

Ron Coleman

*Η ΨΥΧΙΚΗ ΑΝΑΡΡΩΣΗ
ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΜΥΘΟΣ*



«ΚΑΛΕΙΔΟΣΚΟΠΙΟ»

Αστική Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία
για την ψυχοκοινωνική αποκατάσταση

ΑΘΗΝΑ 2011

Το υλικό της παρούσας έκδοσης προέρχεται από τη διάλεξη του Ron Coleman «Recovery Works» στο συνέδριο “An Hour of Power”, που πραγματοποιήθηκε από το «Richmond Fellowship Western Australia» στο Perth της Αυστραλίας τον Μάρτιο του 2007, σε συνεργασία με την εταιρεία «Working to Recovery Ltd». Ο ελληνικός υποτιτλισμός έγινε από τη Σοφία Σιμώνη, για την αστική μη κερδοσκοπική εταιρεία «Καλειδοσκόπιο» που είχε και την τελική επιμέλεια του κειμένου.

Ευχαριστίες:

Στον Ron Coleman και στην εταιρεία του “Working to Recovery Ltd”, για την άδεια αναπαραγωγής στα ελληνικά.

Στον Γιώργο Φαρσακίδη, που μας έδωσε την άδεια να αναδημοσιεύσουμε το χαρακτηριστικό του, που κοσμεί το εξώφυλλο.

Ron Coleman: Καλησπέρα, είναι χαρά και τιμή μου που είμαι στο Περθ ξανά. Μου είπαν να έρθω το καλοκαίρι, αλλά δεν μπορούσα. Έτσι, ήρθα το φθινόπωρο. Θέλω να πάω σπίτι. Κάνει πολλή ζέστη για μένα εδώ! Με λένε Ron Coleman. Μου διέγνωσαν σχιζοφρένεια το 1982. Έγινε χρόνια σχιζοφρένεια το 1987 και το 1991 σταμάτησα να είμαι σχιζοφρενής και ξανάγινα ο Ron Coleman. Αυτή είναι η ιστορία της ζωής μου εν συντομία.

Δεν πιστεύω ότι η σχιζοφρένεια ή οποιαδήποτε ψυχική ασθένεια πρέπει να είναι ισόβια κατάσταση. Βαρέθηκα ν' ακούω τους ανθρώπους να μου λένε ότι έχουν μια ασθένεια που δεν θεραπεύεται. Ή ότι θα είναι έτσι σε όλη τους τη ζωή. Δεν ισχύει αυτό. Ποτέ δεν ισχυε. Η ανάρρωση θεωρείται ως μια νέα ηχηρή ανακάλυψη. Το έχουν αντλήσει από την ιδέα της ενδυνάμωσης. Θυμάστε την ενδυνάμωση; Θυμάστε που σας είχαν δώσει μια δύναμη; Ή μήπως σας την στέρησαν;

Εγώ θυμάμαι την ενδυνάμωση, επειδή ήμουν στο σύστημα. Ήμουν στο σύστημα μ' εκείνο το πείραμα ενδυνάμωσης. Έρχονταν όλοι οι ειδικοί στις εννέα το πρωί και έλεγαν "πάρε μια δύναμη εσύ, μία εσύ και μία εσύ" και όταν πήγαινε πέντε η ώρα και έφευγαν, τέρμα η δύναμή σου. Βλέπαμε την ενδυνάμωση σαν κάτι που μας *έκαναν*. Έρχονταν κάποιοι και μας έδιναν μια δύναμη. Όμως, αυτό δείχνει παντελή άγνοια της φύσης της δύναμης. Η δύναμη δεν είναι κάτι που σου δίνουν. Δύναμη είναι κάτι που παίρνεις. Δεν μπορεί κανείς να δώσει δύναμη, διότι κάποιοι αρνούνται να την πάρουν. Πρέπει εσύ να την πάρεις, δεν σου δίνεται ποτέ η δύναμη. Μπορούμε να ξεκαθαρίσουμε τις συνθήκες για να παίρνουν κάποιοι δύναμη, αλλά η δύναμη δεν μπορεί να σου δοθεί.

Γι' αυτό αποτυγχάνει η ενδυνάμωση. Θυμάμαι να μου λένε, "πιστεύουμε στις δυνάμεις σου, εμείς δε βάζουμε ετικέτες,

δεν σε αποκαλούμε σχιζοφρενή". Όμως, σου δίνουν φάρμακα για τη σχιζοφρένεια. Οπότε, τι ακριβώς γίνεται; Κι όταν η ενδυνάμωση μπήκε στο πρόγραμμα ως μείζον θέμα στο κίνημα των ασθενών, το οικειοποιήθηκαν οι επαγγελματίες και καθόρισαν εκείνοι τι σημαίνει "δύναμη". Και αρχίζουμε να βλέπουμε το ίδιο και στη διαδικασία της ψυχικής ανάρρωσης (recovery).

Στο Βασιλικό Κολέγιο Ψυχιάτρων στην Αγγλία πιστεύουν στην ανάρρωση. Μέχρι να σκεφτούν τι σημαίνει η λέξη "ανάρρωση". Γι' αυτούς η θεραπεία έχει κλινική έννοια. Είναι η απουσία συμπτωμάτων. Αυτή είναι η άποψή τους για την ψυχική ανάρρωση. Και σε μη θεσπισμένο τομέα έχουμε το μοντέλο της "κοινωνικής ανάρρωσης". Λες και αυτό σημαίνει η ανάρρωση. Το άτομο που έχει θεραπευτεί κοινωνικά να μπορεί να κάνει συγκεκριμένα πράγματα. Λες και το άτομο ξέρει τι.

Θα σας πω ότι ήμουν σε δουλειές όπου δεν ένιωθα θεραπευμένος. Τις έκανα απλά επειδή χρειαζόμουν τα λεφτά. Δεν είχε σχέση με την ψυχική ανάρρωση. Μπορείς να πεις ότι έχει αναρρώσει κάποιος από τον αριθμό των φίλων που έχει. Είμαι μοναχικός, όπως η λευκή φυλή, άρα δεν θα αναρρώσω ποτέ! Ή ακόμη χειρότερα, κατά την αμερικανική φιλολογία του θέματος, ανάρρωση είναι η έλλειψη εγκληματικής δραστηριότητας. Οπότε όλοι οι χρήστες των ψυχιατρικών υπηρεσιών εγκληματούν, και όταν σταματούν σημαίνει ότι ανάρρωσαν! Αυτά είναι ανοησίες.

Ή ακόμη χειρότερα, ψυχική ανάρρωση είναι οικονομική, στεγαστική ανεξαρτησία. Δεν ξέρω κανέναν οικονομικά ανεξάρτητο. Είναι κανείς εδώ οικονομικά ανεξάρτητος; Για να δω! Αν είναι κάποιος οικονομικά ανεξάρτητος μάλλον τα βγάζει πέρα μόνος του. Εξαρτιόμαστε από άλλα πράγματα

για τα εισοδήματά μας. Είναι μια αλληλεξάρτηση, όχι ανεξαρτησία. Και η στεγαστική ανεξαρτησία: Έχω το δικό μου σπίτι. Πολλοί έχουν δικό τους σπίτι. Πολλών τα σπίτια ανήκουν στην τράπεζα. Ελάτε τώρα! Άρα, είμαστε εξαρτώμενοι. Υπάρχει μια αλληλεξάρτηση, δεν είναι ανεξαρτησία. Αν το σκεφτείτε, το να είστε αλληλοεξαρτώμενοι είναι πολύ πιο λογικό παρά αυτή η ψευδής έννοια της ανεξαρτησίας.

Συμβαίνει συχνά στις υπηρεσίες ψυχικής υγείας αυτό, ιδίως στις κοινοτικές υπηρεσίες. Λέμε ότι θέλουμε οι χρήστες των υπηρεσιών μας να είναι ανεξάρτητοι. Δεν ξέρω αν χρησιμοποιείτε αυτόν τον όρο στο Περθ, αλλά στο Ηνωμένο Βασίλειο λέμε "ανεξάρτητη διαβίωση". Και το κάνουμε ιδίως στους νέους ανθρώπους. Τους λέμε «πρέπει να κάνεις μια πιο καλή ανεξάρτητη ζωή, κι αυτό θα σε κάνει καλύτερα».

Δεν ξέρω για τους νέους σας εδώ, αλλά όταν ήμουν εγώ νέος ζούσα με τους δικούς μου. Όπως οι περισσότεροι νέοι, γυρνούσα το βράδυ, πετούσα τα πράγματά μου, φορούσα άλλα ρούχα, έβγαينا, γυρνούσα πάλι σπίτι, πετούσα τα ρούχα μου, έβαζα άλλα, έβγαينا, τα πετούσα κι αυτά, και μέχρι την Πέμπτη το πάτωμα του δωματίου μου ήταν γεμάτο ρούχα. Την Πέμπτη γινόταν κάτι μαγικό. Γυρνούσα στο σπίτι την Πέμπτη το βράδυ και, ως δια μαγείας, όλα τα ρούχα είχαν μαζευτεί. Είχαν πλυθεί μόνα τους, είχαν σιδερωθεί και είχαν μπει στη θέση τους. Ήμουν βέβαιος ότι είχαμε νεράιδες στο σπίτι μας! Μετά έφυγα από το πατρικό μου και έμεινα στο δικό μου διαμέρισμα. Κι εκεί έκανα ό,τι έκανα και στο πατρικό μου. Έμπαινα, πετούσα παντού τα ρούχα μου, τα άφηνα εκεί και θυμάμαι την πρώτη Πέμπτη που μπήκα στο σπίτι όλα τα ρούχα ήταν ακόμα εκεί. Τα κοίταξα και είπα "τι γίνεται εδώ;" Τότε κατάλαβα πόσο εξαρτημένος ήμουν. Έβαλα όλα τα ρούχα σε ένα σάκο και πήγα να δω τη μαμά μου.

Αυτή είναι εξάρτηση. Σας αναφέρω κάποια πράγματα που συνέβαιναν. Όταν ζούσα στο πατρικό μου, με φρόντιζε η μητέρα μου. Αυτό δεν κάνουν όλες οι μαμάδες; Όταν έφυγα από το σπίτι, δεν μπορούσε να με φροντίσει. Νοιαζόταν, όμως, για μένα. Το ενδιαφέρον για τους άλλους είναι το βήμα που πρέπει να κάνουμε οι επαγγελματίες. Όλη αυτή η φροντίδα σημαίνει ότι "τυλίγουμε" τους ανθρώπους και δεν τους αφήνουμε να προχωρήσουν στη ζωή τους. Όταν, όμως, ενδιαφέρεσαι για έναν άνθρωπο, του επιτρέπεις να αντιμετωπίσει τα λάθη του και να προχωρήσει στη ζωή του. Πιστεύω ότι αυτά είναι κάποια από τα πράγματα που πρέπει να τα κάνουμε εξ αρχής.

Τι είναι αυτή η ιστορία με την "ανάρρωση;" Για να δούμε. Ποιοι είναι εδώ; Πόσοι από σας εδώ παρέχετε ιατρικές υπηρεσίες; Ελάτε, δεν είναι κακό! Σας συγχωρούμε. Και πόσοι από σας εδώ χρησιμοποιείτε ψυχιατρικές υπηρεσίες; Ωραία. Και πόσοι από σας εδώ είστε συγγενείς ασθενών;

Θα ρωτήσω πρώτα τους επαγγελματίες. Σηκώστε το χέρι σας. Ελάτε, επαγγελματίες. Πόσοι από σας ήρθατε στις ψυχιατρικές υπηρεσίες σκεφτόμενοι ότι η δουλειά σας είναι να διατηρήσετε τους ανθρώπους στην ασθένειά τους; Σηκώστε το χέρι σας. Εσείς; Είναι κάτι που σκεφτήκατε ή κάτι που συνέβη; [Το άτομο που σήκωσε το χέρι του, λέει κάτι εκτός μικροφώνου]. Γιατί δεν νομίζω ότι κανείς έρχεται γι' αυτό το λόγο.

Πόσοι από εσάς που εργάζεστε ως επαγγελματίες ψυχικής υγείας μπήκατε στη δουλειά σκεφτόμενοι ότι η δουλειά σας είναι να βοηθήσετε τους ασθενείς να ανακτήσουν τη ζωή τους; Σηκώστε τα χέρια σας. Για να σας δω!

Μέλη της οικογένειας, πόσοι από σας πήγατε τον αγαπημένο σας στις υπηρεσίες και είπατε "αυτός είναι, κρατήστε τον"; Όχι; Εγώ ομολογώ θα το έκανα σε μία απ' τις κόρες μου! Πόσοι από σας πήρατε το αγαπημένο σας πρόσωπο και το πήγατε στις υπηρεσίες λέγοντας "πονάει, υποφέρει, βοηθείστε τον, τον θέλω πίσω"; Ελάτε. Πόσοι το έχουν κάνει; Αυτό δεν κάνουμε;

Εντάξει, χρήστες των υπηρεσιών. Πόσοι από μας είδαμε το ψυχιατρείο σαν πράσινο λιβάδι και είπαμε "μοιάζει ωραίο μέρος για να περάσω την υπόλοιπη ζωή μου"; Πολλοί από μας μπήκαμε εκεί παρά τη θέλησή μας ακούγοντας φωνές, με κατάθλιψη, με στιδήποτε και το μόνο που θέλαμε ήταν βοήθεια για να ανακτήσουμε τη ζωή μας. Ελάτε, η πρώτη φορά που πήγατε;

Τι δεν πάει καλά λοιπόν; Οι χρήστες των υπηρεσιών θέλουν την ανάρρωση. Οι συγγενείς θέλουν την ανάρρωση. Οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας θέλουν την ανάρρωση. Τι πήγε στραβά λοιπόν; Πώς φτάσαμε να λέμε σε κάποιον "είσαι άρρωστος και θα είσαι πάντα άρρωστος"; "Θα παίρνεις φάρμακα σ' όλη την υπόλοιπη ζωή σου". Τι εννοούμε, όταν τους το λέμε αυτό; Τι λέμε; Λέμε, "δεν υπάρχει ελπίδα". Κι όταν απευθυνόμαστε στους συγγενείς τους λέγοντας "οι αγαπημένοι σας είναι άρρωστοι, θα παίρνουν φάρμακα σε όλη την υπόλοιπη ζωή τους, μην περιμένετε να σπουδάσουν ή να ξαναδουλέψουν", τι λέμε στους συγγενείς; Ότι "δεν υπάρχει ελπίδα". Όταν λέμε στον χρήστη των υπηρεσιών ότι δεν έχει ελπίδα, όταν λέμε στους συγγενείς του ότι δεν υπάρχει ελπίδα, μαντέψτε τι γίνεται: Δεν υπάρχει ελπίδα. Οι άνθρωποι δεν μπορούν να αναρρώσουν μέσα σ' ένα σύστημα που καλλιεργεί το αίσθημα της απελπισίας, νιώθουν αβοήθητοι. Δεν μπορεί να αναρρώσει κανείς σ' αυτό το

σύστημα. Είναι αδύνατο να αναρρώσεις μέσα σ' αυτό το σύστημα.

Ποια είναι η κύρια δουλειά μας λοιπόν, ως συγγενείς και ειδικοί, όταν αντιμετωπίζουμε αυτούς τους ανθρώπους; Κύρια δουλειά μας είναι να κρατάμε την ελπίδα. Να κρατάμε την ελπίδα εκ μέρους του ασθενή μέχρι να είναι έτοιμος να την κρατήσει ο ίδιος. Και δεν κρατάμε την ελπίδα, όταν τους λέμε: "Καλύτερα να μην το κάνεις αυτό, δεν είναι καλό για σένα". Κρατάμε την ελπίδα, όταν τους λέμε: "Πήγαινε, δοκίμασε πράγματα. Κι εγώ θα είμαι πάντα στο πλευρό σου. Θα είμαι εδώ και θα σε στηρίζω. Θα είμαι συνοδοιπόρος στο ταξίδι σου. Δεν μπορώ να κάνω εγώ τη δική σου δουλειά... αλλά θα είμαι μαζί σου σ' αυτό το ταξίδι. Θα είμαι πλοηγός και σύντροφος σ' αυτό το ταξίδι, αλλά δεν μπορώ να το κάνω εγώ για σένα".

Έχω δει ανθρώπους να αναρρώνουν που ήταν στο σύστημα 5, 10, 15 χρόνια. Ίσως η καλύτερη περίπτωση που έχω δει να αναρρώνει ήταν 37 χρόνια σε ψυχιατρικά συστήματα. Ξεκίνησε από ψυχιατρικό ίδρυμα για παιδιά. Από εκεί μεταφέρθηκε σε ίδρυμα για εφήβους και από εκεί πήγε σε ίδρυμα για ενήλικους. Όταν συναντηθήκαμε ήταν 12 χρόνια σε κέντρο αποκατάστασης. Δώδεκα χρόνια έκανε αποκατάσταση. Αυτό είναι αποκατάσταση μέχρι θανάτου. Δώδεκα χρόνια. Ολόκληρη ζωή μέσα σε μια μονάδα.

Και ρωτάμε: Τι είδους οργάνωση είναι αυτή; Κανένας δεν είχε φύγει τόσα χρόνια, εκτός από δύο άτομα. Μια μονάδα 40 ατόμων και μόνο δύο άτομα έφυγαν. Για να τους πάνε στο νεκροταφείο. Αυτό συμβαίνει όταν συντηρούμε ένα σύστημα που δεν εμπνέει την ελπίδα, που δεν προτρέπει τους ανθρώπους να συνεχίσουν τη ζωή τους. Αυτό κάνουμε. Τους σκοτώνουμε. Τους σκοτώνουμε όταν είναι νέοι. Όταν κάποιος παίρνει αντιψυχωσικά φάρμακα έχει πενταπλάσιες

πιθανότητες να καταλήξει με διαβήτη και να χρειαστεί ινσουλίνη. Και όλοι ξέρετε τις επιπτώσεις της ινσουλίνης στη ζωή σας. Είναι τρεισήμισι φορές παραπάνω οι πιθανότητες για έμφραγμα. Κι αν φτάσεις στην αποκατάσταση, πεθαίνεις. Όταν εγκλωβιστείς στο σύστημα, θα πεθάνεις. Το ξέρω αυτό.

Ζω σε μια καλή συνοικία. Δε γλύτωσα το bypass. Το έκανα λόγω του πού έμενα και ότι δεν ήμουν πια χρήστης ψυχιατρικών υπηρεσιών. Αν παίρνεις αντιψυχωσικά φάρμακα για μεγάλο διάστημα έχεις δύομισι φορές παραπάνω πιθανότητες να πεθάνεις από καρκίνο. Ξέρετε γιατί; Ο λόγος είναι τα φάρμακα που παίρνεις. Τι ελπίδα δίνουμε σ' αυτούς τους ανθρώπους, όταν αυτά είναι τα αποτελέσματα που βλέπουμε στην κοινωνία μας; Τι ελπίδα; Τι ελπίδα δίνουμε στους ανθρώπους όταν τους βάζουμε μέσα σε ένα σύστημα και τους λέμε ότι θα μείνουν για πάντα εκεί; Τι ελπίδα δίνει αυτό σε εμάς;

Θυμάμαι τον λέκτορα Μαρξ. Ξέρω ότι τον λέμε Καρλ Μαρξ, αλλά εγώ τον λέω λέκτορα Μαρξ επειδή είπε κάποια ενδιαφέροντα πράγματα. Είπε: "Καταλαβαίνεις πόσο πολιτισμένη είναι μια κοινωνία από τον τρόπο που αντιμετωπίζουν τους ψυχικά ασθενείς. Και η Αμερική είναι βάρβαρη". Αυτό είπε, για το πώς μεταχειρίζονται τους ψυχικά ασθενείς. Δεν ξέρω αν αυτό ισχύει μόνο για την Αμερική. Ξέρω ότι ισχύει και για την Αυστραλία, ισχύει και για το Ηνωμένο Βασίλειο. Ισχύει για το μεγαλύτερο μέρος της Ευρώπης και για την πλειοψηφία των "πολιτισμένων" κοινωνιών του κόσμου. Συμπεριφερόμαστε στους ανθρώπους με προβλήματα ψυχικής υγείας με βάρβαρο τρόπο. Και το χειρότερο είναι ότι δεν τους λέμε καν ότι το πρόβλημα οφείλεται κατά το ήμισυ στη θεραπεία.

Η Ντόροθι μιλούσε σήμερα για το ECT (Ηλεκτροσπασμο-θεραπεία) και για τα είδη της κατάθλιψης. Υποβλήθηκα κι εγώ σε Ηλεκτροσπασμοθεραπεία. Έκανα 40 ηλεκτροσόκ στη ζωή μου. Τα έκανα όλα παρά τη θέλησή μου. Και υποβλήθηκα σε αυτή τη θεραπεία παρότι αντενδεικνυτο για τη σχιζοφρένεια μου. Μου τα έκαναν επειδή είχα πέσει τόσο χαμηλά που δεν κουνιόμουν. Δεν έτρωγα, δε φρόντιζα τον εαυτό μου. Τι ακριβώς ήταν αυτό; Είχα πέσει σε κατάθλιψη λόγω των φαρμάκων; Το σκεφτόμουν αυτό μέχρι που άκουσα την Ντόροθι σήμερα, και νομίζω ότι ήταν οργή και θυμός λόγω των όσων μου συνέβαιναν στο σύστημα, που με έκαναν να κλειστώ στον εαυτό μου, επειδή δεν υπήρχε για μένα ελπίδα.

Μέχρι που πρωτοσυνάντησα το Δίκτυο για τις Φωνές και τον Marius Romme δεν είχα καμία ελπίδα. Και τότε ήρθε μια γυναίκα σε μια συνάντηση, ήταν η πρώτη μου συνάντηση για τις Φωνές. Η γυναίκα μου είπε: "Ακούς φωνές;" Κι όταν είπα "ναι", μου είπε "κανένα πρόβλημα, είναι αληθινές". Όλα όσα μου είχαν πει οι γιατροί για τις φωνές, να μην τις αποδέχομαι, η γυναίκα εκείνη μου είπε ότι ήταν λάθος. Μου είπε ότι εκείνες οι φωνές *είναι* αληθινές. Είναι αληθινές, επειδή τις ακούς. Και έχει δίκιο. Μόνο όταν καταλάβεις τι είναι οι φωνές που ακούς, αρχίζεις να προχωράς.

Άκουγα μια φωνή που μου έλεγε ότι εγώ φταίω και ότι μου αξίζει να καώ στην κόλαση. Και αυτοτραυματιζόμουν. Έκαιγα τον εαυτό μου. Και έκαιγα τον εαυτό μου για διάφορους λόγους. Πρώτον, είμαι Καθολικός και στον Καθολικισμό έτσι εξαγνίζεσαι. Πηγαίνεις στο καθαρτήριο και εξαγνίζεσαι για το αμάρτημά σου. Αυτή η φωνή ήταν ενός καθολικού ιερέα που με κακοποιούσε ως παιδί. Και πάντα μου έλεγε ότι έφταιγα εγώ. Μου έλεγε ότι θα καιγόμεν για να τιμωρηθώ. Αυτό ήταν μέρος της συμφωνίας για να μην πω σε κανέναν τι έγινε. Αυτό ήταν το θέμα.

Οπότε ποιο ήταν το πρόβλημά μου; Το ότι άκουγα φωνές; Όχι. Αυτό δεν είναι πρόβλημα. Είναι κάτι που υπάρχει. Ήταν πρόβλημα ότι κακοποιήθηκα; Όχι. Αυτό ήταν ένα γεγονός. Το πρόβλημα ήταν το πώς ένιωθα για την κακοποίηση. Τίποτε άλλο. Αυτό ήταν το θέμα. Αν θέλετε, αυτή ήταν η αιτία. Και αν θέλουμε να πετύχουμε, πρέπει να θεραπεύσουμε την αιτία. Δεν θεραπεύεις τα συμπτώματα, θεραπεύεις την αιτία. Έπρεπε, λοιπόν, να θεραπεύσω το πώς ένιωθα γι' αυτό που συνέβη. Και αυτό που ένιωθα ήταν ενοχή. Εγώ έφταιγα που οδήγησα τον αθώο ιερέα στην αμαρτία. Αυτό σκεφτόμουν. Αυτό μας έχουν πει. Αυτό πίστευα. Και η ενοχή, όταν αρχίζεις να την εξερευνάς, είναι πολύ περίπλοκη. Αλλιώς, νομίζω, θα το είχα προσπεράσει.

Αν το σκεφτείτε, πάντα λέμε στους ανθρώπους που κακοποιήθηκαν ή που τους συμβαίνει ένα σημαντικό γεγονός στη ζωή τους ότι δεν ήταν δικό τους το λάθος. Και ξέρετε τι συμβαίνει; Οι περισσότεροι δεν σε πιστεύουν. Δεν σε πιστεύουν, επειδή η ενοχή δεν έχει μία συνεχής δομή. Η ενοχή απαρτίζεται από επίπεδα. Και εδώ, αυτό είναι μόνο το πρώτο επίπεδο για μένα. Αυτό είναι το πιο απλό, ότι οδήγησα δηλαδή έναν αθώο ιερέα στην αμαρτία. Μετά έρχεται το δεύτερο επίπεδο για μένα που έχει να κάνει με τον σεξουαλικό προσανατολισμό μου. Είχα πολύ καιρό προβλήματα με το σεξουαλικό προσανατολισμό μου. Δεν ήξερα αν ήμουν φυσιολογικός, ομοφυλόφιλος ή αμφιφυλόφιλος.

Πείτε μου. Πότε ήταν η τελευταία φορά που μιλήσατε με τον πατέρα σας για το σεξουαλικό προσανατολισμό σας; Δεν το κάνουμε αυτό. Δεν είναι κάτι που κάνετε. Κι εγώ δεν μπορούσα να πάω στον πατέρα μου και να του πω "δεν ξέρω αν είμαι φυσιολογικός, γκέι ή αμφιφυλόφιλος". Θα μου έριχνε μία στο κεφάλι και θα μου έλεγε να πάω να παντρευτώ!

Ο πατέρας μου δεν ήταν ποτέ "προχωρημένος". Ήταν καλός άνθρωπος, αλλά ποτέ μοντέρνος.

Έχεις λοιπόν τον εαυτό σου, που οδήγησες αυτόν τον αθώο ιερέα στην αμαρτία, και που αναρωτιέσαι για τον σεξουαλικό σου προσανατολισμό, και το ένα επίπεδο τροφοδοτεί το άλλο. Το δεύτερο επίπεδο το αποκαλώ "περίπλοκο". Κι από κάτω υπάρχει και άλλο επίπεδο. Αυτό το τρίτο επίπεδο το αποκαλώ "ενδότερο". Το τρίτο επίπεδο είναι κάτι για το οποίο δεν μιλάμε πολύ. Αφορά το κομμάτι της σεξουαλικής μου κακοποίησης που μου άρεσε. Βλέπετε, το απόλαυσα, πρέπει να το ήθελα. Αν το ήθελα, σημαίνει ότι είμαι ομοφυλόφιλος ή αμφιφυλόφιλος κι αυτό σημαίνει ότι οδήγησα έναν αθώο ιερέα στην αμαρτία. Κάπως έτσι λειτουργεί. Και μετά μπλέκεις μέσα στην ενοχή, επειδή δεν την αποδέχεσαι. Αρνείσαι να την αποδεχτείς. Και τρέφεται μόνη της, τρέφεται κι εσύ καταλήγεις ένα τίποτα. Χάνεις αυτό που είσαι.

Πάντα σκέφτομαι πως είναι ενδιαφέρον το ότι πολλά άτομα καταλήγουν στο σύστημα στα τέλη της εφηβείας τους ή στις αρχές των 20 χρόνων τους, τότε δηλαδή που αρχίζουμε να διαμορφώνουμε την προσωπικότητά μας, τότε που αρχίζουμε να καταλαβαίνουμε το ποιοι είμαστε. Τότε είναι που βλέπουμε τους περισσότερους να καταλήγουν στις Υπηρεσίες. Μετά, το επόμενο που βλέπουμε, ιδίως με τις γυναίκες, είναι όταν φεύγουν τα παιδιά απ' το σπίτι. Τότε αρχίζουν να διερωτώνται ξανά "ποια είμαι;" Και όταν παίρνουμε σόνταξη, τότε πάλι διερωτόμαστε "ποιος είμαι;" Αυτά είναι τα σημαντικά γεγονότα της ζωής μας. Αλλάζουν αυτό που είμαστε. Και ποτέ δεν συνειδητοποιούμε ότι αυτά ίσως παίζουν ρόλο. Αυτά πρέπει να αντιμετωπίσουμε. Αυτές είναι οι ερωτήσεις που πρέπει να κάνουμε.

Ήμουν 38 ετών, περίπου 27 χρόνια αφότου άρχισε η κακοποίησή μου, όταν συνειδητοποίησα ότι αν διεγείρεις κάποιον εκείνος θα ανταποκριθεί θέλοντας και μη. Ήμουν 38 ετών όταν βρήκα την απάντηση σ' εκείνη την ερώτηση. Ξέρετε γιατί; Επειδή δε μου το είπε κανείς. Κανένας δεν κάθισε ποτέ να μου εξηγήσει αυτά τα πράγματα. Κι εγώ δεν θα πήγαινα να τους ρωτήσω. Δεν είμαι ανόητος. Δεν θα πήγαινα σε κάποιον και να του πω τι και τι χάρηκα από εκείνη την εμπειρία. Κανείς δεν τολμάει να το κάνει αυτό. Είναι τόσο ευαίσθητο θέμα. Επειδή πιστεύεις ότι όλος ο κόσμος θα σε καταδικάσει. Κανένας δεν θα έκανε αυτή την ερώτηση.

Πώς ξεφεύγεις από αυτό λοιπόν; Και η ενοχή όλο και "τρέφεται" μόνη της. Όταν βρήκα την απάντηση σ' αυτό το ερώτημα, μπόρεσα και άρχισα αμφισβητώ, να προκαλώ, να αποδομώ. Γιατί μπορούσα να αναλύσω μόνος μου ποιος ήμουν, επειδή μπορούσα να δω την κακοποίησή μου με ένα διαφορετικό τρόπο. Και το σημαντικό ήταν ότι βρήκα πως εγώ ήμουν ο αθώος. Και τότε άλλαξαν τα πράγματα. Τότε χάθηκε η δύναμη που είχε πάνω μου η φωνή. Αυτή είναι εξουσία, όταν μια φωνή κυριαρχεί τη ζωή σου και συνεχίζει να σε καταχράται με συγκεκριμένο τρόπο. Και ξαφνικά βρίσκεις τον τρόπο να καταρρίψεις αυτή την εξουσία. Και γίνεσαι εσύ ο ισχυρός. Παίρνεις εσύ τον έλεγχο. Δεν τον έχουν πια οι φωνές. Αρχίζεις να ελέγχεις τη ζωή σου. Αυτό είναι δύναμη.

Ήμουν τυχερός γιατί είχα κάποιους ανθρώπους γύρω μου που μου επέτρεψαν να συνεχίσω αυτό το ταξίδι. Η μητέρα μου ζούσε χιλιόμετρα μακριά, στη Σκωτία. Εγώ ήμουν στην Αγγλία. Έτσι δεν ενεπλάκη, γιατί αν ήμουν σπίτι θα με φρόντιζε. Αυτό θα έκανε. Είναι η μαμά μου και μ' αγαπάει πολύ. Δε σημαίνει ότι είναι κακός άνθρωπος ή ότι δεν

καταλαβαίνει. Μ' αγαπάει. Κι όταν αγαπάς κάποιον, το κάνεις αυτό. Χρειάζεται κάποιες φορές να αποστασιοποιείσαι.

Είχα, όμως, άλλους ανθρώπους σαν τον Marius Romme κι άλλους. Άκουγα αυτά που έλεγαν κι εκείνοι άκουγαν εμένα. Με άφηναν να απογειώνομαι. Η διαδικασία της ανάρρωσης δεν είναι η νέα εύκολη επιλογή. Η ψυχική ανάρρωση είναι η πιο δύσκολη δουλειά που έχει κάνει ποτέ κανείς, αλλά είναι η δουλειά που αξίζει περισσότερο στη ζωή σου. Επειδή στην ουσία σου δίνει ζωή. Η δική μου ζωή άλλαξε όταν άρχισα να αναρρώνω. Άλλαξε με πολλούς τρόπους. Όταν ήμουν στο σύστημα, τις τελευταίες μέρες εκεί δεν είχα κανέναν στη ζωή μου. Ούτε την οικογένειά μου επειδή προσπαθούσα να μην την εμπλέξω σ' αυτό. Ακόμα και τώρα, μετά την ανάρρωση μου, οι δικοί μου δε μιλάνε για την ψυχική μου ασθένεια. Όταν αναφέρεται αυτό το θέμα λένε, "ο Ron πέρασε μια περίεργη περίοδο στη ζωή του". Πιστεύω ότι αν ήξεραν πόσο πραγματικά τρελός ήμουν, θα ανησυχούσαν ακόμα και σήμερα!

Όταν κοιτάζω αυτό το τμήμα της ζωής μου και βλέπω αυτό που έχω τώρα, νιώθω ότι το ταξίδι της ανάρρωσης άξιζε τον κόπο. Έχω σύζυγο. Είναι ψυχιατρική νοσηλεύτρια, βλέπετε, παντρεύτηκα τον εχθρό! Δεν είναι, όμως, μόνο αυτό. Έχω και παιδιά. Έχουμε κι οι δυο μαζί επτά παιδιά. Αρκετά για να κάνουμε μια μελέτη και να δούμε αν το θέμα είναι γενετικό! Το κρατάμε, όμως, μέσα στην οικογένεια! Μίλησα με την κόρη μου σήμερα στο τηλέφωνο. Είναι τεσσάρων ετών, η μικρότερή μου. Με ρώτησε αν θα της πάω ένα καγκουρό.

Αν είχα μείνει στο σύστημα δεν θα έκανα ποτέ αυτή τη συζήτηση με την τετράχρονη κόρη μου. Επειδή δεν θα είχα μπορέσει να ξεπεράσω όλα όσα συνδέονταν μ' εκείνες τις φωνές. Πιστεύω ότι δύο θα ήταν τα αποτελέσματα για μένα

σήμερα, αν είχα μείνει στο σύστημα: Ή θα έμενα για πολύ καιρό κλειδωμένος σε ένα κλειστό τμήμα, ή θα ήμουν νεκρός. Πιστεύω ότι αυτό θα ήταν το αποτέλεσμα. Μάλλον θα ήμουν νεκρός γιατί η καρδιά μου δεν θα άντεχε. Γιατί; Επειδή οι άνθρωποι δεν αφιέρωσαν ποτέ χρόνο για να καταλάβουν την αιτία. Το μόνο που τους ενδιέφερε ήταν τα συμπτώματα, και να με τιμωρούν για την κακή μου συμπεριφορά ή να με συγχάιρουν άμα έκανα το σωστό. Ο κόσμος λέει ότι δεν είναι τιμωρία, όμως είναι. Και θα σας πω γιατί είναι τιμωρία: Γιατί έτσι νιώθει το άτομο που του το κάνουν αυτό. Κι αυτό το κάνει να είναι τιμωρία. Θέλω να ξεφύγω από αυτό.

Έχω αληθινή ελπίδα για το μέλλον. Πιστεύω ότι μπορούμε να το αλλάξουμε. Πιστεύω ότι ξεκινάει με ανθρώπους σαν εσάς, επειδή εσείς θα κρατήσετε την ελπίδα για τους ανθρώπους που αγαπάτε. Ως επαγγελματίες, κρατούμε την ελπίδα για τους ασθενείς μας. Όταν τους βλέπουμε, τους ενθαρρύνουμε κάθε μέρα λέγοντάς τους "θα αναρρώσεις". Και όχι "ίσως θα είσαι ο τυχερός". "Θα γίνεις καλά", αυτό πρέπει να λέμε στους ανθρώπους που αγαπάμε. Αυτό είναι το μήνυμα της ελπίδας. Έτσι ανακτάς τη δύναμή σου.

Σας ευχαριστώ πολύ.