošského, a niekoho si tam zbaliť. Vzrušovali ju nebezpečné situácie, keď bola uprostred neznámych mužov, potenciálnych násilníkov. A nebezpečenstvo jej nehrozilo iba od nich, ale aj od prostitútok, ktoré hnevalo, že im kradne klientov. Vyhrážali sa jej a stále sa musela sťahovať. K tomu si pripočítajte hrozby ako aids, herpes! Bezpečný sex? Kondómy? Správala sa, akoby o tom v živote nepočula.

Zhruba takáto teda bola Belle, keď sme sa zoznámili. Viete si ju predstaviť? Máte ešte otázky alebo môžem pokračovať? Okej. Takže počas prvého sedenia som nejakým zázrakom vyhovel všetkým jej nárokom. Vrátila sa aj druhý a tretí raz a začali sme s terapiou – dvakrát, niekedy aj trikrát týždenne. Celú hodinu som si robil podrobný záznam o jej práci s predchádzajúcimi terapeutmi. To je vždy dobrá stratégia pri komplikovanom pa-

cientovi, pán doktor. Zistíte, ako ho liečili predtým, a pokúsite sa vyhnúť ich chybám. Zabudnite na tie nezmysly, že pacient nemusí byť na terapiu pripravený. *To skôr terapia nemusí byť vhodná pre pacienta.* Vy však musíte byť dostatočne odvážny a tvorivý, aby ste každému pacientovi pripravili novú.

Belle Feliniová nebola pacientka, na ktorú by platili tradičné techniky. Keby som zostal vo svojej bežnej profesionálnej role – zapisoval si jej minulosť, uvažoval, vciťoval sa do nej a interpretoval –, zmizla by ako gáfor! Verte mi. *Adieu. Auf Wiedersehen.* Tak zatočila s každým terapeutom, ku ktorému chodila – a mnohí mali vynikajúcu povest'. Poznáte ten starý vtip: operácia sa podarila, ale pacient zomrel.

Aké techniky som teda uplatnil? Obávam sa, že ste ma dobre nepočúvali. *Vykašlal som sa na všetky techniky! To bola moja technika!* Nie, pán doktor, nevtipkujem, tak znie prvé pravidlo každej dobrej terapie. A mali by ste si ho osvojiť, ak sa niekedy stanete terapeutom. Pokúšal som sa o ľudskejší, menej strojový prístup. Nerobím si systematický plán terapie – po štyridsiatich rokoch praxe to nebudete robiť ani vy. Verím vlastnej intuícii. Ale vy ste začiatočník, takže som k vám trochu neférový. Dobré, zo spätného pohľadu vidím, že na Bellinej patológii bola najpozoruhodnejšia jej impulzívnosť. Ak po niečom zatúžila, bum! Musela si to dopriať. Pamätám sa, že som chcel dosiahnuť, aby lepšie znášala frustráciu. Tým som začal, bol to môj prvý a možno aj hlavný terapeutický cieľ. Hm, len ako sme začali? Bez poznámok sa mi ťažko rozpamätáva na samý začiatok. Napokon, bolo to pred mnohými rokmi.

Kde mám poznámky? Už som vám povedal, že som ich stratil. Áno, vidím vám na tvári pochybnosti. Poznámky zmizli. Stratili sa, keď som sa zhruba pred dvoma rokmi sťahoval z jednej ordinácie do druhej. Nemáte inú možnosť, len mi uveriť.

Zo začiatku si pamätám hlavne to, že všetko išlo oveľa ľahšie, ako som si predstavoval. Nie som si istý prečo, ale Belle si ma okamžite obľúbila. Možno pomohlo, že som bol fešák. Tesne

po operácii zákalu som mal fakt parádne oko. K tomu tá moja ataxia! Určite mi neprispela k sexepílu... ak vás to zaujíma, je to dedičná cerebelárna ataxia. Rozhodne postupujúca... ešte rok či dva a budem odkázaný na chodúľku, o nejaké tri či štyri ma čaká vozík. *C'est la vie.*

Myslím, že Belle som bol sympatický, lebo som k nej pristupoval ako k človeku. Spravil som presne to, čo teraz robíte vy, a chcem vám povedať, pán doktor, že si to cením. Nečítal som jej lekárske záznamy. Vrhol som sa do toho naslepo, ničím neovplyvnený. Belle pre mňa nebola prípad, diagnóza, hraničná porucha, porucha príjmu potravy, kompulzívna či antisociálna porucha. Takto pristupujem ku všetkým svojim pacientom. A dúfam, že ani ja pre vás nikdy nebudem iba diagnóza.

Čože? Či si myslím, že ma chcete diagnostikovať? Nuž, poznám takých ako vy, čo teraz končíte školy, poznám aj celý psychofarmaceutický priemysel. Bez diagnózy by ste ani nedýchali. Psychiatrické časopisy sú preplnené nezmyselnými debatami o nuansách diagnostikovania. Je to všetko odpad. Viem, pri niektorých psychózach je to dôležité, ale v každodennej psychoterapii hrá diagnóza malú – alebo skôr negatívnu – rolu. Uvažovali ste niekedy o tom, že je jednoduchšie diagnostikovať pacienta, keď ho vidíte prvý raz, a čím lepšie ho spoznávate, tým je to ťažšie? Spýtajte sa na to medzi štyrmi očami hocijakého skúseného terapeuta. Povie vám to isté! Inými slovami, istota je nepriamo úmerná znalostiam. To je mi pekná veda, čo?

Ja vám len hovorím, pán doktor, že som Bellu nielen nediagnostikoval, ale ani som o tom neuvažoval. To platí dodnes. Napriek tomu, čo sa stalo, napriek tomu, čo mi urobila, sa to nezmenilo. A myslím, že si to uvedomovala. Boli sme len dvaja ľudia, ktorí nadväzovali kontakt. A mne sa Belle páčila. Od začiatku. Páčila sa mi, a to veľmi! Aj to si uvedomovala. Možno to je na celej veci to hlavné.

Inak, Belle nikdy nebola vhodná pacientka na liečenie hovorením. Bola impulzívna, orientovaná na činy, vôbec nie zvedavá na

vlastné ja, bez sklonov k introspekcii, neschopná voľnej asociácie. Nezvládala tradičné úlohy terapie – sebakúmanie, vhlad – a potom z toho bola nešťastná. Preto jej terapia nikdy nepomohla. A preto mi bolo jasné, že musím zaujať jej pozornosť inak. Preto som musel pre Bellu vymyslieť novú terapiu.

Chcete počuť príklad? Dobre, poviem vám jeden zo začiatku terapie, možno z tretieho alebo štvrtého mesiaca. Zameriaval som sa na jej sebadeštrukčné sexuálne správanie a pýtal som sa jej, čo od mužov skutočne chce – vrátane prvého muža v jej živote, jej otca. Nikam to však nevedlo. Odolávala všetkým pokusom hovoriť o minulosti – tvrdila, že sa toho prejedla u iných cvokárov. Okrem toho si vzala do hlavy, že prehrabávanie popola minulosti je len výhovorka, aby sa človek mohol vyhnúť osobnej zodpovednosti za svoje činy. Prečítala si moju knihu o psychoterapii a citovala z nej presne toto. Viete, ako to neznášam? Keď pacient vzdoruje a pomáha si citátmi z vašich kníh, ste v koncoch.

Pri jednom sedení som sa jej opýtal, o čom fantazirovala v detstve, či mala aj nejaké sexuálne fantázie. Konečne, asi aby mi vyhovela, opísala fantáziu, ktorá sa jej opakovane vracala, keď mala nejakých osem alebo deväť rokov: Vonku zúri búrka, ona vchádza do miestnosti premrznutá a premočená, a tam ju čaká starší muž. Objíme ju, vyzlečie ju z mokrých šiat, poutiera ju veľkou teplou osuškou, naleje jej horúcu čokoládu. Tak som navrhol, aby sme zahrli tieto roly. Poslal som ju z ordinácie a prikázal som jej, aby vošla a predstierala, že je premočená a uzímená. Samozrejme, že som vynechal vyzliekanie, ale z kúpeľne som priniesol veľkú osušku a poriadne som ju vyutieral – absolútne nesexuálne, lebo tak som sa k nej vždy správal. ‚Osušil‘ som jej chrbát a vlasy, potom som ju zakrútil do osušky, posadil som ju a uvaril som jej za šálku instantnej čokolády.

Nepýtajte sa ma, prečo alebo ako som sa tak vtedy rozhodol. Keď budete mať za sebou takú dlhú prax ako ja, naučíte sa dôverovať vlastnej intuícii. A tento môj zákrok všetko zmenil. Belle chvíľu nenachádzala slov, oči sa jej zaliali slzami a potom sa rozplakala

ako malé dieťa. Nikdy predtým na terapii neplakala. Jej odpor sa náhle rozplynul.

Čo tým myslím, keď vravím, že jej odpor sa rozplynul? Myslím tým, že mi začala dôverovať, uverila, že sme na rovnakej strane. Správny termín, pán doktor, znie ‚terapeutická aliancia‘. Potom sa z nej už stala skutočná pacientka. Doslova z nej vybuchli dôležité informácie. Začala žiť pre ďalšie sedenie. Terapia sa stala stredobodom jej života. Stále mi opakovala, aký som pre ňu dôležitý. A to od začiatku ubehli iba tri mesiace!

Či som nebol až príliš dôležitý? Pán doktor, terapeut na začiatku terapie nemôže byť nikdy príliš dôležitý. Ešte aj Freud sa pokúšal nahradiť psychoneurózu prenosovou neurózou – tak sa totiž dajú výborne ovládnuť deštruktívne symptómy.

Zdá sa, že vás to mátie. Vysvetlím vám to. Pacient sa upne na terapeuta, intenzívne sa zaoberá každým sedením, medzi sedeniami s ním v duchu absolvuje dlhé ‚rozhovory‘. Až napokon terapia ovládne symptómy. Inými slovami, symptómy už nie sú poháňané vnútornými neurotickými faktormi, ale fluktuujú v súlade s nárokmi terapeutického vzťahu.

Nie, ďakujem, viac kávy si už nedám, Ernest. Ale vy si nalejte. Smiem vás volať Ernest? Dobre. Takže, aby sme pokračovali, tento vývoj som využil. Urobil som, čo som mohol, aby som bol pre Belle čoraz dôležitejší. Ak mi položila nejakú otázku o mojom živote, odpovedal som na ňu. Podporoval som v nej to pozitívne. Vravel som jej, že je krásna inteligentná žena. To, čo sama sebe spôsobovala, sa mi protivilo, a na rovinu som jej to povedal. Nemusel som sa premáhať, hovoril som čistú pravdu.

Pýtali ste sa ma, akú techniku som použil. Najlepšie vám odpoviem asi takto: *Hovoril som jej pravdu*. Postupne som v jej fantáziách začal hrať čoraz významnejšiu úlohu. Snívala o nás dvoch – že sme jednoducho spolu, objímame sa, že s ňou hrám detské hry, že ju krmím. Raz si do ordinácie priniesla nádobku s želé dezertom a lyžičku a poprosila ma, aby som ju nakrmil. Na jej veľkú radosť som to aj urobil.

Znie to všetko nevinne, však? Ale ja som už na začiatku vedel, že nad nami visí tieň. Vedel som to vtedy, vedel som to, keď rozprávala, ako ju vzrušilo to krmenie. Vedel som to, keď sa mi zverila, že chce ísť na vodu, s kanoe, na dva či tri dni, na týždeň, aby mohla byť sama, vznášať sa na vode a oddávať sa snom o mne. Vedel som, že môj prístup je riskantný, ale zvažil som to. Mal som v úmysle vystupňovať pozitívny prenos, aby som ho potom mohol využiť v boji s jej sebadeštrukciou.

A po niekoľkých mesiacoch som bol pre ňu už taký dôležitý, že som sa mohol začať venovať jej patológii. Najskôr som sa zameral na otázky života a smrti: HIV, jej úlety v baroch, sexuálne služby pri dialniciach. Povieť vám, bolo to pre mňa rovnako ťažké ako pre ňu.

Už ste niekedy pracovali s pacientmi, ktorí čakajú na výsledky testov HIV? Nie? Nuž, Ernest, to obdobie čakania predstavuje príležitosť. Môžete počas neho odvieť dobrú prácu. Pacient sa na niekoľko dní ocitne zoči-voči vlastnej smrti, po prvý raz úplne reálnej. V tomto období mu môžete pomôcť preskúmať a nanovo usporiadať priority, založiť jeho život a správanie na tom, čo je naozaj dôležité. Občas tomu hovorím *existenciálna šoková terapia*. Ale u Belle to nefungovalo. Neotriaslo to ňou. Nič si nepripúšťala. Tak ako iní sebadeštrukční pacienti, Belle mala pocit, že v rukách iných sa jej nemôže nič stať – že ublížiť si môže len sama.

Rozprával som jej o HIV, o herpese – ani ten akoby zázrakom nedostala – a o zásadách bezpečného sexu. Radil som jej, že sú aj bezpečnejšie miesta, kde môže baliť mužov, ak už naozaj musí – tenisové kluby, rodičovské združenia, prednášky v kníhkupectvách. Belle bola neuveriteľne šikovná. Dokázala si dohodnúť schôdzku s úplne neznámym fešákom, občas pritom o pár metrov ďalej stála jeho nič netušiaci manželka. Musím sa priznať, že som jej to závidel. Väčšina žien si vôbec neuvedomuje, aké majú v tomto ohľade šťastie. Viete si predstaviť, že by také niečo robil muž, najmä hotový vrak, ako som ja?