

MOJA IZKUŠNJA S SLIŠANJEM GLASOV

Vsak ima svojo lastno zgodbo in izkušnje. Vsak slišalec glasov svoje glasove in misli sliši na svoj način. Nekateri slišijo več glasov in drugi, kot jaz, npr. slišimo predvsem enega in morda še kakšnega, nekatere z jasnostjo, drugih ne. Glasovi se lahko pojavijo tudi kot vozli v glavi, kot hitri odzivi telesa ali vsiljene misli. To se zna zgoditi med sanjami ali med sanjarjenjem, medtem ko nam skozi simbolni govor telo kaže vse možne fizične in hkrati boleče znake.

Stvari, ki jih ljudje doživijo v sanjah kot slike, filme ali zvoke, ki se včasih pojavijo tudi kot barve, so nekaj zelo osebnega. Za veliko ljudi velja, da lahko sanje celo slišijo, vohajo, okušajo in čutijo. Nekateri pa opisujejo izkušnje s pojavi, ki jih najdemo po vsem svetu v arhaičnih zapisih (npr. Bilbilja ipd.). Ti razkrivajo svojo vsebino skozi nekakšen simbolni jezik. Veliki večini prebivalstva je to nedoumljivo, ne mislim samo nas, ki se nam to dogaja, pač pa tudi zdravnikom in drugim strokovnjakom, ki nas zdravijo.

V mojem primeru so veliko vlogo igrale razne intenzivne pesmi in kmalu sem dognala, da so namigi zelo pomembni za razjasnitev vsebine. Veliko stvari mi je še vedno neznanka. Da bi pobegnili od kompulzivnih sanjavih stanj uma, si je treba od blizu ogledati, kako je bil ta pogled na bolezen dotičnim ljudem uporaben v zadnjih nekaj letih. To je poglavitni razlog, zakaj bi morali o tem intenzivno govoriti, kajti v šibkih stanjih uma se kdaj pa kdaj lažje približamo lastni duši.

Dobro se je seznaniti s takim pogledom, ne pa da nas je brez potrebe strah nezavednega. Vsaj meni je to v veliko pomoč. Poleg slišanja glasov sem pogosto izkušala tudi intenzivne in komunikativne izmene občutkov in telesa z živčnim bitjem v sebi. Bilo mi je v veliko pomoč, včasih tudi malce nadležno, a vseeno, vedno prisotno – vedno zanesljivo, vedno odzivno, vedno zavračajoče ali odobravajoče.

Na ta način sem spoznala lastno nezavedno, svojo dušo. Onkraj izkušnje slišanja glasov je duh – ta energija, ki sta jo Freud in Jung imenovala »id« ali »sebstvo« (the self) ali kakor koli temu že pravijo že tisočletja ali pa dandanes – živeči del mene, s katerim sem v nepretrganem stiku. Jaz to imenujem energija sveta, ki ohranja življenje v vsem ali pa ga zatira, če neka mogočna sila tako ukaže. Zato torej bi morali vsi uporabljati govor v dobre, vzpodbujajoče namene. Tako nihče ne bi bil nikoli poškodovan, ampak podprt na zdrav način, da je sposoben uživati življenje.

»Nezavedno« reagira na podlagi naravne logike, ki ni vedno podrejena naši logiki, ki jo imamo za pravo. Ljudem, ki ne vedo veliko o zakonih narave, pa tudi nam, ki jih poznamo, je ta logika še vedno včasih nejasna, ker lahko navzven deluje povsem shizofreno, in zato ta oznaka dostikrat tudi obvelja. Slej ko prej sem morala prepoznati to logično simbolno reakcijo, saj nezavedno najpogosteje sporoča ravno prek simbolov, ki so nam še neznani. Kot vemo iz slabih osebnih izkušenj, je največja napaka terapevtov, da se nočejo naučiti tega njim tujega jezika. Zato je marsikatera oseba, ki sliši glasove, postavljena v še slabši položaj.

Simboli in slišanje glasov tri dni potem, ko se je začelo

Popoldne me je v službi moje »nezavedno« opomnilo, naj na poti domov ne vzamem mestnega vlaka, kot ga ponavadi, pač pa naj grem po drugi poti, mimo univerze. Blizu univerze naj bi bila neka trgovina, kamor naj bi šla kupit rumeno jakno. »Zakaj pa ne,« sem si mislila, »nikoli nisem imela rumene jakne.« Dopustila sem si biti vodena, šla mimo univerze in bila vodena v pravo smer. Tako sem dodobra spoznala vso okolico okoli univerze in obžalovala dejstvo, da nikoli nisem mogla študirati. Na poti nazaj naj bi opazila trgovino, ki prodaja jakno. Nekako sem obstala pred glavnim vhodom in odpeljalo me je na levo, k sosednjemu vhodu. Znašla sem se v univerzitetni knjižnici in moje nezavedno mi je naročilo, naj vzamem več knjig. Pozorno sem prebrala njihova kazala.

Kar naenkrat sem se zavedala simbolnega pomena vseh teh navodil. Nekaj stvari o simbolih sem se že naučila v preteklosti, toda tu sem spoznala, da naj bi ta trgovina (knjižnica) bila nekaj, kjer naj bi nekaj dobila, in to, da je rumena barva znanja. Prav tako je rumena simbol za sonce, za svetlo, za luč, zavest, percepcijo, je tudi simbol za očeta. Jakna je nekaj, kar te greje. Imam še vedno premalo izkušenj? Ta sposobnost je nekaj, kar sem intenzivno pridobivala skozi vsa ta leta, nekaj, kar sem redno analizirala ves ta čas. To je bilo obdobje še intenzivnejšega učenja, saj mi daje notranji zagon in entuziazem za branje in učenje.

Nekega dne sem bila pred glavno železniško postajo v Stuttgartu, ne vem, če sem sploh kaj razmišljala, ko so mi oči zavile gor in levo na del stavbe, kjer je bil z velikimi osvetljenimi črkami izpostavljen citat zdaj že preminulega stuttgartskega filozofa W. F. Hegla: »... dass diese Furcht zu irren schon der Irrtum selbst ist.« (Op. prev.: ... da je strah pred napako že napaka sama).

Kasneje sem pogosto slišala pesem, ki gre nekako takole: Kaj ne vidiš lune, samo pol je je videti, a je še vedno lepa in okrogla, tako kot večina stvari, ki se jim smejimo, saj so nam zakrite pred očmi (pesem »Der Mond ist aufgegangen« avtorja Johanna Abrahama Petra Schulza). Ta pesem mi je bila v veliko uteho.

Vsebine, ki nam jih komunicira nadduša oz. zavest, moramo prepoznati kot pomembne simbolne dele informacije. So del realnosti človeka, ki jih prepoznavna, zato je te vsebine treba predelati, da bi lahko živeli svobodno. Pravo delo in (notranji) konflikt se začneta šele, ko se pogovarjamo s svojimi glasovi in se začnemo spraševati, kaj sploh je dobro za nas in kaj nam škodi. Zato tudi dajem velik poudarek na to, da se vedno znova zatekam k svojemu nezavednemu po pomoč in mu pokažem, kje potrebujem to pomoč, da bom v življenju uspela. Še vedno delam na stvareh, ki so mi blokirane, in upam na rešitve ali pa na zrelo podporno osebo, ki bi me podpirala.

Avtorica: Ingrid Peters

Prevod: J. D.

To je del zgodbe, ki nam jo je avtorica poslala na e-mail projekta Slišanje glasov oktobra prejšnje leto. Zgodbo bomo prevedeno kmalu v celoti objavili na svoji domači spletni strani.