

## ПАЯЖИНАТА НА РЕЛАЦИОННИЯ ТЕРЕН

Петър Кралев

*Доклад от конференция на неорайхианската психотерапевтична школа*

Хората имат нужда от драматични повторения. Сценарият е нещо удобно, в което можеш да се скриеш, когато животът се закучи. Или когато стане заплашително неразбираем и опасен. Дали заради наивност или недостатъчно опит ми се е случвало да усещам - винаги късно, естествено! - как някой от клиентите ми се опитва да ме превърне в удобен персонаж при поредното повторение на личната си драма, която е решил да разиграе - тоя път в студиото ми. Добрия баща, верния приятел, романтичния любовник, бленувания гуру, лошата мама, невярната сестричка, постоянно лъжещия доверието шарлатанин... Няколко години психотерапевтична практика са достатъчно, за да си направя, ако реша, изложба от чужди проекции и трансфери, целящи да ме заселят (или засеят) в нечие лично пространство, чиято перспектива бавно се разгръща по време на терапевтичния процес. Ония драматични реалии, които Валдо Бернаскони нарича "релационен терен".

Спрях се на релационния терен като подходяща тема в миг на инсайт. Осъзнах, че той не е нещо нито толкова явно, нито толкова достъпно, колкото ни се струва при първоначалния анализ. По-скоро е като двуликкия Янус. Или като Мистър Хайд, чиято гримаса обаче трудно може да се разгадае в интелигентното изражение на Доктор Джекил. Но това са метафори.

Ще се спра накратко на идеята на Валдо Бернаскони за реалационния терен, за да стане все пак ясно за какво си говорим. Професор Бернаскони използва също една чудесна метафора: *"Хората са като картофите - имат корени в една определена почва, в която ревниво пазят скрити от нетактични погледи плодовете си и дишат чрез листата, които са на повърхността."* Тази почва на засаждане, зреене и развитие, от която черпи енергия и сокове за живота си бъдещият самостоятелен индивид (какъв израз само!), представлява релационния терен. Разбира се, той има социални измерения и при хората е пропит от обърканост на взаимоотношенията и морални догми, с които

бъдещият индивид често се самоидентифицира. „Това не е правилно, онова е погрешно, другото не е позволено“... Една амалгама от защитни сценарии и гещалти, които ще се повтарят в живота на човек и ще го карат да търпи фиаско, което пък го довежда в терапевтичното студио. Теренът ще присъства като фон дълбоко в индивида, ще участва в моделирането на поведението и ще дърпа конците на съдбата му, оставайки невидим в сянката на психиката. Трудно може да се разбере неговата деструктивност без така наречената "невроза на властта" - още един термин в психотерапевтичните разработки на Валдо Бернаскони. За гибелната властова невроза впрочем се досеща и пише още Алфред Адлер.

В хармоничния човек (така наречения "генитален характер") жаждата за власт угасва в момента, в който биват удовлетворени наличните потребности на Аз-а. В този случай говорим за принцип на властта, при съществуване "тук и сега". В начина, по който се осъществява този принцип, липсва идеята за линейността на времето (минало-сегашно-бъдеще). В съвременното общество на човек обаче не му е достатъчно да постигне задоволяване на потребностите си чрез обекти, които му доставят удоволствие в момента, на него му е необходимо и да ги притежава безусловно (за по-нататък), откъдето се ражда и стремежът за контрол над всичко, свързано с бъдеще време. Това няма начин да не доведе до война за надмощие, която в различна форма се води у повечето семейства. Така че релационният терен, в който се ражда и развива бъдещият ни клиент, обикновено е доминиран от властовата борба, тя силно повлиява изграждането на психичната структура и на следващото поколение. Нали отнякъде то все трябва да получи модел на подражание и разбиране за това кое е печелившо и кое не? На практика това не е толкова просто, колкото изглежда, нито пък черно-бяло. Да започна с примерите, възтановявам ги по памет, като се опитвам да предам по-скоро съдържанието на нещата.

*Снежина, двадесет и две годишна, студентка в Пловдив. Идва с депресия и изразено анорексично поведение, но без да е завършена анорексичка. По-скоро педантично отделя неприемливо за възрастта си време за зеленчукови диети, чист въздух и хигиена - изобщо на здравословния начин на живот. Тези*

изисквания определят социалните и интимните и връзки (последните две са неуспешни). Като студентка за две години и половина сменя петнадесет квартири заради лоши хигиенични условия и - както се изрази веднъж! - нездравословно местоположение. Петнадесет квартири! Депресията и беше следствие от последната разпаднала се връзка, а анорексичното поведение е от три години. Докато продължаваше терапията, тя живееше с родителите си във вилата им край Стара Загора. Висока, слаба, но със здрав тен, енергични движения и приятно лице. (Всъщност, аз грозни анорексички май не съм виждал...)

Родителите правят добро впечатление, държат се естествено, бащата е енергетик, работи в на отговорна длъжност в „Енергоснабдяване”, майката има текстилно магазинче за прежди. За мое най-голямо неудоволствие никой от двамата не ме подразни с нищо по време на двете ни срещи.

Отношенията в у дома били добри, семейството било сговорно, отнасяли се топло към Снежина, често посрещали гости на вилата, тя винаги присъствала на вечерите, барбекютата и пикниците в околността, които си устройвали в околността. Карали се от време на време, но то пък кой ли не се кара! Сещайки се за последната си семейна кавга нямаше как да не се съглася с нея.

Снежина си мреше да говори за диети, за спорт и за чистота, - за това колко било чисто в Германия и колко мръсно в Пловдив, за природата и природосъобразен начин на живот, за туризъм, за цветните лехи в градината им, а в краен случай и за озоновата дупка. Аз пък се чудех как ли са се оформили в нея тия критерии за стил на живот, който е по-типичен за 50 годишен човек По време на разговорите седеше в креслото, типично наведена напред, изразяваща старателно желание да сътрудничи - дори правеше усилия да се бори, като прибавяше по някой морков или дребен картоф към менюто си. В един момент обаче отношенията ни стигнаха до патова ситуация, направо се чудех какво да правя с нея, толкова добре - уж! - се чувстваше. И така до една сесия в средата на втория месец.

Та значи тя легна по гръб на дюшека и започна да диша биоенергетично – техника, която често се използва в неорайхианската практика. След третото вдихване изведнъж спря, намръщи лице, сбърчи нос гнусливо, подуши и каза с отвращение:

- Мирише на прах, тук не е чисто.

С неудоволствие си признах, че е права, не бях почиствал десетина дни, зает с други бакии. Всъщност беше само прашино. А тя продължи, вече с откровена неприязън:

- Въздухът е лош, не можеш така да караш хора, които ти плащат, да вдихват прахоляк в затворено помещение. - И накрая изтърси неочаквано: - И ти си като него.

- Като кого? - бързо попитах.

- Като Мони (това беше последното и гадже). И в неговата квартира беше прашино, опушено, освен това ме навираше (забележете израза!) в одимени заведения - шумно, миризливо... Небрежен и безотговорен човек!

- Смяташ ли, че след като приличам на него, и аз съм безотговорен и небрежен? - запитах.

Тя помисли.

- А бе, не си - смънка някак отегчено, все едно ми казваше: "Айде, влачи!"

- Доколкото си спомням - не я оставях на мира, - за приятеля си ми сподели, че бил работар, че бил интелигентен... Сега и двамата ни изкара небрежни и безотговорни, защото ни свърза с прахоляк и мръсотия. Какво е усещането ти на прахоляка и мръсотията? Явно се чувстваш неуютно, но какво изпитваш?

- Може би страх - каза след малко колебание.

- И къде още ги усещаш и виждаш? Но ми говори за ежедневието.

- По улиците, естествено. В заведенията. Как ли решават хората да ядат и пият по тия места изобицо? За мен е немислимо.

- Още?

- Ами в кината, в автобусите, дори в парковете - което е най-кошмарно.

Аз не я оставях на мира.

- Но Снежина, улиците, парковете, кафенетата, кината, автобусите, квартирата на гадежето ти, стаята ми... Ами всичко това е една много голяма част от живота.

- Да - каза вяло и скръсти ръце на корема. Все още лежеше по гръб.

Попитах я защо го направи и я помолих да се опита асоциативно да види или усети какво има точно там, под ръцете.

- Неприятно чувство. Както когато съм яла нещо тежко. Мазнини, месо, пържено - изреди с отвращение. - У дома никой не яде пържено.

- И сигурно никога не е прашино, не е задимено... - изтървах се.

- Не е. След обяд, когато се прибере, майка ми почиства почти навсякъде, грижи се за лехите с цветята, баща ми пък се грижи за двора, аз за кучето. Отделно всички работим в градината. Винаги са ни завиждали за двора - продължи почти след минута. За чимиширите, за овошките, чистия въздух... - Накрая се усмихна отнесено. - За това, че си имаме крепост.

- Крепост ли? И срещу кого се отбранявате в нея?

Тя набърчи чело.

- Не съм поглеждала от такава гледна точка. Може би трябва. Казвала ли съм ти, че стената е два метра и половина и е от камък?

- Казвала си ми.

- Живеем там, малко след като започнах училище. Прибираха ме с кола. Понякога го правеше баща ми, после майка ми. Харесвам да съм си там...

.....  
Грижовен баща, обичаща майка... И въпреки топлите отношения и природосъобразния начин на живот - някаква стерилност, като в приказката за ледената царица.

Снежина беше вградена в тая крепост. На седемнадесет-осемнадесет годишна възраст, когато връстниците и ходят по дискотеки и всякакви купони с танци, когато впрягат цялото си въображение в планиране на всевъзможни опити да завладеят другия пол, тя прекарваше времето си у дома - в приятната компания на родители и всякакъв тип семейните близки и приятели. Живеела техния градински живот и познаваше съучениците си буквално само от училищната скамаейка. Понякога сексуалният нагон и

подказвал за липсата, но тя не му се поддавала. В Пловдив за първи път се оказала сама в един свят, който усеждала като враждебен. Нямамо ги крепостните стени, разговорите край камината вечер, цветята, лехите, кучето - изобищо градинската вселена.

И сега тя се опитваше упорито да възпроизведе и вкорени повторно тая атмосфера в живота си - в храненето със зеленчуци, в прекарването на половината време в парковете, в ранното ставане по изгрев, в спортуването и изобищо куп още неща, които кажси-речи изключваха социалното общуване. Защото въпреки цялата рационализация това си беше живот в миналото. **Фиксацията в родителските фигури и взаимоотношения**, които не можеха да се повторят, беше като в учебник на Фройд. Силно оралната, доминираща в момента компонента на характера, беше причина да се вкопчи в дългото си, подредено детство, в саксията си и да отказва да порасне.

От своя страна, както много родители с едно дете, нейните бяха изградили спрямо нея един изтънчено съблазнителен модел на отношения (типичен начин за упражняване на власт), чрез който успяваха да сведат до минимум неизбежните трудности, съпътстващи съзряването. Както казах, анорексичното поведение не беше нищо друго освен един натрапчив опит да пресъздава с подръчни средства отново и отново любимите реалии на релационния терен, в който напразно правеше опити да се предпази от плашещата я динамика на мига. Дори в студиото ми тя правеше опити да намери нещо от миналото си - нали уж бях приятел. Чрез знаковия си модел за добро и зло, който проектира върху мен, и се струваше че открива търсената подреденост и крепостното спокойствие. И това, че веднъж в стаята беше неразтребено и прашино, я накара да се разочарова и от мен...

Спрях се толкова подробно на този случай, защото той илюстрира една съществена особеност на релационния терен. Често той не е носител на лоши социални взаимоотношения, не е свързан непременно с пряко насилие и конфликтност, нито пък с бездушни, симетрични връзки. Коварното му въздействие може да бъде много перфидно и изтънчено. Той е носител по-скоро на **бионеикономичност**. В горния случай изтънченото съблазнително

поведение на родителите беше затруднило неимоверно процеса на психично израстване, предпазвайки Снежина от неизбежните сътресения, съпътстващи пубертета, и от креативността, която изисква връзката със заобикалящия ни свят.

И тук следва един-два резонни въпроси: ами след като в такива случаи хората не се карат, не се мамят, не се бият, след като се обичат, в какъв тип взаимовръзки се проявява опасното въздействие на терена? И докъде се простират границите на отговорността им, след като в отношенията си се ръководят не само от любов, но и от хуманни подбуди. Според мен, релационният терен може да се прояви във всякакви взаимовръзки, А истинската отговорност започва, когато човек започне да достига до истината за причините. В крайна сметка не става дума затова да се търси вина у някого, а да се поправят пораженията.

*Една жена например, докато работехме върху агресията, се сети неочаквано как баща и я пронизвал с втрещен поглед по време на обяд, когато сядала на масата с неизмити ръце. Направо изхвърчала от стола си към банята, въпреки че нищо не и казвал.*

*- Беше добър и сговорчив човек - каза ми на всичко отгоре. - Но направо ме смрази с тоя поглед...*

*По-нататък си спомни, че човекът така си я поглеждал по три-четири пъти дневно - без скандали, без забележки, но с някакво необяснимо озлобление. И сега тя продължаваше да изпада в паника, когато някой се заглеждал дори само от любопитство в нея за по-дълго време. Особено се засилили пристъпите след раждането.*

*Друг случай беше семейният ритуал с филма по телевизора, който обикновено течал вечер след 20.30 ч. и който всички членове следяли в дълбоко мълчание всяка божя вечер с години наред. Връзката с телевизора май била единствената допълваща се връзка в семейството, обогрена с повечко емоционалност. Останалите взаимоотношения между отделните членове били симетрични. Разказа ми го млад човек. Той заяви:*

*- Мразя киното! Драйфа ми се от филми! От години не съм влизал в киносалон, абсурдното е, че приятелката ми много обича да ходи на кино.*

Когато се замисли над всички тези, невидими връзки, таящи се във фона на психичния живот, които моделират поведението и кредитират бъдещите неуспехи, човек в един момент се пита: „В що за лош и в що за откачен свят живеем?“ Проблемът е, че нито светът е откачен, нито пък хората съсипват децата си от лошотия. Просто, предаван от поколение на поколение като модел, в релационния терен се разкрива светът на обичайното, на ритуала и нормата, на привидността и приличието, Коего пък означава - на фалша. Човек ги пресъздава по-късно в живота си с малки изменения. Сещам се за една майка, която се съгласи на един-два часа семейна терапия. Та значи, дъщеря и я подиграваше злостно за начина, по който я целувала. Целувала винаги въздуха вместо бузата и - с поглед нагоре, сякаш гледала дали ще вали.

*- Но господине, аз дори това не знаех - оправда се объркано жената. - Мен никой от моите даже не ме е докосвал, камо ли да ме целуне. Дори това научих от няколко френски филма, които изгледах по два-три пъти...*

В друг случай въпреки разстройващите срещи, по време на които му ставало лошо, един от клиентите ми се връщаше почти всекидневно да види майка си - ей тъй, щото родителите трябва да се обичат... В трети случай пък клиентка, изнасилена от ръководителя на кръжока им по астрономия преди няколко години при промиване на плаки в лабораторията на обсерваторията, не отворила вратата да избяга, защото от светлината плаките щели да се осветят и трудът на целия кръжок да отиде на вятъра. Асоциациите я отведоха до годините, в които бивала редовно санкционирана или навиквана, когато вдигне шум, тресне врата или пък си пусне по-силно музика, защото съседите - ах, какво ще си кажат съседите, ей сега ще позвъни някой на вратата!... Буквално я учех как да крещи и вика. Първоначално от гърлото и излизаше само тих, сподавен хрип. Имаше страхотен блокаж в челюста и гърлото. Може би тук му е мястото да спомена, **че релационният терен присъства дори в биоенергетичните блокажи.** Често точно след разблокирването на определени мускулни зони на повърхността излизат болезнените преживявания.



Изобщо примерите с изтънчен садизъм, започващ с думите "За твое добро", "За общото благо" и "Така правят всички", които познаваме, са безброй. Въпросът е какво правим оттук нататък, когато достигнем до същността на проблемите, свързани с релационния терен. Тъй като няма защо да се залъгваме: **релационният терен винаги реагира враждебно, когато се усети заплашен.** Родител, който неочаквано прекратява терапията на сина си; близки, които заплашват с разправа; клиенти, които се опитват да ни прехвърлят отговорността за неуспехите си... Лично аз в малко случаи съм срещал разбиране.

Първият вариант е семейната психотерапия. Моят извод е, че там успехът е малък, макар че си струва да се опитва. И В. Бернаскони споменаваше за това: когато се наруши семейната хомеостаза, изградена върху проблема, станал общ за цялото семейство, групичката се чувства застрашена. Защото проблемът сплотява, а преодоляването му действа центробежно в семейството. И всички застават нащрек, започват предпазливи сондажи: *"А няма ли друг начин? Не може ли с малко лекарства? А ако я пратим на чист въздух в санаториум?..."*.

Вторият вариант е напускането на терена, за да се прекрати патологичното му въздействие - много трудна крачка, но ефективна, ако се предприеме. За съжаления малко хора решават, че си струва цената. Значи, аз съм имал два случая на булимия, единият със 17 годишна, другият с 23 годишна булимичка, когато момичетата успяха да намерят сили и да напуснат средата си. Едната дори смени града и замина за Варна при роднини, за да завърши гимназията си. И двете не преживяха типичния ужас, който изпитват някои хора, когато разберат, че начинът е да стоят далече от условията, които ги поболяват. Не е нужно да казвам, че терапевтичната група, ако я има, също спомага много - тя дава усещането за нова принадлежност, както и за нов тип връзки, които до тоя момент не са познати и които могат да се експериментират и развиват.

При всички случаи ние не сме идеолози, а психотерапевти. Не можем да противопоставим на страданието общовалидни норми или нова щастлива теория, с които да заменим старите, т.е. да предложим нов релационен терен, който да замени стария. Това, което помага на един, би могло да се окаже неефикасно спрямо друг.. Трудното в работата с релационния терен е, че всеки

случай е строго индивидуален и нито едно решение не може да бъде общовалидно.