

NADJA EBNER

*KAKO POKOPATI MAMO,
KI JE ŠE ŽIVA?*

Roman

Mami

ker si me rodila

ker si me ljubila

ker si me spustila

Sedim na sedežni v prijetni sobici. Nasproti mene sedi psihoterapevka. Ne morem verjeti, da sem tukaj. Ne morem verjeti, da sem tukaj šele zdaj. Ne vem več, zakaj sem mislila, da je to dobra ideja. Nelagodno se zvijem in kavč me potegne še nekoliko globlje vase. To ne bo šlo. Nočem poglobljanja. Odločno vdihnem in zravnam svojo hrbtenico. Mišice so napete, ampak vsaj čutim, da jih imam pod nadzorom. Zazrem se v terapevtkine oči. Samo gleda me. Zakaj nič ne reče?

»Pozdravljena. Kaj te je pripeljalo sem?«

»Amm.« Res, kaj me je pripeljalo sem? Zakaj sem sploh tukaj? Nič ni narobe z mano. Če si na terapiji, pomeni, da moraš nekaj popraviti, pozdraviti. Jaz pa sem v redu. Zakaj sem torej tukaj?

Verjetno vidi moj notranji monolog, ker me vpraša bolj natančno: »Zakaj si se odločila, da boš poskusila s terapijo?«

»Emm. Ne gre za to, da bi potrebovala terapijo, samo to je, da ne želim škodovati hčerki. Imam slab odnos s svojo mamo in ne želim imeti slabega odnosa s svojo hčerko. Toda imam občutek, da je vse nekako povezano.«

Terapevka mi spodbudno pokima. Premlada je. Zagotovo je premlada, da bi razumela problematiko medgeneracijskih transakcij.

»Mi lahko poveš kaj več o svojem odnosu z mamo?«

Kje začet? Ne vem, kako govoriti o njej, da ne bom izpadla grozna. Ne želim govoriti slabo o mami. Tako je, kot bi

govorila slabo o mati Terezi, Gandhiju ali papežu. V teoriji seveda lahko. Seveda se lahko o osebah in njihovih dejanjih govori, jih opredeljuje, razčlenjuje. Ampak, ali se lahko? Ali se spodobi? Ali je prav? Mogoče še bolje, občutek je tak, kot bi govorila slabo o Bogu. Kdo pa si ti, da si drzneš govoriti o stvarniku in vsemogočnem? Kaj si misliš, da si?

»Brala sem eno knjigo,« začnem. Spet mi spodbudno pokima. Spominja me na kužka, takšnega z velikimi očmi, mladega. Takšnega, ki še verjame, da si ti nekaj najboljšega, kar se mu je zgodilo. »To knjigo mi je priporočila kolegica že pred leti. Tudi ona je terapevtka, ampak v mojem odnosu je bila samo prijateljica, no, in ona mi je priporočila knjigo z groznim naslovom.« Terapevtka me gleda z zanimanjem in pričakovanjem. »Naslov je Strupeni starši. Takrat je še nisem mogla brati, ker me je odbijal naslov. Prijateljici sem pripovedovala o svoji mami, potem pa mi priporoči takšno knjigo. Mislim, da ni dobro razumela moje pripovedi, ali pa sem se jaz preveč dramatično izrazila, ker moja mama ni strupena. Že samo misel, da bi lahko dala skupaj svojo mamo in besedo strupena, me strese. No, potem pa sem pred kratkim v knjižnici spet naletela na to knjigo in sem si jo izposodila. Nisem je še veliko prebrala, še vedno sem na prvem poglavju, ampak me je pretreslo, kar sem prebrala.«

Terapevtka me gleda. Njene oči pravijo: 'Kaj si prebrala? Zanima me, ti me zanimaš, vsa moja pozornost je stoprocentno na tebi.' Čuden občutek je. Mogoče tudi prijeten. Nisem prepričana. »Pisalo je o mitu starševstva in o tem, kako smo naučeni, da ne smemo govoriti slabo o svojih starših. Kako se lahko ujamemo v neskončen cikel opravičevanja njihovih dejanj, v smislu, to in to je naredil, ampak ni slab človek, to je naredil samo zato, ker to in to in to. Po eni strani, kot

otroci svojih staršev, potrebujemo prepričanje, da so naši starši dobri, po drugi strani pa ne vemo, kaj naj z njihovimi dejanji, ki zelo očitno niso dobra in bolijo. Kar naredimo, je, da jih prevzamemo nase. Mi nismo dovolj dobri. V smislu: oče me ne bi pretepel, če bi bil jaz bolj priden. Ko sem brala primere v tej knjigi, na kakšne načine se ljudje slepijo, ko gre za njihove starše, in vse slabo jemljejo nase, me je pretreslo. Sem tudi jaz takšna? Tudi jaz to počnem?»

»Povej mi kaj o svoji mami.«

»Moja mama je čudovita,« takoj odgovorim in se ustavim. Iz grla se mi izvije posmehljiv prh. »Evo, o tem govorim! Pa nisem namenoma tako začela, ampak res že vse življenje verjamem, da je moja mama najboljša mama na svetu. Ampak, zakaj potem ne moreva imeti dobrega odnosa? Če je ona najboljša, potem je problem v meni. Zaradi mene ne moreva imeti dobrega odnosa in zdaj bom zasrala še odnos s svojo hčerko, ker sem grozna.« Globoko vdihnem. Mislim, da sem preveč povzdignila glas. Roke se mi tresejo. Stisnem jih v pest, da bi jih umirila.

»Okej. Zapri oči,« mi nežno reče terapeutka. Ubogam jo. Ne, ker bi želela mižati, ampak ker me je tako nežno prosila. »Kaj čutiš v svojem telesu?«

Z zaprtimi očmi se zazrem vase. Čutim, da še vedno stiskam pesti. Mišice so napete, v želodcu imam kepo, grlo mi stiska, kot da bi nevidna roka zahtevala, naj bom tiho. Povem ji vse to.

»Zelo dobro znaš začutiti svoje telo,« mi reče. Počutim se neumno, ker mi njene besede tako laskajo. Božajo me in mi je prijetno. »Če se osredotočiš na grlo, kakšen je občutek tam?«

Še vedno imam zaprte oči. Čutim, kako mi začne telo drhteti. Nenadzorljivo drhteti. V grlu me še bolj stisne.

»Boli me. Duši me.«

»Kaj bi pomagalo grlu? Kaj želi sporočiti?«

»Želim govoriti!« Občutek imam, kot da je to dejansko izreklo grlo in ne jaz. Glas, ki se je oglasil, je bil grlen in globlji. Presenečena sem. Je tako izgledalo izganjanje hudiča v starih časih?

»Kaj želi grlo povedati?«

»Ne smem govoriti.«

»Ostani nekaj trenutkov z grlom in samo dihaj.«

Spet zaprem oči, ker sem malo prej, ko je grlo-jaz spregovorilo, presenečena pogledala terapevtko. Diham. V daljavi slišim besede o varnosti in sprejemanju. Tukaj je varno. Vdih, izdih. Čutim cmok, ki biva v mojem grlu. Opažam, da so se mi začele mišice telesa sproščati. Diham. Terapevтка je tiho in mi daje čas, drži mi prostor.

»Kaj če spregovorim in se sesujem? Kaj če, ko enkrat odprem ta jez, voda preplavi vse, vse podre in ostane samo še lužica? Kaj če se izgubim? Kaj če se stopim?«

Terapevтка mi nekaj odgovarja, a jo slišim v daljavi.

»Bojim se, da bom ostala ujeta v negativnih občutenjih.«

»Šli bova počasi.«

Nimam več varnostne mreže. Moje telo želi spregovoriti. Buta ob stene mojega telesa. Želi ven. Tako me je strah. Kaj če vse uničim?

»Šli bova počasi,« ponovi terapevтка.



Terapija se je zaključila skoraj kot vodena meditacija. Terapevтка je nežno govorila, jaz sem mižala in po njenih navodilih poskušala začutiti svoje telo ter ga sprostiti. Umiriti svoj srčni utrip. Zdaj, ko pomislim nazaj, mi ni všeč. Ni mi všeč, da sem tako hitro, tako enostavno ušla sama

sebi z vajeti. Je to mišljeno, da se zgodi na psihoterapiji? Nisem si tako predstavljala. Mislila sem, da bo temeljilo na razumskem pogovoru. Da bom jaz govorila, terapevtka pa se bo na povedano primerno odzivala. Toda to, kar sem doživela, ni bilo podobno temu. Bila sem kot majhen, histeričen otrok. Izven nadzora. Tako ne bo šlo. Mogoče nisem izbrala prave terapevtke. A kaj, ko so terapevti polno zasedeni. Nekaj očitno mora biti na njihovi dejavnosti, da so ljudje tako zagrabili. Toda ne smem pozabiti, da sem izbrala terapevtko, ki je na začetku njene prakse, ravno zato, ker ne potrebujem izkušenega terapevta, saj vendar nimam resnih težav. Nimam travm, ki bi jih morala razrešiti, gre samo za majhne vsakdanje težave z odnosi. S tem bi bilo res škoda obremenjevati izkušene terapevte in krasti mesto ljudem, ki pomoč resnično potrebujejo. Jaz potrebujem le pogovor. Ali pa nasvet. Strategijo, kako se rešiti iz tega začaranega kroga, v katerem sem tako jezna na mamo, da nekaj časa sploh ne morem biti v stiku z njo. Sčasoma popustim in jo pokličem, a me spet tako vznemolji, da jo blokiram na telefonu. Obremenjuje me to. Nervozna sem. Zaradi te nervoze trpi tako moj odnos s hčerko, kot tudi moje delo v službi. Nič, bom poskusila znova. Naslednji teden bom šla spet na terapijo kot dogovorjeno, toda tokrat se bom bolj nadzorovala. Res ne vem, kaj mi je bilo nazadnje.



»Lep pozdrav! Kako si danes?« me terapevtka navdušeno pozdravi.

»Dobro,« zadržano odgovorim.

»Bi čaj, kavo?«

»Čaj, prosim.«