

Ne tikai sihopāti ir pasaules dzinulis

Ar psihoterapeitu **VIESTURU RUDŽĪTI** sarunājas
GUNDEGA BIČEVSKA, OSKARS VIZBULIS un IVARS ĀBOLIŅŠ
Foto REINIS HOFMANIS (f64)
Video EDGARS GALZONS

Viesturs Rudžītis. Psihoterapeits, kurš raksta grāmatas. Viņš godīgi atzīstas, ka, izvēloties strādāt šajā ar psihi saistītajā jomā, nozīme bija iespējai nopelnīt. Un — kā jau visi šodien — arī viņš saka, ka strādā par daudz. Tiesa, tas viņam neliedz būt par vienu no ievērojamākiem Latvijas psihoterapeitiem, kura devumu pa īstam spēsīm novērtēt tikai pēc vairākiem gadiem. Rudžīša tagadnes, latviskuma un vīrieša lomas interpretācija reizēm ir kā smalks skalpelis, kas uzšķērš pēc rīta čībām un siltuma alkstošo sabiedrību. Taču laiks kļūt pieaugušiem! Un krīze, pēc Rudžīša teiktā, liks vīrietim satikties pašam ar sevi, ieraudzīt savu sievišķo daļu, jūtīgumu un intuīciju. Un sākt risināt jautājumu — ko nozīmē dzīvot? Jo, ko nozīmē strādāt, to latvieši ļoti labi zina līdz pat kaulu smadzenēm.

Par psihoterapeitiem zināmi daudzi mīti. Arī mēs, braucot uz interviju, spriedām, vai spēsiet no pirmā acu skata noteikt mūsu bērnības traumas.

— Ir jābūt kādai motivācijai, lai skatītos uz cilvēku un domātu — *velns, kāda viņam bērnība bijusi...* Bet man ir slinkums to darīt. Arī grāvracis, ieraudzījis slikti iztīrītu grāvi, uzreiz neķersies pie lāpstas.

— Mēdz būt tā, ka nesaprotat, par ko klients runā?

— Tiem cilvēkiem, kuri pie manis atnākuši šodien, ir laimējies vairāk nekā tiem, kuri atnāca pirms desmit gadiem. Bet vai kāds ir gatavs gaidīt desmit gadu, kad būšu kļuvis vēl gudrāks? Psihoterapija ir nepārtraukts mācīšanās process — gan klientam, gan terapeitam. Tā, protams, ir daudzās profesijās, it sevišķi

radošajās, bet manējā ir īpaša ar to, ka atrodas krustcelēs, — te saduras medicīna, māksla, kultūra, psiholoģijas, sociālā joma, teoloģija.

— Kāds psihoterapeits sāka interesēties par *skinhead* kultūru, jo to pārstāvēja kāds no viņa jaunažiem klientiem. Ir bijis tā, ka jums nav saprotama vide, no kuras nāk jūsu klients?

— Protams! Iedomājieties, ka pie jums atnāk pacients, kurš sirgst ar koprofāģiju, uzliek uz šķīvīša savus izkārnījumus un ēd.

— Tas nav tikai filmās?

— Tā ir realitāte. Nesen runāju ar vienu kolēģi no Zviedrijas, kuram bijis šāds klients. Protams, ir lietas, kas mūs arī personīgi motivē rakt dziļāk, izzināt, saprast. Lai varētu klientu pieņemt, ir svarīgi kaut kādā ziņā ar viņu identificēties. Kā indiāņi saka — iekāpt otra mokašinos. Tikai tad vari sākt ar viņu sarunāties. Savulaik mani ļoti interesēja pusaudžu lietas,

bet tagad, ja atnāk kāds pusaudzis ar tām problēmām, iekšēji nopūšos.

— **KLUBS** reiz nejauši dzirdēja sarunu, kurā kāds sašutis stāstīja: “Kas tad tas par mācītāju, ja viņa draudzē jau divi pakarušies?” Vai šādus pārmetumus var adresēt arī psihoterapeitiem?

— Nevienš mācītājs vai psihoterapeits neatbild par to, ko izdara pieaudzis, pieskaitāms cilvēks. Citāda atbildība ir tiem, kuri strādā ar bērniem.

Jebkurā gadījumā mēs nevaram analizēt nākotni, to varam darīt tikai ar pagātni, tādā veidā cerot iegūt labāku nākotni, bet par to, protams, nav nekādu garantiju.

— Vai varam analizēt arī mūsu nācijas psiholoģiju? Valsts ekonomiskā krīze atkal liek domāt, ka atsīsties pret grābekli — tas mums ir tipiski.

K rīze ir ļoti nepieciešama, jo tā ir iespēja no ārējā pārslēgties uz iekšējo.

No pelnišanas uz dzīvošanu.

– Ja skatāties uz čigāniem, droši varam teikt, ka tā ir ļoti īpatnēja tauta, kam ir ļoti skaidras atšķirības. Un, ja tas ir tā, kāpēc nevaram runāt par latviskām atšķirībām? Kultūru salīdzināšana ir ārkārtīgi svarīga.

– **Kāds ir latviešu vīrietis?**

Ja trīs latvieši sēž pie upes un makšķerē, tad katrs pie sevis domā, ka viņa upe nav tā, pie kuras sēž pārējie divi.

Respektīvi, latvietis domā, ka viņam pieder kaut kas norobežots un individuāls. Latvietis nevar saprast, ka tās zivis, kas ir te, var arī nokļūt tur, kur tiek labāk barotas. Latviešiem nav sistēmiskas pieejas lietām. Mēs ticam, ka viss atrisināsies tikai tad, ja kādu uzvarēsim. Latvietis tic – ja man ir smukāka meitene blakus un labāka mašīna pie sāniem, tad viss kārtībā.

– **To jau redzējām iepriekšējos gados, kad strauji uzplauka patērētāju kults.**

– Tas ir mūsu attīstības periods. Tas ir stāsts par tēva nogalināšanu. Arī sociālisma ideoloģijā pats galvenais ir nogalināt tēvu, radīt jaunu kultūru, kas būs dēla kultūra. Bet tajā brīdī, kad esi kļuvis pārāks par tēvu, sāk trīcēt rokas un parādās nepieskaitāma uzvedība, jo cilvēks zina, ka kāds jau elpo pakausi un tūlīt viņu nogalinās. Mūsu kultūrā uz konkurenci balstās viss progress. Bet tas nav normāli!

– **Tas ir arī stāsts par to, ka vispirms pie-lūdzam Šķēli vai Repši, bet pēc laika visi tautas tēvi tāpat tiek gāzti?**

– Arī. Repše ir tipisks titāns. Par Šķēli mēs to nezinām. Viņš sevi ir parādījis kā ļoti ti-tānisku personu, bet viņš tomēr ir arī sistē-misks cilvēks. Mēs nezinām, cik lielā mērā viņa publiskais tēls atbilst personas potenciālam. Ja stāvi piramīdas augšgalā, tu jau kļūsti par tēlu, lai gan tavs potenciāls var būt pavisam cits.

– **Kur šai gadījumā ir tā māte, no kuras netiekam vaļā?**

– Spēju zāles, alkohols. Māte ir viss tas, no kā kautrējami, baidāties. Tā ir drošība, mīkstās čības un garantijas.

– **Kādam jābūt nākamajam Latvijas poli-tiskajam līderim, lai tauta viņu akceptētu?**

– To mēs redzēsim. Pēc tā, kādi līderi parā-dīsies, varēsim secināt, kādi mēs paši esam.

– **Un kādi, jūsuprāt, parādīsies?**

– Ja mēs būtu 70 miljonu tauta, tad būtu ļoti, ļoti, ļoti briesmīgi, tad būtu ziepes.

– **Kāpēc ziepes?**

– Ja mēs būtu liela tauta, tad Eiropai diktē-tu savus noteikumus. Arī poļiem tagad parādās dažādi jocīgi tipi, bet viņi to var atļauties. Pie mums tādi nevar izspiesties. No vienas puses, mēs tādēļ iegūstam drošību, no otras – mēs īsti nevaram iziet smagos attīstības scenāri-jus, lai varētu progresēt. Caur to, ka vāciešiem bija Hitlers, viņiem nācās daudz ko iemācīties. Uzņemties milzīgu atbildību, gūt zināšanas. Tas attiecas uz jebkuru jomu – kultūru, eko-nomiku, cilvēktiesībām. Tāpēc arī mēs varam daudz bezatbildīgāk izturēties. Būt puiciski. Ja sāksim taisīt lielas ziepes, mūs jau apturēs.

– **Kā ārējie procesi ietekmē to, kas notiek cilvēka psihē? Ja skatāties uz šodienas Latviju – lietas neiet tā, kā gribētos, bet varbūt tas ir īstais laiks, lai attīstītu savu personību?**

– Pamatlīkums ir tāds, ka ar ieguvumiem mēs apmaksājam līdzšinējos sasniegumus. Kaut ko mainām tikai tad, kad esam zaudējuši. Respektīvi, krīze ir ļoti nepieciešama, jo tā ir iespēja no objektīvā pārslēgties uz subjektīvo. No ārējā uz iekšējo. No pelnīšanas uz dzīvo-

šanu. Ar domu – savu esmu sapelnījis, tagad man jāiemācās dzīvot. Tāpēc, ka man saviem bērniem jāspēj dod sajūta, ka dzīvot ir vērts.

– **Kas notiks ar to vīrieti, kurš pēdējos gados ir smagi strādājis, pelnījis naudu, mācījies tikt galā ar stresu un mēdžēt laiku, bet tagad viņš izkrit no aprītes, sēž mājās un domā, ka tā ir grimšana.**

– Līdz tam viņš ir attīstījies tikai vienā lomā. Viņš ir attīstījis savu vadītāja vai biz-nesmeņa lomu, bet personiski ar viņu nekas būtisks nav noticis.

– **Varbūt krīze ir izaicinājums vīrišķībai – kā es tikšu cauri, kā izvedīšu ģimeni?**

– Noteikti. Un tas ir svarīgākais. Kā es saku – daudzi vīrieši Latvijā ir *atsaldēti*. Viņi neko nezina par savu iekšējo pasauli. Viņiem šķiet, ka viss ir tikai objektīvs. Kaut kas, ko var izmērīt, saskaitīt, sataustīt. Un it kā tas, kas notiek cilvēka iekšienē, nebūtu nekas reāls. Būtībā šī krīze izdara to, kas katram vīrietim ir ārkārtīgi vajadzīgs. Tā liek satikties pašam ar sevi, ieraudzīt savu sievišķo daļu, savu jūtīgu-mu un intuīciju. Un sākt risināt jautājumu – ko nozīmē dzīvot? Ko nozīmē strādāt, to jau lat-vieši ļoti labi zina. Dzīve nav tikai strādāšanai, bet to cilvēks līdz četrdesmit gadiem nesaprot. Kad dēls nonāk krīzē, viņš ierauga – tagad ar mani notiek tieši tas, kas notika ar manu tēvu, un es varu paskatīties, ko viņš darīja: nodzē-rās, pakārās, ieskrēja kokā vai mainīja sievas.

– **Parasti bērni iet tajās pašās pēdās?**

– Ja tēvam ir bijis ļoti veiksmīgs risinājums, tas automātiski integrējas, bērni to neuzska-ta par kaut ko tādu, par ko būtu jārunā. Tas ir pats par sevi saprotams. Bet, ja ir bijis neveiks-mīgs risinājums, tad viņi meklē jaunus ceļus.

– **Pastāv stereotips – mēs esam nabadzī-ga, bet ārkārtīgi garīga tauta. Bet, ja dzīvo-sim kūti, kas tad būs tai galvā?**

– Mēs jau paši esam ļoti ieinteresēti ticēt tam mītam. Biju kādā seminārā par Raini. Es vispār uz Raini skatos ļoti mitoloģiski... Bet šai seminārā izskanēja doma – kāpēc jārunā par grieķiem, ja mums pašiem ir tik sena kul-tūra? Saku – jā, bet tā diemžēl ir ļoti primitī-va. Aptuveni tajā līmenī, kas grieķiem ir pats zemākais. Cik sen mēs vispār esam Latvijā? Senākie baltu apbedījumi, ja nemaldos, ir čet-rus gadus tūkstošus veci. Tas ir Vecās Derības rašanās laiks. Tas nekas nav! Pēdējais ledus laikmets beidzās pirms 45 tūkstošiem gadu. Tas nav nekas cilvēces un psihs attīstībai. Kāpēc mums ir jāskatās tikai uz to līmeni, kas tagad ir pazīstams latviešu valodā, kāpēc ne-varam paskatīties arī uz to, kur grieķi spējuši tikt daudz tālāk?

– **Jūs minējāt, ka vīrietis, lietojot alko-holu vai spēlējot azartspēles, psiholoģiski meklē patvērumu pie mātes. Ja iedomāja-mies, ka šo izklaides veidu nebūtu, kā cil-vēks realizētu savu vajadzību?**

– Sievietes priekšrocība šai ziņā ir tā, ka viņai nav jāiet ārpus mājas. Profesionālas lo-mas visas ir vīrieša lomas. Kad ej pelnīt naudu, tu esi vīrietis. Bet sievietei nav jāiet pelnīt nauda, viņai ir jāgaida, kad vīrietis atnesīs re-sursus no ārpusēs. Sievietes atbildība ir tā, lai attīstītu mājas resursus. Lai audzinātu bērnus, sakārtotu māju, lai izmantotu iekšējos resur-sus. Līdz ar to sieviete var teikt tā – viss, kas man dod drošību, ir tepat. Tāpēc sievietēm tik bieži neizveidojās alkohola un azartspēļu atkarības, bet sievietēm izveidojas attiecību atkarības – no bērniem, vecākiem, no tiem, kas maļas pa māju. Tāpēc arī sievietēs attīstās

līdzatkarība jeb atkarība no tā, ka kāds ir atka-rīgs. Toties vīrietim, kas iet ārpus mājas, jastā-jas pretī aukstumam un briesmām.

Viņa uzdevums ir atnest mājās mamutu, gūt atzinību par to, ko viņš ir izdarījis. Bet kā, ejot prom no mājas, lai paņem līdzī droši-bu? Teiksim, alkohols ir ļoti ērts kā drošības līdzeklis. It īpaši jauniem vīriešiem tas ir ļoti svarīgi. Vakar tu biji pie mammas, un šodien tev jāiet mamutu medīt. Tā nemēdz būt, ka esi uzreiz gatavs. Vīrietim jaunības periods vispār ir tāds, kurā mācies iztikt bez mammas. Tai pe-riodā vīrietis uz savu sievu projicē to, ko bija gaidījis no mammas.

– **Ja runājam par vīrieša lomu, šodien to mamutu itin veiksmīgi spēj nometīt arī sievie-te. Vīrietis jūtas apjucis, nākotnē viņš labākajā gadījumā būs noderīgs kā spermas donors.**

– Tas jautājums vienmēr ir pastāvējis – vai es esmu pietiekami vērtīgs? Vai esmu vajadzīgs sievietei? Ko varu dot ģimenei? Šāds izaicinā-jums vienmēr ir bijis. Matriarhālie pirmsākumi bija tādi, ka vīrietis vispār nevarēja zināt, ka viņš ir tēvs, ka viņam ir ģimenes tiesības. Viņa identitāte un tiesības izrietēja no tā, vai viņš kaut ko atnes vai neatnes. Tā ir bijis vienmēr. Un, ja viņš neatnesa, sieviete vai nu pati kaut ko atnesa, vai arī visbiežāk nokārtoja tā, ka ir kāds cits atnesējs.

Bet ko mēs pirms tam runājam – ir ļoti sva-rīgi, lai vīrietis satiktos ar savu sievišķo daļu. Respektīvi, ka tu esi vērtīgs ne tikai kā mamu-ta nesējs, bet vispār kā cilvēks, kam ir vēstu-re, zemapziņa, jūtas un attīstības potenciāls, kas pastāv neatkarīgi no sievietes. Tā ir ideja par brāļu draudzēm, mūku ordeniem, ko vieno galvenais princips – neviena sieviete neienāks starp mums. Ir tik svarīgi, lai mēs, vīrieši, paši varam attīstīties. Sievietēm ir līdzīgi. Nesēdīet mājās! Ja paliksiēt mājās, attīstīsiet to, kas ir mātes loma, bet, ja sieviete iziet pasaulē un pati kaut ko atnes mājās, tas ir kaut kas ļoti svarīgs viņas personiskajai attīstībai.

Arī vīrietim ir būtiski zināt – ja būšu krīzē, es tik ļoti neriskēju, ka sieva atradīs citu, lai būtu ko ēst.

– **Vai psihoterapija var palīdzēt ieskatī-ties sev acīs un sameklēt to sievišķo pusī?**

– Psihoterapija viena pati to nevar. Ir vāja-dzīga krīze.

– **Un, kad ir krīze, viņš dodas pie psiho-terapeita?**

– Tieši tā. Citādi viņš neiet. Pie psihotera-peita var iet tikai tad, kad viņš ir riktīgi *no-maucies*.

– **Aiziet pie psihoterapeita – tā tomēr ir uzdrošināšanās, jo iekšēji var šķist: es taču esmu vecis, ko es tur iešu meklēt palīdzību.**

– Ja vīrietis nav krīzē, viņš nesaprot, kas ir psihoterapija. Teiksim, tādām vīrietis, kuram ir trīsdesmit pieci gadi, kuram līdz šim viss ir gā-jis tikai uz augšu, jautā: “Ko tu domā par psi-hoterapiju?” Viņš teiks: “Kas tie par suņa mur-giem?” Viņš saprot, kas ir izglītība, bet, kas ir psihoterapija, viņš nevar saprast. Jūs varat pie-rakstīt pilnu žurnālu, viņš to neuztvers. Bet tajā brīdī, kad *dabūs aknās*, sāks sajust, ka ar viņu kaut kas notiek. Un tad būs – oi, oi, te tagad ir kaut kas tāds, par ko līdz šim neesmu domājis... Tad viņš ir gatavs nākt pie psihoterapeita.

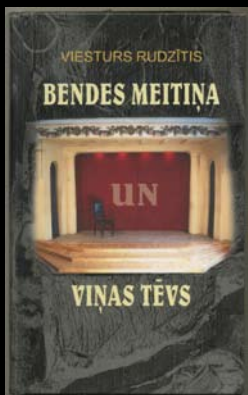
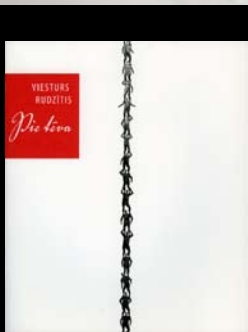
– **Vai no jūsu teiktā var secināt, ka grū-tākie klienti ir vīrieši, jo viņi ir skeptiskāki un nāk tikai tad, kad ūdens smeļas mutē?**

– Ar sievietēm ir tieši tāpat. Sievietes bieži vien atnāk un saka: “Viestur, bet vai tad vī-riešiem nav jābūt tādiem un tādiem?” Saku:

atvijā daudzi vīrieši ir *atsaldēti*. Viņi neko nezina par savu iekšējo pasauli.



Acis ir smadzeņu daļa, kas izvirkzījušās virs ādas kopā ar to apkalpojošo asinsrites un limfātisko sistēmu, tādēļ tās ir dvēseles spogulis gluži burtiski. Ja acis ir sapampušas, piemēram, tad tādas ir arī smadzenes. Ir milzums objektivizējamas informācijas, ko var iegūt no acīm, bet par to labāk runāt ar kādu, kas praktizē NLP (neirolingvistisko programmēšanu). Man svarīgi, ka satiekoties ar acīm mēs izveidojam kopēju psihisku teritoriju, radām kaut ko jaunu, nebijušu. Varētu teikt arī – bērnu.



“Izrādās, tas, ko rakstu, tomēr ir vajadzīgs arī citiem, nevis tikai man pašam,” par savu pēdējo grāmatu *Pie tēva* izsakās tās autors. “Šķita – 18 latu nav maz, lai gan, no otras puses, kas ir 18 latī? Pusbāka degvielas... Mašīnu taču pilnas ielas, lai gan esot krīze. Kad redzi – trijos mēnešos pustrīža ir prom, tas spārno.” Uzmundrinot tos intelektuāla produkta radītājus, kuriem joprojām šķiet, ka viņu darbs nekad netiks novērtēts un apmaksāts atšķirībā no “tiem, kas biznesā”, Rudzītis uzskata, ka tie, kas biznesā, kā svaiga gaīsa plūsmu gaida kaut ko, kas nav pelņas un zaudējumu aprēķins, naudas plūsma, atbilstoša advokāta meklējumi utt. “Bet viņi gaida, lai viņiem šo produktu piedāvātu ar pascieņu...”

“Vīrieši mēdz būt dažādi. Viņi mēdz arī iekrist krīzēs un dzert.” Viņa atkal: “Bet viņi taču nedrīkstētu dzert!” Ja vīrietis dzer, tas nozīmē, ka ar viņu kaut kas notiek.

Ja mēģināsi tagad ar viņu manipulēt, tad neko neizdarīsi ar sevi. Izveido robežu ar dzerušo vīru! Kad ir mēris, mēs izsludinām karantīnu un bīstamo zonu izolējam. Attīsti pati sevi! Tas ir tavs izaicinājums. “Jā, bet es nekā nevaru...” Nu, labi, tas nozīmē, ka tu paņemsi nākamo vīrieti, kas šobrīd ir vēl dēls, un audzināsi viņu par lielu vīru, bet tad, kad būsi viņu izaudzīnājusi, viņš piedzīvos krīzi un tu atkal būsi tai pašā punktā. Tās ir sievietes, kuras nepakļaujas ne terapijai, ne saviem personiskajiem izaicinājumiem attīstīt savu vīrišķo daļu.

– **Kas ir psihoterapija?**

Tā ir palīdzība sevis meklējumos, sava ceļa meklējumos. Ceļš ir tas, kas ved pie Dieva, bet Dievs ir tas, kas ir spontānais, kas ir cilvēks savā visradošākajā stāvoklī. Psihoterapija ir atbalsts ceļā pie tēva.

– **Bet krīzes jau piemeklē visu mūžu. Vai tas, ka ar psihoterapijas palīdzību ir izevies krīzi uzveikt vienreiz, ļauj cerēt, ka nākamreiz pats tiksī galā?**

– Ir visādas krīzes. Ir pubertātes krīze, tad ir četrdesmitgadnieku krīzes, kas ļoti atšķiras sievietēm un vīriešiem, un tad ir tādas krīzes, par kurām zinu tikai no teorijas, bet sevī to vēl nejūtu. Katra krīze nāk ar kādas likumsakarības klātbūtni. Bet kopējais visām ir tas, ka krīze tev liek pārslēgt savu enerģiju citā virzienā.

– **Savulaik iniciācijas rituāls bija kā pēdējais sāpīgais eksāmens. Ja to izturi, esi ieskaitīts vīrieša kārtā, ja ne, tad visu mūžu gani lopus. Kas mūsdienu sabiedrībā varētu būt šis iniciācijas rituāls?**

– Armijā, cietumā, komunistiskajā partijā tas bija ļoti skaidri redzams. Katrā ziņā ir ārkārtīgi svarīgi, lai šie rituāli būtu. Lai pastāv tā atšķirība – kad vēl esi puika un kad vīrietis. Mums īsti nav šī iniciācijas rituāla. Un tad var būt tā, ka tev jau ir trīsdesmit gadi, bet tu vēl neesi īsti pārliecināts – esi vai neesi vīrietis.

– **Jūs esat vīrietis?**

– Labs jautājums. Man nav diploma. Nevienš to nav atzinis.

– **Ko saka iekšējās sajūtas?**

Septiņpadsmit gadus vecam puikam arī var būt tāda pati sajūta, ka viņš jau ir vīrietis. Šis ir ļoti svarīgs jautājums – kurš ir vīrietis? Cik lielā mērā varam būt droši, ka esam vīrieši.

– **Vienubrīd Latvijā bija laiks, kad par bankas prezidentu varēja kļūt divdesmit piecus gadus vecs vīrietis. Vai tas ir adekvāti?**

– Mēdz būt cilvēki, kuri ir harmoniski attīstīti. Viņiem visas lomas ir apmēram vienādā līmenī attīstītas, bet ir cilvēki, kuriem viena loma ir ārkārtīgi attīstīta, bet cita – pilnīgi neattīstīta. Tādas disharmoniskas personības, teiksim, kā Bobijs Fišers. Absolūts šaha ģenijs, kurš nav beidzis pat vidusskolu. Tā var būt – kaut kādā jomā esi ģenijs, bet pilnīgs analfabēts personiskajās attiecībās.

– **Ja latvieši ir kolektīva tauta, tad varbūt vīrietis ir tas, ko nosaka kolektīvs?**

Tas kolektīvs pulcējas ap māti. Vīrieši sākas ar to, ka pasaka “nē” savai mātei. Kad pamet mājas un aiziet bīstamajā zonā. Tas būtu apstāvēti tā, ka šodien strādā bankā, esi nodrošināts un drošs par rītdienu. Ja turēties pie bankas, tev karjera būs iezīmēta. Bet pamēģini iziet no šīs mātes zonas un izveido savu uzņēmumu. To tas nozīmē. Aizej no drošības uz plīku vietu.

– **Savās intervijās esat atzinis, ka ir bijuši klienti, no kuriem esat kaut ko arī mācīties. Piemēram, ko?**

– Mātes un meitas lomas – tā ir matriarhalā ass, ap ko vispār sākusies griezties civilizācija. Manā terapijā domāšanā tas bija ārkārtīgi revolucionārs atklājums. Tad, kad ieraudzīju, ka Rainim ir ļoti daudz kas līdzīgs ar Hitleru un Salvadoru Dalī, man daudz kas atklājās.

– **Kāds ir šis cilvēku tips, ko jūs minat – Hitlers, Rainis, Dalī?**

– Viņus vieno nāve. Dalī piedzima sievietei, kura tikko jau bija apglabājusi vienu dēlu. Turklāt otro dēlu viņa nosauca tieši tāpat kā mirušo. Salvadors

uzauga mātes ēnā, un tas noteica to, ka viņa dēla loma bija galīgi neattīstīta.

Bet, runājot par Raini, viņa mīļākais darbs ir *Zelta zirgs*. Kas ir viņa aizmigusī princese? Tā

ir māte, kura ir sasalusi, kad ir nomiruši bērni. Abi Raiņa vecākie brāļi bija miruši. Viņi abi nomira tai gadā, kad dzima Rainis. Kas notiek ar sievieti, kad notiek kaut kas tāds? Viņa sastingst. Viņa nav spējīga piesaistīties vēl vienam bērnam.

To pašu var teikt par Hitleru, Staļinu un Ļeņinu.

Viņus visus ir ieskāvis nāves loks.

– **Bet šie apstākļi visiem minētajiem lika tiekties uz priekšu. Ja traģisko notikumu nebūtu, viņiem arī nebūtu tāda dzinūļa.**

– Šai gadījumā viņiem dzinulis bija tāds kā Raiņa Antiņam – kāpt stikla kalnā un atmodināt to princesi.

– **Vai vispārīgi varam secināt, ka tikai šādi cilvēki virza pasauli?**

– Jā, psihopāti ir pasaules dzinulis. Jo harmoniskāka personība, jo mazāka motivācija taisīt revolūciju.

Bet nāve vispār ir ārkārtīgi maz izzināts fenomēns.

– **Tuvinieku nāve izraisa arī milzīgu stresu.**

– Stress ir jūtu miskaste. Par stresu varētu runāt daudz, bet, kas attiecas uz nāvi, tur dominē trīs galvenās sajūtas – tukšums, bailes un dusmas.

Piemēram, kad cilvēks iet spēlēt azartspēles, viņš saplūst ar visiem kairinājumiem. Tad viņam kaut ko atskaita, un viņš iziet ārā. Taču, ejot laukā, viņš aiznes sev līdzī tukšumu. Tā spēle paliek tur, bet, ejot mājās, viņš jau domā, kā lai to tukšumu samazina, kā lai tiek atpakaļ spēlē. Nāve ir kaut kas ļoti līdzīgs. Tuvs cilvēks, kurš nomirst, atstāj milzīgu tukšumu. Ļoti daudz kas mūsu kultūrā ir tāds, ko var izskaidrot tikai ar šo fenomenu, – cilvēki, kuri ir zaudējuši un kuriem nāve staigā līdzī.

– **Kā lai tiek galā ar nāves sekām? Jūs pats esat mājas īpašnieks un labi zināt, cik bieži ir jāizkar valsts karogs ar sēru lenti. Tā nemītīgā sērošana, kapu kultūra nāves stāigāšanu pakal vēl vairāk pastiprina.**

– Jā, mums ir ļoti daudz nāves. Kā Hitlera gadījumā – par mirušo māti ir jāmaksā miljoniem. Bet sērošana ir kaut kas, kas ir svarīgs. Taču ir būtiski novilkt robežas. Teiksim, kā preiztīcīgo kultūrā četrdesmit dienas. Tai laikā sēro, bet pēc tam sākas jauns posms. Psihē jau nepastāv tādas robežas, bet tomēr kaut kādu disciplīnu tas rada.

– **Bet mums sēras ir regulāri, pa vidu vēl kapu svētki, sveču vakars.**

– Tas ir tāds spiediens – būsim upuri. Nekad neiziesim no drāmas trīsstūra. Vienmēr kāds ir vainīgs un kāds varēja mūs izglābt. Varbūt kāds mūs izglābs, bet, ja neizglābs, tad arī viņš būs vainīgs.

– **Ja cilvēkam ir tukšuma sajūta, viņš meklē, kā to piepildīt. Psihoterapeita pakalpojumi ir salīdzinoši dārgi, turklāt tas prasa laiku un darbu ar sevi. Viegāk taču iedzert antidepressantu vai aiziet pie dziednieka. Daži, piemēram, iekļūst kādā sektā. Vai tas ir vēl lielākas auzas?**

– Cilvēkam droši vien simts reizes ir jāuzkāpj uz dažādu modifikāciju grābekļiem, lai nonāktu pie secinājuma, ka visam ir kaut kas kopējs. Starp psihoterapeitiem ir tādi, kas uztraucas, vai visi esam tīri, vai ir sertifikācija, kvalifikācija un tamlīdzīgi. Mani tas garlaiko, es to nevaru paciest. Domāju, klientam ir tiesības izvēlēties, pie kā iet. Redzot, ka klients iet pie pūšlotāja, kuriem neprasa nekādus sertifikātus, man šķiet, ka psihoterapeitiem nevajag iejaukties.

– **Kāda ir atšķirība starp pacientu un**

klientu? Vai pacients ir tad, kad strādājat, bet klients, kad runa ir par honorāru?

– Man labāk patik vārds klients, jo pacients vairāk ir no vārda ciest. Psihoterapijā man nav vajadzīgs slimības koncepts. Slimības koncepts ienes to, ka neesam līdzvērtīgi, bet man ir svarīgs līdzvērtīguma princips. Proti, ka mēs esam divi pieauguši cilvēki, kuri sadarbojas.

– **Klienti jums uzdod arī personīgas dabas jautājumus?**

– Klients var uzdot jautājumus, bet es neiesaistos kontraktos, kas skar manu personīgo dzīvi. Psihoterapija nav apmācība pareizā dzīvošanā. Vērtīgākais ir tas, kas notiek attiecībās starp mums – klientu un psihoterapeitu. Svarīgi, lai klients atnāk pie manis tāds, kāds viņš ir. Ja viņš jūtas nedrošs un viņam ir ticība, ka ar naudas palīdzību var iegūt drošību, viņš man saistībā ar to var uzdot kādus jautājumus – vai daudz nopelnu, vai zinu, kā ir, kad nav, ko ēst. Šai gadījumā nav svarīga mana atbilde. Būtiski, kā klients attiecas pret savu problēmu, kā virza savu stratēģiju, kā risini nedrošības jautājumus. Tas ir svarīgākais, nevis mana atbilde: “Jā, es zinu, kā ir, kad nav, ko ēst, bet es rīkojos gudrāk nekā tu, un tāpēc starp mums ir milzīga starpība!” Mana iekšējā cilvēcība saka, lai izvairos no šādām situācijām, neesmu gudrāks par klientu.

– **Kāds ir tas brīdis, kad cilvēkam notiek pašatklāsmē, kad viņš ieskatās sev acīs? Tas ir kā ieraudzīt spoku vai pacelt dievišķās apziņas vāku?**

– Kā mēs jūtamies, kad esam pabeiguši augstskolu?

– **Mazliet skumji.**

– Jā, brīžiem tas ir arī kā zaudējums – tu esi zaudējis studiju gadus, un skumjas arī pieder pie zaudējuma. Tas ir paradokss. Piemēram, tajā brīdī, kad sajūti, ka patiešām vairs nedzersi, un tas notiek tik skaidri un skaidri, vienlaikus ir zaudēts viss skaistais, kas saistās ar dzeršanu.

– **Ja zinām, ka azartspēles un alkohols rada postu, kādēļ valsts to legitimē? Vai te ir runa tikai par ekonomisko izdevīgumu?**

– Tad, kad mums kaut kas sāp, mēs gribam to vietu urbināt. Ja sāp zobs, mēs turam to vietu. Var teikt arī tā, ka uz azartspēļu zālēm aiziet tie, kuri jau pirms tam ir zaudējuši, kuriem ir kaut kāds caurums dvēselē un kuri grib sevi reabilitēt. Pasalām Dostojevski. Eleganti! Tur ļoti skaidri viss parādās. Ne tikai viņa

Spēlmanis, arī *Noziegums un sods* parāda, kā tas viss arhetipiski sakārojas. Spēļu zāle ir kā diagnostikas vieta. Cilvēks it kā iebaksta sev taisni pierē – man ir problēma! Bet problēma nav tā, ka ej un spēlē, un vairs nav naudas, bet problēma ir tajos dvēseles caurumos. Starp citu, jo stūrgalvīgāks ir cilvēks, jo spēcīgāk viņš sevi dzen uz neizbēgamo finālu. Tu vari celties tikai tad, kad esi zaudējis visu.

– **Ja savā galvā esi izaudzis no alkoholisma, kāds ir risks, ka atkal kritīsī atpakaļ?**

– Attīstībā tu nevari krist atpakaļ, tu vari dzeršanā krist atpakaļ. Bet katra jauna dzeršana ir jauns posms, tas ir cits cilvēks. Vispār es rekomendēju katram cilvēkam gadu vai divus nedzert ne lāsītes. Izmēģināt, kā tas ir, ka divās dzimšanas dienās, Jānos vai Jaunajā gadā esi skaidrā. Nevis tādēļ, lai nedzertu visu atlikušo dzīvi, bet lai būtu informācija par to. Tas ļoti daudz ko iedod. Vari salīdzināt. Un tad atkal skaties, kas notiek, kad pēc diviem gadiem atsāc dzert.

– **Kā labāk beigt atkarību? Izvīrīt mērķi, cinīties ar sevi? Ir dzirdēti stāsti, ka vienā**

dienā kaut kas atveras – izmet pēdējo cigareti un vairs nesmēķē.

– Nevienš otra vietā nevar piedzīvot brīdi, kad jābeidz. Svarīgi ir tas, ka cilvēks ir atbildīgs. Ja dzer, tad zini, kā alkohols iedarbojas, tu esi atbildīgs par sekām. Zini, ka rīt sāpēs galva, nevarēsi pastrādāt. Ja to izvēlies, tā ir tava atbildība. Desmit reizes izvēlēšies, vienpadsmito reizi neko nemainīsi, droši vien darba devējs teiks paldies. Tās atkal ir sekas. Man liekas, ka ļoti svarīgi ir cilvēku motivēt šādā veidā, nevis noturēt runu par alkoholismu. Kas ir alkoholisms? *Falša* motivācija! Apziņa par alkoholismu nav tas, kas motivē atmet dzeršanu. Svarīgas motivācijas ir tās, kas nāk no dzīves, – nevarēsi pastrādāt, koncentrēties, brukt ar auto. Iet pie narkologa un prasīt, vai man ir visi simptomi, lai uzstādītu diagnozi? Šis ir veids, ko ir radījuši padomju narkologija, – cilvēkam radījuši ilūziju, ka diagnoze var būt motivācija tikt vaļā no atkarības. Bet tas ir tikai veids, kā dabūt sev klientu.

– **Kāds psihiatrijas dižgars teica: lai būtu labs speciālists, pašam jābūt mazliet divainam, ar uztrenētu jutīgumu, lai labāk saprastu klientu. Tāpēc arī tā sakarība, ka daudzi psihiatri kļūst par savu iepriekšējo darba vietu iemītniekiem?**

– Pirms 25 gadiem lekcijā psihiatrijas profesors Mintauts Caune atzina, ka 75% psihiatru par tādīem kļūst aiz vajadzības un tikai 25% aiz intereses. Personīgā motivācija ir ļoti svarīga, kādēļ izvēlies strādāt saistībā ar psihi. Manuprāt, ļoti svarīga ir motivācija, ka vari savā profesijā nopelnīt. Uz psiholoģijas fakultāti daudzi aiziet mācīties ar mērķi labāk saprast sevi. (*Nopūšas*.) Tāpēc arī redzam, ka mums diez kas nesanāk ar tiem psihoterapeitiem.

– **Vai jums kādreiz ir bijis bail ar kādu strādāt, jo, teiksim, viņā ir pārāk daudz dēmonu?**

– Tas ir ļoti interesanti, bet nē.

– **Ir bijuši vēlēšanās pētīt sērījveida slepkavas, pilnīgi ekstrēmums tipus?**

– Kurš par to maksās?

– **Bet intereses pēc? Uztverot to kā profesionālo izaicinājumu.**

– Izaicinājumi ir, bet pagaidām man pietiek ar Raini un Aspaziju. Tas mani interesē vairāk, turklāt, dzīvojot latviešu kultūrā, tas no pragmatiskā viedokļa ir arī svarīgi.

– **Vai jums būtu interese pētīt šodienas varoņus, piemēram, sastādīt Šlesera portretu, meklēt, kas ir bijis viņa dzinulis?**

– Domāju, tas ir pārsteidzīgi, vismaz tādā griezumā, kā skatos uz Raini. Pret Šleseru nevaram būt neitrāli, katrā ziņā ne tie, kas dzīvo Latvijā. Viņš ir viens no mums. Vajag paiet zināmajam laikam, lai uz viņu varētu objektīvi paskatīties.

– **Tāpēc, ka tagad mēs sevi ar viņu subjektīvi salīdzinām?**

Jā, viņš baksta acīs, ka neesmu sasniedzis to pašu. Tā ir emocionāla trauma, ko cilvēks iegūst. Un bieži vien tie, kas skatās uz Šleseru, nereti skatās ar skaudību, pašiem to nemaz nepzinoties. Un tas arī nozīmē to, ka nespējam ieraudzīt viņa objektīvo pienesumu.

– **Vecais stāsts – no saviem varoņiem gaidām brīnumus, bet paši viņiem spraužam spieķus riteņos.**

– Tur jau tā lieta. Varoņa loma ir tēva lomas paveids. Un varoņi ir domāti tam, lai ietu bojā. Par to, kādi viņi reāli ir bijuši, varēs runāt tikai pēc 50 vai 100 gadiem. ☛