Alenka ZGONIK

Sram, zastrupljevalec duše, orožje konformizma - esej ob knjigi Borisa Cyrulnika Sram: Rajši umrem, kot povem

Shame, poisoner of soul, arms of conformism – essay about the book of Boris Cyrulnik Shame: it is better to die than to tell

Od smrti genialne in izvirne otroške psihoanalitičarke Françoise Dolto v Franciji ni bilo psihiatra, ki bi bil tako čaščen, poslušan, kakor je Boris Cyrulnik. Slavo mu je prinesel upor proti ideji, da uničujoča katastrofa v otroštvu žrtvi neizogibno uniči življenje. Bolj kot patologije ga zanimajo mehanizmi in lastnosti, ki nekaterim žrtvam zgodnjih travmatičnih doživetij pomagajo, da znova zaživijo in se razvijejo v ustvarjalne ljudi. Zakaj se peščici posreči, kar se večini ne? Svojo priljubljenost pripisuje redki srečni kombinaciji znanstvenika in pripovedovalca zgodb.

Njegova dela so prevedena v številne jezike, od korejščine, srbščine, romunščine, švedščine, nemščine idr. V ZDA in Veliki Britaniji žanje enak uspeh kot v arabskih državah. Pri založbi Modrijan je izšel prvi prevod kakega njegovega dela v slovenski jezik: Sram s podnaslovom Rajši umrem, kot povem.



Foto: Alenka Zgonik

ALENKA ZGONIK, NOVINARKA DELA IN PREVAJALKA, DIPLOMIRALA NA FILOZOFSKI FAKULTETI V LJUBLJANI IZ FRANCOŠČINE IN ANGLEŠČINE, ALENKA.ZGONIK@DELO.SI

Boris Cyrulnik je etolog, nevropsihiater in pisatelj, upornik proti podrejanju brez razmišljanja in strastni raziskovalec meandrov človeške duše.

Sram je le ena v nizu uspešnic izpod njegovega peresa (prodal je skoraj dva milijona svojih del), med njimi so Mali grdi rački (Les vilains petits canards), Čustvena hrana (Les nourritures affectives), Čudovita nesreča (Le merveilleux malheur) idr. Je nesreča lahko čudovita? Cyrulnik, mojster bistroumnega nesmisla, povezuje na videz nezdružljivo in osvaja svet z dobro novico: nesreča ni nujno dosmrtna ječa, srce in telo lahko premagata rane in buške.

V svojih knjigah in na nabito polnih predavanjih je tako uspešno populariziral že pred njim znano teorijo odpornosti, da njegovo ime enačijo s tem pojmom (medijsko zvezdništvo je tudi največ, kar mu očitajo kritiki). V strokovnih in znanstvenih psihoterapevtskih besedilih, ki so objavljena v angleščini, uporabljajo za pojem odpornost izraz resilience. Beseda izhaja iz latinščine (resilio, ire, znova skočiti), psihologija pa si je izraz izposodila iz fizike, kjer pomeni odpornost snovi proti udarcu, šoku, po katerem se vrne v prvotno obliko. Odpornim otrokom se posreči premagati travmo in zaceliti rano, ki jo je povzročila nesreča (incest, nasilje, vojna, izguba svojca, zapuščenost ...). To je hud udarec za determinizem in napovedi, da so nesrečniki obsojeni na položaj žrtev.

Pretepan otrok ne postane nujno nasilen roditelj. Ta preprosta ideja je danes v modi od Latinske Amerike do Evrope. O odpornosti zdaj predavajo na univerzah, avtor pa od leta 1999 animira svetovno mrežo na to temo. Opirajoč se na številne primere iz Bosne, Kambodže, Brazilije in Afrike, kjer obiskuje prikrajšane otroke, trdi, da niso izgubljena generacija. Odporen otrok zna splesti zdrave odnose: z materjo, vzgojiteljem, profesorjem. »Za travmatiziranega otroka, ki je odporen, je značilno, da je v prvem letu življenja pridobil temeljno zaupanje: ljubljen sem in vreden ljubezni. Devetdeset odstotkov takih otrok postane odpornih, če imajo možnost pripovedovati, se izraziti, biti ustvarjalni, koristni. Kasneje se pogosto posvetijo altruističnim poklicem.

Proučevalec lastne preskušnje

Kakor kaže epidemiološka raziskava WHO, vsak drugi odrasli enkrat v življenju doživi resno travmo, ki ga spravi v smrtno nevarnost, vsak četrti pa dve ali več. Na zahodu to doleti enega od štirih otrok do desetega leta. Tudi preostali prestajajo težka obdobja. A sposobnosti človeka, da kot drevo, ki so mu odrezali vrh, živi in se razvija naprej, niso proučevali, ker so dolgo zaničevali žrtve. Večina kultur jih je imela za krive ali sokrive in jih včasih kaznovala celo bolj kot povzročitelje. Še pred nedavnim so neporočeno žensko z otrokom vrgli na cesto, medtem ko otrokov oče ni tvegal tako rekoč nič. Ta prezir ali sovraštvo je bilo usmerjeno tudi na preživele v vojni. »Gotovo je kolaborant, drugače ne bi ostal živ!« so govorili o njih. Povrhu so dejstvo, da so nekateri preživeli, uporabljali za minimiziranje vojnih grozot, je opozoril na predstavitvi knjige ob njenem izidu v pariškem Fnacu.

Je Cyrulnika k proučevanju odpornosti napeljalo njegovo lastno življenje? »Saj niti ne vem, ali sem odporen. Oči so preblizu nosu, da bi ga videle,« citira pregovor. »Laže je razumeti druge kakor sebe. Tega so me naučili moji pacienti.« Podžgalo ga je predvsem ogorčenje nad podrejanjem. Še leta 1967 so psihiatrični bolniki v bolnišnicah spali na slami. Imeli so jih za degenerirane. Lahko bi sprejel tak red, a ga je, marginalca od začetka, taka ravnodušnost spravila v bes. To je bil korak k odpornosti, ki je takrat še ni imenoval tako.

Rodil se je leta 1937 in odraščal v Bordeauxu. Njegovi starši ruskega rodu so bili deportirani v Auschwitz, mati leta 1942, oče leto dni pozneje. Nikoli se nista vrnila. Njemu se je posrečilo uiti gestapovski raciji tako, da se je skril: splezal je pod strop moškega stranišča ... »Takrat sem mislil, da zmorem vse, če znam plezati.« Fantička je učiteljica Marguerite Farge nato dve leti skrivala v sirotišnici. Bila je njegov »tutor odpornosti«, kakor sam pravi, tista, ki mu je dala »čustveno hrano, nujno za vrnitev v normalnost«, dokler je sosedje niso ovadili in je po fantiča sredi noči prišla policija: »Spominjam se štirih ali petih policajev okoli moje postelje, s črnimi očali (sredi noči!), z orožjem v eni roki in električno baterijo v drugi. Na hodniku so nemški vojaki s puško na rami gledali v strop. Policist je gospe Farges rekel, da me je treba aretirati, drugače bom postal zločinec in Hitlerjev sovražnik. Pri šestih in pol sem torej izvedel, da sem obsojen na smrt za zločin, ki ga bom storil.« Občutljiv za zlo, kakor vsi otroci, ki so ga doživeli, je med čakanjem na vlak za Drancy in od tam v Auschwitz zaznal nevarnost in pobegnil s postaje. »Cela veriga solidarnosti me je varovala vse do osvoboditve. Eden prvih v tej verigi je bil stražnik, vzel me je k sebi, kar je bilo kaznivo s smrtjo. Bil je eden tistih, ki bi umrli od sramu, če bi namerili orožje v otroka. Drugi orožniki so pred racijo s kolesom oddirjali posvarit družine, ki so skrivale otroke, potem pa oblekli uniforme, pregledali hiše in poročali: 'Stanovanje je bilo prazno.' Na srečo je včasih človečnost močnejša kot ubogljivost. Večino zločinov proti človeštvu storijo v imenu človečnosti predobro vzgojeni ljudje, ki sprejemajo ukaze.«

Edini v družini je ostal živ in skoraj umrl od žalosti. »Normopati, kakor pravi ubogljivcem brez razmišljanja, so ga prisilili k molku. Pri devetih letih ga je sošolčev oče povabil, naj pove svojo zgodbo. Povedal jo je, nakar je mož odvrnil: »Lepe trosiš! Na, pojdi si kupit bombone,« in mu pomolil kovanec. Takrat si je fantič rekel, da se ne splača razkrivati odraslim, ker ne razumejo. Nameraval je molčati do smrti, vendar je čez desetletja na slovesni podelitvi medalje Pravičnih svoji rešiteljici Marguerite Farge nehote izpovedal svojo zgodbo. Vse televizije so bile tam. »Nič se ni spremenilo. Vse se je spremenilo!«

Kako se je izvlekel? Ni prepričan, da se je. Kot skriti judovski otrok, prisiljen k molku in zatajitvi svojega rodu, da je ostal živ in da so ostali živi tisti, ki so ga skrivali, z občutki izdajstva do svojih izginulih staršev, se je razcepil na dvoje. Eno stran so drugi sprejemali, o drugi je še majhen ugotovil, da se o njej sploh ne splača govoriti. Za kompenzacijo je imel domišljijo. »Nikoli nisem dobil potrdila, da so moji starši mrtvi, torej sem čakal in pisal. Hotel sem postati zdravnik in pisatelj. Zdravnik, ker sem upal, da bom tako sprejet, koristnega me ne bodo več preganjali. In napisal bom svojo zgodbo. Ker si nisem upal govoriti v prvi osebi, sem uporabil tretjo, svojega glasnika. Že kot fantiček sem pisal na lističe in vadil svoj bodoči poklic.« V prvi osebi je o sebi in otroštvu v Bordeauxu spregovoril šele pri 64 letih v svoji najtanjši knjižici: Je me souviens ... (Spominjam se ...)

Sram je orožje konformizma, krivda orožje podrejanja

Cyrulnik, etolog, nevropsihiater in pisatelj, upornik proti podrejanju brez razmišljanja in strastni raziskovalec meandrov človeške duše z iskrečim se smislom za humor, je začel raziskovati sram, potem ko mu je prišla v roke raziskava kanadskega etologa in sociologa Michela Tousignanta o treh vzrokih, ki preprečujejo odpornost. To so samota, odsotnost smisla in sram. Preden je začel raziskovati sram, je menil, da ga povzročajo drugi, potem pa je odkril, da je sramujoči se tisti, ki drugemu pripisuje zastrupljajoč pogled. V njegovem notranjem svetu živi preganjalec, ki nenehno šepeta: »Beden si!« Jaz, sramujoči se, sem tisti, ki dam drugemu moč, da me poniža.

Ni nujno, da se drugi tega zaveda.

Sramujoči se zavije v molk in se osami. Sram in molk se držita drug drugega kot siamska dvojčka. Zaradi sramu nedolžne žrtve spolnih zlorab in mučenj molčijo. Redko prijavijo storilce. Za to, da greš na policijo, se moraš počutiti močan, travmatizirana žrtev pa se čuti šibko, ponižano, umazano. Če pokličem na pomoč ali prijavim napad, razgalim svojo bedo in se na milost ali nemilost predam vaši sodbi. Zato molčim. Spregovorim šele čez čas, ko se počutim dovolj močnega ali pa se spremeni okolje: ko sta me družina in okolje pripravljena poslušati. To se dogaja v vseh genocidih: v Ruandi enako kot nekoč Judom ali Armencem. Tudi naši starši in stari starši so molčali o grozotah, ki so jih preživeli ali jim bili priča med vojno. Z molkom so hoteli obvarovati svoje otroke. »A ta molk skali odnos. Otroci se sprašujejo, kaj vendar jim starši hočejo zamolčati. Mislijo, da bi bilo vse prav, če bi povedali. Jaz pa ne mislim tako,« pravi Cyrulnik. »Oče je lahko spregovoril šele, ko ga je bila kultura okolja pripravljena poslušati. Prima Levija, ki ga je bilo sram, da je iz koncentracijskega taborišča prišel živ in je videl smisel svojega preživetja v tem, da priča o grozotah zato, da se ne bi nikoli več ponovile, okolje ni bilo pripravljeno poslušati, saj je kvaril veselje, da je vojne konec. Znašel se je sam s svojo neizpovedano grozo. Njegova knjiga je bila komercialni polom. Njegovo življenje je izgubilo smisel. Naredil je samomor (leta 1987). A Levi ni primer odpornega človeka,« pravi avtor.

Cyrulnik sram šteje med najbolj uničujoča čustva. S svojo globoko in ganljivo analizo sramu v vsakdanjem življenju in zgodovini, zgrajeno na temelju najnovejših dognanj nevroznanosti in psihologije, pomaga razumeti vzroke in posledice sramu ter osvobajanje od tega čustva strupa, ki ničemur ne služi. Ali pač? Malce sramu potrebujemo, da lahko živimo skupaj. Droben sram v vsakdanjem življenju priča, da v nekaterih medsebojnih odnosih naše spoštovanje doživlja udarce. Ta kratka onečaščanja razkrivajo, da se razvijata empatija in spoštovanje do predstav drugega, ki sta izhodiščna točka morale: »Le kaj si bodo mislili o meni?« Ščepec sramu, malce krivde nam omogočata sobivanje v medsebojnem spoštovanju in sprejemanju prepovedi, ki strukturirajo socializacijo. Majhen sram je torej dokaz dobrega biološkega dozorevanja in dobrega razvoja relacijskih sposobnosti. Velik sram razkriva pretirano občutljivost, ki je blizu strahu, nagnjenje k razosebljenju, da bi dali prostor drugemu. Odsotnost sramu pa priča o ustavljenem razvoju in nesposobnosti predstavljati si še kak drug svet razen svojega.

Sprevrženci se nikoli ne sramujejo

Notranje razklanim Slovencem, ki čutimo posledice molka o povojnih zločinih in doživljamo to, da posameznikov ni sram spraviti ob delo množic ljudi in da nekateri poslanci kljub izgubi zaupanja brez sramu vztrajajo v parlamentu. Sram prinaša pomembno sporočilo o tem, da je resnico mogoče izpovedati šele, ko se spremenita pogled, okolje, tako da se pričevalec ne čuti več ogroženega, preziranega, in odgovor na vprašanje, kako človek sploh postane zmožen sramotnih dejanj: hierarhična družbena struktura sram uporablja kot orožje konformizma, javno mnenje z vzbujanjem občutkov sramu nadzoruje družbo. Sram je v takem primeru sredstvo za kaznovanje tistih, ki nasprotujejo njenemu pojmovanju življenja v družbi. Ukaze je treba izpolnjevati za vsako ceno. Recept je preprost: nič drugega ni treba, kot da izvajalcu odvzamete odgovornost, ga pomanjšate v navadno kolesce v družbenem redu. Tak človek postane sposoben opraviti najhujša dejanja, ne da bi občutil sram ali krivdo. Tako so na Nizozemskem med vojno izginili vsi Judje, tudi otroci. Zakaj? Ker so dobro vzgojeni Holandci do pičice, brez sovraštva in samospraševanja, ubogali ukaze Nemcev. Drugače kot v sicer antisemitski Franciji, kjer je med vojno »izginil« eden od treh odraslih Judov in eden od štirih otrok. Prisilna nošnja rumene zvezde – obsodba na

smrt – je med francoskimi kristjani namreč izzvala solidarnost, da so obvarovali več Judov kot drugod.

Rabelj, ki ni odgovoren za ukaze sodnega aparata in samo izpolnjuje ukaze, ni nujno sadist, vendar s svojim početjem izgublja sposobnost empatije in izstopa iz vsakdanjega sveta. Najpogosteje je prestop iz enega v drug svet potuhnjen. Ne opazimo, da se spremenimo, pravi Cyrulnik. V knjigi navaja primer uslužbenke v praški modni hiši, ki bi bila leta 1939 ogorčena, če bi ji dejali: »V štirih letih bodo vašo šefinjo brez razloga poslali v smrt. Izkoristite položaj, brž se preselite v njeno pisarno, podjetje pa prenesite na svoje ime!« Nekaj let zatem je gestapo aretiral lastnico modne hiše, arijanizacija židovskega imetja pa je nameščenki omogočila nakup podjetja za neverjetno nizko ceno. Ko se je leta 1945 preživela lastnica hotela vrniti domov, ji je prijazna nova lastnica pokazala pogodbo o prodaji, nato pa jo je v zadregi povabila na večerjo »v svoj dom«. Pripovedovala ji je o vojni in o tem, kako je tudi ona trpela. Preživela je pojedla imenitno večerjo v arijaniziranih krožnikih, nato pa je šla spat v šotor v bližnjem taborišču.

V 30. letih 20. stoletja bi ljudje umrli od sramu ob misli, da bi v plinsko komoro pustili oditi lastnico podjetja, zato da bi se polastili njenega imetja. Nekaj let zatem pa so »spremenjeni življenjski okvir, siva vsakdanjost, navade in drugi dokazi normalnosti v ljudeh podprli prepričanje, da gre vse naprej tako kot v dobrih starih časih«. To ni bil zločin, še napaka ne, saj jo je dovoljeval zakon. »Nimam razloga, da bi me bilo sram,« je razmišljala nameščenka. »Svojo nekdanjo šefinjo sem celo povabila k sebi na večerjo!«

Po katastrofalnem propadu nacizma leta 1945 je sesutje družbenih struktur vojakom dalo »pravico«, da posiljujejo nemške ženske. Rusi so menili, da to ni kak velik zločin v primerjavi z dvajsetimi milijoni mrtvih, popolnim uničenjem mest in propadom vzhodnih držav. Tudi nekaj francoskih vojakov je zaneslo v tako vedenje, ne da bi imeli občutek, da so zagrešili zločin. Ko so se vrnili domov, nobenega od teh mož ni bilo niti sram niti ni imel občutka krivde zaradi malopridnega dejanja. Kadar posameznik, ki mu je odvzeta odgovornost, uboga avtoriteto, nori zakon ali seksualni nagon v vojnem okolju, ki dejanje ceni kot vrednoto, se počuti kot navadno kolesce v sistemu. Ko pomislimo: »Vse si lahko dovolim!«, ni več individualne zavore in pravil empatije, ta se usmerja izključno na bližnje, člane klana ali vojske. Zakon obstaja le znotraj skupine, drugi v resnici niso človeška bitja, torej poboji drugače mislečih (povojni poboji pri nas!), posilstva žensk iz države, ki je kriva za prestano nesrečo, niso pravi zločin. S takimi primeri je posuta tudi naša še zmeraj živa zgodovina.

Sprevrženci se nikoli ne sramujejo samih sebe. Če naj se samega sebe sramujem, moram drugega postaviti nad sebe in od njega pričakovati, da me bo cenil. Pripisati mu moram, da misli, da sem manjvreden, ta misel pa mi vzbudi sram. Avtor kot enega od primerov razčlenja razdejano podobo številnih temnopoltih, ki se globoko v sebi sramujejo samega sebe pred pogledom drugega. Eni si ponižanja branijo tako, da si belijo kožo, drugi zaničujejo belce (se torej obnašajo enako kot napadalci), tretji se zapro v črnske skupnosti, številni temnopolti pa se po vzoru Nelsona Mandele odločajo, da bodo s svojo plemenitostjo spremenili pogled belcev: »Poglejte, kako sem lep, močan in velikodušen. Ne zahtevam maščevanja, pripovedoval vam bom o vsem, kar sem prestal zaradi vas.« Pokazati brez obtoževanja! V Južni Afriki so po pričanju pred komisijo za resnico in spravo številni belci odšli v solzah in priznali: »Nisem se zavedal, koliko hudega so prestali zaradi nas.« Sram se preseli v drug tabor, kadar se spremeni kultura in je okolje pripravljeno poslušati.