

Irvin D. Yalom

Liečba

Schopenhauerom

premedia

Ďalšie knihy Irvina D. Yaloma v slovenčine

Ked' Nietzsche plakal

Yalomova najúspešnejšia kniha má podtitul Román o posadnutosti. Vo Viedni devätnásteho storočia sa odohráva dráma lásky, osudu a vôle na pozadí intelektuálnych prúdov, ktoré budú definovať celú éru. Josef Breuer, jeden zo zakladateľov psychoanalýzy, je na vrchole svojej kariéry. Jedného z najväčších európskych filozofov Friedricha Nietzscheho trápia samovražedné myšlienky, nenachádza liek na bolesti hlavy a ďalšie problémy, ktoré ho sužujú. Najväčším problémom oboch mužov je láska.

Všetko trvá krátko

V novej zbierke príbehov opisuje renomovaný psychiater Irvin D. Yalom zápas, ktorý podstupujú nielen jeho pacienti, ale aj on sám. Je to zápas s dvoma najväčšími výzvami ľudskej existencie: ako žiť zmysluplný život a ako sa vyrovnáť s jeho neodvratným koncom. S Yalomom ako sprievodcom môžeme prežívať svoje dni nielen ako znesiteľné, ale ako zmysluplné a azda aj radostné.

Mama a zmysel života

Hlavnými postavami šiestich príbehov sú ženy v neľahkých životných situáciách. Známy americký psychoterapeut v nich vychádza z vlastnej praxe, titulný príbeh hovorí o jeho vzťahu s matkou, nedopovedaných témach a smrti, ktorá všetko zmenila a prinútila ho o všetkom premýšľať nanovo a inak.

Lži na pohovke

Ernesta Lasha, mladého psychoanalytika zo San Francisca, etická komisia jedného dňa poverí, aby vyšetril terapeutický postup slávneho staršieho kolegu. Ide o veľmi citlivý prípad: Seymoura Trottera obvinili zo sexuálneho pomeru s pacientkou, ktorá je od neho o štyridsať rokov mladšia. Trotter trvá na tom, že šlo o jediný spôsob, ako zabrániť žene v sebazničujúcom konaní. Lashova viera v tradičnú terapiu je otrasená. Čím viac prípad skúma, tým silnejšie je jeho presvedčenie, že každý pacient potrebuje celkom individuálnu liečbu.

Ako som sa stal sám sebou

V dlho očakávanej autobiografii sa autor zameriava na samého seba a vzťahy s ľuďmi, ktorí ho formovali ako človeka, ale aj ako odborníka a spisovateľa.

Irvin D. Yalom

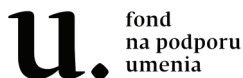
Liečba

Schopenhauerom

Z angličtiny preložil Vladislav Gális

premedia

Preklad tejto knihy podporil z verejných zdrojov
formou štipendia Fond na podporu umenia



Irvin D. Yalom: Liečba Schopenhauerom

Prvé vydanie

Copyright © 2005 by Irvin D. Yalom

Translation rights arranged by Sandra Dijkstra Literary Agency

All Rights Reserved.

Translation © Vladislav Gális, 2019

Copyright © Vydavateľstvo Premedia, 2019

ISBN 978-80-8159-777-0

Túto knihu venujem svojim starším kamarátom, ktorí ma poctili priateľstvom, delia sa so mnou o neúprosne životné strasti a straty a neprestajne ma povzbudzujú svojou múdrosťou a večne mladým duchom. Áno, je určená pre vás: Robert Berger, Murray Bilmes, Martel Bryant, Dagfinn Føllesdahl, Joseph Frank, Van Harvey, Julius Kaplan, Herbert Kotz, Morton Lieberman, Walter Sokel, Saul Spiro a Larry Zaroff.

Každý nádych odvracia ustavične sa natískajúcu smrť... Smrť však nakoniec musí zvíťaziť: pripadli sme jej totiž už narodením, a ona sa so svojou korisťou pohráva len chvíľu, kým ju nepohlí. My medzitým pokračujeme v živote s veľkým nasadením a svedomitosťou dovtedy, kým je to možné, tak ako sa mydlová bublina nafukuje do takej veľkosti a tak dlho, ako sa dá, hoci nakoniec praskne.

Julius veľmi dobre poznal rozličné kázne o živote a smrti. Súhlasil so stoikmi, ktorí hlásali: „Len čo sa narodíme, začíname zomierať,“ aj s Epikurom, ktorý tvrdil: „Tam, kde som ja, nie je smrť, a tam, kde je smrť, nie som ja. Tak prečo sa báť smrti?“ Sám ako lekár a psychiater neraz šepkal tieto slová útechy do uší umierajúcim.

No hoci bol presvedčený, že takéto pochmúrne úvahy sú pre jeho pacientov užitočné, nikdy mu nezišlo na um, že by sa vzťahovali aj naňho. Teda až do toho strašného okamihu pred štyrmi týždňami, ktorý mu naveky zmenil život.

Ten okamih nastal počas ročnej preventívnej prehliadky. Jeho lekár Herb Katz – starý kamarát a spolužiak z medicíny – dokončil vyšetrenie a ako vždy Juliusovi povedal, aby sa obliekol a prišiel sa s ním ešte porozprávať do pracovne.

Herb sedel za stolom a listoval v Juliusových záznamoch. „Na škaredého šesťdesiatpäťročného starca sa celkom dobre držíš.

Prostatu máš trochu zväčšenú, ale to mám aj ja. Krvný obraz, cholesterol a tuky sú v norme – lieky a diéta zaberajú. Tu máš predpis na lipitor, ktorý ti spolu s miernym behom dostatočne zníži cholesterol. Takže si môžeš trochu dopriať: občas si daj vajčko. Ja jedávam dve vajčka každú nedeľu na raňajky. A tu máš predpis na synthroid. Trochu som ti zvýšil dávku. Štítna žľaza sa pomaly odporúča – funkčné štítne bunky odumierajú a nahrádza ich fibrotické tkanivo. Ako dobre vieš, je to úplne nezhubné. Stáva sa nám to všetkým – aj ja beriem lieky na štítnu žľazu.

Je to tak, Julius, nikto z nás starnutiu neunikne. Spolu so štítnou žľazou ti odchádza chrupavka v kolene, odumierajú ti vlasové folikuly a ani platničky už nie sú to, čo bývali. Navyše sa ti zhoršuje kvalita pokožky: epitelové bunky sa jednoducho opotrebovávajú – všimni si, koľko máš na lícach stareckých škvŕn.“ Zdvihol zrkadielko, aby sa Julius mohol obzrieť. „Určite ich pribudlo najmenej desať, odkedy som ťa videl naposledy. Koľko času tráviš na slnku? Nosíš klobúk so širokou strieškou, ako som ti radil? Mal by si zájsť za dermatológom. Odporúčam ti Boba Kinga. Je hneď vo vedľajšej budove. Tu máš jeho číslo. Poznáš ho?“

Julius prikývol.

„Inak, tie neestetické škvŕny ti môže rovno vypáliť dusíkom. Minulý mesiac som si aj ja dal zopár odstrániť. Nič to nie je – trvá to tak päť, desať minút. Teraz to robievajú už aj mnohí internisti. A mal by ti skontrolovať jednu škvŕnu na chrbte: nevidíš si ju, je pri pravej lopatke. Vyzerá inak ako ostatné – pigment je nerovnomerný a okraje nie sú ostré. Zrejme o nič nejde, ale nech si to obzrie. Dobre, Julius?“

„Zrejme o nič nejde, ale nech si to obzrie.“ Julius zachytil v Herbovom hlase napätie a silenú nenútenosť. Nuž, čo si budeme hovoriť, slová „pigment je nerovnomerný a okraje nie sú ostré“, ktoré povie jeden lekár druhému, sú dôvodom na poplach. Akoby povedal, že môže ísť o melanóm, a zo spätného pohľadu Julius práve tieto slová, tento konkrétny okamih, identifikoval ako bod, v ktorom sa skončil jeho bezstarostný život a v celej svojej strašnej realite sa zhmotnila smrť, jeho dovtedy neviditeľná nepriateľka.

Smrť s ním odvtedy zostala, už nikdy ho neopustila, a všetky hrôzy, ktoré nasledovali, boli len predvídateľné dodatky.

Bob King bol pred mnohými rokmi Juliusov pacient, tak ako mnoho ďalších lekárov zo San Francisca. Julius tridsať rokov kráľoval v psychiatrickej komunite. Ako profesor psychiatrie na Kalifornskej univerzite pripravil desiatky študentov a ešte pred piatimi rokmi viedol Americkú psychiatrickú asociáciu.

Akú mal povesť? Lekár, ktorý bez zbytočných rečí lieči lekárov. Terapeut poslednej inštancie, ostrieľaný čarodejník, ochotný spraviť všetko, čo treba, aby pacientovi pomohol. Práve preto Bob King pred desiatimi rokmi oslovil Juliusa, keď sa potreboval zbaviť dlhoročnej závislosti od vicodanu (oblúbenej drogy lekárov, ktorí sa k nej vedľa ľahko dostať). King mal vtedy vážne problémy. Vicodanu bral čoraz viac, jeho manželstvo bolo v kríze, trpela jeho lekárska prax a bez večernej dávky nedokázal zaspáť.

Bob sa chcel z toho dostať, ale nikde nenašiel pochopenie. Všetci terapeuti trvali na tom, aby podstúpil liečebný program určený pre lekárov, Bob však odmietal, lebo nechcel prísť o dobrú povesť, čo by sa určite stalo, keby sa ocitol v terapeutických skupinách s ďalšími závislými lekármi. Terapeuti však neustúpili. Keby praktizujúceho závislého lekára liečili bez zaradenia do oficiálneho programu, hrozilo by im disciplinárne konanie lekárskej komisie, ba aj súdny proces (napríklad ak by pacient v rámci svojej klinickej praxe urobil nesprávne rozhodnutie).

Bob King považoval Juliusa za svoju poslednú nádej. Ďalšia možnosť bola už len dočasne zavrieť prax a liečiť sa anonymne v inom meste. Julius vzal na seba riziko a spoľahol sa na Boba Kinga, že s vicodanom skončí. A hoci terapia bola ako u každého závislého náročná, Julius nasledujúce tri roky liečil Boba mimo oficiálneho programu. Takéto tajomstvá má každý psychiater – terapeutický úspech, o ktorom nemôže hovoriť ani ho publikovať.

Julius po odchode od svojho internistu dlho sedel v aute. Srdce mu bilo tak silno, až mal pocit, že sa chveje celé vozidlo. Zhlboka sa nadýchol, aby utišil rastúcu hrôzu, potom ešte raz a vzal

do ruky mobil. Trasúcimi sa rukami vyfukal číslo Boba Kinga a dohodol si urgentné vyšetrenie.

„Nepáči sa mi to,“ povedal mu Bob na druhý deň ráno, keď si cez veľkú lupu prezeral Juliusov chrbát. „Pozrite sa na to – použijeme dve zrkadlá.“

Bob ho posadil k nástennému zrkadlu a podržal pri znamienku veľké ručné zrkadlo. Julius videl v zrkadle najmä dermatológa: plavé vlasy, rumenná tvár, hrubé okuliare na dlhom a masívnom nose – spomenul si na Bobove spomienky, že deti sa mu vysmievali, vraj má nos ako uhorku. Za desať rokov sa veľmi nezmenil. Pôsoobil rovnako uštvane, ako keď bol Juliusov pacient. Vždy meškal. Neraz, keď zadychčaný Bob vletel do pracovne, Julius si spomenul na slová Bieleho králiká z Alice v krajine zázrakov: „Sto uší a tristo fúzov, ale je už neskoro!“ Bol nízky a od posledného stretnutia ešte pribral. Typický dermatológ. Veď kto už kedy videl vysokého dermatológa? Potom mu Julius pozrel na oči – naozaj pôsobili znepokojene, zreničky sa mu rozšírili.

„Tu je tá potvora.“ Julius opäť pozrel do zrkadla na bod, kam Bob ukazoval gumou na ceruzke. „Tento plochý névus vpravo pod lopatkou. Vidíte ho?“

Julius prikývol.

Bob k nemu priložil pravítko a pokračoval: „Meria takmer centimeter. Určite si z dermatológie na medicíne pamätáte štvorbodové pravidlo ABCD...“

Julius ho prerušil. „Z dermatológie na medicíne si nepamätám ani ň. Vysvetlite mi to ako úplnému laikovi.“

„Dobre. Pravidlo ABCD, štyri body. Po prvé, asymetria – pozrite sa sem.“ Prešiel ceruzkou nad časťami lézie. „Znamienko nie je dokonale okrúhle ako ostatné, ktoré máte na chrbte – porovnajte si tieto dve.“ Ukázal na dve neďaleké malé znamienka.

Julius sa pokúsil zmierniť napätie a zhlboka sa nadýchol.

„Po druhé, okraje – pozrite sa sem, viem, že to zle vidieť.“ Bob znovu ukázal na léziu pod lopatkou. „Všimnite si, aký je tu hore ostrý okraj, ale tu v strede je nezreteľný, plynulo splýva s pokožkou. Po tretie, sfarbenie. Všimnite si, tu na tejto strane

je znamienko svetlohnedé. Ak ho zväčším, vidím trochu červenej, trochu čiernej, možno aj trochu sivej. Po štvrté, priemer. Ako som už povedal, má tak sedem osmín centimetra. To je ešte dobrá veľkosť, lenže nevieme, aké je staré, čiže ako rýchlo rastie. Herb Katz spomínal, že na predchádzajúcej ročnej prehliadke tam ešte nebolo. A pod lupou vidieť v strede jasné zdurenie.“

Odložil zrkadlo. „Julius, môžete si obliecť košeľu.“ Keď si pacient pozapínal gombíky, King sa posadil na stolček a začal: „Julius, dobre viete, čo sa píše v odbornej literatúre. Je jasné, čo hrozí.“

„Pozrite, Bob,“ odvetil Julius, „viem, že vzhľadom na náš predchádzajúci vzťah je to pre vás ťažké, ale, prosím, nežiadajte ma, aby som za vás robil robotu. Nepredpokladajte, že o tomto všetko viem. Nezabúdajte, že momentálne prežívam hrôzu hraničiacu s panikou. Chcem, aby ste prevzali velenie, aby ste ku mne boli úprimný a aby ste sa o mňa postarali. Tak ako som sa ja postaral o vás. Bob, pozerajte sa na mňa! Váš odvrátený zrak mi naháňa strach.“

„Jasné. Pardon.“ Pozrel sa mu do očí. „Vtedy ste sa o mňa naozaj postarali. Urobím pre vás to isté.“ Odkašlal si. „Takže, nazdávam sa, že ide o melanóm.“

Všimol si, ako Julius sykol, a dodal: „Diagnóza nám však veľa nepovie. Väčšina – zdôrazňujem – *väčšina* melanómov sa dá ľahko liečiť, hoci niektoré sú zákerné. Potrebujeme informácie od patológa. Je to určite melanóm? Ak áno, aký je hlboký? Stihol sa už rozšíriť? Takže najprv spravíme biopsiu a pošleme vzorku patológovi.“

Keď skončíme, zavolám chirurgovi, aby vám léziu vybral. Celý čas budem pri ňom. Na zamrazenú časť sa pozrie patológ, a ak bude negatívna, super – skončili sme. Ak bude pozitívna, teda ak je to melanóm, odstránime najpodozrivejšiu časť alebo ak to bude nevyhnutné, spravíme viacnásobnú resekciu. Hospitalizácia nebude potrebná – celý zákrok sa vybaví ambulantne na chirurgii. Som si istý, že ani kožný transplantát nebude nutný. Prinajhoršom vymeškáte deň v práci. Miesto zákroku bude pár dní bolestivé. To je zatiaľ všetko, po biopsii budeme múdrejší.

Ako ste ma požiadali, postarám sa o vás. Spoločnité sa na môj úsudok, takýchto prípadov som už mal stovky. Dobré? Sestra sa vám ešte dnes ozve a oznámi vám miesto, čas a ďalšie pokyny. V poriadku?“

Julius prikývol. Obaja vstali.

„Prepáčte,“ vzdychol Bob. „Mrzí ma, že vás nemôžem ušetriť takýchto nepríjemností, ale inak to nejde.“ Zdvihol fascikel s materiálmi. „Viem, možno nebudete mať záujem, ale dávam to všetkým pacientom vo vašej situácii. Závisí to od povahy človeka: niekoho informácie upokoja, niekto radšej nechce nič vedieť a cestou z ordinácie hodí materiály do koša. Dúfam, že po odobratí vzorky budem mať pre vás lepšie správy.“

Žiaľ, lepšie správy nemal – naopak, boli ešte horšie. Tri dni po biopsii sa znovu stretli. „Chcete si to prečítať?“ spýtal sa Bob a zdvihol správu od patológa. Keď Julius pokrútil hlavou, znovu prebehol očami po správe a začal: „Dobré, tak poďme na to. Musím vám oznámiť, že to nie je dobré. Je to naozaj melanóm a má niekoľko... ehm... markantných vlastností: je hlboký vyše štyri milimetre, je zdurený a päť uzlov je pozitívnych.“

„Čo to znamená? Bob, nerozprávajte sa so mnou takto. Markantné vlastnosti, štyri milimetre, zdurený, päť uzlov? Nechodte okolo horúcej kaše. Vysvetlite mi to ako laikovi.“

„Je to zlá správa. Je to veľký melanóm s viacerými uzlami. Skutočné nebezpečenstvo predstavuje ešte ďalšie rozšírenie, ale to zistíme až po cétečku, ktoré som vám dohodol na zajtra o ôsmej.“

O dva dni v rozhovore pokračovali. Bob mu oznámil, že cétečko bolo negatívne – nenašli sa stopy metastáz v tele. To bola prvá dobrá správa. „Tak či onak, Julius, máme do činenia s nebezpečným melanómom.“

„S akým nebezpečným?“ Juliusovi preskočil hlas. „O čom presne sa bavíme? Aká je šanca na prežitie?“

„Viete, že odpoveď na túto otázku môžeme odvodiť iba štatisticky. Je to individuálne, ale keď ide o zdurený melanóm hlboký štyri milimetre a s piatimi uzlami, štatistické tabuľky ukazujú päť rokov života u menej ako dvadsaťpäť percent pacientov.“

Julius chvíľu sedel so sklonenou hlavou, s divotlčúcim srdcom a so slzami v očiach. Potom prehovoril: „Pokračujte. Potrebujem vedieť, čo mám oznámiť svojim pacientom. Ako to bude prebiehať? Čo sa stane?“

„To sa nedá presne určiť, lebo nič sa neudeje, ak sa melanóm nezjaví niekde v tele. Keď k tomu dôjde, a najmä ak metastázuje, všetko naberie rýchly spád, možno pôjde o týždne alebo o mesiace. Čo sa týka vašich pacientov, ťažko povedať, ale dúfajme, že máte pred sebou ešte aspoň rok dobrého zdravia.“

Julius so sklonenou hlavou pomaly prikývol.

„Julius, kde je vaša rodina? Mali ste so sebou niekoho priviesť...“

„Asi viete, že manželka mi pred desiatimi rokmi zomrela. Syn je na Východnom pobreží a dcéra v Santa Barbare. Zatiaľ som im nič nepovedal, nechcel som ich zbytočne znepokojovať. Krízy väčšinou riešim osamote, ale ak dám vedieť dcére, určite hneď pricestuje.“

„Julius, nerád oznamujem takéto správy. Na záver vám poviem jednu dobrú správu. Momentálne prebieha intenzívny výskum – vo vyše desiatich laboratóriách u nás aj v zahraničí. Za posledných desať rokov z neznámych dôvodov stúpol výskyt melanómu, a preto sa mu venuje veľa odborníkov. Je možné, že revolučné objavy sú na dosah ruky.“

Julius prežil nasledujúci týždeň ako v mrákotách. Jeho dcéra Evelyn, učiteľka klasických jazykov, zrušila semináre a okamžite za ním na niekoľko dní pricestovala. Dlhو sa s ňou rozprával, so synom, so sestrou, s bratom aj s dôvernými priateľmi. Často sa zhrozene prebúdzať o tretej ráno, vykrikoval a lapal dych. Na dva týždne zrušil sedenia s individuálnymi pacientmi aj so svojou terapeutickou skupinou a celé hodiny dumal o tom, čo im povie a ako to sformuluje.

Pri pohľade do zrkadla nemal pocit, že došiel na koniec života. Vďaka každodenným odbehnutým piatim kilometrom mal telo mladistvé a šlachovité, bez gramu tuku. Okolo očí a úst sa mu črtalo len zopár vrások. Nie veľa – jeho otec zomrel s hladučkou pokožkou. Mal zelené oči – na ne bol Julius vždy pyšný. Úprimné,

priame oči. Oči, ktorým sa dá dôverovať, oči, ktoré neuhnú. Mladé oči, oči šestnásťročného Juliusa. Zomierajúci a šestnásťročný na seba hľadeli ponad desaťročia.

Pozrel na svoje pery. Plné, priateľské pery. Pery, na ktorých bol aj v čase zúfalstva náznak vrúcneho úsmevu. Mal husté, neposlúšné, čierne kučeravé vlasy, šedivel len na bokombradách. Ešte ako tínedžer v Bronxe chodieval k starému bielovlasému antisemitovi s červenou tvárou, ktorý mal maličké holičstvo na Juliusovej ulici medzi Meyrovou cukrárňou a Morrisovým mäsiarstvom. Ten preklíňal jeho pevné vlasy, keď ich naťahoval kovovým hrebeňom a strihal prerieďovacími nožnicami. Meyer, Morris a holič už boli mŕtvi a šestnásťročného Juliusa si na zoznam zapísala smrť.

Raz popoludní sa pokúsil prevziať kontrolu nad situáciou a začítal sa do literatúry o melanóme v knižnici lekárskej fakulty, ale bolo to márne. Ešte horšie než márne – zmocnila sa ho maximálna hrôza. Keď Julius pochopil desivú podstatu svojho ochorenia, začal o melanóme uvažovať ako o žravej bytosti, ktorá do tela zabára ebenové chápadlá. Bol to šok uvedomiť si, že už nie je najvyššou formou života. Stal sa hostiteľom – potravou pre vyspelejší organizmus, ktorého pažravé bunky sa delili závratnou rýchlosťou, pre organizmus, ktorý napádal protoplazmu a práve teraz určite vysielať zhluky buniek do krvného obehu, nech sa tam plavia a kolonizujú aj vzdialené orgány, možno sladké oblasti jeho pečene či mäkučké pastviny jeho pľúc.

Julius odložil knihy. Uplynul týždeň, najvyšší čas prestať so zbytočnosťami. Musí čeliť tomu, čo sa naozaj deje. Sadni si, Julius, povedal si. Sadni si a medituj o smrti. Zavrel oči.

Tak sa na javisku zjavila smrť, pomyslel si. Aký to bol banálny príchod – oponu odhrnul obľý dermatológ s nosom ako uhorka, s lupou v ruke a v bielom plášti, kde mal nad pravým náprsným vreckom tmavomodrými písmenami vyšíť meno.

A aká bude záverečná scéna? S najväčšou pravdepodobnosťou rovnako banálna. Nastúpi v pásikovanej nočnej košeli s logom New York Yankees a DiMaggioovým číslom 5 na chrbte. Kulisy? Tá istá veľká posteľ, v ktorej spáva tridsať rokov, pokrčené šaty na stoličke vedľa postele a na nočnom stolíku kôpka neprečítaných

kníh, ktoré netušia, že ich čas už nikdy nepríde. Sentimentálne, slabučké finále. Julius si pomyslel, že úžasné dobrodružstvo jeho života si hádam zaslúži viac... viac... viac čoho?

Spomenul si na scénu, ktorej bol svedkom pred pár mesiacmi na dovolenke na Havaji. Pri turistike náhodou narazil na veľké budhistické centrum a uvidel mladú ženu, ako kráča v kruhovom bludisku postavenom z malých lávových kameňov. Keď došla do stredu, zastala a postojacky bez pohybu zotrvala v dlhej meditácii. Julius vtedy pri pohľade na takýto náboženský rituál v podstate pocítil čosi medzi výsmechom a odporom.

Teraz, keď si na tú meditujúcu mladú ženu spomenul, zaplavili ho miernejšie pocity – súciti voči nej a voči všetkým blízkym, obetiam tohto čudného žartu evolúcie, čo ľuďom dáva priestor na sebauvedomenie, ale nedáva im psychologické vedomie, aby sa vedeli vyrovnáť s bolesťou pomínutelnosti. A tak celé roky, storočia, tisícročia neúnavne improvizovane popierame konečnosť. Prestaneme s tým raz, prestane niekto z nás hľadať vyššiu moc, s ktorou môžeme splynúť a existovať tak naveky, prestaneme čakať na pokyny od Boha, hľadať dôkazy o vyššom pláne, vytvárať rituály?

Keď sa však Julius zamýšľal nad tým, že jeho meno má smrť na zozname, povedal si, že menší obrad mu možno neublíži. Vzápätí sa od vlastnej myšlienky odtiahol, akoby ho popálila – bola totiž v absolútnom protiklade s jeho celoživotným odporom voči rituálom. Vždy opovrhoval nástrojmi, pomocou ktorých náboženstvá oberajú prívržencov o rozum a slobodu: obradné rúcha, kadidlo, sväté knihy, hypnotizujúce gregoriánske chorály, modlitebné mlynčeky, modlitebné koberčeky, šály a čiapky, biskupské mitry a berly, sväté oblátky a vína, posledné pomazania, hlavy a telá hojdajúce sa v rytme starodávnych spevov – to všetko považoval za rekvizity najmocnejšieho a najdlhšieho podvodu v dejinách, podvodu, ktorý posilňuje postavenie vodcov a uspokojuje túžbu davu po podriadenosti.

Až teraz, keď vedľa neho stála smrť, si Julius všimol, že jeho odpor už nie je taký rezolútny. Možno sa mu nepáči len *nanútený*

rituál. Možno by našiel čosi dobré v malom osobnom tvorivom obrade. Dojali ho opisy hasičov pri troskách v New Yorku, ktorí zastali a zložili si prilby, keď zo zrúteného Svetového obchodného centra vynášali pozostatky mŕtvych. Nie je nič zlé na tom, keď vzdáme úctu mŕtvemu... nie, nie mŕtvemu, keď vzdáme úctu životu človeka, ktorý zomrel. Alebo ide o niečo viac ako o vzdávanie úcty, o niečo viac než posväcovanie? Nevyjadruje to gesto, ten hasičský rituál, aj spolupatričnosť? Nie je to vyjadrenie ich vzťahu, ich jednoty s každou obeťou?

Julius zažil pocit spolupatričnosti pár dní po osudovom rozhovore s dermatológom, keď sa zúčastnil na stretnutí podpornej skupiny psychoterapeutov. Kolegov zaskočilo, keď im oznámil správu o melanóme. Najprv ho povzbudzovali, aby sa vyrozprával, a potom každý člen skupiny vyjadril zdesenie a smútok. Julius však nenašiel viac slov a nepodarilo sa to ani iným. Keď sa niekto ozval, napokon vždy zmlkol, akoby sa skupina nemo dohodla, že slová nie sú potrebné. Záverečných dvadsať minút všetci mlčky sedeli. Takéto dlhé ticho v skupinách je takmer vždy rozpačité, tentoraz však pôsobilo inak, takmer utešujúco. Julius sa hanbil priznať dokonca aj sám pred sebou, že to mlčanie pôsobilo „posvätné“. Neskôr si uvedomil, že členovia skupiny vyjadrovali žiaľ a zároveň skladali prilby, vzdávali úctu jeho životu.

A možno takto vzdávali úctu aj vlastným životom, pomyslel si Julius. Veď čo iné máme? Čo iné než tento zázračný požehnaný interval bytia a sebauvedomenia? Ak si treba niečo uctiť a požehnať, tak práve toto – nevyčísliteľný dar čírej existencie. Žiť v zúfalstve, lebo život je konečný, alebo preto, lebo život nemá vyšší zmysel či skrytý plán, je čistý nevďak. Vysnívať si vševediaceho stvoriteľa a obetovať život nekonečnému uctievaniu je nezmysel. A je to aj plytvanie: načo mrhať láskou na prelud, keď je na zemi tak málo lásky? Lepšie je prijať Spinozovo a Einsteinovo riešenie: skloniť hlavu, zložiť klobúk pred úchvatnými zákonmi a záhadami prírody a jednoducho žiť.

Pre Juliusa to nebolo nič nové – odjakživa vedel, že vedomie je konečné a stále vyprcháva. Lenže nie je vedieť ako *vedieť*.

A prítomnosť smrti na scéne ho posunula bližšie k skutočnému poznaniu. Niežeby bol zmúdreľ, iba prestal venovať pozornosť rozptýleniam ako ambície, sexuálna vášeň, peniaze, prestíž, aplauz, popularita a prečistil sa mu pohľad. Nie je takýto odstup Budhovou pravdou? Azda aj áno, no on dával prednosť ceste starých Grékov: všetko s mierou. Premeškáme priveľa z predstavenia, akým je život, ak si nevyzlečíeme kabáty a nepripojíme sa k zabávajúcim. Prečo sa hnať na odchod ešte pred záverečnou?

Prešlo pár dní, Julius bol pokojnejší, zriedkavejšie ho zachvacovala panika a myšlienky sa mu obrátili k budúcnosti. „Jeden dobrý rok,“ povedal Bob King, „nič vám nezaručujem, ale je vcelku rozumné očakávať ešte aspoň rok dobrého zdravia.“ Ako ten rok stráviť? Jedno si predsavzal už teraz: nepokaziť si dobrý rok žiaľom, že viac než rok to nebude.

Jednej noci, keď sa mu nedarilo zaspáť a túžil po úteche, sa nepokojne prehrabával vo vlastnej knižnici. Nenachádzal nič zo svojho odboru, čo by aspoň vzdialene súviselo s jeho životnou situáciou, nič v zmysle pokynov, ako by mal človek prežiť posledné dni alebo nájsť v nich zmysel. No potom mu oči padli na Nietzscheho knihu *Tak vrazil Zarathustra*, čo mu veľakrát prešla rukami. Julius tú knihu dobre poznal, pred desaťročiami ju dôkladne preštudoval, keď písal článok o významnom, ale neuznávanom vplyve Nietzscheho na Freuda. *Zarathustra* bola odvážna kniha a podľa Juliusa viac než ktorákoľvek iná učila uctievať a oslavovať život. Áno, toto by mohlo byť ono. Nervozita mu nedovolila čítať systematicky, tak len náhodne prevracal stránky a vyberal si riadky, ktoré si kedysi podčiarkol.

„Každé ‚To bolo‘ pretvoriť na ‚Tak som to chcel!‘ – až to by mi bolo vykúpenie!“

Julius si Nietzscheove slová vložil tak, že si má svoj život zvoliť – má ho prežívať, nie sa dať ním prežiť. Inými slovami, mal by si zamilovať svoj osud. A nad všetkým čnela Zarathustrova často opakovaná otázka, či by sme boli ochotní opakovať donekonečna, po celú večnosť, ten istý život, ktorý sme už prežili. Zvláštny myšlienkový experiment – no čím dlhšie o ňom uvažoval, tým

poučnejší sa mu videl: Nietzsche nám odkázal, aby sme žili život tak, aby sme ho boli ochotní opakovať vo večnosti znovu a znovu.

Ďalej listoval a zastavil sa pri dvoch odsekoch zvýraznených svetivoružovou fixkou: „Kto završuje svoje dielo, umiera svoju smrť víťazne.“ „Zomri v pravej chvíli.“

To bol zásah do čierneho. Preži svoj život naplno a potom, až potom zomri. Nenechávaj za sebou neprežitý život. Julius často prirovnával Nietzscheho slová k Rorschachovmu testu, pretože sa z nich dalo odvodiť toľko navzájom si odporujúcich názorov, že to, čo si z nich vzal čitateľ, záviselo od stavu jeho mysle. On si ich teraz čítal v úplne inom duševnom rozporení. Prítomnosť smrti ho inšpirovala k inému a osvietenejšiemu čítaniu: stránku za stránkou nachádzal dôkazy panteistického prepojenia, čo si predtým neuvedomil. Hoci Zarathustra vychvaľoval, ba až gloriofikoval samotu, hoci zrod veľkých myšlienok si podľa neho vyžadoval izolovať sa od ostatných, aj tak neochvejne miloval iných a pozdvihoval ich, pomáhal im zdokonaľovať sa a prekonávať samých seba, delil sa s nimi o vlastnú zrelosť. *Deliť sa o vlastnú zrelosť* – aj to bol zásah do čierneho.

Julius vrátil *Zarathustru* na miesto a už len sedel v tme. Pozoroval reflektory áut, čo prechádzali cez most Golden Gate, a myslel na Nietzscheho slová. Po niekoľkých minútach mu bolo všetko jasné: vedel presne, čo má robiť a ako má stráviť svoj posledný rok. *Bude žiť tak, ako žil vlani – a tiež predvlani a predpredvlani.* Prácu terapeuta miloval, mal rád spojenie s ľuďmi, keď im mohol pomáhať, aby v sebe niečo oživil. Možno mu práca nahrádzala aj stratené puto s manželkou, možno potreboval aplauz, pochvalu a vďačnosť tých, ktorým pomohol. Tak či onak, aj keby v tom hrali rolu nižšie motívy, za svoju prácu bol vďačný. Chvalabohu!

Prešiel k stene, kde mal registračku, otvoril zásuvku plnú chorobopisov a nahrávok zo sedení s pacientmi, ktorí uňho boli už dávno. Zadíval sa na mená – každý chorobopis bol monumentom dojímavej ľudskej drámy, ktorá sa kedysi odohrávala presne v tejto miestnosti. Zalistoval v nich a k väčšine chorobopisov okamžite vedel priradiť tvár. Iné mu v mysli vybledli, ale po prečítaní zopár

odsekov z poznámok si ich pripomenul. Len pár naozaj upadlo do zabudnutia, tváre aj príbehy sa naveky stratili.

Tak ako väčšina terapeutov aj Julius mal čo robiť, aby sa obrnil proti neustávajúcim útokom na svoj odbor. Prichádzali z viacerých strán: od farmaceutických spoločností a optimalizačných úradov, ktoré podporovali povrchný výskum zameraný na potvrdzovanie účinnosti liekov a kratších terapií, od médií, ktoré terapeutov neúnavne zosmiešňovali, od behavioristov, od motivačných prednášateľov, od hordy newageových liečiteľov a siekt, čo bojovali o srdcia a mysle ľudí postihnutých problémami. A, samozrejme, mal aj vlastné pochybnosti: čoraz častejšie ohromujúce objavy molekulárnej neurobiológie nútili aj najskúsenejších terapeutov zamyslieť sa nad skutočným významom svojej práce.

Ani Julius nebol voči týmto útokom imúnny, takže neraz pochyboval o účinnosti svojej terapie, ale rovnako často sa aj chlácholil a povzbudzoval. *Samozrejme, že účinne uzdravuje. Samozrejme, že ponúka niečo cenné väčšine svojich pacientov, ba možno aj všetkým.*

Diablik pochybnosti sa však stále ohlasoval: *Naozaj si svojim pacientom pomohol? Možno si sa len naučil vyberať si takých, ktorí by sa časom uzdravili aj sami.*

Nie. Omyl! Neprijímal som práve ja vždy veľké výzvy?

Ha! Máš svoje obmedzenia! Kedy si sa naposledy naozaj ponamáhal, kedy si vzal na terapiu očividne hraničný prípad? Alebo vážne poškodeného schizofrenika či bipolárneho pacienta?

Ďalej listoval v starých chorobopisoch a prekvapilo ho, koľko informácií z obdobia po terapii o pacientoch má – vďaka občasným doplnkovým či „dolaďovacím“ návštevám, vďaka náhodným stretnutiam s pacientom alebo správam od nových pacientov, ktorým ho odporúčali tí starí. Naozaj im pomohol dostať sa z toho? Jeho výsledky mohli byť aj prchavé. Možno sa mnohým z jeho úspešných pacientov ťažkosti vrátili a neinformovali ho o tom z číreho milosrdenstva.

Vnímal aj svoje neúspechy – ľudí, ktorí, ako si vždy hovoril, neboli pripravení na jeho pokročilú verziu spásy. Julius, povedal