

KAJ JE SLIŠANJE GLASOV?

Po sedmih letih delovanja podpornih skupin za slišanje glasov poskusimo opisati, kaj to sploh je. Slišanje glasov si lahko predstavljamo kot veliko različnih oblik doživljanja ali pa kot kontinuum, cel spekter ali mavrico doživetij. Ljudje jih lahko doživljamo zares kot glasove, ki prihajajo od zunaj (npr. skozi ušesa), ali pa kot zvoke ali misli, ki prihajajo iz notranjosti telesa, morda tudi telepatsko, pri čemer so lahko te misli (ali glasovi) lastne ali pa od koga drugega. Glasovi so lahko komaj opazni, lahko pa izredno močni in vsiljivi. Lahko so kdaj pogosti, drugič pa jih ni. Pogosto so tako neoprijemljivi ali izmuzljivi, da jih slišalci težko opišejo. Pravzaprav jih je velikokrat lažje opisati drugim slišalcem kot pa ljudem, ki takih izkušenj nimajo. In morda se slišalci glasov včasih bojijo govoriti o svojih glasovih, ker se jim zdi, da bi njihovo govorjenje o glasovih za njih lahko imelo kake negativne posledice. To bi lahko bile socialne posledice v smislu tega, kaj bi si drugi ljudje o njih mislili, lahko pa se tudi zgodi, da glasovi sami osebi prepovedo govoriti o njih ali pa jim zagrozijo, da se jim bo zgodilo kaj neprijetnega, če bodo o njih govorili.

Vseeno pa raziskave ugotavljajo, da mnogi ljudje, verjetno celo večina slišalcev glasov, s svojimi glasov povsem dobro živijo in svoje glasove koristno vključujejo v svoje življenje. To so v glavnem slišalci, ki imajo spodbudne in pozitivne glasove, ki jim pomagajo živeti. Drugim pa, pravzaprav manjšini vseh slišalcev, so glasovi zelo moteči, obremenjujoči, žaljivi, agresivni, nevarni, grozeči, povezani z zelo neprijetnimi občutji in pogosto ovirajo njihovo orientacijo in delovanje v zunanjem življenju. Življenje z glasovi velikokrat pomeni to, da mora biti človek v komunikaciji pozoren hkrati na »dve strani« ali na dve sferi: na sfero stikov z drugimi ljudmi in na sfero stikov s svojimi glasovi, kar je lahko kar neprijetno in utrujajoče. Na podporne skupine prihaja večinoma ta druga skupina ljudi, torej tisti, ki doživljajo neprijetne in moteče glasove.

Meja med slišanjem glasov in podobnimi pojavi je nejasna. Eni ljudje poročajo o vsiljenih mislih, drugi o videnjih, ki jih drugi ljudje ne vidijo, tretji o čutenju prisotnosti ... nečesa, kar so lahko neka druga bitja ali enote obstoja, energije, med katerimi so morda najbolj običajni duhovi, angeli, demoni in podobne »entitete«, ki jih kaki drugi ljudje ne vidijo ali čutijo. Pogosto take izkušnje spremljajo še bolj ali manj intenzivna posebna telesna občutja, med katerimi so med bolj neprijetnimi strah, groza, tesnoba, intenzivna čustva, negotovost ... Zaradi zapletenosti in raznolikosti vseh teh pojavov jih je zelo težko smiselno razložiti drugemu človeku.

Le od kod glasovi prihajajo in kaj sploh so? Kako to, da jih jaz imam? Zakaj jih nimamo vsi (včasih srečamo človeka, ki ima glasove, a ob tem predpostavlja, da jih imajo vsi)? Kdor ima neprijetne glasove (in z njimi povezane izkušnje), se praviloma o tem sprašuje, še posebej ko in če ugotovi, da jih nimajo vsi ljudje. Po drugi strani pa takih vprašanj sploh ne postavljajo ljudje, ki imajo prijazne, spodbudne, podporne in konstruktivne glasove.

V naši kulturi štejejo glasovi, ki jih drugi ne slišijo, za nekaj slabega, za napako, za nekaj sramotnega, morda za bolezen ali simptom (kar pa sploh ne velja v enaki meri in na enak način v vseh kulturah). Zato se slišalci pogosto sprašujejo, kako bi



Revsack

se svojih glasov znebili ali vsaj, kako bi se otresli neprijetnih vidikov in posledic glasov, morda tudi, kako bi jih lahko bolje nadzorovali (ker se problemi običajno pojavijo takrat, ko glasovi v preveliki meri nadzorujejo osebo ...).

V iskanju odgovorov na ta vprašanja si iščemo in najdemo različne razlage. Za precejšen del tistih, ki doživljajo zelo neprijetne in obremenjujoče glasove, velja, da si poiščejo psihiatrično pomoč (ali pomoč drugih strokovnjakov za duševno zdravje) ali pa jim tako pomoč poiščejo drugi. Tam dobijo razlago, da so njihovi glasovi neke vrste bolezen (oziroma simptom bolezni), ki pa je medicinska znanost na žalost ne zna prav dobro pojasniti ali razložiti. Večinoma jim v pomoč ponudijo zdravila. Nekateri od slišalcev ob tem razvijejo zaupanje v zdravljenje, ki ga psihiatrija ponuja, torej predvsem različne vrste in kombinacije zdravil (in vse drugo, kar spremlja t. i. medicinski model). Drugi pa doživijo izkušnjo, da jim zdravila ne odpravljajo motečih glasov ali pa da imajo dodatne stranske učinke, ki so jim morda še manj sprejemljivi. Zato marsikdo začne iskati druge razlage slišanja glasov in išče druge rešitve, ki bi mu/ji lahko pomagale. Te razlage in rešitve so lahko zelo različne in se lahko tudi medsebojno kombinirajo. Naj na kratko omenimo samo tri od njih.

Morda najpogostejša – drugačna od medicinske – je razlaga, ki se nanaša na neka »druga bitja«, torej na bitja iz neke druge sfere, kot je naša običajna vsakodnevna sfera. To so lahko angeli in demoni najrazličnejših vrst, nematerialna bitja, energije iz neke druge, morda vzporedne realnosti, morda duhovi, tudi duhovi že preminulih ljudi. Izrazov za taka bitja ali entitete je veliko, nekateri se navezujejo na kako od tradicionalnih religij, druga pa spet ne. Glasovi naj bi bili posledica komunikacije ali povezanosti s temi bitji. V času prav »divjega« razvoja digitalnih tehnologij je pomembna tudi razlaga, da so glasovi in podobni pojavi posledica ali znak tega, da nekdo na nezaželene načine z uporabo »skrivnih« tehnologij in z negativnimi nameni vpliva na nas, nas nadzoruje in usmerja. V to skupino sodijo ideje o nanorobotih, žarčenjih, kemikalijah in drugih oblikah nadzorovanja/vplivanja. Tretja razlaga govori, da so se glasovi razvili kot posledica našega osebnega razvoja, interakcij in dogodkov v našem življenju, in med njimi še posebej travmatskih dogodkov. Po tej razlagi so glasovi znanilci spregledanih ali potlačenih delov nas samih, ne pa nekaj, kar bi prihajalo od zunaj.

Bojan Dekleva