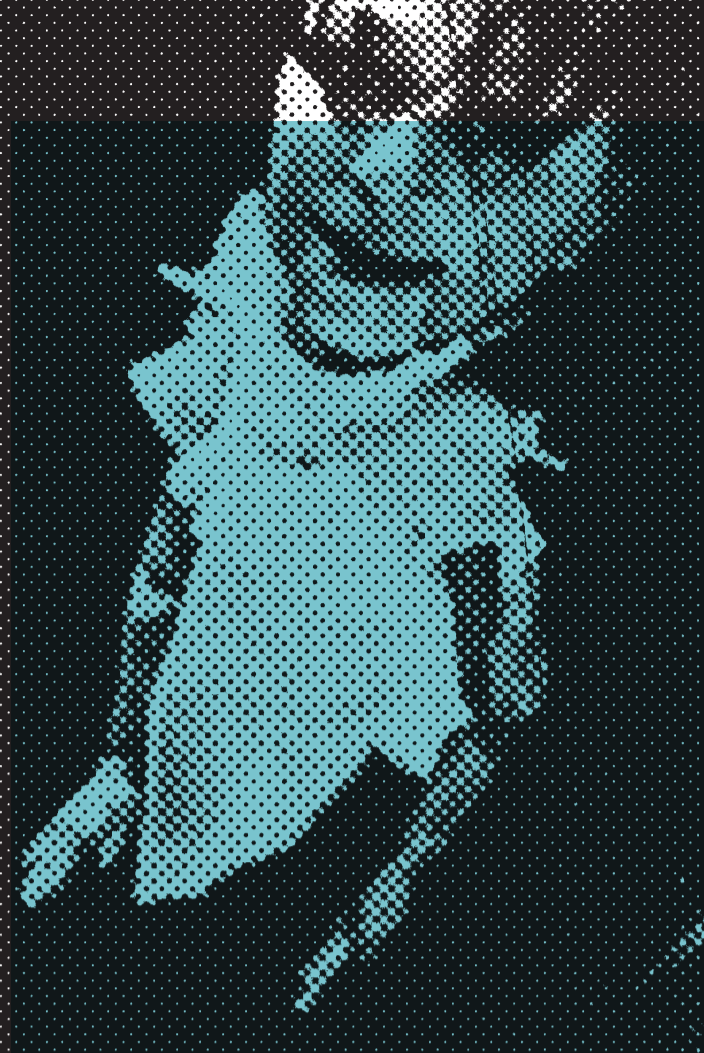


MELFFIN OVENI DILLM



LJUDJE,



M
L
A
D
I
N
S
K
O

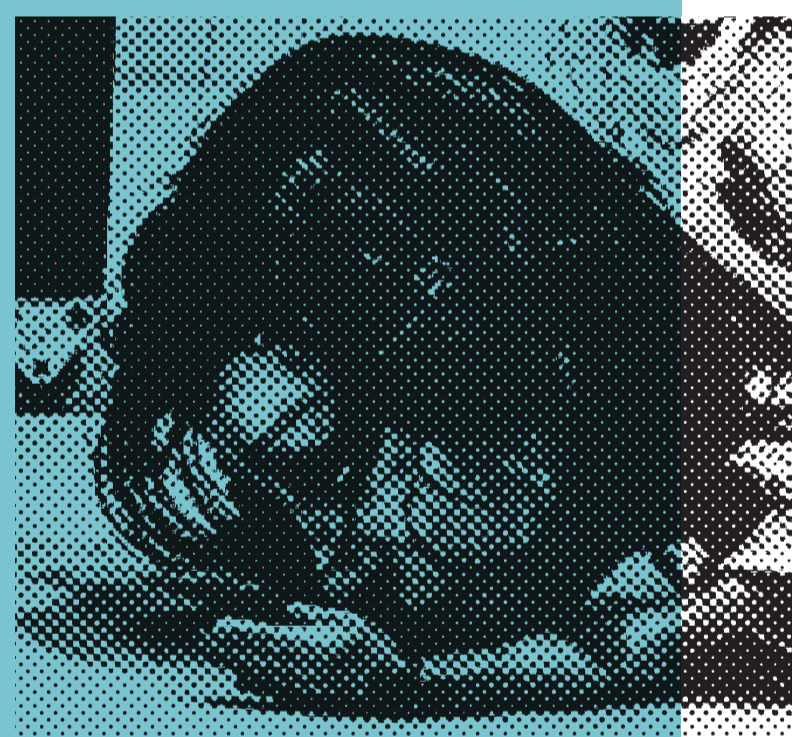
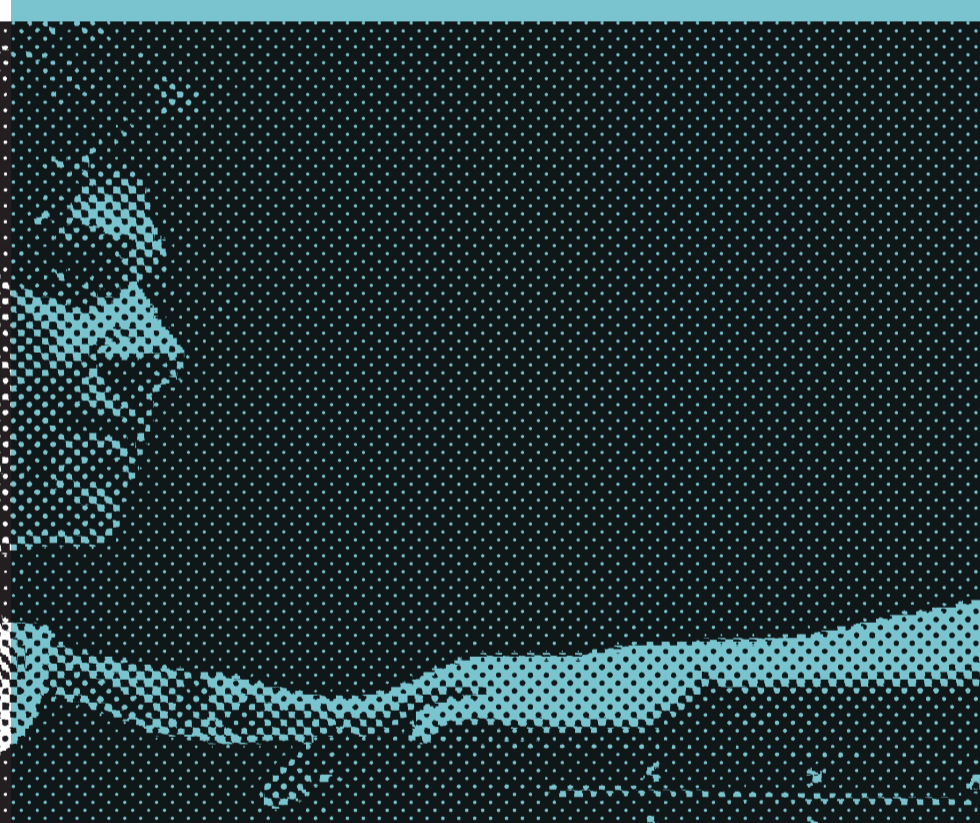
2
2
-
2
3



KRAJI

Duncan 
Macmillan

IN



Režija: Matjaž Pograjc

STVARI



Sezona 2022/2023

2

Uprizoritev 5

- 4 Amber Buck-Burrows: *O ljudeh, krajih in stvarih*. Pogovor z Duncanom Macmillanom
- 5 Evelin Bizjak: *Odnos je edino zdravilo*. Intervju z dr. med. Bredo Jelen Sobočan
- 8 Helena Šukljan: *Ljudje si predvsem želimo bitilišani in razumljeni, na kar pa danes velikokrat pozabljamo*. Intervju z Matejo Lajh
- 9 Evelin Bizjak: *Ljubezen, šola, življenje*. Pogovor s štirimi člani društva Anonimnih alkoholikov
- 14 Helena Šukljan: *Poziv k uprizarjanju identitete je danes vodilno orodje ohranjanja družbenega reda*. Intervju z dr. Ksenijo Vidmar Horvat
- 15 *Kaj je v gledališču resnično? In kaj je v resničnem življenju gledališko?*



Janja Majzelj

2

2

2

Duncan Macmillan
People, Places and Things
Prevod: Andrej E. Skubic

Režija: Matjaž Pograjc

Igrajo:

Daša Doberšek: Terapevtka
Liam Hlede k. g.: Scenski delavec, Reševalec
Klara Kastelec k. g.: Emma 2, Meredith
Nataša Keser: Emma 1, Laura
Klemen Kovačič: Emma 4, Shaun
Janja Majzelj: Emma
Maruša Oblak: Mama
Ivan Peternelj: Foster
Robert Prebil: Oče
Matej Recer: Paul
Katarina Stegnar: Zdravnica
Blaž Šef: Emma 3, Jodi
Matija Vastl: Konstantin, T
Vito Weis: Mark

Dramaturgija: Evelin Bizjak
Asistentka dramaturgije: Helena Šukljan
Scenografija: Miloš Narobe
Asistent scenografije: Sandi Mikluž
Kostumografija: Neli Štrukelj
Asistentka kostumografije: Estera Lovrec
Likovna podoba in oblikovanje lutk: Barbara Bulatović
Svetovalec za lutkovno animacijo: Brane Vižintin
Koreografija: Branko Potočan
Lektorica: Mateja Dermelj
Oblikovanje svetlobe: Matjaž Brišar
Oblikovanje zvoka: Marijan Sajovic
Oblikovanje maske: Nathalie Horvat
Asistent režije: Mitja Lovše
Hospitantka : Amber Buck-Burrows
Vodja predstave: Liam Hlede

Zahvaljujemo se Anonimnim alkoholikom Slovenije in Ivici Topiću.

Premiera: 22. 4. 2023,
zgornja dvorana Slovenskega mladinskega gledališča

Vodenje luči: Kristina Kokalj
Vodenje tona: Marijan Sajovic
Izbor glasbe in glasbeni aranžmaji: ekipa predstave
Video tehnik: Dušan Ojdanič
Garderoberka: Slavica Janošević
Izdelava kostumov: Slavica Janošević, Katarina Škaper – Atelje, d. o. o.
Maskerka in frizerka: Nathalie Horvat
Rekviziter: Dare Kragelj
Odrski mojster: Boris Prevec
Odrski delavci: Tadej Čaušević, Tine Mazalović, Mitja Strašek
Ključavničar: Sandi Mikluž
Mizar: Boštjan Kim
Izdelava scenografije: delavnice Slovenskega mladinskega gledališča
Ekonom: Ivan Šikora
Čistilki: Naila Jamaković, Zdenka Žigman

2022/2023
ANONIMNI
ALKOHOLIKI



Janja Majzelj

MILFORDINENO
27/27
ONENIDJTM

LJUDJE, KRAJI IN STVARI

O LJUDEH, KRAJIH IN STVAREH

Intervju z Duncanom Macmillanom
je pripravila Amber Buck-Burrows.

Duncan Macmillan je večkrat nagradjeni britanski dramatik in režiser, znan po delih, ki raziskujejo teme ljubezni, izgube, duševnega zdravja in človeškosti ter so obenem pretresljiva in dajo misliti. Pisanja se loteva iskreno in čustveno poglobljeno ter težke snovi pogosto raziskuje s pomočjo prepleta občutljivosti in humorja. Napisal je niz raznovrstnih dram, med njimi *Pljuča, Ljudje, kraji in stvari*, *Vse sijajne stvari in 1984*, ki so bile vse deležne dobrega sprejema pri kritikih in številnih priznanj. Duncana Macmillana imajo zaradi sposobnosti, da oblikuje niansirane, večplastne dramske osebe ter inteligentno in duhovito raziskuje zapletene probleme, za enega najbolj vznemirljivih in inovativnih dramatikov njegove generacije.

Drama *Ljudje, kraji in stvari* je doživela prazgodbo leta 2015 v režiji Jeremyja Herrina v Narodnem gledališču v Londonu. Leta 2016 je bila nominirana za Olivierjevo nagrado v kategoriji najboljša novo dramsko besedilo, Denise Gough pa je nagrado za vlogo Emme tudi prejela.

Macmillan se v drami ne izogiba težavnim platem odvisnosti in njenega zdravljenja, a odgovorov na vprašanja upravičeno ne ponuja. V okviru svojega dela se drži političnih in družbenoekonomskih rdečih nit, hkrati pa ga zanima kompleksna vloga gledališča, saj pravi, da je gledališče, kadar je najboljša, »neverjetno neposredno in zmoro odločilno vplivati na gledalce«.



Kolikor razumem, ste se zelo posvetili temu, da bi bili odvisniki, sploh pa njihova pot k ozdravitvi in abstinenci, v drami *Ljudje, kraji in stvari* prikazani pravilno. S kakšnimi izzivi ste se soočali, ko ste razmišljali, kako to doseči?

DM: Hotel sem se izogniti izkoriščanju – da bi resnične izkušnje uporabil golj kot metaforo, na primer, ali pa da bi zgodbo naredil vznemirljivejšo na račun resnice. Vedel sem, da bodo na vsaki predstavi med občinstvom ljudje, ki so to, kar je prikazano na odru, neposredno izkusili. Vedel sem, da jim lahko, če ne bom previden, res škodujem. Zato se mi je zdelo pomembno, da sem govoril s toliko ljudmi, ki so imeli izkušnje z odvisnostjo, zdravljenjem in rehabilitacijo, z njihovimi bližnjimi, s toliko terapevti in zdravniki, kolikor sem le mogel. Oni so bili moje poglavitno občinstvo. Hotel sem, da bi se ob tej drami počutili videne. In hotel sem, da bi tisti, ki tega niso izkusili, s temi ljudmi preživeli nekaj časa in jih na koncu malo bolje razumeli, do njih občutili malo več sočutja.



Da bi natančno razumeli, kaj vse doživljajo odvisniki in kako potekata zdravljenje in rehabilitacija, ste tesno sodelovali z njimi. Bi nam zaupali kaj o procesu raziskovanja? Kako odkriti ste bili glede svoje drame med procesom in ali so imeli kakšne zadržke?

DM: Z vsemi sem bil povsem odkrit. Vsakič, ko pišem o kakršnihkoli življenjskih izkušnjah, celo če gre za kaj, kar sem doživel tudi sam, je nujno, da si prizadevam pridobiti toliko različnih zornih kotov, kolikor je le mogoče, in da ljudi poslušam, ko mi povedo, da se motim (kar je bilo velikokrat). Ni bilo zadržkov, pogosta pa je bila splošna nezaupljivost, ker je zasvojenost na odru in na zaslonih velikokrat slabo predstavljena. Raziskovanje za to besedilo je

bilo dolgotrajno in se je nadaljevalo še med vajami, ko je celoten ansambel obiskal rehabilitacijske centre in se pogovarjal z odvisniki, zdravniki in terapevti. Veliko sem bral, gledal dokumentarce, obiskoval rehabilitacijske centre, intervjuval brezštevne ljudi. Ampak mimo tega je veliko mojega uvida izšlo iz nenačrtovanih pogovorov – s prijatelji, z družinskimi člani odvisnikov, ki so mi zaupali svoja doživetja, frizerji, ki so mi, ko so slišali naslov drame, ki jo snujem, pokazali tetovažo molitve za spokojnost na podlakti in mi povedali svojo življenjsko zgodbo –, iz velikodušnosti neznancev, ki so si vzeli čas, da so govorili z mano, ker so mi hoteli pomagati, da bi se v drami izognil klišejem in stereotipom in bi tako končno predstavil njihove resnične izkušnje. To je bilo res sodelovanje in vodilo je k drami, ki je, upam, neustrahna, verodostojna in velikodušna in ki skuša z občinstvom vzpostaviti zelo človeško in iskreno vez.



Znani ste po tem, da skušate v strukturo svojih dramskih besedil vplesti tudi zorni kot občinstva. Kakšen je bil v odnosu do vloge gledalstva vaš poglavitni namen pri *Ljudeh, krajih in stvarih*?

DM: Med pisanjem se mi je v nekem trenutku utrnulo, da gledališče, kadar je najboljša, deluje na podoben način kot skupinska terapija. Pri obeh doživljamo pripovedovanje osebnih zgodb in pri obeh se nas dotaknejo usode ljudi, ki se zdijo na prvi pogled zelo oddaljene od naših življenjskih izkušenj, vendar pa se v njih vendarle prepoznamo. Tako v gledališču kakor v skupini počnemo to kot kolektiv – sedimo v sobi, polni tujcev, in za bežen hip postanemo skupnost. Odvisnost, tako kot depresija, ljudi osami – odreže jih od drugih –, in ta osamitev vse samo še poslabša. Če postaneš del skupnosti, če ugotoviš, da nisi sam, če čutiš, da te drugi vidijo, ti pa v povračilo postaneš priča njim, lahko vse to pusti globok vtis. Marsikdo prav zaradi srečanj, na katerih lahko z drugimi deli, kar si želi, in poslušati tudi njih, ostaja čist in trezen. Gledališče je lahko dolgočasno, elitistično, drago in nepomembno. Ampak vanj se še vedno vračam, ker sem tam doživel stvari, zaradi katerih sem se v bistvu počutil manj samega, trenutke, za katere se mi je zdelo, da govorijo neposredno meni, zaradi katerih sem se čutil razumljenega in »videnega«. Ti trenutki so mi dali upanje, ko sem se boril s težavami, in ostali z menoj. Emma je igralka. Vso dramo se navezuje na svoje odrske izkušnje. So trenutki, ko bi lahko govorila neposredno nam, gledalcem, in nas opominjala, da gledamo predstavo, da smo vsi del kolektivnega dejanja, da smo vsi tukaj, skupaj, zdaj. V časih, ko tako pogosto sami strmimo v ekrane in se čutimo vedno bolj oddvojene od drugih, nam gledališče lahko ponudi nasprotno izkušnjo – nas poenoti v skupnem dejanju sočutenja.



Zakaj, mislite, se naša kultura nagiba k poveljevanju in stigmatiziranju odvisnikov?

DM: Pravilno ste prepoznali ta dva protislovna vzgiba v naši kulturi. Radi moraliziramo, določena vedenja prikazujemo kot nezaželena, ljudi sramotimo in jih dajemo za primere, kako ne živeti. Ampak hkrati določene izkušnje radi izkoristimo kot razvedrilo. Odvisniki pogosto prelamljajo pravila in tvegajo, pri čemer na kocko postavljajo življenje – pri njih gre za življenje ali smrt –, kar je pripravno gradivo za vznemirljivo dramo, ta pa pogosto zamegli pristnost njihove izkušnje. Mislim, da je to deloma problem pripovedne strukture – zgodbe potrebujejo uvod, jedro in zaključek. Pri zgodbah o odvisnosti je »zaključek« pogosto smrt ali pa trenutek, ko je oseba dokončno »ozdravljena«. Resnica vseživljenjske rehabilitacije po odvisnosti je, da gre res za nekaj, kar jemlješ »po en dan naenkrat«. Ni ene dokončne točke, in to je lahko za pripoved nezadovoljivo. Tako so pisatelji pogosto ujeti med to, kar je res, in tisto, kar je dobra zgodba. Zame je bil izziv povedati resnico, ne da bi konec dajal občutek nezadovoljive

odprtosti – dramatizirati vprašanje, ne pa ponuditi lahke (in neresnične) rešitve. Blizu konca drame je trenutek, ko je osrednje vprašanje – ali bo Emma vzela drogo ali ne – živo navzoče v prostoru. To vprašanje je ne bo nikoli zapustilo, spremljalo jo bo vsak dan do konca življenja. In to je tisto, za kar sem hotel, da ostane z občinstvom.



Za tako resno temo in življenjsko ogrožajoče okoliščine je v drami veliko humorja in sarkazma. Zakaj, menite, bi morali vprašanje zasvojenosti obravnavati z ravnovesjem med iskrenostjo in humorjem?

DM: Iskreno rečeno, zato ker to odseva ljudi, s katerimi sem govoril. Veliko se jih je po rehabilitaciji – kar je izkušnja, ki človeka nauči skromnosti – brez strahu norčevalo iz sebe in pogosto so imeli kot oglje črn smisel za humor. Na srečanjih sem se kdaj zjokal, ampak tudi smejal sem se tako, da me je bolel trebuh. Pripovedi o zasvojenosti, v katerih ni drugega kot turobnost in obup, me dolgočasijo. Mislim, da niso iskrene. Proces odvajanja ni tragičen – terja ogromno poguma, sočutja in upanja. Da poiščeš pomoč, ko jo potrebuješ, da jo ponudiš sam, ko te kdo prosi zanj, vse to utrjuje pozitiven odnos do življenja. Ampak pomembno se je bilo tudi izogniti sentimentalnosti ali temu, da bo vse skupaj videti prelahko. Hotel sem, da bi nas humor v igri približal likom; medtem ko nas drama na začetku vabi, da se smejemo Emmi, se na koncu smejemo z njo – dovoli nam celo, da s smehom sprostimo napetost, ko stvari postanejo preresne. Kot pisatelj bi rad videl, da bi Emma občinstvu do konca drame prirasla k srcu. In da bi jo vzljubili, pomaga, če nas najprej spravi v smeh.



Emmina nezanesljivost omaje zaupanje občinstva in njegovo dožemanje predstave. Lahko o tej odločitvi poveste kaj več?

DM: V večini zgodb se protagonisti bojujejo za preživetje in jih drugi liki pri tem ovirajo. V *Ljudih, krajih in stvarih* pa Emma obdajajo ljudje, ki bi ji radi pomagali, ona pa se bojuje z njimi! Sama je svoja lastna antagonistka. Zame je bilo pomembno, da nisem pisal samo o izkušnjah odvisnikov, ampak tudi njihovih družin in ljubljenih, kar je redko predstavljeno. In hotel sem, da občinstvo občuti, kaj pomeni izdano zaupanje. Nočem razkriti preveč, ampak proti koncu drame je trenutek, ko se naklonjenost zaradi ene same besede prevesi in se nam za hip odstre pogled v to, kako je bilo vsa ta leta živeti z Emmo. Zanj nam sicer ne postane vseeno, kljub temu pa nam pomaga razumeti njene starše. Tako kot pri rehabilitaciji gre tudi pri tem za sočutje, razumevanje in povezanost.

ODNOS JE EDINO ZDRAVILO

Intervju z dr. med. Bredo Jelen Sobočan, specialistko psihiatrije, je pripravila Evelin Bizjak.

Breda Jelen Sobočan je psihiatrinja in družinska sistemska psihoterapevtka, ki je svojo kariero posvetila pomoči posameznikom pri premagovanju izzivov duševnega zdravja. Z bogatimi izkušnjami in strokovnim znanjem na področju razvojne psihologije je pridobila razumevanje o tem, kako življenjske izkušnje oblikujejo našo individualnost, odnos do ljudi in sveta.

Dramo *Ljudje, kraji in stvari* Duncana Macmillana je osvetlila s perspektive, ki ponuja dragocene uvide v boj likov z odvisnostjo in razkriva vplive primarnih družinskih odnosov na kompleksen proces človeškega razvoja. Iskri razprava o stičišču psihologije in umetnosti se je premaknila k načinom, na katere lahko naše izkušnje iz otroštva in mladostništva vplivajo na odnose v odraslosti, pa tudi na sposobnost spopadanja z izzivi in premagovanja stisk.



V dramskem besedilu *Ljudje, kraji in stvari* se protagonistka Emma bori s svojo ranljivostjo tudi tako, da laže. Kako se ta struktura razvije pri človeku, da je zmožen lagati samemu sebi in drugim?

BJS: Ne bi rekla, da je njeno vedenje laganje, bolj gre za izmikavanje. Ranjeni ljudje obrambno ustvarijo sekundarne kože, ki jim pomagajo živeti z ranljivostjo, saj je ta sama po sebi zanje zelo nevarna. Emmina izkušnja je, da bo prizadeta ali zavrtnjena, če razkrije svojo ranljivost. Oče jo je rigidno definiral skozi vsa razočaranja, ki mu jih je povzročila, materin odnos do nje pa je do konca maligen. Njena krutost nas pretrese. Kot da mama nosi globoko zamero, ker ta punčka starše ima, ona pa je rasla brez njih, saj jih je tako zgodaj izgubila. Tudi kot negovalka mati ostaja narcisistično ranjen otrok, in travmo, ki je ni mogla predelati, odigrava na svojih otrocih. Ponavljanje sporočila »ne bo ti uspelo« se je pri Emminem bratu Marku realiziralo kot nevarna samouresničujoča se napoved, Emma pa je zares močna borka. Bori se proti temu ponotranjenemu sporočilu in išče nekoga, ki jo končno lahko razume, vidi in sliši. Sprašuje se: »Kdo jaz sploh sem? Ali obstaja kdo, s komer lahko navežem stik, da se bom v njem videla, lahko spoznala v očeh drugega?« Emma kljub njuni telesni prisotnosti ni imela matere in očeta, v izražanju katerih bi se kot dojenček in majhen otrok lahko zrcalila in ugledala. Njuno sporočilo je bilo vedno kritično. In ona tega zanikanja svojega avtonomnega, subjektivnega in ljubeznivega vrednega obstoja vendarle ni želela sprejeti.

Odvisnosti ne moreš premagati sam. Potrebuješ odnos, ki ti pomaga. Ko se Emma proti koncu drame vrne k staršem, je ponovno v stiku z ljudmi, kraji in stvarmi, ki so nekoč ustvarili njeno travmo, in že samo ob spominu, kaj šele v živo, jo vedno znova vzbudijo. Ker od njih ne dobi podpore, si prizna, da ne zmora sama, pokliče na pomoč društvo Anonimnih alkoholikov in se dogovori za srečanje. Tako dobi odnos, ki ji prejšnja negativna sporočila pomaga spremeniti v novo mišljenje, v mantra »mi smo Kihoti«. Da je v začetnem delu terapije preživela, tej ranljivosti ni smela dovoliti na plano in nikomur ni pustila do sebe, želela je le formalno potrdilo na papirju. Takšen pristop se ne obnese in Emma zapade nazaj v odvisnost.



Kdo je v procesu rehabilitacije ključen za njeno okrevanje?

BJS: Za učinkovito vzpostavitev terapije potrebujete strukturo. Nekoga, ki te podobno kot dovolj dobri starši pripravijo do tega, da sprejmeš

pravila. Te meje so zelo podobne kot pri konjih. Ena sama žička konjem sporoča: »V tem delu sem varen, nekdo skrbi zame, plenilci me ne dosežejo.« Meja je občutek varnosti, ki sporoča, da je zunaj nekdo, ki mu je mar zame, zato me je omejil. Te velikanske svobode ne bom zdržal. Podobno velja za Emmo. Če bi terapevtka, zdravnica in osebe opustili to strukturo, bi sporočili, da med njimi ni nikogar, ki bi lahko obvladal bese pacientov. To se v drami odlično pokaže preko Paula. Ko Emma poskuša terapevtki odvzeti moč, ji Paul pljune v obraz. Noče, da mu odvzame strukturo in avtoriteto. Ve, da potrebuje recidiv in da bo znova sprejet, ko se bo vrnil. Stroka je odnos do relapsa spremenila; besedilo je do ponovitve še vedno kritično, ampak danes vidimo, da so ponavljanja del okrevanja in zahtevajo sprejemanje brez prehudega obtoževanja. Gre za isti proces, skozi katerega je potem šla tudi Emma.

Terapevtka reče Emmi: »Tukaj je varno, tu smo vsi na zdravljenju, rečete lahko, kar hočete.« S tem vzpostavi okvir, ki ga Emma še ne more ponotranjiti kot varnega. Terapevtka se ji zdi taka kot mati – ne loči še dobro med ljudmi, ki so na voljo, doživlja jih po starem scenariju. Terapija postane varen prostor šele kasneje, ob odnosih in pozitivnih medosebnih izmenjavah. Tukaj je ključen tudi Mark, ki meja ne prestopi, temveč jih ohranja – če bi šel prehitro, bi se vse podrlo. Pomenljiv je njun pogovor o Kihotu, saj pokaže Emmine zgodnje odnosne primanjkljaje. Ko Mark zgreši Emmino referenco tako, da Kihota zamenja za Kojota iz *Cestnega dirkača*, med njima pride do neuglasitve. Takrat se njuno zlivljanje prekine, Emmo to razbesni, kritizira ga in frncne. Pri tem vidimo, da je vzrok za neuglasitev v tem, da se je njej to nepretrgoma dogajalo. Ker je v otroštvu nihče nikoli ni razumel, sprejel, je sedaj pretirano občutljiva na vsakršno razliko, napako v odnosu, nestrinjanje ... Gre za vzorec, ki ga je pridobila v odnosu z mamo, sedaj pa njen odnos do sveta in ljudi zrcali enako dinamiko tega ponotranjenega doživljajsko-vedenjskega scenarija.



Foster, ki v rehabilitacijskem centru sprva deluje kot pomočnik, nato pa izvemo za njegov samomor, je prav tako tragična figura.

BJS: Res je, in po moje je zelo pomemben, ker govori o tem, da ljudje na terapevtski poziciji niso nedotakljivi, niso varni pred trpljenjem in niso onstran nevarnosti, da bi se zlomili. Izpostavljenost bolečini drugih zahteva razdelavo lastnih notranjih vsebin in razvijanje veščin, ki omogočajo razmejitev in prepoznavo: kaj je moje, kaj je tvoje. In ko čutiš, da ne zmoraš, znaš poiskati pomoč. Neke temeljne življenjske reči so za čisto vse enak problem. Fosterjeva navezanost na psa je patološka, saj mu dovoli, da ga grize. Do kod je prišel v svoji terapiji? Ne dovolj daleč, da bi se zares zaščitil. V njem je še nekaj zlitega, mogoče celo odnosno mrtvega, mazohističnega. Psa ni znal reči: »Ti cucek tega meni ne boš delal.« Dobra razločenost, ta osnovni osebnostni temelj, je pri Fosterju premalo ozaveščena, da bi lahko bil na terapevtski poziciji. Verjetno bi bilo bolje, da bi počel kaj drugega.

Ogromno terapevtov gre v to »obrt« – to idejo ima tudi Emma – z namenom, da bodo pomagali sami sebi. Namreč na način, da bi radi pomagali drugim. Pa tako žal ne gre. Terapevti se moramo vprašati, zakaj opravljamo to težko delo. Kot je za starše pomembno, da se vprašajo, zakaj bi skrbeli za otroke! Dobro je, da ta del sebe razumemo. Ni etično, da bi se hranili na drugih. V resnici je duša izjemno zanimiva reč in psihoterapevt ima možnost, da se jo uči razumeti in analizirati. Potem zares uživamo v tem, kako razumeti človeško življenje. Meni se zdi to fascinanten poklic, ker te ljudje spustijo tako zelo blizu, povabijo te tako zelo noter, da je to zares nekaj velikega.



Zakaj Emma po prvem dejanju zapusti terapijo?

BJS: To v resnici še ni bila terapija. Emma je čakala potrdilo, da bi lahko naprej delala kot

igralka, in na kraj pameti ji ni padlo, da bi se vdala, kaj šele sprejela to, da mora s skupino ravnati drugače. Poskušala jo je izrabiti, uporabiti; delala je natančno tisto, kar je od staršev doživljala sama. Tako je drugim vrivala občutke, jih negirala kot subjekte, jim izpodmikala tla pod nogami. Drugi so ji sporočali, da jim ob tem ni dobro, a je vseeno niso v celoti zavrnil, niso se ji maščevali, niso je kaznovali. Nasprotno, zanimalo jih je, kdo ona pravzaprav je. »Nekje sem te videl,« ji reče Mark, zdravnica pa: »Od nekdaj vas poznam.« Rojevajo se novi odnosi, v katerih dobiva cel kup novih sporočil, da jih res zanima kot oseba. Ampak Emma še ne ve, da so za odnos potrebni čas ter motivacija, pogum in dejavno odpiranje lastnega notranjega sveta.



Na kakšen način je Emin odnos s staršema nefunkcionalen?

BJS: Oče riše rodbinsko drevo, ukvarja se s preteklostjo, kar je popolnoma neproduktivno. Mati pa je zares polna velike sovražnosti, zamer in seveda tudi svojih lastnih neuresničenih ambicij. Njen način komunikacije kaže, da je bila travmatiziran otrok. Morda Emmo doživljata kot krivo za to, da sta z možem ostala par. Njune interakcije kažejo na oddaljen odnos, malenkostno držo, polno drobnih bitk, zagrenjenosti in zamer. On je odmaknjen, ona sovražna. Iz tega obiska pri starših, ko po zdravljenju vseeno še enkrat (a najbrž zadnjič) poskusi v primarnem domu preveriti, ali bo morebiti našla zatočišče in varen temelj za naprej, za življenje brez odvisnosti, lahko vidimo, da Emma ni bila zaželen otrok. Eden osnovnih mitov je, da mati ljubi svojega otroka! In ta mit je v drami zelo jasno podrt. Besedilo obravnava temeljno vprašanje, kako živíš, če te tvoja mama nima rada, če te morebiti celo sovraži. Kaj bo tisto, zaradi česar je življenje vredno?



Kako se v prvih letih otrokovega življenja, ko je tesen stik med mamo in otrokom temeljni del njunega odnosa, kažejo disfunkcije?

BJS: V prvih letih mama in otrok telesno in psihološko nista ločena. Otrok je tako nezrel, da brez negovalca ne preživi. Dojema ga kot del sebe, in potrebna so leta, da se psihološko doživljamo ločeni od ljudi, ki jih ljubimo. Tega pogosto v celoti ne dosežemo do konca svojih dni. Biti svoj in biti z drugim je zelo kompleksna mešanica telesnega in psihološkega. Lahko se umikamo ali lezemo čez vse meje. Najbolje je, kadar se naučimo dotakniti se drugega in se povezati ob spoštovanju obeh subjektivitet. Takšne dinamike, ki se kasneje obnavljajo v vseh bližnjih odnosih, se sprva ustvarjajo v primarnem odnosu z ljudmi, ki so nam ponudili svoje naročje za varnost, kožo za stik, roko za oporo in oči, da smo v njih videli svojo vrednost in ustvarili lastno individualnost. Ljudje vedno uresničujemo sebe preko drugega, uresničujemo se skozi odnos. V prvih treh letih mora otrok ponotranjiti pozitivna sporočila, ki mu omogočijo jedrno samozaupanje, samozavest in pozitivno identiteto. Emma ničesar od tega ni dobila. Prva tri leta otrok nima uzgodbenega spomina, a izkušnje – spomin na odnos –, ki jih doživlja v tem ranljivem obdobju, ostanejo shranjene implicitno, v telesu, in so vodilo v odraslosti. Določajo, kako se posameznik pomirja, kako procesira stres, kaj ga žene, kaj izbira, s kom spi. Vse tisto, kar je na neki način nezavedno motivacijsko in tako mnogo bolj bistveno od naših kognitivnih odločitev. Določa, kako vidimo sebe in svet. Kadar posameznik sebe doživlja kot vrednega, svet pa kot varen prostor, je živeti zelo preprosto. Odnosi, ljudje in svet postanejo stvar neobremenjenega raziskovanja. Če posameznik sebe doživlja kot nevrednega, druge ljudi pa kot dobre, lahko celo mogočne, s sabo nosi neuresničljivo in preveliko hrepenenje po drugih. Kdor kot majhno dete občuti zavrnitev ranljivosti in srečuje okrog sebe strog, čist, racionalen, neodziven in čustveno hladen svet, se od malega zanaša zgolj nase, ne tvega več z iskanjem bližine. Kombinacija »jaz sem ničevreden in ta svet nima zame nobenega poslušalca« je pa vedno najbolj

nevarna in iz nje izhajajo odvisnosti in globlja patologija. Ko se ne moreš zanesti ne nase in ne na svet, si obsojen na trpljenje. Potem pa preživi, če lahko.



In Emma sodi v to zadnjo kategorijo?

BJS: Absolutno. Prave realne, trdne in dovolj odporne samopodobe nima, naravo njenih primarnih odnosov pa zelo dobro razgrne zadnji prizor. Družinski konflikti niso posledica Emmine neprilagojenosti, kot bi hotela prikazati starša, temveč so prav disfunkcionalni odnosi vzrok za Emmino destruktivnost. Emma preizkuša meje in staršema sporoča: »Na robu smrti sem, a vama kaj pomenim?« In vidite, nič jima ne pomeni. Mama pred njo porine škaflo z drogo in ji reče: »Na, zdaj pa zdrži.« Emmi uspe in zdrži. Ob pomoči podpornih posameznikov, ki si jih pridobi s terapijo. Na koncu res lahko postane igralka, hkrati pa ohrani svojo identiteto, ko znotraj sebe začne odkrivati in ustvarjati bazen odnosov, iz katerih lahko črpa.



Gledalci Emmo spremljamo na poti skozi več identitet – je Nina, Emma, nato Sarah –, in ko mislimo, da ji končno lahko zaupamo, vidimo, da nas je spet ukanila.

BJS: Drama tako prikaže proces nabiranja dobrih izkušenj na poti do lastne iskrenosti. Emma ima v sebi globoko vsajen strah, da bo, če pokaže pravo sebe, razvrednotena. Da se v stiku z drugimi razišče, mora zbrati pogum in za to potrebuje čas. Odnos je edino zdravilo. Antidepressivi so sicer dobra pomoč, ampak predvsem pomagajo odnosu, da ta lahko zdravi. Emma potrebuje čas, da bo začela verjeti vase in v odnose, v katerih bo lahko razkrila, kaj jo boli.



Emma se ne more soočiti s smrtjo svojega brata, pove nekaj različic njegove smrti, in le ugibamo lahko, katerega od njih je resnična. Pomemben dejavnik predstavlja tudi krivda, ki jo zaradi njegove smrti občuti.

BJS: Vsaka družina ima nabor čustev, s katerimi ravna lažje, in tistih, s katerimi težje. Najhujše za družinske člane je, če ima družina čustveni kompleks oz. ogrode čustev, ki so tabu. V Emmini družini je tabu žalovanje. Lahko razumemo, da je to grozljiv okostnjak iz mamine zgodovine, najbrž ima tudi oče kakšno travmo, vezano na izgubo. Ker najbrž niso odživel žalovanja niti govorili o tem, kako žalovati, je seveda tudi Emmino žalovanje preprečeno. Z zgodbami o bratovi smrti, ki ničesar ne povedo, beži pred žalovanjem. Možnosti za procesiranje so v Emmini družini otežene tudi zato, ker njeni člani ne obstajajo kot posamezni subjekti, temveč so nekako spojeni: ne ve se točno, kje se kdo začne in kje konča, vsa čustva se prelivajo in veliko je dvojnih sporočil, ki vabijo in odpravljajo hkrati.



Eno izmed takih sporočil je mamina izjava: »Samo ne pričakuj kakšne usrane trofeje za to, ker daješ vse od sebe ...« Nato pa še: »Preoblekla sem posteljino.«

BJS: Tako, dvojna sporočila na eni strani in velika nalezljivost čustev na drugi. Tu lahko vidimo, kako slabo so med seboj diferencirani. Naredile so se koalicije, npr. med bratom in sestro, ki je seveda služila temu, da sta se dva popolnoma nemočna otroka naslonila drug na drugega in se poskušala podpirati, pri čemer jima ni šlo najbolje. Za bratovo smrt Emma ni odgovorna, ravno tako kot ona je postal žrtev nezrelih in neustreznih staršev, ki so ga tako ali drugače zanemarjali. Ampak zaradi nezmožnosti razločitve sebe od Marka Emma njegove izgube ne more videti drugače kot s krivdo. Ta vidik žalovanja je gotovo patološki in je nekaj, kar bo Emma sčasoma predelala in prišla do spoznanja, da sta bila ranjena na podoben način, drug drugemu sta škodila, a bila sta otroka, nista znala ravnati s tem. Nekdo drug bi jima moral pomagati.



Emma gre v prizoru detoksikacije skozi depersonalizacijo in različne telesne in psihične simptome. Kakšna je v resnici odtegnitev od benzodiazepinov?

BJS: Biti odvisen od benzodiazepinov je zelo resna stvar, prizor opisuje točno to. Psihatri jih predpisujemo za krajše zdravljenje resnejše tesnobe, zagotovo pa ne za zdravljenje kronične tesnobe. Predpišemo jih le takrat, ko presodimo, da je možnost zasvojitve minimalna. V primeru odtegnitve jih zdravniki predpisujejo v prilagojenih dozah, zato da preprečijo prehude abstinencijske simptome.



Ki so lahko tudi življenjsko nevarni. Kaj pa luknje v spominu?

BJS: Luknje v spominu so posledice močne zadetosti in nastanejo zaradi zastrupitve organizma, ko konzument več nič ne ve in nič ne čuti. Po navadi je to neobčutenje obliž za hudo psihološko trpljenje, ki se kot nekakšna pokvarjena plošča ves čas vrti v ozadju. V središču Emmine bolečine je misel: »Moja mama me nima rada, nič mi ne uspeva, jaz sem kriva, pa še v službi sem zamočila, ker sem bila zadeta.« Težave, ki so z vsakim novim zadevanjem še večje, se razgubijo ob vprašanju: »Koliko moram vzeti, da ne bom čutila tega psihološkega trpljenja, ki je neznošno?« Psihološko trpljenje se procesira v istih delih možganov kot telesno trpljenje, a ga zelo težko zares plastično predstavimo svetu.



Je odvisnost vedno beg pred bolečino? Kakšna je povezava med bolečino in potrošniško družbo, ki spodbuja nenehno zadovoljevanje potreb in užitek?

BJS: Odvisnik v odvisnosti nikoli ne uživa. Užitek v zadevanju najdejo predvsem tisti, ki še niso odvisni. Odvisnost je eno samo trpljenje. Vzpostavijo se dopaminske nevronske zanke, a to so zelo nevhvaležna območja, prinašajo veliko hrepenenja, neznošno potrebo, ne prinesejo pa vrednega užitka. Vsiljujejo hotenje in vztrajno misel na to, kako priti do substance in do zadetosti. Prva konzumiranja so lahko še videti kot nekaj prijetnega, vendar je tega kmalu konec. Trpljenje spremlja sram ob dejstvu, da odvisnosti ne moreš nadzorovati.

Vprašanje potrošniške družbe je, ali kot človeštvo lahko preživimo v trendu, ki smo si ga zastavili. Vrednote, po katerih hlepimo, same po sebi prinašajo občutke neustreznosti. Torej so že lahko vzrok za zadevanje! Dokler mislimo, da smo tekmovalna bitja, in nas tekmovalne nese naprej, si žagamo vejo, na kateri sedimo. Naši možgani so tudi družbeni organ in mi smo kot vrsta preživeli samo v sodelovanju. Vsi sistemi, vrtci, šole in delovna okolja pa so danes naravnani na tekmovalnost. Mislim, da smo s takšno usmeritvijo tik pred koncem.



To je bilo tudi eno izmed mojih vprašanj. Kje vidite patologijo sodobne družbe?

BJS: Stvarnik – ali evolucija, kakor pač komu ideološko ustreza – je človeka ustvaril tako, da se vsi rodimo z nedonošenimi možgani. Ti so bistveno večji kot pri drugih sesalcih: imamo neokorteks, ki je tako značilno človeški. Vprašanje, kako tako velike možgane spraviti skozi porodni kanal, je narava rešila tako, da je tvegala izjemno nezrele možgane in jih v upanju na predano, zahtevno, uglašeno, sočutno nego dala v roke odraslih. Vsi smo nedonošeni in potrebujemo tri leta inkubatorja. Starši, vrtec, mreža odraslih ob otroku so socialni inkubator. Tri leta morajo odrasli skrbeti za otroka, da bo ta kasneje lahko skrbel zase in za druge ter razvil učinkovite mehanizme za samoregulacijo. Samoregulacija pomeni, da smo tudi pri reševanju problemov toliko fiziološko mirni, da nas drugi berejo kot varne in se nam lahko približajo. Težava je, da psihoterapija tega implicitnega dela negovanja ne doseže s tako lahkoto. Tako se nam na otrokove resnične potrebe neuglašeno starševstvo, vzgoja in izobraževanje travmatično ponavljajo iz roda v rod. Čeprav se simptomatika na videz spreminja, je v ozadju ista razvojna odnosna travma. Vsaka v Sloveniji živeča družina z odvisnostjo je družina s travmo in za nove generacije travmatizirajoča družina!



Kakšno je uspešno starševstvo?

BJS: Za uspešno starševstvo je ključno, da se ne bojimo bližine z nekom, ki je popolnoma odvisen od nas. Ali da se ne počutimo ogorčene, ko nam ne gre ali ko moramo zdržati otrokove in svoje

neprijetne občutke. Da zdržimo, ko se otrok vede po svoje, ko se ponoči joka ali ko dveletnik razpada od ambivalence ali ko je otrok v šoli zgolj povprečen. Mlade ženske včasih problematizirajo eno leto odsotnosti z dela. To odsotnost družba uradno, a perversno imenuje porodniški »dopust«. V resnici pa je odnosno celodnevno in nočno delo za nebogljen bitje neznošno težko. Pogosto je za mame zares preveč, da opravijo vse čustveno zahtevne naloge zgodnje nege. Kot ustrezna rešitev se kaže sostarševanje. Nikakor pa ne ideje o skrajševanju nege in uvajanje v prezgodnje plačane nege. Vsa ta družbeno ambivalentna, potrošniška in tekmovalna miselnost je otroku bistveno nenaklonjena. Materinstvo je bilo nekoč del biološko vsiljene identitete, danes pa se moramo vprašati, ali je to nekaj, kar si želimo naložiti na rame.



Kako lahko starševstvo še izboljšamo?

BJS: Govoriti moramo o pomenu zgodnjega razvoja. In o tem, kako pomembno je vzpostaviti res trden odnos. Takoj po rojstvu se začne »dialog« – zrenje med otrokom in odraslim človekom. Po navadi je to z mamo, ki je še vedno primarni negovalec, pa tudi z očetom, ki je vse bolj vključen. In z vsemi odraslimi, ki pridejo v stik z otrokom. Se pravi, da mama ne odloži otroka v zibelko ali pod obok z igračami, mu predvaja Mozarta, da se bodo njegovi možgani razvijali, medtem pa gre na telefon, oče pa je v službi do poznega večera. Otroka moramo vzeti v naročje, prisluhni njegovi potrebi po socialnem stiku.



Odločitev za starševstvo je lahko posledica nepremišljenega prepričanja, da je družina normalna pot, po kateri je treba iti.

BJS: Največji problem je, da od povojnih generacij dalje spodbujamo usmerjenost vase, individualizem in performativno zahtevnost. Cenimo se, kolikor dosegamo vrednote, ki so na družbeni lestvici edine zveličavne. Družba ne ceni več socialnosti, niti v najširšem pomenu besede ne. Tako vse težje vidimo drugega takšnega, kakršen je. Vidimo ga skozi lečo uporabnosti in vrednosti v smislu donosa. Žal tudi svoje najbližje. Nedvomno velik del sedanjih staršev tako vrednoti svoje malčke. Koliko so nadarjeni, koliko dosegajo njihova visoka pričakovanja. Trenutno nam raste lepo oblečena populacija čustveno in socialno zelo zanemarnjenih otrok. Popolnoma neopremljeni so z mehanizmi za samopomirjanje, saj tega niso mogli prevzeti od staršev, ki se prav tako ne znajo konstruktivno pomiriti, ker vse vzamejo osebno – so že »žrtve«, nanje so že bile usmerjene vse mogoče perfekcionistične zahteve ... Ta narcisistični del je res problematičen in težko ga je zaznati, ker smo vsi del tega. Krivda je sistemska, cirkularna. In vsi smo odgovorni za to, da potegnemo zavoro!

Ključno je tudi, kako mame shajajo s tistim nenadzorovanim, čustvenim delom sebe. Pomiriti jokajočega, besnečega, divjega otroka ni preprosto. Zato je jedrna družina včasih premalo, da bi vse to zadržala in zdravo prežvečila, da bi otroku vračala uporabne notranje vsebine. Osamljena jedrna družina je sama po sebi patološka. Preveč je na udaru in premalo ima podpore. Sploh pri nas. Prekarno delo, draga stanovanja, drag plačljiv vrtec ali še dražje zasebno varstvo ... Starši so v resnični stiski in takšni starši so objektivno težko pomirjeni in uglašeni v vlogi skrbnikov in negovalcev. Kako naj od otroka pričakujemo, da bo zmožni nekaj, česar ne zmoremo sami? Ne družba in ne starši? Skupnost je odpadla. To je res težko, lažje je, če otroka lahko vzgaja vsa vas, kot pravi afriški pregovor.



Bi bila boljša skupnost več generacij, kakor je bilo včasih?

BJS: Treba je razumeti, da je za dva mlada starša vzgoja zares težka naloga, če bi jo morala izpeljati povsem sama. Stari starši, ki so bili včasih pomembna čustvena podpora, so danes v službah. Mnogi pa so tudi neuporabni in za duševno zdravje mladih družin škodljivi. Odvisno pač od transgeneracijskega scenarija. Sodobne mlade družine se pogosto zanašajo na vrstnike. Super je, če je to v živo in ne po Instagramu. Gotovo lahko učinkovito pomaga skupina prijateljev, ki si skrb za otrokove razvojne potrebe lahko malce razdelijo. Dobro varstvo in vrtec sta tudi pomemben in spoštovan vredni del te pomoči. Podpora, pri kateri otroci lahko dobijo še druge izkušnje, je izjemno dragocena.



Starejše generacije so bile bolj navajene na trdo delo in so tako imele več potrpljenja. Se vam zdi, da so bili odnosi zato včasih boljši?

BJS: Ne, le drugačni. Odnosi so vedno v spektru. Od najbolj nevarnih do najbolj zdravih! Povojna generacija otrok je bila lačna kruha in odnosa, torej zanemarjena, ker so starši delali. Ti so vzgajali svojo generacijo in poskusili so narediti vse, da bi nam bilo dobro. Otroci povojnih generacij smo že razvjeni – tu mislim v smislu egocentričnosti. Mi pa smo vzgajali svoje otroke kot podaljšek sebe, ti morajo biti kot naša etiketa. S svojimi otroki se narcisistično ponašamo. Zato smo jih zelo usmerili v dosežke in prestiž, daleč od pristnega jaza.



Ali osredotočenost na uspeh potomcev ne ustvarja dinamike, znotraj katere se starši s svojimi otroki veliko ukvarjajo?

BJS: Seveda. Ampak to ukvarjanje ni v službi drugega, v tem primeru otroka. Služi ustvarjanju sebe kot idealnega, uspešnega starša. TVOJ otrok naredi doktorat ali pa se ti pri frizerju ponašaš z njegovimi priznanji ... Tvoj otrok bere v vrtcu in si želiš, da začnejo z njim kognitivno delati kot z majhnim genijem. Kakšna prosta igra, kakšno plezanje po drevesih! Mi moramo skrbeti za to, da se čimprej učijo, npr. tujih jezikov ... Čustveno in osebnostno pa so ti potomci lahko hudo prazni in so precej zanemarjeni. Glavno sporočilo, ki ga dobijo, je: »Mamica te bo imela rada, če boš imela same petke.« Na to mantro kognitivne storilnosti se je odzvala tudi šola. Šola ne vzgaja tovarištva. Tam se ne družiš. Ni prostora za majhne in velike napake. Si v nenehni bitki za zmago. Pri testu ni dovolj le 100 odstotkov, lahko jih dobiš celo 120. Ponudijo ti še dodatna vprašanja, ki so res težka in pokažejo, ali si posebej nadarjen. Potem je mamica seveda še bolj srečna! Ampak po koncu predavanja taki pridni učenci nimajo nobenih iskrivih idej, nobenih vprašanj ...



Se vam zdi, da je v družbi dovolj prostora za pristna čustva, za iskrenost, ranljivost?

BJS: S spletnimi družbenimi platformami in hitro razvijajočo se tehnologijo sta se oddaljevanje in izolacija posameznikov v lažnem sebi samo še povečali. Mislim, da je to posledica osredotočenosti na dosežke in vtis. Ko smo začeli tekmovalno vrednotiti vse, smo izgubili stik s tem socialnim, človeškim. Biti pristen in ranljiv je nezaželeno, podira perfekcionistično podobo, ki je sama po sebi največkrat čisto prazna. Ni povezana s tem, da bi ljudje počeli tisto, kar radi počnejo, temveč izvajajo dejavnosti, za katere nezavedno upajo, da jim bodo končno prinesle spoštovanje, ljubezen in priznanje pri sedaj že ponotranjenih zahtevnih in nedosegljivih »starših«. Ta notranja motivacija je povsem zunaj zavedanja. Kot je tudi nejasno, zakaj je med ljudmi toliko nezadovoljstva, tako malo izpolnjenosti in preproste sreče. Drugi tip pa so preračunljivci. Počnejo stvari, ki jim prinašajo koristi. To so ljudje, ki so zaradi strupenih staršev tudi sami notranje mrtvi. Boleče otroške izkušnje so skupaj s starši, ki so v njihovem notranjem svetu že zdavnaj, v najzgodnejšem otroštvu, odnosno »umrli«, pokopali znotraj svojega nezavednega. In to skupaj z vsakršnim občutkom, da je kdo razen njih živo bitje, ki si zasluži sočutje in spoštovanje. Sami so na piedestalu Sebe postavljeni v svet predmetov in figur, ki jih upravljajo in izrabljajo. V večjem delu narcisistično navdihnene družbe je dostop do pristnega dela sebe preprečen, ker ljudje vse bolj igrajo obrambno ustvarjene vloge.



Kako bi se morali starši odzivati na negativna čustvena stanja otroka, da bi jih ta uspešno integriral?

BJS: Ni negativnih čustvenih stanj, so le manj in bolj prijetna. In nekatera ekstremno neprijetna – kot strah, bes, sram, ambivalenca, ljubosumje, občutek izločenosti, krivda ... Vsa pa imajo smisel. Zelo pomembno je, da starši razumejo, da otrok nima toliko razvitih možganov, da bi lahko uravnaval svoja čustva. To, kar je danes otroški bes, bo nekoč jasna,

zdrava, varovalna artikulacija osebnih meja. In ne smemo pozabiti, tudi prijetna čustva so lahko prepovedana! Starše lahko plašijo veselje, radost, vznihanost, samozaupanje, samozavest, lahko jih je strah, da bo šlo čez mejo, v območje pretiranega ... Slovenski pregovori nas radi pokroviteljsko svarijo pred dobrim ...



Je stanje, da človeka nekaj res zelo zanima, normalno? In če te ne, kaj to pomeni?

BJS: Da so te zlomili kot otroka – če gledate majhnega otroka, kakšno zanimanje za svet! Naši možgani so večno radovedni, večni iskalci vzorcev, smislov. Mi imamo v glavi izredno radoveden aparat, seveda če nismo zatrti, se pravi, malo za šalo in precej zares: če nismo Slovenci. Vsi tujci se križajo, če predavajo pri nas, ker si nihče ne upa nič vprašati. Potem pa ne veš, ali jih ne zanima, ali si jih na smrt dolgočasil, ali so tako zatrti – po moje je vse skupaj. Očitno smo z našo vzgojo otroških možganov veliki množici ljudi zelo uspešno uničili pot do radovednosti. Ker se vsako majhno dete rodi z zanimanjem za svet, za ljudi, zase. V Sloveniji je strah pred tem, da bi bil kdo preveč vesel, preveč ekspanziven, velik. To zelo zatiramo in otrokom ukazujemo: »Bodite pridni.« Ko v kakem varstvu malčki hodijo kot gosi, ki ne smejo pomočiti noge v lužo, me kar strese.



Je to problem izobraževalnega sistema?

BJS: Celotne kulture. Že starši se zelo bojijo, da bi lahko veselje in raziskovalno zanimanje šlo v nekaj, česar ne bodo obvladali, in da bo to nekakšna neustavljiva ekscitacija, taka manična. Ustavimo prej, imejmo pridne otroke. Biti priden pomeni, da drugi s tabo nimajo ne dela ne skrbi. Torej skrbnikom ni treba biti radoveden in dejaven. Izpolnjujemo formularje, predpise, kurikulumne, točke ... Smo pridni, čeprav dolgočaseni. Priden otrok pomeni, da z njim nimaš težav. On pa se mora ugašati. Ko se otrok začne hraniti, na primer. Kakšen užitek je prijeti špinačo in krompir in ju mečkati in pomazati po mizi, po sebi, po mami! To je res prima. Koliko negovalcev razume te prve raziskovalne užitke? In koliko je čistunov?

V zgodnjem otroštvu potrebuješ odnose, v katerih si lahko majhen ali pa velikanski, jezen, besen, lahko te je sram. Vse to, ne da bi te osramotili, te zavrnilo, te nenehno popravljali ali kritizirali. Če to izkušnjo imaš, imaš tudi podlago za pristnega sebe in pogum za bližnji odnos.



Janja Majzelj



Ali pa otrok, ki se igra v naravi in je potem ves umazan.

BJS: Tako. Že pred varstvom in šolo se krila pristnosti precej močno obreže. Vrtec in šola pa potem delovna mesta samo še izpeljejo program, ki smo ga zastavili kot družba. Da se tega ne zavedamo, to ni dovolj dobro opravičilo! Pa se zavedimo! In spremenimo!

Zares polno je človeško življenje šele, ko stvari delamo iz zanimanja. Takrat še kakšne težje stvari zlahka potrpiamo. Vsako osebno življenje, vsak bližnji odnos in vsak poklic prinaša tudi zoprne reči. Če si lahko pristen in zvedav, te ne vznemirijo tako močno. V sebi si in v odnosih, in kadar delaš nekaj, kar te hrani, črpaš iz tega veselje, da obstajaš. Kako lepo je, če iz te radovednosti lahko živiš. To je res dobro življenje. In meni je v veselje pomagati ljudem, da najdejo ta del sebe, ta večno igrivi, otroški, radovedni del. Najti svojo pravo kožo, v kateri ti je udobno in te ne tišči. Kožo, ki te drži skupaj, te ščiti in preko katere prideš v stik z drugimi bitji in svetom.

LJUDJE SI PREDVSEM ŽELIMO BITI SLIŠANI IN RAZUMLJENI, NA KAR PA DANES VELIKOKRAT POZABLJAMO

Intervju z univ. dipl. soc. del.
ter specializantko skupinske analize,
psihoterapevtko Matejo Lajh,
je pripravila Helena Šukljan.

Psihoterapevtka Mateja Lajh – večinoma se posveča delu z ljudmi, ki se soočajo z zasvojenostjo – v svoji predstavitvi na spletni strani mojpsihoterapevt.si navaja afriški pregovor: »Če želite biti hitri, pojdite sami. Če želite priti daleč, pojdimo skupaj.« Temu načelu sledi tudi pri svojem delu, saj večinoma izvaja skupinske terapije. Prav tak pristop vidimo v besedilu *Ljudje, kraji in stvari*, v katerem Emmi, ki se skupinski terapiji izogiba, jasno povedo, da je skupina *program*, ki naj bi se ga udeležila, če hoče spremeniti svoje vedenje; prav tako pa pomen skupine izpostavi Mark, ko pravi: »Zdravimo se kot skupina. To mora ostati varen kraj, kjer si delimo zaupne stvari.«



Kdaj se ljudje, ki imajo težave z odvisnostjo, odločijo, da bodo začeli obiskovati terapijo? Ali se načeloma odločijo sami ali jih kdo usmeri? So uporabniki že opravili del zdravljenja ali lahko pridejo že v trenutku, ko se težave šele zavejo?

ML: Ljudje se za zdravljenje odvisnosti običajno odločijo, ko ta začne vplivati na kakovost njihovega življenja in na njihove ožje socialne mreže. Družinski člani jih navadno začnejo opozarjati, da so se spremenili, da so otopeli, da niso v stiku z zunanjim svetom, zanemarjajo družino, partnerja in družinske obveznosti; substanca, ki jih je zasvojila, je zanje na prvem mestu in se ji zato popolnoma podredi. Ko odvisnost napreduje v tako imenovano kronično fazo, ljudje vsak dan potrebujejo alkohol in tablete, da lahko funkcionirajo. Začnejo se težave na delovnem mestu, ki jim navadno sledi odpoved delovnega razmerja, partner grozi z ločitvijo in odvzemom otrok, pod vplivom alkohola ali tablet velikokrat pride do dejanj, ki imajo pravne posledice. Če je zunanji pritisk dovolj velik in ima oseba uvid v svojo odvisnost, potem se navadno odloči za zdravljenje. Obstaja možnost ambulantnega in bolnišničnega zdravljenja, ki je v kronični fazi odvisnosti najbolj učinkovito.

Morda je dobro omeniti še izraz »škodljiva raba« alkohola in tablet, pri kateri odvisnost še ni razvita, vendar se oseba na podlagi svojih dejanj in družabnega življenja zaveda zlorabljanja učinkov določene substance. Takrat je učinkovito ambulantno zdravljenje, pri katerem oseba pride na pogovor enkrat tedensko ali se vključi v skupinsko terapijo, prav tako je v teh primerih uspešna psihoterapija.



Kakšne metode uporabljate pri delu z odvisniki? Ali z njimi, na primer, razvijate *coping skills*, tehnike samoobvladanja? Se v kakšnih bistvenih stvareh razlikujejo od vašega siceršnjega dela oziroma pristopa?

ML: Najučinkovitejša metoda zdravljenja ljudi z odvisnostjo je skupinska psihoterapija. Ljudje,

ki imajo podobne težave, se v varni skupini pod okriljem usposobljenega terapevta, ki jima zaupajo, najboljše zdravijo. Člani se na dogajanje v skupini odzivajo v skladu s tem, kar to dogajanje prebudi v njih (s potlačitvijo, izolacijo, udejanjenjem, projekcijo, introjekcijo, projektivno identifikacijo, zanikanjem ...). Naslednji pomemben koncept je zrcaljenje. Skupina daje priložnost za odkrivanje podobnosti in razlik med člani. Član lahko v drugih vidi sebe ali dele sebe, tudi zatrte, in tako pride v stik s pomembnimi deli sebe. Zrcaljenje okrepi komunikacijo in razumevanje sebe in drugih. Komunikacija najpogosteje poteka z besedami, lahko pa tudi z mimiko, gibom, tišino, pogledom, nasmehom, šepetom ... Skupinska analiza je pravzaprav analiza komunikacij v skupini. Terapevt širi in pogloblja komunikacijo, jo sprejema in opazuje na različnih ravneh in jo »prevaja« v sporočilno obliko. Z vključitvijo v skupino član prekine izolacijo. V razumevajočem okolju lahko spregovori o svojih težavah, se čuti razumljenega in tudi sam poskuša razumeti druge. Član v skupini odkriva, da imajo tudi drugi podobne ali celo hujše težave, kot jih ima sam. Težave drugih lažje vidi kot pa svoje lastne. Svoje potlačene vsebine prepozna, ko jih pokaže pred drugimi. Pogovor, interpretacija in analiza potlačenih vsebin učinkujejo istočasno pri več članih, tudi pri tistih, ki samo poslušajo. Občutke tesnobe in krivde olajša njihova projekcija v ostale člane. Skupina spodbuja identifikacijo in razlikovanje med člani. V skupini je lažje spregovoriti o različnih temah, zlasti če o njih govorijo tudi drugi. Podobno se zgodi z globokimi, primitivnimi, nezavednimi vsebinami, ki se v skupini izrazijo hitreje in polno. To opazimo zlasti v povezavi s skupinskimi sanjami, simboli, skupinskimi strahovi, fantazijami in podobnim. Skupina ponudi možnost za izmenjavo različnih informacij in razlag.



Kaj je razlog za nastanek odvisnosti, zakaj se je je tako težko rešiti, kako pogosto se dogaja relaps in zakaj sploh pride do njega?

ML: V ozadju vsake odvisnosti je po navadi nepredelana travma. Zloraba substanc je lajšanje negativnih občutkov, oblika sprostivne stiske, tesnobe, pomirjanje, samozdravljenje s substancami, beg v omamo. Torej nekakšna hitra rešitev, olajšanje postane življenjski vzorec za reševanje težav in soočanje z njimi. Ker ljudje svoje življenjske vzorce težko spreminjamo ali jih vzdržujemo, pride tudi do relapsa ... Pomembno je, da smo, kadar spreminjamo vzorce vedenja, pozorni na spremembe, ki se nam dogajajo, in na naše reakcije. V stresnih ali problematičnih okoliščinah se navadno impulzivno odzovemo in se zatečemo k hitri rešitvi, kakršne smo bili vajeni včasih, torej k staremu, utrjenemu vzorcu. Ko sodelujemo v psihoterapiji, te vzorce prevetrimo, spremenimo, še vedno pa moramo biti pozorni, kako se odzovemo v novih situacijah, in takrat ozavestimo, kaj čutimo, kaj se dogaja, kako bi se odzval včasih in kako sem se naučil oz. odločil odreagirati v situaciji, v kateri bi drugače segel po substanci.



Ali v proces zdravljenja vključite tudi svoje in če jih, na kakšen način?

ML: Alkoholizem oz. odvisnost je bolezen celotne družine, skupaj z odvisnikom zbolijo tudi svojci

(partner navadno pgori, postane depresiven, otroci se umaknejo, zaprejo vase, privzamejo destruktivne vzorce vedenja ali uporniško držo ...). Svojci se zdravijo skupaj z odvisno osebo in predelujejo svoje vzorce delovanja v odnosu. Terapija je lahko družinska ali skupinska.



Kako vse ljudje zanikajo, da so odvisni, in kdaj potem spoznajo, da so – obstaja morda kakšen prelomni dogodek?

ML: Običajen obrambni mehanizem, kot sta zanikanje in projekcija, odvisno osebo obvaruje pred resničnostjo njene lastne odvisnosti. Kadar se ji sesuje življenje, pa navadno uvidi, da ima problem.



Ali imajo odvisniki pogosto tudi težave z lastno identiteto ali s kakšnimi duševnimi boleznimi?

ML: Zagotovo. Kot sem že omenila, ljudje svoje nerazrešene travme, spoznanja o sebi, dvome, spolno identiteto, depresije, stiske velikokrat lajšajo z zlorabo alkohola, tablet in drugih substanc. Temu pravimo »samozdravljenje«, trenutna omama jim namreč pomaga ali izboljša njihovo razpoloženje, jih sprosti ...



Kako pristopiti k nekemu, za kogar vemo ali sumimo, da se bori z odvisnostjo? Kaj lahko naredimo za drugega, pa še vseeno ostanemo korektni?

ML: Oseba, ki je razvila odvisnost, se bo v veliki meri branila oz. zanikala težave in bo do pogovora ali pomoči morda odklonilna. Morda je dobro, da ji damo vedeti, da je ne obsojamo, da poskušamo razumeti, da je v sebi »nekaj več« kot samo pijana pojava, in je s tem ne stigmatiziramo. Ljudje si predvsem želimo biti slišani in razumljeni, na kar pa danes velikokrat pozabljamo.



Zakaj je še vedno tako zelo prisotna stigmatizacija in posledično izločitev odvisnikov iz družbe?

ML: Odvisno kje; ponekod je stigma še močna, drugod se o tem že govori in predstava »vaškega pijančka« se rahlja. Pomembno se mi zdi predvsem razumevanje, da za pijano ali zadeto osebo stoji človek v stiski, ki mu ponudimo roko. Vsi se na različne načine spoprijemamo s težavami, eni pri tem izberejo manj, drugi bolj destruktivne načine vedenja. Tako kot je bolezen depresija, je bolezen tudi odvisnost, ki jo – če nanjo pogledamo s pravega zornega kota – vidimo mnogo jasneje in brez predsodkov.

LJUBEZEN, ŠOLA, ŽIVLJENJE

Pogovor s štirimi člani društva Anonimnih alkoholikov*

*V odgovore intervjuvancev smo lektorsko in uredniško kar najmanj posegale, da bi ohranile njihovo neposrednost.



Kako se je začela vaša izkušnja z odvisnostjo?

M.: Prvič sem se soočil z alkoholom pri petnajstih letih, ko so me dali v uk za poklic. Takrat so sodelavci po službi precej pili in sem se jim pridružil. Že takrat sem ugotovil, da bo alkohol moj stalni spremljevalec. Po nekaj kozarcih vina mi je postalo jasno, da bo to za mojo bolezen, ki sem jo vlekkel že iz primarne družine in sem jo kasneje poimenoval »nesposobnost imeti pristne medčloveške odnose«, najboljšje zdravilo. In tega zdravila sem se držal celih trideset let. Uničilo mi je trideset let življenja. Jaz sem namreč že takoj, ko sem prvič okusil alkohol, postal alkoholik. Tako zelo sem potreboval to sestavino. Seveda danes vem, da je alkohol pri mojih težavah, ki sem jih imel že kot mladenič, ubijal tri muhe naenkrat. Prvič mi je dajal lažni občutek, da jaz nekaj sem. Drugi lažni občutek je bil, da bom na tem planetu s temi zemljani zmogel živeti. In tretjič, dobesedno mi je omogočil, da sem delal samomor. Že kot mlad fant sem imel toliko težav, da sem si želel, da me ne bi bilo, in sem se zato opijal do onemoglosti. Kasneje sem svoj organizem strenal, da je prenesel ogromne količine alkohola, in tako sem v ponarejenem življenju živel celih trideset let.

B.: Danes se ne sprašujem o vzrokih za svoj alkoholizem, ker sem med prijatelji dobil odgovor. Je pa seveda dejstvo to, da sem že v otroštvu imel tipične značilnosti alkoholika. Pogosto mi je bilo nerodno, ta nizka samozavest je bila tipična. Veliko težav sem imel, igral sem nekega frajerja pred sošolkami in sošolci. Alkohol sem spoznal že v osnovni šoli. Moj oče je bil tudi alkoholik. In od takrat naprej sem alkohol uporabljal povsod, bil je moje orodje. Odstranil je vse moje težave, lahko sem bil dasa, frajer, a le navidezno. Potem je tako šlo naprej. Lahko rečem, da si nisem želel te odvisnosti. Kako naj jaz pri šestnajstih, sedemnajstih letih, kljub vsem opozorilom profesorjev, staršev, prijateljev, vseh punc, ki sem jih imel, vem, da to pelje v alkoholizem? Tega si nisem mogel predstavljati niti si nisem upal. Ves čas sem to počel, pil sem vsak dan, in seveda je pripeljalo do nekega stanja, ko enostavno nisem mogel več ven. Potem pa kljub temu da se zavedaš, prideš tako daleč, da ne moreš izstopiti, tudi če si želiš. Deset let sem si želel, da bi nehali. A ko sem prestopil mejo, enostavno ni šlo več.

J.: Moj pradedek je bil alkoholik. Moj dedek je bil alkoholik. Oba sta bila fotografa, tako kot jaz. Nekaj je bil ta vzorec, ki se vleče preko generacij, nekaj pa tudi to, kar mi je dala primarna družina. Dala mi je to, da sem bil zelo nesamozavesten, vedno me je bilo strah, kako bom jaz neke določene težave zmogel. Po srednji šoli sem se zelo hitro poročil, pri dvajsetih letih. To odgovornost do življenja sem prevzel in tudi v poklicu sem bil zelo uspešen; bolj sem bil uspešen, več sem pil. Najprej sem bil dolga leta »vikend pivca«, potem pa seveda alkoholizem počasi napreduje, tako da sem na koncu, ko sem imel štirideset let, ugotovil, da tako ne morem več živeti. Zgodila se je tudi ena stvar; takrat je imel moj sin dvajset let in sem ga nekaj zaradi šole provociral in mi je zabrusil: »Jebi se, pijanc.« In to me je nekako pribilo, potem sem začel iskati pomoč in sem že naslednji dan pristal na prvem srečanju Anonimnih alkoholikov. Srečanja sem obiskoval skoraj vsak dan in začel sem tudi vzdrževati svojo abstinenco. In ta abstinenca se je kar nadaljevala. Delamo po programu dvanajstih korakov. Program mi ne omogoča le tega, da ostanem trezen, temveč tudi to, da izboljšujem svoje življenje in poskušam iz sebe narediti boljšega človeka. Med alkoholiki sem našel svojo družbo, v kateri lahko odkrito govorim o svojem življenju in alkoholu, ker smo enakomisleči, in to mi daje nekako »podrčko«, da lahko iz sebe naredim boljšega človeka. Zelo rad hodim na srečanja, to je zame ena najboljših psihoterapij. Poskusil sem

marsikaj, obiskoval sem druge psihoterapije in razne psihoterapevte, ampak ta srečanja so mi res dala najboljše rezultate. Zdaj abstiniiram že več kot sedemnajst let.

D.: Jaz vsaj polovico svojega pitja nisem imel nobenega odnosa do alkohola. Alkohol mi nikoli ni bil nekaj z veliko začetnico, sploh se nisem zavedal, kaj pitje pravzaprav dela. Pitje je bilo družabna zadeva – ko se mulci dobimo, spijemo. Prvič, ko sem se napil, sem si rekel, da ne bom nikoli več. Bilo mi je slabo, vse me je bolelo, ampak očitno sem se rodil kot alkoholik, ker ta norost – kakor je to noro, sem se čez par mesecev spet. Seveda se je to kasneje stopnjevalo. Alkohol mi ni dajal samozavesti. Tistih par minut je bilo fajn ... Jaz sem bil vedno premalo pijan ali pa preveč, ravno prav je bilo vedno le kratek čas. Alkohol mi je dajal lažen občutek, da je svet neoprijemljiv in da je vse v redu. Veliko sem se družil, veliko smo se pogovarjali in se smejali. Tako da meni alkohol kot tak ni bil v kakršnokoli pomoč, na njem nisem gradil. Pri štirinajstih približno sem se ga prvič napil, do takrat pa sem bil zelo proti alkoholu, proti cigaretam, ukvarjal sem se s športom. Športniki ne pijejo, ne kadijo in temu sem tudi sam verjel. Kasneje je prišla neka družba in smo se začeli malo opijati in pri meni je šla ta pot navzdol. Pil sem 22 let in še danes alkohola ne vidim kot nekaj, kar bi mi karkoli dalo, mi je pa naredilo ogromno škode.



Katere čustvene potrebe vam je zadovoljeval alkohol, kakšno vlogo je imel v vašem življenju?

D.: Potem ko sem začel ugotavljati, mi je postalo jasno, da mi je alkohol dal instant čustva. Z alkoholom sem lahko bil zelo vesel, lahko sem bil totalno samousmiljen. Lahko sem se jokal sredi oštarije. Pa je kdo prišel k meni in je rekel: »Kaj ti pa je?«, pa sem ga v kurac poslal: »Ti boš mene zajebaval, a ne vidiš, da jokam, to je moje, bejž!« Lahko sem bil grozno prijazen, lahko sem pel. Bil pa sem lahko tudi agresiven. Trije piri so bili pri meni stvar, da sem lahko pritisnil na katerokoli tipko čustev, ki jih sam tisti trenutek nisem čutil, da bi bila moja, ane. Na nek način sem jaz zlorabljal alkohol. No, saj sem ga. Velikokrat se je potem govorilo, koliko smo ga srali. Ampak če zdaj pogledam nazaj, tudi eno pitje pri meni ni bilo brez posledic in posledice so bile vedno slabe. Nikoli ni bilo to neko blazno žuriranje, ker je tako kratko trajalo. Hitro sem se napil, par minut je bilo fajn, potem je pa šel film v maloro. Da bi jaz rekel, da sem kdaj pil zaradi žalosti ali zaradi veselja ali zaradi nekkih travm v življenju – pravzaprav nisem. Alkohol je bil moj sopotnik. O tem sem veliko razmišljal. Ni bilo nekkih takih hemingwayevskih zadev, ko bi se mi nekaj zgodilo in bi šel potem upravičeno pit, jaz sem šel upravičeno pit zaradi vsega. Vse je bilo dobro. Če je sosedova mačka crknila, smo šli pit, ane. Jaz res mislim, da je bil alkoholizem meni enostavno dan – ne glede na to, ali bi bil iz takšne ali drugačne družine –, jaz sem se enostavno s tem rodil.

B.: Imel sem nekaj strahov. Omenil sem to slabo samopodobo in to, da je bil alkohol moje orodje. Če gledam od samega začetka, naj bo to test v šoli, kontrolka ali karkoli ... Vprašan bom? Eh, bom šel prej ene dva spiti. Pa potem ni bilo toliko treme in sem speljal. Ali pa je bil to izpit za avto, izpitna vožnja. Prej sem tri vodke butnil. Jaz sem pijan izpit za avto naredil. Mislim, pod vplivom alkohola. Pa pustimo zdaj tisto: »Če se dela plata na bajti, jo je treba zaliti.« Saj jo je res treba zalivati, ampak jaz to drugače razumem, jaz jo zalijem tako ... Ko se hčerka rodi, je itak treba. To so brezvezne fore, to je normalno. Ampak jaz moram pa povsod. Trema. Ne vem, v srednji šoli, seminarska naloga. Nastop pred štirinajstimi

sošolkami. Jaz moram spiti, da mi ni nerodno. Prvi randi z novo punco. Grem na dva pirčka, pa je. Da mi znese. Sploh nima veze, pol to postane moje orodje, ane. Pa sem prej še pozabil povedati: s tem načinom je prišlo tudi do premikanja mej. V šoli so me pogruntali, v službi so me pogruntali, zamujal sem v službo. Ampak vse, kar je bilo prvič, je malo bolelo. Ko je bilo drugič, ni več toliko bolelo. Ko sem tretjič pozabil otroka v vrtcu, sploh ni več bolelo, ker sem vedel, da je tam pri snažilki. Doma so me bili itak že navajeni. Ampak tako je nekako prišlo. Potem pa prepričevanje samega sebe: saj sem samo enkrat avto razbil. Saj sem samo enkrat izpit izgubil. Saj sem ga res samo enkrat, začuda. Ampak premikam meje naprej, in kam me to pelje? V to res neko glupo obnašanje, jaz pravim, da postanem opica, nič ne dojamem. In samo nadaljujem, nadaljujem, nadaljujem, kdaj je zadosti? A je res tam, kjer bom crknil? Konec koncev so mi doktorji rekli: »B., umrli boste. Umrli boste, če boste še pili.« In kaj naredim? Pozabim, grem na pir, »saj grem samo na enega«. To premikanje mej pa pelje do faze, ko sem tik pred smrtjo.

J.: Pri meni je šlo za omamo. Meni je omama ustrezala. Alkohol je bil zame kot anestetik, odvzel mi je vse skrbi, ki sem jih imel. Ne vem, ali sem bil tako vzgojen ali sem bil tak rojen, da sem bil zelo zelo odgovoren do dela. Niti enkrat nisem bil pijan v službi. Niti enkrat nisem zamudil v službo. Ko sem prišel na AA, sem imel doma še hišo, avto, službo, ženo, otroke, vse. Skratka, nisem izgubil nekkih stvari, moje življenje ni šlo izpod kontrole. A nisem prenašal te močne odgovornosti, ki sem jo imel v sebi do dela, do družine, do vsega. In sem se potem s tem alkoholom nagrajeval. Cel teden sem lahko delal v službi, kasneje sem imel tudi svoje podjetje, precej zaposlenih, in nisem pil do petka. V petek popoldne sem pa vedel. To je pa dan za žur. In takrat sem se odklopil. Dolga leta sem bil »vikend pivca«, ampak posledice pridejo, ane. Zaradi alkoholizma, tako ali drugače, so tudi pri meni prišle posledice. Na primer: ko smo bili v eni gostilni in sem ga imel že malo pod kapo, sem sina nekaj provociral zaradi fakultete. Alkohol je spremenil mojo zavest. V alkoholiziranem stanju sem delal ali pa govoril stvari, ki jih nikoli ne bi, če bi bil trezen. In je pripeljalo do tega, da me je imel on, takrat dvajsetletni fant, že zadosti. In je rekel: »Jebi se, pijanc.« In je šel deset kilometrov domov – ni ga bilo mogoče ustavit –, peš. To je bil v bistvu moj poden. Ko sem vedel, da tako ne more več naprej. Posledice so se odražale tudi med mano in odnosom z bivšo ženo. Ona je zanikala moj alkoholizem. Takrat, ko sem se začel zdraviti, ni priznavala mojega alkoholizma, rekla je: »Moj dedek je bil alkoholik, smo ga iz jarka ven vlekli, ti pa piješ samo tako, v družbi, pa ko se veseliš.« Ampak dejansko sem jaz potem na koncu pil tudi zvečer, ko so vsi zaspali. In posledice so se odražale tudi na zdravju. Zbudil sem se ob treh zjutraj in meni je srce tako razbijalo, da mi je hotelo ven skočiti. V bistvu sem imel že ene vrste srčno aritmijo. Poznalo se je tudi že na moji koncentraciji. Skoncentriral sem se že težko. Ogromno na medsebojnih odnosih. Ker pijanski ego je močan ego. To sem jaz šele potem spoznal, na AA-ju. Mislim, da je prav samo, kakor mislim in delam jaz, in nisem sprejemal mišljenja drugih ljudi ali pa družine; to ni bilo dobro.

M.: Pri Anonimnih alkoholikih sem v teh dolgih letih treznosti večkrat delal inventuro svojega življenja in analiziral svoj alkoholizem, ki je trajal, kot sem povedal, že od mladih nog, od petnajstega leta naprej. Takrat sem namreč ugotovil, da bom težko shajal, da bo to življenje zame preveč naporno. In kako bom jaz sodeloval s temi zemljani, kot pravim jaz, s temi prebivalci tega planeta. Zelo težko. Jaz jim nisem zaupal že od otroštva, popolnoma nič, jaz nisem zaupal v nobeno stvar, v nič, kar

leze in gre. Bal sem se ljudi, izogibal sem se jim. In je bil zame potem velik napor se jim približat. Spomnim se, ko so govorili med sošolci v osnovni šoli: »Ja, veš, za nardit otroka boš moral ti dat lulčka ženski med noge, ker ima tam eno lukno.« Madona, sem si mislil, kako bom jaz to zmogel? In sem si toliko belil glavo s tem vprašanjem, kako bom jaz to zmogel. In seveda potem so prišla leta, ko je bilo treba to raziskovat in mi je bil alkohol v veliko pomoč. Seveda to ni bila rešitev, bil je en velik problem. Čim sem postal alkoholik, nisem več imel sposobnosti vzpostavljanja pristnih odnosov, še posebej s punco. Meni je potem alkohol hitro odvzel tisto najbolj bistveno sposobnost, ki jo ima človek: čutiti prijateljstvo in ljubezen. Ker alkohol potrebuje človeka zase. In alkohol je mene imel. Jaz sem pa imel njega. Hitro je ta odtujenost od ljudi postala še globlja. Namesto da bi se zblížal z njimi, sem se vedno bolj oddaljeval. In žal sem to delal celih trideset let. Zato nisem uresničil nobenih želja, ki sem jih imel kot mlad fant, da bi si ustvaril družino, da bi imel ženo, otroke, dobro službo, izobrazbo, nič od tega nisem uresničil.



Kaj je bila tista prelomna točka, na kateri ste se soočili s tem, da imate problem, in ste se potem tudi odločili poiskati pomoč?

B.: Če lahko samo še dodam nekaj od prej, pa bom potem nadaljeval. Danes tako fajn vidim, ane. Enostavno rečem, da sem pil zato, ker sem pijanc. Ta odgovor mi je bil podan tudi tukaj, med mojimi prijatelji in prijateljicami. Takrat se nisem zavedal, danes pa vidim, da je bilo to največkrat zaradi čustvenih zadev. Potem pa je prišla še ena faza, ko sem bil že tako daleč, ko nisem pil zaradi tega, ker me je bilo strah, ker mi je bilo nerodno itd., ampak samo zato, ker sem rabil, ker je bilo fizično treba, ker so bile abstinencijske krize tako močne, da sem moral spit, ker je bilo tako grozno. Da sem se nehal trest, da sem nehal kozlat – jaz sem vsak dan kozlal ne vem koliko let. Fizična potreba po alkoholu je bila tako močna, da enostavno nisem mogel nehat. Čeprav sem dolga dolga leta vedel, da sem alkoholik, a sem ga tako rabil, da nisem mogel ven. Fizičnih posledic je bilo pa veliko. Psihične sem spoznal šele tukaj. Prelomna točka je bil verjetno seštevek, vsota. Milijon pizdarij ena na drugo. Dejansko je propadlo vse, ne samo jaz, ki sem propadal psihično in fizično. Dejansko nisem bil sposoben nič, tudi delat nisem več bil sposoben, ne vem, kako so me v službi gledali. Nekaj malega sem še naredil. Familija? Itak, s takratno ženo sva se razhajala. Otrok? Srat me prime, kocine mi grejo gor. Raje sem imel alkohol kot svojega lepega, krasnega otročka. Če se mi danes to zgodi, se ubijem, če bi spet kaj takega počel. Samo tako je. Taka je ta bolezen, zajebana. Rekli so mi, da bom umrl, pa nisem nehal pit. In jaz danes tako rečem, kot je v naši literaturi. Do česa je prišlo? Zdravnik meni, da mora prit verjetno do nekega spremenjenja v človeku, v pijancu. Da se to zgodi, lahko verjetno poseže vmes samo višja sila. Jaz včasih tega nisem razumel, ampak pri meni se je to zgodilo. Seštel sem vse jebe in dejstvo, da bom dejansko crknil od alkohola. Poklical sem par AA-jevcev, ker z njimi sem imel stik. In sem jih končno enkrat ubogal. To je nek tak seštevek, ane. Mi rečemo, da v enem čipu zadaj vse seštevamo. Ampak pri meni je prišlo do te milosti. Pri marsikom pa ne pride. In jaz sem čudež. Jaz sem seštevek. Mnogi pa ne seštejejo. Nimaajo te možnosti.

D.: To je tudi ena taka, jaz pravim, hemingwayevska stvar: »Jaz sem začutil razsvetljenje, pa sem nehal pit.« Pa ni bilo tako pri meni. Fajn bi bilo, pa ni bilo tako. Jaz sem svoje življenje razdeloval tako: če mi gre dobro, imam srečo, če mi ne gre dobro, imam nesrečo. Dramaturgije svojega življenja nisem pisal, jaz sem se ukvarjal z zunanjim svetom, mene pravzaprav ni bilo v mojem življenju. Jaz sem šele na AA-ju začel obračat zadeve, da sem jaz najbolj važna oseba v svojem življenju. In da imam tudi vpliv na svoje življenje. Seveda se ne zgodi zmeraj tako, kot hočemo, ampak da sem jaz tisti, ki odločam o enih zadevah. Jaz na primer sem zelo fajn alkoholik, nikoli nisem izgubil izpita. Žene nisem nikoli udaril. Bog ne daj, da bi otroke v vrtcu pozabljal. Ker nič od tega nisem nikoli imel. Jaz sem res živel kot tele. Kar pač bo. Tudi punce, ki sem imel ... jaz sem jih, zdaj tako rečem, z lahkoto osvojil, trezen



Janja Majzelj

||

||



||

||

in stvari

lahko. Ampak sem s pijačo vse podrl. Isto je bilo v službah. Jaz sem službo delal in sem bil, kakor se reče, priden delavec, ampak je potem šlo samo še navzdol. Zmeraj je alko vse podrl. In sem nekako obupaval nad tem kurčevem življenjem, kjer se je treba nekaj matrat. In seveda, ker se nisem hotel matrat, sem ta naš prvi korak naokoli obrnil. Jaz sem pijanc, pijem, ni mi treba več nobenega izgovora, nobenemu nisem nič dolžen. Saj večina že zdavnaj ni hotela imet več opravka z mano, ker sem bil neodgovoren in vse, kar zraven spada. In sem rekel: »Če sem pijanc, pijem, dajte mi gmah.« In kje se najlažje pije, če si tak kaliber kot jaz? Ja, med klošarji. Tam je najlepše. Tam ni odgovornosti, lepo čičkaš na štengah pri Tromostovju, gledaš tisti beden folk, ki hodi mimo, urihtan, v kravatah, ki nima pojma, kaj je življenje. Mi seveda imamo. To so bile te pijanske utehe, da je moj ego sploh lahko preživel. Če bi jaz sebe videl v resnici, kakšen sem, bi po moje šel pod vlak, takoj. In hvala bogu tega nisem videl na ta način – koliko sem že na koncu. In jaz nisem imel več v mislih niti, da bi nehal pit. Jaz sploh nisem ničesar več imel v načrtu. Fural sem še neko junaško samousmiljenje. »Kako si, D.?« »Dobr. Kva me sprašuješ, pizda, kako sem, ane?« Te bolne zadeve. In meni se je zgodilo tako: če sploh lahko govorim o kakšni prelomnici, da je takrat na štenge prišla – zgleda, da moj bog ima res čas, da se je tako z mano ukvarjal in je poslal eno punco, ki je bila AA-jevka in je bila ravno takrat v recidivu. In jaz sem imel tisto obdobje, pobiral sem mačke, pse, ženske, klošarje, kriminalce, kurbe, vse je bilo pri meni doma. In je seveda rekla, če je lahko pri meni, sem rekel valjda. Ene par mesecev sva pila skupaj kot norca in potem je ona nehala pit. Enkrat sem prinesel par litrov vina domov, tako kot mož prinese zalogo, da poskrbi za žensko, in je rekla: »Ne pijem.« »Kaj si bolna, al kaj?« »Ne, ne, ne pijem, spet sem začela hodit na AA.« O AA jaz nisem res nič vedel. Ena Betty Ford mi je šla po glavi, nekje tam v Ameriki, kjer se neke filmske zvezde nekaj grejo. Za zdravljenje sem vedel, ampak to ni bilo zame, ker že deset let nisem imel zavarovanja niti redne službe. In sem jo vprašal: »Kdo je tam?« Je rekla: »Taki pijanci, kot si ti.« Sem rekel: »Veš kva, hvala lepa, poln kurac imam jaz takih pijancev, kot sem jaz.« Potem pa je tisti stavek dodala, mogoče je bila res to prelomnica, ja: »Ampak ne pijejo.« In mi je kar zabliskalo v glavi, ker pijanec pije. Ne more bit pijanec, če ne pije. Očitno sem jaz imel še neko željo po samoohranitvi in potem sem šel na AA in so se stvari začele obračat, kakor so se. Ampak jaz takrat še sploh nisem vedel, da imam željo karkoli spremenit. Ker sem svoje življenje nekako odpikal: dajte mi mir. In sam, če se to ne bi zgodilo, nikoli ne bi nikamor šel, ne bi nehal. Ker tega sploh ni bilo več v meni.

J.: Ja, prelomnica. Jaz tudi pravzaprav ne vem, kaj se je zgodilo, da sem začel iskat pomoč. Ker jaz sem sam prišel po pomoč. Tako kot je B. rekel – skupek vsega, skupek stvari, ki so se dogodile. Na primer, jaz sem se znašel zjutraj ob enih nekje pijan in sem govoril stvari, za katere me je danes sram, ali pa tudi delal stvari, za katere me je danes sram. Meni je alkohol tako spustil ventile, in ne vem, jaz sem kar tam ogovarjal neke punce, pa skratka ... To nisem bil jaz, ne. Mislim, to sploh ni v moji naravi, trezni naravi. In enostavno nisem več mogel, nisem več mogel živeti takega bednega življenja. In odvisnost napreduje, in tako kot je bilo včasih pitje družabno, je potem postajalo zmeraj bolj odvisniško. In je v bistvu alkohol vodil moje življenje, ne jaz. In to tako, no, jaz tudi ko delam inventuro za nazaj, kako, kakšne posledice, na primer, je imela moja družina, se pravi otroci pa bivša žena, seveda so imeli posledice, vsi, ker alkoholizem prizadene celo okolico, kjer živiš. Jaz si nekaterih stvari nisem mogel odpustiti. Na primer tega, da se nisem ukvarjal z otroki toliko, kot bi se moral. Ker v moji naravi je bilo tako, jaz ... Ko je prišel klic iz divjine, se pravi želja po pitju, mene ni ustavilo takrat nič in sem šel. In dejansko, ko sem doumel, potem ko sem bil leta trezen, da sem bil do svojih otrok samo več ali manj fizično prisoten, ne pa čustveno, je bilo to kar hudo predelat. In jaz, ne vem, zgodil se je en klik, ko je pač prišlo do tega, da sem začel iskat pomoč. Danes, če pogledam na primer moja dva sinova, sta že precej odrasla, eden gre že proti štiridesetim. Je bilo tisto, kar so me naučili: naredi čisto hišo doma. Čista hiša pri

nas pomeni, da ni alkohola v hiši. Ali pa nikakršnih drugih opojnih substanc. Takrat sta bila moja dva sinova adolescenta. In ko sem to mejo tudi doma postavil, je vplivalo na njun nadaljnji razvoj in jaz sem nekako ta alkoholizem – v naših rodbinah gre iz roda v rod – prekinil. In moja dva sinova danes ne pijeta alkohola. In jaz vem, da ne zaradi tega, ker tukaj nista imela, mislim sta imela, ampak sta imela od nekega trenutka očeta, ki je bil trezen. Ja ... ta razlog, ne. Jaz se spomnim zadnjega pitja ali pa predzadnjega. To je bil božični večer, ko so starši prišli na večerjo, in sem takrat eno ribo spekel pa sem si rekel: »Ne bom šel v klet po drva za kamin, ne bom, ker če bom šel dol, bom pil.« Ampak sem točno naredil. Že medtem ko so bili na bisku, sem šel dol in spil enkrat, dvakrat, trikrat, štirikrat in sem potem nekako pristal pri polnočnici, ne vem kako, tam v Črnučah, in gledal Marijo in jokal Mariji – to je alkoholna bebavost, alkoholni jok. In sem rekel: »Marija, pomagaj mi!« Ja, mislim, danes se lahko temu nasmejim, ane, to je fajn, da se tudi nasmejim svoji norosti pa svojemu alkoholizmu. Ampak ta pot, ki sem jo tukaj spoznal, na AA-ju, je neprecenljiva, ker to je življenjska pot, to je šola življenja, in to je res super stvar. Hvala.

M.: Bom še jaz dve besedi povedal. Jaz sem namreč v vseh tridesetih letih svojega pitja prikrival svoje pitje. Bil sem prepričan, da okolica ne ve za moj propad – seveda sem se s tem tolažil. Svoje možgane sem pa stoprocentno prepričal, da jaz alkoholik nisem in da mi alkohol ne bo nikoli škodil, ker alkoholiki so tisti drugi. Tisti pijanci, tisti, ki so se zdravili, tisti, ki hodijo k AA, ali karkoli že. Da meni alkohol ne bo prizadejal takih hudih stvari, kot je drugim ljudem. Pa sem se krepko motil. Globoko v sebi pa sem vseeno vedel, da sem alkoholik, in sem tudi rad prebiral razne članke, knjige o alkoholizmu. Ampak najhujše pa mi je bilo tisto spoznanje, da je za rešitev te bolezni treba stopit k tistim ljudem, ki imajo podobne težave, ki imajo torej enake težave, kot jih imaš ti. To sem ničlikokrat prebral v raznih odgovorih, ki so jih zdravniki dajali ženam in materam alkoholikov. To je bilo zame nepojmljivo. Stopit k tistim ljudem in s tem priznat, da sem alkoholik. To pomeni: tisto, kar sem prikrival trideset let, bom moral zdaj razkrit. To je bilo zame nepredstavljivo, najbolj boleča stvar. Vendar se je potem zgodila, ker namreč bolečin, ki jih je meni povzročil alkohol v tridesetih letih ... Jaz sem imel 10 000 dni alkoholizma, od tega sem imel 9 000 dni hudih zastrupitev in mačke, ki sem jih doživljal, in seveda ob tem bolečine, ko sem zvít v klobčič ležal pod tušem in bruhal zeleni žolč, da je voda tekla iz tuša name, dokler ni zmanjkalo tople vode, in seveda potem dve uri z mokrimi, hladnimi krpami na glavi, nič koliko tablet, kapljic za oči. In seveda to so bolečine, ki jih ne zna opisat noben pisatelj in ki jih verjetno tudi bralec ne bi znal prebrat, ampak jih dobro razumemo mi tukaj, prijatelji pri Anonimnih alkoholikih. Potem sem pa seveda doživel totalni propad. Delat nisem bil več sposoben. Tega me je bilo najbolj strah. Da bo nekoč okolica izvedela, da sem jaz propadel. In srečo sem imel, da sem takrat spoznal svojega rešitelja. Lahko rečem poslovnega partnerja, ki me je napolil na AA. On je bil namreč AA-jevec. Na neki zabavi sem sedel zraven njega in je imel celo AA-jevski kartonček v žepu. In mi ga je dal in rekel: »Evo ti, pojdi k Anonimnim alkoholikom in mogoče se boš rešil alkohola.« Mogoče si je mislil »mogoče boš postal celo človek«, tega mi sicer ni rekel, ker bi jaz znorel, ampak dejansko je imel prav. On je takrat opravljal naš dvanajsti korak: posredoval mi je AA-jevsko skrivnost višje sile, ki prinese odrešitev. Hvala.



Kaj vam je AA dal?

M.: Ja, lahko kar jaz nadaljujem. Alkohol me je v tridesetih letih obdaril oziroma obložil z najslabšimi človeškimi lastnostmi, ki so na tem svetu. Od zavisti, sovražnosti, nekolegialnosti, dobesedno bi se lahko reklo, da me je alkohol naredil – po slovensko se reče – zleht človeka. S takimi lastnostmi je seveda nemogoče živeti, kot sem prej povedal: odvzel mi je sposobnost čutiti prijateljstvo, ljubezen in imet kakršnekoli pristne medčloveške odnose. To je pekel. Brez tega se ne da živeti. In seveda, dlje kot je to trajalo – in pri meni je trajalo celih trideset let ... Je bilo potem, ko sem postal član Anonimnih alkoholikov, zame

to kar ena naporna pot, ampak sem hvaležen, da nisem takoj zapustil AA, ker to se pogosto dogaja ... V prvo sem prišel kot en zunanji opazovalec in sem možganom takoj naročil: »Pusti te ljudi pri miru, oni samo klobasajo, kdo ve, kaj bojo zahtevali od tebe.« Nisem jim zaupal. Kaj oni od mene pričakujejo, a bom jaz poslušal njihove težave, a ima smisel, da jim govorim o svojih težavah, saj ne morejo razumeti mojih težav. Na koncu koncev sem si premislil. Še alkohol mi bojo vzeli. Ker jaz sem si v vseh tridesetih letih večkrat delal neke načrte, kako bom prišel do rešitve, da bom nehal pit. Ampak istočasno sem se pa upiral temu, ker je bila pač potreba po alkoholu tako velika. Jaz brez alkohola nisem mogel živeti, in to ni šlo skupaj: želel sem nehati, ampak brez njega se ni dalo živeti. Tako da je bila potem tista prelomnica zame v drugo, ko sem prišel in ko sem se s solznimi očmi takrat predstavil veliki skupini neznanih ljudi in ko sem priznal ... Ko sem se predstavil, sem povedal svoje ime in sem dodal besedo »alkoholik«, takrat se je zvilil en velik kamen z mojega srca, in vem, da je to bila prelomnica v mojem življenju, da sem s tistim priznanjem povedal vse. Moji prijatelji AA-jevci so to razumeli ... Jaz sem s tem priznal, da je z mano vse narobe. S tem, ko sem izgovoril, ko sem povedal, da sem alkoholik, sem priznal, da nisem tako fajn človek, kot sem se predstavljal na zunaj, torej da je z mano vse narobe, in jaz sem s tem – to je prvi korak, ko sem priznal, da sem popolnoma nemočen pred alkoholom in da je postalo moje življenje neobvladljivo ... Jaz sem usekal po enem štriku, po eni špagi, da je ta alkohol res zletel v kot, da sem se ga rešil, jaz sem pa ostal pri ljudeh, ker sem namreč celo življenje živel samo z alkoholom, z ljudmi pač nisem bil sposoben živeti. In takrat sem delal ta naš prvi, najbolj pomemben korak od dvanajstih, to priznanje, in to me je ohranilo, da sem ostal pri Anonimnih alkoholikih, torej pri ljudeh. In takrat se je začelo moje okrevanje, da sem počasi pridobil pozitivne lastnosti, brez katerih se ne da živeti, torej spoznat prijateljstvo, solidarnost in še in še. Hvala.

D.: Meni je fajn tista prisposoba, ko so v Ameriki čakali zeleno karto, da so začeli novo življenje. Tak občutek sem jaz dobil, pa ne takrat na začetku, ampak zdaj tako čutim. Izhoda jaz seveda ne bi našel. Že na prvem srečanju, ko je bila pavza vmes po eni uri, sem začutil tako olajšanje, da še zdaj ne znam čisto ubesedit. Po veliko letih sem začutil eno tako ... Ja, kot da bi enih par ton s hrbta dal dol. Ker ti ljudje, ki so bili tam, so ... sem jih začel čutiti, so govorili nekaj, kar je bilo meni blizu. Jaz se leta nisem ... jaz se nikoli nisem na tak način pogovarjal, govoril o sebi. V glavnem, potem je bila pa ena velika zabloda tudi pri meni dolgo časa, da sem mislil, da sem v redu človek, če ne pijem, potem sem jaz v redu, jaz sem najbolj v redu, jaz nimam napak, jaz samo preveč pijem, in če bom nehal pit ... To je bila moja mantra dolgo v moji glavi, ker so tudi drugi okoli mene govorili: »Ti si tako fejest ... ampak preveč piješ.« Noben mi ni rekel »nehaj pit«, ampak »preveč piješ«. To je mene skoz jebalo, da nimam mere. No, in potem se je zgodilo po enih dveh letih: bil sem z enim AA-jevcem, starejšim od sebe, in me je vprašal, če poznam sebe, če jaz sebe poznam. In sem tako odgovoril: »Ha, koga boš pa poznal, če ne sebe?« No, to je bila ena mojih večjih laži v mojem treznem življenju. Drugo vprašanje pa je bilo, če sem iskren do sebe, in odgovor je bil enak: »Ja, pizda, do koga boš pa iskren, če ne do sebe.« No, to sta bili dve totalni laži, ki se ju sploh nisem zavedal. Jaz nisem poznal sebe in jaz nisem bil iskren do sebe. Mene noben ni znal tako nategnit, kot sem jaz samega sebe. V katerikoli stvari, še zdaj imam veliko tega. Na primer, eden izmed mojih krasnih nategov je »bom jutri«. No, in ja, res, on mi je dal to, da sem začel počasi tegale D.-ja spoznavat, z vsemi dobrimi in seveda tudi slabimi stvarmi, in sem bil počasi lahko iskren in sem si te stvari priznal, ker to ni glih najlažje. In jaz se prvih petnajst let AA-ja še zmeraj nisem s sabo ukvarjal, ker je to težko ali pa najtežje. Jaz sem lepo na AA hodil, sem bil tako v redu AA-jevec, ane, ful sem dvanajsti korak delal – ker z drugimi se je zelo enostavno ukvarjal, s sabo se je pa težko. Nisem pa nič izgubljal, jaz sem tudi pridobil, ker program je šel vame, jaz sem bil veliko na AA-ju, veliko stvari se je dogajalo in seveda tudi izkušnje drugih so me počasi lupile kakor čebulo. Potem sem pa seveda en odnos končal po tem drugega

začel, ampak ta je bil pa z AA-jevko. In tukaj je pa hudič vzletel. Ker z AA-jevko je pa malo zajebano. Ker tam pa ne moreš manipulirati, ker ona čisto isto ve kot jaz. Še hujše, še ženska je, jebemti, to te čisto zjebe. In seveda so bile stvari malo tako ... da nisem več mogel toliko manipulirati pa igrati velike živine, čeprav sem hotel. Seveda jo imam tudi rad, ane, in na nek način me je tudi ego malo jebal. In takrat sem jaz počasi začel sprejemati, da sem navaden človek, to pa pomeni, da se mi ni treba ven metati, da mi ni treba bit najslabši, da mi ni treba bit najboljši. Da sem lahko navaden človek, tako kot tisti, ki čisto brez zveze živijo. In valjda, AA mi je dal tudi veliko miru. Je pa moje življenje zdaj samo v tem drugačno – če tako rečem, drugačno je v vsem, ampak če bi na grobo povedal: ko sem prišel na AA – M. se spozna na to, kaj je burja, ker je pomorec, pa vidva tudi, saj ste vsi pomorci. Burja je ena taka zajebana stvar, ki na vse piha gor, gor, valovi gor in tako je bilo moje življenje: enkrat sem bil gor, enkrat sem bil čisto dol, enkrat v božji materi. AA mi je dal pa malo jugota, se mi zdi. Valovi so se začeli – seveda so bili valovi –, ampak se je nekako dalo predvideti, kako bo življenje šlo. In še zdaj: včasih sem malo gor, včasih sem malo dol. In v bistvu so ti valovi še manjši, to je vse program, da imam jaz sebe rad, ker to sem tudi na AA-ju prvič slišal. Nikoli pa ne bo črtica; mislim bo, ampak takrat me ne bo več. Ko naredi »piiiiip«, si *mortus*. Se pravi: črtica je grozna stvar, to pomeni nič čutiti in to ni dobro. Jaz moram danes čutiti in AA me je naučil, da čutim in bolečino in srečo, pravzaprav da znam danes svoja čustva opisati, znam izraziti, da to, kar je življenje ... Ker se mi danes zdi beseda ljubezen zelo pomembna, včasih je sploh nisem hotel izgovoriti, ker nisem vedel, kaj bi. In če bi lahko zdaj na brzino opisal AA z eno besedo, bi izbral besedo ljubezen. Ker tukaj je bilo toliko enih stvari, ki sem jih preživel v tem času. Sam s sabo, z vami, s tem deljenjem in z mentorstvom na eni in na drugi strani in vsa ta druženja, konec koncev je zdaj AA moj način življenja. Jaz vse rešujem z AA, z AA-jevci. Mi pravimo, če te čebela piči, pokliči nekoga, ane. Ker pravzaprav ni mi treba živeti sam. To je luksuz, ki ga nima vsak človek. In me tega ni sram, ane. Danes jaz komot rečem, da nečesa ne vem, in pač vprašam, zaradi tega nisem neumen, se je treba učiti, in jaz sem se veliko učil, ker sem zelo malo vedel. Tako da AA je pravzaprav zdaj pri meni celota mojega življenja. S tem, da sem z AA-jevko, s tem, da katerakoli situacija se mi zgodi, pomislim, katera AA-jevka orodja bi mi zdaj prav prišla, a ima kdo kakšno izkušnjo, pač en tak vzporeden, ne vem, kako bi rekel – AA gre vzporedno ali pa jaz grem vzporedno z AA-jem, ane. Kar se alkohola tiče, pa tako ali tako vem: zame je še vedno, ko vstanem, vsak dan najbolj pomembna stvar, da se odločim za trezen dan. Ker v moji boleznini, če ni treznosti, če popustim pri kozarcu, bom tisto, kar imam zdaj najraje, prvo izgubil. Se pravi, izgubil bom zmožnost odločanja, izgubil bom sebe, izgubil bom svoja občutenja in takega življenja si res ne želim več. Druga stvar pa je, da je tudi na AA-ju dosti špasnih stvari, jaz sem se narezal, pa tudi prej sem se veliko smejal, ampak na AA-ju ... Predvsem pa se smejat na svoj račun – to je krasna stvar za ego, in ta AA-jevski humor je tudi nekaj takega. Včasih smo se v oštariji smejali tavžnt mater, da so se tisti na drugi strani spraševali, »kaj pa pijejo, sej so čisti fukneni« ... Tako da AA ni samo neko trpljenje, kot bi kdo mislil, da mi skoz ... samo, »da ne bi šli pit«, daleč od tega. Je duhovni program, ki pa seveda dobi pravo moč, ko jaz to, kar me učite teoretično, spravim v prakso. In malo tega sem že spravil, zaradi tega sem hvaležen. In sem hvaležen tudi kakšnemu, ki pride pa ga kaj zanima, ker več ljudi, kot bo vedelo za AA – ker AA ni anonimni, mi smo anonimni –, boljše bo za vse. Hvala.

J.: Kaj je dal AA meni? Ja, pri alkoholizmu je prva stvar to, da vzpostaviš abstinenco, se pravi, da ne piješ alkohola. Mislim, če ne bi bilo Anonimnih alkoholikov, jaz ne vem, kaj bi bilo z mano, zaradi tega, ker jaz v kakšni zdravstveni instituciji nikoli ne bi poiskal pomoči zaradi tega, ker sem se bal, da bom razkrit pred svetom, pred

poslovnimi partnerji. Delal sem na več področjih, in če bi poiskal strokovno pomoč, ne bi hotel imet kartoteke, v kateri bi pisalo »alkoholizem«. In AA je bil primeren, sem rekel. Anonimni – to bo super, to bo zame. In kaj? V prvi vrsti mi je dal abstinenco, ne. Zaradi tega, ker jaz, če neham abstinirati, se meni podre celo življenje. Drugo, ta naš program dvanajstih korakov, ki ga imamo, mi daje možnost, da pogledam vase, naredim in delam iz sebe tudi boljšega človeka navsezadnje ... Se pravi, vpogled v samega sebe, to, vpogled v samega sebe in tudi v to, kaj si želim, ker jaz nisem imel ... jaz sem imel na primer želje, tako bi rekel, materialne, ampak tiste, kaj si pa jaz res želim kot J., tega pa nikoli ni bilo. Jaz sem ... tako kot pravijo – z drugimi se je najlažje ukvarjat, jaz sem delal vse za druge, mene pa ni bilo. To se pravi, da sem sebe spet najbolj nazaj dobil ... To tovarištvo tudi, tu na AA-ju je to zelo značilno, tovarištvo, in poslušati druge. Jaz nisem znal drugih poslušati, ker sem mislil, da imam samo jaz prav. Pri naših skupinah pa je tako, da prideš v skupino in samo poslušaj druge, kaj govorijo o sebi. In to mi je dalo, da sem sploh znal poslušati druge. In ne, da sem se jaz v družbi pozicioniral, da sem jaz nekaj, jaz sem pač nekaj, ampak prisluhniti moram raznoliki množici ljudi. Ker tukaj smo vse od, ne vem, zdravnikov do pravnikov do, bi rekel, smetarjev ali pa električarjev, tukaj je zelo pisana družčina, in v bistvu mi je to dalo, da sem jaz svoj ego toliko spustil, da sem začel poslušati. In ja ... to pomeni – D. večkrat to reče – »dat kronco dol, se prizemljiti«, drugače pa ja ... Dalo mi je ogromno veselja, mi se ogromno družimo, tudi izven srečanj, imamo tudi razne mednarodne konvencije, ko pridejo na primer s celega sveta alkoholiki in ti dajo eno širino, in daje mi to, da jaz nisem sam v tej zgodbi, v tej svoji zgodbi alkoholizma, ampak sem v zgodbi z eno množico ljudi, ki ne pijejo, čeprav so alkoholiki. Toliko. Hvala.

B.: Še nekaj na hitro. Saj odgovor je lahko res hiter. Imamo izkušnje, moč in upanje. Ampak seveda, ko sem prišel sem, v bistvu tega nisem imel. Je pa res, da današnji moji prijatelj AA-jevci, AA-jevke so svoje naredili. So predali sporočilo, ker so bili oni taki pa ker je srečanje potekalo tako, kot naj bi, in jaz sem sigurno videl – mogoče nisem čisto čutil tako – eno upanje, se pravi: eni ljudje zmorejo. Eden je bil kar pol leta suh ali eno leto, eden je bil deset let, eden dvajset. To je itak nepredstavljivo. Tako da to je ena stvar. Druga stvar, seveda, abstinenca, zdržat abstinenco. Jaz sem probal milijonkrat, pa ni šlo, tukaj je pa šlo, šlo. Saj mogoče samo pol ure pa spet nadaljnje pol ure, pa potem sem že dve uri zdržal in potem je prišlo do tistih znamenitih 24 ur, po katerih še danes živim. Sam tega ne bi zmogel. Potem je šlo pa naprej. Bistvena stvar je ta, da je to postal moj magnet in sem se jaz vračal, vračal ... In da je to meni postala taka radost, jaz sem res danes med temi ljudmi, rad sem na srečanjih, vse, kar imamo ... pa še naprej. V bistvu sem lahko spoznal program dvanajstih korakov. Tu sem dobil pa toliko možnosti, da se jih ne da na hitro povedati, ampak bistvena stvar je ta, da sem lahko začel delati na sebi. Jaz sem že slišal dostikrat: »Spremeniš lahko samo sebe, nobenega drugega ne.« To drži, ampak je fuuul zajebano, dá se pa. Jaz to vidim, verjetno kakšen drug tudi že. Tukaj je pa res en kup možnosti, ki mi izboljšujejo moj navaden dan, mojih 24 ur, zaradi tega programa. In jaz vem, da danes veliko stvari zmorem. Tudi moč sem omenil. Danes pa mene res ni več toliko strah enih stvari. Imam še jebe s čustvi, strahovi, še bi lahko našteval ... Ampak jaz danes s pomočjo tega programa kar sfolgam, sfolgam. In v meni je ta pijanec B., in meni je danes zelo všeč. Lahko furam z njim.

M.: Še eno besedo: jaz sem zelo hvaležen, da sem prišel do spoznanja, da je v moji glavi varovalka za alkohol pregorela, in tega se moram držati, da pač nikjer ne morem nabavit nove varovalke... In še en rek, ki se ga neomajno držim. Rek sem celo jaz sestavil in se glasi: »Treznost ni vse, toda brez treznosti je zame vse nič.«



Kaj bi rekli nekemu, ki razmišlja o tem, da bi šel na AA?

D.: Da naj pride. Potem bo pa že videl.

M.: Jaz bi rekel: »Pridi, jaz sem prepričan, da imaš pravico do sreče.«

B.: Jaz pa imam veliko izkušenj s tem, konec koncev, dežurni telefon imam, pa je na dnevni bazi tega veliko. Teško je nekemu to povedati, na oni strani, ki je še na drugem bregu ali pa se še trese. Probat na preprost način povedati: »Glej, čisto ajnfoh je, samo rit moraš vzdigniti. A zmores?« Zmorem. Pa pride miting. »Nee, pa imam danes ...« »Glej, če lahko greš po liter vina, lahko greš tudi na miting. Samo dvigni rit, vse ostalo boš tam izvedel.« Teško je povedati v dveh minutah, v petih minutah, ne morem mu reči: dobil boš to, kar imamo mi. Ne. Ampak probat na en tak preprost način pa seveda. Kaj pa delam – samo svojo izkušnjo prodajam in to je novodošlemu magnet, ker on dostikrat pojama: »Kaj sem naredil. Pa otroka sem pozabil, pa izpit sem zgubil.« »Ja, valjda, saj sem jaz tudi, mi vsi.« Tako da mu daš filing, da bo prišel v eno domače okolje, kjer je dobrodošel, samo to svojo izkušnjo prodajamo, nič drugega, mislim, dajemo. In to je za novodošlega sigurno magnet.

J.: Ja, jaz, na primer, če pridem v situacijo, se razkrijem, da sem alkoholik, in tudi povem svojo pot, kako je šlo meni. Jaz sem imel v družini to, da sem pripeljal na AA nečakinjo, od druge žene, njeno nečakinjo. Je bilo zanimivo, ne. Jaz sem bil AA-jevec, sem se ločil, sem z eno AA-jevko skupaj šel in njena nečakinja se je totalno – dvajset let stara punca – zadrogirala, alkoholizirala, ampak je nekako s sporočilom prišla do nas.

D.: Če človek na tisti strani ni pripravljen, mi ne moremo nič.

POZIV K UPRIZARJANJU IDENTITETE JE DANES VODILNO ORODJE OHRANJANJA DRUŽBENEGA REDA

Intervju s sociologinjo dr. Ksenijo Vidmar Horvat
je pripravila Helena Šukljan.

Emma – protagonistka dramskega besedila *Ljudje, kraji in stvari* Duncana Macmillana – v dialogu z zdravnico pravi, da »[n]obena stvar nima posebnega pomena. Ni uvodov, jeder, zaključkov. Ni končnih avtoritet. Nobene usojenosti ali vnaprejšnje določenosti ali velikega načrta. Zgodovine je konec. Nobenih novih idej ali doživetij ni. Nobene svobodne volje. Identiteta je konstrukt, in možgani niso sposobni objektivne introspekcije.« To je le eden izmed mnogih trenutkov, ko se sicer individualna Emma zgodba v besedilu razpre in v perspektivo postavi današnja »hitro« družbo, preplavljeno s podobami, ter odpira vedno nova vprašanja o povezavi sodobne družbe z odvisnostjo in vprašanjem identitete. Macmillan tako predstavi patologijo kapitalistične kulture in ponazori načine, na katere je mogoče zasvojenost, samouprizarjanje, terapevtski diskurz in medosebno odtujenost prepoznati kot simptome pozne kapitalistične družbe. Za osvetlitev tem, ki jih v tekst vpisuje avtor, je svoje misli zapisala doktorica znanosti, redna profesorica na Filozofski fakulteti v Ljubljani, sociologinja Ksenija Vidmar Horvat.



Kako potrošniška družba, s katero se soočamo danes, vpliva na zasvojenost oz. na pot do zasvojenosti ter kako se kaže stigmatizacija odvisnikov v današnji družbi?

KVH: Sodobna potrošniška družba krepi občutke osamljenosti. Priča smo svojevrstnemu paradoksu. Po eni strani nas oglaševalci nagovarjajo, naj najdemo kreativne poti k izražanju lastne enkratnosti in osebnostne izjemnosti, naj pogumno in avtonomno sporočamo svojo identitetno posebnost. Obenem je sodobni čas prežet s tako hitrimi spremembami, da se posameznik težko privadi in prilagodi družbenim pričakovanjem v zvezi s tem, kaj je v resnici vrednoteno kot »posebno« in »enkratno«. Zato se zateka bodisi k »množičnim« rešitvam, kar se izraža v porastu populizma, lahko pa tudi k iskanju izhoda, kar vodi v zasvojenosti in je prav tako lahko posledica občutka izgubljenosti.



Ali družba, v kateri prevladujejo podobe (tako na družbenih omrežjih kot v resničnem življenju), vpliva na porast odvisnosti? Smo zaradi tega bolj nagnjeni k njej?

KVH: Odvisnost in zasvojenost sta kompleksna pojava z vrsto psiho-socialnih ozadij. Družba podob, oziroma družba spektakla, kot jo je že pred časom poimenoval francoski teoretik Guy Debord, sama po sebi ne sproža zasvojenosti, lahko pa ji pripišemo moč, da ljudem v stiski ponudi »rešitve«, ki so zanj dobičkonosne, za posameznika pa lahko smrtonosne.



Ali na to, da se pri kom razvije odvisnost, vpliva tudi družbeni sloj?

Je morda določena subkultura bolj podvržena odvisnosti? In kako je z razvojem odvisnosti v »tretjem svetu«?

KVH: Osebnostne okoliščine zasvojenosti obravnava psihologija; sociologija proučuje socio-ekonomске vzode, zaradi katerih postane določena družbena skupina bolj ranljiva za zasvojenosti. Subkulture se pogosto organizirajo okoli določene podobe, npr. upornika, ki z nasprotovanjem družbeno sprejemljivim vzorcem vedenja sporoča svojo identiteto drugačnosti. Te podobe pa se seveda z zgodovino spreminjajo, tipičen primer je kajenje, ki je nekoč izražalo »kultskost«, danes pa je bolj ko ne predmet stigmatizacije.

Zasvojenosti imajo tudi svoje lastne »razredne« profile, na primer zasvojenosti menedžerskih slojev, in so v tem primeru lahko tudi družbeno sporočilo o statusu.

Tretji svet, kolikor hodi po poti nebrzdanega potrošništva, ni imun na zasvojenosti in vse druge patologije spektakelske kulture. Najbolj očitno se danes to kaže v porastu prekomerne telesne teže in diabetesa pri mladih v regijah, ki so se komajda otresele splošne lakote.



V besedilu *Ljudje, kraji in stvari* je ena izmed vidnejših tem vprašanje identitete, kar lahko vidimo v Emminem preigravanju različnih vlog. Ali današnja kapitalistično usmerjena družba – v kateri »performiranje« ne zavzema osrednjega mesta samo v umetnosti, temveč postaja vseprisotno v delovnem življenju, politiki, predvsem pa zasebnem življenju – vpliva na grajenje lastne identitete? Kako je to samouprizarjanje vpeto v javno strukturo delovanja?

KVH: Poziv k uprizarjanju identitete je danes vodilno orodje za ohranjanje družbenega reda; je način odvratanja od družbene kritike in razumevanja osnovne anatomije družbenih odnosov, ki so nas pripeljali v atomizirano družbo, v kateri obstajamo predvsem kot subjekti podobe. Uprizarjanje identitete samo po sebi ni nekaj zgodovinsko novega, nova je družbena površinskost, ki osebnost reducira na zunanji videz – podobo. Če se ozremo po razponu identitetnih vzorcev, ki jih ponuja potrošniška družba, je ta razmeroma skromen, v zadnjem času izrazito reduciran na telo in kulturo telesnega fitnesa. Obenem pa se nam, kot sem že dejala, vsiljuje predstava, da smo v prisvajanju teh vzorcev povsem enkratni in neponovljivi.



Tudi Emma sama se, kot razberemo iz njenih besed, zaveda umetne konstrukcije sveta: »Kadar sem na odru, vem, da se samo pretvarjam. Nisem človek, za katerega se pretvarjam, da sem. In tudi vsi drugi to vejo. Ampak nekako to ni važno. Vsi se samo nekako – odločimo – da je to res. – In enako je s tem programom. Z vsem, v bistvu. Jezik. Politika. Denar. Religija. Pravo. Na neki ravni vsi vemo, da je vse to samo eno sranje. Magična skupinska iluzija.« Ali bi to »magično

skupinsko iluzijo« lahko razložili z vidika postmodernizma in družbe spektakla?

KVH: Obdajanje s podobami je način shizofreniranja našega družbenega samozavedanja. Nenehno obstreljevanje z novimi in novimi identitetnimi ideali, ki jih ustvarjajo akterji potrošniške družbe, nas notranje razpolavlja – v smislu, da smo podvrženi nenehnemu samospraševanju, v katerem od identitetnih likov smo družbeno sprejemljivi.

Ta shizofrenost časa se dobro kaže v zgodovinsko povsem novi sliki polariziranega družbenega upora, v sliki, na kateri boste, kot smo se seznanili v času epidemije covid-19, med nasprotniki vladnih ukrepov za zajezitev okužb našli ideološko povsem nezdružljive skupine, v Nemčiji neonaciste, skrajno levo in zagovornike človekovih pravic.



Kakšni so sodobni mehanizmi družbenega nadzora in kako se vanje vpenja iluzija svobode? Ali lahko o vse bolj prevladujočem terapevtskem diskurzu govorimo kot o obliki družbenega nadzora?

KVH: Obrat k podobam in izražanju identitete prek zunanjega, manifestnega vizualiziranja lastne osebnosti nas prepričuje, da je to naša izbira in da z njo izražamo svojo emancipacijsko moč. Seveda gre za popolno iluzijo, ki pa je družbeno, konkretno delujoča. Redukcija na majhen nabor identitetnih vzorcev in površinskost njihovega izražanja vodita do lažjega upravljanja in potlačevanja izvorov dejanskih družbenih antagonizmov.

Terapevtski diskurz je lahko v službi prepričevanja, da so naše težave povezane z našo družbeno neustreznostjo. Tu ne govorim o stroki, ki mora spoštovati poklicno etiko in zavezanost znanstvenim odkritjem; govorim o medijsko posredovanih terapevtskih resnicah, saj nas te postavljajo v položaj nekoga, ki si je sam kriv za svoje tegobe. In je kriv še bolj, če se po nasvet ne obrne k terapevtu, ki ima zanj preproste odgovore.



Emma v repliki, ki smo jo navedli že v uvodoma, razmišlja o razvrednotenju in neoprijemljivosti sodobnega sveta. Omenja konec zgodovine in identiteto kot konstrukt. Ali lahko danes, po zatonu religije in »smrti boga«, v dobi poznega kapitalizma, še govorimo o velikih narativih? Če ne, kaj prevzema njihovo vlogo?

KVH: Naša doba, ki smo jo do nedavnega imenovali doba postmodernizma, se je začela z zgodbo o koncu »velike pripovedi«. To pomeni, da ni ene same, preproste pripovedi o tem, kako urejati svoje osebno in javno življenje. To pa ne pomeni, da se je naša kolektivna psihologija že prilagodila temu stanju – nasprotno, še vedno iščemo »poslednje resnice«, le da imajo dostop do njihovega razširjanja danes povsem nove skupine družbenih akterjev – vplivneži, politiki z avtokratsko-karizmatično konstitucijo vodje, različna gibanja za »resnico«, »naravno« stanje, »zdrav razum«. Moč teh novih razpečevalcev resnic priča, da smo še vedno v iskanju nečesa, kar je večje in mogočnejše od nas samih – ker smo družbeno prepuščeni sami sebi (in ideji, da smo zgolj podobe identitet), pa tudi toliko lažje tarče tega novega marketinga resnic.

KAJ JE V GLEDALIŠČU RESNIČNO? IN KAJ JE V RESNIČNEM ŽIVLJENJU GLEDALIŠKO?

S preučevanjem narave reprezentacije v lastnem mediju se Duncan Macmillan že na začetku besedila *Ljudje, kraji in stvari* poda na pot raziskovanja razmerja med uprizorjenim in resničnim. Uvodoma imamo v besedilu realistično postavitev končnega prizora *Galeba*, katerega avtor – Anton Pavlovič Čehov – velja za enega izmed predstavnikov dramskega naturalističnega sloga. Vendar prizor, ki naj bi življenje predstavljal takšno, kakršno je, povsem razpade: ko Emma zaradi omamljenosti postopoma izstopa iz vloge Nine Zarečne, se razlika med resničnim in uprizorjenim skrči, kar povzroči njeno skoraj popolno poistovetenje z vlogo, ki jo igra. Dve eksistencialni in ontološki ravni realnosti – Emma kot individuum, ki predhaja in presega svojo vlogo, in Emma kot Nina-vloga oz. lik – se tako zlijeta v eno. Pred občinstvom se odvija igra v igri, ki gledalca vodi po robu med zaznavanjem resničnega jaza in njegove fiktivne upodobitve. Uvodni prizor tako predstavlja gledališki *prolepsis*, ki s prestopom v postdramsko formo nakaže, da preizpraševanje razmerja med resničnim dogodkom in njegovo gledališko reprezentacijo ostaja nerazrešeno ne le v sodobnem gledališču, temveč tudi onstran odrskih desk. V svetu pozne kapitalistične kulture, ki nas vse bolj podreja diktatu navideznega, samouprizarjanje postaja tudi način delovanja in sredstvo za lastno osmišljanje.

Da bi v svetu fiktivnega osvetlili odtenke resničnega, v svetu realnega pa začrtali fragmente fikcije, je širši krog gledaliških ustvarjalcev in spremljevalcev odgovoril na naslednji vprašanji: Kaj je v gledališču resnično? In kaj je v resničnem življenju gledališko?

Resnični v gledališču so moji občutki, ki jih doživljam bodisi kot gledalka bodisi kot igralca. Resnično na odru je takrat, ko se gledalci povežejo/-mo v podobni izkušnji nekega občutka.

V resničnem življenju je gledališko vse, ob čemer se mi, vzporedno s tem, kar se dogaja na površju, v ozadju porajajo občutki, da to, kar vidim, ni vsa resnica in da je pod očitnim še mnogo nečesa, kar zaznavam, te zaznave pa so praviloma v nasprotju s tem, kar je očem vidno ... Pa smo spet pri občutkih. Za prepoznavanje enega in drugega je potrebna občutljivost. V današnji dinamiki sveta, ki občutljivost raje zatira, kot razvija, je meja med enim in drugim lahko komaj vidna.

Eno pogostih vprašanj igralcem je, ali igrate tudi v življenju.

Moj odgovor bi bil, da v življenju pogosto igramo vsi, igralci pa imamo možnost živeti na odru.

Janja Majzelj, igralka

V gledališču je zares resničen občutek večnosti. Resnično življenje pa postane gledališče v vsakem koncu, ob vsaki smrti in z vsakim prenehanjem. Nobene večnosti ni. In tudi aplavza ne.

Klemen Kovačič, igralec

»Vse zgodbe v predstavi so resnične. Ne sprašujte igralcev, ali so zgodbe njihove oziroma čigave so.« To je napis na televizijskem ekranu, ki ga na začetku predstave še ni naslova v režiji Tomija Janežiča drži igralec Stane Tomazin. Po koncu predstave se kljub temu v publiko vedno najde kdo, ki pride vprašat, ali je ta ali ona zgodba resnična oziroma čigava je bila. Seveda je resnična. Bila pa je od tistega igralca oziroma od tiste igralke, ki je v tistem trenutku, ko jo je pripovedoval, rekel, da je njegova. Za Razcufane zgodbe, predstavo v režiji Maruše Kink, sem napisala zgodbo o trigrbi kameli. O tem, da so njene tri grbe trije inštrumenti – saksofon, bobni in suzafon. Če koga slučajno zanima in da tudi tu po koncu predstave ne bo nesporazumov: tudi ta zgodba je popolnoma resnična. In moja. Frida Kahlo je dejala, da jo zmotno uvrščajo med nadrealistke, saj ne slika svojih sanj, pač pa svojo resničnost. Njena bolečina je bila njena resničnost in to resničnost je potem upodabljala na platnu.

Kaj je v resničnem življenju gledališko? Resnično moram pomisliti. Na primer ... Jaz zdaj v tem trenutku, ko tole pišem, resnično zganjam cel teater.

Daša Doberšek, igralka

Vsi smo igralci in svet je ... resničnostni šov. Reklama: »Lahko se poljubljamo na daljavo. Kitajska naprava odslej na voljo tudi pri nas. Tako boste ohranili pristen stik z ljubljeno osebo!« Nenehno igramo vloge. Kdaj smo sploh resnični? V kopalnici? V naravi? Morda pa je gledališče še zadnja oaza, »varna hiša«, ki je bolj resnična od resničnosti same. Je prostor posnemanja resničnosti. Kadar resnična

umetnost prodre v notranjost te nepopolne resničnosti in se skuša dokopati do bistva stvari, izrazi moč občutij, ki so vsem čutno zaznavna. Odvisno je le od pripravljenosti gledalca, da v to verjame.

Maruša Oblak, igralka

V gledališču je resnična predvsem iluzija. Gre za odločitev, ali vanjo verjamemo ali ne. Meni osebno je v gledališču bližje sublimacija resničnega življenja kot pa mimezis. Kadar se v resničnem življenju distanciram od dogajanja in ga zgolj opazujem, lahko postane gledališče ves svet. Seveda pa gre spet za odločitev, pogled in perspektivo opazovalca.

Ivan Peternelj, igralec

Vse je lahko resnično, če so intence pravilne ter v skladu z likom in izvornim gradivom (ne glede na to, ali temelji na resničnosti ali fikciji). Moderni svet zabavnštva je onesnažen s selektivnim ogorčenjem in potrebo po tem, da javnosti pridiga, kaj naj si misli. Resnični genij gledališča je, da odseva svoje občinstvo, tudi če tega vsi ne dojamejo takoj. Občinstvo ni neumno; ve, kaj je resnično in kaj ne.

Ena beseda: čustvo. Zaradi čustva se lahko zjočeš od bridkosti ali radosti. Ustvari ti sliko o tem, kako nekdo razmišlja. To je vse, od igralca, ki izkorišča minule izkušnje, do prijatelja, ki skuša razvedriti prijatelja v stiski. Vsako drobno čustvo, dobro ali slabo, potrebno ali nepotrebno, je gledališko. Čustvo je človečnost in človečnost je gledališka.

Angus Cross, igralec in pevec

Gledališče je po mojem mnenju prostor, kjer se ljudje zberejo in skupaj doživijo predstavo, ki jo izvajajo živi igralci na odru. Resnično v gledališču je prav ta trenutek, ko se igralci in publika združijo v skupno izkušnjo. Igralci ustvarjajo fiktivne svetove, zgodbe in like ter jih predstavljajo publiki, ki se s tem lahko sooči z različnimi čustvi, razmišljanji in perspektivami. Publika lahko postane del tega sveta, zgraditi čustveno vez z liki in se poistoveti z njihovimi zgodbami. To skupno doživetje lahko prinese tudi spremembo v razmišljanju, občutkih ali prepričanjih pri gledalcih.

Poleg tega je resnično v gledališču tudi proces nastajanja predstave, ki vključuje ustvarjalni proces igralcev, režiserja, scenografa, kostumografa, avtorja besedila in drugih ustvarjalcev. Vsi ti posamezniki sodelujejo pri ustvarjanju enotnega končnega izdelka, ki se predstavi publiki. Pri tem je pomembno tudi vključevanje sodobnih tem, ki so aktualne in pomembne za družbo, ter preizkušanje različnih stilov in tehnik, ki lahko prinesejo novosti v gledališko umetnost. Gledališko v resničnem življenju je lahko različno razumljeno, vendar bi jaz to interpretiral kot proces ali situacijo, ki spominja na gledališče, kjer se ljudje predstavljajo ali igrajo vlogi za občinstvo ali za določen namen.

Na primer, lahko bi rekli, da je gledališko v resničnem življenju, ko ljudje v poslovnem svetu uporabljajo neke vrste »igro vlog« ali »pretvarjanje«, da bi dosegli cilje ali prepričali druge o svojih idejah. Podobno je lahko gledališko, ko ljudje v vsakdanjem življenju posnemajo znane like iz filmov, televizijskih oddaj ali gledališča, bodisi za zabavo ali za izražanje svojih občutkov in identitete.

Poleg tega se lahko gledališki elementi pojavljajo tudi v družbenih ali političnih situacijah, ko se ljudje odločijo nastopati ali igrati vloge v javnih protestih ali političnih demonstracijah. Takrat se ljudje običajno oblačijo, da izrazijo svoje mnenje ali ideje, in izvajajo predstave ali performanse za množice, da bi pritegnili pozornost in poudarili svoje sporočilo.

Vendar pa bi bilo pomembno poudariti, da je gledališče v resničnem življenju običajno neformalno, neprofesionalno in morda manj strukturirano kot prava gledališka predstava. Kljub temu pa lahko ta elementi gledališča prinesejo kreativnost, inovativnost in zabavo v različne vidike življenja.

**ChatGPT,
umetna inteligenca**

V gledališču je resničen proces – vsaka uprizoritev se opredeljuje do obravnavane teme, redko pa ekipi (oziroma če je vzpostavljen, predvsem njenemu »vodji«) uspe (če si za to sploh prizadeva) stališča, ki jih izraža v uprizoritvi, zrcaliti tudi v načinu dela. Ustvarjanje predstave je vedno znova možnost za vzpostavljanje skupnosti, načina sobivanja in sodelovanja, ki je lahko boljše od tega, ki ga vzpostavlja aktualni družbenopolitični sistem (pa tudi institucija, znotraj katere ustvarjamo, če gre za ustvarjanje v njej). Resnici se lahko približamo tudi, če nas proces nauči boljšega sodelovanja – ampak če premisleka o tem ni, se, po mojem mnenju, lahko izkažemo za pridigarske in hipokritske, uprizoritev pa postane fasada, ki je daleč od resnice.

Če se navežem na prej povedano, se moram izogniti temu, da bi »gledališče« razumel kot nekaj lažnega, kot formo, ki zakriva grdo vsebino. Morda bi lahko rekli drugače: gledališko je delovanje, ki hoče s svojo formo dejansko vplivati na vsebino – navznoter vzpostavljati in navzven prikazovati način sobivanja in skupnega delovanja.

**Jure Srdinšek,
študent gledališke režije**

Mislím, da v gledališču ni resnično le tisto, kar je merljivi del naravoslovnih znanosti, ampak tudi ali predvsem tisto, česar ne more proizvesti nobena druga umetnost – to je vživetje v človeka ali družbeno idejo v realnem času, bodisi v odporu bodisi v zlitju ali poosebitvi. Poleg tega pa je »še bolj kot resnično« v gledališču to, da ostaja oder eno zadnjih mest, kjer lahko z bolj ali manj zagotovljeno pozornostjo občinstva izrečeš stvari, za katere v javnosti ni več prostora. Vsak protest mora biti prijavljen policiji; vsi izrazi družbene nedostojnosti ali državljanske nepokorščine, ki prečijo (malo)meščanske tabuje,

morajo biti omejeni ali elegantno kaznovani. V gledališču se še vedno lahko varno poigravamo z iracionalnimi, pretiranimi, nevarnimi načini človeškega izražanja, ki pa so ključni za odraslega in domišljijsko nekastriranega posameznika. Morda natanko tisto, kar v slovarju vsakdanjosti imenujemo »javno/zasebno tajno«. Tiskovne konference, seje v parlamentu ali odločevalskih komisij za medije so večinoma predstava za neuke spremljevalce dogajanja. Vse resnično, konkretno, konstruktivno ali toksično se dogaja na veliko bolj neposredni ravni. Tudi nezanimanje za ranljive skupine ali posameznike je stvar, s katero družba ugledališči svoje dozdevno ravnotežje, svetlo prihodnost in podobne votle fraze. Kadar v resnih medijskih tokovih ne najdemo »duševno prizadetih« ljudi (vstavi poljuben sodobni izraz ali evfemizem), alkoholičarjev, narkomanov, nekemičnih odvisnikov od sodobnega infotainmenta, spolnih sprevržencev ali njihovih žrtev, takšnih ali drugačnih priseljencev ipd., se teater države zavaruje pred tem, da bi jim podelil kakršnokoli resno vlogo v svoji prihodnosti.

Blaž Šef, igralec

V začetku je bila beseda, nas uči evangelij po Janezu. Beseda je resnično zanimiva stvar. Pravzaprav je beseda edina beseda, ki stoji sama zase. Je edino resnično ime in kot takšna edini vir resnice. Beseda je duh, ki ga je Bog vdihnil v človeka, in je hkrati srčika gledališča. Sam verjamem, da se besede spočnejo v umetnosti. Njih spočetek je koncipiranje in vsaka koncepcija odslikava Marijino brezmadežno koncepcijo Kristusa. Ta enkratni dogodek, utelešenje v meso, o katerem priča pasijon – dramsko delo, mimogrede –, ki je samo po sebi bistvo resničnega sveta. Zato se mi zdi, da moramo dandanašnjemu gledališču dati priložnost. Kajti s svojo besedo in svojimi koncepti lahko edinole umetnost obrodi sadove duhovnosti.

dr. Pavel Hrast, katehet

Resnično je izrazito subjektiven pojem. V gledališču je za gledalca resnično le tisto, kar vdre vanj in mu povzroči resnične občutke, misli, čustva, doživetja ... V resničnem življenju ni nič gledališkega. Le tisto, kar je dobro zaigrano, ampak »gledalec« tega po navadi ne opazi.

In še: pojem resnično nikakor ni povezan z resnico.

Aleš Valič, igralec

Meni v gledališču resnično pomeni naravno, pomeni mi tudi človeško. Gledališče izvaja igralec (razen ČE ... in odvisno OD ...), torej je igralec človeški izvajalec, ki nastopa pred človeškim občinstvom. Torej je človeško.

Pretvarjati se na odru, da si nekdo drug, je naravno, tako kot je naravno pripovedovati zgodbo. Gledališče je sicer fikcija, je pa iskreno, saj je njegov namen osvetliti resnico.

Oder sicer predstavlja resnično življenje, saj različne tehnike, konvencije ter izrazna sredstva

uporabljamo samo za to, da predstavljamo zgodbe, sporočila, ideje, ali pa gre za spodbuditev razmišljanj in čustev, saj je teater sredstvo, s pomočjo katerega občinstvo razmišlja o naravi življenja. Zgodba izvira iz avtorjeve domišljije, prihaja skozi njegov filter o tem, kako je resnično življenje negovalo razumevanje sveta. Sicer pa je, ne glede na to, kako realistična je videti scenografija, kako prepričljivi so igralci, maske ali katerokoli izrazno sredstvo, to še vedno domišljijski svet, čeprav je z vidika občinstva morda videti popoln. Življenje je tema, ki jo gledališče raziskuje, ne more pa prikazati resničnega življenja, kakršno zares je, saj bo že prisotnost publike spremenila predstavo, ne glede na to, kako realna se zdi; to namreč prinaša dodatno dimenzijo, ki je v realnosti ni.

V resničnem življenju pa je gledališče prisotno v mnogih delcih našega vsakdana. Gledališče recimo vpliva na otvoritve športnih dogodkov, proslave, zabaviščne parke, verske obrede, na glasbo in na vse druge umetniške zvrsti, pa tudi na medije. Velikokrat se na gledališče spomnim ob ogledu prenosa kakšne seje iz parlamenta, saj so te pogosto populistične, dobro/slabo naučene izjave govorcev, ki, podprte s pretiranimi kretnjami, posebno držo, predstavljajo njihovo zavedanje ter potrebo po nastopanju.

Brane Vižintin, igralec in lutkovni animator

»Če na odru nekoga ubijejo, valjda ne verjameš, da je zares mrtev, verjameš ideji o smrti. To ni to, kar se dogaja zdaj. To je gledališki prizor, mislim, to ni gledališki prizor, v katerem vam jaz, Katarina Stegnar, skušam prodat svoje umetniško delo.« Tekst iz Inccasa (2004) odpira vse zaplete in zagate ob razmišljanju o tem, kaj je v gledališču resnično. In kaj je na drugi strani te besede? Fikcija, zgodba, liki?

V dramskem, na tekst vezanem gledališču je med gledalcem in igralcem vzpostavljen konsenz, da na odru ni nič resničnega. Da smo predvsem gledalci v varnem prostoru, v katerem lahko fantaziramo o idejah in konceptih, ki, ne samo da so realno neuprizorljivi (smrt, seks, odvisnost, umor otrok ...), ampak so tudi nemisljivi. Z izjemo seksa ljudje z naštetimi, sploh odklonskimi dejanji, nimamo veliko stika niti si ga ne želimo imeti, z njimi nimamo neposrednih izkušenj. Tako pa lahko v črni luknji fleširamo, imaginiramo o najhujšem, sprejemamo najradikalnejše ideje in rešitve in skupaj z ustvarjalci jemljemo vaginalni bris človeški duši. Neresnično v gledališču je polje svobode, predvsem za gledalca. Na drugi strani neresničnosti kot konteksta so lahko realne akcije, realna čustva, realno izčrpavanje telesa, realna bolečina ... Ti so pred nami kot umetniški postopki, zavedamo se, da je njihova vloga prav razgrnitev razlike, vrzeli med resničnostjo in neresničnostjo v gledališču.

Umetnost je le literarna kategorija filozofije. V življenju je precej stvari gledaliških; če niso, jih ustvarimo, potisnemo v območje artificialnosti, in to kar sami. Ker bi radi živeli polno življenje in delali spektakularne napake.

Katarina Stegnar, igralka



Janja Majzelj

Ljubezen. V gledališču je resnična ljubezen. Mislim na distanco, ki se pri predstavi vzpostavi med igralci in občinstvom. Na neskončno nepremagljivo razdaljo, ki se vzpostavi s četrto steno. Zdi se mi, da je to resnična erotika. Občestvo, ki napoveduje prepovedano občevanje. Trubadursko rajcanje v vsej svoji čistosti. Ko sama obiščem gledališče kot gledalka, sem vsa vlažna. In aplavz je vrhunec. Takrat vem, da se neuresničljivo udejanji v svoji popolnosti. Skratka, prava romanca.

Kaj je v resničnem življenju gledališkega? Morda to, da po vsakem vrhuncu, ne glede na to, kako vrhunski je bil, nisem nikoli dokončno zadovoljena in vedno hočem več.

Sandra Bogotič, študentka primerjalne književnosti in anglistike

Nisem prepričan, ali lahko glede tega, kaj je gledališkega v resničnem življenju, prispevam kaj uporabnega – vsi se zavedamo, kako performativni so družbeni mediji, kako političarji uresničujejo svoje prikrite cilje, namesto da bi iskreno odgovarjali na vprašanja, kako javno in zasebno vsi igramo določene vloge. Vprašanje, kaj je resničnega v gledališču, pa je zanimivo. Nekaj, kar je pri gledališču resnično, je, da so izvajalci in občinstvo vsi hkrati na istem kraju. To zveni precej očitno, je pa v resnici gledališka supermoč – da je docela v sedanjiku. Ko je najboljša, te lahko odvrne od ždenja v preteklosti ali živciranja zaradi prihodnosti in te postavi v obstoječi trenutek. Občinstvo je voljan sodelavec, in res, predstava deluje samo s pomočjo kolektivnega podviga domišljije – sodelovanja med igralci in nami. Vemo, da je vse skupaj prenašanje in teatarski triki nas vseskozi opominjajo na to. Ampak bolj kot da bi nas to dejstvo odvrčalo, nas vedno znova pritegne, saj nam omogoča, da mislimo kritično in obenem čutimo. Igralci morajo vse narediti v neposrednem času, pred našimi očmi, in to je lahko virtuosno. Ampak tudi mi moramo nekaj prispevati – ne gre za pasivnost, to je pogovor. Imeti v glavi več pogosto nasprotujočih si resničnosti naenkrat je ena pravih gledaliških radosti.

Duncan Macmillan, dramatik



Slovensko mladinsko gledališče
 Vilharjeva II, 1000 Ljubljana
 T: +386 (0)1 3004 900
 F: +386 (0)1 3004 901
 info@mladinsko-gl.si
 www.mladinsko.com

Svet Slovenskega mladinskega gledališča:
 Semira Osmanagić – predsednica,
 Zvone Čadež, Alenka Pirjevec,
 Katarina Stegnar, Martina Vuk

Strokovni svet Slovenskega mladinskega gledališča:
 Tatjana Ažman – predsednica, Blaž Lukan,
 Janez Pipan, Matjaž Pograjc, Dario Varga

Direktor: Tibor Mihelič Syed
 Umetniški vodja: Goran Injac
 Režiserja: Matjaž Pograjc, Vito Taufer
 Dramaturginja: Urška Brodar
 Vodja trženja in odnosov z
 javnostmi: Helena Grahek
 Lektorica: Mateja Dermelj
 Strokovni sodelavki: Tina
 Malič, Katarina Saje
 Tehnični vodja: Dušan Kohek
 Vodja koordinacije programa: Vitomir Obal
 Koordinator programa: Gašper Tesner
 Tajnica gledališča: Lidija Čeferin
 Računovodkinja: Nataša Jug
 Knjigovodkinja: Tina Matajč
 Prodaja vstopnic: Gabrijela
 Bernot, Sanja Spahić

Predstava je nastala s podporo
 Ministrstva za kulturo RS.
 Ustanoviteljica Slovenskega mladinskega
 gledališča je Mestna občina Ljubljana.
 Pokrovitelj programa je SPAR Slovenija.

Prodaja vstopnic

- v Prodajni galeriji
 Trg francoske revolucije 5,
 1000 Ljubljana
 od ponedeljka do petka
 med 12.00 in 17.30
 ob sobotah med 10.00 in 13.00
 OI 425 33 12
- pri gledališki blagajni
 Vilharjeva II, 1000 Ljubljana
 OI 3004 902
 uro pred začetkom predstave
- na spletu
 www.mladinsko.com

Gledališki list Slovenskega
 mladinskega gledališča
 Sezona 2022/2023
 Številka 5
 April 2023
 Izide ob vsaki premieri
 Izdalo Slovensko mladinsko gledališče
 Za izdajatelja Tibor Mihelič Syed
 © Vse pravice pridržane
 Uredništvo: Urška Brodar, Mateja Dermelj,
 Helena Grahek, Goran Injac, Tina Malič,
 Katarina Saje, Tibor Mihelič Syed
 To številko uredile: Evelin Bizjak,
 Urška Brodar, Helena Šukljan
 Lektorica: Mateja Dermelj
 Prevodi in redakcija: Tina Malič
 Foto: Ksenija Mikor
 Oblikovanje: Mina Fina, Damjan Ilić,
 Ivian K. Mujezinović – Grupa Ee
 Tisk: Fotoprospekt, d. o. o.
 Naklada: 500 izvodov
 Cena: 2 €

ISSN: 2232-2019



Povezujemo, kar je dobrega.





Janja Majzelj



MILODINEN 00/007