

Uvodnik o hvalnici Alojzu Ihanu

Editorial about hymn to Alojz Ihan

Rad berem Alojza Ihana, odkar sem konec devetdesetih vzel v roke njegovo zbirko esejev *Platon pri zobozdravniku* (Ihan, 1997). Všeč mi je brat njegove pesmi, pa tudi ko se oglasi s kakšnim krajšim razmišljanjem, kot je bilo npr. pred kratkim *O izgubljenih generacijah* (2012), kjer v sedanji krizi vidi tudi krizo vrednot in na koncu opozarja, da je nujen »obrat k skromnosti, kar pomeni natančno poznavanje sebe, soljudi, svojih in skupnih resničnih potreb in skrb zanje namesto kupovanja zunanjih videzov«. Všeč mi je širina njegovega razmišljanja, ki sodobnega človeka razpenja od intimnih strun do širokih družbenih in kulturnih horizontov.

Pred kratkim sem prebral *Hvalnico rešnjemu telesu*, ki jo začenja s samokritično izjavo, da nima vseh talentov za dobrega zdravnika, »dober sem pri diagnozi, potem mi pacienti postanejo dolgočasni« (Ihan, 2011, str. 7). Nato pojamra, da se obiski v ambulanti »ponavljajo in problemi ostajajo isti«, da »v čakalnici čaka dvajset enakih prostat ali mehurjev in vse do pike enako bolijo in že med vrati ordinacije zavohaš diagnozo zaradi stotin in stotin tistih, ki so že leta in leta na prav enak način pekle in skelele na istih stolih v čakalnici, zavohaš jih že po načinu hoje, po izrazu na obrazu [...]« (Ihan, 2011, str. 7). Ugotavlja, da mu je težko »vsakič znova, z enakim interesom poslušati«, čeprav ve, »da bi dober zdravnik moral vsakič znova in vsakič posebej razumeti mučno breme in vsakič znova z istim žarom pojasniti, kako nastane bolečina [...]« (Ihan, 2011, str. 8). V nadaljevanju dodaja: »Nisem talentiran za zdravnika, ker me begajo bolniki, ki prihajajo znova in znova brez opaznega napredka, in mi potem ugasne žar, ki bi prepričal pomoči potrebnega človeka, da sem vedno z njimi v njihovi bolečini« (prav tam, str. 60). In še na par mestih se podobno ošvrkne.

Glede na to, kako opisuje svoj prvi pogovor s konkretnim pacientom v prvem delu knjige, pa sem postal malce zmeden. Sam sem namreč v njegovem prikazu zagledal prav nasprotno, zelo zanimiv pogovor, v katerem ni niti sledu o kakšnem dolgočasju, ne njegovem ne pacientovem. Tudi bi bilo nenavadno, celo čudno, če bi objavil knjigo o svojem dolgočasenju ob pacientih, saj bi verjetno dolgočasila tudi bralce. Mene je njegov opis terapevtske seanse z bolnikom tako pritegnil, da ga nisem mogel odložiti, dokler nisem prišel do konca. V njem sem zagledal marsikaj, kar je pomembno za psihoterapijo in celo več, kar je pomembno za uspešno in učinkovito psihoterapevtsko delo.

Glede zanimanja za diagnostiko in o dolgočasenju za tisto, kar sledi v obravnavi pacienta potem, se spomnim podobnega uvida, do katerega sem prišel, ko sem kot mlad zdravnik v času specializacije iz psihiatrije konec osemdesetih let krožil po različnih psihiatričnih oddelkih (vsakršna podobnost s sedanjimi razmerami je zgolj naključna). Na strokovnih sestankih psihiatričnih timov so se razvile vroče debate o tem, kaj bi lahko bila diagnoza novo sprejetega pacienta, če je imel bolj neobičajno simptomatiko. Ko so kolegi in kolegice prereševali razne diferencialno diagnostične možnosti in prišli do soglasja o njegovi diagnozi, pa je žar hipoma popustil. Nje-

govo nadaljnje zdravljenje je bilo potem šablonsko in je v glavnem temeljilo na zdravih. Npr. še tako zanimive diferencialno diagnostične nianse različnih diagnoz iz psihotičnega kroga so se speljale na isto tirnico – na gašenje simptomov z antipsihotičnim zdravilom.

Pri meni pa je bilo in še vedno je prav obratno in sem tega vesel. Diagnoza me skoraj ne zanima, pacienti pa so mi, bolj ko vstopam v njihove osebne zgodbe, vse bolj zanimivi. Vedno znova sem npr. ganjen, ko pacienti podoživljajo travmatične situacije iz otroštva in spoznajo, da lahko začutijo sebe kot krhkega in ranljivega otroka, ker se je nekaj shranilo v njihovem telesnem/čustvenem spominu in se lahko obudi tu in zdaj, kot da vmes ne bi minilo veliko let. In tako včasih po desetletjih odkrijejo racionalnost svojega iracionalnega, nezavednega. Ugotovijo, da je njihovo sedanje vedenje, ki je bilo na prvi pogled nesmiselno in iracionalno, globoko smiselno, ko ga uzrejo iz perspektive motivov in odločitev, ki so se oblikovali v otroštvu in so bili v primeru travmatskih doživetij smiselni poskus varovanja lastne integritete. Ali pa tudi mene napolnijo z novo svežino, ko s svojim notranjim očesom zagledajo sebe v prihodnosti in razširijo spekter možnih doživetij in vedenj, ko se zravnajo v novem upanju in jim oči zasijejo v veri v pozitivne spremembe.

Meni zelo drag filozof Richard Rorty bi najbrž to moje zanimanje komentiral: seveda, saj si Freudov potomec. On namreč pripisuje Freudu zasluge za to, da je postal še tako običajen človek, ki zgleda na prvi pogled lahko celo dolgočasen, na psihoanalitskem kavču zanimiv. Freudov pristop k življenju imenuje estetski, katerega bistvo je želja po širjenju samega sebe. »To je želja po zaobjetu vse večjega števila možnosti, po stalnem učenju, po popolnem predajanju radovednosti, po tem, da pogledamo v oči vsem možnostim preteklosti in prihodnosti [...] Freud je apostol estetskega življenja, življenja neskončne radovednosti, življenja, ki si bolj prizadeva razširiti svoje meje kot pa najti svoje središče« (Rorty, 1991: 154).

In kaj je lahko tako zanimivega na še tako običajnem človeku? Ali na stotinah in stotinah enakih prostat in mehurjev? So res enake oz. enaki?

Poudarek psihoanalize, in jaz bi dodal psihoterapije, je po Rortyju (1991: 153), da se pacient v terapevtskem procesu odreče zgolj enemu besednjaku, enim in istim, prežvečenim zgodbam o sebi in da na novo pregleda ter razširi svoj trenutni besednjak. Da si dovoli, da se mu ob stiku z nezavednim porajajo nova čutenja in doživetja, ki jih lahko vtke v nove avtobiografske zgodbe. Da preko novih opisov samega sebe razširi lastno vedenje. Da zagleda svoje nezavedno v preteklosti iz novih perspektiv in da ustvari nove možnosti za opis in spremembo samega sebe v prihodnosti. V ustvarjanju teh novih možnosti se psihoterapija razlikuje od branja zgodovine, romanov ali razprav o filozofiji morale: je bolj boleča, z večjo verjetnostjo vodi do temeljite osebne spremembe in zahteva partnerja. Yalom (2002) bi tu dodal, ko predaja svoje izkušnje novim generacijam psihoterapevtov, da je vloga psihoterapevta sopotniška (ang. »fellow traveller«), da pacient potrebuje za boleč proces osebne preobrazbe v terapevtskem procesu človeško odprtega sogovornika, ki se ne skrje za plašč neudeležene in distancirane strokovnosti.

Čeprav začne Ihan svojo hvalnico tako udarno samokritično, pa njegov opis dela s konkretnim pacientom po mojem mnenju v marsičem kaže značilnosti psihoterapije, kot jih omenja Rorty. Glede na psihoterapevtski pristop se njuno srečanje začne neobetavno, a samo na videz. Ko se pacient, ki išče pomoč zaradi tega, ker se zjutraj po neprespanih nočeh zbuj z bolečinami, zjoče, ker ga je zapustila partnerka, mu Ihan reče z veliko odkritostjo, ki je značilna za njegovo temeljno terapevtsko držo: »Ma ne vem, če ste vi za mene, jaz nisem za take čustvene situacije in težave [...] jaz nisem psiholog, nisem psihiater ali kak podoben svetovalec in za te vaše težave

nimam izkušenj [...] jaz sem za telo, gibanje, mišice, srce, živce, EKG, mehanik sem, razumete« (Ihan, 2011: 14). »[...] zanima me človeški stroj. Zato merim, hormone, živce, moč, vsako mišico posebej, kondicijo[...]« (Ihan, prav tam).

Je res Ihanov interes tako ozek? Je res, da njegovo delo s tem pacientom ne kaže nobenega posluha za psihološko oz. psihoterapevtsko dimenzijo?

Po mojem mnenju ne, saj potem traja seansa uro in pol in malo pred koncem pogovora, v katerem Ihan natrosi veliko sočnih zgodb in razmišljanj, pacient zardi in prizna, da je bil, predno ga je partnerka zapustila, impotenten in da je to pomembno doprineslo k njenemu odhodu. Na koncu pa pozitivno oceni njuno prvo srečanje, da ga je Ihan presenetil s številnimi zgodbami in z za zdravnike neobičajno dolžino pogovora. Zaključita s sklenitvijo terapevtskega dogovora, kjer naj bi se bolj osredotočila na trening mišic, ki pa po človeško in vsebinsko bogatem prvem srečanju po mojem mnenju ne bo mogel več biti redukcionističen v smislu mehaničnega popravila. Pacient, pri katerem je v teku pogovora prišlo do spremembe razpoloženja in do bolj pozitivne naravnosti, sprejme Ihanovo ponudbo za nadaljnje terapevtsko delo, odpre se mu nova perspektiva prihodnosti, novo upanje in zaupanje v to, česar se bosta z Ihanom skupaj lotila.

Da Ihan ni mehanik, ki ga pacientova duša dolgočasi, kar bi bilo mimogrede za pesnika in pisatelja nenavadno, lahko postane bralcu še bolj jasno, ko v komentarju k opisanemu pogovoru s pacientom pove, da mu pride prav njegov »talent za poslušanje brez vmešavanja v pacientovo pripoved, da pove, kar ni nikoli zmogel povedati sebi, ker brez poslušalca ni motiva za pripovedovanje in brez pripovedovanja ne nastaja kos za kosom tista zgodba, ki že leta brbota in tišči v globini in ne more priti ven. [...] Zato utrjeni ob bolečin rabijo molčečega zdravnika, ki zmore pazljivo slediti zgodbi, ki nastaja, brez napeljevanja na simptome iz knjig, ki jih že po pol minute tako radi iščejo zdravniki in nestrpno povozijo vse tisto, kar bi pacient zbral sam od sebe in boljše kot oni, če bi mu dali čas; ampak njim se mudi in po dveh stavkih rinejo bolnika v svoje diagnoze, da bi čez pet minut že pisali napotnico ali recept, ker zdravniška duša pač težko prenese negotovost odprte zgodbe, to je njena prirojena hiba, da ne prenese negotovega molčanja brez vnaprej začrtane rešitve« (prav tam, str. 54).

Uau, polni zadetek v to, kar je bistveno tudi za psihoterapijo, ali ne? Tudi za psihoterapevta, ne samo za zdravnika, je ključnega pomena, da prenaša negotovost odprte zgodbe. Čeprav ne verjamem, da je zdravnikova pomanjkljiva sposobnost za prenašanje negotovega molčanja prirojena hiba. Po mojem mnenju je priučena in to že od otroštva naprej, veliko predno se to s študijem medicine v zdravnikih še dodatno ojača. O tem, kako je bila zame zahtevna pot učenja iz medicinskega modela, ki temelji na gotovosti, v psihoterapevtski model, kjer se terapevt odpira negotovosti in tako postaja vedno bolj gotov v negotovost, sem pisal v članku O psihoterapevtovi gotovosti v negotovost, dvojni vezi in paradoksih (Kairos, 2010, letn. 4, št. 1/2, str. 67-96). V njem sem citiral Martina Bubra, ki napoveduje, da se bo iz negovanja negotovosti, kot jo opisuje Ihan, razvil nov tip terapevta, »[...] oseba z večjo odgovornostjo in celo večjimi darovi, kajti ni se lahko naučiti nove naravnosti brez prirodnih in izdelanih kategorij [...]. Pacient se mora zavestno osvoboditi terapevtovega nezavednega vsiljevanja teorije [...]. Potem terapevt lahko čaka na nepričakovano in ne sortira tega, kar se zgodi, v kategorije [...]. Pravi mojster odgovori na enkratnost [...]. Novi terapevt se morda ne bo imenoval psiholog ali psihoterapevt [...]. Potrebujemo nove pojme in nov pristop. Če hočemo, da nam bo uspelo, bomo morali odkriti nove metode in priti do novih uvidov« (Buber, 1988, v Možina, 2010: 94).

Ihan nadaljuje s simpatično mero ironije na svoj račun: »[...] zaradi svojega zajeбанega značaja se pustim omrtviti in otopiti in ne glede na lasten strah in bolečine in spomine poslušam, da mi bolnik v podrobnosti izriše svojo zgodbo, vsak občutek, skrito misel, bolečino, in jaz na videz odsotno sledim in vskočim, če bolnik iz nekega strahu nelogično utiša svojo zgodbo, takrat začnem napletati podobne zgodbe o sebi, ni nujno, da so resnične, le strahovi in tesnobe so iste in premostijo molk, in po njem lahko bolnik spet nadaljuje svojo nedokončano, izginulo zgodbo, ker je to tisto, kar najprej potrebujejo ljudje, ki so zašli in se ločili od telesa in ne znajo več odkriti vira svoje bolečine, ker brez telesa ni ideje, kje in kaj boli« (prav tam, str. 54-56).

Bravo, Alojz Ihan! Še dobro, da ima značaj zajeбан v tako smer, kot jo opisuje. Taka zajeбанost značaja bi prišla prav vsem, ki se ukvarjamo s pomočjo ljudem v duševnih in telesnih stiskah. Na tej ravni terapevtskega dela, ki jo opisuje Ihan, ni važno, ali si zdravnik, socialni delavec, psiholog, psihoterapevt, socialni pedagog ali teolog ali kaj drugega. Alice Miller v svojem *Uporu telesa* pravi, da je lahko vsak, ki se ukvarja s pomočjo ljudem, pa tudi tisti, ki se ne, »razsvetljena priča«. Ob takem človeškem bitju bo pacient našel sopotnika, ob katerem bodo besede osvetlile del nezavednega mraka njegovega bitja, poslušalca, katerega pozornost bo omogočila novo zgodbo, zgodbo, v kateri bo zatrepetalo tudi telo s svojo občutljivostjo, ranljivostjo, krhkostjo. In bo tako oživel in se regeneriralo tam, kjer je otopelo ali se pretirano razbolelo. Terapevtova zgodba bo spodbudila novo pacientovo zgodbo in obratno. Tako kot se je to zgodilo v Ihanovem srečanju s pacientom, ki je zame v Rortyjevem zgoraj opisanem pomenu - estetsko srečanje. Tudi zato, ker Ihanova radovednost nima meja, ker njegovo zanimanje stalno poplesuje med lastno in pacientovo intimnostjo in družbenim okvirjem, ki se razkriva prav skozi njuno intimnost in obratno.

Naj vam Ihanova drobna a bogata knjižica, če vam še ni, morda obogati proste trenutke pred-novoletnih praznikov!

In zdaj še par besed o novi dvojni številki Kairosa, ki jo držite v rokah. V njej boste našli tri članke (Možina in Schiepek; Vide; Masten) na vodilno temo zadnjih študijskih dnevov Slovenske krovne zveze za psihoterapijo *Osebnost v različnih psihoterapevtskih pristopih*. V znanstvenem delu revije objavljamo še zanimiv prispevek Eve Švagelj, ki podaja nov pogled na samomorilnost iz vidika reprezentacij sebe. Ruski kolegici Varga in Fedorovich poročata o svoji raziskavi o vlogi psov v družini iz systemskega vidika. Klaudija Ferčak pa se je posvetila temi Telo in vključevanje telesne dimenzije v relacijski družinski terapiji. Med strokovnimi prispevki je temo sramu obdelala Tina Zadravec, Brigita Korpar pa sanje in obljublja nadaljevanje v naslednji številki Kairosa.

V informativnem delu revije odmeva tema psihoterapija in duhovnost, ki smo ji posvetili tematsko številko 3-4 leta 2011, tokrat s tekstom Psihoanaliza in zen Ericha Fromma v prevodu Janka Bohaka. V slovenščino je prevedeno nekaj Frommovih knjig. V *Umetnosti življenja*, ki je nekakšen priročnik za vsakdanje življenje, se kaže, kako je Fromm na osnovi svojega poglobljenega poznavanja vgradil zenovsko psihologijo in prakso čuječnosti v naš vsakdan. Odmev okrogle mize iz študijskih dnevov SKZP na Rogli 2012 najdemo v prispevku Tomaža Flajsa Politika in psihoterapija. V novembru pa je SKZP dobila tudi novega predsednika, saj je Milena Vidmar funkcijo predala Lanu Pečjaku. Ta se oglašja bralkam in bralcem Kairosa s kratkim nagovorom, ki ga je imel ob prevzemu funkcije. Tudi v imenu celotnega uredništva naše revije se zahvaljujem Mileni Vidmar, da nas je v svojem mandatu stalno podpirala in prepričani smo, da

bo s podporo nadaljeval tudi novi predsednik. Ta vas, kot je običajno, tudi preko naše revije že vabi na enajste Študijske dneve SKZP na Roglo, ki bodo od 31. maja do 2. junija 2013 posvečeni temi *Telo v psihoterapiji*.

Ob koncu uvodnika izkoriščam novoletni čas za voščilo, tudi v imenu glavnega urednika Bojana Varjačiča, vsem bralkam in bralcem, avtoricam in avtorjem, recenzentkam in recenzentom revije in vsem članom uredniškega odbora in sveta. Kairos vztraja kljub kriznim časom in naj bo še naprej spodbuda in navdih vsem, ki jih zanima psihoterapija.

Srečno!!!

Viri

- Ihan, A. (1997). *Platon pri zobozdravniku*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Ihan, A. (2011). *Hvalnica rešnjemu telesu*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Ihan, A. (2012). *O izgubljenih generacijah*. Finance.
<http://www.finance.si/8326161/O-izgubljenih-generacijah>
- Miller, A. (2005). *Upor telesa: telo terja resnico*. Ljubljana: Tangram.
- Možina, M. (2010). O psihoterapevtovi gotovosti v negotovost, dvojni vezi in paradoksih. *Slovenska revija za psihoterapijo Kairos*, letn. 4, št. 1/2, str. 67-96.
- Rorty, R. (1991). *Essays on Heidegger and others*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Yalom, I. (2002). *The Gift of Therapy: An Open Letter to a New Generation of Therapists and Their Patients*. New York: Harper Collins.

Opravičilo uredništva

- V številki 6 1-2 (2012) smo napačno zapisali avtorje in naslov članka Doživljajski svet partnerskega doživljanja avtorja Kordeš et al
 Pravilni podatki se glasijo:

Urban Kordeš, Alja Lah, Maja Gaspari, Tanja Maljavec, Jana Potočnik, Eva Žnidar
Doživljajski svet partnerskega sporazumevanja

Avtorjem članka se opravičujemo za nastale napake.
