

11

Historia Al'a

Co mi zrobiono

Stałem w toalecie. Była zapewne niedziela rano, bo miałem białą koszulkę. Musiałem mieć ponad dwa lata, bo dom, gdzie to było, rodzice kupili w 1962 roku, a ja urodziłem się w 1960. Ale na pewno byłem bardzo mały, bo ledwie sięgałem penise do obrzeża sedesu. (Ile razy wraca mi to wspomnienie, doznaję owego złowieszczonego stanu, jaki towarzyszył mi zawsze, gdy tato wpadał w złość. Zawsze czułem wtedy, że im mniej się ruszam, im mniej mówię i im mniej jestem widoczny, tym lepiej.)

Powiedzenie, że zobaczyłem tatę w chwili gdy wszedł do łazienki byłoby nieprawdą, gdyż o wiele wcześniej wiedziałem, że się zbliża. Jego obecność i złość wyczuwałem w takich chwilach w całym domu. Kiedy wtargnął do łazienki nie spojrzałem na niego, ale wiedziałem, że jest wściekły. Musiałem narobić trochę na sedes czy obok, bo chwycił mnie za ramię, sycząc przez zęby, że on mi pokaże jak należy to robić. Ścisnął tak mocno, że ramię mnie bardzo bolało. Chyba sobie gołnął. Wiedziałem, że lepiej się nie stawiać. Pchnął mnie, tak że upadłem na podłogę. Leżałem bez ruchu gdy siusiał na mnie, głównie na moje plecy. Mocz był bardzo ciepły i było go strasznie dużo, ale po chwili zaczął mnie ziębić, bo koszulka nasiąkła i zaraz wystygła. Trzymałem głowę twarzą do podłogi, aby nie naleciało mi do oczu. (Do dziś dnia kompletnie rozwała mnie zapach moczu.)

Przypuszczam, że następnie zdjął ze mnie ubranko, ale mam przerwę w obrazie aż do momentu, gdy stoję w wannie z wodą i patrzę, jak zmywa ścierką zasikaną podłogę. W jego ruchach czuć było energię właściwą ludziom „z misją” - pewność, że wszystko, co robi, jest słuszne i że on mi zaraz pokaże!

Teraz zaciągnął mnie na górę do pokoju mojego starszego brata. Łóżko stało zaraz za drzwiami, a szafa była naprzeciw. Białe zasłony były jeszcze zaciągnięte. Usiadł na łóżku i postawił mnie przed sobą. Położył mi rękę z tyłu, na szyi, i przyciągnął do siebie tak, że jego penis znalazł się w moich ustach. Nie trwało to długo - jak sądzę dlatego, że nie był zadowolony z doznań, jakie ze mnie czerpał. Czułem jego złość i frustrację. Postawił mnie więc, odwrócił i podniósł, nasadzając mnie sobie pupą na członek. Wierciłem się i wierzgałem, więc nie wszedł głęboko i przestał. Powiedział coś do mnie, aby mnie uspokoić, ale nie wiem co. Następnie wsunął mi penis między nóżki i masturbował się mną w ten sposób, ocierając się. Miał mnie zawiniętego w siebie. Jego policzek czułem na prawym ramieniu, a włosy klatki piersiowej na plecach. Fizycznie bolało mnie tylko w momencie, gdy zaczął ejakulować; ścisnął mnie, wpijając się we mnie paluchami jak szponami. Jego nasienie wylądowało na moich piersiach i brzuchu. Dopiero w tym momencie zaczął sprawiać wrażenie, jakby się zorientował, że zrobił coś złego. Zaczął wycierać mnie ze spermy i zachowywać się tak, jakby nic się nie stało - jakby wszystko miało już być dobrze. Choć nie wiedziałem czym było to, co mi zrobił, miałem wrażenie jakby poprzez fakt, że się spuścił, spuścił z siebie całą wściekłość. Musiał mnie teraz dokładnie wyczyścić, bo zaraz miała przyjść mama. (Tej nocy, po tym jak zaczęłam opisywać to zdarzenie, miałem jeden z najgorszych koszmarów. Na tydzień wystąpiły mi bolesne otarcia i wrzody, chwilami traciłem wzrok, miałem lęki, kłopoty z utrzymaniem równowagi, zawroty głowy i mdłości.)¹

Mam też wspomnienie ojca z kijem od miotły. Też jestem bardzo mały. Jest to moje najbardziej „aktywne” wspomnienie jak dotąd, to znaczy dające objawy. Opisując je, doznaję skurczów żołądka, gardło mnie boli i też się zaciska, odbyt i mięśnie krocza napinają mi się, gdy przestaję zwracać uwagę, by trzymać je normalnie, luźno. Boję się nadchodzącej nocy i tego, że będę się kładł do łóżka. (Nie umiem dotykać tych wspomnień bez silnych, przykrych reakcji. Ale postanowiłem w końcu je „ruszyć i skruszyć”, aby one nie ruszały i nie kruszyły już mnie.) A więc

¹ Wiktyimizowani ludzie często nie mają pewności, czy opisują rzeczywiste wspomnienie, czy fantazję. Obecność gwałtownych uczuć i fizycznych reakcji na pewne obrazy czy myśli o wykorzystywaniu uważam za jasne potwierdzenie, że to, co dana osoba opisuje, zdarzyło się naprawdę i nie jest wytworem jej wyobraźni.

wchodzę na ganek - w tym samym domu, skąd mam poprzednie wspomnienia. Przekraczam próg i drzwi. Są z jasnego drewna. Podłoga jest z czerwonych i czarnych kafli. Na ścianach boazeria sosnowa, pełno w niej sęków.² Wchodzę przejściem do garażu, gdzie tato właśnie sprząta. Zawsze dostawał furii, gdy coś było w garażu przestawione. Tato siedzi na skrzynce z piwem, zdejmuję mi spodenki, przekłada mnie sobie przez kolano i wypycha mi kij od miotły w odbyt. Miał kilka mioteł, ponad metrowej długości. Już wcześniej odrętwiałem swoje ciało, aby nic nie czuć. To jest takie uczucie, jakby ci bezwładnie opadała omdlała ręka, tylko że to dzieje się z całym moim ciałkiem. (No i całe ciało mi mdleje gdy to piszę. Czuję ucisk, ból i drewno kija w środku. Nie ma logicznego wytłumaczenia tego aktu. Nie ma żadnego usprawiedliwienia. Myślę, że tato zawarł pakt z diabłem - postawił na swoją ciemną stronę.)

Także w domu, w którym mieszkaliśmy przed 1962 rokiem, działo się wiele strasznych epizodów. Na przykład stryjek brał moich kuzynów za włosy i rzucał nimi po pokoju... Moje wspomnienie zaczyna się na schodach.³ Są pomalowane na szaro, nie mają poręczy i prowadzą w dół, na cementową posadzkę. Stryjek trzyma mnie za rękę; muszę wyciągać rączkę do góry, by dostawać do jego dłoni. Nie boję się z początku, bo jest dla mnie bardzo miły i poświęca mi specjalną uwagę. Kiedy zaczynamy schodzić w dół, słyszę głosy i śmiechy innych dzieci; bawią się obok. Stryjek mówi coś do mnie, ale nie rozumiem co. Ale znam dobrze ton jego głosu, miły i słodki jak lukier. Schodzę bokiem, mocno pracując biodrami, gdyż stopnie są dla mnie bardzo wysokie i strome. Jest bardzo cierpliwy i uśmiecha się. Pozwala mi dojść samodzielnie aż do końca schodów, po czym podnosi mnie. W następnym fragmencie widzę, jak sadza mnie na drewnianej skrzyni w rogu piwnicy. Zsuwa mi spodenki, tylko z tyłu, nie od przodu - myślę, że to na wypadek, gdyby ktoś zszedł na dół. Usiłuje mi wsadzić swój członek. Bardzo mnie boli pupa. Czuję go na kości ogonowej, między pośladkami i nóżkami. W porównaniu z moim ciałkiem jest olbrzymi. Mam wrażenie, że rozrywa mnie na pół, a on jeszcze nie wszedł. Nie czuję twarzy, cała mi zdrętwiała. Mam na niej wyraz strachu i nie pojmowania. Skrzynia, na której siedzi stryjek jest nieheblowana, kaleczy mnie. Jest wściekły, chyba dlatego, że nie udaje mu się wsadzić. Teraz moje wspomnienie zaburza się troszkę. Mam uczucie, że robi coś za mną, że pociera nim o moje plecy. Mam pewność, że się spuszcza na mnie. Nie pamiętam wchodzenia po schodach; chyba wniósł mnie z powrotem na górę. Stoję trzymając się stołu, a wokół ganiają inne dzieci. Nie czuję jednak zawiści; jestem pewien, że one miały z nim gorzej. Rodzice są czymś zajęci. Są obok. Stoję więc zamroczony, słaby i odrętwiały. Jestem zdezorientowany i kręci mi się w głowie. (Tak samo jak teraz, gdy to piszę.) Wszystko wygląda tak, jakbym patrzył przez szybę. Nie wiem, czy krwawię. Nikt niczego nie zauważa, chociaż wszyscy mnie widzą.⁴ Myślę, że byłem tam porozrywany, ale nigdy nie sprawdzałem u lekarza, czy mam blizny. Nie pozwalałam się tam zbadać.

Stryjek przychodził też nocą do mojego łóżeczka i molestował mnie. (Oczywiście wątpię w to i zaprzeczam, gdyż zawsze zastanawiało mnie, jak mogłem to wszystko tak dokładnie zarejestrować będąc jeszcze niemowlęciem.) Pamiętam, że budzi mnie skrzyp otwieranych drzwi i wlewa się do pokoju struga oślepiającego światła. Wujek podchodzi, sięga do kojca i stawia mnie sobie przy barierce. Wsuwa członek między prętami i napiera nim na moje policzki, oczka, ustka, masturbując się w ten sposób. Pamiętam jak ejakuluje mi na twarz.

Następny epizod, dotyczący matki, jest z grupy tych, którym najbardziej zaprzeczam (i zarazem najbardziej wierzę). W tym wspomnieniu matka aplikuje mi oralny seks; jestem jeszcze niemowlęciem. Pamiętam bardzo dobrze mój zamęt, gdyż było to i przyjemne, i strasznie przerażało. Rozkosz i lęk. Pamiętam jej nieświeży oddech. Ten detal, choć zabrzmiał to może

² Opisując dawne zdarzenia, Al w wielu miejscach podaje dokładne opisy otoczenia w jakim rozgrywało się dane zajście. Skłonność do koncentracji na szczegółach jest charakterystyczna dla ofiar, gdyż strategia ta, która pomagała im wtedy przetrwać molestowanie, zmniejszając kontakt z faktami, uczuciami i bólem, pomaga im teraz do nich powracać i czyni je wiarygodniejszymi.

³ Al zmienia tu narrację z czasu przeszłego na teraźniejszy, co świadczy, że pisząc, przeżywa ponownie ten incydent. W innych miejscach zostaje jednak przy czasie przeszłym. Takie zmiany czasu gramatycznego są typowe dla relacji ofiar.

⁴ Mamy tu przykład zaniedbania i porzucenia dziecka, jakie często towarzyszy wykorzystaniu seksualnemu. Mały chłopiec został właśnie zgwałcony w swoim domu, przez krewnego. Jest zamroczony, zdysocjowany i prawdopodobnie ranny, ale osoby z rodziny, choć parzą, nie reagują na jego stan lub nie dostrzegają tego. Zostaje zignorowany i on, i jego krzywda. Psychologicznie takie zaniedbanie stanowi nieraz cięższą traumę, niż sam fizyczny gwałt.

banalnie, dodatkowo potwierdza prawdziwość retrospekcji.⁵

Inne wspomnienie dotyczy stryjenki. Tym obrazom ufam najbardziej, gdyż miałem wtedy już sześć czy siedem lat, podczas gdy inne epizody dotyczyły wcześniejszego wieku, poniżej pięciu. O dziewięć lat starsza stryjenka (córka stryjka, który mnie zgwałcił w piwnicy) często opiekowała się mną, jako niańka. Kiedyś, gdy poszedłem do łazienki, weszła za mną i kucnęła, zniżając się do mojego poziomu. Zawsze się jej bałem, a teraz wyglądała przerażająco. Mówiła do mnie przymilnym, słodkim tonem (takim samym, jak jej tata, mój stryjek). Zabawiała się moim członkiem palcami i za pomocą długopisu, wsadzając mi wkład. Pamiętam pytania: „Możesz zrobić tak, żeby był twardy?” „Co mu robić, żeby znów ci stanął?” Onanizowała mnie. (Niedobrze mi się robi gdy przypominam sobie lubieżność w jej głosie.) Podobnie jak wiele innych wspomnień, sceny molestowania przez nią widzę z góry, sponad niej i mnie.⁶

Pamiętam jak następnie karała mnie po wykorzystaniu, każąc stać w kącie przy drzwiach frontowych, boso i bez koszuli, w zimową noc. Pamiętam uderzenie mroźnego powietrza z drzwi, gdy się otworzyły i weszli moi rodzice. Gdy ją zapytali, wyjaśniła im, co znaczy moja pokuta. Nie pamiętam wszystkiego, tylko słowa, że „byłem zły i wredny.” Kiedy ludzie pytają, dlaczego nie opowiedziałem rodzicom, co mi robiła, sztywniej ze strachu i zbiera mi się na wymioty. Po prostu chciałem przebrnąć przez to, nie mącąc gładkiej fasady życia rodzinnego.

Matka opowiadała mi, że gdy byłem niemowlęciem, stryjenka, która miała wtedy dziesięć lat, biła mnie często. Thukła mnie po twarzy tak, że krwawiłem. Zastanawiam się, co robił z nią jej tata - mój stryjek, który mnie gwałcił... Moi rodzice najwyraźniej nie umieli zadbać o to - albo niewiele nie obchodziłem - aby moja niańką była osobą o zdrowych granicach. Chcę zrobić inwenturę potwierdzeń zanim uwierzę, że którekolwiek z tych zdarzeń naprawdę miało miejsce.⁷ O tym, że pochodzę z wykorzystującej rodziny, przekonują mnie na dziś następujące fakty:

- ◇ Moje stryjeczne rodzeństwo odnalazło, w dokumentach stanu gdzie wtedy mieszkali, medyczny zapis z 1970 roku, stwierdzający ciężkie pobicia (złamane nogi, itp.), jakiego było ofiarami.
- ◇ Dowiedziałem się też, że z domu innego mojego ciotecznego rodzeństwa pracownicy agencji ochrony praw dziecka brali kuchenne przybory do ekspertyzy, czy były używane do seksualnego molestowania dzieci, oraz że chłopcom badano odbyty, a dziewczynkom waginy, szukając śladów wykorzystania.
- ◇ Moja mama przesłała mojemu bratu psie gówno w paczce na urodziny.
- ◇ Wszyscy moi kuzyni i kuzynki mają problem z obżarstwem i otyłością.
- ◇ Mój brat i moja ciotka są „biblioholikami” - nałogowcami wiary i religijnych praktyk.
- ◇ Wiele osób z mojej rodziny stało się alkoholikami.

Nie pamiętam, aby rodzice kiedykolwiek mnie kąpali, ubierali lub choćby pomagali mi w tych czynnościach. Ojciec osaczył mnie kiedyś w kącie w kuchni, wrzeszcząc, że „mam zmyć po sobie tego pawia,” gdy, mając gripę, zwymiotowałem od gorączki. Nie sięgałem mu nawet do paska spodni, a on szturchał mnie, wymachując przed nosem zaciśniętymi pięściami. Myślę, że jest furioholikiem. Prawie nie mam wspomnień rodziców przebywających ze sobą razem. Teraz są po rozwodzie.

To tyle detali, na ile mnie stać. Zawsze pamiętałem jedno tylko wspomnienie - to ze stryjenką. Dawniej, gdy nie uważałem tego za nadużycie, bez skrępowania rozmawiałem o tym przy obiedzie z przyjacielem. Resztę wspomnień odzyskałem po dwudziestym piątym roku życia, w formie powracających retrospekcji.

Jak to na mnie wpłynęło

Z wszystkimi wiadomościami, jakie uzyskałem, mogę spojrzeć wstecz na to, jak radziłem

⁵ Niedawno Al dostał od matki list, w którym stwierdza: „ja też pochodzę z kazirodczej rodziny.”

⁶ U ofiar wykorzystania wspomnienia często podawane są tak, jakby oglądały je one spoza ciała. Dysocjacja wskutek przerażenia molestowaniem bywa tak potężna, że na ten czas dziecko istotnie opuszcza swoje ciało.

⁷ Al’owi łatwiej jest potwierdzić jego wspomnienia, mając informacje, że inne dzieci z rodziny też były ofiarami lub mają podobne objawy.

sobie w dzieciństwie z moją sytuacją. Mnóstwa rzeczy oczywiście nie pamiętam, ale niektóre tak. Na przykład to, że spędzałem mnóstwo czasu chowając się w klozecie lub pod łóżkiem. Odwiedzał mnie tam pies, co bardzo pomagało mi przetrwać. Byłem ogromnie wstydlivy, cichy i zależniony. Jako dorosły trzymałem kazirodstwo w tajemnicy, żyjąc w przekonaniu nie przeżyłbym spojrzenia mu w oczy. Myślałem że wszyscy mężczyźni są źli. Wierzyłem, że żyję tylko po to, by troszczyć się o innych, a nie o siebie. Uważałem, że nie wolno wyrażać uczuć i najlepiej nie odczuwać nic. Bałem się innych dzieci tak bardzo, że nie bawiłem się z nimi, nie grałem w gry sportowe i nie umiałem się kolegować. To pogłębiało jeszcze mój wstyd jaki wyniosłem z kazirodstwa.

Jako dziecko miałem kilka sposobów radzenia sobie z wykorzystaniem. Prawie nic nie pamiętam z tego okresu. Zawsze budzili we mnie uznanie ludzie, którzy pamiętali swoje dziecinne urodziny i to, jaka była wtedy pogoda. Ja dopiero w wieku czternastu czy szesnastu lat uprzytomniłem sobie, że styczeń jest w zimie. Myślę, że uciekałem w nieświadomość, dysocjując. Mimo, że miałem zdrowe oczy, zacząłem mieć kłopoty z widzeniem; na przykład stojąca przede mną matka znikała mi z pola widzenia gdy z nią rozmawiałem w salonie. Myślałem, że to farba na ścianach ma taki specjalny wpływ na moje oczy. Nawet gdy stawałem się na chwilę całkiem ślepy, nigdy nikomu o tym nie powiedziałem, dopiero na terapii. Żadne neurologiczne ani okulistyczne badania nic nie wykazały; normalnie wzrok miałem świetny. Wiele osób mówi, że moja napadowa ślepotą jest czymś podobnym do przeżyć w szoku.⁸

Pamiętam także z dzieciństwa i młodości jedną obsesję urojeniową. Siedząc przed telewizorem musiałem zawsze zaciskać dłonie w pięść. Wierzyłem, że w przeciwnym razie moje paznokcie przerosną przez ścianę i zabiją kogoś, kto tam jest. Ludzie z grupy mi mówią, że wiąże się to z moją nierozładowaną złością na oprawcę.

Ale najgorszym symptomem w dzieciństwie był lęk przed nocą. Zawsze paraliżował mnie strach, gdy gasło światło. Kiedyś tak bardzo bałem się wstać, że poszedłem rano do łazienki z całą pościelą. Do siódmego roku życia regularnie moczyłem się w nocy. W domu nocami działały się straszne rzeczy. Pamiętam, jak kiedyś obudziłem się rano, a w ścianie była wybita dziura. Matka mówiła, że zrobił ją ojciec „ciskając się” po pijanemu. Bycie dzieckiem wyobrażałem sobie jako szklankę mleka i zastanawiało mnie, jak szklanką mleka można wybić dziurę w ścianie.

W okresie wczesnej młodości moje symptomy stały się mniej oczywiste. Silne, sprężyste ciało i „ptasi mózdzek” miały odizolować mnie od najciemniejszej z moich ciemności. Poza pracoholizmem i tym, że byłem nieludzko wstydlivy, moją dziecięcą przeszłość widać było najlepiej w ciągu destrukcyjnych, nałogowych związków, w których stawałem się ofiarą każdej jawnej przemocy. Trzykrotnie byłem zaatakowany i pobity przez dwie z moich partnerek, a w przypadku ataku trzeciej doszło do realnego zagrożenia mojego życia. Zawsze, gdy pociągała mnie jakaś kobieta, umiałem wyperswadować sobie z głowy sygnały ostrzegawcze, świadczące o jej niezrównoważeniu i gwałtowności. Wierzyłem uparcie, że mogę zmienić swoją „wybranek” w anielicę i stać się jej rycerzem w lśniącej zbroi. A gdy sprawy toczyły się w przeciwną stronę, używałem seksu do tuszowania tego, co dla wszystkich było oczywiste.

Gdy zacząłem wreszcie przyglądać się sobie (dzięki trzeciemu z moich związków z kobietą stosującą wobec mnie przemoc), ujawniły się najgorsze symptomy. Tej nocy, gdy pierwszy raz znalazłem ślad wspomnienia ojca szczającego na mnie w łazience, zrobiłem rysunek tej sceny, zastanawiając się, co to mogłoby oznaczać. Ani przez moment nie brałem pod uwagę możliwości, że to prawdziwe, dosłowne wspomnienie. Ale następnego dnia dopadły mnie długotrwale fizyczne objawy. Obudziłem się sparaliżowany lękiem, nogi trzęsły mi się jak ze zmęczenia, mdlejące i słabe, usta mi wysychały i często tworzyły mi się wrzody w gardle. Stany te trwały przez ponad dwa lata. Wtedy też przeżyłem mój pierwszy atak paniki. Przez cały rok pracowałem nad sobą w kompletnym terrorze. Przez następny gnębiły mnie notoryczne lęki i inne następujące symptomy:

Koszmary nocne. Śniło mi się wiele razy, że porywa mnie i rozszarpuje niedźwiedź, demon lub najęty zbir. Budziłem się zbyt przerażony, aby móc jeszcze tej nocy wrócić do łóżka.

Lęk, że mam AIDS. Mimo, że nie należę do żadnej z grup ryzyka, byłem przekonany, że muszę mieć

⁸ Al opisuje tu reakcję dysocjacyjną zwaną negatywnym halucynowaniem.

AIDS. Nie jestem gejem i nie uważam bycia nim za zło. Postrzegam ten lęk jako przymus obwiniania siebie, napędzany przekonaniem, że zasługuję na śmierć z powodu seksualnych przestępstw.

Obsesje wizualne. Nazywam je zwidami, gdyż były krótkie, intensywne i zróżnicowane (dowód mojej kreatywności). Tworzyłem sceny, w których byłem dżgany nożem, gwałcony analnie i ciężko bity przez osoby z którymi byłem. Były obrazy, że ktoś strzela mi w głowę. Miałem też zwidy opawcze, w których ja rozdzielałem przemoc, co potęgowało mój wstyd. Zwidy te były nieusuwalne i kosztowało mnie dużo pracy ich zaakceptowanie.

Mdłości. Przez wiele dni miałem nudności; chodziłem przekonany, że za chwilę zwymiotuję.

Tracenie wzroku. Samoistnie lub pod wpływem niezauważalnego bodźca, tracę wzrok na kilka sekund. Jestem wtedy całkiem przytomny i świadom co się dzieje, ale nie widzę.

Halucynacje. Pewne rzeczy lub stwory defilują przede mną. Nagle przesuwają się budynki. Ludzie wtapiają mi się w ściany albo ich twarze ulegają zniekształceniu.

Słabość i wyczerpanie. Częste uczucie słabości i wyczerpania, co jest prawdopodobnie wynikiem wysiłku borykania się z pozostałymi symptomami.

Krwawienia z odbytu. Myślę, że przyczyną jest chroniczne napięcie ścięgien zwieraczy otworu odbytowego.

Gwałtowne emocje. Nagły, spazmatyczny płacz, trwający nieraz do jednej godziny. Tzw. czarne dziury. Ataki złości lub zrzędzenia i dokuczania. Wiele dni rozpoczynałem od wymiotów i krótkich napadów płaczu, wśród których szykowałem się jednak do pracy i wychodziłem z domu. Jestem dumny, że w takim stanie normalnie działałem.⁹ Pierwsze symptomy pojawiły się mniej więcej trzy lata temu. Ostatnio, oglądając program o torturowanych jeńcach i więźniach politycznych, znalazłem dodatkowe potwierdzenie moich dociekań i mojej traumy. Opisywali oni te same objawy, jak moje, a nawet pominęli kilka! Reakcje fizyczne, jakich doświadczam, są rzeczywiście skrajne, ale uczę się traktować je jako źle ulokowaną, „przesuniętą” energię. Uczę się od jednego z moich sponsorów, jak lepiej używać własnego ciała. Jego potraumatyczne reakcje pomagają mi nie zapomnieć o moich wewnętrznych demonach i wewnętrznym dziecku - nie mogę już na dłużej popaść w zaprzeczanie. Obecnie te symptomy są o wiele mniej intensywne i nie tak częste jak wcześniej. Daję więc sobie jeszcze rok lub kilka na to, by kompletnie zniknęły.

Jak pracuję nad sobą

A teraz moje ulubiona część. Pierwszą sprawą, jaka mi pomogła, było uświadomienie sobie, że w pojedynkę i o własnych siłach nie mam szans poskładać się w całość. Potrzebowałem pomocy psychoterapeutów, grup wsparcia i przyjaciół. Znalazienie odpowiednio wyszkolonych specjalistów wcale nie jest łatwe; próbowałem trzech rodzajów terapii, prowadzonych różnych ludzi, zanim znalazłem takiego terapeuty, który był gotów pracować nad wyciąganiem tego kosmaru, zamiast go wypchać we mnie jeszcze głębiej i przyklepywać. Wcześniejsi zupełnie się nie sprawdzili. Jeden, gdy usłyszał mój opis wykorzystania, zapytał: „Jak możesz to udowodnić? Skupmy się lepiej na ‘tu i teraz’ - na radzeniu sobie z twoimi bieżącymi trudnościami.” To było wielkie nadużycie. Ale nie zrezygnowałem i w końcu trafiłem do kompetentnych ludzi, którzy „czuli” temat. Nie zaprzeczali i umieli mnie poprowadzić.

Odkryłem, że muszę zmienić pewne przyjaźnie - wybierałem sobie bowiem ludzi będących dokładnym powieleniem osób z mojej rodziny. Nawet mimo tego, że pięć bliskich mi osób cierpiało na takie same symptomy jak ja, żadna nie chciała rozmawiać ani o nich, ani tym bardziej o ich przyczynach. Gdy tylko zapachniało im tym „gównem,” wiali gdzie pieprz rośnie. Pozostali przyjaciele jednak okazali się wsparciem. Miałem wiele szczęścia, że trafiłem na innych wykorzystanych mężczyzn i grupę wsparcia. Potrzebowałem tych ludzi i tej grupy, gdyż dzięki nim przestałem być osamotniony i czuć się kimś „brudnym i złym.” Teraz mam świadomość, że drugi człowiek, który w pełni to rozumie, zawsze jest w zasięgu przynajmniej telefonu.

⁹ Na podstawie tej listy symptomów nie dziwi fakt, że wiele ofiar uważa się za „nienormalne.” Najsmutniejsze jest jednak to, że wielu pomagających profesjonalistów, również postrzega je jako osoby chore psychicznie, czym utwierdza je w tym fałszywym przekonaniu, lecząc ich symptomy „chorobowe” i nigdy nie próbując nawet zbadać ich przyczyn.

Jedną z dużych trudności, jakie musiałem pokonać było to, że w całej literaturze na temat molestowania dzieci, mężczyźni byli przedstawiani tylko jako napastnicy seksualni lub jako ofiary mężczyzn. Nigdzie nie znalazłem publikacji ani programu terapeutycznego na temat oprawczych kobiet molestujących dzieci. Jeśli w ogóle mówiono o ich odpowiedzialności, to tylko w zakresie niedostrzegania nadużyć czynionych na dzieciach przez mężczyzn. Moje doświadczenia - i części ofiar z kręgu wzajemnego wsparcia - mówią, że kobiety także uwodzą, napastują, molestują i gwałcą bezbronne istoty. Kiedy mówię o mojej złości do mężczyzn-oprawców, znajduję chętne uszy, ale mam też wiele podobnej wściekłości do kobiet, o której mało kto jest gotów słuchać.

Dwie rzeczy, których muszę się wystrzegać, to milczenie i izolacja. Pilnuję więc, by mówić o wszystkim, co odkrywam i nie uciekać od ludzi. Inne pomocne mi techniki radzenia sobie, to medytacja, skupianie się na prostych ruchach ciała, doznaniach i zmysłowych bodźcach, koncentracja w pracy na czynności wykonywanej w danej chwili, pisanie afirmacji. Na przykład, wypisałem sobie, w grupach, następujące sentencje:

Cele mentalne:

- ◇ Pielęgnuję świadomość, że moje myśli należą do mnie, a nie ja do moich myśli.
- ◇ Pamiętam, że myśli niekoniecznie są rzeczywistością i nie biorę zbyt poważnie wytworów mojej wyobraźni.
- ◇ Akcentuję dobre myśli; robię im miejsce.
- ◇ Mam cierpliwość wobec tego, co się we mnie dzieje. Moje myśli są fundamentem i trzeba dużo pracy, by go przeprojektować. Daję sobie czas i spokój na wprowadzanie zmian.
- ◇ To, co we mnie siedzi, jest częścią mnie, dlatego nie może być większe ode mnie.

Cele fizyczne:

- ◇ Przynajmniej dwa razy w tygodniu przebiegam pięć kilometrów.
- ◇ Łyżwy, pływanie lub rower - raz na tydzień.
- ◇ Pamiętam, jak ważny jest ruch dla ciała w depresji; jakkolwiek delikatnie, ale ruszam się!
- ◇ Upewniam się, że ćwiczenia nie są ucieczką przed uczuciami i problemami czy karą za poczucie winy i wstyd.
- ◇ Pilnuję, by motywem tych ćwiczeń była chęć poprawy zdrowia, samopoczucia i własnego wizerunku.
- ◇ Masaż to mój wspaniały sposób doświadczania zdrowego, bezpiecznego dotyku.
- ◇ Dbam o jedzenie - karmię zdrowo mój obolały organizm.
- ◇ Troszczę się o swoje ciało. Staram się je kochać, opiekować się nim, głaskać je i pieścić. Afirmuję sobie, że jest dobre, niewinne i warte mojej miłości, gdyż jest moje. Mam wrodzone prawo do dobrego samopoczucia.

Cele duchowe:

- ◇ Nie tworzę jakiegoś konkretnego obrazu Boga, abym mógł nie tyle wierzyć, ale ufać Mu i doświadczać Go.
- ◇ Pamiętam, że ja nie jestem Bogiem - nie mogę zrobić dla siebie tego, co może i robi On.
- ◇ Ufam Mu, że się mną zajmie, uzdrowi i poprowadzi.
- ◇ Bóg jest moim prawdziwym rodzicem - takim, za jakim tęskniłem i jakiego nigdy nie miałem.
- ◇ Gdziekolwiek pójdę, tam On będzie, bo jest w każdym miejscu.
- ◇ Współpracuję z Bogiem w naprawie mojego życia - jako partner, a nie jako ofiara, którą musiałby ratować.

Cele seksualne:

- ◇ Otwieram się na seks tylko wtedy, gdy z daną osobą łączy mnie związek.
- ◇ Seksu używano, by mnie kontrolować, ranić i karać. Kładę kres temu cyklowi.
- ◇ Mój seks jest formą wyrażania miłości, a nie używania się nawzajem. Zbliża wzajemnie, daje rozkosz.
- ◇ Jeśli miałby się wiązać z zagrożeniem, rezygnuję z niego. Moje ciało jest moje.
- ◇ Seks jest jeszcze jednym sposobem okazywania czułości mojemu ciału.

Cele emocjonalne:

- ◇ Pozwalam moim emocjom przepływać. Chwytam każdą szansę odczuwania i oczyszczania uczuć.
- ◇ Będę cierpliwy. Przekazano mi, że mam nie czuć i nie okazywać emocji. Zmieniam to; jestem emocjonalny.
- ◇ Dzielę się moimi uczuciami z tymi, którym ufam. Wmówiono mi, że mężczyźni są źli. To nieprawda. Są miliony czujących i zdolnych kochać facetów. Utożsamiam się z nimi. Poznaję ich i zawieram przyjaźnie.

Sposoby te pomagały mi przetrwać. Używałem ich przez miesiące, ale przestały wystarczać wskutek ogromnego stresu, jaki powodowało otwieranie dawnych ran i czyszczenie ich. Zgodziłem się, pośród oporów i nieufności, na leki. Okazało się to bardzo trafnym posunięciem. Brałem leki przez mniej więcej cztery miesiące, co stępiało ostrze mojej paniki i mogłem przyglądać się, skąd płyną te lęki i ból. Medycyna pozwoliła mi konstruktywnie spotkać się z moim cierpieniem, a nie uciec przed nim, a to bardzo ważna różnica. Zacząłem dotykać olbrzymich pokładów emocji, które blokowałem i upychałem w sobie przez dwadzieścia pięć lat. Jako chłopiec byłem odrętwiały. Moja rodzina pokręciła mnie tak, że stałem się jak zabawka, którą jeśli się wyłączy, zaraz wymyka się spod kontroli.

Początkowo mogłem płakać lub złościć się tylko samotnie; przy ludziach nie czułem komfortu. Wystarczał reportaż TV, artykuł lub reklama zabarwiona odruchem współczucia wobec dzieci, a zaczynałem łkać w gwałtowny, niepohamowany sposób. Obecnie już okazuję te uczucia na mojej grupie wsparcia, która jest bezpiecznym miejscem. Odkryłem działanie współczującego świadka - bezpiecznego, ojcowskiego człowieka, który obecnością i rezonansem ułatwia uwalnianie płaczu i wyładowywanie złości. Przy nim mogę wyrażać ją bez powodowania nadużyć. Moim dalekosiężnym celem jest ściągnięcie rodziny na terapię i asertywne powiedzenie im, jak bardzo mnie poranili.

Na koniec chcę wspomnieć o korzystaniu z humoru, który mnie zawsze ogromnie podbudowuje. Myślę, że także wam może pomóc. To tyle. Dzięki.

Pytania pomocne w identyfikowaniu własnych myśli, doznań i emocji:

- ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) podobna jest do świadectwa Al'a?
 - ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) różni się od świadectwa Al'a?
 - ⇒ Jakie uczucia przepływały przez ciebie przy czytaniu tej opowieści?
 - ⇒ Jaki jej fragment poruszył cię najgłębiej?
 - ⇒ Czego dowiedziałeś się o sobie i własnym życiu dzięki tej lekturze?
-

12

Historia Allen'a

Wszystkiego dobrego, czytelniku. Być może zastanawiasz się, czemu ktoś zechciał opisać swoje doświadczenia jako ofiary kazirodztwa. Ja też zadawałem sobie to pytanie, wiele razy, zanim się na to zdecydowałem. Cóż, jest parę powodów. Po pierwsze, mam nadzieję że dzięki tego rodzaju pracom inni będą mogli skorzystać, zarówno ofiary wychodzące z tego problemu, jak i profesjonaliści, którzy zajmują się lub chcą się zajmować ich prowadzeniem. Po drugie, kieruje mną motyw dopomożenia sobie i służenia własnemu rozwojowi duchowemu; staję się tym zdrowszy, im głębiej przekopuję się przez cały mój ból, wstyd i lęki z przeszłości. To właśnie poprzez wydobywanie tych przeżyć i ich skutków z cienia milczenia na światło prawdy, odzyskuję siebie oraz kontrolę nad swoim życiem. Chcę więc teraz pobłogosławić siebie i pomodlić się abym umiał uczciwie i mądrze podzielić się moim doświadczeniem, aby było ono nie tyle jeszcze jednym opisem horroru, ile przesłaniem nadziei.

Moja historia zaczyna się, co znamienne, w wielu trzydziestu trzech lat. Byłem mężem, ojcem czworga dzieci i człowiekiem sukcesu pod wieloma względami. Moją jedyną słabością, od zawsze, była nadwaga. Owszem mam dwa metry wzrostu, ale ważyłem 163 kilo, z czego większość rozkładała się pomiędzy klatką piersiową i kolanami. Ręce miałem całkiem normalne, twarz i szyja też nie była nalana, byłem tylko „obszerny” w pasie. Wiedząc czego Bóg ode mnie oczekuje, byłem bardzo sfrustrowany życiem - wlokło się za mną owo uczucie niespełnienia i tęsknoty duchowej, które pewnie znacie. W poszukiwaniu znaczenia i sensu poszedłem do kierownika duchowego, który skonfrontował mnie z moją wagą - to znaczy nalegał abym wystąpił do grupy Anonimowych Żarłoków (AŻ) i zmierzył się nie tyle z moją nadwagą, a z tym, co mnie do niej doprowadziło.

Zacząłem chodzić na mityngi AŻ razem z moimi dwiema siostrami, gdyż i one miały problem z kompulsywnym jedzeniem i szukały jego rozwiązania. Ich obecność przy mnie bardzo mi ułatwiła aklimatyzację w grupie, która była w zdecydowanej przewadze żeńska. Rzeczy ruszyły właściwym torem, zacząłem przerabiać Dwanaście Kroków AŻ i pierwszy raz w życiu rozpracowywać fakt, że moje obżarstwo miało o wiele większy związek nie z apetytem, ale z emocjami i uczuciami. Wcześniej nawet tego nie podejrzewałem. Tak więc ja i moje siostry wstąpiliśmy na szlak zdrowienia, a wraz z utratą kilogramów przybywało nam świadomości. Któregoś wieczoru zaproszony specjalnie spiker przedstawiał swój problem w kontekście dysfunkcji rodzinnej, z której on wynikał. We troje zareagowaliśmy identycznie: „Przecież on wziął na warsztat naszą rodzinę!” Gdy po mityngu podzieliliśmy się z nim naszymi myślami, zasugerował delikatnie, że i w naszej przeszłości może kryć się coś, co się domaga wyświeatlenia.

Wróciwszy do domu zaczęliśmy wypytywać moją ciotkę o nasze dzieciństwo i rodziców. Powiedziała: „Wiesz, twój ojciec wykorzystał mnie seksualnie gdy miałam pięć lat.” Byliśmy przerażeni. Jak się okazało, przez trzydzieści lat ciotka i babka trzymały ten fakt w tajemnicy, aby nie zranić mojej matki i nie narazić rodziny na perturbacje. Teraz, gdy ojciec już umarł a dzieci dorosły, ciotka nie czuła już takiego przymusu milczenia i odważyła się nam powiedzieć. Otworzyło to w naszych głowach drzwi wszelkim możliwym spekulacjom. Siostronom zaczęły się składać elementy ich życiowej układanki. Pojawiło się wiele poważnych przesłanek, że i one mogą się okazać ofiarami naszego ojca. Brakowało świadomych wspomnień, ale miały przecież wiele symptomów: sny, koszmary, problemy seksualne, sposób reakcji na pewne sytuacje, miejsca i ludzi. Jedna z siostr miała na przykład powtarzający się sen, a raczej doświadczenie, gdy budziła się w nocy wymiotując. Obie miały bardzo podobne koszmary nocne, o których mówiły: „sny z tygrysami.” W koszmarach tych pojawiały się jakieś wyszczerzone, wielkie zęby, które się w nie wbijały i rozszarpały na strzępy. Obie cierpiały na pewne dysfunkcje seksualne. Przez dziesięć lat małżeństwa mąż jednej z nich nigdy nie widział swojej żony nago. Siostra ta wyrażała stanowczo wolę trwania w celibacie do końca życia i żywiła urazę do męża za sporadyczne zaloty.

W jej umyśle seks nie mógł być przyjemnością.

Obie siostry dzieliły ze mną moje wzorce reagowania na bodźce kojarzące się z dziecięcą przeszłością. Mieliliśmy podobne problemy w kontaktach z mężczyznami, którzy w jakiś sposób przypominali nam ojca. Reagowaliśmy na stres ciągami obżarstwa. Nawet drobne szczegóły, jak pstryknięcie zapalniczką gdy odpalał nowego papierosa lub czyjś kaszel podobny do jego, przyprawiły nasze żołądki o silny skurcz.

Zostało ustalone, że siostry idą na pięciodniowy intensywny program leczenia, który składał się z maratonu i sesji terapeutycznych w małych grupkach. Wszystko to skupiało się wokół kompulsywnych zachowań tego czy innego typu. Postanowiłem i ja iść na ten program, ale z intencją wspierania rodzeństwa; wstęp miałem uzasadniony, będąc kompulsywnym żarłokiem.

Na pierwszej z sesji w małej grupie, odbywających się po przedstawieniu przez wszystkich swoich „historii osobistych,” terapeuta mnie spytał, czy miewałem myśli, że ponieważ moje siostry zostały wykorzystane, i ja mogę okazać się ofiarą kazirodztwa. Moja reakcja była zdecydowana i gwałtowna: podskoczyłem i krzyknąłem: „Nie!” przez moment napięcie w salce sięgnęło zenitu. a po zajęciach wielu uczestników mówiło mi, że bali się, iż rzucę się i pobiję prowadzącego.

Zostałem skonfrontowany w wieloma oznakami świadczącymi o dużym prawdopodobieństwie wykorzystania w dzieciństwie. Symptomatyczne było to, w jaki sposób utylłem - rozłożenie tłuszczu czyniło ze mnie pojemnik dobrze chroniący genitalia. Zastanawiał także moja agresywna reakcja na sugestię o możliwości wykorzystania - czegoś najwyraźniej broniłem. Także moje poczucie zagrożenia z powodu bycia kimś seksualnym i posiadania tożsamości płciowej. Wszystko to sugerowało, że powinienem się otworzyć na myśl, że i ja jestem ofiarą kazirodztwa. Terapeuta zaznaczył, że wykorzystanie seksualne dziecka ma tyle wspólnego z pożądaniem ile alkoholizm z gaszeniem pragnienia. Znaczyło to, że ojciec z powodzeniem mógł być heteroseksualny w dorosłych związkach i jednocześnie molestować małych chłopców. Zostałem poprowadzony w stronę odprężenia, abym się rozluźnił i pozwolił czuć, co właśnie czuję i pozwoli tym emocjom przepływać przeze mnie; abym nie blokował niczego, a raczej pozwalał wyjść z siebie i odejść.

W ten sposób ruszyło coś, co okazało się najbardziej przerażającym procesem w moim życiu. Nigdy nie miałem nawet jednego wspomnienia z dzieciństwa przed szóstym rokiem życia. Teraz nagle zaczęły mi wracać przebliski, jakby „slajdy” lub kawałki porwanego filmu. Obrazy takie jak czarne włosy łonowe, obnażona głowa penisa, spojrzenie ojca. Do tego uczucia cielesne - palce zaciskające się na moim gardle, jakaś kleista, śliska ciecz wokół moich ust, zaciskający się odbył, ręka chwytająca mnie za tył głowy. Myślałem, że wariuję. „Niemożliwe! Boże, proszę - nie!”

Trzymałem się jednak siebie i moich uczuć. Prowadzący obiecywali, że jeśli przejdę ten program, znajdę to, czego szukam: prawdę. I prawda przyszła do mnie następnego wieczoru, gdy położyłem się na moim łóżku, nagi (nagość jest dla mnie najbardziej zupełną bezbronnością - wystawieniem na cios) i leżałem, wsłuchując się w moje ciało, emocje i ducha. Wracało wiele elementów. Słowa matki: „Ojciec zawsze chętnie i sumiennie chodził na górę was usypiać, ale kiedy podrośliście trochę, całkiem stracił ochotę.” Odzyskiwałem dawne zdarzenia, w głowie znów rozbłykiwały „slajdy.” Moje usta zaczęły sprawiać odczucie trędotawych, jakby gnijących, plugawych i sprośnych... Zatkanych nieczystościami. Leżąc, począłem bezwolnie, w rytmiczny sposób, poruszać językiem. Trwało to kilka minut, aż w pewnej chwili zwymiotowałem. W tym momencie zdałem sobie sprawę z okrutnej prawdy: z oralnego gwałtu na mnie. Bałem się, że straciłem zmysły. Tymczasem łapałem kontakt z rzeczywistością - z perwersyjnymi nadużyciami, jakich doznałem z rąk ojca.¹⁰

W miarę jak pozwalałem powracać wspomnieniom, zjawiało się ich coraz więcej: To jak

¹⁰ Lęk Allena, że „stracił zmysły” jest czymś powszechnym wśród ludzi, którzy przeżyli wykorzystanie seksualne w dzieciństwie. Ponieważ wspomnienia najczęściej powracają w postrzępionych fragmentach, lub jak nazywa je Allen „urywkach filmu” i „slajdach,” tym trudniej jest skupić się na nich i uwierzyć im - przyjąć je jako prawdziwe doświadczenia, a nie szaleństwo czy obłąd. W dodatku Allen opisuje, jak wiele jego wspomnień wracało w postaci doznań fizycznych, jak uczucie palców zaciskanych na gardle czy skurczów odbytu. Retrospekcje te przerażają bardziej, że sprawiają wrażenie, jakby przychodziły znikąd i bez powodu, a doświadczająca ich osoba ma poczucie utraty kontroli nad sobą.

ojciec ścisnął do bólu moje jądra, aż bardzo płakałem, obiecując, że na pewno nikomu nie powiem. Jak wkładał mi palec do odbytu i jak dusząc mnie, zaciskał dłonie na moim gardle. I jakie to wszystko było potworne. Nadeszły odpowiedzi na różne dawne zagadki. Dlaczego zawsze nienawidziłem swetrów z golfem, szalików, krawatów? Cokolwiek na moim gardle groziło wspomnieniami duszenia przez ojca. Dlaczego, mieszkając w zimnym klimacie, nie nosiłem nigdy nakryć głowy? Jakąkolwiek czapkę kojarzyłem nieświadomie z dotykiem jego ręki, którą przytrzymywał mnie sobie, by wypychać mi penisa do ust. Dlaczego jako menedżer w biznesie zawsze przegrywałem w negocjacjach z ludźmi, którzy fizycznie przypominali mi ojca? Niezależnie od tego, co prezentowałbym na zewnątrz, wewnątrz mnie siedział wtedy mały, gwałcony chłopiec, który strasznie chciał uciec. Odzyskiwane wspomnienia tłumaczyły też, dlaczego czułem się tak niezręcznie ze swoją męskością i seksualnością. Zawsze bałem się, że może jestem gejem. Ponieważ czułem się tak zagrożony i tak samotny, że nigdy nie miałem kolegów, więc myślałem, że pewnie uciekam przed moją „homoseksualnością.” Nie miałem też bliskich koleżanek ani nie chodziłem z dziewczynami. Lęk przed odrzuceniem był dla mnie nie do pokonania. Mój marny wizerunek własny nie wytrzymałby tego.

W dorosłości, w moim pożyciu, zawsze czułem się niezręcznie, zarówno z własnym ciałem jak i z samym aktem seksualnym. Seks był dla mnie czymś równie atrakcyjnym co wypróżnianie się - czynnością konieczną i nawet dającą pewną ulgę, ale nie mającą nic wspólnego z wzajemną więzią i bliskością. W czasie stosunku żona miała moje ciało, resztą siebie przebywałem gdzie indziej. Kiedy dochodziło do zbliżeń oralnych, czułem przerażenie; nie wiedząc, co ono oznacza, myślałem, że jestem nienormalny lub głupi. Wszystkie te lękowe doznania gotowały się we mnie i wzbierały sprawiając, że miałem ochotę ze złością ejakulować żonie na twarz. Najbardziej przerażało mnie nie tyle, że byłoby to wyuzdanie, ale mój stojący na nim psychiczny przymus - napęd do zdegradowania jej i poniżenia. Te „demony” we mnie nie były mną - były tym wszystkim, z czym nie mogłem poradzić sobie w dzieciństwie: moją złością na oprawcę, chęcią zemsty, furią, przerażeniem i innymi uczuciami z „wtedy.” Mimo, że nie przełożyłem ich nigdy na czyny, pojąłem w jaki sposób wykorzystanie może być przekazywane z pokolenia na pokolenie.

Tej nocy w ośrodku terapeutycznym miałem sen, w którym byłem supermenem przykutym łańcuchami za ręce i nogi do ceglanych murów i w którym wyrwałem te łańcuchy ze ścian, krusząc więzienie ograniczające mnie przez całe życie - nareszcie wolny! Miałem teraz pewność, że mogę uczynić dla siebie wszystko i być wszystkim czego potrzebuję. Nie miałem już być więcej kontrolowany przez zdarzenia z przeszłości. Całe życie tkwiłem w kajdanach, nawet o tym nie wiedząc, a teraz prawda - nieważne jak okropna - wyzwoliła mnie nareszcie.

Zobaczyłem i zrozumiałem pełny cykl nadużyć, jakie aplikował mi ojciec. Molestował mnie i gwałcił regularnie od niemowlęstwa (miałem nie więcej niż pół roku) aż do wieku sześciu lat; wykorzystywał mój niemowlęcy odruch ssący, zmuszając do ssania jego członka aż osiągał orgazm w moich ustach (uff, myślałem, że nie zdołam tego napisać). Był też brutalny i sadystyczny, sprawiając mi wiele bólu poprzez ściskanie jąder, wtykanie palca w odbyt, duszenie mnie i straszenie śmiercią, gdybym się mu opierał lub chciał pisać choć słówko. Przekonałem się, że opór wobec jego przyjemności zawsze znaczy ból. Zdałem też sobie sprawę, że nigdy nie chciał mieć dzieci. Dopiero dziś dostrzegam jego wściekłość i mściwość z jaką popełniał te nadużycia na nas - mnie i moich siostrach.

Pamiętam też inne nadużycia - dawał nam wszelkie rodzaje złego przykładu: jego kłamstwa, kradzieże i przemoc fizyczną, którą nazywał dyscypliną. Pamiętam jak kiedyś, gdy przyszedł po mnie do szkoły, bo zostałem dłużej, przez całą drogę kopał mnie z tyłu „prowadząc” do domu. Stosował nie tylko agresję ale i pasywność - nadużycia polegały nie tylko na tym, co robił, ale czego nie robił. Na przykład nigdy nie powiedział mi, że mnie kocha i nie dał odczuć, że jestem dla niego ważny - co właściwie się zgadza z jego czynami. Poza nadużyciami, nie zajmował się mną - to wszystko, co chłopiec powinien dostać od ojca, mnie ominęło. Nie przekazał mi modelu męczyzny ani jego roli w życiu, choć właściwie przekazał mi. To, jaki się stałem i jak funkcjonowałem, określały moje wczesne doświadczenia z nim.

Na zewnątrz, poza rodziną, ojciec był bardzo lubiany i szanowany, co rodziło we mnie

masywne konflikty. Jako dziecko nie mogłem przeciwstawić się opiniom jego kolegów, którzy rozpyłali się nad nim w zachwytach. A jednocześnie chciałem mieć „dobrego” ojca. Każdy chłopiec chce, by jego tata był supermanem, więc wielu z nich wytwarza sobie „wymyśloną postać,” która odpowiada tym pragnieniom i wrasta w ich główki do tego stopnia, że staje się niemal realna. Tak było i ze mną: niemal wierzyłem w takiego tatę. Poza tym jeśli wszyscy dorośli twierdzili, że mój ojciec jest dobry, to widocznie ja, jako dziecko, musiałem być zły - co przysparzało mi dodatkowego wstydu, poczucia winy i karania siebie.¹¹

Co wyrządziły mi te wszystkie nadużycia? Po pierwsze, wzrastałem w ciągłym lęku przed porażką - w przymusie bycia perfekcyjnym i wszystko przewidującym, gdyż nigdy nie mogłem wiedzieć, co wywoła w ojcu furję. Starałem się zasłużyć na akceptację w oczach innych, oraz własnych. Z lęku przed osądem i potępieniem, by sprostać ojcowskim oczekiwaniom, starałem się wykorzenić z siebie każdą niedoskonałość i słabość. Do dziś na przykład borykam się przymusem podarcia całego napisanego listu z powodu jednej drobnej omyłki.

Byłem ogromnie osamotnionym chłopcem, zamrożonym i zamkniętym na bodźce świata. Nigdy nie pozwalałem sobie, by cokolwiek czuć. Gdy ból stawał się nieznośny lub w reakcji na stres zaczynałem jeść kompulsywnie, by „zażyć” uczucia. Tak więc już na najwcześniejszych zdjęciach jestem otyły.

Byłem niemal odporny na wszystko, co mogło mnie zranić - przynajmniej tak mi się zdawało. Zawsze mogłem zbiec do owego zaułku w mojej głowie, gdzie mogłem zwinąć się w kłębek i nikt nie mógł mnie dopaść.

Dorastając, stale fantazjowałem o byciu bohaterem, aby ludzie mogli zauważyć, że jestem „dobry.” W tym samym czasie buntowałem się i narowiłem, aby udowodnić, że jestem zły: kradłem w sklepach, piłem, niszczyłem mienie. Udałem na zewnątrz twardziela, gdy w środku trząsł się ze strachu mały, skrzywdzony chłopczyk. Miałem urazę do wszelkich autorytetów, a jednocześnie nienawidziłem się za to.

Płakałem ze wzruszenia na filmach Disney’a gdyż były dla mnie łatwym i bezpiecznym wyzwalaczem emocji. Muzyka była dla mnie tym lepsza, im smutniejsza. Uwielbiałem zwłaszcza solistów z tragedią i rozdarciem w głosie. Jako nastolatek zasłuchiwałem się Janis Joplin - artykulacja i brzmienie jej głosu najlepiej pasowały do tego, co czułem w środku - bolesny krzyk. Przy jej muzyce mogłem płakać, doznając pocieszenia i ulgi; był bowiem na świecie jeszcze ktoś, kto czuł się podobnie.

Nigdy nie chodziłem na randki, nigdy nie poszedłem na gimnazjalną potańcówkę. Tak bałem się odrzucenia, że nie byłem w stanie zmusić się by poprosić dziewczynę do tańca. Od przyjaciół płci męskiej też nie uzyskiwałem tego, co było mi potrzebne - bliskiej więzi z kimś, komu umiałbym ufać. Myślę, że to największa część mojej samotności: niezdolność do zaufania komukolwiek. Była jeszcze mama, ale cóż, mama musiała mnie kochać „z urzędu.” A poza tym, przez nią też czułem się zdradzony. Dlaczego nie chroniła mnie przed ojcem?!

Nie ma takiego obszaru we mnie ani w moim życiu, który nie zostałby dotknięty wykorzystaniem seksualnym. W małżeństwie tak bardzo bałem się bliskości, że nie stać mnie było na odsłonięcie mojej podatności na zranienie. Zanim zostałem wyzwolony nosiłem całą tę wściekłość i ból zduszone w sobie. Kisły w moich wnętrznościach, aż wydarzało się coś, jakiś drobiazg, że wybuchała ona jak wulkan i Boże miej litość nad tymi, którzy mi wtedy weszli w drogę. Zawsze myślałem, że jest to cecha wpisana we mnie genetycznie. Nigdy nie odkryłem jej prawdziwych źródeł, ale nawet pośród najgwałtowniejszych wybuchów widziałem przed sobą zawsze oczy ojca.

Od tego czasu minęły cztery lata, a ja wciąż zdrowieję i zdrowieję. To wymaga dużo cierpliwości, czasu i modlitwy, gdyż rany są głębokie. Zdrowienie jest dla mnie niczym wielki ciemny pokój. Jest wprawdzie kontakt, ale z reostatem - światło rozjaśnia się bardzo powoli. Mogę uprzątać na bieżąco tylko ten obszar, który widzę, a po uprzątnięciu dalej się nieco rozjaśnia. Wtedy znów widzę, co mam jeszcze do zrobienia, a czego nie dostrzegałem wcześniej. I znów się jeszcze

¹¹ Do tego momentu Allen pisze w pierwszej osobie liczby pojedynczej. Jednak gdy opisuje szczególnie bolesne dla niego doświadczenia, przechodzi do narracji w drugiej osobie, jakby chroniąc się nieco od powracającego bólu.

troszkę rozjaśnia. Wierście mi, wiele razy miałem palącą ochotę, wyłączyć to ciężko wypracowane światło i zapomnieć o sprawie. W takich chwilach alkoholik idzie pić, erotoman „uruchamia się,” a obżartuch napycha się kompulsywnie. Jakkolwiek jednak tłumaczyłoby się to na wasze życie i wasze uzależnienia, „Jeśli nie ruszycie swojego kazirodstwa, ono ruszy was.”

W następnej części mojej historii chcę podzielić się tym, jak proces zdrowienia przekłada się na moje życie, jak je zmienia i o co w tym wszystkim chodzi. Dla mnie wciąż podstawowym warunkiem utrzymania się w drodze jest pilnowanie programu zdrowego, nienałogowego jedzenia. Jeśli z tym sobie nie radzę, znaczy to, że znieczulam jakiś ból, zranienie, złość czy inną nie wydobytą emocję. Pierwszym sygnałem, że nie radzę sobie z czymś we mnie, jest pojawienie się przymusu obżarstwa. Przysięgam, że mógłbym wtedy napychać się szkłem czy kamieniami i to nie miałoby znaczenia - obżarstwo nie ma nic wspólnego z potrzebą odżywiania się ale uciekania od uczuć. To, że stosuję program AŻ i bywam na mityngach nie znaczy, że jem idealnie - takiej perfekcji pewnie nigdy nie osiągnę i nie o to chodzi. Chodzi o chodzenie na mityngi i nie poddawanie się. Stale staram się być wrażliwym na to, co się właśnie dzieje - na to, co napędza i motywuje moje jedzenie i moje uczucia. Kiedyś usłyszałem, że różnica między grzesznikami a świętymi polega na tym, że ci drudzy wciąż próbują.

Jednym z cudów, jakie sprawia przynależności do grupy dostrzeganie, że nie jestem sam. Znalazłem innych, którzy przeżywają i dzielą ze mną te same uczucia, lęki i wstyd, jakich sam doświadczam. I nadzieję. Tu mogę się przyznać, jak kradłem ludziom posiłki, chowałem się przed cudzym wzrokiem by jeść do nieprzytomności i jestem rozumiany. Na AŻ czuję się akceptowany i kochany bezwarunkowo, z całym moim bagażem i najgorszymi chwilami. Poczucie, że nie jestem sam, jest darem i łaską, przychodzę więc ciągle na nowo - czy miałem udany tydzień, czy nie. Tu mogę ufać, pierwszy raz w życiu ufać prawdziwie, że nikt mnie nie osądzi i nie odtrąci, a przyjmie takim, jaki jestem. Zważywszy na moje dzieciństwo to dla mnie unikalne doświadczenie. Powtarzanie go pozwoliło mi w końcu odważyć się zacząć kochać samego siebie; bo jeśli inni mogą, to widocznie zasługuję i też mogę. Wierzę, że to jest podstawowy klucz do wyzdrowienia, gdyż tylko wtedy, gdy zaczynam kochać samego siebie, staję się zdolny przyjąć miłość, z jaką przychodzą do mnie inni.¹²

Przekonałem się też, że muszę być cierpliwy, rozumiejący i wybaczący, tak wobec samego siebie, jak i innych. Gdy stać mnie na cierpliwość, nie „dokopuję” sobie za upadki ani nie frustruję się brakiem postępów. Zdrowienie wymaga dużo czasu. Pamiętając o tym i żyjąc w ten sposób mam większe szanse, gdyż jeśli oczekuję zbyt szybkich i błyskotliwych wyników, gnębię się wkrótce ich brakiem. Wtedy zaczyna się nakręcać mój cykl wstydu, poczucia winy i karania siebie, popychając w stronę nawrotu kompulsywnego jedzenia i sabotując dotychczasowe osiągnięcia. Tyle na temat trzeźwości od uzależnień. Ale zdrowienie nie jest sprawą jednowymiarową. Jesteśmy i cieleśni, i duchowi, i emocjonalni, więc musimy zdrowieć w każdym z tych elementów. Dla mnie, uleczenie duszy - którą definiuję jako osobowość, intelekt i uczucia - przebiega poprzez pracę nad odkrywaniem mechanizmów mojego radzenia sobie z tym, co się kiedyś zdarzyło i nad kojeniem dawnych ran. Podstawą jest swoboda w pozwalaniu sobie na odczuwanie bólu, smutku, złości i gniewu; potrzebuję uwolnić z siebie te uwięzione uczucia związane z moim ojcem i dzieciństwem. Zawsze ze mnie wychodziły, ale bocznymi kanałami i w dysfunkcyjny sposób, przez jedzenie, chore związki i impulsywne zachowania jak np. wybuchy niewspółmierne do drobnych i nieważnych zdarzeń. Cały ten ładunek był poutykany we mnie, gotów eksplodować w każdej chwili. Tu nie mogłem się obyć bez profesjonalnej terapii. Po pięciodniowym intensywnym programie leczenia traumy, gdzie byłem razem z siostrami, przeszedłem do grupy powarsztatowej, gdzie w bezpieczny sposób mogłem skontaktować się z tym, co we mnie zalegało i wyrzucić to wszystko z siebie. Obecność inni uczestników stwarzała bezpieczne warunki, anonimowość i wsparcie, a terapeuta doświadczenie i prowadzenie. Wszystko to razem pozwoliło mi uczciwie i otwarcie spojrzeć na zapomniane i wyparte sprawy - zasypać przepaść między fantazjami a rzeczywistością w moim życiu. Zobaczyłem, że owa dysfunkcyjna zdolność radzenia sobie ze

¹² Więcej informacji o tym, jak grupy pracujące na Dwunastu Krokach pomagają w procesie zdrowienia, znajdziesz w książce *Dwanaście Kroków a wstyd*, Mic Hunter (wyd. Hazelden Foundation 1988).

stresem uchroniła mnie w dawnych czasach od samobójstwa.

W miarę jak przybywało mi rozumienia dynamiki wykorzystania i jego skutków, odkrywałem, że ucierpiała od niego każda dziedzina mojego życia - że praktycznie nic nie ocalało. Kazirodstwo wisiało nade mną jak wielka ruchoma konstrukcja; ruszenie jednej jej części nieuchronnie wprawiało w ruch pozostałe.

Podobnie jak w przypadku ciała, prawda wyzwoliła także moją duszę. Nie jest tak, że znam teraz wszystkie odpowiedzi ani że kiedykolwiek będę znał, ale nie trzymają mnie już kajdany. Wiem, że jestem dobrym człowiekiem i zasługuję na miłość; że jest w porządku także, jeśli nie mam racji; że nawet gdy zaliczam jakąś wpadkę, dalej jestem dobrym człowiekiem; i że nie muszę zrobić wszystkiego od razu. Rośnie moja cierpliwość do samego siebie i nie mam już rozterek na punkcie własnej wartości. A przede wszystkim dociera do mnie gdy to piszę, że nie boję się samego siebie. Mam pewność, że nie jestem lunatykiem. Nie jestem potworem. Nie jestem pokręconym zboczeńcem. Jestem ofiarą, która doznaje ocalenia.

Także praca nad odgruzowaniem mentalnym i emocjonalnym pozwala mi przeorganizować i przebudować moje życie, wartości i postawy. Stałem się zdolny „zwrócić” ojcu schedę wykorzystania jaką mnie obarczył - oddać mu z powrotem wstyd i poczucie winy, kontrolujące dotąd moje życie. Największą z wolności okazała się zdolność bycia czującym i podatnym na zranienie. Tylko gdy ryzykuję, mogę wzrastać, mieć więzi i wychodzić do ludzi.

I wreszcie duchowy wymiar zdrowienia. Mój duch też doznał wielkich spustoszeń wskutek wykorzystania. Jako chrześcijanin, wyznania katolickiego, wierzę w Boga, który jest w trzech postaciach: Ojca, Syna i Ducha Świętego. Zanim nie zabrałem się za kazirodstwo, nie mogłem nawiązać relacji z Bogiem-Ojcem, gnębiąc się, że nigdy mi się to nie uda. Mój Bóg nie przypominał takiego ojca jakiego chciałbym mieć. Nie mógł być kochający, wybaczący i dobry. Stanowił przedłużenie mojego oprawcy z dzieciństwa. Nie umiałem zaufać. Żyłem w strachu przed Nim, gdyż dla Niego musiałem być doskonały. Nie ośmielałem się zbliżyć do Tego, który nigdy nie kochał mnie naprawdę.

Po przypomnieniu sobie kazirodstwa byłem wściekły na Boga, który - będąc wszechmogącym - dopuścił do tego. Jak mógł pozwolić jeśli naprawdę mnie kochał? Do tej pory borykam się z tym pytaniem. Wiem, że to nie Bóg dopuścił, ani tym bardziej nie On uczynił. Mamy wolną wolę i Bóg pozwala nam wykorzystywać, kraść, zabijać - robić mnóstwo okropnych rzeczy, ale robimy je sobie sami. Jeśli nie staram się przebaczyć Bogu, ziemskiemu ojcu, matce i wszystkim, którzy przyczynili się do mojego wykorzystania i innych cierpień - jeśli pozwalam, by trawiła mnie wściekłość i zatrzymuję ją w sobie - to nadal jestem kontrolowany przez zło i skutki kazirodstwa będą kierować moim życiem. Jest delikatna różnica między nienawiścią do grzechu a nienawiścią do grzesznika, któremu Bóg przebacza i dalej Go kocha. Jestem wzywany do naśladowania Go. Przebaczam więc ojcu, ale nienawidzę tego, co mi robił. Zwracam mu odpowiedzialność za jego czyny i powoli uwalniam się od złości do niego (cierpliwość po raz kolejny jest kluczem), gdyż bez przebaczenia proces zdrowienia jest niekompletny. To następuje stopniowo, małymi, nieraz nawet niedostrzegalnymi kroczkami, ale stale do przodu.

Innym wymiarem duchowości jest moja zdolność do kochania innych. W miarę jak uczę się kochać i przebaczać - sobie i Bogu - staję się zdolny kochać innych, traktując ich tą samą miarą. Dopóki nie potrafiłem kochać siebie, nie potrafiłem przyjąć miłości od ludzi i Boga.

Podsumowując zmiany w wymiarze duchowym, uczę się kochać i przebaczać. Trwam w wewnętrznym pokoju z Bogiem, z samym sobą, z moim ojcem i z ludźmi. Świat staje się la mnie pięknym miejscem. Staram się nigdy nie osądzać innych. Każdy z nas ma swoją własną historię i dobrze wiem, jak bardzo jesteśmy delikatni.

To chyba wszystko, co chciałem wam przekazać, drodzy czytelnicy. Nie jestem zawodowym pisarzem; chodzi mi o stworzenie okna, przez które możecie zajrzeć do mojego życia - zobaczyć, co się w nim stało i co się zmieniło po odkryciu wykorzystania i przejściu terapii. Kończę stwierdzeniem, że chociaż istnieje cudowny świat, który czeka na wszystkich tkwiących w okowach nadużyć, i chociaż świat ten jest tuż obok, droga do niego jest długa. Nie ma magicznych sposobów ani siedmiomilowych butów. Praca nad sobą, o której mówię, choć sprawia wrażenie katorgi, ocali

wam życie. Różnica między omijaniem jej, a podjęciem jej, to różnica między niewolnictwem a wolnością. Pracuję dla samego siebie i znajduję wspaniałe korzyści. Staram się pamiętać, że jeśli coś nie jest przyjemne, nie znaczy, że nie jest dobre. Przemiana wewnętrzna przychodzi z trudem, wielkim trudem, i jest ciągła pokusa, by zająć się zmianami zewnętrznymi, na dzisiaj, ale mimo to sięgajcie wgłąb. Kocham was. Modlę się za was i wyciągam rękę, by pomagać wam wyjść z piekła stworzonego przez ludzi i iść ku pokojowi i radościom, do jakich Bóg nas przeznacza. Jestem tak blisko, jak najbliższa grupa Anonimowych Żarłoków, Ofiar Kazirodu, czy jakakolwiek inna, gdzie zdrowiejący mężczyźni i kobiety czekają na nowo przybyłych. Bóg z wami.

Pytania pomocne w identyfikowaniu własnych myśli, doznań i emocji:

- ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) podobna jest do świadectwa Allen'a?
- ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) różni się od świadectwa Allen'a?
- ⇒ Jakie uczucia przepływały przez ciebie przy czytaniu tej opowieści?
- ⇒ Jaki jej fragment poruszył cię najgłębiej?
- ⇒ Czego dowiedziałeś się o sobie i własnym życiu dzięki tej lekturze?

13

Historia Daniela

Siostra mi opowiadała, że gdy się urodziłem, to było tak, jakby narodził się Zbawiciel. Choć byłem drugim dzieckiem, byłem pierwszym chłopcem. Nie mogłem mieć wad. Siostra myśli, że ja to miałem dobrze. Sądzę, że „dobrze” lub „źle” to bardzo subiektywne doświadczenia; według mnie w mojej rodzinie nie działało się jednak zbyt dobrze. Siostra widziała we mnie wyczekiwanego przez matkę płowowłosego „Jezusa,” który zrzucił ją z jej raczej nie kwestionowanego dotąd pierwszego miejsca. Dopóki zjawiłem, mogła przez pierwsze pięć lat życia mieć te szczątkowe w naszej rodzinie ilości troski tylko dla siebie.

Nie pamiętam, aby było mi dobrze. Nie pamiętam też jednak, aby było mi źle. Nie przypominam sobie, bym wiele dostawał od matki, co było jakby naturalne, bo przecież „Jezus” głównie dawał, zamiast otrzymywać. Myślę, że matka szukała kogoś, kto by ją wsparł i dowartościował. Jako dziecko, nie miałem w tym zakresie wiele do dania.

Ojca wiecznie nie było. Jako handlowiec stale był w drodze. Wiem, że wracając przywoził mi prezenty i zawsze z podnieceniem go wyczekiwałem. Ale jak przyjeżdżał, zaraz były awantury z matką. Właściwie to nie wiem o co. Mieli oddzielne sypialnie. Ja z bratem spaliśmy w tym samym

pokoju co ojciec, gdy przyjeżdżał. Wychodziło na to, że on spał u nas. Wtedy nad tym nie myślałem. Siostry spały z pokoju z matką, a babcia miała oddzielną sypialnię. Dom był jej własnością.

Robiłem to, co większość dzieci. Uczyłem się zarabiać roznosząc ulotki reklamowe, byłem w zuchach, potem w harcerstwie. Grałem na trąbce i werblu, potem w sekcji dętej, potem na kornecie w szklonym big-bandzie. Czasami ojciec zabierał mnie z sobą, gdy grał koncert w miejskiej orkiestrze. Brałem wtedy kornet i udawałem, że umiem grać dorosłą muzykę z dorosłymi. Stale też służyłem do mszy. Pamiętam to wstawanie o piątej trzydzieści, aby asystować księdzu w porannych nabożeństwach. Miałem dobre stopnie w szkole, przynajmniej w niższych klasach; może kilka dwójek czy trójek z zachowania i wychowania obywatelskiego, ale większość nauczycielek lubiła mnie, nawet jeśli nie byłem dla nich uosobieniem Jezusa.

Czasami ojciec dawał mi część tabletki, gdy nie mogłem zasnąć. Wiedziałem, że pastylka jest niezawodna, bo zawsze wkrótce po pokłnięciu zasypiałem, jak znokautowany. Ojciec miał cały flakon tych pastylek i chyba nigdy się z nim nie rozstawał. Zresztą umarł od ich zażywania.

Moje pierwsze doświadczenia seksualne miały miejsce na letnim obozie harcerskim dla zuchów, kiedy mój współmieszkaniec z namiotu nauczył mnie masturbacji. Nie miałem jeszcze wytrysku, on też nie, ale ekscytujące było samo robienie czegoś potajemnie razem. Opowiedział mi też, skąd się biorą dzieci. Nie uwierzyłem mu, więc po powrocie spytałem matkę, a ona krótko potwierdziła. To była moja pierwsza i ostatnia rozmowa z nią na te tematy.

Po obozie harcerskim moja ciekawość seksualna zaczęła narastać w szybkim tempie. Dalej się onanizowałem, aż doszedłem do wieku, gdy pojawiła się pierwsza, skromna ejakulacja. Przedtem przez długi czas masturbując się wspólnie z kolegami udawałem, że mam orgazm. Brałem chusteczkę, jakbym miał się z czego wycierać. Między różnymi rzeczami jakimi handlował, ojciec sprzedawał też kalendarze i trzymał ich próbki w garażu. Na zdjęciach były nagie kobiety, więc garaż stał się miejscem moich zbiorowych schadzek onanistycznych z kolegami. Z jednym z kolegów zaczęliśmy eksperymentować odważnie, masturbując się wzajemnie a potem dając sobie seks oralny. Kiedyś, w czasie aktu oralnego, złapał nas ojciec. Zrobił mi potem wykład na temat tego, jak poczynają się dzieci, ale ani słowem nie nawiązał do incydentu, jakiego był świadkiem. Miał wiele powiedzonek, na przykład: "Najtrudniej jest wymówić „nie,” choć ma najprostsze litery" oraz „Po długości pręta pompki nie poznasz głębokości jej otworu." Domyślałem się, że zdania te mają jakąś ukrytą treść, ale nie objawiała mi się ona, jako niezbyt związana z konkretnym incydentem, do jakiego ojciec usiłował ją odnieść.

W rodzinie, ojciec był jedynym dostarczycielem ciepła emocjonalnego. I tak nie było go za wiele, aż pewnego dnia przestał w ogóle być. Odszedł jak miałem jedenaście lat. Do tej pory nie wiem z jakiego powodu. Matka miała wiele wyjaśnień, ale żadne mnie nie przekonało. Dla mnie był kimś innym niż dla niej, ale nie sądzę aby o tym wiedziała. Po tym jak odszedł, matka ze swoimi potrzebami zwróciła się do mnie, abym wypełnił jej pustkę po nim. Staralem się jak mogłem. Chodziłem z nią do barów, gdzie piła, jakbyśmy byli na randce. Stawiała mi piwo (wtedy w naszym stanie było to dozwolone) rozmawiała ze mną figlarnie, brała do tańca na środku, przytulając się jak kobieta do mężczyzny w tańcu... Wyobrażałem sobie, że jestem kimś bardzo specjalnym w jej życiu. Najwyraźniej mnie potrzebowała i pragnęła.¹³ Przychodziły mi nawet myśli, że może powinienem mieć z nią seks. Której nocy wsunąłem się jej do łóżka i zacząłem dotykać jej genitaliów. Obudziła się wystraszona, ale nie odesłała mnie z powrotem. Nie wiem, na ile była świadoma, co robiłem, ale nie próbowałem więcej.¹⁴ Wkrótce znalazła sobie kochanka, więc poszedłem „w odstawkę.” Czułem się tak, jakby rzuciła mnie dziewczyna; bolało okropnie. Nie zauważyłem jednak, by ją to obeszło; miała teraz lepsze ode mnie zastępstwo, bo z tym facetem mogła kochać się bez oporów.

¹³ Ten typ mniej jawnego wykorzystania bywa często niedostrzegany przez terapeutów, jak i przez poszkodowanych. Następuje tu odwrócenie ról: To nie chłopiec potrzebuje kobiety, to kobieta potrzebuje jego. Daniel jest tu używany przez matkę do obsługi jej dorosłej potrzeby posiadania partnera-mężczyzny, a więc postawiony w roli, której żadne dziecko nie może sprostać. Jest chłopcem i synem, a mimo to matka traktuje go jako obiekt jej zainteresowań i umieszcza w kontekście randek. Nic dziwnego, że Daniel zaczyna myśleć o niej w kategoriach romantycznych i seksualnych.

¹⁴ Jestem pewien, że była świadoma, tylko tego nie mówiła.

Ojciec pokazał się wreszcie znowu i zacząłem go odwiedzać, choć matka była temu przeciwna. Nieraz jechałem do niego auto-stopem wiele setek kilometrów. Bo tata jest kimś bardzo ważnym dla dojrzewającego chłopaka, czego matka zdawała się tego nie rozumieć. Do dziś czuję złość do niej za jej niewrażliwość, brak wyobraźni i zupełne zaabsorbowanie sobą i własnymi przyjemnościami.

Ojciec znalazł sobie kochankę, Mary - dziewczynę dwudziestopięcioletnią, więc był od niej dwa razy starszy. Mary nieraz przychodziła do mnie w nocy do pokoju, kładła się obok i całowała mnie w usta i w ucho, wtykając język. Było to dla mnie krępujące i bałem się jej. Ale było też bardzo podniecające i przyjemne. Czułem, że nie mogę nikomu tego zdradzić, choć ona mi tego nie powiedziała.¹⁵

Nim skończyłem szesnaście lat, miałem już poważne konflikty z prawem i jeden rok spędziłem w szkole resocjalizacyjnej. Dzisiaj wiem, że to moje przekraczanie granic brało się z nie wyrażonej złości. To był mój sposób na wyrównanie rachunków za doznane zranienia i zaniedbania. Pamiętam, że kilka dorosłych osób próbowało mi wtedy rzeczywiście pomóc. Ufałem im jednak tylko do pewnego momentu, by nagle odciąć się od nich, wywijając im jakiś odstręczający numer. Izolowałem się od większości ludzi i to dawało mi poczucie bezpieczeństwa. Bliskość z dziewczynami przerażała mnie. Bardzo chciałem mieć jakąś dziewczynę, ale byłem totalnym ignorantem jeśli chodzi o to, jak nawiązać i prowadzić rozmowę, jak w ogóle zaproponować spotkanie. Kilka razy kumpel zabierał mnie na swoje randki, gdy jego dziewczyna umawiała dla mnie którąś z jej koleżanek, ale to było dla mnie czymś okropnym. Czułem się strasznie wystawiony na zranienie i zachowywałem się jak niemy statysta. W środku jednak szalenie tęskniłem za dziewczyną i jej ciepłem - a może za mamą?

W końcu ojciec ożenił się z Mary i wyjechał. Powiedziałem matce, że chcę się przeprowadzić do niego i że mnie nie zatrzyma. Kiedy wprowadziłem się do nich, Mary znów zaczęła do mnie przychodzić w nocy. Wtykała mi język do uszu, i ocierała się całym ciałem. Byłem zmieszany. Czego właściwie chciała? Wyglądało to na seks, ale przecież była żoną mojego ojca, moją macochą. Robiliśmy ze sobą bardzo wiele pieszczot i ewidentnie ciągnęła mnie w stronę pełnego współżycia, ale wciąż nie byłem pewien czego ode mnie naprawdę chce.¹⁶ W końcu zaciągnęła mnie do łóżka i odbyła ze mną stosunek. Miałem wtedy prawie szesnaście lat i była to moja tzw. inicjacja - pierwszy pełny seks z kobietą.¹⁷ Byłem w ekstazie, a zarazem czułem się potwornie winny, wystraszony i pełen wstydu. Zakochałem się w niej do upadłego. Wkrótce chciałem tylko ciągle mieć z nią seks.¹⁸ Przychodziłem ze szkoły i nieraz kochaliśmy się, gdy ojca jeszcze nie było. Chciałem ożenić się z nią i fantazjowałem o tym. Czyż nie to robią chłopcy z mamusiami?

Myślę, że ojciec wiedział, co się święci.¹⁹ Mary powiedziała mi, że wypytywał ją o to, czy mieliśmy seks. Porównywała mnie z nim pod względem seksualnym i w jej słowach wychodziłem zwycięsko.²⁰ Mógłbym napisać poradnik: „Jak pokonać ojca w łóżku?” To były pozory. Mary nie dbała o moje dobro, tylko o to, jak i gdzie użyć mnie do jej własnego zaspokojenia. Myślę, że tak samo nie dbała o ojca. Dziś czuję do niej nienawiść.²¹ Popelniła samobójstwo za pomocą alkoholu -

¹⁵ Wiele osób nie będzie chciało zobaczyć w tym wykorzystania. Będą używać podniecenia Daniela jako argumentu, że nie ma w tym nadużycia, przeocząc jego jednoczesny strach i zamęt. Niektóre będą nawet uważać, że to dobra i miła zabawa. Jednakże większość tych samych osób w obliczu identycznej sceny między dziewczynką a dwukrotnie starszym, dwudziestopięcioletnim mężczyzną, partnerem jej matki, nie będzie miała wątpliwości, że doszło do seksualnego molestowania.

¹⁶ Bardziej prawdopodobne jest, że Daniel nie wie tu czego od niej chce, lecz wie czego ona chce od niego i przyjmuje jako swoją tę narzuconą mu rolę.

¹⁷ Tu również, w razie trudności z odczytaniem nadużycia, sugeruję odwrócenie sytuacji i wyobrażenie sobie szesnastolatki, która traci dziewictwo z dwa razy starszym ojczymem. Wtedy wykorzystanie staje się jasne.

¹⁸ Ofiary często zdają się aktywnie dążyć do seksu. Takie ich zachowanie uważane jest przez wiele osób za dowód, że dziecko nie doznało uszczerbku w kontakcie seksualnym z osobą dorosłą. Pokazuje to, jak małe jest jeszcze zrozumienie relacji ofiara-oprawca i dynamiki molestowania, gdzie dziecko wyczuwa pragnienia dorosłego i bojąc się go stracić lub narazić się na jeszcze większe cierpienie, wychodzi im naprzeciw.

¹⁹ Ojciec Daniela popełnia wielkie zaniedbanie, nie chroniąc go i nie interweniując.

²⁰ Bez względu na to, kogo uznalaby za „zwycięzcę” Mary wykorzystuje seksualnie Daniela także poprzez stawianie go w pozycji rywala własnego ojca.

²¹ Widzimy, że Daniel, wbrew stereotypom, nie patrzy na kobietę jako na „nauczycielkę seksu,” która miałaby „zmienić go z

zapła się na śmierć.

Dwie najważniejsze i jedyne kobiety w moim życiu, a każda dała mi taki syf, myśląc tylko o sobie. Nie dziwię się, że jako młodzieniec miałem potem potworne trudności w związkach. Pierwsza kobieta z jaką chodziłem z własnej woli, była powieleniem macochy. O wiele starsza ode mnie i chciała tylko seksu. Robiłem za „ogiera,” aż zmęczyła się mną i poszedłem „w odstawkę,” bo znalazła innego.

Wtedy spotkałem Dianę. Zamierzaliśmy się pobrać. Nie wiem czemu się jej oświadczyłem. Chyba z przekonania, że tak wypada. Większość naszej relacji opierała się na seksie. W łóżku była gotowa na wszystko i niczego mi nie odmawiała. Gdy teraz to wspominam, myślę że musiałem ją poranić tym co robiliśmy ze sobą, ale Diana nic mi nie mówiła, a ja, nie zagadnięty, nie pytałem. W końcu to ja znużyłem się nią, ale zbyt bałem się oznajmić, że chcę zerwać. Zamiast tego kupiłem pierścionek zaręczynowy i nawet zapowiedziałem jej matce, że się pobieramy. W końcu przestałem się z nią spotykać, ale nigdy nie upomniałem się o zwrot pierścionka. Sprzedałem też mój pierwszy samochód, który dobrałem według jej gustu. Nienawidzę pomarańczowych aut.

Następnie spotkałem Lisę, boginkę. Wierzyłem, że jest najpiękniejszą kobietą na świecie. Byłem na wstępnym roku. Chodził z nią jeden z moich uczelnianych kolegów. Zaczęła ze mną flirtować na jakiejś imprezie. Jak później odkryłem, flirtowała z każdym, ale ja od razu poczułem się „połknięty” - gotów oddać wszystko, by mieć jej względy. Oddałem jej moją otrzęsinową szpilkę, wierząc, że jesteśmy parą. Wtedy odkryłem zdjęcia chłopaków, z którymi równolegle się spotykała. Zabrałem jej moją szpilkę, ale dość szybko znów jej ją wręczyłem. Lisa dalej kręciła ze wszystkimi naokoło, jawnie, a ja nie byłem w stanie jej zostawić. Ten związek też opierał się na seksie. Dopóki mogłem się z nią uprawiać seks, miałem jakąś „gwarancję” że jest moja.

Wiele razy prosiłem ją o rękę, aż w końcu przyjęła moje oświadczenia. Przeważało - myślę - to, że zaprzedałem się jej matce, której przekazałem w posagu mój samochód i dokładałem do jej utrzymania, gdyż bez Lizy nie mogła liczyć na poprzednie dochody. Lisa natomiast płaciła za nią czynsz.

Tak więc wziąłem ślub i wyjechaliśmy na wielki uniwersytet, który miał ze mnie zrobić lekarza. Zawsze czułem, że „lekarz” brzmi dobrze w odpowiedzi na pytanie, kim chcę zostać. Ten „sen o potędzie” trwał półtora miesiąca; potem nastąpiło załamanie. Lisa wpadła w depresję, całymi dniami leżąc w domu i nawet się nie ubierając. Rzuciłem szkołę. Ona urodziła dziecko, mnie powołała armia. Gdy byłem w Wietnamie, związała się z jednym z poprzednich chłopaków i rozwiodła się ze mną. Przekazałem jej moje prawa rodzicielskie. Dziś wiem, że bardzo mało byłem w stanie jej dać - szukałem przecież zastępczej matki, która zaopiekowałaby się mną emocjonalnie. Jednak wiem, że nie zniósłbym przy sobie żadnej kobiety, która dawałaby mi prawdziwą miłość i odpowiadała na prawdziwe potrzeby. Coś takiego nie mogło być dla mnie. Wszystkie moje doświadczenia wiązały się z kobietami, które myślały o sobie, szukając zaopiekowania i przyjemności u mnie.²²

W Wietnamie odkryłem narkotyki. Do tej pory znany mi był tylko alkohol. No i nikotyna. Kilka razy o mało nie zabiłem się prowadząc naćpany. Albo miałem niesamowite szczęście, albo jakaś święta opieka nade mną wychodziła ze skóry. W Wietnamie poznałem opium, marihuanę, haszysz, LSD, amfetaminę, THC i heroinę. Brałem wszystko, cokolwiek mi kto zaoferował. Nie miałem umiejętności mówienia „nie” ani też respektowania własnej podatności. Wierzyłem, że jestem niezniszczalny. Miałem dużo szczęścia, że wylazłem z tego żyw. Nie dbałem o siebie ani za grosz. Podejmowałem się samobójczych misji, znieczulając w ten sposób wspomnienia i ból przeszłości. Wojna dawała mi okazję do przenoszenia złości, jaką nosiłem z powodu obsadzenia mnie przez matkę w roli jej męża i z powodu porzucenia mnie dla dupka, który traktował ją (i do tej pory traktuje) jak szmatę. Także złości do ojca o to, że wystawił mnie jej i porzucił, a później nie

chłopca w mężczyznę,” ani nie uważa się za szczęściarza, że mógł „zaliczyć” kogoś w tak młodym wieku. Czuje natomiast złość o to, że był używany przez nią jako dostarciciel jej gratyfikacji seksualnych.

²² Wiele ofiar wykorzystania łąduje potem w destrukcyjnych związkach, opartych na braku szacunku, wykorzystywaniu i uzależnieniu od seksu lub tzw. miłości. Związek Daniela jest echem relacji jaką miała z nim jego matka i jego macocha - relacji opartej na seksie, w której nie jest on jedynym kochankiem partnerki (wzorzec trójkątów) i doświadcza poczucia bezsilności.

interweniował i nie przerwał kazirodczego związku macochy ze mną. W końcu, złości do macochy o to, że używała mnie jak seksualnego przyrządu do robienia sobie „dobrze” i że nie dostrzegała moich uczuć i potrzeb.

Po zwolnieniu ze służby od razu znalazłem inną kobietę, do której mogłem przyłgnąć i wypełnić nią swoją pustkę, ból i osamotnienie. Była inna niż moje poprzednie partnerki. Od razu zamieszkaliśmy razem i zaczął się bardzo chaotyczny związek. Wzięliśmy ślub. Dalej odpędzałem od siebie uczucia narkotykami. Kiedyś zmieszałem alkohol z barbituranami i obudziłem się, gdy służba paramedyczna i policja wiozła mnie karetką do szpitala.

W końcu dotarło do mnie, że potrzebuję jakiejś pomocy i zacząłem szukać terapeuty. To był dobry specjalista i chodziliśmy do niego razem z żoną. Pamiętam, że opowiadałem mu o kazirodztwie między mną a macochą. Wziął to bardzo poważnie, choć sam nigdy do tego nie nawiązywał. Jednak ponieważ żona obwiniała o ten związek mnie, odłożyłem ten „temat.” Nie mówiłem o moim wykorzystaniu przez osiem lat, aż do czasu, gdy się rozwodziliśmy.²³ Nasze małżeństwo oparte było na zaprzeczaniu, zarówno moim, jak i jej. Ona również była ofiarą kazirodztwa, co nigdy wcześniej nie zostało właściwie wyświetlone. Wzmacnialiśmy nasze zaprzeczanie obustronnie, przez konflikty. Wiedzieliśmy jak ze sobą walczyć, choć to niczego nie rozwiązywało. Myślę jednak, że ciągle konflikty izolowały nas od wewnętrznego cierpienia. Łatwiej było nam ranić się na nowo niż badać i otwierać dawne zranienia.

Gdy żona odeszła, dopadł mnie lęk i niepewność, czy dam radę zatroszczyć się o siebie. Jednak przynajmniej znalazłem w końcu pomoc w zakresie kazirodztwa. Trafiłem na warsztat terapeutyczny dla osób molestowanych seksualnie w dzieciństwie, gdzie pokazano na filmie kobiety mówiące o swych kazirodczych doświadczeniach. Oglądając i słuchając, miałem żołądek zaciśnięty w gordyjski węzeł i czułem się fizycznie chory. Poprosiłem którąś z prowadzących osób, czy mógłbym spotkać się z główną z bohaterek tego filmu. Pierwszy raz widziała mężczyznę, który był wykorzystany, ale użyła wszystkiego, co wiedziała z perspektywy kobiet. Okazało się to bardzo pomocne.

Zacząłem przechodzić proces żałoby, oplakując masę strat z dzieciństwa. Czułem wściekłość o to, ale nie umiałem zaadresować jej do macochy. Nie akceptowałem jeszcze faktu, że jestem ofiarą. Ja, weteran wojenny, jakże miałem nią być? Owa terapeutka z filmu wychwyciła to, wskazując, że skoro przychodzę po pomoc, to jednak muszę czuć się ofiarą. Wiedziałem, że spotkało mnie coś wstrętnego i upokarzającego, ale sądziłem, że sam jestem sobie winien. Przecież było mi dobrze w łóżku i dopominałem się tego. Poza tym nadal wierzyłem, że jestem jedynym facetem z takimi przejściami. Dopiero gdy spotkałem na mojej drodze innych wykorzystanych mężczyzn, zaczęło do mnie docierać, że sam nie zrobiłem niczego, aby zapraszać macochę do łóżka czy zachęcać ją do seksu.²⁴ Wcześniej nie umiałem dostrzec, że używała mnie do zaspokajania swej lubieżności jak maszynkę generującą rozkosz. Nie kierowała się moim dobrem, choć udawała, że o to jej chodzi. Nawet teraz gdy to piszę mam mieszane uczucia wobec niej, gdyż działała tak, jakbym był dla niej rzeczywiście ważny. Nawet wspominała o wyjściu za mnie za mąż, choć mówiła, że nie wyobraża sobie porzucenia męża dla jego syna. Myślałem, że ją naprawdę kocham. Mówiła mi, że jestem lepszym kochankiem, a mój członek jest większy i lepiej jej „leży.” Byłem dla niej kimś specjalnym lub przynajmniej czułem się w ten sposób. W miarę terapii ten obłęd wykorzystania stawał się dla mnie coraz bardziej czytelny. Do dziś czuję wściekłość o to, co mi robiła. I co ze mnie zrobiła. Mam złość z powodu samego seksu, ale jeszcze większą z powodu nie brania pod uwagę ani mnie, ani tego, co to dla mnie oznaczało.²⁵ Bardziej od fizycznych zachowań

²³ Pierwsze ujawnienie Daniela spotyka się z dwoma typowymi reakcjami otoczenia. Terapeuta bierze wiadomość „poważnie,” (jak przystoi profesjonalście), jednak nie widzi potrzeby nawiązywania do tego tematu lub boi się go drażnić. Żona zaś obwinia męża za „te” seksualne kontakty. Być może Daniel brał rozwód z niewłaściwą kobietą, tzn. może powinien wziąć „rozwód” ze swoją matką/macochą...

²⁴ Nawet jeśli chłopiec robił coś w kierunku inicjowania kontaktu seksualnego, odpowiedzialność za powstrzymanie go i postawienie granicy zawsze i w całości leży po stronie osoby dorosłej. Dzieci i nastolatki zachęcają dorosłych do robienia wielu nieodpowiednich rzeczy, jak choćby wydawania na nie pieniędzy w nieodpowiedzialny sposób, akceptowania ich palenia lub picia alkoholu, pisania usprawiedliwień za nieobecności z powodu nie przygotowania się do lekcji w szkole, ale nikt w takich wypadkach nie wątpi, że odpowiedzialność za właściwe postępowanie i granice spoczywa na rodzicu lub innym opiekunie.

²⁵ To stwierdzenie Daniela oddaje kwintesencję wykorzystania seksualnego. Rani nie tyle fizyczny kontakt seksualny, ile jego

seksualnych, skrzywdziła mnie jej kierowana na mnie „wyjątkowa” uwaga, jaką sprawiała, że czułem się kimś wybranym i specjalnym, gdy tymczasem byłem oszukiwany, manipulowany i zdradzany duchowo. Był jeszcze inny wydźwięk, z którego dopiero później zdałem sobie sprawę. Jestem wściekły, że nie respektowała moich uczuć i nie dostrzegała wpływu, jaki na mnie wywierało jej molestowanie.

Być może przechodziłem tak trudny czas w zdrowieniu dlatego, że po mężczyznach nikt nie spodziewa się, że mają równie silną potrzebę opieki, ciepła i uczuć. Miałem też bardzo duże trudności z uwierzeniem, że moje uczucia są czymś normalnym. Nienormalne było pozbawienie mnie ich i ignorowanie moich potrzeb gdy byłem dzieckiem. Nienormalne było zaspokajanie przez matkę jej erotyczno-romantycznych potrzeb za pomocą syna, z którego uczyniła sobie surogat męża i mężczyzny. Nienormalne było używanie mnie przez macochę jak seksualnego obiektu. Wciąż muszę sobie powtarzać, że moje uczucia i pragnienia są zdrowe - że moja potrzeba miłości, afektacji i akceptacji jest rzeczą normalną i mogę zaspokajać ją w zdrowy sposób.²⁶

Dziś dużo częściej udaje mi się właściwie odpowiadać na te potrzeby. Znalazłem podobnych do mnie przyjaciół, którym zależy na mnie i z którymi wspieramy się wzajemnie. Troszczę się coraz lepiej o swoje potrzeby emocjonalne i fizyczne. Czuję, że odzyskuję moje duchowe ja - że zależy mi na moich „braciach w zdrowieniu” i na tym, by świat wokół stawał się lepszy. Mam żonę, która mnie kocha jest teraz dostępna emocjonalnie, Wkrótce przyjdzie na świat nasz syn, któremu mam nadzieję zapewnić bezpieczne, prawdziwe dzieciństwo, troskę i ojcowską opiekę.

Ale też mam masę problemów i wciąż muszę nad nimi pracować. Mam swoją kompulsywną, nałogową stronę osobowości, która choć jest obecnie dużo mniej żarłoczna niż kiedyś, ale nadal bywa nieraz poza kontrolą. Muszę stawiać sobie granice i starać się je przestrzegać przez jeden, dzisiejszy dzień. Nie opuszczają mnie jeszcze problemy z intymnością i bliskością. Wciąż nie pozwalam ludziom zbliżyć się do mnie tak bardzo i tak często, jak bym tego chciał. Wciąż bywam przygwożdżony do mojej rodziny, wierząc, że dostanę od nich to, czego nigdy nie dostałem, choć wiem, że to już nigdy nie nastąpi.

Podsumowując, gdy patrzę wstecz na moje wykorzystanie i to, co ono oznaczało w moim życiu, ból jest nadal potężny. Kiedy go czuję, wydaje mi się, że nigdy nie ustąpi. Nie myślę już jednak o sobie jak o złym, zepsutym człowieku z powodu wykorzystania. Potrafię odnieść odpowiedzialność za nie tam, gdzie jej miejsce, jak też wziąć odpowiedzialność za odbudowę mojego życia tu i teraz. Choć nie ja spowodowałem kazirodztwo i choć objęły mnie jego skutki, nie muszą już one mnie rujnować.

Pytania pomocne w identyfikowaniu własnych myśli, doznań i emocji:

- ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) podobna jest do świadectwa Daniela?
- ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) różni się od świadectwa Daniela?
- ⇒ Jakie uczucia przepływały przez ciebie przy czytaniu tej opowieści?
- ⇒ Jaki jej fragment poruszył cię najgłębiej?
- ⇒ Czego dowiedziałeś się o sobie i własnym życiu dzięki tej lekturze?

emocjonalne, intencjonalne i duchowe znaczenie.

²⁶ Rozważając kwestię, jak częste jest molestowanie seksualne dzieci, można się spierać, czy to, co spotkało Daniela i innych mężczyzn przedstawionych w tej książce, jest czymś „normalnym” czy nie. Myślę, że lepsze byłoby tu słowo „zdrowym” zamiast „normalnym.” Z tego, że coś jest w naszym świecie normalne, czyli często spotykane, nie wynika, że jest to automatycznie zdrowe. Tekst brzmiał: „Miałem też bardzo duże trudności z uwierzeniem, że moje uczucia są czymś *zdrowym*. *Niezdrowe* było pozbawienie mnie ich i ignorowanie moich potrzeb, gdy byłem dzieckiem. *Niezdrowe* było zaspokajanie przez matkę jej erotyczno-emocjonalnych potrzeb za pomocą syna, z którego uczyniła sobie surogat męża i mężczyzny. *Niezdrowe* było używanie mnie przez macochę jak seksualnego obiektu. Wciąż muszę sobie powtarzać, że moje uczucia i pragnienia są *zdrowe* - że moja potrzeba miłości, afektacji i akceptacji jest rzeczą *zdrową* i mogę zaspokajać ją w zdrowy sposób.”

15

Historia Jim'a

Gdy dostałem propozycję napisania mojej historii, ucieszyłem się. Powiedziałem: „Jasne, biorę tę szansę! Wierzę, że pomoże to wielu innym ofiarom. Dzięki, że o mnie pomyślałeś. Zaczynam od razu.” Ale jeszcze tego dnia po południu zaczęły dopadać mnie wątpliwości. Co będzie, jeśli znajdą to rodzice? Co sobie pomyślą? Po kilku dniach miałem już na karku wszystkie stare strategie obronne: Dlaczego on właściwie proponował to mnie? Mój życiorys nie jest taki zły; nie umywa się nawet do historii kolegów z grupy. Pomyślą, że chcę zrobić z igły widły.

Po tygodniu rozmyślania dalej nie wiedziałem, dlaczego Mic proponował to mnie. Przecież ja nie mam nic do opowiedzenia. Właściwie to nie jestem nawet pewien, czy cokolwiek z tego naprawdę mnie spotkało. Pewnie wymyślam całą tę historię, aby wzbudzić zainteresowanie i móc się poużalać. A nawet jeśli coś tam było, to i tak nie było źle. Opacznie zinterpretowałem ich czynności jako złe intencje. Oni wcale nie chcieli mnie skrzywdzić.

Podzieliłem się z żoną tymi *myśłami*, tak jakbym stał się nieświadom moich *uczuć*, mojego lęku. Uśmiechnęła się ze zrozumieniem i rzekła: „Usiądź tylko i zacznij. Ja wierzę, że to wszystko prawda. Widziałam, co działo się z tobą w efekcie.” Mimo to dalej czułem zamęt. Miałem problemy z koncentracją i pamięcią. Swoje ciało odczuwałem to innym kształcie, to w innym miejscu.

Było mi to wszystko dobrze znane. Zanim trafiłem na terapię, przez większość życia snułem się jak we mgle. Terapeuta sprostował, że to raczej dysocjacja, a nie „mgła” i że ma ona wiele form. Nie wiedziałem, co miał na myśli mówiąc: „Nie byłeś w swoim ciele.” Nie rozumiałem, co wszystkie moje dziewczyny miały na myśli, żaląc się na brak kontaktu ze mną „na poziomie uczuć.” Ja czułem tylko frustrację: „Oto kolejna kobieta, której nie umiem zadowolić i która chce więcej, niż mogę jej dać.”

Trafiłem na terapię nie dlatego, że chciałem zmierzyć się z moim wykorzystaniem.²⁷ Nie wiedziałem, że to mnie spotkało. Poszedłem, bo sugerowali to moi przełożeni. Bo od miesięcy sugerowała mi to moja dziewczyna (później żona), ale ja byłem zdania, że terapia bardziej potrzebna jest jej niż mnie. To przecież ona była przez kilka lat molestowana przez ojca; jasne więc, że jeśli ktoś tu potrzebował pomocy, to nie ja. (Wtedy zastanawiałem się, czy są na świecie jakieś kobiety nie wykorzystane seksualnie; wszystkie dziewczyny jakie miałem, bez wyjątku mówiły mi, że w dzieciństwie były molestowane.)

Nie pamiętam, co powiedziałem terapeutce, gdy na pierwszej sesji zapytała mnie o przyczynę mojej wizyty. (Nie pamiętam w ogóle mnóstwa rzeczy z mojego życia.) Ale zacząłem chodzić regularnie i nawet go polubiłem. Byłem tylko przekonany, że on nie lubi mnie, a co najwyżej toleruje, bo mu płacę. Siadaliśmy więc i opowiadałem mu mojej rodzinie. Któregoś dnia mi przerwał: „Dla mnie to brzmi jak wykorzystanie seksualne.” Odpowiedziałem krótko, jednym słowem: „Czyżby.” Wyjaśnił mi, na czym polega wykorzystanie seksualne i dlaczego to, co mnie spotkało, mieści się w tej kategorii.

Godzina dobiegła końca i szedłem do samochodu myśląc: „Cholera, już zaczynałem lubić faceta, a on wyjeżdża mi z wściekłym pomysłem, że byłem wykorzystany. Na pewno on sam był molestowany seksualnie i teraz widzi to wszędzie - także tam, gdzie nic nie ma. Biedny gość.” Nie spostrzegłem się nawet, jak przejechałem czterdzieści kilometrów w odwrotnym kierunku.

Ponieważ miałem już umówione następne spotkanie, postanowiłem go nie odwoływać. Znowu mówiliśmy o „tak zwanym” wykorzystaniu seksualnym. Tym razem wyszedłem od niego z potężnym poczuciem winy i wstydu: „Jakim to wyrodnym synem jestem, że opowiadam o matce historii, które ludzie uważają za kazirodztwo. Muszę chyba być zły i zboczony.”

²⁷ Większość moich klientów przychodzi z innymi problemami niż wykorzystanie seksualne. Przyprowadzają ich symptomy - depresja, uzależnienia chemiczne i niechemiczne, kłęski w szkole i w pracy czy trudności z intymnością i bliskością w relacjach.

Przyszedłem jeszcze raz i powiedziałem: „Dużo ostatnio myślałem. Doszedłem do wniosku, że nie wszystkie „zwoje” mam w porządku. Czegoś musi mi tam brakować. To by wyjaśniało, dlaczego czuję się tak kompletnie inny od reszty ludzi i dlaczego wszystkie moje kolejne dziewczyny narzekały, że nie okazuję uczuć. Ja chyba zwyczajnie ich nie mam.” To mi pasowało. Jednak mimo starań nie udawało mi się przekonać terapeuty, że jestem nienormalny lub „psychiatryczny.” Załatwił mnie pytaniem: „Bycie wariatem jest mniej straszne niż bycie wykorzystanym?” Nie myśląc odparłem: „Jasne! Jak jesteś wariatem, to przynajmniej możesz brać leki i w ogóle coś z tym zrobić.”²⁸

Im więcej mówiłem, w tym większe wpędzałem się problemy. Mój terapeuta co kilka sesji wyławiał kolejny przykład na to, jak byłem wykorzystywany. Nie byłem w stanie uwierzyć. Takie rzeczy jak kazirodztwo nie zdarzają się w tak spokojnym miasteczku jak moje. Pochodzę z małej rolniczej osady na Zachodzie, „w krainie Boga” jak zwykliśmy mówić. Poza tym moi rodzice byli szanowali, dobrze sytuowani, wierzący i gorliwie praktykujący; nie byli jakimiś typami, których dzieci są molestowane. Gdybym był wykorzystany, to musiałbym robić jakieś rzeczy prowadzące do tego - coś, co by sprawiało, że zasługiwałem na to, a w moim środowisku nie było nic podejrzanego. Tak przynajmniej wtedy uważałem.

Byłem pierwszym z trójki dzieci. Ojciec był pisarzem i dużo podróżował, by zbierać doświadczenia do nowych książek i wygłaszać odczyty. Rzadko był w domu, o ile pamiętam. A jak był, zamykał się i pisał. Czasem podkreślał, jak dumny jest ze mnie, że tak dobrze opiekuję się mamą i siostrami, gdy on musi wyjeżdżać.²⁹ Gdy byłem starszy przyznał mi się, że w rozjazdach miał kilka romansów, a raczej jednorazówek. Jakoś wcale mnie to nie zdziwiło. Często rozwodził się na temat seksu i opowiadał sprośne dowcipy. Znajomi nazywali go starym świntuchem lub zbereźnikiem, a na urodziny dostawał od nich pocztówki z seksualnymi aktami.

Pamiętam, jak kiedyś odwiedziliśmy sąsiadów po kościele, a ojciec siedział obok pewnej kobiety i czarował ją rozmową. Ja siedziałem naprzeciw, przysłuchując się. Nie pamiętam, o czym mówili, ale pamiętam, co ta kobieta robiła w trakcie. Rozkładała nogi coraz szerzej i szerzej, podciągając spódnicę wyżej i wyżej. Nie miała pod spodem żadnej bielizny. Byłem cały spięty, zerkając nerwowo. Bałem się kary, gdyby mnie złapano na podglądaniu. Może oboje z ojcem zapomnieli, że siedzę naprzeciw. Jak mogła nie wiedzieć, w którym miejscu ma spódnicę i jak szeroko rozłożone nogi? Jak ojciec mógł nie widzieć co się działo? Czułem się bardzo zawstydzony i występny.

Kobieta ta miała synka w moim wieku. Któregoś lata przyjechała z nim, spędzić z moją rodziną weekend w naszym domku letniskowym nad jeziorem. Siedzieliśmy wszyscy po obiedzie, gdy nagle wstała, oznajmiając, że idzie pływać. Gdy wstała od stołu, by przebrać się w kostium wewnątrz domku, jej synek trącił mnie łokciem: „Teraz! Mamy szansę!” Pobiegłem za nim, na tył domku. Jego mama odsunęła firanki przebierała się w otwartym oknie. Tak jak poprzednio, czułem ciekawość i podniecenie, zmieszane z lękiem wstydem i zakłopotaniem. Zastanawiałem się dlaczego jej syn nie wścieka się na mnie za to, że podglądam jego matkę, ale w końcu on przecież robił to samo. Wydaje mi się niemożliwe, by odsłaniając firanki i otwierając okno nie zdawała sobie sprawy, że ktoś może ją widzieć, choć nic nie wskazywało, że wie o naszej obecności. Czułem zamęt i nie mogłem się połapać, o co chodzi.

W ten sposób powstał mój wzorzec znajdowania się w miejscach, gdzie kobiety „przypadkowo” obnażały się przede mną. Wyjeżdżając na weekend, rodzice zostawiali mnie u sąsiadów. Byłem całkiem mały, więc sobotnimi rankami oglądałem kreskówki w telewizji. Choć były bardzo wcześnie, pani Wright wstawiała także. Schodziła na dół w krótkiej koszuli nocnej i siadała przede mną na sofie. Co chwilę wstawiała i pochylała się, by regulować telewizor, choć obraz był dobry i nie wymagał regulacji. Jednak zasłaniała mi sobą i mogłem dokładnie widzieć, że

²⁸ Jim w tym momencie już zidentyfikował kilka symptomów wykorzystania seksualnego: niezdolność do rozpoznawania swoich uczuć, poczucie odmienności od innych ludzi, podejrzewanie się o „nienormalność” i niemożność przypomnienia sobie całych partii życia.

²⁹ Nieobecność ojca Jima grała ważną rolę w powstaniu w nim głodu otrzymywania uwagi od osób dorosłych, zwłaszcza mężczyzn. Na dalszych stronach zobaczycie, do jakiego stopnia był gotów znosić nadużycia, by nie stracić relacji z postacią stojącą wobec niego w pozycji autorytetu.

nie nosi nic pod spodem. To było dla mnie bardzo deprymujące. Czułem podniecenie, wstyd i zakłopotanie. Nienawidziłem siebie za to, że nie mogę upilnować wzroku i wykorzystuję sytuację, gdy ona tak stara się mi dogodzić. Wtedy byłem przekonany, że nie zdawała sobie sprawy, co muszę mieć przed oczami. Nieważne w którym miejscu siedziałem w pokoju, widok zawsze był ten sam. Po godzinie lub więcej takiego „kręcenia” odbiornikiem jej mąż schodził na dół i mówił: „Ubierz się przyzwoicie.”

Także moja matka obnażała się przede mną. Szła do łazienki, rozbierała się i wchodziła do wanny. Po chwili wołała mnie i zadawała jakieś pytanie. Podchodziłem do drzwi żeby jej odpowiedzieć, ale mi przerywała: „Nie słyszę cię, otwórz drzwi.” Odpowiadałem jeszcze głośniejszym głosem, ale ona wciąż nalegała: „Nic nie słyszę, otwórz drzwi i wejdź.” Ja słyszałem ją doskonale; nie wiem, jak to możliwe, że nie słyszała mnie? W końcu otwierałem drzwi, a ona, cała naga przede mną, spoglądała i zaczynała mówić, myjąc się lub wycierając. Czasem trochę osłaniała ręcznikiem swoje krocze lub piersi, ale jeżeli, to dopiero, gdy już tam spojrzałem. Za każdym razem było tak samo. Starłem się uniknąć otworzenia drzwi, ona nalegała i nalegała, a ja czułem się potem potwornie zawstydzony, że ją podglądałem.³⁰

Kiedyś, gdy zaparkowałem i szedłem na terapię, w oknie domu na parterze przebierała się kobieta. Natychmiast doznałem fali wstydu, że pogwałciłem jej prywatność zaglądając w to okno. Kiedy wszedłem na sesję, terapeuta zapytał, co mi jest, dlaczego jestem taki zdysocjowany. Odpowiedziałem, że po drodze odbyłem sesję wojerystyczną - że podglądałem kobietę przebierającą się w oknie i strasznie się teraz wstydę. Dodałem, że ona nie rozbierała się intencjonalnie, że na pewno nie spodziewała się na chodniku nikogo, kto mógłby ją przyłapać. Terapeuta wtrącił, że jego zdaniem było dokładnie na odwrót, że ta kobieta chciała pokazać się nago komuś przygodnemu. Że obarczam siebie i bronię jej, chcąc wierzyć w jej czyste intencje, dokładnie tak samo, jak w dzieciństwie wierzyłem w swoją winę i niewinność matki czy pani Wright. Upierałem się nadal i wyklócałem, że to jednak moja wina, bo ja wybrałem taką drogę. Nie umiałem porzucić myślenia o sobie jako o zboczeńcu i lubieżniku; przecież to ja szedłem tym chodnikiem w biały dzień.

Miałem olbrzymie trudności z dostrzeżeniem w tych kobietach intruzywności seksualnej, a siebie jako ich ofiary. Wszystkie programy telewizyjne, radiowe i artykuły w prasie, z jakimi się zetknąłem, mówiły o kobietach tylko jako o ofiarach nadużyć, a nie ich sprawcach. Napastnikami, według mediów, byli wyłącznie mężczyźni. Po drugie żadna z tych kobiet nie dotykała mnie w sposób seksualny, ani nie skłaniała, abym ja w ten sposób dotykał ją. Gdzież tu więc było molestowanie? Poza tym, kiedy mówiłem ludziom o moich wczesnych przeżyciach, słyszałem komentarze, że powinienem się cieszyć, mogąc mieć „striptiz za darmo.”³¹

Jako dziecko byłem też wykorzystany przez mężczyznę. W początkach gimnazjum lubiłem zostawać po lekcjach i patrzeć na próby przedstawień szkolnego teatru, gdzie grali chłopcy ze starszych klas. Po kilku tygodniach, dyrektor teatru i nauczyciel, pan James, zaczął mnie prosić o drobne przysługi: „Przynieś mi to, podaj mi tamto, potrzyмай jeszcze coś innego.” Obiecał, że jak podrosnę, pozwoli mi brać udział w przedstawieniach. Uwielbiałem uwagę, jaką mnie darzył. Po kilku miesiącach zaczęliśmy wracać z prób razem; pan James mieszkał mniej więcej w tym samym kierunku, a ponieważ o tej porze roku zmierzch już był wczesny, uważał, że ze względów bezpieczeństwa lepiej jest jak idę z nim niż sam. Odprowadzał mnie nawet pod sam dom, chociaż musiał nadkładać drogi. Któregoś razu zaprosiłem go do środka i przedstawiłem mamie. Stwierdziła, że to przemiły człowiek.

Była jeszcze jedna osoba, nauczycielka, która razem z panem Jamesem reżyserowała szkolne przedstawienia. W szkole było głośno od plotek o ich romansie. Chodziły też pogłoski, że zapraszała niektórych chłopców ze starszych klas na imprezy do siebie. Nie wiem czy tak było

³⁰ Wszystkie doświadczenia, jakie tu opisuje Jim, mają charakter nadużyć niejawnych. Molestujące go kobiety ukrywają seksualną naturę swoich zachowań wobec chłopca. W dodatku, poza ostatnim przypadkiem, mają nad nim władzę - poprzez bycie przyjaciółką ojca, opiekunką wybraną i opłacaną przez rodziców, osobą znacznie starszą, czy wreszcie samą matką.

³¹ Tak jak zgwałcone kobiety, gdy o tym opowiadają, słyszą, że powinny być „leżeć spokojnie i czerpać przyjemność,” wykorzystani mężczyźni słyszą, że nie tylko nie zostali nadużyci, ale że w istocie „mieli wielkie szczęście.”

naprawdę, ale pamiętam, że do głównych ról w szkolnym teatrze wybierała swoich ulubieńców - najprzystojniejszych chłopców ze starszych klas. Godzinami ćwiczyła z nimi sceny miłosne. Zawsze osobiście im pokazywała, jak powinni całować. Najpierw sama ich całowała, a potem oni mieli całować swoje partnerki w sztuce. Potem mówiła im, że źle to robią i pokazywała im od nowa. I tak wiele razy. Widziałem, jak całując ich, głęboko pracowała językiem.³² Czułem, że to jest złe. Czułem też, że ja nigdy nie zagram w jej przedstawieniu i że mnie z pewnością nie miałyby ochoty całować.

Koniec końców, dostałem rolę w przedstawieniu pana Jamesa. W jednej ze scen miałem siedzieć na wersalce obejmując innego aktora. Pan James ciągle miał uwagi, że robię to nie tak i ciągle siadał obok i obejmował mnie ramieniem dla demonstracji. Byłem bardzo spięty, gdy mnie dotykał, ale tłumaczyłem sobie, że ja jestem kiepski aktorsko, więc on musi mnie doksztalcać, a nie, że to on robi coś niestosownego.³³

Następnie awansował mnie na asystenta. Siedzieliśmy w teatrze do późna, omawiając szczegóły przedstawień. Któregoś wieczoru zaoferował się, że mnie odwiezie. Po drodze powiedział, że ponieważ idzie dziś na randkę, musi szybko wpaść po jedną rzecz do siebie. Tym sposobem dowiedziałem się, gdzie mieszka. Pomyślałem, że darzy mnie szczególnym zaufaniem, bo przecież każdy wie, jak ludzie dbają o swoją prywatność.³⁴

Kiedy wszedłem na scenę następnego dnia, czułem jak obrastam pychą. Uważałem się za jego faworyta. „Reszta z was jest dla niego szarymi uczniami - myślałem - ja zaś przyjaźnię się z nim.” Kiedy siedzieliśmy w ciemnościach teatru obserwując próbę, pan James zaczął mnie głaskać po ramieniu, mówiąc mi, jak świetnie sobie radzę i że jest ze mnie dumny. Cieszyło mnie jego uznanie i uwaga, ale poczułem dyskomfort, gdy mnie objął. Pocieszałem się, że to nic strasznego, dopóki nikt nie widzi i siedzimy po ciemku.

Któregoś dnia pan James dał mi swój zastrzeżony numer telefonu: „To na wypadek, gdyby nagle wynikło coś pilnego i potrzebowalbyś mnie złapać. Ale nie dawaj nikomu innemu.” Nauczyłem się numeru na pamięć i mogłem zniszczyć karteczkę; nie chciałem go narażać na utratę prywatności, gdybym gdzieś ją zgubił lub zostawił.

Kilka miesięcy później, gdy dał mi do zrobienia projekt scenografii, powiedział abym zadzwonił do niego, gdy będzie gotów. Kiedy zadzwoniłem poprosił, żebym mu przywiózł projekt do mieszkania. Przyjął mnie w przedsionku i zamieniliśmy tylko parę zdań. Powiedział: „Nie mogę cię zaprosić, bo mam towarzystwo.” Był u niego inny uczeń. Poczułem lekką zazdrość, ale wierzyłem, że dalej będziemy przyjaciółmi, także gdy zdam maturę i wyjadę na studia.

Na wiosnę pan James zaczął pożyczać mi płyty. Każdego dnia przynosił nową płytę do szkoły, a ja oddawałem mu poprzednią, przesłuchaną wieczorem. Zbliżały się wakacje i zdałem sobie sprawę, że będę musiał czekać do jesieni, aż zacznę dostawać następne. Ostatniego dnia nieoczekiwanie przyniósł mi wielką pakę z płytami: „To ci powinno wystarczyć do końca lata.” Byłem w szoku. Przyjemna była też myśl, że inne dzieci widziały, jak popularny w szkole nauczyciel powierza swoją prywatną własność właśnie mnie.³⁵

Kiedy rodzice zobaczyli ten stos płyt, zaczęli się dopytywać. Powiedziałem skąd je mam, a oni kazali mi bardzo na nie uważać, gdyż „pan James zrobił mi wyjątkową uprzejmość” i „nie mogę zawieść jego zaufania.”

Przed upływem miesiąca wakacji pan James zadzwonił z pytaniem, czy jest u mnie pewien jego album. Okazało się, że jest istotnie i że on go potrzebuje z powrotem. Powiedział, żebym się nie kłopotał, on podjedzie go odebrać. Nie chcąc go fatygować, zaoferowałem się, że dostarczę mu

³² To kolejny przykład wykorzystania niejawnego. Nauczycielka molestuje tych chłopców pod pozorem aktorskiego treningu.

³³ Czytając, zwróćcie uwagę jak bardzo Jim nie ufa swoim odczuciom. Ile razy się boi lub jest napięty, znajduje racjonalizacje tłumaczące jego własny stan oraz zachowania napastnika.

³⁴ Mimo, że nie ma nic immanentnie złego w takim zachowaniu, staje się ono ukrytym, preseksualnym warunkowaniem ofiary - sposobem, w jaki napastnicy często manipulują i ustawiają sobie dzieci.

³⁵ Jim podlega manipulacji nie tylko poprzez pozwalanie mu na czucie się coraz bardziej i wyjątkowym dla nauczyciela, ale też lepszym niż pozostali uczniowie - wyróżnionym spośród reszty. Prowadzi to Jima do narastającej izolacji od rówieśników i uzależnia go od uwagi i towarzystwa pana Jamesa.

ten album do mieszkania.³⁶ Czekał na mnie w drzwiach. Byłem ciekaw, jak ma urządzony dom. Z przedpokoju zobaczyłem tylko kawałek regału z płytami. Domyślałem się, że musi mieć dobrą wieżę Hi-Fi, gdyż z wnętrza dobiegała muzyka.

Któregoś dnia chcąc oddać mu całą partię płyt, zjawiłem się u niego niezapowiedziany. Gdy otworzył i zobaczył z czym przychodzę, rzekł: „Domyślałem się, że chcesz pożyczyć następne, skoro te mi oddajesz. Poczekaj, przyniosę ci nowe. Stałem w drzwiach gdy on zniknął we wnętrzu; wrócił po paru minutach niosąc nową partię płyt.

Po paru tygodniach znów pojawiłem się u niego z płytami: „Oddaję albumy, które mi pan profesor pożyczył.” „Właśnie pięknie i mam ręce w cieście - tłumaczył - wejdź i połóż je w dużym pokoju?” Poczułem falę ekscytacji, że wreszcie zobaczę, jak mieszka. Wnętrze było takie, jak sobie wyobrażałem: ściany stanowił jeden wielki regał z płytami. Kilka magnetofonów, adapter i wieża z głośnikami w każdym rogu. Podobało mi się i chciałem, aby mój pokój mógł tak wyglądać. Po chwili wszedł wycierając ręce: „Wybiorę ci następną porcję płyt” powiedział układając na półce te, które mu oddałem. Po minucie czy dwóch wykrzyknął: „Ach, czemuż to tylko ja wkładam wysiłek w naszą relację? Weź i sam wybierz jakie chcesz.” Wziąłem kilka sztuk i, przepraszając za zakłócenie, wyszedłem.

Do końca wakacji cykl ten powtórzył się jeszcze parę razy - przyjeżdżałem do niego, oddając poprzednie płyty i biorąc nowe. Za którymś razem, nagle powiedział: „O nie, tego albumu nie mogę ci pożyczyć. Jest zbyt rzadki.” Zdziwiony zauważyłem: „Ale miałem go już, parę miesięcy temu” „Nie miałbyś, gdybym uważniej patrzył - odrzekł jakoś burkliwie i dodał - jeśli chcesz go przesłuchać, to tutaj, teraz.” I tak się stało. Zacząłem spędzać u niego popołudnia przy muzyce. Miał dużo lepszy sprzęt niż ja. Zawsze częstował mnie popcornem i czipsami. Któregoś razu odważyłem się poprosić go o papierosa. Nie odmówił ani nie skomentował. Zaproponował kieliszek wina. Od tego momentu i to stało się naszym rytuałem. Któregoś razu wyróżnił mnie jeszcze bardziej, mówiąc abym zwracał się do niego po imieniu: Roger, zamiast pan James. Nawet w szkole, gdzie panowały surowe zwyczaje i nikt nie mógł być po imieniu z nauczycielami, pozwalał mi mówić do siebie: Roger.³⁷

Kolejne klasy gimnazjum to coraz więcej czasu spędzanego z panem Jamesem. Przestałem utrzymywać kontakty z kolegami - wszyscy wydawali mi się zbyt dziecinni. Rodzice pytali, gdzie spędzam cały mój wolny czas, a słysząc, że z Rogerem, nie uznali za dziwne tego, że dorosły człowiek spędza cały swój wolny czas z jednym ze swoich podopiecznych z gimnazjum. Zadzwonili tylko do niego sprawdzić, czy mu nie przeszkadzam. Zapewnił ich, że zachowuję się bardzo poprawnie.³⁸

Niektóre dzieci w szkole zrywały się ze mnie, że „chodzę” z Rogerem. Mówiono, że jest gejem, więc i ja pewnie też. Bronilem go, że nie może być gejem, bo jest żonaty i widywałem go na randkach z kobietami.³⁹ Tłumaczyłem sobie docinki kolegów ich zazdrością o moją specjalną relację z nim.

Roger oznajmił, że właśnie zapisał się na konkurs fotograficzny i potrzebuje modela.⁴⁰ Powiedziałem, że mogę mu pozować, gdyby chciał. Zrobił mi całą serię portretową. Naprawdę świetną. Coraz bardziej cieszyła mnie uwaga, jaką mi poświęcał. Powiedział, że skoro mu tyle pomogłem, będzie mnie uczył obsługiwać się 35mm kamerą. Następnym razem chcąc mnie jako

³⁶ Mamy tu kolejny etap ukrytego, preseksualnego warunkowania. W terapii Jim przez długi czas uważał swoją gotowość jeżdżenia do domu nauczyciela i biegania na posyłki, za rzekome dopraszanie się o wykorzystanie seksualne. Wiele razy powtarzał: „to przecież moja wina, ba ja tam jeździłem.”

³⁷ Ukryte, preseksualne warunkowanie trwa nadal. Powoli Jim jest manipulowany tak, by spędzał coraz więcej czasu z nauczycielem i myślał o sobie coraz bardziej jak o jego przyjacielu a nie uczniu.

³⁸ Rodzice Jima zdają się nie widzieć niecodziennej, podejrzanej natury relacji nauczyciela z ich synem. Jim czuł wielką wściekłość na nich, że zrobili nic, by go ochronić.

³⁹ Właściwe pytanie nie polega na tym, czy pan James jest homo- czy heteroseksualny, ale czy dopuszcza się nadużyć seksualnych na dzieciach. Molestowanie dzieci nie wynika z orientacji seksualnej, która kieruje się do innych dorosłych, a z dewiacyjnego pociągu seksualnego do dzieci.

⁴⁰ Czytając te fragmenty zwróćcie uwagę, jak narasta i ujawnia się napięcie seksualnych odniesień. Roger nigdy nie odkrywa kart. Nie mówi: „Chcę mieć twoje nagie zdjęcia, aby się potem przy nich masturbować,” ale prosi Jima o coraz więcej i więcej nazywając to pomocą i przysługą.

modela zaznaczył, że w związku z tym, że zdjęcia pojadą na konkurs reguły żądają, aby model był nagi. Trochę się krępowałem, ale jakoś to zniosłem. Później powiedział mi, że te zdjęcia wygrały konkurs i opublikował je pewien magazyn (którego nigdy nie zobaczyłem). Dał mi jednak pewną sumę pieniędzy jako moją część zdobytej nagrody. Następnie oświadczył, że zamiast zdjęć pozowanych, będzie już tylko kręcił filmy, z których wybierze najlepsze klatki, powiększy je i wyśle na konkurs. Byłem naprawdę skrępowany, musząc chodzić nago po jego domu, gdy on mnie filmował i patrzył, ale przecież wcześniej obiecałem mu pomóc. W końcu stwierdził, że najnowsze trendy w fotografii artystycznej pokazują modela z erekcją. Przestraszyłem się i powiedziałem „nie,” dodając, że w ogóle wycofuję się z jego sesji fotograficznych. Usiadł przy mnie i powiedział z troską: „Naprawdę nie musisz robić nic, co byłoby dla ciebie przykre. Czy ja kiedykolwiek zrobiłem ci przykrość? Takie zdjęcia to żadna sprawa; nie martw się, znajdę sobie innego modela. Nie musisz poświęcać się dla mnie.” Poczuliśmy się winni, że po wszystkim, co dla mnie zrobił, podejrzywałem go jeszcze o coś złego.⁴¹

Pięćset kilometrów dalej była wielka metropolia. Roger jeździł tam zaopatrywać się w płyty i oglądać filmy jakie nigdy nie docierały na naszą prowincję. Któregoś dnia mama mnie zagadnęła: „Roger dzwonił i pytał, czy myślimy, że byłoby w porządku, gdyby na twoje urodziny wziął cię ze sobą do miasta. Chciałbyś pojechać?” Ogromnie mnie to podekscytowało, gdyż wcześniej prawie nigdzie nie podróżowałem.⁴²

W mieście mieliśmy jeden pokój w hotelu, ale oddzielne łóżka. Rano Roger budził mnie masażem pleców. Prosił, bym odkręcił się brzuchem do góry i pozwolił zrobić sobie masaż klatki piersiowej, ale za każdym razem odmawiałem. Kiedy próbował sięgać pod spód i dotykać mojej przedniej części ciała, przyciskałem się do łóżka, płasko, jak tylko mogłem. Kiedy się ubierałem, zawsze golił się przed umywalką i podglądał mnie w lustrze. Widząc, że patrzy, odwracałem się zawstydzony.⁴³

Którejś nocy obudziłem się gdy zabawiał się moim penisem. Fizyczne było to przyjemne, ale emocjonalnie czułem przerażenie, wstyd i strach. Byłem zły, że dotyka mnie bez mojej zgody. Ciało wydawało mi się wtedy jakieś zmienione, zdeformowane i obce. Nie wiedziałem jak zareagować, więc udając, że śpię, próbowałem się odwrócić od niego. Przytrzymał mnie jednak tak, że nie mogłem się ruszyć. Lęk i złość stały się jeszcze silniejsze. Erekcja na szczęście opadła. Dotykał mnie dalej przez jakiś czas, ale ponieważ odrętwiałem się i nie reagowałem podnieceniem, zrezygnował w końcu i poszedł do swojego łóżka. Następnego dnia zachowywał się tak, jakby nic się nie stało. Załamane i wpadłem w depresję. Przez cały dzień dopytywał się i zrzędził: „Co ci jest? Stało się coś? Czy źle się bawisz tu ze mną? I co ja mam z tego, że wydałem tyle forsy zabierając cię z sobą, jeśli ty tak się zachowujesz. Bycie z tobą przestało być miłe.”⁴⁴

Po powrocie w wyjazd dalej byłem w depresji. Wszystko, co dzieci mówiły o nim w szkole, zaczęło wyglądać na prawdę. Może Roger rzeczywiście jest gejem i może ja też nim jestem? Bo przecież było to w jakiś sposób przyjemne, gdy mnie pieścił i podobało mi się spędzanie z nim czasu.⁴⁵

W tym czasie chodziłem z dziewczynami. Prawdę mówiąc, to zaliczałem je a nie chodziłem. Większość z nich była sporo starsza ode mnie. Nie mogłem jeszcze prowadzić smochodu, więc jeździłem do nich autostopem. Albo Roger zostawiał mi klucze od swojego domu, gdy wyjeżdżał. Przekonałem się, że robię na nich wrażenie jego płytek i łatwiej zdobywam seks. Roger zaczął

⁴¹ Widzimy tu klasyczny przykład, jak w przypadki wykorzystania seksualnego wplatają się elementy nadużyć mentalnych i emocjonalnych. Jim uczony jest nie ufać własnym percepcjom, ocenie sytuacji, a ni emocjonalnym reakcjom na nią.

⁴² Ponownie rodzice Jima nie kwestionują charakteru tej relacji, nawet wobec jawnie niewłaściwej propozycji nauczyciela zabrania na swój koszt dziecka na indywidualną, parodniową wycieczkę do odległej metropolii.

⁴³ Relacja staje się coraz bardziej seksualna, ale wciąż ma wiele elementów niejawnych. Roger nie prosi Jima o kontakt seksualny i ignoruje jego opór przed swoimi „zalotami.”

⁴⁴ Komunikat płynie stąd taki, że miła relacja zależy od kontaktów seksualnych. Innymi słowy: „Albo będziesz zgadzał się na seks ze mną, albo zakręcę kurek z podarkami i przywilejami.” Ma to posmak szantażu.

⁴⁵ Jim myli tu przyjemność spędzania czasu z innym mężczyzną z byciem kimś homoseksualnym. Myli też homoseksualizm z molestowaniem, bowiem jest ofiarą wykorzystania niezależnie od swojej orientacji płciowej, gdyż nie był pełnoletni ani pod żadnym innym względem równy Rogerowi, który miał nad nim przewagę doświadczenia, pieniędzy autorytetu i władzy oraz pieczęć akceptacji rodzicielskiej chłopca.

zostawiać mi prezerwatywy. Zaliczałem masę starszych od siebie kobiet. Albo one - mnie. Roger wymagał, abym potem opisywał mu z detalami, co z nimi robię.⁴⁶

Uczył mnie, że najlepszym sposobem, by zrobić na nich przychylne wrażenie i naprawdę rozbudzić do seksu jest na początek masaż. Zaoferował się, że nauczy mnie fachowego masażu. Podgrzewał olej na piecu, gdy ja ściągałem koszulę. Natarł mi plecy, co było miłe i relaksujące. Zapytał, czy mam bieliznę pod dzinsami. Powiedziałem, że tak, a wtedy zaproponował czy nie zechciałbym zdjąć spodni, to zrobiłby mi także masaż nóg. Uznałem, że skoro mam na sobie majtki to nie będzie dotykał moich genitaliów. Kiedy zdjąłem spodnie, zapytał: „Czemu jesteś taki napięty? Rozluźnij się i niech ci będzie dobrze.” Potem powiedział, abym odwrócił się brzuchem do góry, by mógł mi wymasować nogi z przodu. Nagle sięgnął ręką pod majtki i zaczął mnie obmacywać i pobudzać penisa. Ciepły olej był miły, ale w głowie zrobił mi się kołowrót. Myślałem, że omdleję. Muzyka z wieży odjechała gdzieś o wiele mil. Ciało zaczęło sprawiać wrażenie zdeformowanego - jedne części robiły się nienaturalnie duże, inne nienormalnie małe. Członki robiły się powykręcane i niemożliwie poprzysuwane.⁴⁷ Nie mogłem utrzymać żadnej myśli nawet na tyle, by móc mu powiedzieć, żeby przestał. Po chwili, która była godzinami, poczułem jego usta na moich. Doznałem odrazy. Jego zarost kłuł mnie (ja się jeszcze nie goliłem). Twarz płonęła mi złością i wstydem, ale nie byłem w stanie się bronić. Przytknął mi usta do ucha i wyszeptał: „Daj mi go posać.” Zacząłem nieprzytomnie tłuc tyłem głowy w materac, by stłumić płacz. W końcu wstał i poszedł sobie. Po kolejnej chwili, która wydawała się godzinami, wrócił mówiąc łagodnie: „Zaśnij sobie. Musiałeś mieć chyba bardzo zły sen, dlatego wyszedłem z pokoju.” Byłem wściekły! Traktował mnie jak idiotę, który nie zdawał sobie sprawy z tego, co się właśnie działo.

Kiedy tego dnia wróciłem wieczorem do domu, matka wzięła mnie na bok i spytała: „Czy Roger nie próbował czasem robić z tobą czegoś dziwnego?” „Niby czego?” - odparłem. „Czegoś takiego, no wiesz, dziwnego.” Bałem się powiedzieć jej. Nie wiedziałem, jakie może to ściągnąć na mnie kłopoty. Byłem pewien, że zadzwoniłaby do Rogera, albo na policję, albo do szkoły i byłby wielki skandal. Napisałiby w gazecie i zostałbym wylany ze szkoły. „Nie, nic takiego nie próbował” - wymamrotałem. Zostawiła ten temat.⁴⁸

W tym mniej więcej czasie przyjaciółka naszej rodziny, kobieta zamężna i dwa razy starsza ode mnie, zaczęła mnie zapraszać do siebie, gdy jej mąż wyjeżdżał. Najpierw to był „abym pomógł jej w robotach gospodarskich.” Ale wkrótce zaproponowała mi drinka i wylądowaliśmy w łóżku. (Nie pamiętam, jak to się odbyło. W większości moich seksualnych związków nie pamiętam pierwszego stosunku, także w tych z wieku dorosłego.) Nigdy nie była dla mnie atrakcyjna, ani też seks nie dawał mi odpowiedniego upojenia, gdyż strasznie bałem się, że wróci jej mąż i na złapie. Wynajdowałem różne wykręty, aby do niej nie chodzić, mimo, że oferowała mi pieniądze. Udawało mi się nie być u niej już kilka miesięcy, gdy zadzwoniła, że jeśli nie zacznę z nią jej odwiedzać, powie mężowi, że dziecko, które poczęła nie jest jego, tylko moje. Dodała, że jeśli on mnie wtedy nie zabije, zasądzą mi alimenty do końca życia. Nie bardzo sobie wyobrażałem, jak szesnastolatek miałby płacić alimenty zamężnej trzydziestolatce, ale nie wiedziałem do kogo się zwrócić z tym problemem, więc wołałem nie ryzykować. Kiedy uprawialiśmy seks, odłączałem się od ciała i od siebie. Robiłem co mi kazała, nie okazując żadnego zainteresowania. Złościła się na mnie, że ją „zaniedbuję” i że „muszę się lepiej starać”. Im dłużej z nią byłem, tym większy miałem wstręt do

⁴⁶ Ponownie należy podkreślić, że nie jest to relacja partnerska, równego z równym. To nie dwóch chłopców opowiada sobie dobrowolnie o swoich podbojach seksualnych. Ze strony Rogera jest to wojeryzm mentalny.

⁴⁷ Jim doświadczał tych symptomów także jako człowiek dorosły, gdy przypominał sobie wykorzystanie. Pomogły mu one przekonać się, jak głęboko i trwale dotknęła go ta krzywda.

⁴⁸ Seks sam z siebie jest tematem trudnym dla wielu rodziców do omawiania z dziećmi, a trudność ta rośnie niepomiaralnie jeśli chodzi o temat molestowania. Jasne jest, że matka Jima podejrzewała, że dzieje się coś niedobrego, ale zarówno dyskomfort mówienia o seksie, jak i jej własna historia molestowania go, a także potraumatyczny wstyd Jima, sprawiały, że nie mógł on poprosić jej o pomoc. Kiedy Jim zaprosił rodziców wspólną na sesję terapeutyczną i opowiedział i w jaki sposób był wykorzystywany przez Rogera, oboje przyznali się do dawnych obaw, że „coś takiego istotnie się działo.” Bali się jednak wtedy dopytywać i drążyć, aby ich „najgorsze przypuszczenia nie okazały się prawdą.” Kiedy poprosiłem ich o sprecyzowanie, co znaczą owe „najgorsze przypuszczenia” okazało się, że najbardziej bali się, że Jim może okazać się homoseksualistą i że poczuli ulgę dowiadując się, że to „było tylko molestowanie.” Również więc homofobia rodziców przyczyniła się do nie interweniowania, czyli do wykorzystania seksualnego ich syna.

jej ciała. Im więcej miałem do niej złości, tym więcej robiłem rzeczy, które ją raniły. Szczypałem ją i gryzłem. Wtykałem jej mój penis bez entuzjazmu, w nadziei, że się jej znudzę i będę wolny. W myślach obrzucałem ją najgorszymi wyzwiskami. Fantazjowałem, że jej mąż zabija ją po pijanemu. Wreszcie osiągnąłem cel - powiedziała mi, żebym więcej się nie pokazywał, bo jestem tak beznadziejny w łóżku, że nie może na mnie nawet patrzeć. Tego chciałem i na to czekałem.

Z Rogerem w starszych klasach liceum spotykałem się coraz mniej i rzadziej. Mówił, że nie aprobuje mojego rozwiązłego stylu życia z kobietami. Nie podobały mu się też ilości i rodzaje narkotyków, które zacząłem brać i rozprowadzać. Kiedy dalej go nachodziłem, zaczął dawać mi albumy, a nie pożyczać. Nadał proponował mi masaże i pozowanie do zdjęć. Mając narkotyczne i erotomańskie „wsparcie,” zacząłem odmawiać. Złościł się i nalegał, ale ja byłem coraz bardziej stanowczy. Któregoś wieczoru pokazałem się u niego, bo mnie o to prosił. Otworzywszy drzwi na schody, zobaczyłem go na górze, jak stał z maszyną do pisania na głowie. Bez słowa cisnął nią w dół prosto we mnie. Rozbiła się o ścianę na drobny mak. Zwiąłem. Terror tego zdarzenia dotarł do mnie dopiero po kilku godzinach. Uznałem, że lepiej wróć do niego, gdyż widywałem go już w scenach przemocy wobec innych i bałem się co jeszcze mógłby mi zrobić. Obwinił mnie o zniszczenie jego maszyny do pisania: „Ty mnie do tego zmusiłeś! Taki jesteś niewdzięczny! To ja wyprowadziłem cię na ludzi. Beze mnie jesteś nikim! Gniłbyś jak te inne dupki w tej zasranej dziurze, gdybym się nad tobą nie zlitował i nie wyciągnął cię!”

Usiadłem, a on dalej krzyczał. Krzyczałby pewnie jeszcze długo, gdyby nie dzwonek do drzwi. W progu stanął z chłopiec młodszych klas gimnazjum. Roger powiedział: „Nie mogę cię zaprosić, mam towarzystwo.” Stał w drzwiach i rozmawiał z tym dzieciakiem dokładnie tak, jak ze mną kiedyś. Nagle przejrzałem jego cierpliwy, zawikłany plan: to, jak omotywał i ustawiał sobie chłopców, by zaczęli do niego przychodzić. Przychodzić po wykorzystanie. Nie byłem dla niego nikim wyjątkowym; byłem jednym z długiej serii ofiar. Wyszedłem z poczuciem zdrady, dobijając się krytyką, że mogłem okazać się takim idiotą, aby mu wierzyć, że jestem jeden i wyjątkowy i że coś znaczę dla niego. Zacząłem rozmyślać, jak go zabić. W domu gapilem się na rewolwery ojca. Fantazjowałem o zabijaniu go różnymi sposobami - szybko i powoli, na odludziu i w tłumie.

W tym czasie zacząłem chodzić z dziewczyną młodszą ode mnie. Pochodziła z niższej warstwy; jej ojciec pił, matka sypiała ze wszystkimi. Większość życia spędziła przenosząc się od jednych krewnych do innych. Nie miałem dla niej szacunku, uważając za istotę niższego rzędu. Zawsze gdy skarżyła się na moje kontakty z innymi kobietami, mówiłem: „Jak ci się nie podoba, to wiesz, gdzie są drzwi.” Którejś nocy powiedziała, że ma dosyć mojego poniżania jej. Odparłem, że mogę robić co zechcę. Naparłem na nią seksualnie. Z początku się opierała, ale było dwa razy większy i przygniotłem ją sobą. Im bliżej byłem końca tym bardziej płakała i błagała, bym przestał. Uciekła ode mnie do innego stanu i nigdy więcej jej nie widziałem. Do dziś gryzie mnie smutek z powodu tego związku i gwałtu.

Roger wyczuł, że coś się zmieniło w naszej relacji. Zadzwoił i był bardzo miły. Wspominał, że zawsze lubił jego samochód i zaoferował że zamieni swój nowy na mój stary. Wiedziałem, że się boi. Mógłbym powiedzieć komuś, co mi zrobił i straciłby pracę i poszedł siedzieć. Byłem górą. Gdy zamieniliśmy się na auta, rodzice spytali, skąd mam taki wóz. Skłamałem, że Roger mi go tylko pożyczył. Postanowiłem ukarać go jeszcze dotkliwiej; Poszedłem do jego domu, otwierając sobie moim kluczem i kradnąc mu wielką porcję płyt. Potem go odwiedziłem, zachowując się, jakby nic się nie stało. Byłem bezczelny: poprosiłem go o pożyczenie albumu, którego nie mógł mieć, bo mu go skradłem wraz z innymi. On też udawał, że nic się nie stało. Powiedział, że musiał go chyba komuś pożyczyć, ale da mi znać jak tylko go dostanie z powrotem.

Po tej wizycie zerwałem wszelkie kontakty z Rogerem. Wydzwaniał do mnie dalej, zapraszając do siebie i kusząc prezentami, ale niezmiennie mówiłem, że jestem zajęty. Mimo, że czułem się górą, bałem się, że może narobić mi kłopotów. Wiedział, że biorę narkotyki i handluję nimi, więc mógł iść na policję. Bałem się jego wpływów w szkole - mógł zmienić moje oceny i uniemożliwić mi wyjazd do college'u. Mógł naopowiadać rodzicom dziwnych rzeczy - uwierzyłiby ceniłemu nauczycielowi zanim wysłuchaliby mnie. Nie wiedziałem, do czego jeszcze mógłby się

posunąć, by się zemścić.

Wreszcie pewnego wieczoru zadzwonił, oznajmiając: „Jadę w podróż na weekend. Ty jedziesz ze mną.” Powiedziałem, że jestem zajęty i mam plany z dziewczyną. „Albo spędzisz ten weekend ze mną, albo nie zobaczysz mnie więcej na oczy!” - wykrzyczał. Przestraszyłem się i zarazem ucieszyłem, że wreszcie będę wolny. „Nie da rady” - powiedziałem spokojnie i odłożyłem słuchawkę. Przez następne dni, ilekroć dzwonił telefon, podskakiwałem ze strachu. Bałem się, że to Roger - że zmienił swoje ultimatum lub opowiada rodzicom coś, aby mi zaszkodzić. Mijał mnie na korytarzu w szkole, kompletnie ignorując. Dzieciaki z teatru przychodziły i pytały: „Coś ty zrobił panu Jamesowi? Jest naprawdę rozbity i wściekły na ciebie. Mówi, że już nigdy u niego nie zagrasz i nawet nie wejdiesz do teatru.” Nie wiedziałem, co im odpowiadać. Straciłem niemal wszystkich kolegów, gdyż od dawna trzymałem się tylko z grupą teatralną, gdzie teraz nie miałem już wstępu.

Kilka lat po maturze i wyjeździe do innego stanu, wpadłem na Rogera w wielkim domu towarowym. Stał na górze i patrzył na mnie. Odwróciłem się szybko, mając nadzieję, że to nie było on lub że mnie nie widział. Ciekawe, że chwilę wcześniej wyobrażałem sobie nasze spotkanie po latach. Fantazjowałem, że brutalnie konfrontuję go przy ludziach z tym, co mi robił. Widziałem w wyobraźni, jak trzęsie się ze wstydu i poniżenia, gdy opowiadam jak mnie molestował. Teraz jednak, wobec realnej szansy konfrontacji, spanikowałem. Nagle to on pokazywał na mnie palcem, nazywając mnie małym zboczeńcem i pedałem, a wszyscy pękali z szyderczego śmiechu. Próbowałem pocieszać się, że pewnie mnie nie poznał - w długich włosach, okularach i z brodą, O ile to był on.

Spojrzałem w górę drugi raz, ale już go nie było. Zacząłem krążyć po domu towarowym. Musiałem wiedzieć, czy to był on. Nagle wyłonił się znowu, zza rogu. Dwie myśli przebiegły mi jednocześnie przez głowę: „Nie zrób mi krzywdy” i „Zabiję cię za to.” Przez długie minuty, jakimi stało się tych parę sekund, gapiliśmy się na siebie. Krew napłynęła mu do twarzy i ruszył w stronę wyjścia. Stałem nieruchomo, nie wiedząc jak się zachować.

To spotkanie było ładnych kilka lat temu i nie widziałem go od tamtej pory. Pisząc moją historię, zastanawiam się teraz, co on myśli o tamtych zdarzeniach, Czy ma świadomość, że mnie wykorzystywał? I czy coś zrobiono jemu w dzieciństwie, że molestował tylu ufnych chłopców powierzonych jego nauczycielskiej opiece? Wyobraziłem go sobie jak kontaktuje się ze mną i wyraża skruchę. Przez te lata wiele razy przeglądałem książki telefoniczne i nawet dzwoniłem do paru Rogerów Jamesów, ale żaden nie był nim. Nie wiem zresztą, co bym zrobił, gdybym naprawdę trafił na niego.

Nadal mam blizny na duszy po wykorzystaniu. Może niektóre zostaną do końca życia, a może zejdą wszystkie - nie wiem. Czuję się zagrożony, kiedy żona jest seksualnie intruzywna. Prawie nigdy nie tańczę i nie robię rzeczy zwracających uwagę na moje ciało. Te dwie sprawy ściśle się wiążą. Żona uwielbia tańczyć, ale im bardziej mnie zachęca, tym bardziej się boję i blokuję. Jeśli nie przestaje, czuję wściekłość i chęć się odegrać. Po wieczorze na tańcach, ona lepiej czuje swoje ciało i chce się ze mną kochać. Jeśli napiera zbyt ostro, dopada mnie dawny strach i dysocjuję. Ciągłe pracuję nad tymi problemami. Złości mnie, że jestem tak obciążony wskutek tego, co mi zrobiono w dzieciństwie.

Mimo, że dalej wiele rzeczy chcę w sobie zmienić, zrobiłem ogromny postęp w zdrowieniu z mojej przeszłości. Od trzech lat jestem w terapii (zarówno indywidualnej, jak i małżeńskiej) i wciąż chodzę na grupy Dwunastu Kroków NA, DDA i AE. W rezultacie tych wysiłków od dziesięciu lat nie miałem próby samobójczej. Nawet na codzień o tym nie myślę. Nie wykorzystuję innych. Nie zdradzam żony ani się nie onanizuję. Nie ćpam ani się nie obżeram. Coraz lepiej dbam o moje ciało. Ostatnio całkiem je lubię. Po raz pierwszy w życiu myślę o sobie, jako o kimś atrakcyjnym i przystojnym. Moje małżeństwo jest ustabilizowane i daje dużo radości. Mam paru bliskich przyjaciół i przyjaciółek. Sprawy zawodowe powoli pną się w górę. Przebaczyłem sobie i przebaczyłem też rodzicom to, co mi dali i czego nie dali w przeszłości.

Kiedy zaczynałem pisać moją historię, wróciły wszystkie mechanizmy obronne: zaprzeczanie, racjonalizacja i minimalizowanie. Im więcej było na papierze, tym bardziej się irtowałem i tym mniej pociągało mnie życie. To był ten sam nastrój i postawa, jakie dawniej

miałem zawsze. Teraz moje życie wygląda całkiem inaczej niż w czasach, zanim zająłem się moim wykorzystaniem seksualnym. Wszystko, co przeszedłem w zdrowieniu, warte było tego zachodu i bólu. Dziś jestem bardzo wdzięczny, że los stworzył mi taką szansę. Jestem wdzięczny sobie, że z niej skorzystałem i wdzięczny rozumiejącym ludziom, którzy cierpliwie oferowali mi swoją obecność i wsparcie, gdy najbardziej potrzebowałem. Czasami wystarczało coś tak prostego, jak czyjeś słowa: „Cieszę się, że się nie zabiłeś i żyjesz, miło że tyle razy myślałeś o śmierci. Dobrze, że jesteś.”

Ostatni Krok programu mówi, że mamy nieść posłanie ocalenia tym, którzy wciąż cierpią. W tym duchu starałem się opisać moje doświadczenia. Wierzę, że przyczynię się nimi także do waszego zdrowienia ze skutków seksualnych nadużyć doznanych w dzieciństwie.

Pytania pomocne w identyfikowaniu własnych myśli, doznań i emocji:

- ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) podobna jest do świadectwa Jim’a?
- ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) różni się od świadectwa Jim’a?
- ⇒ Jakie uczucia przepływały przez ciebie przy czytaniu tej opowieści?
- ⇒ Jaki jej fragment poruszył cię najgłębiej?
- ⇒ Czego dowiedziałeś się o sobie i własnym życiu dzięki tej lekturze?

16

Historia Kent’a

Tworzę w życiu bardzo wiele tekstów, zarówno zawodowo jak i dla siebie. Mimo że zwykle nie mam problemów z pisaniem - reportaży, artykułów, nowel i całych książek - napisanie mojej historia sprawia mi nie lada trudność. Dotyczy mnie samego, a z tym miałem wieczny kłopot: jak mówić o sobie? Może dlatego, że zawsze było mi ciężko odnaleźć siebie pośród wszystkich rzeczy jakie robiłem i robię. Zrozumiecie dlaczego, czytając moją historię.

Zmagania z różnymi uzależnieniami były jednym ze stałych zjawisk w moim życiu. Pod koniec liceum zacząłem mieć problemy z piciem. W szkole pomaturalnej doszło palenie. Kiedy je rzuciłem, zaczęły się kłopoty z nadwagą. Kiedy trafiłem na skuteczną kurację odchudzającą, popadłem w pracoholizm. Podjąłem prywatną terapię, w ramach której zostałem wykorzystany seksualnie przez terapeutę (później cofnięto mu licencję). Mam za sobą też długi okres uzależnienia od seksu i miłości, zakończony przystąpieniem do wspólnoty Anonimowych Erotomanów pracującej na Dwunastu Krokach.⁴⁹

⁴⁹ Z rozdziału 20 *Źródła pomocy* dowiesz się, jak znaleźć kontakt z grupami Dwunastu Kroków i znajdziesz listę książek na ten temat.

Wszystkie te nałogi, panujące nade mną wraz z zamętem emocjonalnym przez większą część życia, mogły być dla innych wskazaniem, że byłem w dzieciństwie wykorzystywany seksualnie. Jednakże sam byłem kompletnie ślepy na przyczyny i pracowałem jedynie nad symptomami - zgodnie zresztą z podejściem specjalistów na jakich traślałem. Tymczasem pod symptomami (czy była to nienawiść do mojej rodziny, czy nałogowe zachowania) kryła się jedna, potężna rzecz napędzająca mnie w życiu: dzieciństwo pełne fizycznych, emocjonalnych i seksualnych nadużyć.

Zanim przejdę do ich omawiania, chcę zaznaczyć, że w mojej rodzinie były też pewne pozytywne sprawy. Nie chodziłem głodny, miałem dach nad głową i możliwość jeżdżenia na wakacje w różne części kraju. Tutaj moja rodzina nie różniła się specjalnie od innych. Ale istniał w niej też uporczywy wzorzec wykorzystywania.

Poszedłem na terapię z zupełnie innego powodu niż molestowanie seksualne. Uznałem, że muszę przepracować coś, co uważałem za nie dokończony kawałek: moją identyfikację seksualną. Miałem kiedyś seksualny stosunek z mężczyzną w jakiejś toalecie i uważałem to za cudowne przeżycie. Później zacząłem się martwić, że mogłem złapać chorobę weneryczną, więc poszedłem do kliniki. Przy doktorze rozplakałem się, opowiadając mu o tym seksualnym doświadczeniu. Wysłał mnie do ośrodka pomocy psychologicznej, gdzie na rozmowie wstępnej terapeuta zapytał, czy mam problem z uczuciami do mężczyzn. Zdecydowanie ogłosiłem, że nie jestem żadnym gejem. Powiedział, że mam dwie opcje: klinikę prowadzoną przez stowarzyszenie gejów i lesbijek lub prywatnego terapeuty, który choć był kimś nowym w mieście, uchodził za „świątynnego specjalistę.” Byłem tak nieporęczny, że wybrałem prywatnego terapeuty, płacąc słoną stawkę po każdej sesji (rachunku nie trzeba, dziękuję). Dał mi do czytania książki o biseksualizmie i o pracy nad wyrażaniem uczuć. Po dziewięciu chyba sesjach zaczął robić aluzje, że moglibyśmy kontynuować terapię „będąc razem.” Czułem, że to nie jest w porządku, ale był jedynym „biseksem” jakiego znałem. Nie przekazał mi innych umiejętności radzenia sobie z homoseksualnym stylem życia, niż wślizgiwanie tylnym wejściem do barów gejowskich. Uznałem, że to dobry sposób na utrzymanie małżeństwa, ale wciąż miałem daleko do spotkania się z moją identyfikacją płciową.

Raz na miesiąc spotykaliśmy się w jego gabinecie. Resztę naszych sesji przeniósł do swojego mieszkania. Zakochałem się w nim po uszy, kupowałem mu prezenty, tonąc w romansie opartym na jednostronnym dawaniu. Pomiędzy „sesjami” krążyłem po toaletach, z braku lepszego sposobu na wchodzenie w relacje emocjonalne z mężczyznami. Bez gejowskiego modelowania ról zostawało mi tylko to wyjście, raz na parę dni, co oczywiście znaczyło oszalałe i emocjonalnie pokręcone życie. W końcu poszedłem do innego terapeuty, opowiadając z czym, i z kim się borykam. Z czasem połapał się o kogo chodziło i złożył na niego raport do komisji licencyjnej.

Niezależnie od wykorzystania seksualnego, spotkało mnie z jego strony także nadużycie emocjonalne. Poprosiłem go, aby wystąpił z grupy, go której obaj należeliśmy. Zaprotestował, powołując się na to, jak „dobrym przyjacielem” zawsze był dla mnie. Ponieważ on nie ustąpił, musiałem ja odejść, aby odseparować się od niego i doświadczeń jakie mi go przypominały. Inaczej tkwiłbym się w sytuacji emocjonalnie nie do zniesienia.

Wykorzystanie seksualne w dzieciństwie uprzytomniłem sobie pierwszy raz wskutek listu, jaki szwagier napisał do mojego ojca. Mnie przysłał kopię. Tą drogą, dowiedziałem się ze zgrozą, że ojciec molestował moją siostrę. Zadzwoiłem do niej, by upewnić się, czy to rzeczywiście prawda i poprzez rozmowy z nią zaczęły mi wracać wspomnienia świadczące, że i ja byłem jego seksualną ofiarą. Oto fragment z mojego pamiętnika:

Pamiętam to małe mieszkanie; jest w nim ciemno i boję się. Wszyscy śpimy w jednym pomieszczeniu. Nie chcę być blisko ojca; odsuwam się jak najdalej od niego. Napływają i narastają we mnie te uczucia, którym nie mam pojęcia czy mogę ufać; wydają mi się kompletnym szaleństwem. Mam za mało odwagi, by im uwierzyć. Wynika z nich, że ojciec gwałcił mnie analnie, że jęczałem i krzyczałem, by przestał, ale nie przestawał. Wreszcie mama wymogła na nim, by dał mi spokój. Teraz rozumiem, dlaczego tak nienawidziłem ojca.

A jednocześnie wątpię: „Czy to jakieś przywidzenie? Może to stąd, że przeczytałem list szwagra i jestem tak podatny na sugestię?” Jednak to musi być prawda. (A może nie?)

Po przypomnieniu sobie tych fragmentów rozchorowałem się tak, że przez dwa dni nie mogłem wstać z łóżka. Po kilku następnych dniach zacząłem myśleć, że może w tym co czułem jest jakaś prawda, ale na drodze stanęły mi trudności z podzieleniem się tym z kimkolwiek. Mój partner, który pracuje z przypadkami nadużyć, był pewien, że uległem sugestii. Tak samo jeden z kolegów z mojej macierzystej grupy gejowskiej; gdy rozmawiałem z nim, kiedy nikt jeszcze nie wiedział o tym moim wspomnieniu, zaczął mnie prosić, abym dał spokój fantazjom i był pewien, że nic takiego w moim dzieciństwie nie miało miejsca. Nie wywlekałem więc tego tak długo, aż uzyskałem pewność, że to prawda. Ale wciąż się zastanawiałem jak znaleźć niepodważalne potwierdzenie. Chciałem nawet zawlec rodziców na pletysmograf i wykrywacz kłamstw.⁵⁰

Wsparciem okazał się mój szef, który ogromnie mi pomógł jeśli chodzi o postawienie granic ojcu. Również moje grupy Anonimowych Erotomanów utwierdzały mnie we trzeźwym postępowaniu, jako że tam ponad połowa uczestników jest ofiarami kazirodztwa.⁵¹ Sugerowali mi, abym pod żadnym pozorem nie kontaktował się z rodzicami i konsekwentnie stał po mojej stronie. Zapowiedziałem więc rodzicom, że ewentualne spotkanie z nimi rozważę dopiero, jeśli podejmą terapię. Oczywiście czułem się winny, zwłaszcza gdy odkryłem, że po tej konfrontacji ojciec wylądował u lekarza z nadciśnieniem. Dobrze, że siostra mi przypomniała, że stary od lat miał problemy z ciśnieniem.

W końcu ojciec napisał do mnie z prośbą o zwrócenie mu kopii listu, jaką szwagier mi przysłał pisząc do niego w sprawie molestowania przez niego swojej żony, mojej siostry. Niedługo potem ojciec zawiadomił mnie pocztówką, że wycofał mi prenumeratę czasopism, jaką fundował mi od lat. To była ostatnia wiadomość, jaką dostałem od niego, jak i od matki.

Tymczasem ciotka ze strony ojca zaczęła mnie bombardować pytaniami, po co to wywlekam. Dopytywała się, jaka miałyby być jej rola w tej sytuacji. Wyraźnie sympatyzowała ze starym, pochwalając jego wycofanie prezentu-prenumeraty. Nie czuła, żeby jakiegokolwiek z nadużyć zrobiło mi cokolwiek złego. Twierdziła, że ani ja, ani moja siostra, nie powinniśmy „wywoływać wilka z lasu.” Wiele potem spekulowałem na temat tego, czy ukrywa lub wypiera to, co wie o swoim bracie jako napastniku seksualnym.

Któregoś dnia na spacerze doznałem retrospekcji z bycia gwałconym przez ojca gdy miałem cztery lub pięć lat. Było w niej tak, jakbym był odłączony od całego zdarzenia, patrząc na gwałt z góry, spod sufitu, gdy jednocześnie widziałem, jak wołam matkę na pomoc.⁵² Wreszcie zareagowała, wołając ojca po imieniu: „Przestań, bo sąsiedzi usłyszą.”⁵³ Jakże byłem jej wdzięczny za to, że przerwała moje tortury i mogłem powrócić do ciała. Pamiętam jak obiecywałem: „Tak, będę grzeczny. Nikomu nie powiem.” Ojciec mówił, że jeśli bym to zrobił, „zabiorą go do psychiatryka.”

Po przejściu tej retrospekcji dostałem paranoi w środowisku pracy, zastanawiając się, czy ludzie wokół mnie wiedzą o tym i czy użyją tego jako „haka” na mnie. Mimo, że byłem przecież ofiarą, a nie oprawcą. Jednak w okresie odzyskiwania tych wspomnień paranoja ta mnie nie opuszczała, przez co życie zawodowe stało się dla mnie psychiczną torturą.

Mnóstwo czasu traciłem na ustalanie, czy retrospekcja ta była rzeczywistością, która

⁵⁰ Możesz zauważyć, jak trudne jest dla Kent’a zaufanie własnym, emocjom i poczuciu rzeczywistości, gdy wszyscy wokół niego zniechęcają go do wierzenia sobie.

⁵¹ Moje badania wykazały, że 37.1 procenta mężczyzn i 65.2 procenta kobiet uczestniczących w AE przyznaje się do przeżycia wykorzystania seksualnego w dzieciństwie. Jak powiedziałem wcześniej, uważam, że zwłaszcza wśród mężczyzn występuje duże niedojawienie. Na podstawie mojej klinicznej praktyki wiem, że przynajmniej 90 procent osób seksualnie kompulsywnych z jakimi pracowałem było zarazem ofiarami nadużyć seksualnych w dzieciństwie (Hunter 1984).

⁵² Wspomnienie Kent’a zapamiętane jest z fizycznie niemożliwego punktu obserwacyjnego - widzi on siebie patrząc w dół spod sufitu. Przypominanie sobie ciężkich traumatycznych wydarzeń jako doświadczenia wyjścia poza własne ciało, choć jest częstym zjawiskiem wśród ofiar, sprawia, że jeszcze trudniej jest im zaufać swojej pamięci.

⁵³ Zwróć uwagę, jak matka Kent’a ignoruje jego wiktyimizację odwracając uwagę na to, co mogą powiedzieć sąsiedzi słysząc jego krzyki. Nie wyjaśnia mętnej znaczeniowo sytuacji wykorzystania, nie nazywa tego nadużyciem, nie pociesza dziecka ani go nie chroni.

naprawdę mnie spotkała, czy też urojeniem. W przeszłości, w chwilach silnego stresu miewałem podobne do snów halucynacje (co, jak odkryłem niedawno, jest dość powszechne u ofiar), więc trudno mi było wierzyć, że jestem wiarygodny. Ale w porównaniu z halucynacjami, ta retrospekcja miała jakiś inny, realny posmak; nie pamiętałem jej intelektualnie lecz *emocjami*. To było tak, jakby cała ta scena rozegrała się w mojej głowie ponownie, teraz, przy bardzo żywych uczuciach, a zarazem tak, jakbym oglądał teatr.⁵⁴

Usiłowałem pojąć, dlaczego ojciec zrobił mi coś tak strasznego. Szukałem wytłumaczeń, dlaczego mógł czuć taką presję. Później dotarła do mnie złość i przez kilka dni z wyciem waliłem pięściami w poduchy i materace, kładąc się spać lub wstając. Dobrze, że nie było wtedy mojego kochanka, bo mógłby się nieźle przestraszyć takiego szaleńca.

W końcu spytałem mojego terapeuty, czy uważa, że ja naprawdę mogłbym być ofiarą wykorzystania seksualnego w dzieciństwie. Jego zdaniem byłem. Mówiły mu to moje symptomy, dynamika domu rodzinnego, jak również to, że moje retrospekcje dokładnie pasowały do charakterystyki sytuacji nadużyć seksualnych. Po tej wizycie przez resztę dnia nie miałem niemal żadnych innych myśli, jak tylko to, że kazirodztwo raczej nie zdarza się tylko raz. Co chwila przebiegałem przez te cztery czy pięć odzyskanych epizodów (w przyszłości miało wrócić ich do mnie jeszcze więcej). Każdego dnia odkrywałem sprawy, które przyprawiały mnie o wstręt i mdłości. Byłem nimi kompletnie przeciążony. Bez przerwy o tym mówiłem, co przeciążało także mojego partnera, gdyż zawodowo stykał się on na codzień z mnóstwem takich wypadków. Jakoś to jednak biedak wytrzymywał, stanowiąc dla mnie duże oparcie i pomoc. Czuł się też osamotniony i pragnął, abym mógł więcej „być z nim,” kiedy to wszystko przeżywałem.⁵⁵

Przez następne wiele miesięcy zacząłem mieć koszmary dotyczące analnego seksu. Zaangażowałem się w apele do stanowej komisji legislacyjnej w sprawie przepisów dotyczących stosunków analnych między mężczyznami,⁵⁶ co w pewien sposób działało na mnie terapeutycznie. Zaczęło mi się klarować wiele pogmatwanych rzeczy. Obecnie mogę wymówić słowo „sodomia” bez lądowania w wewnętrznym paraliżu. Czym było to dla mnie, dobrze ilustruje fragment z mojego pamiętnika:

Zawsze unikałem słowa „sodomia” a dziś widzę, że powodem było moje przeżyte w dzieciństwie kazirodztwo. Z niedzieli na poniedziałek miałem naprawdę straszny koszmar, z którego wybudziłem się z krzykiem i panicznym lękiem, że do pokoju zaraz wejdzie ojciec, aby mnie analnie zgwałcić. Śniło mi się, że leżę w tym ciemnym pokoju (z niebieskawą poświatą, może od choinki świątecznej) sparaliżowany strachem, że zaraz się zjawi i zaatakuje mnie seksualnie. Nigdy nie zdarzyło mi się świadomie zapamiętać snu, a o tym śnie boję się pomyśleć nawet na jawie i w biały dzień.

Bąłem się nie tylko wtedy; do tej pory boję się tego koszmaru i do tej pory paraliżuje mnie błękitna poświata choinki świątecznej.

Przemęczony i obolały, na parę miesięcy odłożyłem na bok sprawy kazirodztwa i zająłem się innymi rzeczami; działałem tak, w odłączeniu, aż przywróciła mnie do rzeczywistości rozmowa telefoniczna z siostrą. Cieszyłem się słysząc o jej postępach w terapii i dzieląc się wieloma informacjami o sobie, aż do momentu, gdy zahaczyła o postać ciotki, siostry ojca. Błyskawicznie powróciły mi nowe incydenty z dzieciństwa. Oto fragment z mojego pamiętnika:

Widzę siebie, na słońcu, jestem nagi (lub półnagi). Mam trzy czy cztery latka, a ciotka obmacuje moje genitalia, pobudza je. Byłem zdumiony, że zachowałem niemal pełny obraz tej sytuacji, w formie dwóch retrospektywnych „filmów.” W drugim, ciotka masturbuje mnie dalej,

⁵⁴ Retrospekcje różnią się od zwyczajnej pamięci tym, że ofiara przeżywa je tak, jakby dana sytuacja działa się teraz. W dodatku są często spontaniczne, intruzywne i - mając charakter „wtargnięć” - tworzą potężne, wstrząsające i przerażające zdarzenie.

⁵⁵ U ofiar częste jest poczucie winy płynące z przekonania, że jest się dla innych ciężarem.

⁵⁶ Ang. słowo *sodomy* tłumaczę jako *stosunki analne między mężczyznami* gdyż po polsku obecnie *sodomia* oznacza współżycie ze zwierzętami, a *pederasję* - Słownik wyrazów obcych Wł. Kopalińskiego - jedynie w archaicznym, nie używanym dziś znaczeniu (uw. tłum.).

nieprzerwanie, aż przechodząca obok matka pyta ją, co tu się dzieje. Czuję się kompletnie opuszczony przez matkę i zdradzony przez ciotkę. Byłem przecież taki maleńki! - zbyt mały, by móc cokolwiek powiedzieć... Dopadła mnie sytuacja absolutnej niemożności małego dziecka.⁵⁷

Po tych retrospekcjach cały następny dzień miałem wywrócony do góry nogami; zerwałem się z łóżka przed świtem i przetrwiałem je gorączkowo, zdając sobie jednocześnie sprawę, jak bardzo nienawidzę rodziców. Teraz do mnie dociera, że przez całe życie byłem przez nich zwodzony i zdradzany. Tak jak zdradziła mnie ciotka. Nic dziwnego, że tak zdecydowanie broni teraz swego brata; przecież maczała palce w tym samym procederze. Zaczynam się zastanawiać, czy nie wykorzystała też mojego ojca (ponieważ babka zepchnęła na nią obowiązek opieki nad nim i wychowywania go). A rodzina przedstawiała mi to wszystko w tak romantycznej formie! W ich opowieściach byłem bardzo posłusznym synkiem i „ulubionym kuzynem cioci.” Zupełnie tak samo, jak równolegle moja siostra była „ulubienicą tatusia.”

Znów przez cały dzień gnębiły mnie agonizujące konwulsje tych retrospekcji. Wracały uczucia. Po południu, gdy mój partner wyszedł na obiad, dopadł mnie atak potwornej paniki. Odkryłem, że mam identyczny problem jak ten, który zmusił moją siostrę do podjęcia terapii. Jej wpojono, że była „ulubioną dziewczynką tatusia,” gdy ja miałem wdrukowane, że jestem „ulubionym pupilkiem cioci.” Tymczasem oboje byliśmy ich ulubionymi *ofiarami*.

Moja rodzina romantyzowała mnóstwo chorych rzeczy. Na przykład to, że ojciec zawsze czcił swoją matkę, gdyż kiedy jego ojciec (mój dziadek) zginął w wypadku, ona zdołała sama wychować dotkniętą biedą rodzinę. Tymczasem ta moja babcia również była bardzo zaburzona. Siostra opowiadała mi, że gdy miała dziesięć lat, babka wkładała jej rękę do majtek i macała, przypuszczalnie by sprawdzić czy ma podpaskę. Opowiadała, jak odrażające były to dla niej przeżycia i jak bardzo czuła się po nich pogwałcona i brudna.⁵⁸

Po przypomnieniu sobie molestowania przez ciotkę, starałem się rozstrzygnąć, czy to, co doznałem z jej strony, był tak samo destrukcyjne, jak gwałty doznane od ojca. Odpowiedź na „nie” znaczyłaby, że stymulowanie mojego penisa przez ciotkę było niczym w porównaniu z analnymi gwałtami ojca na mnie. Odpowiedź na „tak” znaczyłaby, że każde wykorzystanie seksualne dziecka, ma bardzo poważne skutki. Po kilku miesiącach odkryłem, że to, co robiła mi ciotka miało olbrzymie konsekwencje, gdyż stało się źródłem wzorców mojej późniejszej erotomanii - w obliczu samotności i poczucia porzucenia szedłem na plażę gejowską i wychodziłem w onanistyczny seks. W istocie wszystkie moje psychologiczne powikłania brały się z pierwotnych relacji z moimi rodzicami i ciotką. Niesłuchanie trudno jest *zaufać* takiej rodzinie, jak moja, gdzie ponieważ seks zawsze był tabu i wstydliwą tajemnicą, moje życie warunkowało się wokół orientacji homoseksualnej, która była tak samo obłożona nieakceptacją, wstydem i tajemnicą. Przez wiele lat nie odważałem się ujawnić jako gej, a moim największym lękiem było to, że zraniłbym tym ojca - że dobiłbym go i „wpędził w chorobę psychiczną.” Dopiero w wieku czterdziestu dwóch lat odważyłem się napisać mu, że jestem gejem.

Ojciec wykorzystywał mnie też emocjonalnie, powtarzając mi stale: „Ty nigdy nie wyrośniesz na prawdziwego mężczyznę.” Zawsze mnie poniżał i wyszydzał mówiąc: „Niczego nie umiesz zrobić dobrze.” Tylko siostra starała się mnie bronić: „To nieprawda. To nie jest w porządku.”

Oboje z siostrą żyliśmy też w ciągłym strachu przed „karami” cielesnymi. Byliśmy ciężko bici. Gdy siostra miała szesnaście lat, ojciec uznał, że mu „odpysknęła” i pięścią wybił jej zuchwę, komentując na miejscu: „Dla ciebie byłem miły, Kent’a za to niemal zabiłem.” Siostra zgłosiła to nadużycie wychowawcy ósmej klasy, ale ten nic z tym nie zrobił.⁵⁹

⁵⁷ Jasne jest dlaczego ciotka Kent’a nie jest zainteresowana informacjami o jego wykorzystaniu przez ojca, gdyż ona także go molestowała, a więc tak samo podlega przymusowi chronienia tajemnicy rodzinnej. Przypuszczam, że zarówno ciotka jak i ojciec Kent’a, oboje byli wiktyimizowani seksualnie w dzieciństwie. Babka Kent’a, molestowała jego siostrę, swoją wnuczkę, co wskazuje na wielkie prawdopodobieństwo nadużywania seksualnego własnych dzieci.

⁵⁸ Również to przemawia za prawdopodobieństwem, że ciotka i ojciec Kent’a również byli wykorzystani. Wiktyimizacja seksualna często obejmuje trzy i więcej pokoleń w jednej rodzinie.

⁵⁹ Jak pisałem wcześniej, jednym z czynników decydujących o tym, jak głęboko wykorzystanie odciśnie się na dalszym życiu

To, co przeżyłem w kategorii nadużyć fizycznych, zaczyna się dla mnie od retrospekcji opisanej w pamiętniku:

Pamiętam jedynie, że była krew... To mogło być w szopie, gdzie zazwyczaj okładał mnie deską. Pamiętam jak mama mówi: „Widzisz? Dokuczyłeś mu!” Mam przy tym świadomość kogoś potężnego, atakującego mnie z wszystkich stron i mam uczucie terroru i bezsilności. Cały się trzęsę i mdleję. Upamiętnienie sobie tego zagrożenia sprawia, że z miejsca zaczynam płakać. Pamiętam, jak mówię: „Tatusiu, nie bij mnie.” Ale on nie przestaje. Teraz, kiedy to pamiętam, widzę, przypominam sobie, że stale mnie tłukł. Za nic - za takie drobiazgi jak hałasowanie, nie posłanie łóżka czy nie poskładanie zabawek. Działał tak, jak go wychowano; babcia bowiem wyznawała zasadę: „Odłóż różgę, a zepsujesz dziecko.” Powtarzała to przy niezliczonych okazjach.

Co ciekawe, zawsze myślałem, że mogę sobie poradzić z fizyczną przemocą, bo jest normalną częścią mojego życia. Uważałem, że to wykorzystanie seksualne było ciężkim problemem, bo było czymś nienormalnym. Teraz widzę, że oba te rodzaje nadużyć doprowadziły mnie do podejmowania ucieczek z domu i od rodziny. Dawały też ogromną motywację, by mi się to w końcu udało, tak abym nigdy nie musiał mieć rodziny, czyli radzić sobie z nią i być od niej zależnym.

Ojciec, od zawsze aż do kiedy zerwałem z nim kontakt, usprawiedliwiał się mówiąc: „Ja chciałem zrobić z ciebie mężczyznę.” Nadal jest przekonany, że traktował mnie dobrze i postępował słusznie, ponieważ wychowywał mnie tak, abym „mógł odnieść sukces.”⁶⁰

Zanim jeszcze zacząłem uświadamiać sobie wyparte wspomnienia kazirodztwa, poprosiłem kiedyś rodziców o popilnowanie moich dzieci, byśmy z żoną mogli wyjść na obiad. Matka przejawiała znaczny opór przed zajęciem się wnukami, które były wtedy całkiem małe, tłumacząc: „Tak wiele czasu minęło, od kiedy ostatni raz opiekowałam się dziećmi.” Teraz, gdy lepiej znam i rozumiem wzorce rządzące moją rodziną, widzę w tym jej lęk, że dziadek może je zgwałcić, jeśli nie będą „grzeczne” - tak samo, jak stosował wobec mnie gwałt analny jako metodę wychowawczą.⁶¹

Zawsze postrzegałem matkę jako osobę, która nigdy mnie nie nadużyła i chroniła przed ojcem jak mogła. Ale przypominałem sobie z liceum wakacje, na które przyjechałem do domu. Rodzice przenieśli się do małego mieszkania i pamiętam, że czułem się tam bardzo nieswojo. Któregoś dnia, gdy w domu byłem tylko ja i matka, zawołała mnie z jakiegoś powodu do swojej sypialni. Miała na sobie tylko stanik i króciutką halkę. Próbowwała mnie wabić seksualnie i skusić do zatrzymania się dłużej w jej pokoju. Wiedziałem, że w tej sytuacji jest coś bardzo nie w porządku. W końcu udało mi się pod jakimś pretekstem wyjść i do końca pobytu uważałem, aby ani razu nie zostać z nią sam na sam w jednym pomieszczeniu. Od tamtej pory zawsze czułem dyskomfort w jej obecności.⁶²

Kiedy opowiedziałem byłej żonie o moich kazirodczych wspomnieniach, ujawniła mi inną dawną sytuację. Siedziała kiedyś z moją matką w jej sypialni i matka skierowała rozmowę na temat badania piersi (moja eks-żona jest pielęgniarką). Nagle matka zdjęła bluzkę i stanik próbując

ofiary, jest to, jak zareagują na to inni z jej otoczenia. Tutaj możemy zobaczyć, w jaki sposób tworzy się w wiktyimizowanych dzieciach ich przyszła mentalność ofiary: dziecko zgłasza nadużycie występującej w roli autorytetu osobie i zostaje przez nią zignorowane. Siostra Kent'a musiała umocnić się w przekonaniu, że jest bezradna jeśli chodzi o powstrzymanie nadużyć i że nie jest wystarczająco ważna, by ktokolwiek chciał ją bronić. Ludzie otaczający Kent'a, gdy już był dorosły, także nie chcieli wierzyć w jego historię.

⁶⁰ Mamy tu przykład podwójnego, sprzecznego komunikatu, jaki często obserwujemy w kazirodczych rodzinach. Ojciec z jednej strony wmawia Kent'owi, że chłopiec nigdy nie będzie mężczyzną, a z drugiej strony go gwałci, żeby właśnie zrobić z niego mężczyznę.

⁶¹ Rodziny wiktyimizujące dzieci często usprawiedliwiają nadużycia seksualne, fizyczne i emocjonalne jako formę edukacji czy dyscypliny, lub w jakiś inny sposób argumentują je jako konieczność, czy nawet doświadczenie chciane i pożądane przez ofiarę. Jeśli ma ona jakieś zastrzeżenia, zostaje nazwana niewdzięcznikiem, który nie docenia „świętych” wysiłków dorosłych, starających się „wychować go na ludzi.”

⁶² Mamy tu czas, gdy Kent zaczyna ufać swoim postrzeżeniom i odbiorowi sytuacji. Do podjęcia właściwych kroków potrzebował on tylko poczucia, że „w tej sytuacji jest coś bardzo nie w porządku.” Nie szukał już kolejnych, niezaprzeczalnych dowodów; wystarczyła mu własna reakcja emocjonalna.

wymóc ręczne przebadanie swoich piersi. Żona oznajmiła, że może jej powiedzieć, jak to się samej robi i że ona się tego nie tknie. Było jej mocno niezręcznie w tej sytuacji i miała wyraźne poczucie, że coś jest nie tak, jak powinno. Nie wspomniała mi o tym, zanim ja nie zacząłem mówić o kazirodztwie. Wcześniej nie umiałem połączyć tej sytuacji z innymi faktami ani z ogólnym obrazem mojej rodziny.

Uświadomienie sobie, jak naprawdę wyglądała moja rodzina i dzieciństwo, wpędziło mnie na wiele miesięcy w depresję. Kiedy zacząłem się powoli z niej wydobywać, mój partner wyjechał na miesiąc. Nieoczekiwanie znów odezwały się moje nałogowe zachowania seksualne: krążyłem po plażach, sklepach z pornografią i innych miejscach, o jakich dzięki innym zdrowiejącym erotomanom wiedziałem, że są dla mnie zakazane. Wszedłem w ciąg narastającej autodestrukcji za pomocą kontaktów seksualnych, aż w końcu poddałem się i zadzwoniłem do terapeuty po pomoc. Uświadomił mi, że odłożyłem na półkę sprawę kazirodztwa, co nigdy nie działa. Wróciłem więc do moich dwunastokrokových grup dla erotomanów, zaczynając bardziej sumiennie przerabiać program. Zacząłem też pisać tę historię jako jeden ze sposobów radzenia sobie z rzeczywistością wykorzystania w dzieciństwie, dotarcia do dawnych uczuć i rozpracowania dynamiki dawnej rodziny. Czytając książki o kazirodztwie robiłem w nich mnóstwo notatek na temat własnego życia. Spojrzawszy w lustro któregoś ranka, zacząłem płakać; radzenie sobie z życiem przerastało mnie chwilami jako ofiarę.

Myślę, że najważniejszą rzeczą wyniesioną przez mnie z grup samopomocowych i terapii, jest zdolność odróżniania sytuacji, jakie pakuja mnie w problemy, od sytuacji bezpiecznych. Najtrudniejszą rzeczą, z jaką musiałem sobie poradzić, było wyrobienie sobie „systemu wczesnego ostrzegania” sposobów rozpoznawania, kiedy przekraczam granice zdrowego rozsądku i zaczynam robić rzeczy jakich chcą ode mnie inni, by ich zadowolić kosztem siebie. Myślę, że ten brak poczucia własnych granic i własnej identyfikacji jest bardzo charakterystyczny dla ofiar wykorzystania.

Dzisiaj jasny jest dla mnie związek między moją kazirodczą wiktymizacją, a wykorzystaniem przez pierwszego terapeutę. Z zalegającymi pod powierzchnią, stłumionymi doświadczeniami z ojcem, ta katastrofa wisiała mi nad głową, czekając tylko, aby się wydarzyć. Jeśli terapeuta wykorzystuje sytuację, by uzależnić od siebie i wykorzystać taką osobę jak ja, to myślę, że powinien stracić prawo wykonywania tego zawodu. W moim odczuciu jest tylko jedna sytuacja gorsza od terapeuty wykorzystującego seksualnie swojego klienta; to sytuacja gdy gwałci cię potężny rodzic, na którego jesteś zdany w dzieciństwie. W obu przypadkach jest potwornie trudno uciec przed tym nadużyciem.

W obu moich grupach anonimowych erotomanów, jak i na bieżącej terapii, pracujemy nad odnalezieniem i przestrzeganiem granic. Zasadniczo, granicą jest linia, której nie przekraczam, by nie zaszkodzić sobie ani innym. Uważnie określając własne granice, łatwiej mogę trzymać się z dala od sytuacji, które mogą napędląć mnie wstydem, ponowić wykorzystanie lub zaszkodzić w jeszcze inny sposób. Bycie homoseksualistą w społeczeństwie, które wyraźnie nie lubi gejów i lesbijek, to ciągła walka. Równie złe, a nieraz i gorsze dla nas jako tej społecznej grupy, jest nasze poczucie nienawiści do samego siebie, które tak często nosimy z powodu swojej homoseksualności. Zarówno terapia jak i moje anonimowe grupy pomagają mi wydobyć się po trochu z tego wstydu i nienawiści. Uczę się być dumnym z moich osiągnięć jako geja.

Pytania pomocne w identyfikowaniu własnych myśli, doznań i emocji:

- ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) podobna jest do świadectwa Kent’a?
- ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) różni się od świadectwa Kent’a?
- ⇒ Jakie uczucia przepływały przez ciebie przy czytaniu tej opowieści?
- ⇒ Jaki jej fragment poruszył cię najgłębiej?
- ⇒ Czego dowiedziałeś się o sobie i własnym życiu dzięki tej lekturze?

Historia Kevin'a

W okresie dzieciństwa i dorastania byłem wykorzystywany seksualnie przez przynajmniej trzy osoby. Pisząc te słowa, czuję jak ogarniają mnie wątpliwości i przestaję ufać, że ktokolwiek z was mi uwierzy. Te trzy osoby to: moja matka, mój brat i mój sąsiad. Uff, jakoś przelałem te słowa na papier. Ale w głowie mam tumult myśli, krzyczących: „Nikt w to nie uwierzy! Kogo to obchodzi! Szukasz sensacji. Miałeś dobre dzieciństwo, więc po co je rozkopujesz? To spotyka wszystkich i jakoś nikt nie ma z tym potem kłopotów.” Pisząc, próbuję uwierzyć, że z ujawnienia mojej historii wyniknie jednak coś dobrego.⁶³

Sprawy seksu są w mojej rodzinie od pokoleń obłożone wstydem, jak choćby to, że babcia urodziła dziecko będąc panną. Ojciec wyznał mi niedawno, na sesji terapeutycznej, że on też jest ofiarą molestowania seksualnego w dzieciństwie przez kilku starszych kuzynów, a w wieku młodzieńczym przez oficera marynarki wojennej, który wykorzystywał swoją rangę, by zmuszać go do praktyk seksualnych z nim. Rozumiem teraz, dlaczego nie chciał uznać mnie za ofiarę kazirodztwa; bronił się przed bólem związanym z jego tajemnicami.⁶⁴

Każde z moich rodziców zostało obarczone przez własnego rodzica przeciwnej płci koniecznością słuchania jego zwierzeń z intymnego pożycia. Zarówno moja matka, jak i ojciec, byli wciągnięci przez dziadka i babkę w role ich zastępczych współmałżonków. Matka opowiadała, jak jej ojciec stale „dogryzał babci bez powodu” i jak musiała opiekować się jego emocjami, przymilać się i głaskać, kojąc jego złość i pocieszając. Zawsze gdy mówi o swojej rodzinie, „odpływa” mentalnie, nie kończy zdań i zapomina w jakim miejscu przerwała

Po dwóch miesiącach od ślubu rodziców, kiedy urodził się mój starszy brat, matka wylądowała w szpitalu psychiatrycznym z załamaniem nerwowym i depresją, nie pozwalającą jej przez kilka lat funkcjonować jak osobie dorosłej i matce. Zaraz po tym, jak ją w końcu wypisali z kliniki, brat poszedł do szkoły, a po trzech tygodniach ta osamotniona kobieta poczęła mnie. Nie uprzedziła ojca, że zamierza zająć w ciążę i urodzić kolejne dziecko. Wdaje mi się, że potrzebny jej byłem do przerwania jej osamotnienia.

W chwili narodzin mój świat składał się więc z zaburzonej i przerażonej koniecznością życia matki, lękowego i izolującego się ojca, który był emocjonalnym anorektykiem, oraz brata pełnego wściekłości z powodu porzucenia. Jednym z moich najwcześniejszych wspomnień jest ciężkie zapalenie płuc jakie przeszedłem w wieku dwóch lat. Mam poczucie, że ta wczesna choroba dziecięca była reakcją na coś ważnego. To mogła być jedna z kilku następujących spraw: ciąża matki z moją siostrą, jej kolejna hospitalizacja psychiatryczna albo wykorzystanie mnie seksualne lub fizyczne. Lub wszystkie te trzy rzeczy na raz. Ze względu na poważny przebieg, moja choroba mogła być w pewnym sensie sposobem odreagowaniem pierwotnego lęku lub próbą odejścia z tego świata.

Wkrótce matka związała mnie z sobą szczególnie ściśle i mocno, a ojciec, surowy i nieprzystępny odwrócił się ode mnie i odseparował. Matka zaś powierzyła siebie mojej opiece, jakbym to ja był jej mężczyzną życia. Zwierzała mi się ze spraw, o których bała się mówić tacie. Bałem się, że ojciec znienawidzi mnie za tę specjalną bliskość z jego żoną; chyba musiał być zazdrosny i czuć odrzucenie. Ale obok lęku byłem też zadowolony z mojej pozycji wybrańca. Tyle,

⁶³ Kevin ma szczęście gdyż ma naocznych świadków czyli to, czego brakuje większości ofiar borykających się z porządkowaniem własnej przeszłości. Po napisaniu swojej historii Kevin miał sesję terapeutyczną wspólnie z jedną osobą ze swojego z rodzeństwa. Osoba ta potwierdziła, że wszystko, co napisał - a nawet więcej - jest prawdą. Dla niego był to przełomowy moment, gdy mógł usłyszeć od drugiego człowieka: „Wierzę ci, bo byłem tam z tobą i widziałem, jak byłeś wykorzystywany.”

⁶⁴ Wiele ofiar wykorzystania seksualnego żyje w przekonaniu, że były jedynymi osobami z rodziny, które to spotkało. Nikogo z krewnych nie podejrzewają o podobną historię. Jednakże w terapii bardzo często odkrywają też parę innych ofiar molestowania, żyjących w takim samym izolującym je przekonaniu i tak samo chowających ten sekret.

że ta relacja szczególnej bliskości polegała na dawaniu w jedną stronę. Matka zwierzała mi się ze wszystkich uczuć i trosk, szukając u mnie pociechy i pocieszenia, natomiast moje obawy, uczucia i potrzeby były przez nią pomijane: „Nie masz się czego bać. Nie gniewaj się na mnie młody człowieku. Nie smuć się, nienawidzę jak jesteś smutny. Nie masz powodu.” Dostawałem jasny i wyraźny przekaz, że mam wysłuchiwać jej problemów, a ignorować swoje. Poza tym, jak się przekonałem, cokolwiek ujawniłem jej o sobie, nieuchronnie wpływało na forum rodziny stając się tematem żartów i kpin.

W ramach zwierzeń matki miałem dostęp do informacji o współżyciu seksualnym rodziców. Opowiadała mi o swoich seksualnych problemach - w tym o niezaspokojeniu i nie zaznawaniu przyjemności z ojcem - i o swojej frustracji. Kiedy ojciec wyjeżdżał z miasta w interesach, brała do swojego łóżka mnie i moją siostrę; Jestem pewien, że zaczęła sypiać ze mną zamiast z ojcem jeszcze jak byłem niemowlęciem. Trwało to osiem czy dziewięć lat. Chociaż nie mam żadnych wspomnień z kontaktowej aktywności seksualnej i „złego dotyku,” do dziś gdy pomyślę o sypianiu z nią wtedy, czuję lęk. Zająłem przecież miejsce przeznaczone na jej seks z ojcem i bałem się jego złości.

W pierwszych latach szkoły jako jedyny wracałem na przerwę obiadową do domu, żeby być z matką. Nie musiał tego robić ani brat, ani siostra. Izolowało mnie to jeszcze bardziej od rówieśników i wspólnych zabaw z nimi. Ale miałem rekompensatę w postaci uczucia, że jestem kimś „specjalnym.” Dodatkowo stale pisała mi zwolnienia z lekcji, tak iż co czwarty dzień miałem wolny nie będąc wcale chorym. Pisała mi zwolnienia, abym dotrzymywał jej towarzystwa.

Matka przy wielu okazjach pokazywała mi się nago, chodząc po domu w przeźroczystych piżamach i otwierając drzwi od siebie, gdy się przebierała. Nieraz też, kąpiąc się, wołała mnie do łazienki i prowadziła długie, mało ważne rozmowy. Miałem pięć lat więc jej we wszystkim słuchałem. Mówiła „zostań tu ze mną” więc oglądałem jej celebacje przy myciu i wycieraniu się. Potrafiła przemawiać do mnie o niczym, operując gąbką czy wcierając kremy, gdy ja czułem silny pociąg do niej, wstyd i silny puls.

Gdy miałem sześć lat wszedłem do jej sypialni, gdzie leżała całkiem naga na łóżku. Drzwi do niej, naprzeciw mojego pokoju, były szeroko otwarte. Kiedy wszedłem, zaczęła się powoli ubierać, cały czas spoglądając na mnie i mówiąc coś. Nie pamiętam co, ale miałem poczucie, że jej monolog jest tylko po to, by mnie zatrzymać przy widoku jej nagości. Ubierała się koszmarnie powoli. Czułem się niezręcznie, ale nie mogłem zwać, choć chciałem; byłoby niegrzecznie wyjść w trakcie jej opowiadania. Czułem też wstyd, lęk i podniecony seksualnie, obwiniając się za te reakcje. Dziś wiem, że był to akt zaplanowanego ekshibicjonizmu - prowokacja seksualna i nadużycie. Potwierdzają to wszystkie moje dawne emocje, które teraz, przy opisywaniu tej sceny, powróciły do mnie. Były i są one dla mnie bardzo przykre i bolesne. Zostałem wykorzystany nie tyle przez to, że oglądałem nagie ciało kobiety, ile przez to, że z pozycji swojej siły i mojej zależności od niej matka specjalnie narzucała mi ten widok, prowokując mnie seksualnie, starając się ośmielić i czerpiąc z tej sceny jakiś przewrotny rodzaj „haju.” Czułem jednocześnie i pociąg do niej, i obrzydzenie, wierząc, że to *ze mną* jest coś nie tak. Była moją matką, więc - jak rozumowałem - nie mogła chcieć mnie zranić ani mi szkodzić. Najwidoczniej to *ja* musiałem być nie w porządku...

Ojciec był zawsze bardzo odległy, pracował po godzinach, a nam powtarzał: „Ojciec nigdy nie powinien spoufalać się ze swymi dziećmi.” Często poniżał mnie bolesnymi kuksańcami, mówiąc: „To tylko drobny żart.” Udawał dobre intencje, robiąc mi różne przykrości. Kiedyś pokazał mi bilety na mecz NFL, ale powiedział, że kupił tylko dwa. Wiadomo było, że - jak zawsze - zabierze mojego starszego brata. Byłem rozczarowany, zraniony, pełen żalu i złości. Czułem się pominięty i odrzucony, nie mogąc iść, a on rozognił jeszcze te uczucia pokazaniem biletów. Nagle, tuż przed meczem, wyciągnął trzeci bilet, zaskakując mnie kompletnie. Miało to niby dać mi więcej radości, niż gdybym wiedział od początku. Ale teraz, gdy sam jestem ojcem i inaczej postępuję z moimi dziećmi, widzę jakie to było wredne. Byłem wystawiony na ból rozczarowania i reakcję: „Jakim idiotą jestem, że nie domyśliłem się od razu. Powinienem być wiedzieć, że tato jest dobry.” Nie widziałem, że okradł mnie z rozkoszy oczekiwania na wspólny mecz. Najgorsze było to, że

zupełnie nie liczył się tym, co czułem. Ojciec często robił podobne „numery” - wykorzystywał swoją siłę do manipulowania mną i moimi emocjami. Naigrawał się także z moich indywidualnych cech, jak sposób jedzenia, biegania, wysławiania się czy trzymania sylwetki. Zawsze miał uśmiech na twarzy i złość lub złośliwość w oczach. Czułem, że próbuje za coś odgrywać się na mnie. Ale za co? Co ja mu zrobiłem? Co złego dziecko może zrobić ojcu? Starałem się jak najmniej rzucać się w oczy, ale też unikać pomijania, dokuczania i szturchańców. Miałem sposób na to: obłaskawiałem go rozśmieszaniem i udawaną zabawnością.

Ojciec trzymał pornografię dostępnym dla mnie miejscu. Mógł ją oczywiście lepiej ukryć lub zamknąć, ale nie dbał o to. Sięgałem po nią często i zacząłem używać do podniecania się przy masturbacji. Myślę, że zapoczątkowało to moje uzależnienie od seksu. Na pewno nie odkładałem tych świerszczyków na miejsce, tak jak były, więc jestem pewien, że ojciec wiedział, że je oglądam, jednak nic nie powiedział, nie zareagował, ani ich nie schował ich w inne, niedostępne miejsce. Nigdy też nie wspominał o seksie i to moja matka posadziła mnie z siostrą do rozmowy uświadamiającej, gdy miałem dwanaście lat. Spytała, co chcemy wiedzieć i czy mamy jakieś pytania; zaprzeczyłem, gdyż byłem już uświadomiony po lekcjach biologii w ósmej klasie. Siostra nie odezwała się wcale. Mimo zapewnień matki, że z chęcią na wszystko odpowie, najwyraźniej poczuła ulgę, gdy nie podjęliśmy tej zachęty. Więcej ten temat nie został poruszony.⁶⁵

Przez trzy lata, od siódmego do dziewiątego roku życia, spałem z bratem w jednym łóżku. Brat był o sześć lat starszy i molestował mnie mówiąc, że ponieważ jestem gruby i mam duże piersi, musi mi je obwiązać łańcuchami. Łańcuchy były tylko wyobrażone, ale owijając nimi mój korpus mógł wielokrotnie dotykać mnie i obmacywać mi piersi. Upierał się, że często musi zmieniać te łańcuchy, żeby mnie za bardzo nie uciskały. Zmieniając je, znów obmacywał mi piersi, zwykle leżąc za mną i rękami sięgając z tyłu. Nienawidziłem tej jego zabawy i byłem wściekły. Mniej chodziło mi o sam dotyk, który był dla mnie przykry i krępujący. Wykorzystanie polegało przede wszystkim na kłamliwej bajce, by odwrócić moją uwagę i ukryć znaczenie tego dotyku oraz na tym, że nie miałem wyboru ani szansy przeciwstawienia się, gdyż brat był dużo większy, silniejszy i zastraszał mnie, abym nikomu nie powiedział, jak się ze mną bawi. Mówił, że to moja wina, bo jestem gruby. Dokuczał mi też na wiele innych sposobów. Trzymał sztamę z ojcem i obaj wyśmiewali się ze mnie i stroili sobie okrutne, degradujące żarty.

Miałem więc w domu trzy wykorzystujące mnie i zawstydzające, silniejsze osoby, niosące przekaz, że niczego nie umiem zrobić dobrze i nie mam prawa wyrażać uczuć ani być taki, jaki jestem. Znaczyło to, że nie mam w sobie wartości, a moją główną rolą w życiu jest dogadzanie innym. Stałem się podatną ofiarą, gotową na dalsze nadużycia.

Gdy miałem siedem lat, przy wielu okazjach gwałcił mnie trzynastoletni sąsiad. Zmuszał mnie także do dawania mu seksu oralnego i masturbowania go. Aby to osiągnąć, posługiwał się przemocą fizyczną; groził jej wznowieniem, gdybym przestał „współpracować” lub w jakiś sposób chciał się wycofać. Molestował mnie kilka razy w tygodniu, w piwnicy jego domu, a po zmroku także na zewnątrz. Nasze zachowania musiały być widziane i ignorowane, gdyż w wokół było pełno domów, innych dzieci i przechodzących ludzi. Przypuszczam, że zastraszał też innych, gdyby chcieli się wtrącić. Nie mam jasności, czy i w jaki sposób próbowałem dać znać o tym rodzicom. Atmosfera w domu nie świadczyła jednak, że ktokolwiek pomógłby mi w tym problemie.

Wyuczyłem się taktyki nie bycia obecnym emocjonalnie. Ilekroć czułem lęk lub zranienie przestawałem być „w sobie” i pamiętam, że umiałem odłączać się jeszcze przed nadużyciami ze strony sąsiada. Zdolność ta służyła mi do chronienia się przed uczuciami i chronienia jądra duszy, gdy byłem molestowany i gwałcony. Leżąc, gdy on był na mnie, patrzyłem na wiszącą na ścianie głowę wyrzeźbioną z orzecha kokosowego i przypominającą pirata; po chwili byłem już na fregacie, w wirze krwawych przygód. Byłem cały poza sobą i mogłem myśleć: „To nie dzieje się mnie. Właściwie to się w ogóle nie dzieje.” Dzięki temu nie czułem fizycznego bólu, ani też strachu, złości, wstydu, poniżenia i bezradności.

Nadużycia jakich doznałem zostawiły mi w duszy głębokie rany, które dopiero teraz, gdy

⁶⁵ W rodzinach gdzie mają miejsce nadużycia seksualne na dzieciach, zazwyczaj nie otrzymują one żadnych informacji na temat seksu, albo informacje niewłaściwe.

mam już trzydzieści jeden lat, zaczynają się zblizniać i zdrowieć. Konsekwencje poniosłem bardzo rozległe. Niszczyłem siebie poprzez obżarstwo, kompulsywną masturbację i leki. Uciekałem w fantazjowanie. Odrzucałem od siebie ludzi swoją masą, wierząc w nieświadomej głębi, że jeśli tylko będę miał wystarczająco wielkie i ciężkie ciało, nikt mnie nie zdoła już zranić. W liceum używałem też narkotyków, czym dodatkowo znieczulałem ból po wykorzystaniu.

Większość mojego zdrowienia obraca się wokół odbudowy zaufania. Inni z łatwością mnie zawsze okłamywali, mówiąc abym im tylko wierzył, a wszystko będzie dobrze. I nigdy nie było. Nie byli wari mojego zaufania; poranili mnie tak, że nie odważałem się już więcej wierzyć komukolwiek.

Także ufanie własnym emocjom, postrzeżeniom i wspomnieniom było dla mnie wielkim progiem. Przeszedłem swoistą tresurę niedowierzania swoim uczuciom. Ojciec mówił, że matka jest z powrotem w szpitalu, ale nie mam co się martwić, bo wszystko jest w porządku. Tymczasem dla mnie wszystko było *nie* w porządku. Słyszałem jedno, widziałem co innego, a świat dalej się toczył. Więc to moje postrzeżenia musiały być błędne - tłumaczyłem sobie.

Ciężkie chwile przeżywałem też w bliskości emocjonalnej i seksualnej. Wchłonałem przekonanie, że seks jest czymś nieprzyzwoitym, wstydlwym i potajemnym, co jest wyrządzane komuś przez kogoś, a nie robione wspólnie ze sobą. W małżeństwie, oddzieliłem bliskość uczuciową od seksu; wyrzuciłem ją za burtę, próbując zastąpić ją sobie intensywnym łóżkiem. A kiedy naprawdę potrzebowałem opowiedzieć o własnych przeżyciach i najbardziej mojej, wewnętrznej stronie duszy - o moich pragnieniach, nadziejach i lękach - paraliżował mnie brak zaufania. Bałem się, że „takiego” żona przestanie kochać i chcieć. Skłaniałem się w zamian do bliskości seksualnej, co pogłębiało moje uczucie osamotnienia i przerażenia, jakie nadchodziło potem, niosąc jeszcze większą tęsknotę za niespełnioną bliskością emocjonalną. Do tego używałem kompulsywnej masturbacji, by znieść emocjonalny ból.

Z powodu narastającego braku satysfakcji w małżeństwie sięgnąłem po profesjonalną pomoc. Byłem w kryzysie; wygasł właśnie mój pozamałżeński romans, potęgując moje osamotnienie, poczucie beznadziejności i lęk. Między mną, a Lisą, moją żoną, panował niepisany podział ról: ja byłem tym chorym, dysfunkcyjnym facetem z problemami obciążającymi nasze małżeństwo - ona zaś się trzymała - więc to ja wylądowałem u terapeuty w poszukiwaniu sposobu przemiany naszego związku.

Mój pierwszy terapeuta zasugerował, abym zaczął od terapii grupowej dla osób wykorzystanych w dzieciństwie. Już po dwóch tygodniach, siedziałem przed grupą mężczyzn o podobnym problemie i opowiadałem fragmenty mojej traumatycznej historii. Dostawszy „namiary,” wstąpiłem też do Anonimowych Żarłoków z powodu kompulsywnego jedzenia oraz do Anonimowych Erotomanów z powodu nałogowych seksualnych zachowań. Opowiadając moją historię na każdej z tych trzech grup, zacząłem przyznawać się do swojej niedoskonałości, bezsilności i tego, że przestałem kierować własnym życiem. Moja obecność na terapii i mityngach świadczyła o jeszcze jednym: „że nie dam rady wydobrzeć sam. Każdy z kroków, jakie robiłem wtedy, i jakie robię do dziś, stawiałem mając pomoc i wsparcie innych.

Pierwsza sesja terapii grupowej była najcięższa, gdyż nie ufałem innym uczestnikom, ani też nie ufałem sobie. Chciałem zrobić dobre wrażenie, by nie musieć pokazać emocjonalnego głodu i zapotrzebowania na ratunek. Od najmłodszych lat wyuczyłem się nie prosić o pomoc, a teraz zmagalem się z samym sobą. Na każdej sesji zdawałem sprawę z tego, co przez ostatni tydzień potoczyło się w złą stronę i jak sobie poradziłem lub próbowałem radzić. W ciągu tych pierwszych tygodni odbudowałem nieco zaufanie, docierając do punktu, w którym byłem w stanie wymówić dwa najtrudniejsze dla mnie słowa: „Potrzebuję pomocy.” Początkowo nie orientowałem się, czego właściwie ta pomoc ma dotyczyć, więc postanowiłem szukać odpowiedzi w moich snach. Wierzyłem, że jeśli będę otwarty na przekaz, sny podpowiedzą mi, czego naprawdę potrzebuję.

Którejś nocy przyśnił mi się gwałcąy mnie kiedyś sąsiad i sytuacja, w której wciąż, po dwudziestu dwóch latach trzyma mnie uwięzionego w swojej piwnicy. Po tym śnie wróciłem na grupę pełen złości i gotowości by „poradzić sobie” z wykorzystaniem. Nie miałem pojęcia jak będzie wyglądać owo „radzenie sobie,” ale wierzyłem, że dostanę potrzebną mi asystę. Wspólnie z

terapeutą i grupą, byłem w stanie „wyegzorcyzmować” z siebie tego „demona wstydu,” jaki ciągle siedział we mnie, obrzucając wstydem, krytyką i wspomnieniami nadużyć.

W pierwszym zadaniu miałem opisać, co zrobił mi Johnny i jak się z tym czułem. Przeczytałem to na następnych zajęciach. Ogarnia mnie lęk, gdy przypominam sobie, jak siedziałem na środku, czytając tuzinowi mężczyzn opisy wielokrotnie przeżytych gwałtów i *nic przy tym nie czując*. Dosłownie, *nic a nic* wtedy nie czułem. To było tak, jakbym czytał im słownik. Aby mógł odzyskać te ukryte uczucia, terapeuta zaproponował mi powrót do scen wykorzystania za pomocą hipnozy.⁶⁶

Po nabyciu pewnej praktyki w autohipnozie, odprężaniu się i koncentracji umysłu, wróciliśmy na jednej z sesji pod drzwi tamtej piwnicy. Zamknąłem oczy i zacząłem stąpać „biegiem schodów” w dół, do podziemi umysłu - do tych jego części, które były zabarykadowane i pilnie strzeżone, by chronić mnie przed porażającymi uczuciami i doznaniem doznanych gwałtów. „Schodząc” do piwnic pamięci, trzymałem terapeutę za rękę i otaczali mnie inni uczestnicy grupy; wiedziałem więc, że nie będę już sam i bez wsparcia z niczym, co tam znajdę.

W wyobraźni, na dolnym końcu biegu schodów, otworzyłem drzwi do piwnicy Johnny’ego. Widziałem je dokładnie, każdy sęk. Czułem, że mam znów siedem lat, jestem mały i wchodzę tam, gdzie byłem gwałcony. Świadomość sali terapeutycznej oraz grupy zawężyła się i odpłynęła, całkiem realna natomiast stała się piwnica. Płakałem, krzyczałem, wrzeszczałem na niego, w końcu strząsnąłem go z siebie i zdeptałem. Pozwoliłem wylać się całej mojej wściekłości, odrazie i lękowi. Terapeuta ciągle był tuż obok, podtrzymując mnie, obejmując i zapewniając o bezpieczeństwie, co prowadziło mnie do nieskrępowanego katharsis.

Nagle poczułem, jak w sposób niekontrolowany zaciskają mi się szczęki, usta i wargi; nie mogłem ich rozdzielić i mówić. Ciało pamiętało coś, czego nie pamiętała głowa. Zwarte wargi przypominały mi, jak Johnny gwałcił mnie oralnie.⁶⁷ Po chwili udało mi się rozdzielić trochę szczęki, by wycedzić przez zęby tę wstrętną tajemnicę, dzięki czemu nieco zelżało napięcie ust. Powiedziałem Johnny’emu, że nie ma prawa mnie dotykać i nigdy nie wejdzie do mojego ciała, żadną drogą ani sposobem. Teraz moje wargi rozluźniły się bardziej, ale zaczęły mi drętwieć nogi i pojawiły się paniczne myśli, aby wydostać się z tego podziemia i lecieć po ratunek. Odrętwiałe i martwe nogi uświadomiły mi, że ani nie miałem szans uciec, ani nie miałem do kogo biec po pomoc. Ból, rozpacz, osamotnienie, wstyd i upokorzenie jakich doznałem w tym momencie, były najgorszymi z uczuć, jakie przechodziłem w zdrowieniu i zarazem tymi, jakie najbardziej potrzebowałem wyrazić i ukoić. Jestem pewien, że nie tyle samo fizyczne nadużycie było tak okropne i destrukcyjne, ile to, że przez tak wiele lat musiałem nosić w sobie tę tajemnicę i te emocje, blokując się przed nimi. Sam nigdy nie byłbym w stanie ani do nich dotrzeć, ani ich uwolnić.

Kiedy wróciłem z tej piwnicy i otworzyłem oczy, otoczyły mnie pełne miłości i opieki oczy innych uczestników grupy. Były tak autentyczne, że zaufałem im najgłębszą częścią siebie. Zostały ze mną i do dziś trwają obok, kojąc ten ból oraz zapewniając mnie o trosce i wsparciu.⁶⁸

Tam, w tej piwnicy, mogłem wykrzyczeć Johnny’emu, że nigdy więcej już mnie nie dotknie, gdyż nie ma prawa. Wykrzyczeć, że jestem tak wściekły, że zabiję go gdyby się zbliżył. Mogłem też powiedzieć, że nie będę się więcej objadał, gdyż nie potrzeba mi już zwałów tłuszczu, by odepchnąć go od siebie. Aby te nowe komunikaty utrwaliły się i nabrały konstruktywnego przełożenia na moje życie, napisałem list:

Johnny

Mam przed sobą książkę telefoniczną, gdzie przedstawiasz się jako „John,” ale będę cię

⁶⁶ Kevin, jak wspominał wcześniej, będąc molestowany albo „wychodził z siebie” albo odrętwiał się emocjonalnie. Za pierwszym razem gdy przedstawiał grupie doznane nadużycia, mówił w sposób bardzo odłączony od uczuć. Aby ozdrowieć, musiał zacząć - w bezpiecznym środowisku grupy - doświadczać emocji związanych ze swoim wykorzystaniem.

⁶⁷ Niektóre „wspomnienia wykorzystania” powracają w formie przeżywanych na nowo doznań fizycznych zamiast mentalnych uczuć i obrazów.

⁶⁸ Zapewne najpotężniej działającą tu pozytywną dynamiką grupy była empatia i akceptacja, jaką Kevin otrzymał od współuczestników.

nazywał Johnny i mam nadzieję, że to cię dotknie. Mogą wściekłość na ciebie jest potężna. O niej piszę.

Nazywam się Kevin, Kevin Olson. Na pewno mnie pamiętasz, mieszkałeś w sąsiednim domu. Na pewno pamiętasz też, jak mnie gwałciłeś, bo byłem mały i nie mogłem się obronić. Dlatego piszę!

To, co mi zrobiłeś - wykorzystanie seksualne jakim mnie obarczyłeś - stało się źródłem moich wieloletnich cierpień. Musisz o tym ode mnie usłyszeć i przeczytać, musisz wiedzieć, jak to wpłynęło na całe moje dalsze życie - na wybory jakie podejmowałem i przyszłość, jaką mi zgotowało.

To, co mi zrobiłeś było gwałtem. Serią gwałtów. Miałeś trzynaście lat, a ja siedem. Byłeś dużo większy i silniejszy i nie mogłem się przed tobą obronić. Zmusiłeś mnie. Używałeś siły i zastraszania. Dobrze pamiętam, w jaki sposób „zapraszałeś mnie do swojej piwnicy. Jak musiałem leżeć na posadzce, gdy ty ocierałeś się swoim stojącym kutasem, wsadzając mi go w pachwinę. Gdy twój brat zaczął schodzić po schodach, kazałeś mu zostawić cię na chwilę samego. Złożę się, że wiedział, dlaczego - złożę się, że i jego gwałciłeś.

Podczas gdy mnie wykorzystywałeś, starałem się udawać, że mnie tam nie ma. Patrzyłem na wiszącą na ścianie głowę wyrzeźbioną z orzecha kokosowego i przypominającą pirata; po chwili byłem już na pirackiej fregacie, wierząc, że jestem gdzieś daleko, gdzie nie mógłbyś mnie zranić.

Zmuszałeś mnie także, bym cię masturbował i dawał ci oralny seks. To działo się na podwórzu twojego domu, po zmierzchu, między drzewami. Gdy wszyscy bawili się w chowanego, zmuszałeś mnie, abym chował się z tobą w tym samym miejscu. I tak wszyscy wiedzieli, że mają cię nie szukać i zostawić samego... Czy zastraszyłeś ich tylko, czy też gwałciłeś tak samo jak mnie?

Wierzyłem, że to moja wina. Myślałem, że to ja jestem zły i robię coś złego. A przecież nic takiego nie robiłem, co mogłoby cię prowokować. Nie zrobiłem nic złego, Johnny! Ty mnie ranieś i zlamaleś psychicznie; jestem na ciebie szalenie wkurwiony!

Przed tym, jak mnie wykorzystaleś, prawie nie miałem nadwagi, ale potem, by sobie radzić z bólem i złością, zacząłem jeść bez opamiętania. Chciałem mieć jak największe ciało - tak wielkie, żebyś nie mógł mnie więcej zranić - ty, a ni kt inny. Nauczyłeś mnie, że ludzie chodzą po świecie po to, aby mnie krzywdzić, więc z lęku jadłem coraz więcej, bo do wielkiego grubasa nie będą w stanie się zbliżyć. Objadałem się do wieku dwudziestu dziewięciu lat; twarz miałem przystojną i młodą, ale ciało zdeformowane i chore od ciągłego obżarstwa i naprzemiennych diet. Moje spaczne podejście do jedzenia, otyłości to wynik tego, że tak głęboko mnie skrzywdziłeś w dzieciństwie.

Objadanie się nie było moją jedyną obroną przed chronicznym bólem, jaki mi zafundowałeś. Wykoślawiłeś także moje podejście do seksualności i miłości. Moje życie seksualne stało się w rezultacie kompulsywne, niekontrolowane, ozięble i uwikłane w nadużycia. Jednym z efektów wykorzystania przez ciebie był w moim życiu ciąg nieszczęśliwych, obsesyjnych i rozpadających się związków, łącznie z małżeństwem po sześciu latach trwania. Jak miałem wytłumaczyć mojemu dwuletniemu synkowi, odchodząc od rodziny, że moje problemy w relacjach z jego mamą wyrastają z gwałtu, którego doznałem od ciebie w wieku siedmiu lat? Wdrukowałeś mi, że jeśli dopuszczę do siebie kogokolwiek, zostanę zraniony; zniszczyłeś tym moją zdolność do intymności z żoną. Jesteśmy blisko rozvodu.

Jestem pewien, że ludzie z sąsiedztwa wiedzieli, co robisz dzieciom, ale nikt palcem nie kiwnął. Gdy nikt nie podnosił ręki, by cię powstrzymać, zawałił się mój obraz człowieczeństwa.. Do dziś zmagam się przekonaniem, że ludzkość jest obojętna, bezwzględna i okrutna.

Z pomocą siły Wyższej udało mi się znaleźć pomoc. Wielkim nakładem czasu, sił i finansów zbieram się w całość - odkrywam, że nie jestem zepsutym, pełnym wstydu zgnilkiem z powodu tego co mi zrobiłeś. Odzyskuję poczucie godności i mam dziś możliwość wyborów.

Kilku już dokonałem.

Nie będę się objadał z twojego powodu. Nie możesz mnie więcej zranić i nie muszę być otyły, by trzymać cię na dystans. Wystarczy, że powiem prawdę, a będziesz zwiewał ode mnie jak najdalej.

Kładę kres moim nadużyciom seksualnym na samym sobie i na żonie - na kimkolwiek. Zasluguję na dobro, miłość i będę miał satysfakcjonujące życie w satysfakcjonującym związku.

Będę też miał bliskie, intymne przyjaźnie i więzi z ludźmi. Będę dzielił się z nimi i pozwolę im siebie kochać i troszczyć się o mnie.

Nie będziesz więcej obecny w żadnej części mojego życia.

Kevin Olson

Waga tego listu polegała na tym, że mogłem w nim przedstawić uczciwie, samemu sobie i innym, co się stało, jak się z tym czułem, jak wykorzystanie wpłynęło na mnie i na moje życie, oraz co z nim robię teraz i jaką mam perspektywę przyszłości. Kiedy przeczytałem list mojej grupie, byłem zdumiony, jak głęboko wszyscy byli poruszeni. Pokazało mi to, jak bardzo jeszcze minimalizuję własne zmagania i efekty mojego dzielenia się nim z ludźmi.

Nie chciałem nawiązywać jakichkolwiek kontaktów z Johnny'm, więc postanowiłem nie wysłać mu tego listu, gdyż dzielę się w nim moimi uczuciami, o których nie chcę aby wiedział. Wysłałem mu tylko krótki tekst, mówiący o tym, że: 1) pamiętam, co mi zrobił; 2) jestem na niego wściekły; 3) domyślam się, że skrzywdził w taki sposób wiele ofiar; 4) musi iść się leczyć. Dołączyłem broszurkę Anonimowych Seksoholików.

W ciągu kilku tygodni od tego momentu ubyło mi piętnaście kilo; obżarstwo stało się zbędne. Od dzieciństwa jedzenie zawsze uciszało mój głód miłości i opieki. Rodzice nie odpowiedzieli na moją wczesną, ludzką potrzebę doznawania troski, więc nie nauczyłem się prosić o nią. Nie wiedziałem nawet, że na nią zasługuję. Dopiero kiedy, zdrowiejąc, dopuściłem ludzi do siebie zamiast ich odpychać, zacząłem doznawać tego, co próbowałem zastąpić jedzeniem. Duchowego i emocjonalnego głodu nie można bowiem nakarmić, napychając ciało. W mojej grupie terapeutycznej jednym z głównych celów jest budowa zaufania. Gdy zaufałem ludziom, ustąpiła moja obsesja żarcia.

Wiele miesięcy zajęła mi nauka identyfikowania własnych uczuć, ufania im i działania według ich - nauka pamiętania, że są bardzo ważne. Wiele z tego treningu ustawione jest pod kątem problemów mojego małżeństwa.

Zakochując się i ostatecznie biorąc ślub z Lisą, byłem kierowany przez wzorce wyniesione z wczesnych okresów życia. Poznałem ją, gdy była dziewczyną mojego najlepszego przyjaciela, Barry'ego. Ponieważ jako dziecko byłem najlepszym powiernikiem matki od jej kłopotów małżeńskich i seksualnych, stałem się najlepszym powiernikiem dla Lisy. Barry też obarczał mnie problemami z ich miłosnej relacji. Słuchając, mogłem doznawać tego samego poczucia „wyjątkowości” i mocy, do jakich przyzwyczajono mnie w dzieciństwie. Zanim nastąpiło oficjalne zerwanie między nimi, tkwiłem już z Lisą po uszy w miłosnej i seksualnej relacji. Kryliśmy się przed Barry'm i po cichu każde z nas liczyło, że to drugie powie mu wreszcie prawdę. Po kilku miesiącach znajomości zamieszkaliśmy razem, a po półtora roku wzięliśmy ślub. Oczekując, że Liza wypełni braki w moim poczuciu wartości i inne deficyty, dałem jej wielką kontrolę i władzę nad sobą.⁶⁹

Kiedy dzięki programowi zacząłem składać się w całość z mojego dysfunkcyjnego dzieciństwa, Lisa zaczęła się coraz bardziej odsuwać. Tydzień za tygodniem graliśmy w wyczekującą, niemą grę: „kto odejdzie pierwszy.” Chyba walczyliśmy o to, kto przy rozstaniu okaże się ofiarą, a kto oprawcą. Przekonałem się, że to nie ja jestem w naszym układzie „tym chorym” - że każde z nas ma swój wkład w małżeństwo o szczątkowej bliskości, komunikacji czy dzieleniu się uczuciami. Zaprosiłem ją, by porozmawiała z moim terapeutą o tzw. wspólnej

⁶⁹ Zwróćmy uwagę na dynamikę tej relacji. W kontaktach z matką Kevin doświadczał dokładnie takiej samej tajności, specjalności i seksualnych podtekstów.

odpowiedzialności. Na moje życzenie, zgodził się wyjaśnić jej symptomy i wzorce współzależnienia. Kiedy je opisywał, przykład za przykładem, słyszałem opis zachowań żony i funkcjonowania naszego związku. Lisa jednak nie odnajdowała w tych opisach siebie, irytując się na najmniejszą sugestię, że jakiś problem mógłby jej dotyczyć. Było mi smutno, ale moja decyzja stała się jasna: nie mogę być związku z osobą, której brak elementarnego kontaktu z rzeczywistością i która nie chce się leczyć. Oznajmiłem jej, że składam o rozwód i podział praw rodzicielskich do naszego syna.

Ze względu na model ról, jaki mi przekazali rodzice, nie wiem jakim ojcem byłbym dla mojego syna, gdybym nie znalazł pomocy. Zapewne przekazałbym mu tę samą dysfunkcję, będąc jej prototypem. Dziś ja i mój czteroletni syn jesteśmy bardzo blisko, ale na szczęście nie ma to nic wspólnego ze specjalną "bliskością," jakiej w dzieciństwie doświadczałem z matką. Moja rola polega na tym, żeby być dla niego osiągalnym zawsze, gdy mnie potrzebuje, ale nigdy na odwrót. Od słuchania o moich troskach i kłopotach mam dorosłych znajomych i przyjaciół; dziecko nie jest od bycia moim powiernikiem. Mam nadzieję, że pozwalam synowi być takim jakim jest i jakim potrzebuje być czterolatek, i nie oczekuję, że on będzie zajmował się mną jak ktoś dorosły. W efekcie mam, jak dotąd, asertywnego, kochającego i zaufanego chłopaka, który ma kontakt ze swoimi potrzebami i emocjami. Zdrowienie wspaniale ubogaca też jego życie.

Moja potrzeba terapii grupowej zmalała, gdy stałem się zdolny ufać właściwym ludziom z mojego otoczenia. Mam już funkcjonalny model relacji z nimi, jak i z Siłą Wyższą. Przed zakończeniem terapii wciąż jeszcze potrzebuję przebaczyć moim rodzicom i określiłem sobie jasno, czego oczekuję po obecnych relacjach z nimi. Zacząłem od ojca - prawdopodobnie dlatego, że nie czuję przymusu chronienia go przed moimi uczuciami, przede wszystkim złością. Chociaż omówiłem na grupie moją dawną relację z nim i jej wpływ na moje późniejsze życie, oraz przeżyłem i wyraziłem przy ludziach moje uczucia do niego, ciągle były sprawy, które potrzebowałem mu powiedzieć. Chcąc podtrzymać i uzdrowić naszą relację, musiałem przejść na bezwzględną otwartość. Aby móc uwolnić się od wstydu, postanowiłem powiedzieć mu o moim wykorzystaniu przez dawnego sąsiada. Zaprosiłem go na dodatkową sesję z terapeutą, gdzie opowiedziałem mu o swoim bólu i skutkach gwałtu w moim życiu. A przede wszystkim o tym, jak wiele złości mam do niego za to, że nigdy mnie nie chronił i nie interesował się mną.

W miarę trwania sesji, ojciec też zaczął mówić. Opowiedział mi o nadużyciach jakich sam doznał w dzieciństwie i pierwszy raz w życiu zobaczyłem go prawdziwego; był wystraszonym o samotnym człowiekiem, który choć chciał dla mnie dobrze i w duchu mnie kochał, nie umiał dać mi tego, czego potrzebowałem jako dziecko. Dzięki temu poczułem, że przebaczam mu. Wprawdzie nadal zachowuję między nami pewien dystans, ale nie czuję się już ani lepszy, ani gorszy od niego i wreszcie rozmawiam z nim otwarcie.

Nie mogę tego powiedzieć o relacji z matką. Nadal mam wiele do zrobienia w sprawie odseparowania się od niej i uniezależnienia się od jej akceptacji. Kiedy główny akcent na mojej grupie terapeutycznej przeniósłem z ojca na nią, uświadomiłem sobie, że znów wpłatałem się w emocjonalny trójkąt, z dobrym przyjacielem i jego żoną. On bardzo przypomina mi ojca, a ona - matkę i z miejsca bardzo się w nią zaangażowałem uczuciowo. Włożyłem sporo pracy grupowej, by pożegnać się z nią, a podtrzymać przyjaźń z jej mężem. Ta strategia wydaje się dobrym modelem roboczym dla przecięcia mojej symbiotycznej relacji z matką, z którą się jeszcze nie pożegnałem, nie wyjaśniłem przeszłości ani nie wprowadziłem jasnych, zdrowych granic. Kontakty z nią ranią mnie, gdyż przywołują i wyzwalają we mnie wiele wciąż noszonych uraz, lęków, złości smutku, poczucia winy i wstydu. Zdrowienie toczy się jednak naprzód i wiem, że kiedy stanę się gotów, przepracuję i tę relację.

Jedną z najważniejszych rzeczy, jakie odkryłem w ciągu ostatnich kilku lat, jest to, że nie jestem sam i mogę ufać ludziom. Zacząłem też ufać Bogu. Nie jestem winien mojej traumatycznej przeszłości. Mimo niej mogę doświadczać miłości Bożej i bliskich osób, dzięki czemu nigdy więcej nie będę musiał borykać się w pojedynkę.

Proces zdrowienia jest powolny i bolesny. Przypomina obieranie cebuli. Kiedy warstwa po warstwie docieram do coraz głębszych wspomnień, wypływa ból, z którym nie byłem gotów

kontaktować się wcześniej. Kiedy dziecko wpadnie do rynsztok obdzierając ze skóry kolana, zagoją się one pod warunkiem, że zostanie oczyszczone z brudu i opatrzone. Dla mnie zdrowienie jest jak otwieranie dawnych nie gojących się ran. Zdejmuję strupy i obmywam zranienia z „brudów” wykorzystania: ze wstydu, złości, lęków, nieufności i braku nadziei. Warto było się tego podjąć. Dziś czuję, że Kevin jest wartościowym i silnym mężczyzną, który ma wiele dobrego do dania. Prowadzę życie oparte na prawdzie. Ponieważ nie mam niczego do ukrycia, jestem wolny od dualizmów przeszłości. Kiedy budzę się rano, czuję, że cokolwiek mnie spotka, poradzę sobie z tym sięgając po pomoc i wsparcie. Zależy mi na dobru i zależy mi na moim ciele i duszy. Cierpliwie troszczę się i o jedno, i o drugie.

Chciałbym aby każdy, kto doznał wykorzystania seksualnego w dzieciństwie, mógł poczuć, że to nie była jego wina i że wcale nie jest sam. Tak, to nie była twoja wina i nie musisz samotnie składać się w całość. Nie musisz więcej czuć się kimś bezwartościowym, brudnym i złym.

Pytania pomocne w identyfikowaniu własnych myśli, doznań i emocji:

- ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) podobna jest do świadectwa Kevin’a?
 - ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) różni się od świadectwa Kevin’a?
 - ⇒ Jakie uczucia przepływały przez ciebie przy czytaniu tej opowieści?
 - ⇒ Jaki jej fragment poruszył cię najgłębiej?
 - ⇒ Czego dowiedziałeś się o sobie i własnym życiu dzięki tej lekturze?
-
-

19

Historia Tony'ego

Minęły trzy tygodnie od chwili gdy Mic zaproponował mi napisanie swojej historii do jego książki. W pierwszej chwili zareagowałem ekscytacją i entuzjazmem. Z czasem jednak pojawiły mi się mieszane uczucia. Zacząłem czuć się nie wart tego, by moja opowieść zaistniała w książce. „Co w niej niezwykłego?” - myślałem. „Co niezwykłego jest we mnie?” Nawet w tej chwili, nadal nie wiem, dlaczego ja? Ale to nie ma znaczenia. Ważne, że chcę, by moja opowieść ukazała się drukiem. Jeśli w jakiś sposób pomoże komukolwiek kto był wykorzystany seksualnie, to znaczy że jest naprawdę niezwykła.

Na imię mi Tony. Mam dwadzieścia siedem lat. Pracuję jako konstruktor budowlany. Prawie trzy lata temu zgłosiłem się na oddział leczenia uzależnień chemicznych. Nadużywałem alkoholu, narkotyków oraz samego siebie. Poniosłem dotkliwe konsekwencje finansowe, fizyczne, mentalne, duchowe i emocjonalne. Przed ostatni rok przed moim przyjściem do ośrodka uciekałem dodatkowo przed bólem wskutek znalezienia ciała mojego przyjaciela, który popełnił samobójstwo. Wiedziałem, że muszę znaleźć pomoc lub wkrótce skończę tak samo, jak on.

W ośrodku postanowiłem nie zajmować się „bezpośrednio” moim wykorzystaniem seksualnych. Omówiłem je krótko z moim prowadzącym, myśląc, że to zamknie sprawę. Pierwszy raz, po dziesięciu latach, komukolwiek o tym powiedziałem. Nie miałem pojęcia, że to zaledwie początek.

Mój prowadzący od uzależnień chemicznych przekazał mnie terapeutcie specjalizującemu się w pracy z osobami wykorzystywanymi seksualnie w dzieciństwie. Na pierwszej wizycie opowiedziałem mu o mojej samoświadomości, atakach szału, nagłych załamaniach i wzlotach nastroju, ciężkich depresjach, ekscesach seksualnych, niskim poczuciu własnej wartości, myślach samobójczych i niezdolności do komunikacji i bliskości w intymnym, platonicznym, związku. Zaproponował mi włączenie się w cotygodniową terapię w grupie pięciu do siedmiu innych mężczyzn. Przeraził mnie taki pomysł, więc nie poszedłem na tę grupę. Myślałem, że sam poradzę sobie z tym problemem.

Przez półtora miesiąca borykałem się sam z sobą, by się przekonać, że coraz bardziej przytłaczają mnie uczucia nad którymi przestałem mieć kontrolę. Miałem nagłe ataki niepohamowanego śmiechu, po których następowały fale szloch. Dostawałem gęsiej skórki, dreszczy i dygotów ciała. A najgorsze, że pogłębiała się moja depresja. Przez dwa tygodnie trzymałem pistolet w szafie z ubraniami. Co dzień, nieraz kilka razy na dzień, stawałem przed lustrem, przykładając sobie lufę do skroni - tak bardzo chciałem, by to cierpienie już się skończyło.

Na szczęście moja dziewczyna odkryła pistolet i skonfrontowała to z moim sponsorem z AA.⁷⁰ Dopiero wtedy zdecydowałem się - z oporami ale i pewną ulgą - wrócić do terapeuty od nadużyć i do grupy męskiej grupy.

Pierwszy dzień w grupie był dla mnie przerażający. Siedziałem tam, całkiem sam, z całym tym bólem i pięcioma obcymi facetami, których widziałem pierwszy raz w życiu. Po wysłuchaniu ich wypowiedzi przyszła kolej na mnie. Powiedziałem, że powodem, dla którego tu się znalazłem, jest moje wykorzystanie seksualne w wieku dojrzewania i że od samobójstwa dzieliły mnie milimetry pociągnięcia za spust. Po zajęciach Moim pierwszym odpowiedzialnym zadaniem stało się oddanie pistoletu w depozyt. Zrobiłem to.⁷¹

⁷⁰ Sponsor to osoba z programu Dwunastu Kroków, która w ramach grup samopomocowych pełni rolę przewodnika dla innej zaczynającej zdrowieć osoby.

⁷¹ Pierwotnie Tony zgodził się zostawić pistolet u mnie, jako swojego terapeuty grupowego. Wkrótce jednak wydało mu się to zbyt ryzykowne, więc powierzył go swojej dziewczynie. Zrozumiałe, że jako osoba wykorzystana w dzieciństwie przez mężczyznę, miał trudność w zaufaniu męskiej postaci reprezentującej autorytet i powierzeniu mi

Po kilku tygodniach zacząłem czuć się trochę swobodniej z tym terapeutą i facetami z grupy. Bardzo trudno było mi opowiadać w detalach moje wykorzystanie seksualne i blokowałem się. Dostałem zadanie opisywania, kawałek po kawałku - tyle, ile pozwolą mi towarzyszące uczucia - i odczytywania tego na zajęciach. Okazał się to bardzo ciężki, długi, ale skuteczny proces. Przeczytacie więc zasadniczo to, czym dzieliłem się na mojej grupie.⁷²

Sesja pierwsza

W dwunastym roku życia zacząłem pracować na ranczo, tam gdzie wcześniej pracowali przez jakiś czas także dwaj moi starsi bracia.⁷³ Zawsze chciałem jechać z mamą i tatą na to ranczo, gdy ich tam zawozili lub przywozili. Ranczo mnie w pewien sposób fascynowało. Było wielkie i ogromnie ciekawe. W końcu przekazali mnie tam.

Frank wziął mnie pod swoje skrzydła od samego początku, jak tylko go spotkałem.⁷⁴ Nie wiem, czy to z powodu mojego wieku czy czegoś innego, ale zawsze traktował mnie inaczej niż pozostałych. Gdy zacząłem tam pracować, miałem na początku niewiele obowiązków - karmienie kotów i psów, odbieranie poczty, tego typu sprawy. Frank zabierał mnie z sobą jeśli jechał coś gdzieś załatwić, miałem pomagać mu w zakupach lub biurze. Z początku podobała mi się ta jego specjalna uwaga, ale wkrótce zacząłem za nią obrywać od innych chłopaków z rancza. Obrzucali mnie epitetami „dymany chłopczyk,” „lizodup” i innymi mówiącymi zasadniczo to samo.

Kiedy teraz wspominam, widzę masę różnych rzeczy, które robił Frank.⁷⁵ Pamiętam, że wchodził do łazienki, gdy brałem prysznic lub kąpiel. Otwierał drzwi od prysznica, by dla żartu chlustać na mnie zimną wodą lub pilnie „musiał porozmawiać” ze mną o czymś. Czułem się bardzo skrępowany. W drzwiach nie było żadnych zamków. (Do dziś dnia nie jestem w stanie wykąpać się przy ludziach. Zawsze, dosłownie zawsze, muszę mieć zamknięte na zamek drzwi.)

Kiedy zacząłem nocować na ranczo, spałem w pokoju z trzema innymi chłopakami. To było fajne; całą noc mogliśmy dokazywać, śmiać się, żartować i robić zgrywy. Ale w trzynastym roku życia Frank przeniósł mnie do innego pokoju, gdzie spałem sam.⁷⁶ Zaczął przychodzić do mnie rano, by mnie budzić. Zawsze mnie przy tym dotykał bez ceregieli lub polewał wodą kolońską by mnie „dobudzić.”

Zawsze był fizycznie agresywny wobec mnie, napierając na mnie czy przygniatając do podłogi i zawsze mnie wszędzie dotykał. Wieczorami urządzał sobie ze mną zapasy na podłodze; zwykle był po dwóch trzech czy czterech kielichach. Zaczął też przynosić i częstować mnie. Zawsze nadmiernie się do mnie zbliżał. Twarzą zasłaniał mi całe pole widzenia, przyciskał mnie nakrywając swoim ciałem tak, że nie mogłem się poruszyć. Zacząłem nienawidzić tej jego bliskości, ale bałem się mu cokolwiek powiedzieć.

Sesja druga

Tydzień temu opisałem początki - to, jak zacząłem pracować na ranczo, jak spotkałem Franka i jak z miejsca wziął mnie pod swoją opiekę.

wartościowego przedmiotu, a przede wszystkim symbolu władzy nad swoim życiem i śmiercią.

⁷² Mimo, że Tony numeruje sesje, nie oddaje to ilość czasu jaki one pochłonęły. Tylko część z nich poświęcona była bezpośrednio nadużyciom seksualnym, a Tony przytacza tylko część tej części. Co więcej, Tony często robił „przerwy” korzystając ze wsparcia grupy w pracy nad innymi zagadnieniami, jak choćby jego relacja z dziewczyną. „Przerwy” te pozwalały mu na ogarnięcie i porządkowanie swoich odkryć i rozważne decydowanie o tempie i głębokości „wygryzania się” w temat jego wykorzystania. Posiadanie poczucia panowania nad procesem zdrowienia - na tym, co, komu i kiedy ujawniał - było zaplanowaną częścią jego zdrowienia.

⁷³ Po napisaniu tej historii Tony dowiedział się, że Frank tak samo wykorzystywał jego starszych braci.

⁷⁴ Frank był właścicielem rancza, co czyniło jego przewagę nad Tony’em jeszcze wyraźniejszą, gdyż mógł decydować o jego dalszym pozostaniu w pracy lub wyrzuceniu.

⁷⁵ Tony opisuje proces warunkowania ofiary - ukryte zabiegi, jakie czynią ludzie dążący do seksualnego wykorzystania dziecka, omotując je mentalnie i sytuacyjnie przez podjęciem erotycznych kontaktów.

⁷⁶ Jedną z podstawowych cech dynamiki warunkowania przedseksualnego jest izolowanie dziecka i traktowanie go w inny, specjalny i wyróżniający je, sposób.

Teraz, siadając do pisania, czuję się jak jeszcze nigdy. Naprawdę potwornie się boję. Do tej pory nigdy nie robiłem czegoś takiego. Po tych wszystkich godzinach, dniach tygodniach, miesiącach i tatach, gdy robiłem wszystko, by nie myśleć i zapomnieć o tym, co się stało, zaczynam wracać tam, próbując sobie przypomnieć, ze szczegółami, wszystko co wtedy zaszło... (Pauza, trzy głębokie oddechy.)⁷⁷

Kiedy miałem ledwie trzynaście lat, Frank był już fizycznie niesamowicie blisko. Opatrywał i leczył moje skaleczenia i zadrapania, obcinał mi paznokcie u rąk i nóg, wyciskał mi pryszcze - tego rodzaju sprawy.⁷⁸ Pamiętam jak zmuszał mnie do przychodzenia do jego pokoju na telewizję czy partię tysiąca. Zawsze chciał wtedy robić mi masaż pleców swoimi rękami lub przyrządami lub chciał abym ja go masował. Zawsze też był tylko w białym. Czułem się skrepowany widząc go w niewyszukanym neglizhu. Kiedy odmawiałem przyjścia do jego pokoju, stawał się wobec mnie oziębły i opryskliwy - cały następny dzień chodził wkurwiony na mnie, dokuczał mi i odgrywał się. Były poranki, że nie przychodził mnie obudzić, pozwalając mi zaspać i od razu miał powód do wyżywiania się na mnie.⁷⁹

Myślę, że wtedy zaczęły się już nadużycia seksualne. Jego „masaże pleców” polegały na tym, że dotykał całego mojego ciała, od głowy do stóp. Zawsze zdejmował ze mnie piżamę, pocierając moje krocze i pośladki. Kurwa, jak ja tego nienawidziłem! Wtedy mnie chyba jeszcze nie całował, ale wszystko do tego ostatecznie zmierzało. Strasznie trudno mi to napisać. Czuję się jak bomba zegarowa, lada moment wybuchnę. Ja pierdolę! Wprost nie mogę uwierzyć, jak to wszystko się nawarstwiało. Jak to możliwe?! Jak ten jebaniec mógł?! Byłem tylko trzynastoletnim chłopcem. Nienawidzę go w tej chwili i czuję kurewską odrazę do jego pierdolonego ciała.⁸⁰ Pamiętam, że zawsze opuszczał kalesony poniżej pośladków, brał moje ręce i przytykał je sobie do nich. Zawsze na mnie napierał. Zawsze używał siły, a ja nigdy nie mogłem powiedzieć „nie,” gdyż jeśli nie robiłem tego co chciał, dawał mi odczuć, że jestem kimś złym.⁸¹ Potrafił sprawić, że czułem się jakbym zrobił coś bardzo złego, odmawiając mu lub nie chcąc, by mnie dotykał.

Sesja trzecia

Nie chcę pisać Jak tylko pomyślę, że mam wracać do przeszłości, czuję ból i smutek. To pokazuje mi, jak trudne to było dla mnie wtedy i jak ciężko mi teraz nad tym pracować.

Przez trzy lub cztery miesiące Frank kazał mi spać w tym samym pokoju co on. Stwierdził że inne pomieszczenia są zbyt przepełnione, a u niego jest pełno wolnego miejsca i można wstawić drugie łóżko. O ile pamiętam ostatnim razem skończyłem na jego masażach „pleców.” Pamiętam, że teraz, gdy sypiałem w jego pokoju zdejmował z siebie i ze mnie całą bieliznę. Zabawiał się moimi genitaliami, pytając: „Staje ci?” lub „Pieścisz go sobie czasem?” Powtarzał mi, że kiedyś wyrosną mi włosy łonowe. Pytał, czy wiem jak go „obciążać” (wtedy nie wiedziałem, jak się ściąga napletek). Nie macie pojęcia, jak mnie to rozwała i jaką kurewską odrazę czuję, gdy sobie przypominam jak mi to robił! A robił mi to tak wiele razy. A potem skłaniał mnie, abym ja tak samo „obciążał” jemu. Chcę zabić go za to!

Następnie posunął się jeszcze dalej. Zaczął brać mój penis do ust i ssać go, a potem całował

⁷⁷ Terapia może być procesem ogromnie przerażającym. Klient jest proszony o zrobienie czegoś zupełnie odwrotnego niż to, co zawsze robił, by przetrwać i dążyć do poczucia bezpieczeństwa: o odkrycie, uświadomienie sobie i przeżycie swoich wspomnień i uczuć, o zaufanie innym i otwarte mówienie im o doznanych nadużyciach i ich skutkach. Naprawdę trzeba nie lada odwagi, by zaczął terapię wykorzystania seksualnego w dzieciństwie.

⁷⁸ Frank systematycznie przyzwyczajał Tony'ego do bliskiego fizycznego kontaktu z sobą. Najpierw są to zapasy, potem żarty pod prysznicem, a potem mniej publiczne rodzaje dotyku.

⁷⁹ Tony jest karany jeśli nie robi tego, co chce Frank. Jest przez niego po mistrzowsku omotywany i „ustawiany.” Jest izolowany od innych chłopców, uzależniony od bycia budzonym przez niego do pracy, musi spędzać z Frankiem coraz więcej czasu, towarzyszyć mu wszędzie i pełnić rolę specjalnego, wybranego chłopca. Jak zobaczycie dalej proces ten wywołuje w Tony'm poczucie winy i wstydu

⁸⁰ Jednym ze skutków wykorzystania seksualnego jest u Tony'ego to, że seksualizuje on złość. W chwili, gdy ją odczuwa, używa słowa *fuck* i *fucking*. Ma to sens, gdyż jego pierwsze seksualne doświadczenia jako chłopca wiązały się z doświadczaniem złości.

⁸¹ Programowanie warunkujące, jakie Frank stosował wobec Tony'ego, zaczyna mu się opłacać.

mnie w usta. Po francusku. A ja, jedyne co mogłem zrobić, to zamknąć oczy i leżeć bez ruchu. Pojebaniec! Musiał wiedzieć, *musiał wiedzieć skurwiel jeden*, że nienawidziłem tego co mi robił. Nawet nie mogę płakać, kiedy to piszę, choć chcę. Nie wiem dlaczego jestem taki usztywniony. Co do cholery jest ze mną nie tak?⁸²

Sesja czwarta⁸³

Wszystko, co do tej pory pisałem, że Frank mi robił, było wystarczająco okropne, ale potem ten skurwiel zaczął mnie nakłaniać, abym ja robił te same rzeczy jemu. Leżał, a ja masowałem mu plecy. Potem ściągał kalesony i przytykał moje ręce do swoich pośladków, abym je też masował.⁸⁴ Potem musiałem masować jego jądra i penisa. Nie umiem w to uwierzyć! Nienawidzę go w tej chwili. Nigdy nie zapomnę jego postękiwania z przyjemności ani tego, jak bardzo nienawidziłem go dotykać. Tego nikt nie może wiedzieć, jak bardzo!⁸⁵ Frank także kładł się na mnie ocierając się penisem o moje nogi lub twarz, aż się spuścił. Trzymał go sobie tak, by nigdy nie wytrysnąć na mnie. A ja, kurwa go mać, wierzyłem, że on się o mnie troszczy przez to, że nie ejakuluje wprost na mnie!⁸⁶

W końcu doszło do tego, że musiałem go onanizować. Nauczył mnie jak mam mu to robić. Rzygać mi się chcę, jak pomyślę. Jebanie! Mógłbym go pokroić na kawałki! Chcę przerwać pisanie, bo wiem co będzie za chwilę. Chwytał moją głowę, zginał w dół i zmuszał do ssania jego członka i jąder. Nigdy nie zapomnę tego uchwytu z tyłu głowy i przyginana w dół. Nie wyobrażam sobie, żebym umiał przeczytać to na grupie. Boże dodaj mi sił!

Sesja Piąta⁸⁷

Chcę zacząć od tego, że z jakichś powodów ta następna część mojego wykorzystania zawsze była dla mnie najtrudniejsza. Jednak po tym, jak przebrnąłem przez szczegółowe opisywanie poprzednich, zaczynam widzieć, że ta część nie jest ani specjalnie gorsza, ani nieczym się specjalnie nie różni. Niemniej jest dla mnie ogromnie trudna i bolesna, podobnie jak reszta krzywd, jakich doznałem od Franka.

Po tym, jak już długi czas byłem dotykany seksualnie i stymulowany, rękami i oralnie, w każdą część mojego ciała i jak to samo musiałem robić jemu, Frank przeszedł do następnego kroku - zaczął dobierać się do mnie od tyłu. Zaczął od dotykania mnie tam palcami. Wkładał mi palce między pośladki, potem do odbytu. Robił to także, gdy ssał mój penis i kiedy ocierał się na mnie całym ciałem. Brał mnie także w pozycji „69,” wysuwając mi język i palce do środka. Praktycznie robił ze mną wszystko co tylko można seksualnego wymyślić i zrealizować. Oczywiście zmuszał mnie, abym to samo robił jemu. Nigdy nie zapomnę, jak mi mówił, że robi dla mnie wszystko, nawet zje moje gówno.

Kilka razy próbował odbyć ze mną stosunek analny. Zawsze wtedy płakałem, narzekając na fizyczny ból i walczyłem aby przestał.⁸⁸ Musiało to być dramatyczne, gdyż trochę skutkowało i nie pamiętam, aby gwałcił mnie analnie zbyt często. Jednakże i to miało miejsce, więcej niż raz, choć na pewno mniej niż gdybym tak bardzo nie płakał i nie opierał się.

⁸² Opisując swoje seksualne wykorzystanie, Tony jest wobec siebie surowy z powodu symptomu odrętwienia emocjonalnego. W miarę jego postępów w leczeniu, odrętwienie to zaczęło ustępować miejsca zdolności do empatii wobec siebie i innych oraz identyfikowania własnych uczuć i wyrażania ich we właściwy sposób.

⁸³ Ta sesja miała miejsce w rok po pierwszej wizycie Tony'ego u mnie i wywiadzie wstępnym.

⁸⁴ Kiedy Tony, etapami, opowiada swoją historię grupie, czyni wiele powtórzeń. Opisywanie tych samych doświadczeń po wiele razy pozwala mu w końcu zaakceptować je, na głębokim poziomie psychicznym.

⁸⁵ Osoby wiktymizowane seksualnie w dzieciństwie często są przekonane, że nikt nie jest w stanie objąć intensywności ich bólu czy rzeczywiście zrozumieć, co przeszły. Grupa terapeutyczna pomaga zredukować ich poczucie izolacji i inności.

⁸⁶ Ofiary często nadinterpretują pewne zachowania napastnika jako przejaw oznaki troski o nie z jego strony.

⁸⁷ Miesiąc później.

⁸⁸ Mimo protestów Tony'ego, Frank, jak twierdził, był przekonany, że Tony był zadowolony z seksualnych kontaktów.

Jak może mnie obchodzić taki facet? Jak ma mi być przykro za niego? Dymał mnie, chłopca, jak chciał. Zmuszał mnie, abym robił mu wszystko, co tylko się da seksualnego na świecie. Zmuszał mnie do ssania jego członka i do zabaw jego jądrami. Zmuszał mnie go wsuwania języka i palców do jego dupy. Czemu do cholery miałbym się teraz rozczulać nad nim, pierdolonym pedofilem. Rypał mnie jak chciał, czy to do mnie dociera?! Zrujnował moje życie. Nigdy potem nie wiedziałem jak to jest żyć i funkcjonować choćby w połowie normalnie. Jak on mógł mi to zrobić. Nie miał prawa. Dlaczego mi to zrobił?

A ja, wszystko co próbowałem robić, to uszczęśliwiać go. A on mnie dymał! Nienawidzę go! W tej chwili chciałbym odpłacić mu z okładem.⁸⁹ Musi za to beknąć. Nie obchodzi mnie czy jest wypłacalny, zapłaci mi za to i nie wypłaci się do końca swojego zgniłego życia. Przez niego żyłem w tym pierdolonym koszmarze przez czternaście lat. Teraz jego kolej, niech poczuje jek to jest, niech cierpi! Niech czołga się przede mną, błagając o litość.⁹⁰ I niech trafi go szlag. Dlaczego przy mnie niebyło nikogo kto by mi pomógł? Dlaczego nie miałem do kogo pójść ani komu powiedzieć? Nienawidzę wszystkich za to, że mi nie pomogli. Nienawidzę siebie, że na to wszystko pozwoliłem i nie umiałem się obronić. Nienawidzę świata za to, że chodzą po mnim tacy ludzie.⁹¹ Doskwiera mi życie w tej chwili. doskwiera mi całe to gówno, jakie mi zafundował. Chrzanię wszystko i chrzanię wszystkich. Nic mi się nie udaje. Nie udaje mi się nawet spojrzeć w lustro bez wstydu i zażenowania. Czuję cię potwornie brzydki i osamotniony. Nigdy nie byłem zadowolony z mojego wyglądu ani ze stanu emocjonalnego. Nie pamiętam jak to jest chcieć rano wstać z łóżka. Nienawidzę wstawania. Ot, kolejny dzień męki. Jedynym momentem dnia, jaki mi sprawia przyjemność, jest zasypianie wieczorem - o ile mam taki okres, że mogę zasnąć. Kiedy zasypiam, nie czuję bólu. To z jego powodu zawsze tak strasznie pragnąłem umrzeć. Czuję się taki osamotniony i smutny, a jednocześnie niezdolny, aby wyjść do ludzi i cokolwiek z tym robić.⁹² Piekielnie się wycofuję.

Nie muszę dodawać, że po napisaniu, co mi się stało i uwolnieniu tego drogą czytania, musiałem radzić sobie z morzem silnych uczuć. Tydzień po tygodniu omawiałem moje przeżycia z facetami z grupy. Otrzymywałem od nich mnóstwo pozytywnych, zbawiennych zwrotów i wszystkie staram się zastosować w moim życiu.

Wreszcie poczułem się dojrzały do konfrontacji z Frankiem i zdecydowałem się na nią. Postawiłem sobie za cel zapytać go, dlaczego mi to wszystko robił, co myślał i jak się usprawiedliwiał. Poinformować go, czym to było dla mnie - jak bolesne i traumatyczne piętno wywarło na mnie i moim życiu. Powiedzieć mu jak strasznie mnie tym poprzetrzącał. Potrzebowałem jego skruchy i żalu, by odzyskać władzę i kontrolę nad samym sobą, które mi zabrał przez molestowanie. Po kilku tygodniach przygotowań zmusiłem go by przyszedł.⁹³ Z początku byłem zdenerwowany i spięty, ale szybko poczułem, że to ja mam teraz władzę i zaufanie do swoich sił. Czulem, że robię wspaniałą robotę - że pokonuję największe lęki w moim życiu. Po powrocie do domu napisałem:

Wtorek 22:04. Zmęczony i odprężony, smutny i szczęśliwy, wypompowany i wypoczęty. Wielka sesja - za mną. Jak mi się to udało? Wspaniale. Byłem silny, pełen zaufania do siebie, rzeczowy, rozważny, jasny, odporny i uczciwy. Czuję, że osiągnąłem wszystko, co chciałem. Próbuję nie myśleć o Franku ani o tym, jak sobie teraz radzi, ale nie umiem zmienić tego, że wciąż o nim myślę. Czuję, że cała ta praca, jaką wykonałem zaczyna mi wreszcie przynosić efekty. Z pewnością też pomogła mi dzisiaj. Chciałbym pisać dalej, ale jestem potwornie

⁸⁹ Charakterystyczne jest używanie przez Tony'ego zwrotu „w tej chwili” (*right now*). Jaką częścią siebie wiem bowiem, że nawet jeśli przeżywa i wyraża skrajną nienawiść do Franka, ma również do niego wiele ciepłych uczuć.

⁹⁰ Żądza zemsty, jaką widzimy u Tony'ego, jest zrozumiała i bardzo częsta u ofiar na tym etapie zdrowienia.

⁹¹ Często złość i wściekłość ofiary ulega globalizacji, kierując się na wszystko i wszystkich.

⁹² Na wczesnych etapach zdrowienia Tony często przejawiał symptomy depresji.

⁹³ Tony wielokrotnie odgrywał przedtem treningowe scenki, w których ćwiczył różne warianty reakcji i odpowiedzi na to, co mógłby usłyszeć od swojego napastnika. Grupa pomogła mu dostrzec, gdzie jeszcze przejawiał mentalność ofiary, aby mógł ponieść jak najmniej strat w konfrontacji i wynieść z niej jak najwięcej spodziewanych korzyści.

zmęczony i muszę się wyspać oraz przemyśleć wszystko to, właśnie się stało. Jestem z siebie dumny. Mogę uczciwie powiedzieć, że wykonałem najbardziej trudną i niewyobrażalną rzecz w moim życiu.⁹⁴

Po tej sesji nie widziałem Franka kilka tygodni, ale teraz spotykam go regularnie. Rozmawiamy o moim wykorzystaniu i dzielę się z nim kiedy mam w związku z tym trudne chwile. Frank okazuje mi wiele współczucia i wsparcia. Pyta, w czym i jak może mi pomóc. Wierzę, że ma autentyczne wyrzuty sumienia i żałuje tego, co mi zrobił.⁹⁵ Myślę, że naprawdę chce mi pomóc. Wiem to. Nadal nieraz czuję złość na niego, ale też nadal go kocham.⁹⁶ Zrobił dla mnie też wiele dobrych rzeczy. Wierzę, że od kiedy otwarcie mu powiedziałem o tym, jak mnie wykorzystywał i co mi tym zrobił, nasza relacja nabiera całkiem nowego znaczenia. Podobnie jak ja, Frank zaczyna korzystać z terapii i chce rozwiązywać swój problem.

Do tej pory dzieliłem się moimi uczuciami dotyczącymi Franka, ale teraz przenoszę uwagę na moją rodzinę i na to, jaką rolę odegrała we wszystkim, co mnie spokotało. Nigdy nie miałem zwyczaju obwiniać ich o cokolwiek, zwłaszcza rodziców, ale teraz zaczynam widzieć rzeczywistość z inne perspektywy. Zauważam w mojej rodzinie sprawy, jakich wcześniej nie dostrzegałem, a to powoduje, że wzbiera we mnie gniew. Myślałem, że rodzice nie mają nic wspólnego z wykorzystywaniem mnie przez Franka i tym, co mnie spotykało w życiu - że wychowywali mnie najlepiej jak umieli, ale choć może to i prawda, nic ich nie usprawiedliwia, że nie interesowali się mną, nie kiwnęli palcem w mojej obronie, ani wzbudziły w nich podejrzeń moje zachowania i symptomy. Postąpiłem więc tak samo, jak w przypadku Franka - napisałem do nich list i przeczytałem na mojej grupie:

Mamo i tato,

Co wam powiedzieć? Toczyłem trudne zmagania z moimi myślami, a przede wszystkim z uczuciami - z tym, jak się w środku czuję. Mam zamęt. Zawsze myślałem o ludziach jako albo dobrych, albo złych. Dopiero ostatnio zaczynam dostrzegać, że wiele zasadniczo dobrych osób robi różne złe rzeczy i wydaje krzywdzące osądy.⁹⁷

Ostatnio czuję się przez was bardzo zraniony mam do was potężną złość. Większość tej złości do tej pory kierowałem przeciw sobie, ale nie wiem dokładnie. Wiem, że zawsze działałem w sposób niezależny i samowolny, tak jakbym nigdy nie potrzebował waszej miłości i troski, ale jej potrzebowałem. Ogromnie jej potrzebowałem. Potrzebowałem

⁹⁴ Na sesji z Frankiem Tony używał innego języka niż ten, jakim opisywał swoje doświadczenia czytane potem na grupie. Na tym polega jedna z zalet pisanie; ponieważ ofiara może używać takich słów, jakie cisną się jej do głowy i nie musi się cenzurować, może ona łatwiej identyfikować swoje uczucia. Na tej sesji Frank próbował wielu metod unikania wzięcia odpowiedzialności za swoje nadużycia seksualne, w tym: zapominania, minimalizowania i racjonalizowania. Tony miał wcześniej przećwiczone wszystkie tego rodzaju obrony i dzięki temu przygotowaniu mógł skutecznie konfrontować Franka, ilekroć ten próbował zrzucić z siebie odpowiedzialność. Na przykład, gdy stwierdził, że nie przypomina sobie, aby jakiegokolwiek nadużycia seksualne z jego strony miały miejsce, Tony zaraz go skontrolował: „Ja doskonale pamiętam, co się działo. Pamiętam, co mi robiłeś, i do dziś żyję z fatalnymi skutkami twoich seksualnych zachowań wobec mnie.”

⁹⁵ Mimo, że Frank deklarował gotowość pomocy Tony’emu, nie przejawiał niestety żadnej gotowości, by pomóc samemu sobie. Na sesji z Tony’em zgodził się wprawdzie pójść na terapię la napastników seksualnych, ale potem nigdy nie zrobił nic w tym kierunku. Jak się pewnie domyślicie Tony nie był jedyną jego ofiarą. Frank nie krył na sesji, że przez te wszystkie lata w ten sam sposób wykorzystywał wielu chłopców.

⁹⁶ Wiele ludziom trudno uwierzyć, że ofiara po takich przeżyciach może kochać swojego oprawcę lub oprawców. Niestety często tak właśnie jest. W przypadku Tony’ego Frank był występował w roli najbardziej zbliżonej do ojca, którego uwagi i troski potrzebował; uwaga związana z wykorzystywaniem jest w dzieciństwie i okresie dojrzewania lepsza niż brak jakiegokolwiek uwagi.

⁹⁷ Z powodu tej właśnie postawy „wszystko albo nic” i „białe - czarne” Tony miał wielkie trudności z uznaniem odpowiedzialności rodziców za to, że go nie chronili, nie zauważali skutków wykorzystania ani nie szukali dla niego jakiegokolwiek pomocy. Bał się, że jeśli uzna ich odpowiedzialność, będzie to znaczyło, że są oni złymi ludźmi i nie powinien ich kochać. Wiele zmagania kosztowało go zrozumienie, że można kogoś kochać i jednocześnie nienawidzić jego zachowań. Pisanie i tutaj okazało się dla Tony’ego niezastąpioną pomocą; mógł w ten sposób wylewać wszelkie uczucia nie ryzykując, że powie komukolwiek coś, co więcej zaszkodzi niż pomoże.

wiedzieć i czuć, że mnie kochacie i troszczycie się o mnie, ale nie okazywaliście tego. Jestem na was wściekły, zwłaszcza na ciebie, tato. Więcej zainteresowania i szacunku niż mnie, okazywałeś moim znajomym i kolegom z pracy i bardziej interesowało cię ich życie, niż moje. Czy zdajesz sobie sprawę, że przez dwadzieścia siedem lat mojego życia nie pamiętam, abys kiedykolwiek powiedział mi, że mnie kochasz? Czy to tak cholernie trudno powiedzieć, czy może istotnie mnie nie kochasz? Zawsze starałeś się być skurwysyńsko twardy, silny i niewrażliwy. Czasami zastanawiam się, czy ty w ogóle coś czujesz? Jedyne raz okazałeś mi trochę zainteresowania wtedy gdy odszedł Taylor. Gdy usłyszałeś o młodym samobójcy, rzuciłeś ranczo i przybiegłeś, bo myślałeś, że to ja się zabiłem. A ja wziąłem to wtedy za przejaw miłości, choć ty, coś do cholery zrobił, gdy dowiedziałeś się, że to nie ja? Odwróciłeś się na pięcie i poszedłeś. Czy ja kiedyś dostałem od ciebie jakieś współczucie, czy miłość? Kurwa, nie! Słyszałem jedynie to samo: „Och to nic takiego; widziałem dużo gorsze rzeczy.” Chrzanię cię, tato, z taką miłością. Do cholery, coś się wtedy stało. To było dla mnie ważne, Taylor był moim przyjacielem.⁹⁸ Jego śmierć mnie dobiła. Potrzebowałem cię. Zawsze cię potrzebowałem i nigdy cię nie było. Twoja praca i twój czubek nosa to było wszystko, co dostrzegałeś. Czasem myślę, że jedyną różnicą między tobą a Frankiem było to, że Frank dymał mnie fizycznie, a ty robiłeś to mentalnie. Dymam was! W tej chwili nienawidzę was obu.

Mogłem wypruwać sobie żyły w pracy, daremnie czekając na twoje uznanie, ale wystarczyło, że ktokolwiek inny zrobił połowę tego co ja, zaraz był la ciebie najwspanialszym gościem na świecie. Dlaczego? Dlaczego każdy inny był dla ciebie ważniejszy niż ja? Podobno jestem twoim synem; dlaczego więc taktujesz mnie, jakbym był zerem? Nie jestem gorszy od nikogo. Jestem tak samo zdolny jak inni, ale co? Że wpiąłem kolczyk i zapuściłem włosy? Lepszym rodzicem stał się dla mnie alkohol i narkotyki. Ale płaciłem cenę. Robiłem szalone rzeczy. Nie byłem taki, jak chciałeś? Nie pasowałem do twoich wyobrażeń? Chodziłem własnymi ścieżkami? Czy dlatego tak mnie olewałeś?⁹⁹ Wiesz, kiedyś robi ci się żal, dupku. Zatęsknisz za moimi kolczykami, włosami, głosem i śmiechem - zatęsknisz za mną. Ale dopiero jak wyjadę na zawsze. Może wtedy ockniesz się i zdasz sobie sprawę, że nie byłem takim złym dzieciakiem, że robiłem wiele dobrych rzeczy, że musiałem mózg nie od parady i że naprawdę byłem coś wart.

Czy masz pojęcie, dlaczego tak się zachowywałem w życiu? Czy wiesz jak to jest być gwałconym jako chłopiec przez pierdolonego faceta i do zmuszaniem do obciągania mu ustami? Masz pojęcie, z jakim pierdolnikiem musiałem potem żyć?¹⁰⁰ Tak, tatusiu, twój syn, twój chłopiec, był pierdolony przez faceta na wszystkie sposoby, ciągle i ciągle, ale ty nic o tym nie wiedziałeś, nie? Ty, o którym myślałem, że wiesz wszystko, nie miałeś pojęcia. A może wiedziałeś i nic nie zrobiłeś? Może podejrzewałeś, ale nie sprawdziłeś? Może inni pomyślą, że nie spisałeś się jako ojciec. Oj nie spisałeś się, nawaliłeś na wszystkich frontach. Nigdy nie było cie emocjonalnie, gdy potrzebowałem. I nada potrzebuję, może nawet teraz bardziej niż kiedykolwiek. Nienawidzę cię w tym momencie. Czuję się przez ciebie 'olany' i zdradzony, Jestem na ciebie rozżalony i wściekły. Dlaczego choć raz nie możesz pokazać mi, że ci na mnie zależy i że *jestem w porządku*?

A teraz ty, mamó. Zawsze mi powtarzałaś, że muszę znaleźć sobie w życiu coś innego niż ranczo, ale cię nie słuchałem. Nic dziwnego, skoro mnie tam woziłaś. Powiedz, wiedziałaś. A na pewno podejrzewałaś. Zwykle łatwiej mi się z tobą rozmawiało niż z tatą, ale ty przecież zawsze broniłaś, usprawiedliwiałaś i chroniłaś swojego opiekuna. Może stąd to mam? Dlaczego tak trudno mi poczuć i przeżyć złość na ciebie? Może dlatego, że okazałaś mi

⁹⁸ Taylor, przyjaciel Tony'ego który popełnił samobójstwo, powiesił się na ranczo i to Tony go pierwszy znalazł.

⁹⁹ Tony, podobnie jak wielokrotnie zadawał sobie pytania, z jakiego powodu Frank wykorzystywał go seksualnie, tak samo usiłował dociec, co takiego zrobił swojemu ojcu, że ten traktował go tak, jak go traktował.

¹⁰⁰ Ponownie, gdy w Tony'm wzbiera złość, wyraża on ją w seksualizujący sposób. Na dalszych etapach leczenia wiele ofiar decyduje się wyeliminować wulgaryzmy ze swojego słownictwa. Jest to dla nich jeszcze jeden sposób na zerwanie traumatycznego połączenia między seksem a złością i agresją.

więcej miłości niż inni. Zwykle miałaś czas, by mnie wysłuchać. Akceptowałaś mnie takim, jakim jestem. Całkiem możliwe, że dlatego nie umiem dopuścić myśli, że wiedziałaś o Franku i o tym, że mnie wykorzystuje. Kochałem cię, szanowałem i podziwiałem. Wierzyć mi się nie chce, że mogłaś tak mnie wystawiać pedofilowi. Jak o tym pomyślę, czuję wielki smutek i wyczerpanie.

Obecnie przygotowuję się do sesji terapeutycznej z rodzicami. Nie wiem, czy się na nią zdecyduję, ale to, że robię konieczne przygotowania, pomaga mi bardzo radzić sobie z krzywdą, jaka mnie spotkała. Napisałem też list do mojego nieżyjącego przyjaciela, Taylora. Pomogło mi to odkryć i wyrazić mnóstwo emocji, jakie nosiłem w związku z jego samobójstwem.

Podsumowując, moje życie zmieniło się ono niepomiaralnie. Wykonałem tytaniczną pracę, przede wszystkim emocjonalną, i to zaczyna przynosić profity w wielu dziedzinach. Nadal miewam moje złe dni. Większości ludzi pewnie nie mieści się to w głowie, ale nadużycia, jakich doznałem dawno temu, wciąż mają wpływ na mnie i moje życie. Czasem sam temu zaprzeczam i nie wierzę. Chociaż to bardzo trudne i nieraz dołujące, pilnuję by wychodzić do ludzi, którzy pomogli mi dojść w zdrowieniu do obecnego miejsca i rozmawiam z nimi. Nie jestem na tej drodze tak daleko, jakbym chciał, ale przynajmniej mogę rano wstać z łóżka, spojrzeć światu w oczy i nie trzymać nabitego pistoletu w szafie.

Przed chwilą, gdy kończyłem pisać moją historię, zadzwonił telefon. Pewien członek AA, dwudziestopięcioletni mężczyzna, chce, abym został jego sponsorem. Grozi mu od trzech do pięciu lat za molestowanie seksualne dwójki swoich dzieci. Boże, jak, gdzie i kiedy się to skończy?!

Pytania pomocne w identyfikowaniu własnych myśli, doznań i emocji:

- ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) podobna jest do świadectwa Tony'ego?
- ⇒ W jakich punktach twoja historia (lub twojego partnera) różni się od świadectwa Tony'ego?
- ⇒ Jakie uczucia przepływały przez ciebie przy czytaniu tej opowieści?
- ⇒ Jaki jej fragment poruszył cię najgłębiej?
- ⇒ Czego dowiedziałeś się o sobie i własnym życiu dzięki tej lekturze?