

## Turiny

Hektorą kamuoja rūpestis.....	9
Hektorui kyla klausimų.....	13
Hektoras išmoksta kai ko svarbaus .....	19
Hektoras keliauja į Kiniją.....	23
Hektoras skaniai vakarieniauja .....	27
Hektoras artėja prie laimės .....	32
Hektoras nelaimingas .....	36
Hektoras artėja prie išminties.....	40
Hektoras padaro atradimą .....	45
Hektoras neįsimylėjęs.....	50
Hektoras liūdi .....	55
Hektoras vėl susiranda gerą bičiulį.....	59
Hektoras padaro paslaugą.....	63
Hektoras sužino, kas yra nelaimė.....	68
Hektoras išmoksta naują pamoką.....	73
Hektoras geriau supranta, kodėl šypsosi vaikai.....	78
Hektorui iškyla pavojus.....	83
Hektoras apmąsto savo mirtį.....	88
Hektoras gudrauja.....	92
Hektoras švenčia .....	95
Hektoras skrenda lėktuvu .....	99
Hektoras pramoksta istorijos ir geografijos.....	104
Hektoras sapnuoja.....	109
Hektoras eina į paplūdimį ir skaičiuoja .....	114
Hektoras domisi šeimos gyvenimu.....	120
Hektoras sužino, kad jis ne kvailys .....	125
Hektoras išmoksta išmatuoti laimę .....	131
Hektoras į Marsą neskrenda .....	137
Hektoras dalyvauja bandyme .....	143
Hektoras grįžta į lankytas vietas.....	149
Hektoras sugalvoja penkių grupių žaidimą .....	155
Hektoro kelionė buvo puiki.....	160

## Hektorą kamuoja rūpestis

Kartą gyveno jaunas psichiatras, vardu Hektoras, ir jį kamavo rūpestis.

Nors Hektorą ir kamavo rūpestis, iš pažiūros jis atrodė kaip tikras psichiatras: nešiojo mažus apvaliais rėmeliais akinius, teikiančius intelektualią išvaizdą, mokėjo išklausti žmones, nutaisęs mąslią miną ir murmeldamas „hmm...“, netgi augino nedidelius ūselius ir mėgo juos sukioti, kai būdavo labai susimąstęs.

Ir jo kabinetas buvo kaip tikro psichiatro: stovėjo sofa (mamos dovana įkurtuvėms), kelios senovinių egiptietišku ir indiškų statulėlių kopijos ir didelė knygų spinta, pilna sunkiai įveikiamų knygų, kai kurios buvo taip sunkiai įveikiamos, kad jis jų nė neskaitė.

Daug žmonių veržėsi pas Hektorą ne tik todėl, kad jis pabėgėjęs į tikrą psichiatrą, bet ir todėl, kad jis, kaip ir visi geri gydytojai, žinojo paslaptį, kurios neišmoksi universitete, – jis iš tikrųjų domėjosi žmonėmis.

Kai žmogus pas psichiatrą ateina pirmą kartą, dažnai jaučiasi sutrikęs. Bijo būti palaikytas bepročiu, net jei žino, kad psichiatras ne naujokas. Arba būgštauja, kad jo atvejis gydytojui pasirodys nelabai rimtas ir jam bus pasiūlyta apsilankyti pas kitą. Bet kadangi susitaria iš anksto ir jau atvyksta, ryžtasi papasakoti apie savo įkyrias manijas, keistokas mintis, kurios lenda į galvą ir apie kurias jis iki šiol niekam nebuvo pasakojęs, nors nuo tų minčių labai kenčia, apie didelę baimę ar juodą liūdesį, kliudančius gyventi. Nors bijo, kad nesugebės tinkamai papasakoti ir pasirodys įkyrus. Ir iš tikrųjų kartais psichiatras atrodo nuobodžiaujantis ar pavargęs. Jei anksčiau nesilankei pas psichiatrą, gali net suabejoti, ar jis tavęs klausosi.

Bet Hektorui beveik niekada taip nenutikdavo: jis žiūrėdavo į žmones, kai jie pasakodavo savo istorijas, juos drąsindamas linkčiodavo galvą, tyliai murmėdavo „hmm... hmm“, sukiodavo ūselius, kartais net tardavo: „Neskubėkite, paaiškinkite man. Nelabai supratau.“ Žmonės jausdavo, kad Hektoras iš tikrųjų klausosi, ką jie pasakoja, ir kad tos istorijos jam įdomios, išskyrus tas dienas, kai jis būdavo labai pavargęs.

Todėl ir sugrįždavo pas jį, lankydavosi dažnai, rekomenduodavo draugams, papasakodavo apie jį savo šeimos gydytojui, o šis atsiųsdavo Hektorui naujų pacientų. Netrukus Hektoras ištisas dienas klausydavosi žmonių, net ėmė mokėti daug mokesčių, nors už savo konsultacijas prašydavo ne kažin kiek. (Mama jam vis primindavo, kad turėtų imti daugiau, tačiau jis varžėsi kelti kainą.)

Už konsultacijas jis ėmė mažiau nei, pavyzdžiui, ponია Irina, gana garsi aiškiaregė. Beje, ji jam sakydavo:

– Gydytojai, jūs turėtumėte kelti kainą.

– Na, man tai jau sakė, – atsakydavo Hektoras.

– Kalbu su jumis kaip motina, gydytojai, aš regiu, kas jums būtų naudinga.

– Beje, ar pagerėjo jūsų regėjimai?

Turime pasakyti, kad ir ponია Irina apsilankė pas Hektorą, nes vis dažniau nenuspėdavo ateities. Ji labai sielvartavo dėl vieno dingusio pono ir nuo tada nieko nebesugebėjo nuspėti. Tačiau buvo apsikri, ir jai pavykdavo sudominti klientus. O kadangi dar buvo ir gana garbinga, nesmagiai jautėsi, kad nebegali numatyti ateities kaip anksčiau. Tad Hektoras išrašė jai vaistų, skirtų pernelyg liūdimintiems žmonėms, ir jos regėjimai pasidarė aiškesni.

Hektoras nežinojo, ką ir manyti.

Jam paprasčiausiai sekėsi, ir ne tik todėl, kad mokėjo išklausyti žmones. Jis puikiai išmanė savo profesijos gudrybes.

Pirmiausia jis mokėjo atsakyti į klausimą klausimu. Pavyzdžiui, kai kas nors jo paklausdavo: „Gydytojai, ar aš pasveiksiu?“, atsakydavo: „Ką turite galvoje sakydamas „pasveiksiu“?“ Tada žmonės susimąstydavo apie savo atvejį – taip Hektoras padėdavo jiems patiems ieškoti būdų, kaip pasveikti.

Be to, jis gerai išmanė vaistus. Psichiatrijoje tai gana paprasta, nes išrašyti galima tik keturių pagrindinių grupių vaistų: tų, kurie skiriami, kai užvaldo beribis liūdesys, – anti-depresantų; tų, kurie skiriami, kai apima neįveikiama baimė, – anksiolitikų; tų, kurie skiriami, kai apninka įkyrios mintys arba girdimi balsai, – neuroleptikų; ir dar yra vaistų, reguliuojančių nuotaikų kaitą – kai džiaugsmas pernelyg didelis, o liūdesys itin stiprus. Iš tikrųjų viskas gerokai sudėtingiau, nes kiekviena vaistų grupė turi mažiausiai dešimt skirtingų pogrupių su

jiems sugalvotais juokingais pavadinimais, o psichiatras privalo parinkti tokius vaistus, kurie geriausiai tiktų. Vaistai šiek tiek panašūs į desertus – ne visi tuos pačius mėgsta.

O jeigu vaistų nepakakdavo arba žmonėms jų paprasčiausiai nereikėdavo, Hektoras taikydavo dar vieną būdą jiems padėti – psichoterapiją. Žodis sudėtingas, bet jo esmė paprasta: žmones reikia išklausti ir su jais kalbėtis. Dėmesio! Kalbėtis ne taip, kaip įprasta gyvenime, o pasirenkant tam tikrus metodus. Ir vaistų, ir psichoterapijų yra įvairių, kai kurias išrado seniai mirę žmonės. Hektoras mokėsi psichoterapijos, grindžiamos metodu, kurį sukūrė šiandien dar gyvi, bet jau gerokai pagyvenę žmonės. Tai metodas, kai psichiatras kalbasi su savo pacientu, juk žmonėms kalbėtis labai patinka, mat kartais jie susiduria su psichiatrais, kurie su jais beveik nesikalba, ir tai pacientams tikrai nepriimtina.

Psichoterapija su ponija Irina Hektorui sekėsi prastokai, nes ji prabildavo pirma, jam dar nespėjus užduoti klausimo:

– Gydytojau, žinau, ko norite manęs paklausti.

Blogiausia, kad dažnai (ne visada) ji būdavo teisi.

Taigi profesijos gudrybės, vaistai, psichoterapija ir gebėjimas iš tiesų domėtis žmonėmis padėjo Hektorui tapti gana geru psichiatru – jis, pavyzdžiui, pasiekdavo tokių pat rezultatų kaip geras kardiologas; vienus pacientus išgydydavo visiškai, kitus tiek, kad jie galėtų gerai jaustis, jei kiekvieną dieną gers vaistus ir retkarčiais ateis su juo pasikalbėti; pagaliau kai kuriems tegalėjo padėti kęsti ligą ir stengtis, kad ji nepasunkėtų.

Ir vis dėlto Hektorą kamavo rūpestis.

Jį kamavo rūpestis, nes buvo akivaizdu, kad jam nepavyksta padaryti žmonių laimingų.

## Hektorui kyla klausimų

Hektoro kabinetas buvo dideliame mieste su plačiomis alėjomis, apstatytomis gražiais senoviniais namais. Miestas buvo kitoks nei daugelis didžiųjų pasaulio miestų: jo gyventojai valgė kada panorėję, susirgę galėjo nemokamai gydytis; vaikai lankė mokyklą, beveik visi turėjo darbą. Taip pat galėjo lankyti gausybę nelabai brangių kino teatrų; mieste buvo muziejų, baseinų, netgi keletas vietų, tinkamų pasivažinėti dviračiu nebijant, kad būsi sumaltas. Žmonės galėjo žiūrėti daugybę įvairiausių televizijos kanalų, skaityti kuriuos nori laikraščius, o žurnalistai turėjo teisę rašyti beveik apie viską. Žmonės turėjo daug atostogų, net tie, kuriems kartais kilndavo problemų, nes jie neturėdavo pakankamai pinigų keliauti.

Nors viskas buvo geriau nei daugelyje didžiųjų pasaulio miestų, vis dėlto kai kuriems žmonėms vos pakakdavo pinigų pragyventi, kai kurie vaikai negalėjo pakęsti mokyklos ir krėtė kvailystes, tarp jų buvo ir tokių, kurie neturėjo

tėvų, galinčių jais pasirūpinti. Buvo suaugusiųjų, neturinčių darbo, ir nelaimingų žmonių, kurie bandė gydytis gerdami, kas pakliūva po ranka, ar vartodami labai blogus vaistus. Bet tie žmonės gyveno ne tame kvartale, kuriame dirbo Hektoras. Tačiau jis žinojo, kad tokių žmonių esama, nemažai jų gydė dirbdamas ligoninėje. Hektoras nemetė darbo ligoninėje: trečiadieniais jis nepriimdavo pacientų, trečiadieniais jis važiuodavo į ligoninę. Ten sutikdavo, pavyzdžiui, tokių kaip Rožė ir klausdavo:

- Rožė, ar jūs tikrai išgėrėte vaistus?
- Taip, taip, Viešpats yra mano piemuo ir veda mane.
- Be abejo, bet ar jūs tikrai išgėrėte savo vaistus?
- Taip, taip, Viešpats yra mano piemuo ir veda mane.

Rožė tikėjo, kad Dievulis nuolat su juo kalbasi, girdėjo balsus ir garsiai jiems atsakinėjo. Blogiausia, kad Rožė, kai negerdavo vaistų, kalbėdavo gatvėje pats su savimi, o jei būdavo kauštelėjęs, netgi gana garsiai, tad nekultūringi žmonės dažnai iš jo tyčiodavosi. Beje, jis buvo gana stiprus, todėl patyčios kartais baigdavosi prastai, ir jį ilgam uždarydavo į psichiatrijos ligoninę.

Rožė turėjo dar daug kitokių problemų: juo niekada nesirūpino nei tėtis, nei mama, jam gana prastai sekėsi mokykloje, o nuo tada, kai ėmė kalbėtis su Dievuliu, žmonės nebenorėjo jo samdyti. Ir Hektoras su ponina socialine darbuotoja pildydavo krūvas popierių, kad Rožė galėtų likti mažame vieno kambario butelyje kvartale, kuriame jūs nelabai norėtumėte gyventi.

Privačiame Hektoro kabinete viskas buvo kitaip nei ligoninėje: tie ponai ir ponios, kurie lankydavosi pas jį, gana

gerai mokėsi mokykloje, juos auklėjo tėtis ir mama, jie turėjo darbą. Praradusieji darbą paprastai vėl jį susirasdavo, dažniausiai jie būdavo gražiai apsirengę ir mokėjo pasakoti savo istorijas be gramatikos klaidų, o ponios dažnai būdavo gana dailios (kartais Hektorui dėl to būdavo sunkoka su jomis bendrauti).

Kai kurie iš tikrųjų sirgo arba išgyveno dėl juos ištikusios nelaimės, tokiems Hektoras dažniausiai sugebėdavo padėti taikydamas psichoterapiją ir vaistus. Bet buvo daug ir tokių, kurie nesirgo, bent jau tomis ligomis, kurias Hektoras išmoko gydyti studijuodamas, tokių, kurie nepatyrė baisių nelaimių, pavyzdžiui, jų tėvai nebuvo netikę, jie nebuvo praradę labai mylimo žmogaus. Ir vis dėlto tie žmonės buvo nelaimingi.

Pavyzdžiui, pas Hektorą gana dažnai lankydavosi Adelina, jauna, gana žavinga ponina.

- Kaip laikotės? – klausdavo Hektoras.
- Jūs tikėtės, kad vieną dieną pasakysiu: „Labai gerai“?
- Kodėl jūs manote, kad aš to tikiuosi?
- Jums mano istorijos turėtų būti šiek tiek pabodusios, ar ne?

Adelina beveik neklydo, nors giliai širdyje Hektoras jautė jai simpatiją. Adelinai gerai sekėsi darbas, ji buvo, galima sakyti, puiki prekybininkė, vadinas, sugebėjo parduoti daiktus daug brangiau, negu jie iš tikrųjų kainuoja, todėl jos šeimininkai buvo labai patenkinti ir dažnai išmokėdavo jai dideles premijas.

Bet ji nuolat skųsdavosi, ypač vyrais. Buvo gana graži, todėl visada turėjo kokį nors vyrą, tačiau jai su vyrais niekada nesisekė: jei vyras būdavo švelnus, jai atrodydavo, kad jis ne-