

„Juče sam bio na prvoj seansi. Plakao sam, plakao kao nikad u životu. Plakao sam za dedom. Čudno je to. Moje prvo doživljeno osećanje! U početku mi je bilo teško da se pokažem kao slabić i da plačem, a onda je došlo vreme da se obratim majci – nisam mogao. ‘Plašim te se, gnevan sam!’ Pitam se da li osećanje može da bude u obliku gneva i psovki, a ne samo plakanje. Onda sam se obratio dedi. Često sanjam da je živ. Ne znam da li je živ ili mrtav, u snu. Imam nerazrešena osećanja oko njega.

Danas i juče posle seanse se osećam stabilnije psihički, spokojnije, kao da mi je život ispunjen. Miran sam. Čak mogu duže da zadržavam tikove nego obično (klijentov Turetov (Tourette) sindrom se manifestuje tikovima i vokalizacijama, tj. nekontrolisanim pokretima glave, tela i nekontrolisanim uzvicima, prim. M.T.), manje sam spavao i danas sam sam. Prija mi samoća. Neka-ko mi se čini da imam i bolju koncentraciju danas. Evo, ovo, na primer, pišem bez prestanka. Uvidi samo lete, nagađanja, stavovi, razmišljanja... Drago mi je što sam krenuo na terapiju; hoću da plačem, želim to. Hoću da izbacim sav bol i patnju iz mene... Još nešto što je čudno je da osećam krv u glavi, fizički, kao da sad prolazi nekim putevima kojima nije do sad. To se dešava u desnoj hemisferi gore. Voleo bih da pozadi, na potiljku, mogu da osećam tako. Imam osećaj kao da mi potiljak i vrat nemaju dovoljno krvi. Vrat mi je često hladan i krcka. Kao da je nerazgiban. Čudno je to kako sam u jednom trenutku juče na seansi osetio jezu u leđima i vratu. A bilo je 30 stepeni u sobi. Treba i da se naučim poštenju prema sebi. Ja mislim da stvarno to treba da naučim. To mi je i Marjan rekao. I da naučim da osećanja koja nadodu pretvorim u reči, a uznemirenost u osećanje, ako uznemirenost nije osećanje... U stvari uznemirenost je osećanje koje treba da bude razrešeno. Moram da prekinem da budem dobar pacijent, da pričam i radim

šta se od mene očekuje, u smislu odgovora i plakanja. Teško je to za razlučivanje.

DRUGA BELEŠKA

Kad sam bio u četvrtak na seansi lepo sam se osećao u drugoj polovini seanse, ali sam se posle plača u jednom trenutku pitao da li će Marjan misliti da sam lud, glup, jer plačem toliko. Bilo me je sramota plakanja. U petak, dan posle seanse pokušao sam da uđem u osećanje – ništa, samo malo suza, što je abreakcija. Pitam se da li je trebalo da radim to.

Kao da iz dana u dan sve više shvatam koliko su neurotični moji ukućani. Kao da ih gledam drugim očima. Psihički sam i dalje stabilan, stabilniji nego pre seanse. Da li je moguće da se osećam toliko bolje od samo jedne seanse?... Jedva čekam sutrašnju seansu! Za ova četiri dana sam imao dve rasprave, sa majkom jednu i sa bratom drugu. Majka je totalno neurotična, brat se uzda u svoj razum, vrti neke teorije, priče, ali meni su najbitnija osećanja, i to moja.

Skoro me nikad ne pohvaljuju. Imam potrebu da budem pohvaljen. Pre neki dan sam bio kod sestre u gostima i pohvalila me da sam kapacitet za pisanje i da je dobro što radim na sebi i da je dobro što sam krenuo na psihoterapiju. Rekao sam joj da me nikad niko nije pohvalio, bar ne tako iskreno... ne znam... osećam da su mi osećanja i pohvale potrebne. Marjan mi je rekao da sam dobro krenuo u terapiji. Sestra se smejala i interesovala za moj život, podržavajući me u pisanju i mojim nastojanjima. I u slučaju kad me je on pohvalio i u slučaju kad me je sestra pohvalila osećao sam se čudno.

TREĆA BELEŠKA

Danas sam umoran, sinoć sam kasno legao. Mogu da kažem da imam poboljšanja od terapije u smislu da se nijednom nisam

probudio omamljen ujutru, što je za mene značajno, i da više nisu tako intenzivni napadi panike. Imao sam samo jedan napad panike otkako sam krenuo na terapiju prošlog četvrtka. Juče sam na seansi plakao za majkom, zahvaljivao sam joj se što postoji za mene, što se bori i trudi za mene. Kašljao sam dosta; onda se kašljanje pojačalo i počeo sam da se davim od šljajma. Mislio sam da sam skliznuo u osećanje rođenja (o čemu je klijent čitao u literaturi, prim. M.T.), ali sam dobio simptome hiperventilacije – trnule su mi noge i ruke a usta su mi se sušila, ali jedno kratko vreme bio sam, imam osećaj, odsutan sa ovog sveta potpuno – samo kašalj, gušenje, duboko disanje i ja. Posle je to prestalo. Stabilan sam i povezan, čini mi se da sam povezaniji sa realnošću nego pre terapije.

ČETVRTA BELEŠKA

Osećam se napeto... rascepkano... uznemireno... 'Uznemireno' je prava reč koja opisuje moja osećanja. Možda je to zbog abreakcije u utorak. Sam sam. To mi prija. Gledam TV. Jedva čekam da odem danas na seansu i otkrijem svoja osećanja. Da se isplačem.

PETA BELEŠKA

Danas je subota. U četvrtak sam bio na seansi. Doživeo sam, čini mi se, nekoliko osećanja. Plakao sam pošteno i iskreno za sobom, govoreći svim ljudima – koji misle da sam bolestan i da mogu da im naudim – da sam čovek i ljudsko biće i onda sam se setio filma Elephant man od Davida Lyncha. Saosećao sam sa čovekom–slonom, kao da imamo istu sudbinu. Marjan me je pitao šta bih ja rekao ljudima koji me tako čudno gledaju kad radim tikove, i koji me se, eventualno, plaše. Rekao sam da je to pun pogodak, jer sam momentalno osetio da tu imam osećanje koje treba da proživim. I počeo sam plačući da im govorim da sam ja

čovjek i ljudsko biće, da neću da im naudim. Onda, kasnije, zahvaljivao sam se dvojici drugova što postoje i što su tu. Kao da postoje i zbog mene. Tačno: postoje umesto roditelja – eto ga uvid. Onda sam imao još neko osećanje, čini mi se oko majke, i jedno vreme sam duboko disao i ćutao. Moj terapeut je takođe ćutao, što mi je prijalo. Ovo je bila jedna od boljih seansi... jedva čekam sledeću.

ŠESTA BELEŠKA

Juče sam bio na terapiji. Nisam plakao. Pola sata sam se okretao i brzo i isprekidano disao... Obraćao sam se ocu, ali čini mi se da sam bio zatvoren. Marjan je izneo jednu pretpostavku koja je moguća i od koje se ježim sad kad mislim na nju: da imam tikove i vokalizacije onda kada mi krene neko osećanje, možda kada ne opusjem, a imam potrebu za tim. Znam da vokalizacije nisu postojale na početku moje 'karijere sa tikovima', već kasnije, kada sam odrastao. A odrastao sam u stresu: povučen u sebe i zatvoren u ranom periodu, a i kao tinejdžer. Imao sam, i sad imam, par prijatelja koji su mi bili zamena za porodicu i koji su me slušali.

SEDMA BELEŠKA

Uznemirenost, svađa, nervoza... tako je u kući. Ja sam bio uznemiren ujutru, i kad se majka vratila sa posla – počela je da me rešeta, da me isleđuje, da se dere i da me ne sluša uopšte šta pričam, već je u svom stilu reagovala i ponašala se. Mnogo je nervozna, iziritirana, a te dve osobine važe i za mog oca. Sad sam uhvatio malo vremena kad sam sam da napišem ovo. Jedva čekam sutrašnju seansu. Voleo bih da plačem i da jecam i da više ne budem ovako uznemiren. Ja sam ceo život zatvoren prema roditeljima. Jedva čakam sutrašnju seansu.

OSMA BELEŠKA

Na ovoj seansi sam plakao za majkom i za ocem, plakao sam da budu za mene dobri i pažljivo da me slušaju. Pogotovu se to odnosilo na oca, tražio sam to od njega, i da bude zainteresovan za mene. Bilo mi je lepo dok plačem. I posle plakanja kao da sam bio paralisan. Samo sam ležao i ćutao i mogao sam tako dugo.

DEVETA BELEŠKA

Juče sam imao seansu. Posle seanse kao da sam dobio snagu da se nosim sa problemima, sa ocem, bratom, majkom. Kad sam došao kući, otac je bio tu. Nije izgledao tako strašno, kao pre seanse i na seansi, kako sam ga ja zamišljao. To je zato, verovatno, jer se posle seanse više nisam osećao kao uplašeno malo dete.

Sada, kada sam počeo ovo da pišem, nisam se osećao spokojno i mirno, već naprotiv: uznemireno kao da sam zaglavljen, kao da mi je tesno i teško se pokrećem; osećam blagu paniku. Možda malo kasnije probam da uđem u osećanje.

Juče u proživljavanju osećanja prema ocu, osetio sam da je odnos prema njemu bitka koju ne mogu da dobijem. To je iz pesme *Lady in black* od Uriah Heep. Tužan sam kad slušam tu pesmu. Izaziva osećanja. Pričao sam i o Johnu Fanteu, koliko sam oduševljen njime, a Marjan mi je predložio da se izrazim kroz usmeno pismo upućeno direktno Fanteu. Bilo mi je drago što smo njega pominjali.

Juče, u nekom trenutku na seansi sam se osetio pritisnuto i zaglavljeno. Mislim da je to bilo moje rođenje. Rekao sam mu za to i kao da želim da izađem iz svoje kože. On je ostao smiren i odgovorio da nema potrebe da izlazim iz svoje kože. Doveo me je do osećanja zaglavljjenosti i pritiska. Trebalo je da to osetim, ali možda još uvek nisam spreman – postoji doza sumnje. Rekao bih