

NGJYRAT
QË JU
MË MËSUAT

Dr. ANNA
KANDARAKI

NGJYRAT QË JU MË MËSUAT

Përkthyen në shqip nga origjinali:
Irena Godroli Toçi & Albina Gjini Pulla

BOTIMET TOENA
Tiranë, 2025

Autore: Δρ. Άννα Κανδαράκη (Dr. Anna Kandaraki)
Titull në original: Τα χρώματα που εσείς μου μάθατε
Botoi në greqisht: Psichogios Publications S.A., Athinë 2023

Botuese: Irena Toçi

Korrektore letrare: Majlinda Bami
Përkujdesja grafike: Adriana Matraku

ISBN 9789928960146

© by PSICHOGIOS PUBLICATIONS S.A., Athinë 2023
© e fotografisë në kopertinë: Olga Tzimou (Όλγα Τζίμου)
© BOTIMET TOENA, Tiranë 2025

Të gjitha të drejtat janë të rezervuara.
Asnjë pjesë e këtij libri nuk mund të riprodhohet pa leje paraprake
me shkrim nga mbajtësi i copyright-it.

BOTIMET TOENA
Rr. “M. Gjollesha” nr. 71, Tiranë 1023.
Kutia Postare 1420
E-mail: botimet.toena@gmail.com
toena.porosionline@gmail.com
<https://toena.al/>

Pacientëve të mi, me të cilët mburrem.
Ata janë nderi dhe krenaria ime...

Në vend të hyrjes

Gjatë gjithë kohës që po shkruaja këtë libër, isha në shoqërinë e Kristos, Natashës, Ilianës, Vasilit, Kristinës, Zoisë, Antonit, Irosë, Konstandinit... dhe sa e sa emra të tjerë; vështrime, buzëqeshje, lot, fjalë dhe imazhe më erdhën në mendje. Njerëz të dashur, të cilët më besuan atë që kanë më të çmuar: shpirtin e tyre, duke nxjerrë në pah vështirësitë, gëzimet dhe ankthet e tyre. Disa prej tyre përmes bisedave të gjata, dhe të tjerë vetëm në një takim të shkurtër. Por, do të ishte arrogancë, turp dhe një gabim i pariparueshëm t'i botonim historitë e tyre ashtu si ç'janë. Çdo kapitull, çdo rrëfim i pavarur, pa dyshim bazohet në të vërteta, por ndërkohë është ndryshuar aq sa nuk ka asnjë mundësi për identifikimin më të vogël të personit apo situatës nga askush.

Fragmente dhe shtigje që janë takuar në dhomën e terapisë, u bënë njësh dhe kompozuan këto rrugëtime, me qëllimin e vetëm, ai që do t'i lexojë, të takojë vetveten, atë që ka në krah, fëmijën apo prindin e tij, personin që zgjodhi të ecë me të dhe atë që la pas, por që e mbart gjithmonë brenda vetes.

Kur të lexoni këto rreshta, shpesh do t'ju kaplojë zemërimi, do të kërkonti – njerëzore, por ndërkohë e gabuar – fajtorin; kush mund të jetë fajtor, kush fshihet pas vështirësive që ka kaluar çdo protagonist – dhe për rrjedhojë edhe pas

vështirësive tuaja: nëna me kritikën e saj, babai i distancuar, ish-i paqëndrueshëm, partneri i tanishëm i dorëzuar...

Mos e bëni!

As në seancat e psikoterapisë nuk e bëjmë. Nuk është asnjëherë e lehtë t'i përgjigjesh pyetjes: Kush e ka fajin? Dhe sigurisht që nuk është thjesht një emër.

Marrëdhëniet nuk janë vija të drejta me një Subjekt dhe një të Akuzuar. Marrëdhëniet u ngjajnë rrathëve, si hallkat e një zinxhiri, që sa herë takohen me mënyrën e tyre unike, ndërthuren dhe ekuilibrohen. Secili ka rrugën e vet, me pengesat, devijimet, ditët e bukura, uljet dhe ngritjet e veta. I lënduari herë lëndon e herë lëndohet, herë godet e herë vuan. Pra nuk kërkojmë fajtorin.

Duam të kuptojmë që të veprojmë ndryshe.

Me një mjet të vlefshëm, njohuritë e psikologjisë klinike, një shkencë e qëndrueshme dhe specifike, por njëkohësisht me një gjuhë të thjeshtë dhe të kuptueshme, rrëfimet kërkojnë të bëjnë një zhytje të guximshme në shpirtin kompleks dhe shumëngjyrësh të njeriut. Në fund të fundit, përmes këtij bashkëveprimi të përditshëm magjepsës me njerëzit, një gjë që mësova me siguri absolute është se shpirti njerëzor është një mozaik i pafund.

Forma dhe ngjyra kaq të ndryshme, por ndërkohë kaq të kombinuara midis tyre. Sa shumë ngjyra kemi të gjithë brenda nesh, sa pak prej tyre i dimë, dhe sa kemi ende për të zbuluar.

Dhe është magjepsëse dhe në të njëjtën kohë prekëse të vini shpesh me frikë, të sigurtë se së bashku do të hasim vetëm ngjyra të errëta, dhe befasisht të shfaqen ca ngjyra të fshehura: të kuqe, të purpurta dhe të arta, duke na konfirmuar se madje edhe në vështirësi, veçanërisht në këtë situatë, ka dritë. Mjafton të guxojmë të shohim brenda vetes.

Lexim të këndshëm!

E portokalltë

*Na bashkoi humbja dhe dhimbja.
Mbartnim të njëjtat trauma nga fëmijëria,
çdo natë i lëpinim plagët njëri-tjetrit,
dhe kjo ishte kaq lehtësuese.
Por, lehtësmi është një gjë dhe tjetër gjë gëzimi.
Nëse “së bashku” bazohet te lehtësimi, do të kërkojë
gjithmonë dhimbje për të mbetur gjallë.*

Ai e shikonte në sy ndërsa ajo i fliste, me atë ngjyrë të Angrohtë që pushton shikimin kur zemra është e mbushur me pritshmëri.

Duke marrë shkas nga muzika e lartë, ata i afroheshin më shumë njeri tjetrit, duke zvogëluar distancën midis tyre. Nuk kishte rëndësi nëse mund t'i dëgjonin ato që thoshin edhe prej aty ku ndodheshin më parë, dëshironin kaq shumë të afroheshin; të ishin në kontakt, ai ta prekte, ajo ta nuhaste. Ai kthehej për t'i folur dhe ajo përkulej që ta dëgjonte, dhe përsëri e njëjta gjë. Ky vallëzim vazhdonte gjithë natën, si një lisharëse në një kënd lojërash, apo si loja e varkës që luanim kur ishim fëmijë, duke mbajtur duar dhe këmbë të kapura, e lëkundeshim para-mbrapa, mbrapa-para.

Afrime dhe largime.

Pa mundim dhe ritmikiisht.

Ua ngula sytë nga larg për njëfarë kohe, siç vëzhgoj ndonjë-herë çiftet e guximshme që vijnë për të kërkuar ndihmë. Kur u uroj mirëseardhjen në sallën e pritjes, si ulen në divanin përballë meje para se të flasin. I vështroj nga dritarja teksa largohen, si flasin, si preken me njëri-tjetrin.

Njerëzit, shumicën e gjërave e thonë pa shqiptuar asnjë fjalë.

Nga mënyra se si shohin kur u bëhet një pyetje, si reagojnë, si heshtin teksa dëgjojnë njëri-tjetrin. Partneri i mirë, ashtu si aktori i mirë, dallohet më mirë nga mënyra se si dëgjon, sa i pranishëm është, sa i intereson të kuptojë tjetrin, sesa nga mënyra se si do ta thotë batutën e vet dhe do të rendisë të gjitha ato çfarë ka grumbulluar brenda vetes. Sa në heshtje, por në mënyrë aktive, merr pjesë në atë çfarë ndodh pranë tij, sa e shqetësojnë ndjenjat e partnerit edhe pse nuk është i përfshirë.

Më kujtohet vështrimi i ngrohtë, plot përkujdesje i një bashkëshorti, teksa dëgjonte gruan e tij të tregonte se sa vuante nga pagjumësia, se sa i mungonte kalërimi që bënte dikur dhe e kishte ndërprerë papritmas pas një aksidenti që kishte pësuar. Nuk kishte të bënte fare me të, dhe as kishte ndonjë mesazh për të marrë nga rrëfimi i saj. Atij i interesonte vetëm që ajo nuk flinte. I dhimbsej. Ishte i preokupuar për të.

Është kaq e vështirë që kur të mbyt zemërimi dhe padrejtësia, të qëndrosh mënjanë dhe të dëgjosh.

Të të interesojë të kuptosh.

**Sepse pikërisht aty mbaron dashuria.
Kur rresht së dëshiruari për të kuptuar dhe
thjesht duhet të durosh dhe të tolerosh.**

Çfarë kurthi i madh është toleranca; duket e përshtatshme dhe qetësuese, por është tinëzare, si dorëheqja, largon shpirtrat dhe ngrin trupat.

Të gjithë kemi qenë partnerë të mirë dhe të gatshëm për të dëgjuar dhe kuptuar si ishte dita e tij dhe çfarë mund ta ketë shqetësuar. Dëshirojmë ta kuptojmë: përse mërzitet, përse zemërohet, përse trishtohet. Pikërisht këtë kuriozitet fëmijëror, ose thënë ndryshe këtë interesim prej të rrituri, është kaq e rëndësishme të mos lejojmë të zbehet. Sepse është pikërisht kjo gjë që ushqen dashurinë: interesimi, përkujdesja, mirëkuptimi.

Vetëm se, gjatë rrugës, duket sikur ky element humbet. Lodhemi. Në vazhdim vjen rutina, zakoni, përsëritja. Të mësuar me Egon tonë, shtegu më i thjeshtë është konsumimi, toleranca dhe më në fund dorëzimi. Njeriu i dashur papritur ka filluar të ngjajë i konsumuar. Duket sikur e dimë çfarë do të thotë, përpara se ta thotë, dhe nëse e shohim të hyjë në shtëpi i lodhur, i zemëruar, thuajse nuk na intereson të dëgjojmë arsyen. Disa e karakterizojnë si bezdisje, të tjerë si zemërim, të tjerë si murmurisje. “Thuaje çfarë ke për të thënë, të mbarojmë”, “fillove prapë” na buçasin në vesh, dhe ndihemi krenarë nëse tregojmë superioritet dhe arrijmë t’i mbajmë për vete, pa i shqiptuar me zë të lartë, duke nderur fitilin, i cili është gati të shpërthejë gjithsesi. Kjo thënie e njohur, vechia moda, por gjithmonë aktuale, që mësuan gratë nga nënat e tyre: “Kush duron, fiton”, “Lër ndonjë fjalë të bjerë në tokë...”. Dhe në fund gjithçka bie dhe asgjë nuk mbetet në këmbë.

Shprehjen “thuaje çfarë ke për të thënë që të mbarojmë” dallova edhe te çifti që kisha përballë. Ishin që të dy të rinj në moshë, të gjallë, por të vyshkur. Ashtu si disa lule, që e ke të vështirë t’i përfytyrosh si ishin ato përpara se të fillonte t’u mungonte uji dhe përkujdesja; gjethet e tyre të gjelbra të harlisura kishin filluar të zverdheshin, duke parë tokën dhe jo qiellin.

Edhe ata në tokë e kishin ngulur vështimin, jo vetëm gjatë takimit tonë, por edhe atje jashtë. I pashë të zymtë, të largët, dhe pyeta veten sa kohë kishin pa qeshur, vallë...

Ai u rrit në Athinë, ajo në fshat. Duke pasur një marrëdhënie konfliktuale me të ëmën, ajo e ndoqi atë jashtë shtetit. Nuk është e qartë nëse ajo u largua sepse donte të ishte me të apo për t’i shpëtuar nënës abuzive.

Është ndryshe të largohesh sepse dëshiron të shkosh diku, dhe ndryshe ngaqë do të shpëtosh nga diçka. Tjetër gjë është të ëndërrosh për destinacionin dhe të nesërmen, dhe tjetër gjë të urresh pikënisjen dhe të duash të shpëtosh nga e tashmja.

Ai, djali i madh i familjes, humbi në mënyrë të papritur të atin, dhe mbeti pa arritur të përjetonte krenarinë që i ati do të ndjente për atë që ai kishte arritur të bëhej. Ose, të paktën, kështu besonte. *Sepse nëse nuk ndihesh i pranuar kur je i ri, nëse nuk ndihesh se je i denjë, se mund të arrish madje edhe hënën, nëse nuk ndërton besimin te vetja që fëmijë, kur të rritesh do të të duhet të luftosh gjithmonë me këtë ankth të thellë arkaik, të qenët i pakët dhe i pamjaftueshëm.* Edhe male të tëra sikur të ngjitësh, sapo t’i afrohesh majës e cila më parë të dukej e paarritshme, sapo të shkelësh këmbën mbi të, do të shndërrohet në një kodër të vogël dhe të parëndësishme, si një përrallë e tmerrshme për fëmijë apo një makth të rrituri. Do të

humbiste vlerën çdo arritje, dhe do të mbivlerësohej çdo gjë që nuk mund të arrihej. Dhe ti do të ndihesh përherë i vogël dhe i parëndësishëm sepse “nuk bëre ndonjë gjë të madhe”.

E madhe do të duket vetëm ajo nuk mund të arrish. Vetëm dështimet do të shkruhen në mënyrë të pashlyeshme brenda teje, dhe sukseset do të zhduken shpejt si aroma e lule dorëzonjës gjatë mbrëmjeve të verës.

Vetëbesimi fillon nga vështrimi prindëror.

Se sa shumë ndiheni të denjë, në fund të fundit,

përcaktohet nga pranimi dhe vlerësimi

që keni marrë në fëmijëri. Nga fakti se sa ke

memorizuar se ata të parët e Tjerë besojnë te ju.

E dëgjoja të fliste me gjysmë zëri se “çfarë rëndësie kanë këto tani” duke folur për një nënë mizore dhe të largët, e fiksuar pas vëllait më të vogël që i ngjante asaj, duke shfryrë zemërimin e saj dhe mllefet atij, fëmijës më të madh, i cili i kujtonte burrin e saj të vdekur. *Nuk ka goditje më të rëndë se refuzimi i nënës. Nëse ajo nuk të do, atëherë kush mund të të bindë se ti vlen?*

Dhe ky refuzim, meqë marrëveshja jonë këtu është të themi vetëm të vërteta, ishte dhe do të mbetet një kërkesë e paplotësuar. Një borxh që nuk mund të shlyhet, pavarësisht se sa orë psikoterapie mund të bësh, pavarësisht se sa dashuri dhe përqaftime mund të marrësh nga duart e një miku, partneri, madje edhe të një fëmije.

Pa dashurinë-hajmali të nënës, humbet busullën, si një anije pa timonier që nuk di nga vjen e ku do të shkojë, pikërisht sepse ky vështrim i parë prindëror, dashuria e

nënës, është ai që përcakton mënyrën si do të shohim veten, besimin në vetvete, dhe në fund të fundit tërë ekzistencën tonë.

Nëse nuk të ka dashur as vetë nëna jote, kush do të jetë në gjendje të të bindë për të kundërtën?

Se, në fund të fundit, ti meriton të duash dhe të të duan?

Mund t'i përpunosh kujtimet, bisedat dhe vështirësitë, që të mos jenë të mprehta si thika, t'i rregullosh ato në mënyrë që të mos kenë cepa të mprehtë që të të shkaktajnë dhimbje, t'i lëmosh cepat që të mos jenë të ashpra. Por ajo humbje, ajo goditje thike do të jetë gjithmonë aty. Jo vetëm si një shenjë, por si një plagë që nuk u mbyll kurrë dhe mbart gjithmonë rrezikun të rihapet.

Edhe sikur mos të ketë ngelur më gjak për t'u derdhur.

Edhe pse është tharë.

Në mënyrë të pandërgjegjshme ai po bëhej njësoj siç ishte i jati dhe e ëma e urrente. Pa e kuptuar as vetë, ai bëri gjithçka që mundi për të provokuar zemërimin dhe refuzimin e saj. Më kot i lutej për vëmendjen dhe dashurinë e saj. Ajo, gjithmonë e zemëruar, e ashpër, duke përdorur zinë si alibi, mbetej viktimë në çdo situatë. Jeta kishte marrë prej saj, pra njerëzit ia kishin borxh.

– A doni që të dy të jeni këtu sot?

E pashë të qeshte me pyetjen me një zemërimin të mbytur. Sigurisht që nuk donte. E kishte detyruar e shoqja. Kohët e fundit u bënë prindër dhe iu dukej e vështirë kjo situatë, edhe pse të dy e dëshironin aq shumë, u përpoqën shumë për këtë, dhe pas disa fertilizimeve in vitro, ia dolën

mbanë dhe lindën binjakë. E dëshiron kaq shumë të dy! Secili për arsyet e veta, për të luftuar fantazmat e veta, për të larguar ankthet e veta.

Hapi drejt prindërimit është një fillim, dhe si çdo fillim ka edhe një fund. Ka zi, ka dhimbje, ka humbje. Vetëm se këto gjëra nuk na i mësojnë kur jemi të vegjël.

As kur je vajzë e vogël dhe ushqen kukullat, as kur ti ëndërron të bëhesh baba. Historia e mëmësisë dhe e të qenët prind fsheh një “mashttrim”.

Nga rrëfimet shpirtërore me njerëzit, kuptova se askush nuk e dëshironte plotësisht, pa një mendim të dytë, pa hezitim, pa frikë, përveçse nëse kishte vështirësi në materializimin e saj.

Prindërit, dhe veçanërisht gratë, që hasin vështirësi, që kanë frikë se nuk do t’ia dalin mbanë, zakonisht shqetësohen, tronditen nga ankthi i mëmësisë. Apo më saktë nga mënyra e mospërmbushjes së saj. Shpesh shfaqen instinkte të çuditshme dhe të errëta kur, pas testeve të pafundme, ilaçeve, hormoneve, grindjeve, lotëve dhe pritshmërive vjen një tjetër zhgënjim, një tjetër dështim.

“Nuk dua t’i shoh nipat e mi...”

“E kam të vështirë kur shoh një grua me karrocë fëmijësh në rrugë...”

“I shmang mikeshat e mia që janë shtatzënë...”

Fjalë që trembin veshët e zakonshëm, por brenda sigurtësisë së seancës terapeutike, ku bie petku i rremë i përsosmërisë, ato bëhen sërish njerëzore dhe të kuptueshme.

Përpara se të marrësh vendimin për të përjetuar këtë rol, është e rëndësishme të pyesësh veten “Përse?”. Ti, veten tënde.

“Përse?”

“Është dëshirë, apo kërkon të shërosh ndonjë plagë?”

“Dëshiron të krijosh diçka, apo kërkon të fshihesh diku?”

“Dëshiron të ofrosh, apo të zotërosh diçka?”

“Dëshiron të hapësh, të zgjerosh, apo të mbyllësh dhe të kufizosh veten?”

“Dëshiron të ofrosh atë që je dhe atë që ke mësuar, apo të ekzistosh dhe të gjesh një rol e një identitet? Dëshiron të japësh, apo të marrësh?”

“Ti.”

“Ty.”

“Pse?”

Këta prindër të rinj pas fekondimit in vitro kishin arritur të ngjiznin binjakë. Por gëzimi u shua shpejt, kur filluan netët pa gjumë, ndërrimi i pelenave, të qarat. Fillimi i mëmësisë është periudha, siç shkruan edhe psikiatri D. Stern*, kur nëna e re përjeton ringjalljen e marrëdhënies me nënën e saj, duke përjetuar identifikime të shumëfishta me foshnjën dhe me nënën e saj. Nga ana tjetër, mashkulli përjeton role të reja, ftohet të tërhiqet, “humb” rolin e fëmijës që kishte shpesh në shtëpi dhe papritur duhet të bëhet i rritur, të kujdeset për të, jo vetëm me termat e njohura, të bartësit dhe profesionistit, por edhe me ato të reja, të kujdesit dhe të butësisë. Përjetime dhe imazhe që nëse nuk i ke pasur vetë si fëmijë, sado që të dëshirosh, do ta kesh shumë të vështirë t’i japësh. Sepse thjesht nuk di si të veprosh dhe duhet ta mësosh çdo gjë nga e para.

Ta mësojnë të dy bashkëshortët nga fillimi.

* Daniel N. Stern – Nadia Bruschiweiller-Stern, The birth of a mother: How the motherhood experience changes you forever (Një nënë po lind. Si të ndryshon përgjithmonë përjetimi i mëmësisë).

Për një kohë të gjatë dëgjoja akuza për nënën e njërit dhe të tjetrit, për farefisën, të afërmit dhe besimet familjare, të cilat të gjithë i mbartim me vete pa e ditur. *Sepse martesat nuk është një takim i dy personave, por takimi i dy sistemeve familjare.* Ose, më thjesht, duhet fillojmë të përgatisim një pjatë të re me ato përbërës që secili prej nesh ka në çantën e vet. Nëse ky ushqim do të hahet varet nga shumë parametra. Me përvoja personale, trauma dhe kujtime nga fëmijëria, se sa i vetëdijshëm jam dhe, më e rëndësishmja, sa i gatshëm jam ta ndryshoj. Ndonjëherë, është e rëndësishme që të rinjtë të cilët nisin një marrëdhënie, të kenë parasysh se njëri mund të ketë në çantën e tij përbërës të përkryer, por ato mund të mos përputhen me përbërësit e jashtëzakonshëm që personi tjetër mund të ketë me vete. Sado të shijshme të jenë patëllxhanët, dhe po aq të shijshme dhe çokollatat, ato nuk shkojnë bashkë! Dhe nuk është faji i askujt.

Nga ana tjetër, çiftet në shumicën e rasteve, pa e kuptuar, e kanë të vështirë ta zbrazin trastën ashtu siç është në tenxhere, pa marrë mundimin të kuptojnë se duhet t'i ndryshojnë dhe se ndoshta disa përbërës nuk janë fare të ngrënshëm. Vetëm që, nëse je mësuar të hash gurë, edhe nëse i theve dhëmbët dhe i përtype me lotët që të rrjedhin nga sytë, prapë gurë do të gatuash. Sepse kjo është normale dhe e njohur për ty. Sa shpesh kam dëgjuar shprehjen “Prindërit e mi duhet të ishin divorcuar. Nuk përputhen fare me njëri-tjetrin. Përfundimisht, pa dashur dhe pa e kuptuar, bëra pikërisht të njëjtën gjë.”.

Kur u takuan, i bashkoi plaga e përbashkët e refuzimit nga nëna. Gjetën strehë te njëri-tjetri, u zbut për pak kjo ndjenjë

kritike dhe nënvlerësimi, zemrat gjetën një vend për t'u çlodhur. Megjithatë, *kur lidhja, mbështetet në lehtësim, e për rrjedhojë në dhimbje, ajo nuk zgjat shumë*. Ata nuk u lidhën me njëri tjetrin nga dëshira, por nga dhimbja, nuk i bashkoi zgjedhja dhe gëzimi, por lodhja dhe vështirësitë.

Ai donte që nëna e tij të jetonte me ta, një tjetër përpjekje e dëshpëruar për ta kënaqur atë duke i vënë edhe emrin e saj vajzës së tij. Ajo, nga ana tjetër, e gjeti veten duke përjetuar përsëri, edhe pse ishte zhvendosur kilometra larg, refuzimin dhe konfliktin që kishte përjetuar nga nëna e saj. Ato debatonin për gjëra qesharake, çfarë emri do t'i vinin secilit prej fëmijëve, ku do të bëhej pagëzimi i tyre, sa do të kushtonte dasma, kush do të paguante shpenzimet e gostisë dhe ku do të kalonin pushimet e Pashkëve. Në fshat me prindërit e nuses apo në Athinë me nënën e dhëndrit? Krijova një imazh të tyre, si dy kukulla, fjetet e të cilave mbahen, pa dashje dhe pa dijeninë e askujt, nga prindërit e përjetshëm të fëmijëve të përjetshëm. Dy fëmijë që nuk u rritën kurrë. Të bllokuar në një adoleshencë, që pikërisht sepse nuk e jetuan atëherë kur duhej, pikërisht se nuk nisi kur duhej, nuk mbaroi kurrë, që ata të ndiheshin të rritur.

Burri, i fiksuar pas dashurisë së paplotësuar të nënës, duke u përpjekur më kot që të kënaqë, të përmbushë dëshirat e nënës-dashnore, i plotëson asaj të gjitha qejfet dhe lë mënjanë bashkëshorten e tij "legjitime". Gruaja, një vajzë e privuar nga vështirime pranimi, dashurie, por edhe promovimi nga vetë nëna e saj, ka zhvilluar një mënyrë lidhjeje varësie, të etur për dashuri dhe afri. Është e lidhur në mënyrë të çuditshme dhe fëmijërore. Lodhet, distancohet dhe i duket sikur gjithmonë i bëjnë padrejtësi, duke ricikluar lidhjen konflikt-varësi që ka zhvilluar me objektin e parë të dashurisë, nënën e saj.

E humba toruan.

Nuk dija nga t'ia filloja duke i parë të dy tek vraponin me shpejtësi marramendëse drejt greminës. Çdo sugjerim i imi, qoftë në njërën drejtim apo në tjetrin, sillte gjithmonë të njëjtin rezultat: zemërim, të qara dhe zhgënjim. M'u kujtua përsëri se dy gjysma nuk përbëjnë kurrë një të tërë. Ata u takuan nga nevoja, jo nga dëshira, i bashkuan plagët jo dëshirat e tyre.

I përfytyrova në fillimet e marrëdhënies së tyre duke kaluar orë të tëra duke folur për ato që donin të bënin së bashku. Ajo, në mënyrë të pavetëdijshme ëndërronte ngrohtësinë që i kishte munguar, një përqafim që nuk e gjykonte, ku të rehatohej, dhe krahë për ta çuar larg. Vetëm se me krahët e të tjerëve nuk shkon shumë larg, dhe nëse ia arrin, do të kesh gjithmonë frikë se mos biesh. Do të kapesh me ankth pas shpinës së tjetrit dhe do ta mbysësh e do të mbytesh. Ai, nga ana tjetër, në sytë e saj shikonte gruan që nëna e tij do ta pranonte, duke nxituar të krijonte familjen e tij, të bëhej babai me të cilin nuk ishte ngopur, duke fshehur në dollap të gjitha sa mbartte. *Vetëm se plagët familjare janë si lagështira në mure.* Nëse do të lyesh murin e fryrë nga lagështia, fillimisht do të të pëlqejë rezultati, do të mendosh se e shmange, se ia dole ta mbyllësh portën pas vetes, se shpëtove, e më pas, sado kilometra të kesh shkuar larg, *myku do të thahet, dhe do ta shohësh veten duke bërë gabime që ti vetë i ke dënuar.*

I vështrova me ëmbëlsi.

Nuk kishin faj.

Që të dy bënin më të mirën që mundeshin. Ashtu si bënin gjithmonë. Fëmijë të vegjël që përpiqen të kënaqin

prindër të vuajtur. Këtë dinin të bënin, dhe këtë vazhdonin të bënin edhe tani.

Heshta dhe lashë të përhapej një heshtje kudo. Ishte në kontrast të madh me atë zallamahi që mbizotëronte më parë. Pushuan dhe më panë me një vështrim të dëshpëruar. Donin shumë që të ishin bashkë, por në të njëjtën kohë nuk dinin si ta përballonin. Të qenët bashkë vjen pasi kemi punuar me veten. Duhet ta kruajmë murin, që të bien shtresat e lyerjeve të mëparshme, të ikë lagështira dhe trupat e shpirtrat të lagur e të ngrirë prej vitesh të fillojnë të ngrohen.

Mora sërish kontratë për të qenë bashkë, marrëveshje të përbashkët. Vërtet s'duan të jenë këtu të dy në të njëjtën kohë, duan megjithatë që të dy të punojnë me të qenët "bashkë" dhe jo "veçmas".

Çifteve që vijnë tek unë u bëj gjithnjë të njëjtën pyetje: "Secili duhet të përgjigjet sinqerisht nëse dëshiron të funksionojë të qenët "bashkë" apo "veçmas". Është si një votë besimi, sikur të përgjigjen përsëri pas disa vitesh: "Dëshiron të bëhesh gruaja ime?", vetëm se tani pyetja është "dëshiron të mbetem burri yt?", ose akoma më thjesht "Vazhdon të më dashurosh aq sa të luftojmë për të ringjallur të qenët bashkë?". Shijoj gjithmonë vështrimin lehtësues kur dëgjohet nga përbri pohimi, ashtu sikundër sa të ngatërruara bëhen gjërat, sa para kohe mbaron seanca kur njëri prej të dyve përgjigjet "nuk e di" apo "nuk dua që të jemi më bashkë".

"E dashuroj gruan time", e dëgjoj teksa thotë pa e pyetur askush, sikur i jep përgjigje një monologu të vet të brendshëm. "Dëshiroj që të rregullojmë të qenit bashkë, familjen tonë". Dhe ja kur shfaqet përsëri ëndrra fëmijërore e ndërthurur me fantazitë e moshës madhore. Duhet shumë

punë me veten. Të zbrazet çanta e secilit, të shërohen plagët e fëmijërisë, që të mund të ndihemi të rritur.

Ramë dakord që terapinë ta bëjnë veçmas. Që zemërimi të zbutet, të shpërthejnë lotët, dhe secili të kuptojë pikën e tij të fillimit. Që ata të kuptojnë nga ku kishin filluar. Dhe gradualisht, kur terapistët të gjykojnë se janë gati, do të rifillojmë përsëri terapinë në çift. Sepse çift pa dy njësi të plota do të ngelet përherë gjysmak: dy gjysma që luftojnë ose duke ngrënë tjetrin, ose duke sakrifikuar veten.

Shtrënguam duart, ramë dakord të mos thoshin asgjë tjetër sot për çka folëm dhe diskutuam gjatë seancës. I përshëndeta. Lashë pak kohë të kalonte duke pritur që të zbrisnin katër katet.

Po binte shi dhe e pashë si e tërhoqi butësisht nën çadër.
Ajo u ngjiti pas tij.

Sa shumë dua që t'ia dalin mbanë! Vetëm se nuk varet nga unë.

Vetëm ata e kanë në dorë.

Të vërteta të mëdha, ose të vogla, për t'i mbajtur mend...

- Mëmësi, prindërim do të thotë ofroj dhe gëzohem, jo sakrifikohem. Sakrifika përfshin në vetvete borxhin. Unë të dhashë dhe tani ti më detyrohesh. Sakrifika kultivon ndjenjën e fajit, duke krijuar borxhe dhe barra të papërballeshme në shpirtrat fëmijërorë.
- Çfarë kurthi i madh është toleranca; duket e përshtatshme dhe qetësuese, por është tinëzare, si dorëheqja, largon shpirtrat dhe ngrin trupat. Dashuria mbaron aty ku fillon toleranca. Kur përfundon interesimi dhe fillon durimi.
- Martesa dhe marrëdhënia nuk janë thjesht një takim i dy personave, ato janë takimi i dy sistemeve familjare me përvojat përkatëse që sjell secili ndër breza.
- Nuk mund të jesh prind bujar nëse ndihesh i privuar si partner. Rolet janë të ndërlidhura, që ushqejnë njëri-tjetrin.

E zezë... me njolla të bardha

*Prindërimi është një arë...
Çfarë të mbjellësh, do të korrësh.*

*D*o të na duhet një historik i shkurtër me disa informacione bazë rreth jush. Duhet të jeni e qetë dhe të ndiheni e sigurt se informacioni që po na jepni do të trajtohet me konfidencialitet absolut dhe respekt për atë që na besoni. Dua që ta dini se informacionet specifike na duhen, që të kemi mundësi t'ju ndihmojmë dhe t'ju kuptojmë më mirë.

Dëgjoja zërin e butë të bashkëpunëtores sime teksa fliste në telefon. Kjo procedurë e vlefshme, marrja e historikut nga telefoni, nuk bëhet nga kurioziteti dhe as – thjesht – për të ndjekur një shqyrtim elitar të rasteve. Qëllimi, para së gjithash, është përgatitja e duhur, për të mbledhur të gjithë elementët që fshihen pas përmbajtjes dhe mënyrës sesi dikush e përcjell kërkesën e tij. Por, edhe më e rëndësishme është sigurohemi që, të paktën në një vështrim të parë, ne mund të ndihmojmë. Jo të gjithë mund të marrim përsipër çdo rast që na paraqitet dhe sa më shumë kalojnë vitet aq më mirë e kuptoj se *ndoshta një virtyt edhe më i madh se dija është të jesh i ndërgjegjshëm për çfarë nuk di. Të dish çfarë di dhe akoma më mirë të*

dish atë që NUK di. Ekzistojnë vështirësi shpirtërore që kërkojnë kontekst, punë në ekip ndërdisiplinor*, specializim ose trajnim specifik. Është detyrim i çdo terapisti të jetë shumë i kujdesshëm se cilin person merr përsipër për të ndjekur.

Por, në historinë specifike që mora, nuk u ndala as te kërkesa, as te ndonjë trajtim i ngarkuar me ilaçe, as te ndonjë rrëfim i komplikuar që zakonisht fsheh ankth dhe frikë njerëzore. I kushtova shumë vëmendje moshës: ishte tetëdhjetë vjeç. Zonja që kërkoi takim ishte tetëdhjetë vjeç, donte të fliste për vështirësitë që e preokuponin dhe «nuk e linin të flinte» siç tha ajo në mënyrë karakteristike.

Më informuan se gjatë telefonatës kishte një ton të ashpër në telefon, ndërkohë që ishte lënë një shënim, se i kishte bërë vërejtje asistentes time me komentin përçmues «Ju të rinjtë, as të flisni nuk dini.»

Kur hyra në sallën e pritjes për të marrë pacienten, kalimthi vura re që në pranë saj ishte ulur një mesogrua. Nga mënyra si qëndronte dhe pamja e saj e lënë pas dore, dukej sikur vitet kishin lënë mbi të pasoja të tilla që ishin ndoshta edhe më të rënda nga sa i meritonte.

“Rri aty dhe më prit!”

Këtij urdhri që u dëgjua krejtësisht i papërshtatshëm për moshën e saj, ajo iu përgjigj me një tundje koke stoike.

Kur vura re një dalje lehtësisht jashtë të nofullës, identike te të dyja gratë, supozova se ishte gjeni i fortë i transmetuar nga nëna te vajza.

Nga ana tjetër, zonja Varvara hyri në dhomë me hap aq të shpejtë, që do ta kishin zili shumë vajza të reja që

* Një ekip ekspertësh të specialiteteve të ndryshme, që punojnë së bashku për të njëjtin problem, me synim për ta inkuadruar sa më mirë pacientin.

kanë ardhur këtu duke zvarritur këmbët. *Peshat e shpirtit nganjëherë janë të ngulitura më thellë se ato të kohës.*

Kishte veshur një fustan të thjeshtë, të zi, të leshtë dhe çorapet karakteristike të zeza e të holla deri te gjuri, që dukeshin si geta, por që kur je ulur gjithmonë të tradhtojnë, duke zbuluar lëkurën e butë e të bardhë që del rreth llastikut të ngushtë.

Ajo u ul përballë meje, shumë e kënaqur, dhe pa asnjë hezitim filloi të më tregojë historinë e saj, se si e martuan në moshë shumë të re, se i shoqi ishte burrë i mirë por I butë, se asaj nuk I pëlqeu kurrë, por me kalimin e kohës filloi ta dashuronte... Me një singëritet mbresëlënës, ajo përmendi problemin e impotencës të burrit të saj që në fillim të njohjes së tyre dhe se që në moshë të re ai nuk arrinte ta kënaqte, por ajo ishte gjatë gjithë kohës zonjë e shtëpisë së saj, edhe pse «gjithmonë isha shumë e bukur». «Do të mund të kisha ikur shumë herë, kam pasur shumë suksese. Madje edhe tani, por mbi të gjitha është familja dhe fëmijët e mi.» E pranoi pothuajse hapur se ishin tallur me babanë e saj që ai pranoi dhe e dha te një burrë «me defekt», te burri i saj, por përderisa martesë u bë, kështu duhet të vazhdonte, «ai kishte një punë të mirë si ushtarak, dhe troje në pronësi».

Ajo fillimisht punoi si rrobaqepëse, por pasi lindi fëmijën e parë, u shkëput nga puna. Në shtëpi kishte edhe vjehrrën, me të cilën nuk kishte marrëdhënie të mira, në ndryshim nga i vjehrrë me të cilin shkonin mirë, «edhe ai më shikonte me ëmbëlsi, ashtu si gjithë të tjerët domethënë». Burri i saj tani është nëntëdhjetë e katër vjeç dhe gëzon shëndet të plotë «falë meje, e trajtoj si foshnje, i përgatis mëngjesin, frutat, i blej gazetën. Jemi shumë mirë, edhe me fëmijët

tanë. Sigurisht që, unë isha e destinuar për gjëra të tjera, por, të thashë, qëndrova për familjen”.

E kuptova që në fillim se ky takim nuk ishte lënë që ajo të dëgjonte diçka prej meje, por që të fliste vetë, ndoshta për të marrë – edhe një tjetër – vështrim admirimi, dhe këtë herë nga një “ekspert”. Ishte e qartë se zonja Varvara, si në takimin tonë, ashtu dhe në shtëpinë e saj, zinte një hapësirë të konsiderueshme. Kishte një zë të fortë imponues dhe fliste pa pushim, me një mënyrë të prerë dhe të drejtpërdrejtë. Në një moment kur ajo mori frymë, arrita vetëm ta pyes sa fëmijë kishte. «Kam tre vogëlushë...». Ky cilësimi «vogëlushë» ishte një oksimoron në raport me imazhin që kisha para meje; por edhe më tepër kur e kombinova me pamjen e gruas që priste në holl, që mesa u informova ishte vajza e saj e mesme.

Zonja Varvara kishte tre fëmijë: vajza e madhe gjashtëdhjetë, vajza tjetër pesëdhjetë e tetë dhe djali pesëdhjetë e gjashtë vjeç. Nga rrëfimi i saj gradualisht kuptova se ata ende jetonin të gjithë së bashku, madje as në «tortën familjare», siç i quaj me shaka pallatet familjare që ndërtojnë prindërit dhe i shpërndajnë fëmijët nëpër kate. Në rastin konkret, jetonin të gjithë në të njëjtin apartament, aty ku ishin rritur. Djali jetonte në të njëjtën dhomë ku kishte qenë edhe fëmijë, dhe dy vajzat ndanin të njëjtën dhomë fëmijërie si gjithmonë.

«Nuk u largua kurrë asnjëri prej tyre», dëgjova, pothuajse e trembur, të thoshte me krenari. «Asnjëri prej tyre nuk iku kurrë. Qëndruan këtu, në krahët e nënës së tyre. Ku do të gjenin më mirë! Sigurisht që edhe unë nuk i bezdis, as u ndërhyj, secili bën çfarë të dojë, kanë televizor në dhomën e tyre, shohin serialet që duan. Gjithçka. Unë

nuk i shqetësoj. Vetëm për të ngrënë, këmbëngul që të ulemi të gjithë bashkë.”

«Po ushtri...?» guxova të pyes pak pa takt, pasi më kishte tërhequr rrëfimi paradoksal i saj. Të dëgjosh gjëra kaq të vështira me krenari. «Në ushtri nuk shërbeu djali juaj?» përsërita, duke kërkuar pothuajse me dëshpërim një mënyrë për t’u arratisur, ashtu si zogu që përpëlitet në kafaz.

«Jo. Kishte ankthe, mori një raport mjekësor për sëmundje autoimmune dhe nuk shkoi. E ktheva në shtëpi. Nuk ishte e nevojshme. Babai i tij i shërbeu atdheut me tepri.”

Diçka të ngjashme mora si përgjigje kur e pyeta nëse u martuan vajzat, nëse kishin ndonjë lidhje, nëse kishin fëmijë, se «bëri ajo për të gjithë... e njëjta gjë është».

Pothuajse e dorëzuar, prisja të kuptoja pse një grua e tillë mund të kalonte pragun e një klinike të një specialisti të shëndetit mendor. Ajo dukej plotësisht e sigurt në vetvete, për gjithçka që kishte bërë, ashtu siç e kishte bërë, nuk kishte asnjë gjurmë dyshimi, se diçka, dikush, diku, dinte më shumë se ajo. Zonja Varvara vazhdoi pa u dekurajuar të më përshkruante se si e kalonin ditën, se «fëmijët» nuk punonin, se të gjithë jetonin me pensionin dhe përfitimet e paaftësisë së bashkëshortit, për të cilat ishte kujdesur ajo vetë që t’i siguronte. Ajo kishte një justifikim absolutisht bindës për gjithçka; për sëmundjen autoimmune të Andronikut, atë psikosomatike të Mikaelës dhe fatin e keq të Gogulës, e cila nuk arriti të shkonte në punën që dëshironte pasi xhaxhait nuk i eci mbarë biznesi. Ajo vendoste për gjithçka, i bashkërendonte të gjitha, ishte kudo zgjidhja dhe – shkaku? – i problemit. Ajo ndihej e rëndësishme dhe e nevojshme duke treguar se sakrifikonte

veten, dhe sa shumë ia kishin nevojën të gjithë përditë. Atë dhe përkujdesjen e saj. Vetëm se harroi gjënë më të rëndësishme. *Që kujdesem do të thotë se kujdesem për autonominë e tjetrit. Përndryshe ngatërroj kujdesin me burgun, e mbaj fëmijën tim përgjithmonë foshnjë, në mënyrë që ai të ketë nevojë për mua për t'ia shtyrë karrocën; ai të ma ketë nevojën dhe unë të ndihem e rëndësishme.* Prindër që donin t'i mbanin përgjithmonë fëmijët e tyre të vegjël, me shpresën që edhe ata do të mbeteshin të rinj, pa kuptuar se në fund të fundit e vetmja që po arrinin ishte të plakeshin të gjithë së bashku.

Gruaja që e priste në sallën e pritjes, e prekur nga një artriti i rëndë, me kurriz të dalë si të një tetëdhjetëvjeçare, nuk pati as shansin, as lejen, në kuptimin e plotë të fjalës, që të punonte ndonjëherë. Është e habitshme sesi ndonjëherë trupi zbulon kaq paturp të gjitha plagët e shpirtit. *Dhe pavarësisht që përpiqesh t'i mbulosh me rroba mëndafshi dhe veshje të rënda, ai do ta gjej mënyrën t'i shndërrojë në rrjeta merimange dhe të zbulojë plagën që rrjedh gjak.* Shpesh përpiqem të vë re çfarë thonë rrudhat në fytyrë: sa shumë qeshi, sa u lëndua, sa u zemërua dhe sa herë u dorëzua; cilat vija janë më të thella, cilat shtigje apo rrugëtime ndoqi secili person në jetën e vet.

Zonja Varvara më kujtoi një Medea të ditëve tona; me një trup të privuar, një shpirt të etur e të vdekur, tashmë të vdekur, që nuk linte askënd dhe asgjë të ujitej. Si disa barëra të këqija të vjetruara por të pangopura, që shtrijnë rrënjët e tyre kudo dhe thithin gjithë ujin dhe gjithë plehun, duke mos lënë asgjë të lulëzojë përreth tyre. Pyetjeve për jetën personale «të fëmijëve» iu përgjigj kalimthi me një «nuk ishte fati i tyre». U ndal pak më gjatë vetëm tek lidhja

e të birit me një grua, lidhje e cila sikur po përparonte, por që ajo nuk e lejoi, «nuk bënte», tha me sigurinë e njohur. Për vajzat e uli zërin, sikur ato të ishin aty afër, se me problemet që kanë «nuk munden» – *këtu nuk e kanë fajin ato*, mendova edhe unë. Kështu shkon kjo punë: për të birin nuk bënte asnjëra, të bijat nuk bënin për asnjërin. «Me probleme...» pëshpëriti ajo, duke konfirmuar bindjen e «paaftësisë së tyre», si në disa skena të vjetra – për fat të mirë të largëta – në provincë, ku, ndërsa vajza largohej e lumtur, ata e komentonin me pëshpërima dhe gjysma fjalësh.

Mblodha gjithë guximin tim. Duhet guxim, besomëni, që t'u bësh ballë zonjave Varvara të kësaj jete. «Kur të vdisni, e keni menduar çfarë mund të ndodhë?». Unë gjithmonë flas me respekt dhe përdor fjalë të ngrohta kur duhet t'i referohem vdekjes së akullt, por në këtë rast qëllimisht doja të përdorja foljen e ftohtë «vdes». Ndoshta duke e dëgjuar këtë fjalë të ashpër por njëkohësisht kaq njerëzore, zonja Varvara tronditej. Atje, te kërcënimi i ardhjes së fundit të jetës, ju perceptoni të fshehtat e thella të gjithsecilit. Disa mund të jenë të fshehura në mënyrë të vetëdijshme brenda emocioneve, siç janë zemërimi dhe frika, por disa të tjera, në mënyrë të pavetëdijshme, mund të fshihen pas mekanizmave mbrojtës.

Në këtë komunikim të përditshëm me njerëzit, kam mësuar se *cilësia e secilit person zbulohet në dhimbje, në vështirësi dhe në ndarje*. Jo në mënyrën se si feston, si i zbret të tatëpjetat, si reagon në situata të lehta. Por si reagon në shtratin e dhimbjes, si i përgjigjet një lamtumire ndarjeje, si e pranon refuzimin, si e ngjit të përpjetën e sëmundjes dhe si sillet kur e ndjen se po i vjen fundi. Çfarë fjalësh dalin nga goja e tij kur dëgjon si përgjigje një

«jo», si transformohet kur nga «tani» bëhet «ish» dhe nuk ka më asgjë për të përfitur, kur i sëmure mes njerëzve të shëndetshëm sheh fundin të afrohet. Kjo është arsyeja që e vlerësoj thellësisht atë që vuan me dinjitet, që nuk kërkon mëshirë, nuk lyp vëmendje dhe mbi të gjitha nuk kultivon e ushqen ndjenjën e fajit të tjerët.

Nuk do ta harroj kurrë, në pavijonin onkologjik, ku vizitoja pacientë të ndryshëm, mënyrën përcmuese dhe ziliqare që një paciente i fliste infermiereve. Edhe pse akademike me diploma dhe tituj, ajo nxori në pah gjithë errësirën e thellë që fshihte brenda vetes kur ndihej fizikisht e pafuqishme, duke konfirmuar se *mirësia nuk mësohet në katedrat universitare por te përqaftimi i nënës dhe vështrimet njerëzore*. Mallkoi çdonjërin që i afrohej për të ndërruar serum, çarçafët apo kateterin. Sa helm e urrejtje kishte brenda saj e nxirrte pa u munduar shumë, kur shihte që vdekja po afrohej. Asnjë prej fëmijëve të saj, dy djem dhe një vajzë, nuk erdhën kurrë ta shihnin. Mjekët nxituan t'i akuzonin se ishin indiferentë ndaj nënës të tyre, pa marrë parasysh se *prindërimi është një arë. Çfarë të mbjellësh, atë do të korrësh*.

Më vështroi. «Unë nuk kam problem, kur të iki Mimi e të ndërpritet pensioni... Atëherë do të shohim si do t'ia dalim mbanë. Unë për vete jam shumë mirë, detyrën time e kam kryer, është radha e vajzave të bëjnë detyrën e tyre. Të më shërbejnë! Dhe kur të vdes le t'ia dalin mbanë vetë.» Sidoqoftë, për zonjën Varvara çdo gjë ishte një shkëmbim, po kështu edhe prindërimi. Jep që të marrësh. Madje ajo kishte bërë dhe një marrëveshje me Zotin e me djallin, e kishte rregulluar se kush do të ikte i pari dhe kush i dyti. Sipas llogarive që kishte bërë, ajo kishte ende kohë.

E vetmja arsye, ndoshta, që e çon një narcist te dera e një psikoterapisti, është ndjesia se fundi po afron. Kalimi i kohës, këtij skulptori të pamëshirshëm dhe të paepur të njerëzve*, që lë gjurmë të pashlyeshme mbi ty, ndjesia se trupi nuk mund të ndjekë shpirtin, dhe mbi të gjitha frika e vdekjes vetëm. Por, zonja Varvara nuk i përkiste as kësaj kategorie. Çdo gjë brenda saj kishte ngrirë që në moshë të re, kur prindërit e shitën te burri i saj në moshën pesëmbëdhjetëvjeçare, ajo kishte hyrë në procesin e mbijetesës dhe ishte izoluar emocionalisht. Nuk ndiente asgjë, nuk ishte e lidhur me askënd, nuk i interesonte asgjë përpara saj dhe asgjë përtej saj.

Dita kalonte gëzueshëm përmes serialeve televizivë, secili duke jetuar jetën që nuk e jetonte. Liria «e fëmijëve» ishte e kufizuar në faktin se secili mund të shihte çdo serial që dëshironte në dhomën e tij, por në ata duhet të ishin në tavolinë në një orë të caktuar me duar të lara. Kujdesi i i fshehtë i nënës në një mënyrë arkaike, primitive, i cili kultivonte paaftësinë, nuk lejonte asnjë autonomi, homogenizonte dhe mbyste çdo formë dëshire, dhe për rrjedhojë identitetin.

Sa shpesh më vijnë prindër që të më flasin për kufijtë që duhet t'u vendosin fëmijëve të tyre, duke harruar ndoshta gjënë më të rëndësishme. Kufijtë fleksibël – që të hapen, të ofrojnë siguri dhe njëkohësisht liri. Përndryshe, djepi do të shndërrohet në një burg. Bisha të egra që rriten në kafaze të vegjël, dhe e vetmja mënyrë që u ngelet për t'u përshtatur është të mbeten me duar dhe këmbë të atrofizuara.

E megjithatë, zonja Varvara mburrej se ishte bashkëshorte dhe nënë. Pyetjes “Me çfarë merresh”, i përgjigjej

* Nga poezia “Marina e shkëmbinjve” të autorit Odiseas Elitis

“Rris tre fëmijë”. Vetëm se *mëmësia nuk është identitet, është një rol, që si çdo rol, për të mbetur gjallë, duhet të ndryshojë, të transformohet, të zhvillohet*. Ndonjëherë rritet, kur fëmijët janë të vegjël dhe kanë nevojë për nënën e tyre, dhe gradualisht zvogëlohet dhe rriten role të tjera, ai i të punësuarës, partneres, mikeshës. Përndryshe mbështetesh te titulli tërheqës dhe i përjetshëm komercial «mamush» që të mund të ekzistosh. E di, tingëllon pak e ashpër, por a nuk ramë dakord se do të themi të vërtetën?

Po mendoj sesa vështrime admirimi mund të ketë marrë nga njerëzit përreth, «që kujdeset për familjen e saj», që «e gjeti e keqja, por ajo është e fortë pavarësisht se ka fëmijë me probleme!».

Por, a është kjo mëmësia vallë? Një vakt, rroba të pastra dhe duar të lara mbi tryezën e shtruar? Ku është frymëzimi për jetën? Zhvillimi personal, beteja vetjake e prindit, që duhet të shndërrohet në një dritare, dritë dhe një busull të pagabueshme që t’u tregojë fëmijëve rrugën për të fluturuar. Të ëndërrojnë lumenj e të mos kenë frikë nga të përpjetat e papritura. Si do të quhet i rritur një fëmijë, nëse nuk do të ndjejë mungesën, mungesën e kufizuar të nënës, që është pikërisht ajo që do ta udhëheqë atë drejt zhvillimit të tij personal?

Zonja Varvara, atë që kishte bërë kur fëmijët ishin dy vjeç, atë bënte edhe tani që janë gjashtëdhjetë vjeç. Është kaq e volitshme që fëmijët të mbeten gjithmonë fëmijë, të kenë gjithmonë nevojë për të, dhe meqenëse ajo nuk mund të ndalonte zhvillimin e tyre biologjik, u kujdes të ndalonte zhvillimin e tyre emocional. Nuk i lejoi të fitonin autonominë, nuk i mësoi “të ecnin”, i ushqeui gjithë kohën, por nuk i mësoi të siguronin ushqimin e tyre, i mbajti

gjithmonë foshnje, nga njëra anë, duke e bindur veten me mendjelehtësi se edhe vetë do të mbetej e re, dhe, nga ana tjetër, duke u siguruar se do të kishte dikë që të kujdesej për të në pleqëri; duke u kultivuar ndjenjën e fajit, të detyrimit, dhe të ndërvarësisë. Dridhej kur mendonte që, nëse ata dashuroheshin me dikë tjetër, do të shkonin larg, dhe padyshim që nuk do të ktheheshin kurrë për të. Sepse edhe përkujdesja e saj ishte përkujdesje me këmbim. Unë po kujdesem për ty, me kusht që do të qëndrosh këtu dhe do të bësh të njëjtën gjë për mua.

Një burg i veshur me petkun tinëzar të kujdesit.

Sepse ky është kujdesi pa mundësi zgjedhjeje dhe pa butësi: burg.

Jam këtu sepse dua të përkujdesem për ty, nuk të siguroj vetëm gjithçka që të nevojitet, ushqim dhe një shtrat për të fjetur. Të përqafoj, të ledhatoj, të mësoj, të flas ëmbëlsisht dhe dua të të kuptoj. Dua që të forcohesh, të kesh gjithçka duhet për të fluturuar larg, dhe vetëm dashuria e asgjë tjetër, as brerja e ndërgjegjes, as pesha, as frika dhe pamundësitë, vetëm dashuria të të bëjë që të dëshirosh të kthehesh tek unë për pak kohë. E të nisësh sërish rrugëtimin tënd.

Ky duhet të jetë kujdesi prindëror. Përndryshe është pushtet, burgosje dhe shkëmbim shërbimesh.

Zonja Varvara vazhdoi të fliste e të thoshte se sa shumë kishin të gjithë nevojë për të, “por ajo i kishte vënë të gjithë në rresht”. E vështrova dhe pashë një grua që respektohej në kishë dhe në lagje e përshëndesnin ngrohtësisht. Dhe m’u kujtua një mësuesja ime shumë e dashur, që nuk kishte fëmijë, së cilës i hidhnin vështirime keqardhjeje “sepse

ishte vetëm”, duke supozuar të gjithë gabimisht diçka, gjë që është konfirmuar dhe në literaturë, se mbizotëron besimi i gabuar universal sipas së cilës nuk ka grua që nuk dëshiron të bëhet nënë. Se çdo grua që nuk ka fëmijë, nuk është në gjendje të këtë për arsye biologjike ose sociale. Vetëm se zonja Hrisula, e artë ashtu si ç’kishte edhe emrin, nuk kishte fëmijë vetëm në certifikatën e gjendjes së saj civile. Ajo ishte më shumë nënë se shumë nëna me tre fëmijë. Figura e saj është ngulitur në kujtesën time, sikur është marrë nga një prej librave të Menelaos Ludemit, e mbaj mend, edhe kur ishte në pension, ulur në bordurën e sheshit, rrethuar nga një tufë fëmijësh që e dëgjonin të magjepsur teksa u rrëfente histori nga mitologjia. Mbante gjithmonë në prehër më të voglin, duke e qetësuar sa herë që ai nuk kuptonte, me një përkëdhelje në sup, dhe ai edhe pse vazhdonte të mos kuptonte asgjë për drejt, e shikonte në sy si një mace e uritur. Donte vetëm të ishte pranë saj. Të ndihej i pranuar dhe i sigurt.

Nuk mund të imagjinoja një imazh më mëmësor, e megjithatë ajo nuk ishte nëna e tyre. Zonja Hrisula nuk ishte nëna e askujt. Pas daljes në pension, mësova se ajo kishte marrë përsipër detyrën që të kujdesej për fëmijët refugjatë që nuk dinin greqisht.

Nuk ishte nëna e askujt... Apo, ndoshta, ishte... e të gjithëve?

Sa herë vallë do të këtë dëgjuar ajo nga motrat apo tezet me shumë fëmijë: “Ti nuk ke fëmijë, nuk kupton”. Ti nuk je nënë, nuk di”.

**Por, mëmësia fshihet në gjithçka që i përkushtohesh.
Aty ku ti kushton kujdes, shqetësim dhe përgjegjësi.**

Sa fëmijë ishin frymëzuar në duart e saj, sa mësimet jete kishte dhënë ajo, kur e sëmure nga kanceri, vinte me një shall shumëngjyrësh në kokë duke dëshmuar konkretisht si është të luftosh e të mos dorëzohesh, ta ngjitësh të përpjetën me dinjitet dhe besim në vetvete, me buzëqeshje dhe dashuri për jetën!

Sepse mëmësia ekziston që nga mënyra se si do të përkuqdesem për lulet e mia, nga mënyra si do të marr përsipër dhe si do t'i mësoj nxënësit e mi në shkollë, nga mënyra si do të këshilloj nipërit dhe mbesat e mia, e deri aty sesi do të rrokullisem në dysheme me djalkën që kam pagëzuar. Sa çliruese do të ishte për të tjerët, por veçanërisht për veten tonë, t'i lejojmë secilit ta përjetonte këtë sipas mënyrës që zgjedh! Dhe me sa rigorozitet janë trajnuar para së gjithash gratë për të dënuar njëra-tjetrën! Me një sy kritik, të gatshme për të bërë copash gruan në krah për çfarëdolloj gabimi, vetëm e vetëm që të ndihen vetë më mirë. Sa më të fituara do të ishim ne gratë nëse do t'u mësonim bijave tona të donin njëra tjetrën, të mos krahasoheshin, të mos konkurronin me njëra-tjetrën? Të mësonim ta donim trupin tonë në vend që ta sforconim, ta mbulonim dhe të ushtronim presion mbi të. Sa do t'i gëzoheshim natyrës sonë femërore dhe feminitetit tonë!

Ishte një nga ato seanca ku koha nuk kalonte, ku ndjeva tëmthata të më rrihnin fort dhe fytyra të më digjte. Një nga ato seanca ku kupton pafuqinë e natyrës njerëzore, se s'mund të bësh asgjë, dhe se sa e gabuar, madje e rrezikshme është shprehja kaq e përdorshme "çdo gjë do të shkojë mirë" e pseudopsikologëve, me citatat e tyre të lehta, se me një përqaftim dhe një përshëndetje për diellin, si në një film hollivudian me fund të lumtur, të gjitha do të

zgjidhen me një mënyrë magjike e të lehtë gjithmonë. Por, për fat të keq, gjërat nuk janë aspak kështu. Nëse do të na thoshin të vërtetën do të ishte se asgjë nuk do të shkojë mirë, nëse ne nuk përpiqemi. Por, në rastin konkret të zonjës Varvara, shkërmoqej edhe një citat tjetër komercial i pozitivitetit toksik, citati i famshëm “asnjëherë nuk është vonë”.

Për fat të keq, disa herë është. Dhe për zonjën Varvara tashmë ishte shumë vonë për të marrë dashuri të pastër, autentike, pa shkëmbim, pa kërcënime. Ishte tepër vonë për të marrë, dhe shumë më tepër vonë për të dhënë.

Ula vështtrimin poshtë, si një pre që e ka kapur tashmë gjahtari dhe është gati të dorëzohet, duke kërkuar një propozim simpatik për të mbyllur takimin. Pak para se të ngrihesha, si shenjë që seanca kishte mbaruar, dëgjoj zonjën Varvara të thotë: “Kam edhe Gogulën jashtë që po pret... e mjera. Ç’të bëjë dhe ajo! Ia vure re gungën që ka? Kush t’ia hedhë sytë asaj?...”.

U trondita... Vështrimi im sikur shpoi derën, përshkoi korridorin, kaloi muret, dhe mbërriti te gruaja e plakur në sallën e pritjes. Me supe të kërrusura, pa lëvizur, po bënte atë që kishte mësuar të bënte gjithë jetën; po priste. E gjithë jeta e saj kaloi duke pritur.

A nuk ishte ndoshta tepër vonë për të? Apo shumë vonë?

Më erdhi ndërmend sëmundja autoimmune. *Simptomat, sado të dhimbshme që mund të jenë, dëshmojnë jetë, dhe kur vuan shpirti, flet trupi.*

“Këtu do të bëjmë një pauzë, zonja Varvara”, e ndërpreva, “ishte kënaqësi t’ju njihja”.

“U shëruam?” thotë dhe hidhet përpjetë, me një lehtësi të habitshme për gjunjët. “Por nuk ju thashë për çfarë

erdha. Nuk fle shumë mirë, nuk më zë gjumi. Mjeku më dha disa qetësues.”

“Do të shkojmë te një psikiatër për këto qetësuesit, që t'i shohë më me kujdes, t'i kontrollojë, për të parë nëse janë të duhurit dhe a ju përshtaten. Nuk shqetësohem, do ia shpjegoj vajzës suaj me detaje tani”.

E ndoqa përgjatë korridorit, duke parë gruan e kërrusur të ulur në kanape.

“A mund të bisedojmë pak?”

Ajo i ngriti sytë me përtesë, sikur qepallat të ishin kaq të rënda, sa çdo vështrim dukej i vështirë. Dukej kaq e habitur sikur të mos ishte mësuar që dikush të vinte re praninë e saj. Ishte gjithmonë e padukshme.

“Gogo, po të flet doktoresha, të të thotë ca gjëra për mua dhe çfarë mjekimi duhet të marr. Shënoji!”

Iu afrova dhe me zë të butë i thashë nëse mund të vinte pak në zyrën time.

Mbylla derën dhe i kërkova të ulej.

Lashë të kalonin disa minuta përpara se të flisja; doja të mos ndalesha te njollat mavi shkaktuar nga «Lupus», sëmundja nga e cila vuante, dhe te skalpi i hollë nga alopecia, doja të shihja përtej kësaj, të shihja nëse kishte ende dritë në sytë e saj, të cilët kishin një ngjyrë gri magjepsëse, nëse kishin ende gjallëri te gishtërinjtë e saj të gjatë që shtrëngonin një libër dhe nëse shpirti kishte harruar ndonjë dritare hapur, ndonjë grilë, përmes së cilës të guxoja të shihja brenda saj.

– Nëna juaj është për bukuri, – i them.

– E di, – më përgjigjet.

– Nuk doja t'ju flas për nënën tuaj. Doja të flisnim për ju. Më vështron e befasuar.

– Dua vetëm të dini se sëmundjet autoimmune lidhen edhe me shëndetin tonë mendor. Me të gjitha ato që bëjmë dhe ato që nuk bëjmë. Me të gjitha ato nga të cilat frikësohemi dhe me ato që dëshirojmë të bëjmë. Trupi juaj thotë kaq shumë, sa është mëkat të mos e dëgjosh. Unë dua vërtet ta dëgjoj. Kur të dëshironi, unë jam këtu, që të shohim çfarë gjërash të vështira dhe çfarë gjërash të bukura fshihen pas këtyre njollave të purpurta. Kanë kaq shumë për të thënë, dhe ndoshta, nëse i tregojnë dhe trupi lehtësohet nga dhimbja, mund të ngelet pak hapësirë edhe për gjithë ato që ëndërrojnë, dhe për më shumë, për at që meriton të jetojë...”

Sytë e saj u bënë liqene gri të pafundme dhe filluan të rridhnin, duke hapur brazda si plagë në faqet e tërhequra. Nuk ishte për shkak të fjalëve që i thashë unë; ata lot kishin qenë aty për një kohë të gjatë, shpirti i saj si gotë e tejmbushur, gati për t’u derdhur... vetëm sepse dikush e vuri re, e pa.

I tha *jam këtu*.

Kaluan dy vjet pa asnjë lajm nga Gogoja. Kur e pashë përsëri, ajo ishte e veshur me të zeza sepse i kishte humbur prindërit, njërin pas tjetrit. Vetëm se, më parë iku zonja Varvara, e qetë, në gjumë, me sa duket nuk e kishte parashikuar si duhet. Dhe marrëveshjet më të shenjta apo të pashenjta mund të prishen në momentin e fundit, siç na ka mësuar Gëte te *Fausti* vite më parë, duke na e kujtuar në mënyrën më mizore se kush e thotë fjalën e fundit.

Vajtim shkruante kërkesa.

– Nuk erdha për këtë – më tha. – Erdha të të tregoj për veten time, për të gjitha ato që kanë vdekur tek unë. Dhe për të parë nëse ka mbetur ndonjë gjë gjallë...”

Ndoshta, në fund të fundit, me të vërtetë nuk është kurrë vonë.

Të vërteta të mëdha, ose të vogla, për t'i mbajtur mend...

- Mëmësia, nuk është identitet, është rol, që, ashtu si çdo rol, që të ngelet gjallë, duhet të ndryshojë, të evoluojë.
- Mëmësia fshihet te çdo gjë që i përkushtohesh. Kudo ku kushton kujdes, interesim dhe përgjegjësi.
- Ndoshta, virtyt më i madh se dija është të jesh i ndërgjegjshëm për mosdijen. Të dish çfarë di dhe akoma më mirë të dish çfarë NUK di.
- Simptomat sado dhimbje që të shkaktojnë, tregojnë se ka jetë dhe kur dhemb shpirti, flet trupi.

E purpurt

*Mëso të jesh e papërshkueshme nga uji
dhe “vetëkarrikuese”.*

“Dua të të shosh të më buzëqeshësh”, më thoshte nëna ime që kur isha e vogël, por, para se të ma thoshte mua, m’u zbërthye vite më vonë, këtë ia kishte thënë vetes. Shikonte veten në pasqyrë, të stërmunduar e të stresuar, duke vuajtur humbjen e nënës së saj, dhe i fliste imazhit të saj të përvuajtur: “Të të shoh të më buzëqeshësh. Buzëqeshmë”.

E ruajta si hajmali këtë bisedë. Sado që më mundon mendimi se nëna ime vuan dhe unë nuk mund të bëja asgjë. Do të jepja gjithçka që të isha pranë saj atëherë, ta merrja në krahë për ta qetësuar, vetëm se disa ngarkesa shpirtërore, si ajo e humbjes së prindit, është e destinuar që t’i kalojmë vetëm.

Para një situatë të tillë, atë të humbjes së mikut, partnerit, apo prindit të dashur, ndonjëherë edhe të një kafshe shtëpiake, nuk vajtojmë vetëm për humbjen e personit, por vajtojmë edhe ndjesinë e përgjithshme se kjo botë ka diçka të bukur për të dashur.

Na dhemb fakti që përmes syve të tij, përmes ekzistencës së tij, ne ndiejmë se jeta ka diçka të bukur, është diçka e

bukur, dhe kur ai personi tjetër largohet nga kjo jetë, e merr atë ndjenjë me vete.

Dhe anasjelltas, përmes mënyrës se si ky personi tjetër na bën të ndihemi, ndiejmë se edhe ne meritojmë të duam dhe të na duan.

Ja pse këto ndarje dhembin kaq shumë, sepse bashkë me personin humbet edhe perceptimi se ne vetë ia vlen të jetojmë. Dhe pak nga pak duhet të gjejmë burime të reja dhe pasqyra të reja për të parë botën.

Por, këto fjalë që thoshte nëna ime atëherë, fshehin forcën dhe madhështinë e shpirtit, kur të dhemb shpirti të mos përpëlitesh, të mos fajësosh veten, t'i flasësh vetes me fjalë të ngrohta.

Sa e vështirë është vallë për ne t'i flasim vetes në këtë mënyrë?

Sa ashpër kemi mësuar të flasim me veten? Sa shumë kemi mësuar të presim, më kot, duke u ankuar si fëmijë që të dëgjojmë një fjalë të ëmbël nga të tjerët? Përse nuk mësua ne së pari të kujdesemi për veten, ta ujisim veten?

Sa na kanë mësuar që, nëse nuk përkëdhelim veten në radhë të parë, nuk do të mësojmë të përkëdhelim as fëmijët tanë më vonë. Por dhe nëse e bëjmë, kjo do të jetë false, me ankth dhe vuajtje. Me privime. Të jap atë që nuk mora dhe pastaj të pres, si një mace e uritur, që të më kthejnë gjithçka që ajo ofroi, me gjithë privimet e saj. Kjo është sakrifica e famshme e nënës. E prindit.

“E di ti se sa shumë sakrifikuan për ty?”

“Por unë nuk ua kërkoja”, guxon të pëshpëritësh dhe atëherë automatikisht nga egoist bëhesh menjëherë dhe mosmirënjohës.

Është ndoshta ndjenja më e famshme e grekëve, që mund të shpallej edhe zyrtarisht ndjenja jonë kombëtare: ndjenja

e fajit dhe e keqardhjes. “A ka ndonjë ndryshim?” të dëgjoj që po më pyet. Ndjenja e fajit vjen nga jashtë – “I akuzuari është fajtor”; ndërsa brerjet e ndërgjegjes nga brenda – “Ndjej vrasje të thellë ndërgjegjeje”. Ndjesia e fajit do të vijë nga jashtë dhe do të depërtojë brenda shpirtit të njomë fëmijëror, gjithmonë tokë pjellore, për të ngrohur vezët si kllloçka, pak e nga pak dhe tinëzisht, bijat e tyre, vrasjet e ndërgjegjes.

Më kujtohet që hyri në dhomë me një çantë në shpine, gjithë dinamizëm, që nuk përputhej me fytyrën e saj të lodhur apo me peshën e tepërt që binte në sy dukshëm. Më vështrohte sikur kërkonte diçka, por edhe sikur nuk kërkonte. Këtë vështrim e njoh mirë. E has zakonisht te fëmijët e vetëm, ose te “pseudo-fëmijët e vetëm” siç i quaj unë jozyrtarisht. Kur fëmija i parë ka diferencë të madhe në moshë nga fëmija i dytë, kur të janë besuar përgjegjësi prindërore që në moshë shumë të vogël, kur kushtet në shtëpi kanë bërë që përfundimisht të rritesh vetëm. Të jeni thjesht bashkëjetues që takoheni në ambientet e përbashkëta. Kur prindërit, për arsyt e tyre, me vështirësitë e tyre, i kanë lënë fëmijët e tyre të rriten vetëm, me ankthet e tyre, dhe si përfundim të mos krijojnë lidhje mes tyre. Të mos kenë guxim, të mos jenë mësuar as të kenë besim, as të kërkojnë ndihmë.

Edhe ajo ishte fëmijë i vetëm, rritur në provincë me një nënë me sëmundje kronike, e cila, që kur ishte fëmijë dridhej nga frika se mos e humbiste, gjë që përfundimisht ndodhi shumë vite më vonë, kur ajo ishte njëzetë e shtatë vjeç. Ishte kujdesur për të që kur e mbante mend veten, duke bërë gjithçka me duart e saj të vogla për ta mbajtur gjallë, duke qenë një fëmijë i mirë, i qetë, i përshtatshëm me çdo

situatë, pothuajse i padukshëm. Kishte besuar thellësisht atëherë në iluzionin e plotfuqishmërisë fëmijërore. Se nëse do të bënte atë që duhej, nëse do të ishte fëmija më i mirë në botë, nëna e saj do të shërohej.

Adoleshencën e saj as që e kuptoi, meqenëse dhe qëllimi ishte gjithmonë i njëjtë, të mos e mërziste, të mos e shqetësonte. *Zakonisht, kur një adoleshent dëshiron t'i ketë prindërit e tij të lumtur, mjafton të bëj vetëm një gjë: të jetë nxënës i mirë. Jo të jetë i gëzuar, jo të jetë krijues, jo të jetë aktiv.* Ajo që ka rëndësi është të ketë rezultate të mira. Të vlerësohet “shkëlqyeshëm”, dhe prindi të kthehet krenar nga shkolla. Të dalë gjithmonë i pari. E dëgjoj shpesh këtë shprehje nga prindër që vijnë të tmerruar të kërkojnë ndihmë sepse djali apo vajza e tyre adoleshente, “*është indiferente ndaj shkollës*”.

Dua t'u them të mos jenë indiferentë ndaj jetës. Ndaj jetës. Kjo është ajo që ka rëndësi. Dhe jeta nuk qëndron e fshehur as te provimet semestrale, as te notat e matematikës, as te testet e papritura në lëndën e greqishtes së lashtë, as te provimet e famshme të maturës. Është e fshehur te marrëdhëniet, te miqësitë, te të qeshurat, te pushimet verore pa kokëçarje, te vrapimet e shkujdesura, te përvojat e grumbulluara nga udhëtimet familjare, te bisedat që do të bëni për të nesërmen.

Adoleshenca është një fazë zhvillimi ku përcaktohen shumë gjëra. Dëshirat, identiteti, çfarë dua dhe kush jam; fraza sinonime, edhe nëse nuk i kuptojmë, *sepse nëse nuk i jap hapësirë asaj që dua, nuk do ta gjej kurrë kush jam.* Vetëm se dëshira është e pakontrollueshme dhe e papërcaktuar, veçanërisht në adoleshencë, dhe nëse prindërit nuk janë me këmbë në tokë, ata kanë frikë prej saj. Preferon

të ecë në rrugë të sigurt, të vlerësojnë shëndetin mendor të fëmijës së tyre çdo tre apo katër muaj, së bashku me mbarëvajtjen në mësim.

Edhe ajo atë bëri. Ishte më e mira. E para. Nuk guxoi të përjetonte feminitetin e saj, të çlironte dëshirat e saj, t'i afrohej natyrës së saj femërore, dhe të përqafonte moshën madhore. Nuk kishte të dashur, nuk guxoi të binte në dashuri, sepse dashuria kërkon guxim, nuk e lejoi veten të përballej, e mbyti konfliktin e brendshëm të adoleshencës. Por, ajo ishte flamurbajtësja me rastin e festës kombëtare të pavarësisë, dhe kjo është ajo që ka rëndësi. Miqësitë e saj, ashtu si ndodh zakonisht për të gjithë fëmijët që rriten pa vëllezër e motra, luajtën një rol të rëndësishëm. Ajo kishte shoqe të ngushta si motra, por gjithmonë brenda kufijve të ngushtë të adoleshencës së saj të kufizuar. Dhe në marrëdhëniet me to luante rolin e nënës që kujdesej për to, sigurohej që të mos i kalonin kufijtë, të mos pinin më shumë se duhej, të mos bënin zgjedhjet e gabuara.

Babai ishte ndjekës pasiv në të përpjetën që ngjiste familja. Kujdesej të mos ishte i pranishëm në shtëpi sa më shumë që mundej. Gjithmonë kishte dyshime se ai kishte një lidhje tjetër, por që nuk u konfirmua kurrë, ndoshta se askush nuk deshi të gërmonte pikërisht për këtë arsye. Që të mos konfirmohej. E rëndësishme për të gjithë ishte vetëm një gjë: gjithçka të ishte e përshtatshme. Qëllimi ishte të mos shkaktohej as shqetësimi më i vogël në pseudo-ekuilibrin patologjik të familjes.

Ç'kurth i madh është ky pseudo-ekuilibri i famshëm i familjes! Që pa e kuptuar, të gjithë bëjmë aq sa mundemi për ta mbajtur atë të njëjtë dhe të pandryshuar. Pavarësisht se sa patologji fsheh, pavarësisht se sa vështirësi kalojmë,

pavarësisht se sa dëshirojmë të dalim nga ky moçal që po na plak ditë pas dite, e njohura na vjen kaq dëshpërimisht për shtat. *E njohura të thith si rëra që lëviz dhe të mban të gozhduar aty, duke mallkuar fatin tënd, tjetrin, destinin, pa marrë përgjegjësinë tënde për të ecur përpara.* Më erdhi ndërmend një familje që pata takuar te një qendër për rehabilitim nga varësitë. Babai kishte ardhur të bënte edhe një përpjekje për të lënë alkoolin. Ishin të gjithë aty, në vizitën e tyre të parë pas gjashtë javëve të izolimit, për të parë si po shkonin gjërat. Edhe një herë tjetër me shpresën se tani ishte momenti për të rifilluar jetën. Udhëzimet për këtë dalje të parë ishin të qarta: Të ktheheshin pas një ore pa përmendur pijet alkoolike. U kthyen. “Meqenëse nuk kishim shumë kohë në dispozicion, shkuam në një bar-kafe këtu afër... Ngriva. – Te cili? – pyes. – Te një këtu më tutje, “Rakitë” më duket se quhej, – përgjigjet e bija me vështrimin të ngulur përdhe. Nuk “i duket”, është e sigurt. Në daljen e parë të babait nga qendra e rehabilitimit, ata zgjodhën ta çonin te “Rakitë”. Babai u rikthye në gjendjen e mëparshme dhe padyshim të gjithë kishim ndikuar të ndodhte kjo. *Me vetëdije apo pa vetëdije simptoma ruan këtë homeostazë. Ekuilibrin familjar.* Një simptomë kaq e rëndë, siç është varësia, fsheh gjithçka dhe nuk lejon asgjë tjetër të duket. Mund të zvogëlojë depresionin e nënës, të kamuflojë mosinteresimin e vajzës, të justifikojë izolimin e vëllait. “Ç’të bëjë dhe ai, sheh babain në këtë gjendje...” Për sa kohë që babai pi, ne të gjithë mundemi të qëndrojmë pasivë, duke mos marrë përsipër përgjegjësinë tonë, duke injoruar dhe duke dobësuar pushtetin tonë të vetëm, vetë jetën tonë.

E shihja teksa më tregonte historinë e saj, për vitet që kishin kaluar duke përsëritur vazhdimisht të njëjtat

gabime. Lotët në sytë e saj, si lumenj të pashtershëm, rridhnin pikërisht me të njëjtin intensitet. Si rubinet që e ke rregulluar të rrjedhë me një ritëm të caktuar. Pa ngashërime, pa ndryshime në volumin e zërit. E vetmja diskordancë, ose më saktë, e vetmja përputhje me ato që po dëgjoja ishin ata sy të lagur, që lotonin pa pushim. Sikur çdo gjë tjetër të kishte ngrirë dhe ata sy lotonin, si në imazhet e mrekullueshme që na përshkruanin me zë pompoz në orën e lëndës fetare.

Frika nga vdekja, ankthi i braktisjes, la gjurmë të thella në të gjitha marrëdhëniet e saj. “Me sytha të rralla dhe të lirshme që të shqepen lehtë”.* Ajo kurrë nuk kishte guxuar, nuk ia kishte dalë mbanë kurrë, që në moshën dyzetegjashtëvjeçare të kishte një marrëdhënie afatgjatë. Nga frika e braktisjes, nuk tregohej e afrueshme, nuk krijonte premisa që të lejonin një marrëdhënie të zhvillohej dhe të kishte perspektivë. Kaloi vite të tëra e lidhur me një burrë të martuar. Humbi kohë. Lidhje-takime i quaj unë, pasi, sado vite që pretendon se je me të, në thelb nuk je. Je si një kllapë në një jetë tjetër, dhe ti, pa e kuptuar, pret të jetosh kur personi tjetër vendos të bëjë një pushim nga përditshmëria e tij. Por nuk je ti në përditshmërinë e tij. Dhe pushimi duhet të jetë siç është vetë fjala “pushim”, rastësor, i shkujdesur, i shkurtër. Çdo takim është si një episod i pavarur i një seriali televiziv. Fillon, mbaron, dhe përsëri nga fillimi. Nuk ka zhvillim, nuk ka intimitet, nuk lejon afërsi. Në mënyrë të pavetëdijshme, ajo nuk e kuptonte se po zgjidhte njerëz që do ta riciklonin përsëri rolin e saj familjar. Ajo do të kujdesej për gjithçka, të mos zinte vend,

* Vargje nga poezia “Pluhur” e Kiki Dhimulas, përmbledhje poe ike “Trupi im i fundit”, 1981.

të mos kërkonte, të mos shfaqte dëshira, dhe kryesisht të priste; të priste komunikimin, të priste praninë dhe pastaj braktisjen, mohimin.

Të priste.

“Doja dikë që të kujdesej për mua...” e dëgjoj të thotë me ato sytë vazhdimisht të lotuar. *Vetëm se, edhe që të jesh në gjendje të pranosh përkujdesje, është mësim i vështirë dhe kërkues.* Nëse nuk di si të kërkosh, nuk di as si të marrësh. E përfytyrova, një vogëlushe me duar të zgjatura që gjithmonë mbeteshin bosh. Jepte, jepte, jepte verën më cilësore, falas kujtdo që kalonte aty pranë, me shpresën se do ta vlerësonin dhe do t’ia kthenin mbrapsht. Që të merrte edhe ajo diçka nga aq shumë sa dha. Vetëm se tani për herë të parë duhej të mësonte se nuk është e vlefshme ajo që jep, por ajo që është. Ajo do të duhej të mësonte t’i jepte së pari vetes. Vetes së saj. Dhe kjo është më e vështirë nga të gjitha. Ua them këtë shpesh pacientëve kur flasim ndoshta për pjesën më të vështirë të terapisë, rezistencën ndaj ndryshimit dhe, në fund të fundit angazhimin ndaj psikoterapisë. Mos harroni pse erdhët, të besoni, të besosh jo te terapisti, por te vetja. Mos u dorëzoni. “E di që nëse do t’ju thosha të vinit çdo ditë me këmbë nga shtëpia juaj për të mirën e mikes suaj të dashur, të qenit tënd, apo të mamasë suaj, do ta bënit. Por nuk jam aspak e sigurt se do të gjeni dyzetë e pesë minuta gjatë javës për veten tuaj.

Kemi kaluar shumë “beteja” në këto takime, dhe është shumë e vështirë kur ankesa është në majë të gjuhës si helm, dhe del sa herë që bëhesh gati të prekësh diçka. Nuk të lë të shijosh asgjë, nuk të lë të shijosh as atëherë kur të jepet diçka, dhe kjo ndodh sepse e sheh me dyshim dhe mosbesim, duke ringjallur brenda teje perceptimin e rrënjosur thellë se asgjë e mirë nuk do t’ju ndodhë kurrë.

Shumë herë kemi luftuar me këtë bindje, se tashmë nuk mund të pres më asgjë të mirë, sepse nëse e kam ndjerë këtë si fëmijë, këtë do të vazhdoj të ndjej. Një pikëllim i pafund. Do të humbas në të kaluarën, në atë se çfarë duhej të kisha ndryshuar, në atë që bëra gabim, në atë se sa padrejtësisht u sollën me mua. Ashtu siç u mësua të priste vdekjen që në vegjëli, ashtu edhe tani ajo jetonte në këtë vajtim të vazhdueshëm, duke luftuar me kotësinë.

Kanë kaluar dy vjet nga ai takim i parë, e shoh mes njerëzve të tjerë të dashur, çdo javë, duke vazhduar t'i japë me bujari ekipit terapeutik ku është thellësisht e përfshirë. Vetëm se tani po mëson të kujdeset për veten, të bëhet e vetëkarikueshme. Përpiqet, herë më mirë dhe herë jo dhe aq mirë, të mbushet para se të zbrazet, të mos ndajë kur s'është e nevojshme, duke besuar më kot se do të vlerësohet.

“Më shih, dua të të shoh të më buzëqeshësh. Buzëqeshmë”.

Ia përsëris këto fjalë vetes, një kujtesë e çmuar, që të mësojmë t'ia themi vetes kur kalojmë situata të vështira. Dhe ka njerëz që janë mësuar t'i përjetojnë kështu të gjitha. Një stuhi të fortë. E errët dhe e vështirë. Të ndjejnë sikur po mbyten dhe se gjithmonë ekziston një re shiu mbi ta gati për të shpërthyer.

Nuk premtoj zgjidhje magjike, për ta ndalur shiun apo për ta larguar renë përgjithmonë, por ne mund të endim nga e para mushamanë tonë magjike. Ose, akoma më mirë, mund të bëhemi vetë të padepërtueshëm nga shiu, duke mos i lejuar piklat e ujit, vështirësitë dhe zgjedhjet e gabuara të depërtojnë brenda nesh.

Çdo ditë për këtë punon, për të mësuar t'i fshijë lotët me guxim, të marrë në krahë vajzën e lënduar që e sheh

të ulur vetëm në dysHEME, dhe, ashtu si nëna e vendos
butësisht dorën në gjoksin e foshnjës për të qetësuar të
qarat, të kujdeset për veten. Të ndjejë ngrohtësi dhe siguri.
Me veten për veten.

Të qetësojë furtunën. Të mësojë ditë pas dite të qetësojë
veten, të bëhet nëna që nuk ishte kurrë.

Të vërteta të mëdha, ose të vogla, për t'i mbajtur mend...

- Jeta nuk është fshehur vetëm në kontrollet tremujore, por është e fshehur dhe në marrëdhëniet njerëzore, miqësitë, udhëtimet dhe në momente që ti i ndan me të tjerët.
- Nëse nuk i jep hapësirë dhe kohë asaj që dëshiron, nuk do ta gesh kurrë përfundimisht se kush je.
- Adoleshenca është një fazë zhvillimi gjatë së cilës përpuhohen dëshirat dhe ndërtohet identiteti.
- Që të jesh në gjendje të pranosh përkujdesje është një mësim i vështirë dhe këmbëngulës. Nëse nuk ke mësuar të kujdesesh vërtet pa asnjë kompensim në fëmijëri, afërsia dhe përkujdesja në moshë madhore do ta shihen si kërcënime apo kurthe.

E argjendtë

*Sa të drejtë kam të ekzistoj pas ikjes tënde?
Çfarë ndosh me dashurinë pas vdekjes?
Barrë, apo hajmali?*

E ndërsa rrinte i përkulur dhe i strukur në sallën e pritjes, nuk e kuptoja nëse ishte i ri në moshë, apo mesoburrë, i gjatë, apo i shkurtër, nëse priste që të hynte brenda, apo ishte gati të largohej. I përqendruar te celulari i tij, me kufje në vesh, ai nuk i ngriti as sytë kur iu afrova.

– Zoti P...

– Po, – brofi ai.

– Mirë se erdhët. Do të hyjmë brenda?

Në seancën e psikoterapisë gjithçka nis nga kontakti i parë. Shqisat e terapistit janë të tendosura për të mos humbur as detajin më të vogël.

Ashtu si miti i Orfeut dhe Euridikës*, mbajta vesh të dëgjoja hapat e tij pas meje të më ndiqnin. Duke e ndjerë hezitimin e tij, e nxita të ecte ai përpara që të ndiente siguri

* Miti i Orfeut dhe Euridikës flet për momentin kur ai shkoi ta kërkonte Euridikën në Had pas kafshimit vdekjeprurës nga gjarpri. Urdhri ishte që Orfeu të dilte jashtë pa u kthyer për të parë nëse ajo po e ndiqte, sepse nëse ai do ta shikonte, do ta humbiste atë përgjithmonë. Orfeu, pa mundur ta duronte heshtjen, pak përpara se të dilnin në dritë, u kthye dhe e pa atë teksa po e përpinte errësira.