

Tomasz Jastrun

Uwaga: trauma

Kiedyś byłem pewien, że psychoterapeuci i psychiatrzy, choćby z racji swego zawodu, lepiej radzą sobie ze stresem, z własną przeszłością, z życiem w ogóle, niż ci, którzy nie mają takich narzędzi samopoznania. Teraz już wiem, że to było naiwne. Ale nie zaryzykowałbym tezy, którą czasami słyszę, że ludzie dlatego stają się terapeutami i lekarzami, gdyż nie radzą sobie sami ze sobą. Wiedza daje nam tylko szansę na zmianę, ale jej nie gwarantuje. A własne problemy ułatwiają zrozumienie pacjentów.

Ukazały się niedawno dwie książki, które są ilustracją tego problemu. Jedna napisana przez Borysa Cyrulika. Cenię wszystkie jego książki. Zajmuje się traumą, ma niezwykłą wiedzę, intuicję, a też literacki talent. Jego ostatnia publikowana w Polsce książka *Ratuj się, życie wzywa* zaskoczyła mnie, podobnie jak wielu czytelników. Cyrulnik napisał książkę o swoim życiu, to psychologiczny autoportret. Sam ze zdumieniem odkrywa, że tropiąc i lecząc traumy innych, przegapił wielką własną traumę. Był dzieckiem Holocaustu. Kilkuletni chłopiec ratuje swoje życie, uciekając przez łucik w toalecie z kościoła, a zgromadzony w świątyni tłum za chwilę wyruszy na śmierć. Pisze: „ Sam nie odważyłem się zweryfikować swoich wspomnień, tak jakbym bał się obudzić przeszłość. Trudno o lepszy dowód, że postraumatyczne cierpienie czaiło się tuż pod powierzchnią świadomości. Nie było to wyparcie, ono doprowadziłoby do amnezji najbardziej wrażliwej części moich wspomnień. Ja myślałem o wojnie nieustannie, ale tłumiałem emocje związane z jej wyobrażeniem”. A tylko to, co jest opowiedziane i przeżyte, na powrót może leczyć.

Druga książka *Prawdziwy dramat udanego dziecka* jest autorstwa Martina Millera i tytułem nawiązuje do słynnej pracy jego matki, Alice Miller. Zajmowała się traumami, których doświadczają bite i maltretowane dzieci. W książce *Zniewolone dzieciństwo* Alice Miller pokazała przekonująco, że wszyscy wielcy zbrodniarze byli katowani przez ojców lub opiekunów. „Wielu ludziom trudno zrozumieć ten prosty fakt, że każdy prześladowca był kiedyś sam ofiarą prześladowań i że ktoś, kto od dziecka mógł czuć się wolny i silny, nie ma żadnej potrzeby poniżania innych”. Miller pokazuje, jak bicie, nawet klapsy i krzyk, poniżają dziecko i kaleczą je na całe życie. „Maltretowany tylko wtedy nie stanie się przestępcą, jeśli uda mu się spotkać choćby jedną osobę, okaże mu sympatię, czu-

łość i zrozumienie (k. zw. współczujący świadek). Wtedy dopiero dostrzeże, że było traktowane okrutnie. Inaczej uzna to za normę i będzie się tak zachowywać wobec słabszych”. Miller, analizując życie wielkich tyranów, odkrywa, że wszyscy byli maltretowani w dzieciństwie. Jej książki stały się bestsellerami, zmieniły świat, a zakaz bicia dzieci, też dzięki jej książkom, stał się powszechny w kręgu naszej cywilizacji.

Martin Miller, syn badaczki, urodził się w 1950 roku. W swojej książce *Dramat udanego dziecka*, opublikowanej po śmierci matki, odsłania kulisy jej osobistego dramatu, który zataiła przed innymi, a też sama z nim się skonfrontowała. Syn ujawnia, jak zimna i bezduszna była jego matka. Od razu po urodzeniu oddała go krewnym, a zabrała go na powrót, gdy miał osiem lat i zdawał się mniej kłopotliwy. Ale potem też nie potrafiła się z nim spotkać, nawet w jego dorosłym życiu. Przez jakiś czas traktowała go nawet jak wroga. Był dla niej groźny, ponieważ sam już psycholog, chciał dowiedzieć się, jaką tajemnicę kryje jej przeszłość. A ukrywała swoją „polską przeszłość”, żydowskie pochodzenie i że jej małżeństwo z Polakiem było katastrofą (wyjechali po wojnie z Polski). Jak to możliwe, że nie broniła syna przed brutalnością ojca, który bił i tresował syna? Po latach w liście do Martina pisała: „Potrzebowałam aż trzydziestu lat, aby zrozumieć, jak bardzo długo żyłam z mężczyzną, mając z nim dwoje dzieci, który w ciągu tych wielu lat nie wysłuchał mnie ani razu, który mnie nigdy nie postrzegał taką, jaka jestem w rzeczywistości. W ostatniej chwili udało mi się uchronić siebie przed samozniszczeniem, na szczęście udało mi się uratować Julię (córka z zespołem Downa). Ciebie nie mogłam uratować.”

Alice była dzieckiem, gdy wybuchła wojna, przeżyła ją w Warszawie, ukrywając swoje pochodzenie. Aby przetrwać, musiała stać się kimś innym. Nawet jej śmierć, jak twierdzi syn, była formą walki, by nie utracić kontroli nad sobą — popełniła samobójstwo.

Dlaczego książka Martina, syna Alice Miller, zrobiła na mnie takie wrażenie? Urodziłem się w tym samym roku co Martin. I pewne doświadczenia mam z nim wspólne. Przeczytałem wszystkie książki Alice Miller, zawsze ją podziwiałem. Kiedy przed laty okazało się, że przyjedzie do Polski, po raz pierwszy od czasów powojennych, serce zabiło mi mocniej. Spotkania z nią nie były jednak łatwe. Była mądra, ale zimna, apodyktyczna i pełna jakiegoś napięcia. Nie

mogłem tego wtedy pojąć, zupełnie nie pasowała mi do swoich książek.

Dopiero po lekturze książki jej syna wiem dlaczego. Martin odkrywa ze zdumieniem, że jego matka nigdy nie zastosowała swojego bogatego instrumentarium, by zrozumieć i zanalizować największy uraz swego życia.

Alice Miller wkrótce po wyjeździe z Polski zadzwoniła do mnie z Francji. Wpadła na genialny pomysł! Mam natomiast zorganizować jej spotkanie z Janem Pawłem II — zażądała tego kategorycznie. A ona już Ojca Świętego przekona, by ogłosił światu, że nie wolno bić dzieci. A to zmieni świat na lepsze. Nie udało mi się. Szkoda.