



LIETUVOS MUZIKOS IR TEATRO AKADEMIJA
TEATRO IR KINO FAKULTETAS
KINO IR TV KATEDRA

JOKŪBAS VILIUS TŪRAS

KINAS IR PSICHOTERAPIJA: NUO KŪRYBOS IKI ANALIZĖS

Meno doktorantūros projektas
TEATRAS IR KINAS (C 002)

VILNIUS, 2021

Meno projekto vadovai:

Projekto kūrybinio darbo vadovas: prof. ALGIMANTAS PUIPA

Projekto tiriamojo darbo vadovas: doc. dr. LINA KAMINSKAITĖ-JANČORIENĖ

Meno projekto gynimo taryba:

Pirmininkas

prof. JANINA LAPINSKAITĖ (Lietuvos muzikos ir teatro akademija, teatras ir kinas C002, kinas)

Nariai:

doc. EGLĖ VERTELYTĖ (Lietuvos muzikos ir teatro akademija, teatras ir kinas C002, kinas)

prof. dr. DAVIS SIMANIS (Latvijos kultūros akademija, kinas)

prof. dr. AUŠRA MARTIŠIŪTĖ-LINARTIENĖ (Lietuvos muzikos ir teatro akademija, humanitariniai mokslai, filologija H004)

prof. dr. NERIJUS MILERIUS (Lietuvos muzikos ir teatro akademija, humanitariniai mokslai, filosofija H001)

Meno doktorantūros projektas rengtas 2017–2021 m. Lietuvos muzikos ir teatro akademijoje.

Meno projekto kūrybinė dalis ginama 2021 m. gruodžio 14 d., meno projekto teorinė dalis ginama 2021 m. gruodžio 16 d. Lietuvos muzikos ir teatro akademijoje.



LITHUANIAN ACADEMY OF MUSIC AND THEATRE
FACULTY OF THEATRE AND FILM
DEPARTMENT OF FILM AND TELEVISION

JOKŪBAS VILIUS TŪRAS

**CINEMA AND PSYCHOTHERAPY: FROM CREATIVE WORK TO
ANALYSIS**

Artistic Research Project

THEATRE AND FILM (C 002)

VILNIUS, 2021

Supervisors of Artistic Research Project:

Artistic supervisor: Prof. ALGIMANTAS PUIPA

Research supervisor: Assoc. Prof. Dr. LINA KAMINSKAITĖ-JANČORIENĖ

Defense Board of the artistic research project:

Chairman:

Prof. JANINA LAPINSKAITĖ (Lithuanian Academy of Music and Theatre, Theatre and Film C002, Film)

Members:

Assoc. Prof. EGLĖ VERTELYTĖ (Lithuanian Academy of Music and Theatre, Theatre and Film C002, Film)

Prof. Dr. DAVIS SIMANIS (Latvian Academy of Culture, Film)

Prof. Dr. AUŠRA MARTIŠIŪTĖ-LINARTIENĖ (Lithuanian Academy of Music and Theatre, Humanities, Philology H004)

Prof. Dr. NERIJUS MILERIUS (Lithuanian Academy of Music and Theatre, Humanities, Philosophy H001)

The artistic research project was prepared over the period of 2017 to 2021 at the Lithuanian Academy of Music and Theatre.

The creative part of the project is defended on 14 December 2021, the theoretical part of the project is defended on 16 December 2021 at the Lithuanian Academy of Music and Theatre.

TURINYS	
KŪRYBINĖ MENO PROJEKTO DALIS: PROGRAMA.....	6
TEORINĖ MENO PROJEKTO DALIS.....	7
ĮVADAS	7
1. PSICHOTERAPINĖS MENO GALIMYBĖS	12
1.1. Meno terapijos rūšys	12
1.2. Terapinis meno poveikis	19
1.3. Psichoterapinės kino galimybės	20
2. KŪRYBINĖ KINO TERAPIJA: GALIMYBĖS IR TAIKOMUMAS	25
2.1. Kūrybinės kino terapijos galimybės	25
2.2. Filmas „Sapnuoju, kad einu“ kūrybinės kino terapijos perspektyvoje	27
2.3. Filmas „Senas šautuvas“ kūrybinės kino terapijos perspektyvoje	38
2.4. Filmas „Šventas laikas“ kūrybinės kino terapijos perspektyvoje	44
3. PSICHOTERAPINĖS KINO KŪRINIŲ ANALIZĖS GALIMYBĖS	48
3.1. Psichoterapija ir kino kūrinių analizė: porūšiai ir filmų grupės	48
3.2. Savižudybės vaizdavimas Lietuvos kine 1991-2018 metais: temos analizė	51
3.3. Filmu „Senas šautuvas“ analizės terapija: profesionalai ir žiūrovai	60
3.4. Filmu „Sapnuoju, kad einu“ analizės terapija: žiūrovai	68
IŠVADOS	74
LITERATŪRA:	77
SUMMARY/SANTRAUKA	83
PUBLIKACIJOS IR VIEŠOS PASKAITOS	98
1 PRIEDAS	99
2 PRIEDAS	100
3 PRIEDAS	120
4 PRIEDAS	136

KŪRYBINĖ MENO PROJEKTO DALIS: PROGRAMA

Kūrybinės meno projekto dalies gynimo komisijai pateikiami doktorantūros plane numatyti filmai „Senas šautuvas“ (57 min.) ir „Šventas laikas“ (31 min.), kurie taip pat analizuojami šiame meno projekto „Kinas ir psichoterapija: nuo kūrybos iki analizės“ tiriamajame darbe.

TEORINĖ MENO PROJEKTO DALIS

ĮVADAS

Kino reiškinių ir jo poveikį žiūrovams pradėta tyrinėti, vos tik atsiradus kinui. Kaip žiūrinčiojo elgsenas ir būsenas įtakoja kinas, pradžioje analizavo sociologijos, vėliau – psichologijos mokslai, kurių dėmesio centre buvo neigiamo poveikio aspektai (pvz. įtaiga elgtis nusikalstamai, pastūmėjimas laužyti visuotines moralines normas). Ilgainiui, vis geriau pažįstant šią audiovizualinę mediją bei auditoriją, kiną imta vertinti ne tik išvelgiant jame grėsmes, bet ir privalumus. Kino kūriniai pradėta naudoti terapiniais tikslais: siekiant atskleisti paslėptus asmens elgesio motyvus, atrasti neigiamų emocijų šaknis, išmokyti savistabos, gebėjimo rasti sprendimus ir t. t. Įvairių šalių psichikos sveikatos specialistai yra paskelbę sąrašus terapijai naudojamų filmų, priskirdami juos konkrečioms atvejams – nuo nepalankių / sudėtingų gyvenimo situacijų (pvz., skyrybos, priklausomybės, emigracija), skausmingų ar nemalonių išgyvenimų (netektis, pažeminimas, liga) iki psichinių sutrikimų (šizofrenija, autizmas, fobijos).

Šie filmai, dauguma kurių dėl savo meninės vertės yra plačiai pripažinti ir įvertinti kūriniai, suprantama, nebuvo kurti specialiai psichoterapiniams seansams. Taip pat ir aš iki 2017 metų, meno doktorantūros studijų pradžios, specialiai nesidomėjau meno ar kino terapija. Tai nebuvo ir mano darbų objektas ar tikslas. Stodamas į doktorantūrą, ketinau tyrinėti tokius klausimus: kiek filmo režisierius ir (arba) scenaristas yra atsakingi už savo kūrinio poveikį žiūrovams, ar jį įmanoma numatyti, jei taip, tai ar poveikio prognozės koreguoja (arba turėtų koreguoti) meninius sprendimus? Už savalaikes išvalgas, nurodant kryptį, koreguojant tiriamojo darbo temos formuluotę ir tikslus nuoširdžiai dėkoju šio darbo vadovei doc. dr. Linai Kaminskaitei Jančorienei. Prisipažinsiu, kad porą metų slapta priešinausi: man atrodė, kad nei mano kūryba, nei biografija neturi nieko bendro su terapija. Po to besigilindamas į meno / kino poveikio vartotojui tyrinėjimų istoriją bei raidą, analizuodamas savo patirtis bei charakterio ypatybes naujai įgytų žinių kontekste, suvokiau, kad visa tai, ką nuveikiau ir sukūriau, yra užkoduota mano auklėjime, vaikystės patirtyse. Socialinį jautrumą, užuojautą kūrinijai, susirūpinimą dėl artimojo paveldėjau iš savo močiutės. Padidintas jautrumas, vėliau visos išgyventos nelaimės, netektys, šeimyninės disfunkcijos ir neviltis mane nukreipė į savidestrukciją. Lėtas kopimas iš jos, kaip ir visa mano biografija, yra tebevykstantis eksperimentas ir sudėtinė šio rašto dalis. Rašydamas šį darbą neišvengiamai užsiėmiau nuolatine savianalize, o mano dabartinis ir tolimesnis gyvenimas, pasirinkimai, elgesys tapo neatsiejamas nuo meno ir kino terapijos temos nagrinėjimo.

Pažintis su šiame darbe minimais tekstais apie kūrybinės kino terapijos galimybes padėjo įžvelgti mano filmų terapinį poveikį man pačiam, todėl darbe analizuoju, kaip jis reiškėsi kuriant filmus „Sapnuoju, kad einu“, „Senas šautuvas“ ir „Šventas laikas“. Tirdamas ir analizuodamas šių filmų kūrybinį procesą ir poveikį auditorijai, siekiau išskirti, kas kiekvienu atveju nulemia terapinį efektą. Svarbu paminėti, kad meno ir psichoterapijos santykis šiame darbe analizuojamas tik kaip pagalbinė terapija, nieko bendro neturinti su profesionalia psichologine pagalba.

Darbo šerdį sudaro šio darbo autoriaus trijų filmų „Sapnuoju, kad einu“, „Senas šautuvas“ ir „Šventas laikas“ kūrybinio proceso ir susitikimų su žiūrovais analizė dviejų kino terapijos funkcinių modulių (kūrybinės kino terapijos ir kino kūrybinės analizės) kontekste.

Darbo aktualumas

Problema: kino terapiją daugelis suvokia labai supaprastintai, tik kaip tam tikros tematikos filmų peržiūrą pagal problemos pobūdį. Analizuojant darbo autoriaus filmus tyrime pristatomi du kino terapijos funkciniai modeliai: 1) kūrybinė kino terapija (angl. *film and video-based therapy, therapeutic filmmaking* arba *videotherapy*). 2) kino kūrybinės analizės terapija (angl. *cinema therapy* arba *movie therapy*) bei akcentuojama savirefleksijos, pokalbių ir aptarimų su specialistais po filmų peržiūrų svarba.

Kino, kaip sintetinės meno šakos, poveikumas didžiulis, todėl tinkamai ir tikslingai naudojamas gali padėti siekti teigiamų pokyčių. Pats kūrybos procesas ir tikslingai parinktų filmų peržiūrų aptarimas paverčia kiną galingu pagalbiniu psichoterapijos instrumentu. Šis tarpsritis meninis tyrimas, apima kūrybinį kino režisieriaus darbą ir kino, meno performatyvumo, psichologijos bei auditorijos tyrimų aspektus. Meno projekto aktualumas grindžiamas poreikiu atsigręžti į socialinę meno paskirtį, meninę praktiką grįstą žinių kūrimą ir kino terapijos reikšmės suvokimą. Tyrimas nesiekia padėti pagrindų kino terapijai kaip pagalbinei psichoterapijos rūšiai. Tačiau jis galėtų atkreipti psichikos sveikatos priežiūros specialistų, pedagogų, edukatorių ir plačiosios visuomenės dėmesį į galimybę naudoti kiną kaip efektyvią priemonę savianalizei, saviugdai, refleksijai skatinti.

Temos ištirtumas / tyrimų apžvalga

Darbo temos pasirinkimą iš dalies nulėmė ir informacijos apie kino terapiją lietuvių kalba stoka. Lietuviškai nerasta jokios informacijos apie pirmiausia šiame darbe analizuojamą kūrybinę kino terapiją (angl. *film and video-based therapy, therapeutic filmmaking* arba *videotherapy*). Šio kino terapijos funkcinio modelio – kūrybinio kino proceso terapinės

galimybės pristatomos straipsnių rinktinėje *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*, kurią sudarė Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson, Penelope P. Orr¹.

Toliau darbe analizuojamas funkcinis kino terapijos modelis – kino kūrinio analizės terapija (angl. *cinema therapy* arba *movie therapy*) – yra paplitęs labiau, todėl ir lietuviškai šia tema internete galima rasti kelis pažintinio pobūdžio straipsnius, parengtus pagal 2010 metų Rasos Kučinskienės ir Antano Kučinsko publikaciją *Kino terapija – savęs pažinimo instrumentas// Nervų ir psichikos ligos. – 2010, Nr. 2, p. 38-40*². Taip pat egzistuoja feisbuko profilis *Kino terapija*³, kuri nuo 2016 metų kuruoja geštalto praktikės Rufina Solovjova ir Jurga Šidiškytė.

Didžioji dalis užsienio autorių, psichologų, psichoterapeutų, rašančių apie kino terapiją taip pat ją sieja su tikslingomis filmų peržiūromis ir pokalbių su pacientais būtinybe po jų. Kino kūrinio analizės terapijos (angl. *cinema therapy* arba *movie therapy*) apibrėžimą, praktinius pastebėjimus, filmų analizes pagal diagnozes ir aptarimus su pacientais po tokių peržiūrų aprašo kino terapijos pradininkės L. Berg-Cross, P. Jennings ir R. Baruch⁴, psichoterapeutai B. Wolz⁵, B. Wooder⁶. Detalią filmų savižudybės temomis analizę pateikia S. Stack ir B. Bowman⁷. Filmus sielvarto ir gedulo temomis savo knygoje *Cinema as Therapy: Grief and Transformational Film* analizuoja J. Izod ir J. Dovalis⁸.

Darbo naujumas

Tyrime pirmą kartą Lietuvoje pristatomi ir analizuojami du kino terapijos funkciniai modeliai. Atliktas tyrimas yra aktualus ir naujas Lietuvos meno kontekste.

Tyrimo objektas: psichoterapinis kino kūrimo proceso ir kino kūrinių analizės poveikis bei šio poveikio tinkamumą psichoterapijai nulemiantys veiksniai.

Tyrimo tikslas: atskleisti ir pagrįsti psichoterapines filmų kūrimo ir filmų analizės galimybes remiantis asmeniniais pavyzdžiais.

¹ *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson et al. Routledge, 2015.

² <https://lmbtau.wordpress.com/2013/02/26/kino-terapija-padededa-pazinti-save/> [Žiūrėta 2021-03-05]

³ https://www.facebook.com/kinoterapija/about/?ref=page_internal [Žiūrėta 2021-03-05]

⁴ Berg-Cross, L., Jennings, P. ir Baruch, R. Cinematherapy: Theory and application. *Psychotherapy in Private Practice*, 1990, 8 (1).

⁵ Wolz, B. *E-Motion Picture Magic: A Movie Lover's Guide to Healing and Transformation*. Colorado: Glenbridge Publishing, 2005.

⁶ Wooder, B. *Movie Therapy: How It Changes Lives*. Joy Publishing, Kindle Edition, 2011.

⁷ Stack, S.; Bowman, B. *Suicide Movies: Social Patterns 1900–2009*. Göttingen: Hogrefe Publishing, 2012.

⁸ Izod, J., Dovalis, J. *Cinema as Therapy: Grief and Transformational Film*. Routledge, 2015.

Tyrimo uždaviniai

1. Aptarus psichoterapijos ir meno sąsajas, apibūdinti meno terapijos sampratą ir pristatyti pagrindines jos rūšis bei taikymo modelius.
2. Apžvelgus psichologijos ir kino teorijos sąveikas nuo kino atsiradimo iki šių dienų, atskleisti, kaip kito kino poveikio samprata.
3. Apžvelgus kino terapijos praktiką, apibūdinti pagrindinius kino terapijos funkcinius modelius: kūrybinę kino terapiją ir kino kūrinių analizės terapiją.
4. Išanalizuoti savo kūrinius kūrybinės kino terapijos kontekste.
5. Analizuojant savo ir kitų lietuvių režisierių kūrinius bei auditorijos tyrimų rezultatus, aptarti terapines kino galimybes, atskleisti analizės terapijai tinkamų kino kūrinių požymius.

Tyrimo hipotezė

Tyrimė daroma prielaida, kad kinas gali turėti terapinį poveikį tiek kūrybinio proceso, tiek žiūrėjimo lygmenyje.

Tyrimo metodai

Tyrimas atliktas etapiškai, naudojant lyginamąjį, empirinį, interpretacinį, taip pat kokybiniams tyrimams būdingą giluminių, pusiau struktūruotų interviu ir apklausų turinio ir atvejų analizės metodus.

Darbo struktūra: darbą sudaro įvadas, trys skyriai, išvados, literatūros sąrašas ir keturi priedai. Pirmajame skyriuje „Psichoterapinės meno galimybės“, sudarytame iš trijų poskyrių, pristatoma psichoterapijos, meno terapijos ir kino terapijos atsiradimo istorija ir sąveika, aptariamos Meno terapijos rūšys (1.1), apžvelgiamas Terapinis meno poveikis (1.2) ir nuosekliai pereinama prie Terapinių kino galimybių (1.3), kur išskiriami du funkciniai kino terapijos modeliai. Antrajame darbo skyriuje „Kūrybinė kino terapija: galimybės ir taikomumas“ pristatomos ir analizuojamos pirmojo iš šių modelių Kūrybinės kino terapijos galimybės (2.1), vėliau nuosekliai pereinant prie trijų autorius filmų aptarimų kūrybinės kino terapijos perspektyvoje - filmo „Sapnuoju, kad einu“ (2.2) bei kitų dviejų filmų „Senas šautuvas“ (2.3) ir „Šventas laikas“ (2.4). Trečiajame darbo skyriuje „Psichoterapinės kino kūrinių analizės galimybės“ pristatomas antrasis kino terapijos funkcinis modelis, susijęs su filmų peržiūra ir analize, šio modelio porūšiai ir filmų grupės (3.1). Viena iš filmų teminių grupių pristatoma poskyryje Savižudybės vaizdavimas Lietuvos kine 1991-2018 metais: temos analizė (3.2). Trečiasis skyrius papildomas poskyriumi filmo „Senas šautuvas“ analizės terapija: profesionalai ir žiūrovai (3.3), kuriame pateikiama psichikos sveikatos specialistų ir žiūrovų

pokalbių po filmo santrauka. Trečią skyrių užbaigia poskyris filmo „Sapnuoju, kad einu“ analizės terapija: žiūrovai (3.4), kuriame pateikiamos ir analizuojamos refleksijos po šio filmo peržiūrų, vykusių nuo 2014 iki 2018 m. VIVES taikomųjų mokslų universiteto Pedagoginių studijų koledže, Torhout mieste, Belgijoje.

Tiriamasis darbas papildytas priedais. Pirmajame priede pateikiama Stacko ir Bowman 1900–2009 m. JAV ir Didžiosios Britanijos filmuose vaizduotų savižudybių motyvų taksonomijos lentelė⁹, kuria remiantis pagal vaizduojamų savižudybių motyvų pobūdį buvo suskirstyti lietuvių vaidybiniai filmai, sukurti 1991–2018 metais.

Antrajame priede pateikiama transkripcija diskusijų vykusių po filmo „Senas šautuvas“ peržiūrų tarp psichikos sveikatos specialistų ir žiūrovų.

Trečiasis priedas – pilnas Belgijos studentų refleksijų ir analizės tekstas po filmo „Sapnuoju, kad einu“ peržiūrų. Ketvirtasis priedas – „Sapnuoju, kad einu“ peržiūrų ir susitikimų su žiūrovais sąrašas.

⁹ Stack, S.; Bowman, B. *Suicide Movies: Social Patterns 1900–2009*. Göttingen: Hogrefe Publishing, 2012, p. 18

1. PSICHOTERAPINĖS MENO GALIMYBĖS

1.1. Meno terapijos rūšys

Kūrybinių gebėjimų skatinimas yra vienas iš kertinių meno terapijos tikslų. Remiantis žemiau pateikta literatūra, tekste bus gilinama į meno terapijos poveikio galimybes: ar bet kuris kuriantis žmogus tuo pačiu dalyvauja ir terapiniame procese, saviterapijoje? Ar bet kuris skaitantis, žiūrintis meno vartotojas patiria terapinį meno poveikį?

Žodis *terapija*, išvertus iš senovės graikų k. *θεραπεία (therapeia)*, reiškia „gydymas“, „sveikatinimas“ arba „gyjimas“. Šiuo metu pasaulyje priskaičiuojama virš 150 įvairiausių terapijos rūšių¹⁰ nuo vandens ir ozono, šviesos ir tamsos terapijų iki genų, antikūnių, hormonų ir protonų terapijų; sąrašas nuolat kinta ir vis pasipildo kartu su atradimais atskirose mokslo srityse, vienaip ar kitaip juos pritaikant gydymui ar sveikatinimui. Viena iš įvairialypiškiausių ir svarbiausių terapijos srovių yra psichoterapija (gr. *ψυχοθεραπεία, psychotherapia* – sielos/dvasios/proto gydymas) - psichinių, emocinių ir psichosomatinių sutrikimų bei ligų gydymas psichologinių metodų visuma, taikant verbalinę ir neverbalinę komunikaciją¹¹.

Nors galima sakyti, kad psichoterapija praktikuojama daugybę amžių, nes medikai, filosofai, dvasiniai vadovai ir paprasti žmonės nuo senų senovės pasitelkia įvairius psichologinius būdus kitiems gydyti¹², pirmą kartą terminą „psichoterapija“ XIX a. pabaigoje pavartojo anglų gydytojas D. H. Tuke: 1872 m. išleistoje jo knygoje „Proto poveikio kūnui iliustracija“ vienas iš skyrių pavadintas „Psichoterapija“¹³. Bendrinėje kalboje psichoterapija dažnai vadinama „kalbėjimo terapija“ (angl. *talking therapy*), nors, kaip jau minėta, ne visos psichoterapijos formos grindžiamos pokalbiu ar verbaline komunikacija; su kai kuriais pacientais, kaip neišvengiama terapinė priemonė, pasitelkiamas bendravimas raštu arba nežodinis bendravimas – lietimais, akių kontaktu, mimika, žvilgsniais, kūno kalba, gestais, balso tembru ir intonacijomis. Vienas iš neverbalinės psichoterapijos pavyzdžių yra muzikos terapija, kuri gali būti naudojama tiek naujagimiams, tiek visų kitų amžiaus grupių žmonėms,

¹⁰ McGraw-Hill *Concise Dictionary of Modern Medicine*. 2002. Prieiga per internetą: <https://medical-dictionary.thefreedictionary.com/therapies> [Žiūrėta 2021-03-05].

¹¹ *Farlex Partner Medical Dictionary*. 2012. Prieiga per internetą: <https://medical-dictionary.thefreedictionary.com/psychotherapy> [Žiūrėta 2021-03-05].

¹² Marks, S. Psychotherapy in historical perspective. *History of the Human Sciences*, 2017, 30(2), p. 3–16. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/0952695117703243> [Žiūrėta 2021-03-05].

¹³ Chaney, S. The Action of the Imagination: Daniel Hack Tuke and Late Victorian Psycho-Therapeutics. *History of the Human Sciences*, 2017, 30(2), p. 17–33. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/0952695116687225> [Žiūrėta 2021-03-05].

turintiems pažeistas kalbos ir mąstymo funkcijas ir verbalinės komunikacijos problemų. Muzika ir garsai tampa saviraiškos, jausmų ir komunikavimo priemone¹⁴.

1980 metais pasaulyje buvo suskaičiuota įvairiausių psichoterapijos porūšių, metodų, koncepcijų ir technikų¹⁵, tačiau pagrindinėmis, taikomomis meno terapijoje, įvardijamos šios: psichoanalitinė (Froido), analitinė (Jungo), bihevioristinė, kognityvinė, Geštalto („čia ir dabar“, nenustatinėjanti diagnozių), į vieną asmenį orientuota, socialinė ir t.t.¹⁶.

Kaip teigia Saul M. Kassinas ir Gisli H. Gudjonssonas, daugelyje šalių žmonės jau seniai tiki, kad savų problemų, nelaimių pripažinimas, t. y. verbalizavimas, yra naudingas ir kūnui bei protui. Tuo rėmėsi ir Breueris bei Freudas, pastebėję, kad po psichoterapijos sesijų, išsikalbėję, žmonės dažnai pasijunta geriau, tarsi išvalę protą nuo slegiančios informacijos, palaidotos pasąmonėje¹⁷. Šis atradimas paskatino Freudo psichoanalizės plėtrą ir padėjo jai tapti pirmąja sisteminga „gydančia kalbėjimo priemone“, kuri iki šiol yra daugumos šiuolaikinių psichoterapijų ir socialinės paramos grupių pagrindas. Toliau Kassinas ir Gudjonssonas pažymi, kad tyrimai patvirtina gydomąją atsivėrimo apie savo problemas, traumas ir prasižengimus galią¹⁸. 1997 ir 2002 metais amerikiečių socialinės psichologijos profesoriaus Jameso W. Pennebakerio ir kitų tyrėjų atliktų eksperimentų metu tiriamiesiems buvo pasiūlyta savo praeities traumas arba trivalesius kasdienius įvykius įrašinėti į magnetofoną ar bent užrašyti sąsiuvinuose. Nors iš pradžių šie labai susijaudino, netrukus dauguma pasijuto geriau, ir per ateinančius 6 mėnesius šių asmenų apsilankymai pas gydytojus pradėjo mažėti. Kitų JAV mokslininkų Brendos Major ir Richardo Gramzowo 1999 m. atliktas tyrimas su moterimis, kurioms buvo atliktas abortas, parodė, kad savo patirtis išdrįsusias į magnetofoną įrašyti moteris vėliau mažiau persekiojo įkyrios mintys palyginti su tomis, kurios to nepadarė¹⁹.

Vienas iš pagalbinių psichoterapijos būdų – meno terapija – yra gana jauna terapijos rūšis. XVIII a. pab., kaip teigia Susana Hogan, menas buvo naudojamas psichikos ligonių „moralės gydymui“²⁰. O patį *meno terapijos* terminą 1942 m. pirmasis panaudojo britų dailininkas Adrianas Hillas, kai sveikdamas po tuberkuliozės sanatorijoje pastebėjo, kad

¹⁴ Drake, J. Music Therapy and Communication Disabilities: Singing, Speech, and the Brain. *BSU Honors Program Theses and Projects*. 2014, Item 74. Prieiga per internetą: Music Therapy and Communication Disabilities: Singing, Speech, and the Brain [Žiūrėta 2021-03-05].

¹⁵ Haldipur, C. V. The Meanings of Psychotherapy. *Psychological Medicine*, 1985, 15(4), p. 727–732. Prieiga per internetą: <http://doi.org/10.1017/S0033291700004955> [Žiūrėta 2021-03-05]; *Twenty-First Century Psychotherapies: Contemporary Approaches to Theory and Practice*. Sud. Jay L. Lebow. John Wiley & Sons, 2008, p. 1.

¹⁶ Žr. plačiau Art Therapy Theories. A Critical Introduction, London: Routledge, 2016; Approaches to Art Therapy. Theory and Technique, London: Routledge, 2016.

¹⁷ Kassina, S. M. ir Gudjonsson, G. H. The Psychology of Confessions: A Review of the Literature and Issues. *Psychological Science in the Public Interest*, Vol. 5, No.2. November 2004.

¹⁸ Ibid.

¹⁹ Ibid.

²⁰ Hogan, S. ir Coulter, A. M. *The Introductory Guide to Art Therapy*. London: Routledge, 2014, p. 20.

piešimas ir tapymas padeda gijimui. Pasak jo, dailės terapija vertinga tuo, kad išlaisvindama žmogaus kūrybiškumą, ji padeda jam atlaikyti sunkius išgyvenimus²¹. A. Hillas rekomendavo meninę veiklą kitiems sanatorijos svečiams, o netrukus pradėjo praktikuoti į meno terapiją panašius terapinius metodus. Nors ryšys tarp meno ir psichologijos buvo pastebėtas ir anksčiau, profesionalioji meno terapija atsirado tik XX a. penktame dešimtmetyje JAV.

Kalbant apie meno terapijos ištakas, verta apžvelgti esminius S. Freudų psichoanalizės teorijos teiginius, nes būtent ji padarė didžiausią įtaką psichoanalitinių meno analizės metodų atsiradimui ir sklaidai, meno terapijos, kaip pagalbinės psichoterapijos priemonės, raidai. Sietlo Antioch Universiteto mokslininkė Michelle Tobin netgi pavadino S. Freudą „meno terapijos seneliu“²².

Freudų teorija remiasi prielaida apie dualistinę asmenybės struktūrą: žmogaus psichikoje egzistuoja sąmoningos ir nesąmoningos (užslopintos) mintys. Šias mintis talpinančias psichines struktūras Freudas įvardino kaip *Id*, *Ego* ir *Superego*.²³

Ego yra pirmoji, sąmoningoji asmenybės pusė, kuri „reprezentuoja tai, ką galima pavadinti protu ir blaivumu“²⁴. *Id* yra antroji, nesąmoninga asmenybės pusė – *ego* priešingybė, nes „ten susitelkusios aistros.“ „*Superego* veikia kaip abiejų psichinės energijos srautų – tiek iš *Id* kylančio grynosios vitalinės energijos srauto, tiek iš *Ego* plūstančio valios energijos srauto – sutramdymo instrumentas, veikiantis kaip galingiausi „universalūs“ asmens stabdžiai, tačiau jų funkcionavimui paradoksaliu būdu yra naudojama ta pati vitalinė energija, kurios *Superego* geba pasisemti iš *Id*“²⁵. *Id* apima bazinius, į malonumo siekį orientuotus instinktus, *Ego* veikia kaip tų instinktų moderatorius. Kadangi *Id* impulsai yra ne visada derami visuomenėje ir ne visada išpildomi, mes esame nuolat verčiami juos modifikuoti, kad jie geriau prisiderintų prie realybės. Šis konfliktas tarp varos patenkinti *Id* impulsus ir spaudimo juos modifikuoti internalizuojamas *Ego* struktūroje, sukuriama įvairūs – tiek patologiniai, tiek brandūs – gynybos mechanizmai, padedantys susidoroti su šio konflikto generuojama frustracija. Neurozė – tai sąšamoninio konflikto tarp *Id* ir *Ego* išdava, kylanti tada, kai patologiškai *ego* gynybos mechanizmai užaštrėja tiek, kad pacientui prireikia psichoterapijos. Freudų psichoanalizės

²¹ Hill, A. *Art Versus Illness: A Story of Art Therapy*. London: George Allen and Unwin, 1945.

²² Tobin, M. *A Brief History of Art Therapy: From Freud to Naumberg and Kramer*, 2015, p. 6. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/276207648_A_Brief_History_of_Art_Therapy_From_Freud_to_Naumberg_and_Kramer [Žiūrėta 2021-03-05].

²³ Approaches to Art Therapy. Theory and Technique, p. 25.

²⁴ Freud S. *Anapus malonumo principio*. Vilnius, Vyturys, 1999, p. 148.

²⁵ Kardelis, N. Sielos polėkiai ir nuopuoliai: keletas paralelių tarp Platono ir Freudų. Psichoanalizės fenomeno interpretacijos. Neklasikinė ir XX a. filosofija, sud. A. Andrijauskas, V. Rubavičius. Lietuvos kultūros tyrimų institutas, 2016, p. 109.

metodas padeda pacientams įsisąmoninti pasąmoninį konfliktą ir išgyti nuo neurozės²⁶. Paties Freudo žodžiais kalbant, „toks procesas, kuriame seksualinis siekis (potraukis) nuo savo tikslo – malonumo pratęsti giminę nukreipiamas į kitą genetiškai susijusį su atsižadėtuuju, bet nebe seksualinį siekį“ vadinamas *sublimacija*²⁷. Pasak Freudo, sublimacija yra brandi *Ego* gynyba, instinktų energiją nukreipianti į visuomenėje vertinamus tikslus, tarp jų – ir meninę kūrybą. Išskirdamas sublimaciją iš visų kitų psichologinių gynybos mechanizmų rūšių, Freudas tikėjo, kad žmonijos aukščiausi kultūriniai laimėjimai pasiekti būtent sublimacijos dėka²⁸.

Freudo psichoanalizės teorija paskatino Margaret Naumburg ir Edith Kramer, kurios laikomos meno terapijos pradininkėmis, pasitelkti meno kūrimą terapinių užsiėmimų veiksmingumui didinti, jos išskyrė tris elementus verbalizaciją, perkėlimą ir sublimaciją, kuriuos analizavo ir rėmėsi praktikoje²⁹. Naumburg tikėjo, kad simbolinė meno kalba paskatina verbalizacijos ir perkėlimo procesus, o Kramer manė, kad terapinis poveikis pasireiškia tuo, jog kūrybinė veikla sustiprina sublimaciją. Pastarieji įrankiai plačiai naudojami meno terapijos praktikose, analizuojant pacientų mintis, vaizdinius pasitelkiant jų sukurtus kūrinius (piešinius, skulptūras ir pan.)³⁰.

Freudas išskyrė dviejų tipų nesąmoningas mintis: ikisąmonines idėjas, kurios yra latentinės, tačiau visiškai pajėgios tapti sąmoningomis, ir nesąmoningos idėjos, kurios yra slopinamos ir negali tapti visiškai sąmoningos be psichoanalizės pagalbos³¹. Vadovaudamasi Freudu teorija, Naumburg skatino savo pacientus spontaniškai kurti vaizdus, kuriuos laikė tam tikra simbolinės kalbos forma. Ji tikėjo, kad komunikacija simboliais padeda apeiti paciento patiriamus kalbėjimo sunkumus, įveikti sąmoningo *Ego* cenzūrą. Jos požiūriu, komunikacija simboliais meno terapijos metu sustiprina psichoanalitinius verbalizacijos ir perkėlimo procesus: pasąmoninis konfliktas dažnai lengviau išreiškiamas „paveikslėliais, o ne žodžiais“³². Naumburg patirtis liudijo, kad kuriant vaizdus meno terapijos užsiėmimų metu, kalbėjimo sunkumų patiriančių pacientų kalba dažnai tampa sklandesnė. Jos įsitikinimu, komunikacija simboliais pagreitina verbalizacijos procesus, nes pacientai išmoksta spontaniškai kuriamus

²⁶ Tobin, M. *A Brief History of Art Therapy: From Freud to Naumburg and Kramer*, 2015, p. 6. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/276207648_A_Brief_History_of_Art_Therapy_From_Freud_to_Naumburg_and_Kramer [Žiūrėta 2021-03-05].

²⁷ Asakavičiūtė, V. Freudu ir Jungo psichoanalitinė meno kūrinio interpretacija. Psichoanalizės fenomeno interpretacijos. Neklasikinė ir XX a. filosofija, sud. Antanas Andrijauskas, Vytautas Rubavičius. Lietuvos kultūros tyrimų institutas, 2016, p. 362.

²⁸ Tobin, M. *A Brief History of Art Therapy: From Freud to Naumburg and Kramer*, 2015, p. 6. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/276207648_A_Brief_History_of_Art_Therapy_From_Freud_to_Naumburg_and_Kramer [Žiūrėta 2021-03-05].

²⁹ Ibid.

³⁰ Žr. Approaches to Art Therapy. Theory and Technique, p. 100-115.

³¹ Alexis A. Johnson, Introduction to Key Concepts and Evolutions in Psychoanalysis: From Freud to Neuroscience, Routledge, p. 25-30.

³² Tobin, M. *A Brief History of Art Therapy: From Freud to Naumburg and Kramer*, 2015, p. 6.

vaizdus laisvai susieti su žodinėmis sąvokomis. Išlaisvinus kalbą, pacientus galima paskatinti reflektuoti vaizdus, kurių anksčiau negebėjo apibūdinti. Taigi meno terapija stiprina gebėjimą išreikšti save tiek verbalinėmis, tiek neverbalinėmis priemonėmis³³.

Verbalizacija savo ruožtu psichoanalizės pacientams leidžia išreikšti ir suvokti perkėlimą. Freudas perkėlimą apibrėžė kaip stiprias, priešiškas arba palankias emocijas, kylančias terapeuto asmens atžvilgiu, bet nenulemtas esamos situacijos. Šios emocijos kyla iš ankstesnės patirties ir yra iš naujo patiriamos psichoterapijos metu. Pasak Freudo, senas konfliktas generuoja naujo pavidalo neurozę terapeuto atžvilgiu. Šiomis naujomis sąlygomis pacientas norėtų elgtis kaip anksčiau, bet terapeutas paskatina jį priimti kitokį sprendimą. Kalbėdama apie perkėlimą meno terapijos užsiėmimuose, Naumburg pastebi, kad ir pacientai ima suvokti, jog jų kuriamas menas gali tarsi veidrodis atspindėti jų neįsisąmonintus motyvus. Taip pacientai pradeda sąmoningiau suvokti savo perkėlimo reakcijas. O Kramer, kaip ir Freudas, manė, kad sublimacija yra vienas efektyviausių būdų pasąmoninių varų keliamoms grėsmėms įveikti: potencialiai destruktivi galia panaudojama konstruktyviems tikslams. Tačiau kitaip nei Freudas, ji nemanė, kad verbalizacija ir perkėlimas yra būtinos priemonės šiam tikslui pasiekti, sublimavimas, jos manymu, yra galutinis tikslas. Kramer požiūriu, būtent tuo meno terapija skiriasi nuo psichoterapijos. „Meno terapijos poveikį lemia kūrybinės veiklos metu suaktyvinti psichologiniai procesai.“ Kramer manė, kad meno terapijos tikslas – suteikti pacientams gaires, stiprinant brandžius *Ego* gynybos mechanizmus, kurie padėtų jiems savarankiškai tvarkytis su neišvengiamai patiriamais pasąmoniniais konfliktais. Meno terapeuto vaidmuo – būti paciento sąjungininku jam / jai įgyvendinant savo kūrybinius sumanymus, t.y. teikti techninę pagalbą ir emocinį palaikymą. Naumburg požiūriu, meno terapijos paskirtis – per simbolinę raišką sustiprinti verbalizacijos ir perkėlimo procesus. Vadinasi, menas – tik postūmis kalba grįstai terapijai, t.y. psichoterapijai. Kramer, kita vertus, išskėlė sublimacijos svarbą ir pabrėžė kūrybos kaip sąmonės ir pasąmonės konfliktą harmonizuojančios veiklos paskirtį³⁴.

Kaip matyti, abi mokslininkės meno terapijos funkciją aiškino kiek skirtingai. M. Naumburg meno kūrinys – tai tam tikra simbolinės kalbos forma, panašiai kaip sapnai. Todėl jis gali suteikti psichoterapeutui įžvalgų apie paciento pasąmonę. Taip pat ir pačiam žmogui jo kūryba, aptarta su specialistu, padeda sužinoti apie neįsisąmonintus psichikos procesus. Tuo tarpu E. Kramer pabrėžė paties kūrybinio proceso (o ne kūrybinio produkto) gydomąją galią,

³³ Ibid.

³⁴ Tobin, M. *A Brief History of Art Therapy: From Freud to Naumburg and Kramer*, 2015, p. 6. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/276207648_A_Brief_History_of_Art_Therapy_From_Freud_to_Naumburg_and_Kramer [Žiūrėta 2021-03-05].

nes jis, integruodamas sąmonę ir pasąmonę, nuramina tarp šių psichikos klodų kylančius konfliktus. Pvz., kylant pykčio priepuoliui piešimas jį padeda numalšinti³⁵.

Meno terapijos procesas vyksta tuomet, kai žmogus meninę veiklą terapiniais tikslais atlieka saugioje aplinkoje dalyvaujant profesionaliam terapeutui.

Anglų kalboje sąvoka *art therapy* („meno terapija“) dažniausiai siejama tik su vaizduojamaisiais menais: piešimu, tapyba, tekstile, keramika, skulptūra, fotografija ir pan. JAV, kur meno terapija turi galias šaknis, išskiriamos dvi pagrindinės meno terapijos atšakos – ekspresyvių meno formų terapija (*expressive arts therapies*) ir kūrybinių meno formų terapija (*creative arts therapies*). Pirmoji, ekspresyvių meno formų terapija, apima visus menus. Šis visas meno rūšis integruojantis meno terapijos modelis savo veikimo principais priimtinausias dideliems meno terapijos centrums. Mūsų šalyje taikomą meno terapiją būtų galima įvardinti kaip ekspresyviąją terapiją (*expressive therapy*): pacientams pagal situaciją pritaikoma labiausiai tinkanti ar prieinama meno saviraiškos priemonė. Tai gali būti piešimas, šokis, dainavimas, teatras, grojimas muzikos instrumentu ar pan. Kitaip tariant, priklausomai nuo paciento būklės ir pomėgių, psichologinei būsenai gerinti, jausmams išreikšti, pritaikoma tam tikra meno forma.

Antroji šaka, vadinama kūrybinių meno formų terapija, taip pat naudoja visas meno formas, tik ji nuo pirmosios skiriasi tuo, kad psichoterapijai pasitelkiama tik viena meno rūšis. Tuo tikslu aukštesiose mokyklose ruošiami tik su viena meno rūšimi dirbsiantys terapeutai – dailės terapeutai, šokio / judesio terapeutai, teatro terapeutai, muzikos terapeutai ir t.t. Šios meno terapijos atšakos atskirų meno sričių specialistai jau ruošiami ir Lietuvoje. Remiantis JAV meno terapijos įstaigas vienijančios organizacijos (National Coalition of Creative Arts Therapies Associations, Inc. [NCCATA]) duomenimis išskiriamos 6 pagrindinės kūrybinių meno formų terapijos rūšys:

1. Dailės terapija, į kurią įeina viskas nuo tapybos, piešimo iki lipdinių, karpinių, mezginių ir pan.
2. Šokio / judesio terapija dažnai taikoma grupėse su judesio sutrikimais. Šios terapijos užsiėmimų metu kartais stengiamasi komunikuoti kūno judesių pagalba.
3. Dramos / teatro terapija veikia sujungdama psichoterapijos ir teatro principus.
4. Muzikos terapijos seansų dalyviai dažniausiai groja, dainuoja ir klausosi muzikos.
5. Poezijos, skaitymo, rašymo terapija, arba biblioterapija, yra susijusi su konkrečiam atvejui parinktų tekstų skaitymu, deklamavimu ar rašymu. Dažnai ši terapijos rūšis taikoma

³⁵ Ibid.

depresijos gydymo atvejais. Dirbant su vaikais skaitoma vaikiška literatūra, lavinama vaizduotė³⁶.

6. Psychodrama kaip psichoterapijos metodas, nuo teatro terapijos skiriasi tuo, kad pacientas šios individualios terapijos metu analizuoja savo gyvenimą, patirtis ir pats tampa pagrindiniu terapinio veiksmo veikėju, vaidindamas grupėje pats save³⁷. Psychodramos kūrėjas ir grupinės terapijos pradininkas daktaras Jacobas Levy Moreno pasakoja, kaip vienintelį kartą, būdamas dvidešimties, jis atėjęs į Vienoje vykstančią Freudo paskaitą, kurioje buvo analizuojama telepatija sapnų metu. Po paskaitos Freudas, kuriam tuomet buvo 56 metai, jaunojo Moreno paklausė, kokia veikla šis užsiims. Moreno jam atsakė: „Daktare Freudai, aš tęsiu nuo to momento, kur Jūs baigiate. Jūs sutinkate žmones dirbtinėje savo kabineto aplinkoje. O aš susitinku su žmonėmis gatvėje arba jų namuose natūralioje aplinkoje. Jūs analizuojate jų sapnus. O aš stengiuosi suteikti jiems drąsos vėl svajoti“³⁸. Panašiu principu remiasi darbas su pacientais asmeninių ir šeimos konsteliacijų sesijų metu, kai asmeniui grupėje suteikiama galimybė pamatyti save ir savo vietą kitų gyvenime tarsi iš šalies. Tik pacientas čia ateina ne kaip psichoterapinės (psychodramos) grupės dalyvis, bet kaip savo šeimos sistemos dalyvis.³⁹

Taigi kiekviena iš aukščiau išvardintų kūrybinių meno formų terapijos rūšių yra traktuojama kaip atskira pagalbinė psichoterapijos rūšis.

Įvairios meno terapijos rūšys taikomos visų negalios rūšių sveikatinimo, savęs pažinimo, asmens ir kūrybiškumo ugdymo bei problemų sprendimo tikslais priklausomai nuo problemų sudėtingumo, pacientų negalės ar ligos pobūdžio. Daiva Grakauskaitė-Karkockienė, nagrinėjusi kūrybiškumo teorinį pagrindą, pastebi, kad įprastai kūrybiškumas apibrėžiamas kaip asmens gebėjimas atrasti nauja ir kaip efektyvus problemų sprendimas, kuris „priklauso ne tiek nuo žinių ar įgūdžių, kiek nuo ypatingo sugebėjimo užduotyse esančią informaciją panaudoti greitai ir įvairiais būdais“⁴⁰.

Aiškumo dėlei savo tiriamajame darbe sąvoką „meno terapija“ vartosiu bendrąja prasme, turėdamas omenyje visas meno ir kūrybos rūšis, naudojamas terapiniais tikslais.

³⁶ The National Coalition of Creative Arts Therapies Associations (NCCATA). Prieiga per internetą: <https://www.nccata.org/research> [Žiūrėta 2021-03-05].

³⁷ American Society of Group Psychotherapy and Psychodrama (ASGPP). Prieiga per internetą: <https://asgpp.org/what-is-psychodrama/> [Žiūrėta 2021-03-05].

³⁸ Tavon, L. A comparison of psychoanalytic and psychodramatic theory from a psychodramatist's perspective, *Counselling Psychology Quarterly*, Vol. 14, No. 4, 2001, pp. 331–355, Prieiga per internetą: <https://psychodrama.org.nz/wp-content/uploads/resources/tauvon-2001.pdf> [Žiūrėta 2021-08-05].

³⁹ Giacomucci, S. *Social Group Work in Action: A Sociometry, Psychodrama, and Experiential Trauma Group Therapy Curriculum*. Doctorate in Social Work (DSW), 2019. Prieiga per internetą: https://repository.upenn.edu/edissertations_sp2/124 [Žiūrėta 2021-03-05].

⁴⁰ Grakauskaitė-Karkockienė, D. *Kūrybos psichologija*. Logotipas, 2003, p. 9.

1.2. Terapinis meno poveikis

Taigi, meno terapija yra pagalbinė psichoterapijos atšaka. Amerikiečių profesorius Kjellas Erikas Rudestamas⁴¹ pateikia tokius meno terapijos tikslus ir užduotis:

- a) pateikti ar surasti socialiai priimtina būdą, kaip mažinti arba šalinti agresiją ir kitas negatyvias emocijas;
- b) palengvinti gydymo (psichoterapijos) procesą naudojant meno terapiją kaip pagalbini metodą;
- c) surinkti medžiagą ir informaciją psichodiagnostikai;
- d) identifikuoti slopinamas destruktivias mintis ir jausmus;
- e) užmegzti kontaktą su pacientu;
- f) vystyti savikontrolę;
- g) susikoncentruoti ties pojūčiais ir jausmais;
- h) lavinti kūrybinius gebėjimus ir kelti savivertę⁴².

Kaip jau minėta, išskiriami du pagrindiniai meno terapijos taikymo būdai. Pirmuoju atveju, žmogus terapinį poveikį patiria kurdamas pats, per meninę saviraišką, nepriklausomai nuo išsilavinimo, amžiaus ir sveikatos būklės – tai terapinis kūrybinio proceso poveikis. Šis modelis remiasi anksčiau minėta viena iš meno terapijos pradininkių E. Kramer meno terapijos samprata.

Antruoju atveju asmuo terapinį poveikį patiria matydamas, girdėdamas, vartodamas, vertindamas, analizuodamas jau sukurtus meno kūrinius – tai meno kūrinių pažinimo ir analizės poveikis. Per saviraišką, kaip savęs ir aplinkos pažinimą, arba per kito kūrinio analizę ir aptarimą žmogus išreiškia ir įvardina savo mintis, jausmus, potyrius, stiprina savivoką ir savivertę, atranda konstruktyvesnius elgesio modelius, problemų sprendimus. Šis meno terapijos taikymo modelis labiau siejasi su M. Naumburg pateiktu meno terapijos veikimo aiškinimu.

Šie du metodai labai skiriasi, ir praktikoje labiau paplitęs pirmasis, kai kūrimo procese dalyvauja pats žmogus. Antrasis susijęs su gebėjimu analizuoti ir aptarti tai, ką pamatei ar išgirdai.

Meno terapijos pagrindas visada yra trikampis: a) pacientas; b) tam tikra meno rūšis ir c) meno terapeutas⁴³. Tai sritis, susijusi su įvairaus pobūdžio psichinių, psichosomatinių ir

⁴¹ Rudestam, K.E. *Experiential Groups in Theory and Practice*. Monterey, CA: Brooks/Cole Publishing, 1982.

⁴² McNiff, S. The Effects of Artistic Development on Personality. *Art Psychotherapy*, 1976, 3(2), 69–75. Prieiga per internetą: [https://doi.org/10.1016/0090-9092\(76\)90002-8](https://doi.org/10.1016/0090-9092(76)90002-8) [Žiūrėta 2021-03-05].

⁴³ Edwards, D. ir Wilkins, P. *Art therapy*. SAGE Publications, Ltd, 2014, p. 2. Prieiga per internetą: <https://www.doi.org/10.4135/9781526401533> [Žiūrėta 2021-03-05].

psichomotorinių sutrikimų gydymu, pasitelkiant visų rūšių meną, kūrybą ir kūrinių analizę, aptarimą, vertinimą.

Kalbant apie meno terapinio poveikio sampratą, turimas omenyje būtent tas poveikis, kurį asmuo patiria tiek kurdamas, tiek ir vartodamas meno kūrinį. Poveikis, kuris žmogų veda sveikatinimosi keliu, suvokiant, kad bet kuris meno kūrinys – tai ženklų sistema, o menas – tai lyg savotiškos mįslės, rebusai ar žaidimas tiek su savimi, tiek su reginčiuoju.

Įsivaizduojant, kad visa būtis, menas ir kūryba yra tarsi regimojo lengvai užkoduotas malonus ar nemalonus turinys reginčiajam (žiūrovui), išeina, kad bet kurio meno kūrinio poveikis visada susijęs su reginčiojo noru, geba, pasiruošimu priimti, analizuoti ir įvertinti jam siunčiamus ženklus, kuriuos kasdien transliuoja aplinka arba (ir) kuriuos jam siunčia kuriantysis – rašytojas, dailininkas, kompozitorius, architektas, atlikėjas, dizaineris ir pan. Tie ženklai reginčiajam (vartotojui) gali turėti teigiamą poveikį. Nuo seno pripažįstama, kad terapinį poveikį turi gamta – dangus, jūra, kalnai, miškas, saulėlydis, rūkas, – bei gyvūnijos pasaulio vaizdai ir garsai. Gali jį turėti ir žmogaus kurti ženklai – vaizdai, tekstai, garsai.

Svarbu pabrėžti, kad terapinis meno poveikis pasireiškia tiek kūrėjui, tiek žiūrovui. Kuriantysis išreiškia save, išsilaisvina, perteikia tai, kas jį džiugina ar slegia ir ką sunkiai pavyksta išreikšti žodžiais. Taip vyksta sveikatinimosi procesas.

Terapinio poveikio procesas vyksta abiemis – regimajam / kuriančiajam ir reginčiajam / priimančiam kuriant ir vertinant ženklų visumą, t. y. kuriant ir analizuojant tai, kas sukurta, ir galiausiai pajaučiant, apmąstant, aptariant ir (arba) suvokiant tai, kas buvo sukurta, pamatyta.

1.3. Psichoterapinės kino galimybės

Nuo pat kino atsiradimo jo įtaka žmogui tapo mokslinių tyrimų objektu. Jau po pirmųjų viešų filmų peržiūrų (Edisono kompanijos JAV ir brolių Liumjerų Europoje apie 1894 ir 1895 m.) Europos ir Amerikos mokslo institucijos ėmė skubiai įrenginėti specialias mokslo laboratorijas, galinčias tirti judančių paveikslėlių poveikį žmonių mąstymui. Kinas ir masino, ir baugino tyrinėtojus, daugelis vadino kiną „galingiausiu kada nors sukurtu įrankiu daryti įtaką masėms“; buvo nerimauta, kad „trūkčiojantys, bėgantys, mirgantys paveikslėliai lėtai, bet užtikrintai ardo žmogaus psichinį, o galiausiai ir moralinį atsparumą“⁴⁴. Jau pačioje kino eros pradžioje pastebėtas ryšys tarp psichologijos ir kino. Harvardo universiteto mokslininkas Hugo Miunsterbergas, 1916 m. parašęs veikalą *The Photoplay*, manė, kad kinas atskleidžia tai, kas vyksta žmogaus psichikoje, kad tai tarsi naujas mąstymo būdas apie mąstymą. Jo manymu,

⁴⁴ Melechi, A., Grove, J. et al. *Film and Academic Psychology: The Power of Cinema*, 2016. Prieiga per internetą: <https://www.timeshighereducation.com/features/film-and-academic-psychology-the-power-of-cinema> [Žiūrėta 2021-03-06].

kinas gali valdyti žmogaus atsiminimus, mintis ir emocijas. Vienas garsiausių klasikinės eros Holivudo prodiuserių Samuelis Goldwynas supratęs, kad psichoanalizės objektas (visos užslopintos emocijos ir troškimai) gali būti puiki medžiaga filmų scenarijams, 1925 m. važiavo tartin su S. Freudu dėl bendradarbiavimo⁴⁵. Freudio idėjos turėjo didelę įtaką siurrealizmo teoretikams, kurie pradėjo analizuoti kino galimybes atskleisti pašamone, sapnus. Andre Bretono susirašinėjimas su Freudu ir apsilankymas pas jį Vienoje 1921 metais padėjo pagrindus 1924 ir 1929 metais parašytiems siurrealizmo manifestams⁴⁶.

1977 metais psichoanalitinių kino tyrimų pagrindėjas Christianas Metz taikydamas Freudio ir Lacano teorijas, siekė paaiškinti, kas kiną daro tokį paveikų ir unikalų. Tai, anot Metz, lemia šios meno formos dualumas. Viena vertus, kinas stipriai veikia žiūrovo percepciją, tuo pat metu veikdamas tiek regos, tiek klausos pojūčius. Kita vertus, tai ką žiūrovas suvokia, nėra tikrovė, nes suvokiami vaizdai ir garsai užfiksuoti kitoje erdvėje ir kitame laike, nei yra juos suvokiantis žiūrintysis. Vadinasi, žiūrovas suvokia įsivaizduojamą tikrovę. Filmą – lyg veidrodis, bet jame stebėtojas nemato savo atspindžio, todėl tapatinasi su personažu ar pačia kamera⁴⁷. Tapatindamasis su kamera, žiūrovas tarsi tampa „dievu“ – kuria įsivaizduojamą tikrovę, nes be žiūrovo filmas neegzistuoja⁴⁸. Fiksuodamas pavienius vaizdus, žiūrovas dėlioja kadru seką į vientisą istoriją / naratyvą. Taigi filmo suvokimas neatsiejamas nuo žiūrovo identifikacijos proceso. Be to, distancija tarp reginčiojo ir reginio, kuri yra būdinga visoms socialiai priimtinioms meno formoms (dailei, muzikai, teatrui ir kt.), kino mene yra dviguba: stebimas reginys užfiksuotas kitoje erdvėje ir laike, nei yra regintysis. Žiūrovas suvokia, kad istorija, siužetas, veikėjai yra fikcija, tačiau, norėdamas patirti malonumą, šią fikciją „fetišizuoja“ kaip tikrovę⁴⁹. Kitaip tariant, ir tiki, ir žino, kaip yra iš tikrųjų, tuo pačiu metu.

Teoriniai kino ir psichologijos sąveikos svarstymai, netrukus ėmė reikštis ir praktikoje. 1972 metais italų antropologas, psichologas, teologas, sociologas, ontopsichologijos mokyklos įkūrėjas Antonio Meneghetti savo veikale *La cineterapia* pavartojo sinelogijos, sinemalogijos ir kinoterapijos terminus. Sinemalogiją jis apibūdino kaip kino realybės iššauktų pasekmių logiką⁵⁰. Visgi kaip terapinę priemonę, kiną pradėta naudoti gerokai vėliau.

1990 metais filmų naudojimą psichoterapijos praktikoje aprašė Linda Berg-Cross, Pamela Jennings ir Rhoda Baruch, įvardindamos šį metodą terminu *kino terapija* (angl. *cinematherapy*). Jos laikė kino terapiją modernia biblioterapijos atmaina. Biblioterapijos

⁴⁵ Ibid.

⁴⁶ Magrini, J. "Surrealism's Revisionist Reading of Freudian Psychology: Surreal Film and the Dream" (2009). PhilosophyScholarship. Paper 14. Prieiga per internetą: <http://dc.cod.edu/philosophypub/14>.

⁴⁷ Metz, Ch. *Psychoanalysis and Cinema: The Imaginary Signifier*. London: Macmillan Press, 1983. p. 42-56.

⁴⁸ Metz, Ch. *The Imaginary Signifier. Film Theory and Criticism*. Sud. Leo Braudy and Marshall Cohen. New York/Oxford: Oxford University Press, 2009. p. 697.

⁴⁹ Ibid. p.707.

⁵⁰ Meneghetti, A. *Cinelogia Vol. 2*. Psicologica Editrice, 2017.

užsiėmimų dalyviai, skaitydami kieno nors sukurtas istorijas arba rašydami (kurdami) istorijas patys bei jas analizuodami, siekia suprasti savo psichiką. Panašiai ir terapeutų atrinktų filmų žiūrėjimas (dalyvaujant specialistams arba ne) gali turėti „tiesioginį terapinį poveikį arba gali būti naudojamas kitų intervencinių priemonių poveikiui sustiprinti“⁵¹.

Kino terapijos metodą JAV išpopuliarino psichologas Gary Solomonas, filmus terapiniais tikslais taikantis nuo 1995 metų⁵². Savo praktikoje filmus taip pat aktyviai naudoja psichoterapeutė Birgit Wolz⁵³. Europoje kino terapijos metodą vienas pirmųjų pradėjo taikyti Londone dirbantis psichoterapeutas Bernie Wooderis. Sesijose su pacientais jis pradėjo aptarinėti matytus filmus ir pastebėjo, kad atsargi filmų analizė su pacientais padeda daug giliau ir greičiau suvokti problemos esmę. Savo patirtis ir praktinius pastebėjimus B. Wooderis sudėjo į knygą, išleistą 2008 metais⁵⁴.

Kaip matome, visi minėti specialistai kino terapiją savo praktikoje integruoja į psichoterapiją. Galbūt dėl to, kad kinas, kaip visų tradicinių menų junginys, tebėra jauna meno šaka, ir jos poveikis žmogaus psichikai tebetiriamas, kino terapija nėra įtraukta į oficialų meno terapijos rūšių sąrašą, o yra laikoma atskira pagalbine psichoterapijos priemone.

Štai kaip kino terapija apibrėžiama Segen's medicinos terminų žodyne: „tai terapijos arba savipagalbos priemonė, naudojanti filmus ar vaizdo įrašus terapiniais tikslais. Kino terapija veikia kaip katalizatorius gijimui ir asmenybės augimui, jei žmogus nori suvokti, kaip filmai veikia žiūrinčiuosius ir yra pasirengęs žiūrėti tam tikrus filmus sąmoningai. Kino terapija leidžia pasitelkus siužeto, vaizdinių, muzikos ir kitų filmo elementų daromą poveikį žiūrinčiojo psichikai, atverti tam tikras įžvalgas, inspiruoti, išlaisvinti emocijas, palengvinti nemalonius jausmus, paskatinti natūralius pokyčius. Derinama su psichoterapija, kino terapija vis dar yra inovatyvus metodas, pagrįstas klasikiniiais terapiniais principais“⁵⁵.

Šiame apibrėžime išskiriami tokie kino terapijos aspektai:

- 1) tai inovatyvi, pagalbinė priemonė, derinama su klasikine psichoterapija;
- 2) ji grindžiama tokių filmo elementų kaip siužetas, vaizdiniai, muzika ir kt. poveikiu žmogaus psichikai;

⁵¹ Berg-Cross, L., Jennings, P. ir Baruch, R. Cinematherapy: Theory and application. *Psychotherapy in Private Practice*, 1990, 8 (1), p. 135-156. Prieiga per internetą: https://doi.org/10.1300/J294v08n01_15 [Žiūrėta 2021-03-06].

⁵² Cohen, J. L. ir Johnson, J. L. Film and Video as a Therapeutic Tool. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Cohen Joshua L. ir Johnson J. Lauren et al. Routledge, 2015. p. 5.

⁵³ Wolz, B. *E-Motion Picture Magic: A Movie Lover's Guide to Healing and Transformation*. Glenbridge Publishing Ltd.. Kindle Edition, 2004.

⁵⁴ Wooder, B. *Movie Therapy: How It Changes Lives*. Joy Publishing, Kindle Edition. 2011.

⁵⁵ Cinema Therapy. (n.d.) *Segen's Medical Dictionary*. 2011. Prieiga per internetą: <https://medical-dictionary.thefreedictionary.com/Cinema+Therapy> [Žiūrėta 2021-03-06].

3) filmai ir judančio vaizdo siužetai naudojami kaip katalizatorius asmens gijimui ir augimui.

Kaip matome, šiame apibrėžime kino terapija tapatinama su filmų žiūrėjimu ir sąmoninga analize (dalyvaujant specialistui arba ne). Tačiau terapiniais tikslais gali būti ne tik žiūrėti, bet ir kuriami filmai arba judančio vaizdo istorijos. Menininkės ir meno terapeutės Rachel O'Rourke sesijose kurdami ir filmuodami istorijas pacientai patiria gydomąjį kūrybinio proceso ir kūrybinę saviraišką skatinančios aplinkos poveikį. Nors filmavimas ir skaitmeninių istorijų kūrimas terapiniais tikslais pasitelkiamas rečiau nei filmų žiūrėjimas ir analizė, šis metodas vis labiau populiarėja⁵⁶.

Svarstant, kodėl kinas patraukė terapeutų dėmesį, galima remtis Joshua L. Coheno ir Penelopės P. Orr įžvalgomis. Mokslininkai taikliai įvardina, kodėl kinas, kaip meno forma, yra toks patrauklus ne tik publikai apskritai, bet ir terapijai. Kino galią pasiekti mases jie aiškina tuo, kad kinas ir ypač montažas yra puiki terpė asmeninei ir kolektyvinei sąmonei reikštis. Ekranas suteikia galimybę išreikšti archetipines ir patyrimines prigimties formas. Kino kalba leidžia sujungti sąmoningą logiką su pasąmoniniais psichikos aspektais. Montuoti filmą – tai lyg dėlioti iš gabalėlių savo gyvenimo istoriją. Kuriant arba žiūrint filmą užmezgamas tiesioginis santykis su žmogaus siela. Tad kino terapija yra patobulinta pokalbių terapija, nes jos metu sužadunami žmogaus regos, klausos ir kiti pojūčiai, vėliau padeda suvokti ir išreikšti tai, ko negali žodžiai⁵⁷. Tinkamai parinktas filmas gali padėti įvardinti problemą (pvz., filmas gali padėti suvokti, kad santykiuose žmogus patiria smurtą) ar parodyti pavyzdį tam tikrose gyvenimo situacijose, padėti atrasti sprendimą, suteikti viltį (pvz., alkoholiui atitinkamas filmas gali suteikti viltį ir įkvėpti jį kovojant su problema). Filmai gali pagelbėti tada, kai žmogui sunku atsiverti prieš psichoterapeutą arba kai tiesioginis kalbėjimas apie sudėtingas patirtis gąsdina. Kalbėdamas apie filmo personažus žmogus netiesiogiai aiškinasi ir savo jausmus. Filmas padeda saugiai aptarti savo mintis, patirtis ir jausmus.

Kaip ir meno terapijai, kino terapijai būdingi du funkciniai modeliai: 1) kūrybinė kino terapija (angl. *film and video-based therapy, therapeutic filmmaking* arba *videotherapy*). 2) kino kūrinio analizės terapija (angl. *cinema therapy* arba *movie therapy*). Pirmasis modelis iškelia kūrybinio proceso (šiuo atveju – filmo ar video istorijos kūrimo proceso) terapinį poveikį. Jis siejasi su vienos iš meno terapijos pradininkių E. Kramer, pabrėžusios terapinę kūrybinio proceso galią, meno terapijos samprata. Antrasis modelis orientuotas į patį meno

⁵⁶ Cohen, J. L. ir Johnson, J. L. Film and Video as a Therapeutic Tool. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Cohen Joshua L. ir Johnson J. Lauren et al. Routledge, 2015. p. 5.

⁵⁷ Cohen, J. L. ir Orr, P. P. Film/Video-Based Therapy and Editing as Process From a Depth Psychological Perspective. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Cohen Joshua L. ir Johnson J. Lauren et al. Routledge, 2015. p. 29–41.

(šiuo atveju – kino) kūrinį ir jo analizę siekiant terapinės naudos. Jį galima susieti su M. Naumburg meno terapijos samprata, kuri rėmėsi meno kūrinio teikiamomis išvalgomis apie asmens psichiką. Nors anglų kalboje šie terminai dažnai gana painiai naudojami ta pačia reikšme, šiame darbe skirtį išlaikysiu. Toliau bus nagrinėjami abu kino terapijos modeliai atskirai, remiantis asmeninės kūrybos pavyzdžiais.

2. KŪRYBINĖ KINO TERAPIJA: GALIMYBĖS IR TAIKOMUMAS

2.1. Kūrybinės kino terapijos galimybės

Kūrybinė kino terapija (angl. *film/video-based therapy*) paremta filmo kūrimu savivokos, savirefleksijos, saviraiškos tikslais. Filmą gali turėti siužetą arba ne; montažas gali būti arba ne. Kaip papildoma kūrybinė priemonė, apmokius pacientus, naudojama animacijos ir *greenscreen'o* technika (*green screen'as* ypač naudojamas psichinę negalią turinčių pacientų terapijoje, leidžia giliau pažinti sąmonę ir pasąmonę). Šios terapijos užsiėmimų dalyviai patys filmuoja ir pagal galimybes montuoja nufilmuotą medžiagą, po to savo darbus aptaria su specialistais. Terapinių užsiėmimų metu kuriamos istorijos dažniausiai pasakojamos pirmuoju asmeniu; jos gali perteikti asmens gyvenimo patirtis arba tos dienos nuotaiką. Bendraujant su terapeutu ar kitais terapinės grupės dalyviais, šie filmai gali atlikti ir tam tikrą (išsi)pasakojimo terapijos funkciją. Kūrybinės kino terapijos centre – kūrybinis procesas, į kurį įsitraukia filmą kuriantis. Ji remiasi kino terapijos, ekspresyvosios terapijos, dailės terapijos, skaitmeninio pasakojimo terapijos ir foto terapijos principais⁵⁸.

Kūrybinės kino terapijos pionieriumi laikomas Douglas Stewartas, kuris 1979 m. pirmasis JAV palygino kūrybinę kino terapiją su foto terapija. Anot jo, filmavimo ir fotografavimo terapijoms būdinga tai, kad jos sudaro galimybes saviraiškai, skatina ir padeda atverti tai, apie ką įprastu būdu sunku prabilti, suteikia išvalgų, plečia sąmoningumą ir stiprina savarankiškumą ir pasitikėjimą savimi („aš galiu“) jausmą. Kūrybinėje kino terapijoje dėmesys sutelkiamas ne į rezultatą, o į kūrybinės veiklos procesą. Galutinis produktas – filmas – yra svarbus šios kūrybinės veiklos tikslas, jis padeda užfiksuoti terapinį procesą, tačiau nėra būtinai naudojamas tolesnei terapijai ar analizei. Kita vertus, prie filmo gali būti naudinga sugrįžti ir vėliau, panagrinti pokyčius, kuriuos patyrė pacientas pabaigęs filmą. Kūrybinėje kino terapijoje yra svarbus pasakojimas ir judesys, skirtingai nei statiškuose vizualiuose menuose (pvz., fotografija ar dailė).

Spektaklis, šokis ar muzika yra laiko sąlygotos, momentinės meno formos, kurios neužfiksuotos laikmenoje, veikia nugarimztų į užmarštį. O filmas, kaip skulptūra ar tapyba, yra nepavaldu laikui, jis gali būti įvairiu laiku įvairiame kontekste nuolat peržiūrimas.

Taigi kino meno prigimtis paradoksali: jis ir nepavaldu laikui, ir kartu reiškiasi laike. Jam būdingas momento fiksavimas, jis gali būti peržiūrimas ir analizuojamas skirtingu metu. Kartu jis siejasi su takia raiška, todėl gali perteikti pokytį, pasakoti istoriją.

⁵⁸ *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson et al. Routledge, 2015.

Filmavimas ypač tinka psichoterapijai dar ir dėl to, kad technologijos prieinamos visiems ir jas lengva naudoti. Be to, didelis auditorijos prieinamumas. Išmanieji telefonai su kokybiškomis kameromis, programėlės leidžia net ir menkai išmanantiems kino technologijas, kurti audiovizualines istorijas. Su mobiliais išmaniaisiais prietaisais gali filmuoti tiek profesionalai, tiek visai neturintys įgūdžių.

Kūrybinę kino terapiją galima sėkmingai taikyti kartu su tradicinėmis meno terapijos rūšimis (daile, fotografija, muzika, drama). Nors kūrybinė kino terapija vis dar nėra labai populiarė, bet augant skaitmeninių technologijų svarbai mūsų gyvenime, tikėtina, ji bus vis labiau naudojama.

Kūrybinės kino terapijos nauda:

- Teigiama patirtis: daugumai šios terapijos dalyvių patiko kurti filmą, ši patirtis jiems sukėlė teigiamų jausmų.
- Patiriamas pasiekto tikslo / sėkmingai įvaldyto įgūdžio jausmas.
- Praturtintas tikrovės suvokimas: žiūrint į tą tikrovę per objektyvą keičiasi subjektyvus jos suvokimas, atsiranda naujų atspalvių tikrovę (savo situaciją / problemą) vertinant;
- Visapusiškesnis savęs suvokimas: pasižiūrėjus į save ir savo situaciją iš skirtingų perspektyvų plečiasi savivoka, gilėja savęs pažinimas.
- Pakitęs požiūris į santykius su kitais: bendraujant su kitais komandos nariais ar su filmo žiūrovais plečiasi suvokimas apie tai, kaip mane mato kiti ir kaip aš matau kitus.
- Gydomasis humoro poveikis: dažnai pacientai savo patirtis filme pateikia su humoru ar saviironija, o tai mažina skausmingą traumos poveikį.
- Penas tolesniems pokalbiams su psichoterapeutu: atsiranda naujų temų, požiūrio kampų, kuriuos galima aptarti psichoterapijos sesijų metu; taip pat filmas padeda susitelkti į tam tikrus paciento gyvenimo aspektus.
- Filmavimas – tai galimybė išskirti / paviešinti tam tikras sunkias temas, pralaužti tylą, įtraukti daugiau žmonių į diskusijas⁵⁹.

Filmo kūrimo nauda:

- Suteikia emocijoms aiškumo, jas struktūruoja. Istorijos struktūravimas pacientui padeda sutelkti dėmesį, pamatyti kryptį, simbolių pagalba struktūruoti vidinį chaosą.
- Dirbdamas filmavimo komandoje pacientas pasijunta įgalintas ir pajuntą didesnę kontaktą su kitais žmonėmis.

⁵⁹ Johnson, L. J. Vision, Story, Medicine: Therapeutic Filmmaking and First Nations Communities. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson et al. Routledge, 2015. p. 60-61.

- Filme galima parodyti savo fantazijas ir kalbėti apie jas taip, kad jos turėtų prasmę; galima perrašyti savo gyvenimo scenarijų⁶⁰.

Aukščiau išdėstytos L. J. Johnson, J. L. Coheno ir P. P. Orr mintys apie kūrybinės kino terapijos galimybes padėjo išvelgti mano filmų terapinį poveikį man pačiam. Taigi toliau analizuosiu, kaip jis reiškėsi kuriant filmus „Sapnuoju, kad einu“, „Senas šautuvas“ ir „Šventas laikas“.

2.2. Filmas „Sapnuoju, kad einu“ kūrybinės kino terapijos perspektyvoje

Karolina Repečkaitė recenzijoje apie mano filmą „Sapnuoju, kad einu“ rašė: „Tūro filmas konstruojamas mėginant atsakyti į esminį piligrimystės klausimą – kodėl išvis ryžtamasi tokiam žygiui. Režisierius keliauja su kamera, spontaniškai fiksuoja ir kartais sinchroniškai pakomentuoja matomą vaizdą, o žiūrovo žvilgsnis keliauja kartu. Judanti į aplinką nukreipta kamera panaikina perskyrą tarp ekrano ir žiūrovo. Pastarasis tampa pasakojimo dalininku“⁶¹. Suprantama, kad nei kelionės, nei filmo tikslas nebuvo sąmoningas noras užsiimti kino arba kokia kita terapija. Tačiau šiame skyriuje, norint paaiškinti terapinį visos kelionės ir filmo kūrimo proceso poveikį, svarbu paanalizuoti į kelionę paskatinusius leistis motyvus ir paaiškinti kūrybinius sprendimus montuojant didelės apimties medžiagą į pusantros valandos filmą.

2009 metais, kai sau, besilaukiančiai žmonai ir jos tėvams įrodžiau, kad kelionė iki Atlanto vandenyno pėsčiomis nuo Lietuvos per visą Europą prie Šv. Jokūbo kapo gali būti prasminga ne tik man (žmona buvo su manimi keliavusi pėsčiomis dalį Šv. Jokūbo kelio Ispanijoje prieš metus), apie filmavimą neleidau sau net galvoti, nes iš medikų ir ankstesnių kelionių žinojau, kad keliaujant 30 dienų ant nugaros galima neštis tik 10 proc. savo kūno masės, kad nebūtų žalojami sąnariai ir stuburas. Filmas jokių būdu nebuvo pradinis ar pagrindinis mano kelionės tikslas ir motyvas. Jau pirmose kelionėse (trukusiose po mėnesį), nuovargio ir skausmų genamas po savaitės ėjimo buvau priverstas išmėtyti net pačius lengviausius ir, kaip maniau, reikalingus daiktus. Taigi 2009-aisiais ne kamera ar filmas buvo mano galvoje. Tai buvo mano gerai apmąstytas asmeninis pasirinkimas. Dabar įvardinčiau, kad į kelionę mane išginė stoka. Stokos (angl. *scarcity*) fenomenas savyje talpina visa ko priežastingumą ir pasekmes - žinių stygių, nerimą dėl to, kas vyksta ar vyks bei poreikį tą būseną keisti. VU filosofijos profesorius Albinas Plėšnys taip apibūdina stoką:

⁶⁰ Cohen J. L. ir Orr P. P. Film/Video-Based Therapy and Editing as Process From a Depth Psychological Perspective. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson et al. Routledge, 2015. p. 29-40.

⁶¹ Repečkaitė K. Jokūbas Vilius Tūras: „Ir pajutau palengvėjimą, lyg atidavęs duoklę Keliui.“ *Šiaurės Atėnai*. 2016 07 22.

„Su materija siejamas potencialumas, su forma – aktualumas, o stoka siejasi su galinčios atsirasti formos trūkumu, bet ne su potencialumu. Stoka, suprasta kaip pradas, negali būti blogis. Stoka yra visos sukurtosios būties pradas ir priklauso daiktams pagal jų prigimtį, o tai, kas prigimtį atitinka, yra gėris. Stoka yra visų galimų kitimų, taip pat ir prigimtį tobulinančio tikslo bei laimės ir laisvės, pagrindas. Taigi stoka kaip pradas yra gėris. Stoka susijusi su laisvės įgyvendinimu. Be stokos nebūtų valios troškimo ir tuo pačiu laisvės įgyvendinimo. Tačiau stoka, kaip objektui deramos prigimties nebuvimas, yra blogis“⁶².

Pradžioje tvirtai tikėjau, kad tai bus tik mano asmeninis ir kaip maniau, gana intymus daugiabriaunis eksperimentas. Keletą motyvų, kurių tiesiogiai neminiu filme, būtų galima supaprastintai įvardinti taip: keliaudamas pėsčiomis norėjau pažinti, kuo gyvena kaime ar mieste gyvenantis lenkas, vokiečių, šveicaras, čekas, prancūzas ar ispanas (o taip pat britas, japonas, australas, rusas, korėjietis ir kiti, sutikti kelyje), kuo jie tiki, kaip žiūri į ateitį, kaip jie suvokia amžinąsias žmonijos vertybes. Iškeliauvau, nes jutau stiprų troškimą išsiaiškinti, kuo gyvena žmonės, kas jiems rūpi, ar jie pasitikės manimi, ar aš pasitikėsiu jais. Iškeliauvau, nes, kaip pastebi filmo „Sapnuoju, kad einu“ žiūrovai (analizuojama šio darbo 3.4 skyriuje), jutau ryšio su žmonėmis ir Dievu stoką. Į ilgą 205 dienų kelionę pradėjau ruošti 2009 rugpjūtį, išėjau po 5 mėnesių 2010 sausio 5 d.

Norėdamas turėti kokį nors rašytinį įrodymą, kad nesu tiesiog valkata ar nusikaltėlis, kreipiausi į Vilniaus kuriją, kunigą Julijų Sasnauską ir a.a. vyskupą Juožą Tunaitį. Parašytas lydraštis buvo išsiverstas į visas kelionės kalbas, pasirašytas ir užantspauduotas. Apie neįprastą kelionę žinia pasiekė etnologą a.a. Alfonsą Motuzą. Pirmo susitikimo metu jis pareiškė, kad į šią kelionę leisti be kameros neturiu teisės. Bandžiau įrodinėti, kad dėl viršsvorio galiu tiesiog nepasiekti tikslo, bet jis galiausiai įtikino ir uždegė mane. Iš pradžių tarp draugų aktorių ir operatorių tikėjausi rasti bendražygį, bet neradau. Sumanymas tuomet sudomino prodiuserę Rasą Miškinytę.

Pusės metų kelionė sutilpo į 100 valandų nufilmuotos medžiagos, iš kurios po poros metų darbo prie montažo išėjo pusantros valandos filmas – 205 dienų kaleidoskopas. 2012 m. pabaigtas filmas nepateko į A klasės festivalius, bet nepateko ir į religinių filmų festivalius, kurių pasaulyje vyksta pakankamai. Montuojant filmą daug svarstymų sukėlė religinio naratyvo kiekis. Piligriminės kelionės metu beveik kasdien filmuodavau skirtingas mišias, man tai gražu ir įdomu, nes kiekviena bažnyčia – net pati eklektiškiausia ir kičinė – vis dėlto yra savotiškas meno kūrinys. Taigi keliaudamas maniau, kad tos mišios įvairių šalių bažnyčiose su tokiais

⁶² Plėšnys, A. Stoka ir jos vertybiniai aspektai. *Stokos reiškiny: būtis, žmogus ir bendruomenė*. Sud. Elena Leontjeva, Aneta Vainė, Marija Vyšniauskaitė, 2016, p. 39.

skirtingais eksterjeriais ir interjeriais, šviesa bei garsais (muzika, vargonais, giedojimu, maldomis ar visiška tyła) taps vienu iš kertinių filmo segmentų. Kiekvieną dieną pasiekęs kokį nors kaimelį ar miestą pirmiausia eidavau į mišias. Tai dariau ne tik iš pamaldumo ar dėl piligrimystės taisyklių, bet ir ieškodamas nakvynės. Pavargęs, alkanas, purvinas, sušalęs, kasdien kantriai išsėdėdavau mišiose, kartais po du kartus ar aplankydamas net 3 bažnyčias. Tik tada įgydavau drąsos prieiti prie kunigo ar zakristijono, prisistatyti ir prašyti pagalbos rasti nakvynę. Kasdien pasiekus naują punktą, manęs laukdavo viena ar kelios tokios psichologinės akistatos - veido, padorumo patikros. Neretai jos būdavo trumpos: pastebėję mane mišiose su kuprine, kunigai į lydraštį net nežiūrėdavo.

Pirminis bet kurios piligriminės kelionės tikslas nuo seno būdavo atlaidai. Tik tam tikrą dalį ar visą kelią nukeliavusiems ir išpažintį atlikusiems piligrimams buvo atleidžiamos visos nuodėmės. Atgaila – taip pat vienas iš mano kelionės motyvų. Išpažintis siejasi su psichoterapijoje arba menų terapijoje užkoduotu bandymu išsipasakoti, atsiverti, išsigryninti per kūrybą. Visomis prasmėmis išpažinimas to, ko gailiesi, dėl ko kamuoją kaltė ar gėda, – tai lyg garbės žodis, pažadas sau pačiam pasikeisti. Tai yra gairės arba programa. Išpažintis neleidžia meluoti sau pačiam.

Kelionės archetipai atspindi mūsų sąmonę. Iš chronologiškai filmuotos medžiagos montuodamas filmą atkūriau archetipinę kelionę su visais jos etapais, aprašytais lyginamosios mitologijos pradininko Josepho Campbello⁶³. Paties Campbello idėjoms didelę įtaką padarė Carlo Jungo psichologinės archetipų studijos. Todėl tiek montuodamas, tiek analizuodamas filmą po peržiūrų su žiūrovais, tiek žiūrovai analizuodami mano filmą – visi prisiliečiame prie archetipų, t. y. anot Jungo, kolektyvinės sąmonės. Tai leidžia visapusiškiau ir giliau suvokti patirtis.

Campbellas aprašo itin apčiuopiamus panašumus tarp herojų-didvyrių mitų skirtingose kultūrose. Herojus visur yra herojus, kelionė visur yra kelionė, kliūtys visur lieka kliūtimis, virsmas jas įveikus arba ne – neišvengiamas. Naratologijoje ir lyginamojoje mitologijoje atsiranda sąvoka *monomitas*, kurį J. Campbellas vadina tiesiog herojaus kelione (angl. *the hero's journey*). Monomitas suvokiamas kaip vienijanti ir bendra visų mitų struktūra. Campbello manymu, bet kuris mums žinomas senovės Graikijos, Skandinavijos ar Indijos mitas turi vieną nekintantį kertinį mito elementą – iškeliaujantį herojų. Pavyzdžiui, prieš 2000 m. pr. m. e. parašytas Gilgamešo epas lyginamas su 1000 metų vėliau pasirodžiusiais „Iliada“ ir „Odiseja“. Panašią į Odisejo istoriją turi ir keltų kultūra. Viskas vienaip ar kitaip nuolatos atsikartoja⁶⁴.

⁶³ Campbell J. *Herojus su tūkstančiu veidų*. Vilnius: Tyto alba, 2015.

⁶⁴ Ibid.

Mano kelionės aplinkybės ir filmo epizodai glaudžiai siejasi su Campbello nurodytais trimis monomito etapais: 1) išvykimu; 2) iniciacija; 3) sugrįžimu. Šie trys, pamatinę monomito struktūrą sudarantys etapai skirstomi į 17 kelionės tarpsnių.

Išvykimo, arba atsiskyrimo etapas:

- 1) kvietimas į kelią;
- 2) herojus atmeta kvietimą;
- 3) antgamtiška (nelaukta) pagalba;
- 4) pirmojo slenksčio peržengimas⁶⁵
- 5) „banginio pilvas“.

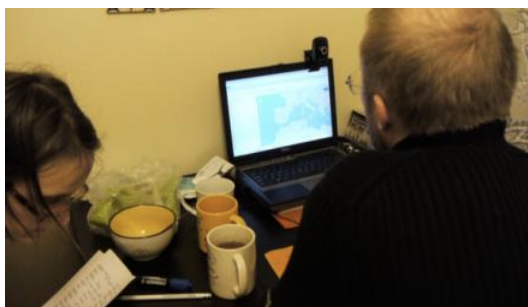
Iniciacijos, išbandymų ir pergalių etapas:

- 1) išbandymų kelias;
- 2) susitikimas su dieve;
- 3) moteris kaip gundytoja;
- 4) susitaikymas su tėvu;
- 5) apoteozė;
- 6) aukščiausioji dovana.

Sugrįžimo etapas:

- 1) atsisakymas sugrįžti;
- 2) stebuklingas pabėgimas;
- 3) pagalba iš išorės;
- 4) slenksčio peržengimas grįžtant;
- 5) dviejų pasaulių meistras;
- 6) laisvė gyventi⁶⁵.

Pirmajam – išvykimo – etapui būdingas atsiskyrimas, kai herojus dvejoja, ar verta išvykti, bet galiausiai jam pavyksta atsiskirti nuo įprastų sociokultūrinių funkcijų, atsakomybių,



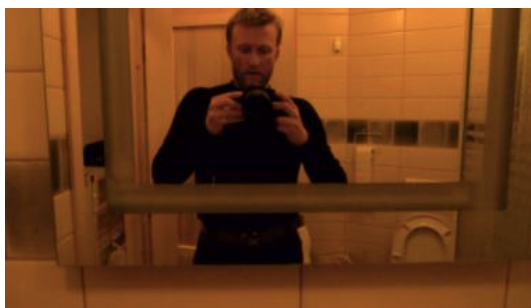
Čia ir toliau kadrai iš filmo „Sapnuoju, kad einu“

⁶⁵ Campbell J. *Herojus su tūkstančiu veidų*. Vilnius: Tyto alba, 2015. p. 46-48.

įsipareigojimų. Filmo „Sapnuoju, kad einu“ herojaus išvykimo etape taip pat galima išskirti penkis Campbello minėtus tarpsnius.

1) Kvietimas į kelią. Šį tarpsnį atitinka epizodas, rodantis kaip herojus su žmona tyrinėja būsimos kelionės maršrutą, lanksto žemėlapi, peržvelgia visą kelią kompiuterio ekrane.

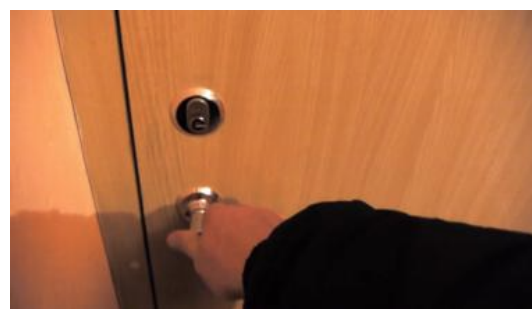
2) Herojus atmeta kvietimą. Tarpsnį, kuriame herojus patiria nerimą dėl nežinios, paliekamų įsipareigojimų, abejones savo jėgomis, filme žymi rytas prieš pat išėjimą. Trumpame kadre matome keliautoją žiūrintį į savo atvaizdą veidrodyje, tarsi svarstyty, klaustų savęs, ar daro teisingą žingsnį. Dukart pasikartoja kadrai, kur herojus tik pradėjęs kelionę, lyg abejojamas eiti ar neiti, sėdi ant suoliuko.



Čia ir toliau kadrai iš filmo „Sapnuoju, kad einu“

3) Antgamtiška (nelaukta) pagalba. Ją galėtų simbolizuoti už kadro likusi malda.

4) Pirmojo slenksčio peržengimas. Filme tai atsisveikinimas su žmona ir miegančiu kūdikiu bei išėjimas pro buto ir laiptinės duris.



5) „Banginio pilve“. Tai riba tarp šio ir kito pasaulio, susikertančių realybių „muitinė“, herojaus akistata su nauja realybe. Šį tarpsnį atspindi kelionės pradžios kadrai, kai keliautojas, palikęs šiltą, jaukų namų židinį, naktį per sniegą žingniuoja tuščiomis Vilniaus gatvėmis. Jis pradeda skaityti žmonai adresuotą „laišką - testamentą“. Laiško adresatą galima suvokti plačiau – tai ne tik žmona, bet ir mama, dukra, Dievo motina.

Antrasis kelionės etapas – iniciacija. Atsiskyręs nuo pasaulio ir sociumo, herojus patenka į tarpinę, stebuklinę pavojų zoną, pavirsta tarsi gyvu numirėliu ir nėra aišku, ar jis atgims.



- 1) Išbandymų kelias. Šio tarpsnio atspindžiai filme – slidus žiemos kelias, kalnai, tinstančios, pūslėtos, gydamos kojos, pasiklydimas kalnuose.



- 2) Susitikimas su deive. Filme tai susitikimas su prancūzų vienuole Rocamadouro miestelyje. Čia herojus atvyksta po ilgo klaidžiojimo kalnuose, pametus kelią.



- 3) Moteris kaip gundytoja. Kalbėdamas su vienuole, herojus kviečia ją keliauti kartu.
- 4) Susitaikymas su tėvu. Tai visą kelionę lydintis pasakojimas apie gyvenimo klaidas, savo tėvą. Tas pasakojimas yra lyg duoklė piligrimystės ritualui, susijusiam

su šv. Jokūbo kelio naratyvu – bausmės atlikimo, atgailos, išpažinties, susitaikymo, nuodėmių atleidimo ir visuotinių atlaidų ritualu.



5) Apoteozė. Tai kelionės ir filmo kulminacija. Lydimas ispanų vienuolės, keliautojas įžengia į Santjago katedrą, kur vyksta visuotiniai atlaidai. Stovint eilėje prie šventojo sarkofago, vienuolė pakylėtai keliautojui pasako, kad tokį kelią įveikęs piligrimas įgyja teisę melstis arba už vieną mirusįjį, arba už save. Bet, priduria ji, šiandien jis turėtų melstis už save, nes tuo pasireiškė begalinė Dievo malonė.

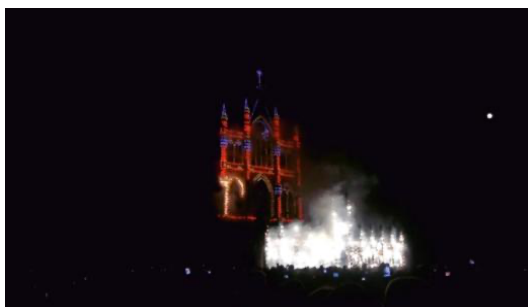


6) Aukščiausioji dovana, arba galutinis gėris. Pagrindinis veikėjas meldžiasi prie sarkofago su šv. Jokūbo palaikais, vėliau tradiciškai apkabina šventojo statulą, prašydamas malonių.



Trečiasis herojaus kelionės etapas – sugrįžimas. Pasak Campbello, tai „įsiliejimas į visuomenę iš naujo, būtinas tam, kad į pasaulį nesiliautų lietus dvasinė energija, visuomenės požiūriu jis pateisina ilgalaikį herojaus pasišalinimą...“⁶⁶.

- 1) Atsisakymas grįžti. Tai atspindi epizodas su jubiliejinių metų šventiniais fejerverkais prie Santjago katedros. Įvairiaspalvių salvių fone juntamas vėl atsirandančios tuštumos ir liūdesio dėl pasibaigusios kelionės jausmas.



- 2) Stebuklingas pabėgimas. Šis tarpsnis filme nevisiškai atitinka Campbello aprašymą. Filmo herojus šiame tarpsnyje nepatiria persekiojimų ar naujų sunkumų. Tačiau jo skrydis lėktuvu po pusės metų ėjimo pėsčiomis atrodo magiškas. Matome mažėjantį kylančio lėktuvo šešėlį – tai lyg atsiveikimas su tuo kitu pasauliu, su visomis nuodėmėmis.

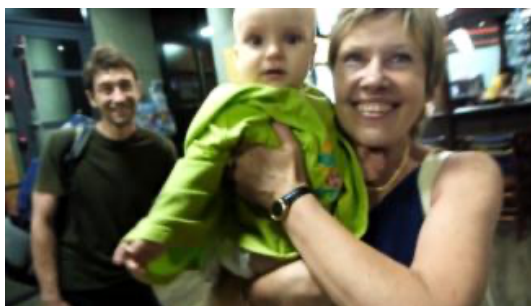


- 3) Pagalba iš išorės. Keliautojas dėkoja Dievui.

⁶⁶ Campbell J. *Herojus su tūkstančiu veidų*. Vilnius: Tyto alba, 2015. p. 47.



- 4) Slenksčio peržengimas grįžtant. Grįžimo į kasdienį pasaulį tarpsnis atspindi sutikimo oro uoste epizode, kai užaugusi dukra verkia nepažindama tėvo.



- 5) Dviejų pasaulių meistras. Šis tarpsnis mituose simbolizuoja įgytą herojaus „laisvę pirmyn ir atgal pereiti pasaulių ribą... nesuteršiant vieno pasaulio pradų kito pasaulio pradais, tačiau leidžiant protui pažinti vieną padedamam kito“⁶⁷. Dažnai tai vaizduojama viena atsimainymo akimirka. Filme tai galėtų atspindėti epizodas, kai tėvui nusiskutus barzdą ir plaukus, dukra liaujasi verkusi – atpažįsta jį.



- 6) Laisvė gyventi. Filme šį tarpsnį atspindi finalinė nuotrauka su žmona, vyresniaja ir mažąja dukromis, giminaičiais.

⁶⁷ Ibid. p. 256.

2012 m. po vienos iš filmo premjerų pirmą kartą išgirdau klausimą, kuris net ir praėjus dešimčiai metų mane karts nuo karto verčia susimąstyti. Įdomiausia tai, kad klausimas tą kartą buvo užduotas jau atsiseikinus su žiūrovais, man beišeinant iš salės. Tarpdury mane sustabdė kino teatro darbuotoja ir liūdnei, beveik retoriškai paklausė: „Bet juk niekas nepasikeitė..?“ Suglumau, nes ką tik po sėkmingos peržiūros žiūrovams atsakinėjau į klausimą „kas pasikeitė?“. Sutrikęs mažčiau, ką jai atsakyti. Link mūsų judėjo iš savo vietų pakilę žiūrovai, nebuvo jokios galimybės ilgiau pabendrauti, įrodinėti tokios kelionės pranašumų, turėjau galimybę atsakyti tik labai trumpai ir taikliai arba visiškai lėkštai. Nepamenu, ką atsakiau, bet šitaip suformuluotą merginos klausimą nuo tos dienos nešiojuosi su savimi, vis permąstydamas, ką mano gyvenime pakeitė kelionė ir filmas. Remdamasis L. J. Johnson, J. L. Coheno ir P. P. Orr mintimis apie kūrybinės kino terapijos poveikį⁶⁸⁶⁹, galiu teigti, kad tiek filmo „Sapnuoju, kad einu“ kūrimas, tiek jo montavimas man turėjo didžiulę terapinę naudą.

Pirmiausia tiek ruošimasis pusmetį trukusiai kelionei, tiek pats filmavimas, sutiktų žmonių kalbinimas, tiek darbas su filmo montażu man suteikė teigiamų patirčių. Jaučiau daugybės žmonių susidomėjimą šiuo projektu ir palaikymą. Nors dukrai buvo tik du mėnesiai, mano sumanymui pritarė žmona, jos tėveliai, mano mama, Vilniaus arkivyskupijos kurija, a.a. prof. Alfonsas Motuzas, Marijos radijas, prodiuserė Rasa Miškinytė. Praėjus keturiems kelionės mėnesiams, būsimą filmą parėmė kultūros rėmimo fondas. Dabar jau sunku suskaičiuoti, kiek žmonių prisidėjo sumanymą įgyvendinant. Šis palaikymas suteikdavo jėgų ir drąsos, nes kelionė buvo ganėtinai pavojingas ir sekinantis nuotykis, pilnas išbandymų, iššūkių ir netikėtumų, kas rytą pabudęs leisdavausi į nežinią. Visgi sunkumai grūdino, stiprino pasitikėjimą. Sėkmingai sugrįžęs su 100 valandų filmuotos medžiagos jaučiau prie tolesnio filmo kūrimo ir viešinimo prisidėjusių žmonių entuziazmą, daugeliui apie kelionę sužinojusių žmonių ji tapo įkvėpimo šaltiniu. Net ir praėjus dešimčiai metų mane vis dar kviečia įvairiose vietose rodyti filmą ir susitikti su žiūrovais. Taigi pats sumanymo įgyvendinimo procesas dovanojo teigiamų patirčių, o pasiektas tikslas, kurį liudija ne tik sėkminga kelionės pabaiga ir sukurtas filmas, bet ir filmo gyvybingumas, suteikė prasmingumo jausmą.

Šis žygis per visą Europą, kelyje sutikti ir kalbinti įvairių tautybių, profesijų, skirtingas gyvenimo patirtis ir įsitikinimus turintys žmonės bei darbas prie filmo pakeitė daugybę mano išankstinių nuostatų, praturtino tikrovės suvokimą, o svarbiausia padėjo kitaip pažvelgti į save patį. Filmas „Sapnuoju...“ kalba apie skausmingas gyvenimo patirtis, praradimus, nuopuolius

⁶⁸ Johnson, L. J. Vision, Story, Medicine: Therapeutic Filmmaking and First Nations Communities. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson et al. Routledge, 2015. p. 60-61.

⁶⁹ Cohen J. L. ir Orr P. P. Film/Video-Based Therapy and Editing as Process From a Depth Psychological Perspective. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson et al. Routledge, 2015. p. 29-40.

ir atsitiesimą. Tai lyg išpažintis. Kita vertus, išpažinties rimtumui atsvara tapo saviironija. Esu sulaukęs klausimų, kodėl į filmą nepakliuvo dramatiškesnių, atviriau sunkumų, kančią, fizinį išsekimą atspindinčių kadru. Mąstydamas, kaip tai paaiškinti, supratau, kad būdamas ypač pavargęs ar nusiminęs tiesiog neprisiversdavau filmuoti. O tuos net ir sunkesnius momentus, į kuriuos sugebėdavau pažvelgti su ironija, pavykdavo užfiksuoti (pavyzdžiui, epizode, kur žiūriu į kamerą, pirmajame kelionės trečdalyje, išgyvenau beprasmybės jausmą – kur aš čia einu, ką darau, bet improvizuotas ironiškas kreipimasis į būsimą save ateityje („Kaip tu ten, Jokūbai, po dešimties, dvidešimties metų?“) neleido nugrimzti į sunkias mintis. Filmo forma atlikta išpažintis ir pati kelionė palengvino kaltės dėl praeities paklydimų naštą ir atvėrė ilgą atleidimo sau kelią. Nuo pat pradžių iki šiol esu kviečiamas rodyti filmą labai skirtingose bendruomenėse – mokyklose, universitetuose, reabilitacijos centruose, net kalėjime. Po peržiūrų vykstančios diskusijos, užduodami klausimai atgaivina prisiminimus, verčia iš naujo analizuoti ir įvertinti savo patirtis, atveria naujų požiūrio kampų. Kitaip tariant, šis filmas ne tik kūrimo, montavimo metu, bet ir su kiekviena peržiūra suteikia peno savo gyvenimo ir patirčių analizei, padeda geriau ir giliau suvokti savo jausmus ir išgyvenimus.

Kiekvienas filmas atneša naujas pažintis. Šio filmo komanda – tai ne tik prodiuseris, montažo režisierius, kompozitoriai. Tai visi prie šios istorijos prisidėję ir prisidedantys žmonės: tie, kurie mane išlydėjo, tie, kurie visiškai manęs nepažinodami, pasitikėdavo ir kasdien mane įsileisdavo nakvoti, taip pat tie, kurie ateina į filmo peržiūras, klausia ir diskutuoja. Bendraujant su kitais komandos nariais ir su filmo žiūrovais plėtėsi mano suvokimas apie tai, kaip mane mato kiti ir kaip aš matau kitus.

Vertinant filmo kūrimo naudą kūrybinės terapijos kontekste, beveik kasdien pusę metų vykęs filmavimas ir du metus trukęs montažas apvalė protą, išgrynino emocijas. Kaip minėta, filme „Sapnuoju...“ atskleidžiu skausmingus prisiminimus. Filmo struktūravimas, montavimo procesas padėjo tos mano gyvenimo dalies istoriją struktūruoti ir tuo pačiu pamatyti kryptį, arba kitaip – sutvarkyti vidinę jausmų, nuoskaudų, kalčių, baimių ir kitų išgyvenimų sumaištį. Tuo pačiu suteikė naują, aiškesnę buvusio ir būsimo gyvenimo suvokimą.

Kartais šį filmą pompastiškai pavadinu sielos rekonstrukcija ir suprantu, kad bent kol nepuolu į nuodėmes ir esu gyvas, pats sau galiu jį taip vadinti. Šio filmo paskatinta kūrybinė kino terapija tęsiasi iki šiol. Bent kartą per metus esu vis dar kviečiamas atvykti susitikti su žiūrovais. Tokiu būdu nuolat išlieku su šia svarbia savo gyvenimo kūrybine patirtimi, kuri suteikia vilties užėjus niūrioms mintims.

2.3. Filmas „Senas šautuvas“ kūrybinės kino terapijos perspektyvoje

Su filmu „Senas šautuvas“ iš dokumentinio įžengiau į vaidybinio kino lauką. Toks žingsnis galėtų kelti klausimą kodėl, kam to prireikė. Sprendimą paskatino pati tema: supratau, kad tai, ką noriu pasakyti, galėsiu geriau perteikti kurdamas istoriją, o ne ieškodamas realių personažų. Tuomet kyla klausimas, ar vaidybinį, neautobiografinį filmą galima nagrinėti kūrybinės kino terapijos kontekste.



Filmo „Senas šautuvas“ kadras

„Visas menas yra autobiografinis“ – kadaise apibendrino F. Fellini⁷⁰. Skirtis tarp kiekvieno autoriaus gyvenimo patirčių ir kūrinio turinio labai trapi. Paminėsiu tik kelis ryškiausias autobiografiniams filmams priskiriamus pavyzdžius: „400 smūgių“ („Les Quatre cents coups“, rež. François Truffaut, 1959), „Anė Hol“ („Annie Hall“, rež. Woody Allen, 1977), „Vaikystė“ („Boyhood“, rež. Richard Linklater, 2014), „Fanė ir Aleksandras“ („Fanny och Alexander“, rež. Ingmar Bergman, 1982), „Veidrodis“ („Зеркало“, rež. Andrei Tarkovsky), „Pasiklydę vertime“ („Lost in Translation“, rež. Sofia Coppola, 2003), „Gyvenimo medis“ („The Tree of Life“, rež. Terrence Malick, 2011), „Kalmaras ir banginis“ („The Squid and the Whale“, rež. Noah Baumbach, 2005).

2020 metais 6 Oskarams nominuoto filmo „Santuokos istorija“ („Marriage Story“, 2019) režisierius Noah Baumbachas paklaustas, kiek šis jo filmas autobiografinis, atsakė:

„Negalėčiau parašyti scenarijaus autobiografiniam filmui [...]. Šis filmas ne autobiografinis, o asmeniškasis. O tarp šių sąvokų yra akivaizdi skirtis. [...] Mano manymu,

⁷⁰ F. Fellinio frazė „Visas menas yra autobiografinis; perlas yra austrės autobiografija“ buvo išspausdinta *Atlantic Monthly* 1965 m. gruodžio leidinyje. Cit. iš *Oxford Essential Quotations*, prieiga per internetą: <https://www.oxfordreference.com/view/10.1093/acref/9780191826719.001.0001/q-oro-ed4-00004305> [Žiūrėta 2021-02-05].

sakydami „autobiografinis“, žmonės dažniausiai turi galvoje aišką atitikimą. Nė vienas mano filmas toks anaipol nėra“⁷¹.

Paklaustas, kas lemia, kad apie jo filmus tokie apibendrinimai daromi dažniau nei apie kitų režisierių kūrinis, jis paminėjo, kad priežastis gali būti ta, kad jo filmai vyksta realiame pasaulyje, todėl paprasčiau tapatintis su rodomais įvykiais ar išgyvenimais. Baumbachas taip pat sako:

„Žiūrint D. Lyncho filmą, juk lengvai nepasakysi: „O, ir man taip buvo“. Tuo tarpu žiūrėdami filmą „Santuokos istorija“, žiūrovai gali pagalvoti: „O, aš tai išgyvenau.“ Yra daug režisierių, kurie, mano manymu, sėmėsi idėjų filmams iš asmeninių patirčių arba patirčių, kurios įmanomos realiame gyvenime [...] Tačiau filmai būtų nieko verti, jei siužetai nebūtų sugalvoti“⁷².

Taigi filmą „Senas šautuvas“ galima būtų pavadinti Baumbacho minėto asmeninio kino pavyzdžiu. Filmą, kurio ašis – artimo žmogaus savižudybę patyrusio asmens išgyvenimai, kūriau pats išgyvenęs panašią situaciją: žmogaus iš artimo šeimos rato savižudybę. Dar daugiau – filmo atsiradimo aplinkybės yra taip pat glaudžiai susijusios su mano asmeninėmis patirtimis.

2016 m. vasarą Vilniuje įkurtai jaunimo teatro studijai buvo renkama dėstytojų ir vadybininkų komanda, į kurią patekau aš ir tuomet dar LMTA meno vadybos studentė, būsima kino prodiuserė Viktorija Akavickaitė. Tą patį rudenį netikėtai nusižudė mano vyriausiosios dukros mylimasis: sveikas, energingas trisdešimtmetis. Tapus šios mirties liudininke, dukrą ištiko šokas. Tuomet jai buvo 23-eji. Matydamas, kaip stipriai ji palūžo, baiminausi, kad jai nepakriktų psichika ir kad nekiltų noras pasielgti taip pat. Dukra nuolat verkė, visiškai užsidarė. Dėl jos būklės giminėje tvyrojo įtampa. Visi pradėjome ieškoti būdų, kaip jai padėti, nes iš pradžių ji nenorėjo kreiptis ir į specialistus. Praėjus trims mėnesiams po savižudybės, nors iš teatro studijos buvau išėjęs jau anksčiau, man paskambino prodiuserė Viktorija Akavickaitė ir atsargiai rinkdama žodžius, pasiūlė kartu kurti dokumentinį filmą savižudybių tema. V. Akavickaitė tuomet savanoriavo Jaunimo linijoje ir rašė baigiamąjį darbą „Meno vadybininko vaidmuo savižudybių prevencijoje“. Nors įvykių sutapimas ir pasiūlymas suglumino ir išgąsdino, intuityviai sutikau ir pats iš pradžių to nesuprasdamas, tapau kūrybinės kinoterapijos objektu bei naujo prevencinio eksperimento dalyviu.

Filmui scenarijų parašiau pats, dėl pagrindinio personažo Gedimino dialogų konsultavausi su psichikos sveikatos specialistais ir su psichologu Pauliumi Skruibiū.

⁷¹ Ugwu R. 'Marriage Story': Autobiographical or Personal? Noah Baumbach Explains. *New York Times*. 2019-11-27 Prieiga per internetą: <https://www.nytimes.com/2019/11/27/movies/marriage-story-noah-baumbach.html> [Žiūrėta 2020-05-03].

⁷² Ibid.

V. Akavickaitės idėją apie filmą savižudybių tema inspiravo tuo metu Mykolo Majausko iniciatyva pasirodžiusi knyga „Be pavadinimo“⁷³ su Lietuvos nusižudžiusių artimųjų liudijimais bei suomių dokumentinis filmas „Kadaise svajojau apie gyvenimą“ („Once I Dreamt Of Life“, rež. Sini Liimatainen ir Jukka Kärkkäinen, 2014), kuriame savo istorijas prieš kamerą pasakojo Suomijos nusižudžiusių artimieji bei išlikusieji po bandymų žudyti. Galvodami apie būsimo filmo herojus kartu su prodiusere nuėjome į metinį Vilniaus skyriaus nusižudžiusių artimųjų savipagalbos grupės susirinkimą. Ten pamačiau kaip sudėtinga prisiversti kalbėti artimąjį praradusiems žmonėms. Sunku rasti norą ateiti į tokius susirinkimus ir kalbėtis, draskyti savo ir kitų žaizdas, kurios rodos, niekada neužgis, pasakoti, aukotis dėl kitų, kad klausydamiesi tavęs ir kiti išsikalbėtų, išsiverktų, nesinešiotų kaltinimų sau. Ši tema nebuvo nauja mano gyvenime. Klausiausi tų nedrąsių ir nerišlių, labiau pagarbių prisiminimų apie nusižudžiusius ir spontaniškai kilo noras pasisakyti, keliskart išgirdus mintį, kad galbūt jie turėjo teisę taip pasielgti, reikia gerbti jų pasirinkimus ir atleisti jiems ir sau. Prisistatęs ir trumpai papasakojęs savo patirtis, pasakiau, kad net ir suprasdamas kompleksines prie savižudybės vedančias priežastis, aš labiau linkęs visus savižudžius vertinti kaip tuos, kurie išduoda savo artimuosius, mylimuosius, save ir gyvenimą, kad ir koks klaikus jis būtų lemiamą sekundę. Pasakiau, kad man nepatinka, kai jų gyvenimas ir tokia baigtis romantizuojami. Mano žodžiai daugelį suerzino ir įžeidė, bet moderatorės dėka mano pasisakymas galiausiai paskatino diskusiją. Nors tarp susirinkusių buvo pritariančių mano nuomonei, dauguma nusižudžiusių artimųjų yra patekę į savotišką nusižudžiusio adoravimo, sakralizavimo, romantizavimo ir amžinų svarstymų „kas kaltas“ ar net saviplakos ratą. Tokios mintys ir jausmai tampa įprasta būseną ir trukdo pradėti vėl gyventi. Eidamas namo supratau, kad suomių dokumentinis filmas ir knyga „Be pavadinimo“ yra labai ryškūs dokumentai, kuriuos prisiversti žiūrėti ir skaityti be galo sunku ne tik gedintiems bei palūžusiems, bet ir nieko bendra su savižudybėmis neturėjusiems žmonėms. Patirtis nusižudžiusių artimųjų grupėje buvo lemiamą: suvokiau, kad filmą reikia kurti ne dokumentinį, o vaidybinį. Įtikinau V. Akavickaitę, kad vaidybinio filmo kalba prasmingiau ir taikliau galėsiu kalbėti šia tema. Minėtas susitikimas su nusižudžiusių artimaisiais, kaip ir nemažai kitų mano asmeninių patirčių, persikėlė į vaidybinio filmo „Senas šautuvas“ pagrindinio veikėjo Gedimino gyvenimą. Dabar, praėjus 4 metams po dukros mylimojo savižudybės, suprantu, kad aš tiesiog negalėjau kurti dokumentinio filmo, nes tiesioginių kalbų apie savižudybes man būtų buvę per daug. Buvau visiškai užsipildęs šia tema kalbėdamas ir spręsdamas kasdienės nežinios ir baimės problemas šeimoje. Klausytis ir ieškoti

⁷³ *Be pavadinimo. Nusižudžiusių artimųjų istorijos, padedančios išgyventi.* Knygos idėjos autorius Mykolas Majauskas. Vilnius: Alma littera, 2017.

išskirtinių, dokumentinio filmo vertų istorijų man jau nereikėjo – pakako to, kas vyko aplink mane. Įsivaizdavau, kaip būtume jautęsi mes patys, jei mūsų šeimos patirtys taptų dokumentinio filmo medžiaga ir objektu. Vertinant filmo kūrimo terapinę funkciją, kurdamas vaidybinį filmą, įgavau galimybę atsitraukti nuo skausmingos asmeninės patirties, pažvelgti į ją iš saugaus atstumo, bet tuo pačiu konstruodamas pagrindinio veikėjo paveikslą, jo santykius su kitais personažais, repetuodamas su aktoriais – dar labiau įsigilinti į ją, perdėlioti akcentus, modeliuoti, pakreipti istorijos eigą taip, kad mano personažas pagytų, o taip pat pagyčiau ir aš pats.

Net sužinojęs, kad tuo pat metu vaidybinį filmą savižudybės tema kuria režisierė Marija Kavtaradzė, sprendimo kurti vaidybinį filmą nepakeičiau. Mano tikslas buvo filmas, kuris kalbėtų apie savižudybę ir nusižudžiusių artimųjų patirtis, neišgąsdindamas žiūrovo, bet ir jokių būdu nesuteikdamas jam minties, kad savižudybė gali būti išeitis. Mano tikslas buvo filmas, suteikiantis žiūrovui viltį.

Filmas buvo sumanytas kaip trumpametražis, todėl kurdamas scenarijų negalėjau išsiplėsti, dėlioti personažo istorijos, santykių, aplinkybių pernelyg sudėtingai ir detaliai. Todėl dramaturgijos pagrindu tapo:

1. Be tėvo užaugęs jaunas vyras, kuris praradęs mylimąją grįžta pas skurstančią vienišą motiną.
2. Jaunuolio ir jo motinos kaimynas – vėžiu sergantis senjoras, gyvenantis su juo besirūpinančia netekėjusia dukra.
3. Viso filmo metu personažus lydintis mirties artumas.



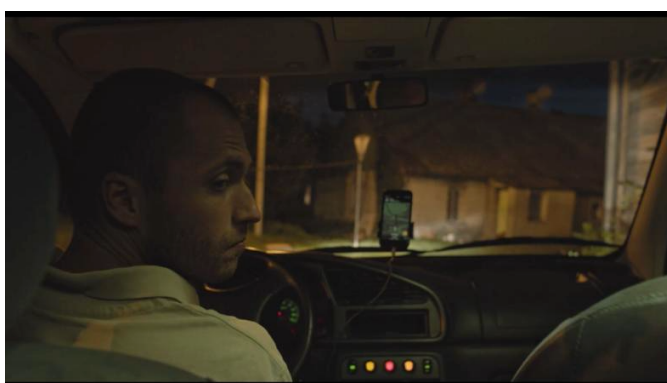
Filmo „Senas šautuvas“ kadras

Kine bandymas įvardinti priežastis gali atrodyti banaliai, bet dėl temos specifikos man pasirodė būtina įvardinti, dėl ko nusižudė pagrindinio veikėjo mylimoji. Tikrovėje priežastys visada būna kompleksinės – psichosocialinės. Pasirinkau strategiją žiūrovui atskleisti, kas atsitiko iki moters savižudybės, pagrindinio herojaus lūpomis: mėnesį po nelaimės Gediminas gedėdamas bando suvokti, kas atsitiko, analizuoja, mylimosios ir savo poelgius, pateikia savo

interpretacijas, diskutuoja su psichikos sveikatos specialistais, kaip ir visi panašias patirtis išgyvenę žmonės, ieško atsakymo – kodėl.

Norėjau, kad iš pirmo žvilgsnio psichiškai stabilus, adekvačiai vertinantis praradimą pagrindinis herojus nuo filmo pradžios būtų ir ramus, ir tuo pačiu jaustųsi lyg nesvarumo būsenoje. Vaidmuo sudėtingas. Repeticijų metu su pagrindinio vaidmens atlikėju Šarūnu Zenkevičiumi detaliai aiškinomės, kaip jaučiasi Gediminas skirtinguose epizoduose. Analizavome, kokie Gedimino ir jo mylimosios santykiai buvo iki savižudybės: kiek tikri buvo jausmai, ar ji jautėsi, ar nesijautė mylima. Svarstėme, kad gal jis net nežino, kaip jam viską vertinti. Galbūt tą gedulo mėnesį klaidžiodamas po miestą afekto būsenoje jis priverstas net susikurti savo reakcijas pagal kažkur matytas klišes. Taip pat man norėjosi įtraukti į filmą gana hiperbolizuotą Gedimino norą po mylimosios savižudybės lankytis pas specialistus. Repeticijose aiškinomės, kad Gediminas eina pas psichologą, psichiatrą, į savipagalbos grupės susitikimus vedamas kompleksinių priežasčių – profesinio smalsumo, nevilties ir pykčio, vienišumo, pagiežos, noro patyrinėti, galiausiai net noro pažaisti, pakvailioti ir pabendrauti, nes jam tiesiog vieniša. Svarstymus apie mylimos moters nusižudymo motyvus, kartu su tiek sau, tiek nusižudžiusiajai skirtais klausimais išgirstame iš girta, sumušto Gedimino lūpų apsilankymo pas psichiatrą metu.

Turint visa tai omenyje man reikėjo psichologiškai užsigrūdinusio, gebančio analizuoti, smalsaus, drąsaus, „jauno su sena siela“ pagrindinio personažo biografijos, kurio vertybės, gyvenimiškos patirtys ir žinios iš skirtingų sričių būtų jau susigulėjusios ir gana universalios. Taigi reikėjo personažui parinkti tokią profesiją, kuri suteikdama šį universalumą, dar žmogų ir sekintų bei slėgtų.



Filmo „Senas šautuvas“ kadras

Uždaresnio būdo, jokio apčiuopiamo profesiją žyminčio instrumento neturinčio vienišiaus režisieriaus paveikslas man pasirodė tinkamas šio jauno vyro atsidūrusio itin dramatiškoje situacijoje psichofizikai. Toks šiais laikais beveik išnykęs charakterio tipas:

kadaisė išmokytas atjautos, gailėstingumo ar empatijos, kantrybės, mokantis mylėti, kentėti, kovoti, gedėti, atvirauti, depresuoti.

Filme galima stebėti visas pagrindinio veikėjo Gedimino gedulo fazes. Pasitelkus amerikiečių psichoterapeuto Johno Jordano gedėjimo proceso modelį⁷⁴, pirmąją mylimosios netektį patyrusio herojaus reakciją galima įvardinti kaip šoką, susikaustymą ar neįautrą, geriausiai atsiskleidžiančią epizode pas psichologę (akt. Lina Rastokaitė). Čia Gediminas beveik visą laiką tyli, į specialistės klausimus reaguoja abejingai, vangiai arba kandžiai ir net arogantiškai, lyg demonstruodamas, kad jokios pagalbos jam nereikia (sako, kad pas psichologę lankosi tik artimųjų prašymu). Vėliau Gediminas išgyvena prasmės klausimą (kodėl taip nutiko?) ir kaltę. Lankydamasis pas psichiatrą (akt. Povilas Budrys) Gediminas, visiškai priešingai nei pirmojo susitikimo su specialiste metu, negali sulaikyti emocijų. Šiame epizode jis pateikia savo nelaimės interpretaciją, persmelktą kaltės ir sąžinės priekaištų. Jis save nuteisia – dėl Jūratės mirties esąs kaltas jis pats. Susitikimas su kitais artimųjų netekusiais žmonėmis savipagalbos grupėje atskleidžia kitą Gedimino gedulo etapą - pyktį jį palikusiai mylimajai: jis apkaltina ją ir apskritai visus nusižudžiusius išdavystė. Toliau ateina tarsi susitaikymas, situacijos priėmimas. Tai atsispindi ramybę spinduliuojančiame kadre, kai po protrūkio savipagalbos grupėje Gediminas sėdi ant suolo rūkydamas. Tačiau tas herojaus romumas apgaulingas. Toliau matome Gediminą bandantį žudyti: tai žymi depresijos ir liūdesio etapą, kurio metu dėl savižudybės artimųjų netekę žmonės neretai patiria trauką patys baigti gyvenimą, negalėdami atsakyti sau į klausimą, kam gyventi. Konstruodamas pagrindinio personažo istoriją svarsčiau, kuo turėtų baigtis jo bandymas žudyti. Bandydamas išvengti sentimentalumo, filmo pabaigą perkūriau ne vieną kartą, vis dėlto finale matome Gediminą gyvą. Dabar suprantu, kad dėliodamas Gedimino gedulo istoriją, repetuodamas, aiškindamasis ją su aktoriais, aš pats perėjau visus savo paties gedulo etapus. Kūrybinės kino terapijos specialistai pabrėžia, kad vienas iš šios terapijos privalumų yra tas, kad pacientas iš asmeninių patirčių konstruojamai istorijai gali suteikti naują posūkį ar pabaigą, montuodamas gali sudėlioti akcentus taip, kad istorija skatintų gijimą. Taigi suteikiau Gediminui naują gyvenimą

⁷⁴ Jordan, J. R. Suicide Bereavement Clinician Training Program. *28th World Congress of the International Association for Suicide Prevention (IASP). Pre-Congress Workshop*. Montreal, Canada. 2015-06-15. Cituojama Skruibis P. *Psichologinės pagalbos gairės ketinantiems nusižudyti, mėginusiems nusižudyti ir nusižudžiusių artimiesiems*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2016, p. 16-17.

patikėjęs, kad jis gali išlikti ir, matyt, intuityviai siekdamas išgijimo ir pats. Tad filmas puikiai atliko kūrybinės terapijos funkciją.

Nuo 2016 metų lapkričio, kai įvyko nelaimė, iki šiol gyvenu gilindamasis į savižudybių temą. Esu kviečiamas po filmo „Senas šautuvas“ peržiūrų pasidalinti su žiūrovais savo mintimis ir patirtimis kuriant filmą šia psichologiškai sunkia tema. Žiūrovų ir specialistų reakcijos į filmą bus apžvelgtos kitoje šio darbo dalyje.

2.4. Filmas „Šventas laikas“ kūrybinės kino terapijos perspektyvoje

Šiame skyriuje analizuosiu priežastis ir aplinkybes, nulėmusias naujo filmo temos, idėjos ir turinio pasirinkimą. Užbaigus filmą savižudybių tema, kūrybiniuose planuose buvau numatęs filmą apie negalią. Nors aiškios idėjos neturėjau, šiam norui įtakos turėjo prieš dvidešimt metų vykę filmavimai su neįgaliaisiais ir tuo metu išgyventos šiltos akimirkos. Tai buvo keli trumpi, pastatyminiai, vaidybiniai filmukai apie žmonių su negale integraciją į visuomenę. Vieno iš jų - „Vežimėlių pasaulis“ - idėja buvo sukurti utopinio, sapninio miesto ir pasaulio kadrų seką, modelį miesto, kuriame gyvena, baruose ir gatvėse vietoj automobilių juda tik žmonės vežimėliuose, nufilmuoti atskiras Vilniaus gatves, sankryžas, barus be automobilių ir vaikščiojančių pėsčiųjų. Šiuo tikslu į filmavimus buvo sukviesti visi galintys filmuotis Vilniaus miesto neįgalieji, kurie juda tik vežimėlių pagalba. Organizuojant filmavimus man teko apsilankyti kiekvieno filmavime sutikusio dalyvauti neįgaliojo namuose ir susipažinti su realia šių žmonių kasdienybe. Nors turėjau šiokių tokių įsivaizdavimą, su kokiomis problemomis gali susidurti šie žmonės, prisipažinsiu, kad mano ryžtą pakirto pirmieji susitikimai, supratęs, kad kai kuriuos iš jų ankstyvą rytą teks nešti iš trečio ar antro aukšto vežimėliams nepritaikytose laiptinėse, kad mano idėja neverta tokių „kankinimų“. Bet būtent tie žmonės, pamatę mano būgštavimus, ir padaršino mane nesustoti. 1998 metais surinkti į vieną vietą dvidešimt sunkią judėjimo negalią turinčių ir galinčių judėti tik neįgaliųjų vežimėliuose žmonių buvo gana rimtas iššūkis. Tas penkerių metų periodas, kurio metu filmuodamas bendravau su žmonėmis turinčiais skirtingas negales yra mano gyvenimo dalis. Todėl praėjus dvidešimčiai metų maniau, kad galbūt galėčiau ir norėčiau kurti filmą apie vieno iš jų gyvenimą. Toks buvo mano planas iki nelaimės šeimoje, galiausiai atvedusios mane prie filmo „Senas šautuvas“. Po jo premjerų mąstydamas apie naują filmą negalės tema, pagavau save vengiant šios idėjos vystymo ir vis daugiau galvojant apie kitą temą. Suvokiau, kad esu perpildytas faktų ir žinių apie sunkias patirtis ir kad šiuo metu filmo apie negalę kurti nenoriu. Tai pripažinus, man palengvėjo. Akivaizdu, kad jau temos ir idėjų paieškų etape veikia kūrybinės kino terapijos mechanizmai: medžiagą kūrybai (šiuo atveju - filmui) renkamės tokią, kuri atlieptų mūsų to meto poreikius. Tame laikotarpyje man norėjosi išnerti iš niūrumo ir kovos su beprasmybe,

užsipildyti šviesa. Feisbuke mano akiratin kartis nuo karto pakliūdavo vieno pažįstamo asmens postai religinėmis temomis. Mane sudomino šio žmogaus atkaklus, nuolatinis dalyvavimas religiniuose renginiuose, giedojimas skirtingų konfesijų bažnyčiose pamaldų metu. Sumaniau pasiteirauti, ar tas žmogus nesutiktų tapti būsimo filmo herojumi. Gana jaunas, labai išsilavinęs ir religingas žmogus, išgirdęs mano pasiūlymą, iš pradžių suglumo, bet „ne“ nepasakė, tik paprašė smulkiau paaiškinti, apie ką būtų filmas. Glaustai filmo koncepciją būtų galima apibūdinti taip: filmas, turėtų atskleisti, koks mechanizmas priverčia žmogų taip aistringai dalyvauti liturgijoje ir bažnytiniuose renginiuose, kas yra to žmogaus tikėjimo šerdyje. Susitikus prisipažinau, kad norint įgyvendinti sumanymą, man teks filmuoti pagrindinio herojaus gyvenimą namie, darbe ir visur, kur reiškiasi jo veikla. Žmogus ilgai mąstė, tarėsi su bendradarbiais ir vadovu. Paaiškėjo, kad filmo herojus dirba valstybinėje įstaigoje su saugoma teritorija, tad teko gauti leidimą ten filmuoti. Sužinojau, kad būsimo filmo herojus gieda Vilniaus arkikatedros grigališkajame chore „Schola Gregoriana Vilnensis“. Nusiuntęs filmo idėjos aprašymą Vilniaus arkivyskupijai, gavau leidimą filmuoti ir Katedroje. Tada susidūriau su gana sudėtinga užduotimi: įtikinti choro giesmininkus filmuotis filme apie vieną iš choro narių. Choro dalyviai sutikimą patvirtino parašais. Sutapo, kad būtent 2019 metais Schola Gregoriana Vilnensis šventė 30-ies metų jubiliejų ir ruošėsi koncertui su kviestiniu dirigentu iš Ispanijos. Pagrindinį herojų filmavau gana dažnai, kai tik jis būdavo nepervargęs ir jo aplinka būdavo tam pasirengę, filmavau jo kelionę ir buvimą Palendrių Šv. Benedikto vienuolyne. Kai buvo nufilmuota apie 20 pamainų, būsimo filmo herojus netikėtai žinute pranešė atsisakęs filmuotis ir draudžias naudoti visą iki tos dienos nufilmuotą medžiagą, motyvuodamas tuo, kad tai jam per didelė atsakomybė ir našta, nors apie apsisprendimo filmuotis kainą, ryžtą ir drąsą kalbėjomės dar prieš filmavimus. Man tai buvo didžiulis smūgis, nes neįsivaizdavau, ką daryti su medžiaga, kurioje filmuodamas chorą fokusavausi į pagrindinį filmo herojų ir visas veiklas, susijusias tik su juo. Vis dėlto džiaugiuosi, kad tai suveikė lyg koks kūrybinis elektrošokas ir suteikė jėgų iš naujo perdėlioti filmo scenarijų, pristatyti choro nariams ir vadovui naują filmo idėją, organizuoti naujus filmavimus ir kita. Apeliuodamas į tai, kad chorą sudaro įvairiausių profesijų skirtingų amžiaus grupių atstovai (architektai, filologai, muzikologai, muziejininkai ir t.t.), pateikiau chorui filmo temą kaip klausimą – ar filmas galėtų paaiškinti, kas juos visus paskatino rinktis grigališkąjį giedojimą, kas kiekvieną savaitę jiems suteikia jėgų eiti į repeticijas ir giedoti mišiose. Kas paskatino rinktis kanonų ir suvaržymų kupiną, konservatyvų vienbalsį grigališkąjį giedojimą, o ne, pavyzdžiui, džiazą? Toks tapo ir darbinis filmo pavadinimas „Kodėl ne džiazas“. Filmuodamas interviu su choro nariais, pokalbiui kryptį suteikdavau klausdamas „Kodėl ne džiazas“. Su vienu choristu pasidalinau būgštavimu, kad vykdamas kalbėtis su grigališkąjį choralą puoselėjančiais benediktinų vienuoliais tokio startinio

klausimo užduoti negalėsiu ir kad apskritai nenutuokiau, kokius klausimus būtų etiška užduoti Palendrių Šv. Benedikto vienuoliui amerikiečiui t. Grigaliui ir vienuolyno priorui tėvui Kazimierui. Nustebau, kai choristas atsakė, kad vienuolių klausti „Kodėl ne džiazas?“ galima net drąsiau nei choristų, nes vienas iš jų - buvęs saksofonininkas, kitas - taip pat buvęs muzikantas, augęs Niujorke „The Beatles“, „The Doors“ klestėjimo laikais. Su nauju įkvėpimu pradėjau tartis dėl interviu su vienuoliais. Svarbiausia buvo įkalbėti vienuolyno priorą pagroti. Jis manė, kad tai prasta idėja, nes su instrumentu visiems laikams atsisveikino prieš 25 metus. Užtikrinau, kad jeigu nepavyks, filme tų kadru nenaudosiu, ir jis sutiko pabandyti. Dabar jau iššūkiu tapo surasti nors kiek padoresnį saksofoną, kurį savininkas paskolintų nepažįstamajam (reikia ne tik saksofono, bet ir liežuvėlių). Pavyko – gavau.

Į filmą nepateko daug jautrių momentų. Vienas iš jų - t. Kazimiero ir saksofono susitikimas. Prisilietimas, pirmi nesėkmingi bandymai išgauti garsą speiguotą žiemos dieną vienuolyno rūsyje šildant instrumentą po ilgos kelionės iš Vilniaus, tuomet pirmas garsas ir didžiulis džiaugsmas. Prieš tai teko ilgai įkalbinėti jį pagroti saksofonu šaltoje, apleistoje bažnyčioje šalia vienuolyno. T. Kazimieras atsikalbinėjo, kad per šalta, ne toks liežuvėlis, lūpos atpratusios. Pasakiau: kaip išeis, taip. Jis sutiko, ir kai jam galiausiai pavyko išgauti tokį garsą, kuris buvo pakankamai geras jam pačiam, pamačiau, kaip tas skambesys jį pakylėjo, suteikė jam pasitikėjimo ir prasmingumo jausmą. Tas momentas, kai per sniegą į Palendrių Aušros Vartų Švč. Mergelės Marijos viešą oratoriją lydėjau tėvą Kazimierą, nešinę iš Vilniaus atgabentą instrumentą, kuriuo jis bandė groti po 25 metų pertraukos ir jam pavyko, tikrai buvo magiškas Šventas laikas. Pro praviras bažnyčios duris švietė vakaro saulė, o Kazimieras grojo dar ir dar.



Filmo „Šventas laikas“ kadras

Grįžus iš Palendrių, prieš pat pirmą koronaviruso karantiną 2020 m. kovo 12 d. suspėjau Katedroje pakalbinti ir nufilmuoti choro vargonininkę Agnę Petruškevičiūtę ir choro vadovą Dainių Juozėną. Laikas, praleistas kuriant šį filmą, man tapo stebuklinga kino atgaiva. Sugrioviau savyje nemažai stereotipų, išbuvau, išlaukiau, įgijau progą pabūti tėkmės („flow“)

būsenoje, kuri žmogų ištinca tada, kai tai, ką jis daro tuo momentu, tampa taip svarbu, kad jis pamiršta net laiku pavalgyti. Tai būseną, kai žmogaus galimybės, įgūdžiai ir žinios bent minimaliai tinka tikslui siekti, o tikslas kelia tam tikrą iššūkį ir susidomėjimą bei verčia išlaikyti maksimalią koncentraciją. Tas susitelkimas į čia ir dabar atliekamą veiklą, priverčia užmiršti gyvenimo problemas. Tai būseną, kai tai, ką darai, darai ne dėl apdovanojimo, o todėl, kad tau įdomu ir malonu. Tiek vaikų, tiek suaugusiųjų, tiek itin kūrybingų, tiek eilinių žmonių patiriamą „flow“ būseną aprašo vienas garsiausių pozityviosios psichologijos atstovų, vengrų kilmės amerikiečių mokslininkas Mihaly Csikszentmihalyi, daugiau nei 40 metų tyrinėjantis kūrybingumą ir kūrybos procesą. Jis šią optimalios vidinės motyvacijos būseną įvardija kaip esminę, suteikiančią laisvės, laimės ir pasitenkinimo tuo, ką darai, jausmą⁷⁵.

Kūrybinės terapijos kontekste, teigiamą poveikį mano savijautai darė filmo „Šventas laikas“ temos pasirinkimas – grigališkas giedojimas. Kaip sako viena iš filmo herojų Skirmantė, šis giedojimas – „puikiausias būdas gilinti Meilę ir gilinti Tylą <...>, nes kai tu turi vieną melodiją išgiedoti labai harmoningai ir darniai, negali būti nei susipykęs, nei kažko neatleidęs, nei neramus“. Tą galią pajutau ir aš. Bet remiantis Joshua L. Cohen išskirtais kūrybinės kino terapijos požymiais, aš taip pat patyriau gydomąjį paties kūrybinio proceso poveikį, kai optimali vidinė motyvacija, Csikszentmihalyio žodžiais, suteikia laisvės ir pasitenkinimo tuo, ką darai, pojūtį. Tuomet organiškai ir natūraliai dėliojasi visos filmo dedamosios; filmo epizodai tarsi savaime seka vienas iš kito, o pabaigoje viską vainikuoja pasiekto tikslo jausmas: nepaisant visų kliūčių, kurios išdėstytos aprašant filmo gimimo istoriją, filmas sėkmingai sukurtas, parodytas „Scanoramoje“ bei viešos paskaitos metu, sulaukė virš 1000 peržiūrų.

⁷⁵ Csikszentmihalyi, Mihaly. *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper and Row, 1990.

3. PSICHOTERAPINĖS KINO KŪRINIŲ ANALIZĖS GALIMYBĖS

3.1. Psichoterapija ir filmų analizė: porūšiai ir filmų grupės

Kino kūrinių, filmų analizės metu pacientai žiūri pasirinktus ar specialisto, atsižvelgiant į problemų ar ligų pobūdį, parinktus filmus. Vėliau jie filmą aptaria su terapinio seanso moderatoriumi / psichologu / psichiatru ir (arba) kitais grupės nariais.

Ingmaras Bergmanas yra pasakęs, kad „jokia kita meno rūšis, slinkdama pro kasdieninę mūsų sąmonę, taip tiesiogiai nepaveikia mūsų jausmų, neprisiskverbia taip giliai į tamsius mūsų sielos užkampius, kaip kinas“⁷⁶.

Daugelis prasmų, kurios seniausiais laikais būdavo perduodamos žodžiu, po to rašytine forma, dabar perteikiamos vaizdu. Jungiškiosios krypties psichoterapeutas, profesorius Geoffrey Hillas apibūdina kiną kaip mitą (angl. *cinemyth*). Jo požiūriu, per filmus reiškiasi kolektyvinė sąmonė; simbolinės kino kūrinio kalbos analizė padeda suprasti ir pačią visuomenę⁷⁷. Kinas yra viena naujausių priemonių perteikti tai, ką anksčiau perteikdavo mitai, sakmės, padavimai, legendos, metanaratyvai. Kinas suteikia informacijos apie tam tikros visuomenės moralę, įsitikinimus, vertybes⁷⁸. Kinas – viena iš formų, palaikančių mitų gyvybę, nes viešai transliuoja kolektyvinį mitą / sapną⁷⁹.

Pats filmo žiūrėjimas pritemusioje kino teatro salėje (L. J. Johnson papildė, kad ir filmo istorijos kūrimas montažinėje⁸⁰) tampa tarsi dvasiniu atnašavimu, o kino salė – bendruomeniniais svajonių (sapnų) namais (angl. *dream house*)⁸¹. Kino salė tampa sakralia vieta, kur žmonės susitinka archetipinę tikrovę ir per juoką ar ašaras palengvina savo kančias, nevaržydami savęs ir nebijodami gali giliau panirti į savo vidų. Čia bendrai atgaivinamos pamirštos ar užslopintos patirtys. Kino salė tampa tokių bendrų patirčių koncentracijos vieta, todėl emociniai išgyvenimai tampa intensyvesni. Taip kino salėje gali būti išgyvenamos transasmeninės patirtys, prisiliečiama prie dieviškojo / sakralaus prado⁸². Neveltui Johnas Izodas ir Joanna Dovalis pabrėžia, kad žiūrint filmą ne kino salėje, patirti tokį patį emocinį

⁷⁶ Bergman, I. *Laterna magica*. Vilnius: Alma litera, 1994.

⁷⁷ Hill, G. *Illuminating shadows: The mythic power of film*. Boston, MA: Shambhala Publications, Inc., 1992, p. 3.

⁷⁸ Johnson, L. J. *Vision, Story, Medicine: Therapeutic Filmmaking and First Nations Communities. Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson et al. Routledge, 2015, p. 63.

⁷⁹ Voytilla, S. *Myth and the movies: Discovering the mythic structure of 50 unforgettable films*. Studio City, CA: Wiese, 1999.

⁸⁰ Ibid.

⁸¹ Hill, G. *Illuminating shadows: The mythic power of film*. Boston, MA: Shambhala Publications, Inc., 1992, p. 4.

⁸² *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson et al. Routledge, 2015.

intensyvumą gali būti sunku. Būtent kino salėje, kai žiūrovo niekas neblaško, užsimezga kūrybingesnis dialogas su filmo prasmėmis, išgyvenimai būna gilesni⁸³.

Kinas iš esmės yra terpė, įtraukianti žmogų į dialogą su savo asmenine patirtimi ir kultūra, kurioje gyvena. Įsijautimas į filmą atitraukia žmogaus ego nuo jo įprasto vaidmens – sąmoningumo filtro. Kol ego įsitraukęs į filme rodomos istorijos dėlionę iš vaizdų, garsų ir dialogų, žiūrovas išsilaisvina nuo įprastų suvaržymų ir užmezga glaudesnę ryšį su savo vidiniu pasauliu. Tapatinantis su tam tikrais personažais ar atpažįstant tam tikras situacijas, atsiveria užslėptos žiūrovo savasties dalys. Kinas padeda žmogui pažinti save, skatina pokyčius, vidinį augimą ir individuaciją. Ekranas – tai psichologinis vaizdų ir garsų veidrodis, sujungiantis vidinę ir išorinę žmogaus tikrovę⁸⁴.

Kino kūrinio analizės taikymo psichoterapijoje metu filmai pacientų peržiūroms visada siūlomi su intencija juos vėliau aptarti, analizuoti. Siekiama, kad žiūrėtas filmas padėtų pacientui atsiverti. Filmus po peržiūrų stengiamasi aptarti grupiniuose užsiėmimuose arba asmeniškai su terapeutu.

Internete galima surasti psichikos sveikatos specialistų įvairiomis kalbomis parengtus puslapius su išsamia informacija apie filmus, naudotinus psichoterapijoje. Kruopščia filmų atranka pagal temines grupes – pacientų problemų pobūdį – bei tų grupių gausa ypač išsiskiria dvi interneto svetainės: Dr. Birgitos Wolz⁸⁵ ir Dr. Ofer Zuro internetinis puslapis⁸⁶, kurtas kartu su Wolz. Zur instituto puslapyje temos sudėliotos pagal abėcėlę, o B. Wolz puslapyje pateikiamos bendros temų / problemų grupės, išskirstytos į pogrupius. Pavyzdžiui, temų grupė „Inspiracija“ suskirstyta į tokius pogrupius kaip: „Iššūkiai ir jų įveikimas“, „Juokas kaip vaistas“, „Prasmės paieškos“ ir kt. Temų grupę „Asmeninės problemos“ sudaro tokie pogrupiai kaip „Atskirtis ir vienišumas“, „Fizinis ir emocinis smurtas“, „Alkoholizmas“, „Senatvė“, „Netektis ir sielvartas“ ir t.t. Kiekvienam pogrupiui priskirti atitinkamą temą ar problemą reprezentuojantys filmai. Pvz., grupės „Ligos ir sutrikimai“ pogrupyje „Vėžys“ rasime tokius filmus kaip „50 / 50“ (rež. J. Levine, 2011), „American Friend“ (rež. W. Wenders, 1977), „Beginners“ (rež. M. Mills, 2010), „Terms of Endearment“ (rež. J. L. Brooks, 1983) ir „A Walk to Remember“ (rež. A. Shankman, 2002).

Kino terapiją taikantys žmonės įprastai susitelkia į tam tikrą problemų grupę ir ją reprezentuojančius filmus. Johnas Izodas ir Joanna Dovalis analizuoja filmus, kurie galėtų būti

⁸³ Izod, J., Dovalis, J. *Cinema as Therapy: Grief and Transformational Film*. Routledge, 2015.

⁸⁴ Ibid.

⁸⁵ Dr. Birgitos Wolz kino terapijos interneto svetainė. Prieiga per internetą: <http://www.cinematherapy.com/filmindex.html> [žiūrėta 2021-03-10].

⁸⁶ Dr. Ofer Zuro instituto interneto svetainė. Prieiga per internetą: <https://www.zurinstitute.com/movie-therapy/#disorganizedattachment> [žiūrėta 2021-03-10].

pasitelkiami sielvartą išgyvenančių asmenų psichoterapijoje. Tokios perspektyvos pasirinkimą autoriai motyvuoja tuo, kad sielvartas, būdamas neišvengiama gyvenimo dalimi, dažnai tampa tiek komercinių, tiek „arthauzinių“, autorinių vaidybinių filmų pagrindu. Kad iki galo subręstų, žmogui būtina išsiugdyti gebėjimą išgyventi sielvartą. Vakarietiška kultūra iš esmės to nemoko, o tai stabdo asmeninį augimą, riboja pasirinkimus. Todėl psichoterapeutams dažnai tenka konsultuoti pacientus dėl neišspręsto sielvarto. Izodas ir Dovalis pasirinktuose filmuose analizuoja personažų reakcijas į sielvartą ir kančią: ar jie priešinasi, ar kančioje pastebi transformacijos ir augimo galimybę. Greta personažų emocinių išgyvenimų analizuojama, kokios emocijos ir išgyvenimai transliuojami iš ekrano žiūrovams⁸⁷.

B. Wolz išskiria tris kino kūrinio analizės psichoterapijoje taikymo būdus pagal paciento būklės sudėtingumą:

1. Sužadavimo būdas (angl. *the Evocative Way*) – pacientai yra tokios būklės, kai jiems nebūtina rekomenduoti konkrečių filmų, bet svarbu ir naudinga aptarinėti bet kurį filmą.
2. Rekomendacinis būdas (angl. *the Prescriptive Way*) – pacientams rekomenduojama žiūrėti konkrečius filmus.
3. Į stiprų emocinį poveikį orientuotas būdas (angl. *the Cathartic Way*) – pacientams primygtinai rekomenduojama pažiūrėti konkrečius filmus, kurie sužadintų problemines emocijas⁸⁸.

Taigi taikant kino kūrinių, filmų analizės terapiją svarbu atsižvelgti į paciento amžių, jo aplinką, trauminę patirtį, specialius poreikius, stipriąsias ir silpnąsias puses, problemas, su kuriomis susiduria, ir išsikeltus tikslus. Vadinasi, vienas svarbiausių kriterijų analizuojant filmų terapinį poveikį yra temos aktualumas.

Kaip teigia kino teoretikas Siegfriedas Kracaueris, kinas geba padaryti tikrovę ir istoriją matomus, nes iškelia į paviršių sielos gelmėje glūdinčius įsitikinimus, nušviečia to meto kolektyvines nuostatas, išryškina pasąmoninius žmonių santykių klodus. Žiūrovai filmuose pažįstamus objektus pamato naujai: „tarsi pro siaurą langą stebėtum keistas scenas, kurių tikrovėje net nepastebėtum“⁸⁹. Vadinasi, kiekvienas filmas yra lyg savitas to meto ir tam tikros šalies psichosocialinis ir kultūrinis dokumentas, todėl gali pateikti vertingos medžiagos istorikų, sociologų, suicidologų, psichologų ar kintyrininkų tyrimams.

Siekiant apžvelgti, kaip kinas aktualizuoja atitinkamu laikotarpiu tam tikroje visuomenėje reikšmingą (arba problemišką) temą, toliau bus nagrinėjamas savižudybės

⁸⁷ Ibid.

⁸⁸ Wolz, B. *E-Motion Picture Magic: A Movie Lover's Guide to Healing and Transformation*. Colorado: Glenbridge Publishing, 2005.

⁸⁹ Kracauer S. *From Caligari to Hitler: a Psychological History of the German Film*. [Leonardo Quaresima redakcija ir įžanga]. Princeton: Princeton University Press, 2004., p. xv–xlix.

vaizdavimas Lietuvos kine 1991–2018 metais. Ši tema pasirinkta ir dėl to, kad ji tapo pagrindine kuriant vieną iš šio meno projekto filmų „Senas šautuvas“.

3.2. Savižudybės vaizdavimas Lietuvos kine 1991–2018 metais: temos analizė

Pereinamuoju periodu Lietuvos istorijoje po nepriklausomybės atgavimo fiksuoti didžiausi savižudybių skaičiai. Vaidybinis filmas, būdamas tam tikru epochos dokumentu, gali suteikti žinių apie suicido reiškinių psichosocialinį ir sociokultūrinį kontekstą, o filmuose dažnai pateikiamos mažiau ar daugiau išbaigtos personažų raidos istorijos galėtų paskatinti savižudybės motyvų apmąstymą, aptarimą ir suvokimą. Analizuodamas, kaip ši aktuali tema reprezentuojama lietuvių vaidybinuose filmuose, sukurtuose 1991–2018 metais, siekiau atskleisti ir apibendrinti, kokius savižudybių vaizdavimo modelius, personažų charakteristikas ir siužetus rinkosi režisieriai tais metais. Analizei atrinkau tik tuos minėto laikotarpio ilgametražius vaidybinius filmus, kuriuose nusižudo pagrindinis veikėjas. Remiantis LFC duomenimis, nuo 1991 iki 2018 metų Lietuvoje iš viso buvo sukurti 123 ilgametražiai vaidybiniai filmai, tarp jų – 8 atitinkantys apibrėžtus kriterijus⁹⁰.

Prieš aptariant savižudybės temos reprezentaciją kine, naudinga pateikti esmines savižudybės reiškinių tiriančių mokslininkų mintis.

„Savižudybė – sudėtinga, daugiareikšmė problema, kuri neturi kokios nors vienintelės priežasties ar paaiškinimo. Ją dažniausiai sukelia biologinių, psichologinių, kultūrinių, socialinių veiksnių visuma“⁹¹. Savižudybių padėtis Lietuvoje išsiskiria lyginant su kitomis šalimis keliais aspektais.

1. Labai aukštas savižudybių skaičius (100 tūkst. gyventojų 31, 2017 metai)⁹².
2. Savižudybių skaičiaus šuolis lyginant tarpukario ir dabartinės Lietuvos statistiką (plg. 1924 m. rodiklis Lietuvoje 100 tūkst. gyventojų buvo 5)⁹³.
3. Vyrai žudosi 5 kartus dažniau nei moterys (o daugumoje ES šalių šis santykis 3:1)⁹⁴.
4. Santykinai (100 tūkst. gyventojų) kaime žudosi dvigubai daugiau nei mieste⁹⁵.
5. Aukštas jaunuolių savižudybių skaičius, nors ši tendencija stebima visame Vakarų pasaulyje⁹⁶.

Danutė Gailienė savižudybių skaičiaus šoktelėjimą aiškina potraumine patirtimi. Viena po kitos ėjusios sovietų, nacių ir antroji sovietų okupacija, beveik penkiasdešimt metų trukęs

⁹⁰ Lietuvių filmų centras. Vaidybiniai filmai 1991-2021. Prieiga per internetą: <http://www.lfc.lt/lt/Page=MovieList&GenreID=454> [žiūrėta 2021-03-10].

⁹¹ Polukordienė, O. K. *Psichologinės krizės ir jų įveikimas: praktinis vadovas*. Vilnius: 2003.

⁹² Šaltinis: Valstybinis psichikos sveikatos centras.

⁹³ Gailienė, D. Savižudybės Lietuvoje: sociokultūrinis kontekstas. *Naujasis Židinys-Aidai* nr. 2. 2015.

⁹⁴ Polukordienė, O. K. *Psichologinės krizės ir jų įveikimas: praktinis vadovas*. Vilnius: 2003.

⁹⁵ Ibid.

⁹⁶ Ibid.

totalitarinis režimas, anot profesorės, naikino žmonių atsparumą psichosocialiniam stresui ir gebėjimą įveikti visuomeninių pokyčių keliamą įtampą⁹⁷. Kadangi tremtys ir kitos politinės represijos palietė socialiai, ekonomiškai ir politiškai aktyviausius Lietuvos piliečius, komunistinis režimas subrandino žmonėse išmokto bejėgiškumo sindromą⁹⁸ bei įprotį apgaudinėti autoritetus ir sistemą ar veidmainiauti (vienaip kalbėti artimame rate, kitaip – viešumoje), kuris buvo savotiška išgyvenimo strategija ir kuris pernešamas iš socialinės aplinkos į vidinį žmogaus pasaulį. „Kitų apgaudinėjimas susilieja su savęs apgaudinėjimu, o nepažintos ir konstruktyviai netransformuotos savo paties giliosios deformacijos virsta nekonstruktyvia agresija ir autoagresija“⁹⁹. Kolektyvizacija pakirto kaimo žmogaus egzistencijos pagrindus, sutraukė bendruomeninius, šeimyninius ryšius, todėl stebimas ypač didelis savižudybių skaičius kaime. Didesnis vyrų savižudybių skaičius siejamas su labiau tarp vyrų paplitusia alkoholizmo problema.

Apibendrinant savižudybes lemiančius veiksnius galima būtų suskirstyti į dvi stambias grupes: į asmenį orientuoti psichologiniai bei sveikatos veiksniai (fizinė negalia ir ligos, skausmas, psichikos sutrikimai, depresija) ir aplinkos sąlygoti socialiniai veiksniai (šeima, veiklos praradimas, smurtas, taip pat tradicijos, sociokultūrinės nuostatos)¹⁰⁰.

Išsamus amerikiečių mokslininkų Steveno Stacko ir Barbaros Bowman atliktas savižudybės reprezentacijos kine tyrimas atskleidė, kad skirtingai nuo literatūros kūrinių, kuriuose savižudybes paskatina dažniau į individą orientuotos problemos (taip pat psichopatologinės arba labiau su psichine personažų sveikata susijusios priežastys), amerikiečių ir britų filmuose labiausiai akcentuojami socialiniai savižudybių veiksniai¹⁰¹. 135 britų filmuose 7 savižudybės motyvai procentiškai išsidėsto taip pat, kaip ir JAV filmuose, tik randama mažiau altruistinių savižudybių ir jos dažniau siejasi su mylimųjų praradimu. 2021 metų Oksfordo suicidologijos ir savižudybių prevencijos žinyno skyriuje „Savižudybės reprezentacija kine“ Gérardas Camy mini, kad absoliuti dauguma JAV, Europos ir Pietryčių Azijos filmų savižudybės neišaukština, nerodo kaip egzistencinių problemų sprendimo būdo ir

⁹⁷ Gailienė, D. Užburtame rate: savižudybių paplitimas Lietuvoje po nepriklausomybės atkūrimo. *Psichologija*, 2005, t. 31, p. 7–14.

⁹⁸ Ibid.

⁹⁹ Gudaitė, G. Sovietinio palikimo atspindžiai individo gyvenime: refleksijos ir psichoterapijos procesas. *Psichoterapijos veiksmingumas: terapiniai veiksniai ir subjektyviai išgyvenami pokyčiai*. Sud. Gražina Gudaitė. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2014, p. 250–270.

¹⁰⁰ Klasifikacija rasta Nacionalinės mokyklų vertinimo agentūros puslapyje [žiūrėta 2021 02 04], prieiga per internetą <http://www.nmva.smm.lt/wp-content/uploads/2012/12/Jaunimo-psichin%C4%97-sveikata-ir-savi%C5%BEudyb%C4%97s.pdf>.

¹⁰¹ Stack, S.; Bowman, B. *Suicide Movies: Social Patterns 1900–2009*. Göttingen: Hogrefe Publishing, 2012, p. 250.

dažniausiai nėra pagrindinė filmo tema, išskyrus keletą - „Virgin Suicides“ (2000), rež. S. Coppola, „Last days“ (2005), rež. Gus Van Sant¹⁰².

Kadangi Lietuva, kaip minėjome, išsiskira savo savižudybių paplitimo charakteristika, apžvelgsiu, kaip savižudybių motyvai ir veiksniai atsispindi lietuviškuose filmuose nuo 1991 iki 2018.

Sovietmečiu ši tema buvo tabu. Kaip teigia V. S. Jefremovas, „Didžiojoje tarybinėje enciklopedijoje“ (trečias leidimas) termino „savižudybė“ nėra. Ir tik nuo 80-ųjų pradedamas gana intensyvus įvairių savižudiško elgesio aspektų (įskaitant socialinius ir demografinius rodiklius) tyrimas¹⁰³. Tai, be abejonės, augino stigmą. Vis dėlto teigti, kad Sovietų Sąjungoje ir visame socialistiniame lageryje tokių filmų nebuvo kuriama, negalima. Suprantama, filmai dažniausiai buvo propagandiniai, ideologiniai, cenzūroti, apkarpyti ir griežtai prižiūrimi. Vienas iš pavyzdžių – filmas „Žiaurumas“ / „Жестокость“ (1959, Rusija, rež. V. Skuibin), kuriame pagrindinis herojus, idealistas komjaunuolis negalėdamas susitaikyti su neteisybe nusišauna. Net turėdamas Stalino palaikymą, pasirodęs filmas susilaukė grėsmingos kritikos, nes „mūsų tarybinis herojus taip pasielgti negali“. Režisierius privalėjo permontuoti filmą, kad savižudybės priežastis atrodytų kuo mažiau politizuota ir kuo labiau sietųsi su asmeninėmis – nelaimingos meilės – priežastimis.

Stigmatizacijos problemą liudija ir tas faktas, kad LFC pateiktuose aprašuose, tarp visų 123 ilgametražių filmų, sukurtų per 27 metus nuo 1991 iki 2018, radau tris anotacijas, iš kurių galima suprasti, kad filmas turi sąsają su savižudybės tema. Režisieriaus Raimundo Banionio pagal J. Grušo dramą sukurto filmo „Džiazas“ (1992) LFC pateiktoje anotacijoje atvirai įvardinamas savižudybės faktas: „sudėtingi jaunų žmonių santykiai vienintelę kompanijos merginą Beatričę priveda prie savižudybės“¹⁰⁴.

Režisierius Algimantas Puipa filmą „Žaibo nušviesti“ (1995), sukurtą Jolitos Skablauskaitės, Petro ir Povilo Dirgėlių apsakymų motyvais, pats gana atvirai pavadino kūriniumi apie savižudžius¹⁰⁵. Kito Puipos filmo „Nuodėmės užkalbėjimas“ (2007) anotacijoje taip pat minima „savižudybės nuojauta“¹⁰⁶.

¹⁰² Representations of suicide in cinema. *Oxford Textbook of Suicidology and Suicide Prevention*. 2 ed. Ed. by Danuta Wasserman Previous Edition (1 ed.). Oxford University Press, 2021, p. 699.

Chapter 77: Representations of suicide in cinema Author(s): Gérard Camy, and Camilla Wasserman

¹⁰³ Ефремов, В. С. *Основы суицидологии*. СПб.: Издательство «Диалект», 2004, p. 74.

¹⁰⁴ LFC internetinis puslapis [žiūrėta 2021 02 04], prieiga <http://www.lfc.lt/lt/Page=MovieList&ID=497&GenreID=454>.

¹⁰⁵ LFC internetinis puslapis [žiūrėta 2021 02 04], prieiga <http://www.lfc.lt/lt/Page=MovieList&ID=1484&GenreID=454>.

¹⁰⁶ LFC internetinis puslapis [žiūrėta 2021 02 04], prieiga <http://www.lfc.lt/lt/Page=MovieList&ID=3228&GenreID=454>.

Įdomu, kaip filmai šia tema Lietuvoje buvo anonsuojami, pristatomi savižudybių piko Lietuvoje metais. Nuo 1991 iki 1996 metų savižudybių skaičius 100 tūkst. gyventojų Lietuvoje pakilo nuo 33.20 iki 51.00¹⁰⁷.

Žemiau pateiktoje lentelėje matome minėtu laikotarpiu sukurtus ir pasirinktus kriterijus atitinkančius lietuviškus filmus savižudybės tema. Šiuose 8 filmuose iš 123 sukurtų 1991–2018 metais galime rasti pagrindinio veikėjo savižudybę (3 moterų ir 7 vyrų).

1991 – 2018 LT FILMAI SU PAGR. VEIKĖJO SAVIŽUDYBE	PAVAIZDAVIMAS
1. Džiazas (1992) rež. R. Banionis	nušoka nuo stogo
2. Žaibo nušviesti (1995) rež. A. Puipa	3 novelės – 3 mirtys – 2 nušokant, trečia iš jų neartikuluota
3. Kiemas (1999) rež. V. Navasaitis	pasikaria
4. Nuodėmės užkalbėjimas (2007) rež. A. Puipa	nusinuodija vaistais
5. Narcizas (2012) rež. D. Gasiūnaitė	galima suprasti, kad pasiskandina
6. Lošėjas (2013) rež. I. Jonynas	mirtina injekcija
7. Edeno sodas (2015) rež. A. Puipa	eutanazija, mirtina injekcija (ateityje)
8. Išgyventi vasarą (2018) rež. M. Kavtaradzė	nusinuodija vaistais

Toliau išsamiau aptariami kiekviename filme vaizduojamos savižudybės veiksniai.

1. „Džiazas“ (1992)¹⁰⁸ rež. R. Banionis

Filmas apie režimo aukas. Veiksmo vieta ir laikas: Vilnius, 1968-ieji, sovietmetis.

Viena iš pagrindinių veikėjų: Beatričė Aizentaitė (akt. A. Kavaitė) – vidurinės mokyklos abiturientė, našlaitė, dainininkė. Dėl negatyvios informacijos pertekliaus nušoka nuo namo stogo. Beatričės savižudybę nulėmę veiksniai filme: režimas (Prahos įvykiai, „red army go home“), nelaiminga / neartikuluota meilė, chaotiški jausmai, suicidinės mintys, disfunkcinė šeima, alkoholis, korupcija, politiniai susidorojimai, melas, išdavystė, veidmainystė, atgaila, neapykanta, demaskavimas, nusivylimas santvarka ir gyvenimu.

Per prievartą patekusi į psichiatrinę ligoninę ir ten sutikusi dėdę Praną (akt. V. Paukštė) Beatričė sužino tiesą, kad jos tėvas mirė tardymo izoliatoriuje, kad „kai kurie išsigelbėjo šaudydami kitus – tarp jų ir jaunasis tardytojas Vaigauskas“. Pranas prašo jos, kad pasiliktų ligoninėje, kad ligoninėje *dabar* saugiausia.

¹⁰⁷ <https://data.oecd.org/healthstat/suicide-rates.htm>.

¹⁰⁸ <https://www.kinofondas.lt/filmas/dziazas/>.

Filmas „Džiazas“ sukurtas iš karto po nepriklausomybės, lūžiniais metais, kuriuos Lietuvoje simboliškai galima pavadinti „red army go home“ metais. Rusijos armija iš Lietuvos galutinai išsikraustė 1993 m. rugpjūčio 31 d., praėjus metams po filmo pasirodymo.

2. „Žaibo nušviesti“ (1995)¹⁰⁹ rež. A. Puipa

Jolitos Skablauskaitės, Petro ir Povilo Dirgėlių apsakymų motyvais sukurtą filmą pats režisierius pavadino kūrinium apie savižudžius. 1995–1996 metais, kuomet pasirodė filmas, Lietuvoje savižudybių skaičius pasiekė piką, kuris nuo tų metų svyrudamas pradėjo mažėti. Siurrealistinį, makabrišką, kupiną metaforų ir simbolių filmo naratyvą sudaro trys tarpusavy nesusijusios novelės, kurių ašimi yra savižudybė.

Pirmos novelės veiksmo vieta ir laikas: Lietuvos miestas ir pajūris. Galima numanyti, kad laikas visose trijose istorijose sutampa su penkeriais pirmaisiais nepriklausomybės metais, o filmo personažai – prarastoji karta – sprendžia problemas, kaip prisitaikyti ir išgyventi. Pirmoje novelėje jokių sąsajų su santvarka ir politika nėra, vienintelė aiškiausia nuoroda į laikmetį – kinų restoranas (filmo kūrimo metais tai buvo dar neeksploatuota egzotika).

Pirmos novelės pagrindinis veikėjas: ant tradicinės kinų eilutės užsimetęs tradicinį lotynoamerikiečių pončo choreografas Rafaelis (akt. K. Smoriginas), pasiklydęs tarp pragaro ir rojaus, tarp miesto ir pajūrio, tarp meilės ir alkoholio, nepriklausomybės gyvenimo eklektikoje. Prasigėręs ir atstumtas buvusios mokinės laiptinėje nušoka iš viršutinio aukšto. Pirmoje novelėje Rafaelio savižudybę nulėmę veiksniai: beribės menininko ambicijos, alkoholizmas, negebėjimas užmegzti ilgalaikių ryšių, puikybė, atsiribojimas, atskirtis, vienatvė, senatvė, atstūmimas, nedarbas, nusivylimas gyvenimu.

Antros novelės veiksmo vieta ir laikas: neapibrėžtas Lietuvos didmiestis, kuriame galima atpažinti ir Vilnių, ir Klaipėdą. Kalbama apie užėigą „Moterų laimė“ (anuomet Gedimino prospekte buvo kavinė „Ponių laimė“). Pirmų nepriklausomybės metų ženklų yra ir daugiau: matome tų laikų cigarečių „Prince“ reklamą, S. Stallone ir W. Snipes filmo plakata, berniukai motinai lyg pasaką namų darbams skaito tų dienų kriminalinę kroniką apie auksapirščio gaują, pavogtus iš banko 10 tūkst. litų ir t. t.

Antros novelės pagrindinis veikėjas: lėlininkas, aktorius, tėvas, *varguolis*, alkoholikas, geraširdis Teodoras Milkus (akt. V. Paukštė), nusivylęs savimi ir gyvenimu, eilinį kartą užmiega ant bėgių.

Antroje novelėje mirtį nulėmę veiksniai: skurdas, alkoholizmas, skaudžios nelaimės šeimoje, disfunkcinė šeima, bedarbystė, neviltis, nusivylimas gyvenimu, atsiribojimas, vienatvė, senatvė, savęs nuvertinimas, bejėgystė prieš likimą, santvarką, kaltės jausmas.

¹⁰⁹ <https://www.lrt.lt/mediateka/irasas/14727/zaibo-nusviesti>

Inteligentas nelaimėlis Milkus – nepritapėlis, neranda sau vietos, pragyvenimo šaltinio, kad išlaikytų šeimą, jo spektaklių nelanko žiūrovai, jis girtuokliauja, nori į kalėjimą, miega ant bėgių laukdamas, kad jį pervažiuotų traukinys. Skirtingai nuo pirmos ir trečios novelės, antroje pati savižudybė neįvardinama, jaučiama tik vis didėjanti jos siekiamybė. Iš pirmos santuokos Milkus turi dukterį, kuri stotyje dirba prostitute.

Žmona Ramutė (akt. E. Piškinaitė): - Milkau, aš noriu Tau šį vakarą ką nors atleisti...

Išsirink kokią nors nuodėmę ir aš Tau ją atleisiu...

Milkus: - Gerai. Atleisk man kad aš gyvenu..

Ramutė: - Šito aš tau niekad neatleisiu, bet atleisiu, kad sugyvenai dukterį su kita moterimi....

Paskutinį kartą privažiavęs prie miegančio ant bėgių Milkaus traukinys sustoja, jo mirtis neartikuliuota, nuspėjama, kadras nutrūksta.

Trečios novelės veiksmo vieta ir laikas taip pat sąmoningai neakcentuojamas, bet iš dialogų paaiškėja, kad tai Lentvario dvaras, paveldosaugininkų pamirštas muziejus, kurį prižiūri ekskursijų vadovė Joana (akt. Almira Grybauskaitė), o laikas – makabriška nepriklausomybės pradžios realybė. Kiti sapniniai personažai galvoja, kad muziejus tai viešbutis. Minimas Vilnius.

Trečios novelės pagrindinė veikėja: ekskursijų vadovė Joana (akt. A. Grybauskaitė) nenusižudo, bet nusižudo grafienė Kotryna (akt. Gražina Urbonaitė), į svečius paskui savo vyrą grafą (akt. E. Kunavičius) atvykusi nelaiminga buvusio šios pilies šeimininko grafo Kosakovskio giminaitė. Vyras jos vengia, nemyli, ji galiausiai iššoka pro langą.

Trečioje novelėje savižudybę nulėmę veiksniai: pavydas, nelaimės šeimoje, nelaiminga meilė, pykčio priepuolis, nusivylimas gyvenimu, galbūt psichiniai sutrikimai.

Grafienė Kotryna vieniša, palikta, grafas slapstosi nuo jos gyvos, o jai nusižudžius mėgina bėgti nuo grafienės vaiduoklio, parkritęs pats miršta nuo širdies smūgio. Juos abu palaidojusi muziejaus prižiūrėtoja Joana mato, kaip po mirties susitaikę, įsikibę parankėn jiedu nužingsniuoja amžinybėn.

3. „Kiemas“ (1999)¹¹⁰ rež. V. Navasaitis

Filmas apie stagnaciją. Veiksmo vieta ir laikas: filme akcentuojamas pirmojo nepriklausomybės dešimtmečio sąstingio laikotarpis, bedarbystė, po sovietmečio visai nesikeičiantis senamiestis ir savęs ieškantys prarastosios kartos gyventojai.

Pagrindinis veikėjas: Lorencas (akt. R. Vitkaitis), žmoną ir vaiką turintis jaunas bedarbis vyras, praradęs viltį, kad kas nors pasikeis, pasikaria.

¹¹⁰ Delfi internetinis puslapis [žiūrėta 2021 02 04], prieiga <https://www.delfi.lt/video/transliacijos/anonsai/delfi-kino-seansas-kiemas.d?id=84210663>

Lorenzo savižudybę nulėmę veiksniai filme: lūžinis, stagnacinis laikotarpis, alkoholis, nusivylimas gyvenimu, nelaiminga meilė, chaotiški jausmai, disfunkcinė šeima, socialinė atskirtis, bejėgystė prieš santvarką ar „netvarką“.

4. „Nuodėmės užkalbėjimas“ (2007)¹¹¹ rež. A. Puipa

Filmo veiksmo vieta ir laikas: pirmieji XXI a. metai. Lietuvos didmiestis.

Viena iš pagrindinių veikėjų: psichoterapeutė Rita (akt. N. Savičenko) nusinuodija.

Savižudybę nulėmę veiksniai filme: nelaiminga santuoka ir meilė, vyro išdavystė, chaotiški jausmai, vienišumas, pavydas, melas, kerštas, veidmainystė, neapykanta, sąžinės graužatis, pakrikęs mąstymas, apmaudas, ištvirkavimas, nusivylimas gyvenimu.

5. „Narcizas“ (2012)¹¹² rež. D. Gasiūnaitė (filmas apie puikybę)

Filmo veiksmo vieta ir laikas: Vilnius, laikas sutampa su filmo kūrimo metais.

Pagrindinis veikėjas: žmonos, vaikų ir visų mylimas, talentingas violončelininkas Teodoras (akt. A. Vlachopoulos) nepatenkintas egzistencija. Savižudybė filme pilnai neartikuluota, bet galima suprasti, kad herojus nusiskandina.

Savižudybę nulėmę veiksniai filme: puikybė, chaotiški jausmai, melas, išdavystė, veidmainystė, nelaiminga meilė, nusivylimas gyvenimu, vienišumas, apmaudas, sąžinės graužatis, galimas proto pakrikimas.

6. „Lošėjas“ (2013)¹¹³ rež. I. Jonynas

Filmo veiksmo vieta ir laikas: Klaipėda, pajūris; laikas sutampa su filmo kūrimo metais.

Pagrindinis veikėjas: paramedikas Vincentas (akt. V. Kaniušonis) ligoninėje po sumušimo susileidžia mirtiną dozę vaistų.

Savižudybę nulėmę veiksniai filme: sužlugę santykiai ir meilė, lošimas, alkoholis, melas, išdavystė, veidmainystė, neapykanta, įvairaus pobūdžio sukrėtimai, nusivylimas gyvenimu.

7. „Edeno sodas“ (2015)¹¹⁴ rež. A. Puipa

Filmo veiksmo vieta ir laikas: netolimos ateities Vilnius.

Pagrindinis veikėjas: nepagydomai sergantis psichiatras Benjaminas (akt. J. Budraitis) pasirenka eutanaziją.

Savižudybę nulėmę veiksniai filme: liga, senatvė, fizinė kančia, nenoras būti našta, atsiradęs beprasmiškumo jausmas.

8. „Išgyventi vasarą“ (2018)¹¹⁵ rež. M. Kavtaradzė

Filmo veiksmo vieta ir laikas: Vilnius ir Lietuvos pajūris, 2017-ieji.

¹¹¹ <https://www.lrt.lt/mediateka/irasas/2000072149/nuodemes-uzkalbejimas>

¹¹² <https://www.kinofondas.lt/filmas/narcizas/>

¹¹³ <https://zmonescinema.lt/filmas/losejas-2013>

¹¹⁴ <https://www.lrt.lt/mediateka/irasas/2000074731/drama-edeno-sodas>

¹¹⁵ <https://zmonescinema.lt/filmas/isgyventi-vasara-2019>

Pagrindinis veikėjas: psichiatrinės ligoninės pacientas Paulius (akt. Paulius Markevičius) nusinuodija vaistais.

Savižudybę nulėmę veiksniai filme: vienišumas, nelaiminga / neartikuluota meilė, chaotiški jausmai, disfunkcinė šeima, „alkoholis, ištvirkavimas ir palaidas gyvenimo būdas“, kaip pasakoja pats Paulius, veidmainystė, psichinės ligos, proto pakrikimas, socialinė atskirtis, pyktis, nusivylimas savimi ir gyvenimu, prarastos kartos tėvų vaikas.

Lentelėje apačioje filmui suskirstyti pagal vaizduojamų savižudybių motyvų pobūdį remiantis Stacko ir Bowman klasifikacija¹¹⁶ (Savižudybių motyvų taksonomijos lentelė (pateikiama 1 priede).

I ASMENI ORIENTUOTI MOTYVAI	FILMAS	Personažas	Savižudybės būdas
1. Įprastos psichiatrinės priežastys (depresija, alkoholio ir kt. nark. medž. vartojimas ir pan.)	„Džiazas“ (1992) rež. R. Banionis	Beatričė Aizentaitė (akt. A. Kavaitė)	Nušoka nuo stogo
	„Žaibo nušviesti“ (1995) rež. A. Puipa	Rafaelis (akt. K. Smoriginas)	Laiptinėje nušoka iš viršutinio aukšto
	„Žaibo nušviesti“ (1995) rež. A. Puipa	Teodoras Milkus (akt. V. Paukštė)	Užmiega ant bėgių
	„Kiemas“ (1999) rež. V. Navasaitis	Lorencas (akt. R. Vitkaitis)	Pasikaria
	„Narcizas“ (2012) rež. D. Gasiūnaitė	Teodoras (akt. A. Vlachopoulos)	Pasiskandina
	„Nuodėmės užkalbėjimas“ (2007) rež. A. Puipa	Psichoterapeutė Rita (akt. N. Savičenko)	Nusinuodija vaistais
	„Lošėjas“ (2013) rež. I. Jonynas	Vincentas (akt. V. Kaniušonis)	Mirtina injekcija
2. Netradicinės psichiatrinės priežastys (psichopatiškumas ir pan.)	„Žaibo nušviesti“ (1995) rež. A. Puipa	Grafiėnė Kotryna (akt. Gražina Urbonaitė)	Iššoka pro langą
	„Nuodėmės užkalbėjimas“ (2007) rež. A. Puipa	Psichoterapeutė Rita (akt. N. Savičenko)	Nusinuodija vaistais
	„Narcizas“ (2012) rež. D. Gasiūnaitė	Teodoras (akt. A. Vlachopoulos)	Pasiskandina
3. Biologinės ir fizinės priežastys (fizinė liga, skausmas, fiz. negalia)	„Išgyventi vasarą“ (2018) rež. M. Kavtaradzė	Paulius (akt. Paulius Markevičius)	Nusinuodija vaistais
	„Edeno sodas“ (2015) rež. A. Puipa	Benjaminas (akt. J. Budraitis)	Mirtina injekcija
IŠORINIAI ARBA SOCIALINIAI MOTYVAI	FILMAS	Personažas	Savižudybės būdas
4. Artimojo mirtis (sutuoktinio, vaiko ir pan.)			
5. Įtampos socialiniuose	„Džiazas“ (1992) rež. R. Banionis	Beatričė Aizentaitė (akt. A. Kavaitė)	Nušoka nuo stogo

¹¹⁶ Stack, S.; Bowman, B. *Suicide Movies: Social Patterns 1900–2009*. Göttingen: Hogrefe Publishing, 2012, p. 18.

santykiuose (partnerio problemos, patyčios, tėvų-vaikų konfliktai, išankstinės nuostatos, gėda)	„Nuodėmės užkalbėjimas“ (2007) rež. A. Puipa	Psichoterapeutė Rita (akt. N. Savičenko)	Nusinuodija vaistais
6. Ekonominės problemos (finansiniai sunkumai, problemos darbe)	„Kiemas“ (1999) rež. V. Navasaitis	Lorencas (akt. R. Vitkaitis)	Pasikaria
7. Altruistinės savižudybės (kare, civilinė)	„Edeno sodas“ (2015) rež. A. Puipa	Benjaminas (akt. J. Budraitis)	Mirtina injekcija
8. Potrauminės patirties veiksniai	„Džiazas“ (1992) rež. R. Banionis	Beatričė Aizentaitė (akt. A. Kavaitė)	Nušoka nuo stogo
	„Žaibo nušviesti“ (1995) rež. A. Puipa	Rafaelis (akt. K. Smoriginas)	Laiptinėje nušoka iš viršutinio aukšto
	„Žaibo nušviesti“ (1995) rež. A. Puipa	Teodoras Milkus (akt. V. Paukštė)	Užmiega ant bėgių
	„Kiemas“ (1999) rež. V. Navasaitis	Lorencas (akt. R. Vitkaitis)	Pasikaria
	„Lošėjas“ (2013) rež. I. Jonynas	Vincentas (akt. V. Kaniušonis)	Mirtina injekcija

Iš lentelės matome, kad pasirinkto laikotarpio filmuose vaizduojamos savižudybės veiksniai yra daug labiau (13:4) orientuoti į individą negu nulemti socialinių problemų, bet tikrosios priežastys giluminės. Atsižvelgdamas į Lietuvos istorinį kontekstą lentelę papildžiau dar viena kategorija: potrauminės patirties veiksniai. Tai kompleksinė savižudybių veiksmų grupė. Remiantis Gailienės ir kitų mokslininkų tyrimų duomenimis, išskirtinis savižudybių paplitimas Lietuvoje sietinas su potraumine posovietinės visuomenės – lūžio kartos – patirtimi, periodu, kai dėl nepasitikėjimo ir baimės būti įskųstam represinėms institucijoms žmogus galėjo pasitikėti tik savimi arba labai artimu ratu, todėl santykiai buvo labai įtempti, o bendruomeniniai ryšiai trapūs.

Potrauminės patirties veiksmus priskiriant prie išorinių arba socialinių motyvų į šią grupę patenka Beatričės, Rafaelio, Milkaus, Lorenzo savižudybės. Tai atsispindi ir filmuose: individo pasirinkimai sąlygoti socialinių, istorinių aplinkybių.

Paramediko Vincento iš Igno Jonyno filmo „Lošėjas“ (2013) savižudybės priežastis taip pat priskirčiau prie šios grupės. Filme akivaizdi socialinės atskirties, mažų algų, skurdo ir beatodairiško mėginimo prisidurti bei išlikti esant vis dar toje pačioje sovietinių laikų situacijoje, kai „kitų apgaudinėjimas susilieja su savęs apgaudinėjimu, o nepažintos ir

konstruktyviai netransformuotos savo paties giliosios deformacijos virsta nekonstruktyvia agresija ir autoagresija¹¹⁷.

Praejus 30 metų po Nepriklausomybės paskelbimo vis dar esame prarastos lūžio kartos atstovai tiek realybėje, tiek kine. Atlikta filmų savižudybės veiksnių filmuose „diagnostika“ ir lietuviškų filmų šia tema juodraštinis sąvadas galėtų būti naudingas ne tik psichologams ir suicidologams, kuriems šie filmai gali tapti parankine priemone analizuojant atskirus atvejus, bet ir kinotyrininkams.

Norint naudoti kino kūrinį kaip pagalbinę priemonę terapiniais tikslais, temos aktualumas nėra vienintelis kriterijus. Kad žiūrėtas filmas padėtų atsiverti, kad iškeltų į paviršių užslopintus jausmus, personažai turėtų būti tokie, kad žiūrovas galėtų su jais tapatintis. Toliau aptariamas filmas „Senas šautuvas“, kurį būtų galima priskirti savižudybės temą reprezentuojančių filmų pogrupiui, psichikos sveikatos specialistų nuomone, galėtų būti naudingas netektį išgyvenantiems arba minčių apie savižudybę patiriantiems žmonėms dėl filme pavaizduotų personažų išgyvenimų autentiškumo.

3.3. Filmo „Senas šautuvas“ analizės terapija: profesionalai ir žiūrovai

Dar prieš pradėdant kurti šio filmo scenarijų, turėjau daug baimių ir abejonių, ar sugebėsiu šia tema kalbėti tinkamai, ar filmu nesukelsiu Verterio efekto. Visą filmo kūrimo laikotarpį man padėjo bendradarbiavimas su psichologais ir suicidologais. Nors tikėjau, kad savižudybės reiškinį reikia dekonstruoti drąsiai, norėjau tai daryti ir atsakingai.

„Seną šautuvą“ sudaro dvi paraleliai besivystančios istorijos: dėl ligos nepakeliamus skausmus kenčiančio seno chirurgo (akt. Liubomiras Laucevičius) ir name priešais jį gyvenančio, ką tik mylimąją praradusio trisdešimtmečio Gedimino (akt. Šarūnas Zenkevičius) mėnesio trukmės gedėjimo istorija. Po mylimosios savižudybės Gediminas priverstas grįžti gyventi pas motiną. Bandydamas užsimiršti, naktimis dirba taksistu. Gretimame name su dukra gyvenančiam, skausmų kamuojamam buvusiam medžiotojui ir chirurgui gyvenimą šiek tiek pajvairina iš rūsio parsineštas teleskopas. Gedimino ir jo motinos gyvenimai tampa senio slapto stebėjimo objektu. Kasdien kovodamas su sielvartu ir beprasmybe, Gediminas pagalbos ieško pas psichologą, psichiatrą ir savipagalbos grupėje. Vieną dieną, išvalęs teleskopo optiką, senasis chirurgas pamato Gediminą, karštligiškai, paskubomis besiruošiantį kartis. Senis visa gerkle surinka dukrai, kad ši bėgtų gelbėti kaimyną. Dukra išlekia. Supratęs, kad ji gali nespėti,

¹¹⁷ Gudaitė, G. Sovietinio palikimo atspindžiai individo gyvenime: refleksijos ir psichoterapijos procesas. *Psichoterapijos veiksmingumas: terapiniai veiksniai ir subjektyviai išgyvenami pokyčiai*. Sud. Gražina Gudaitė. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2014, p. 250–270.

senis išsitraukia šautuvą ir šūvis į Gedimino langus tampa lemiamu veiksmu išgelbėjusiu jo gyvybę.

Dirbant prie scenarijaus dialogų man pagelbėjo konsultacijos su psichologu Pauliumi Skruibiū, kuris savižudybių srityje dirba jau virš 20 metų. Siūsdavau jam ką tik parašytas scenarijaus dalis, o susitikę aptarinėjome siužeto ir personažų organiškumą. Kalbėjomės apie tam tikras filmo veikėjų - psichikos sveikatos specialistų kūno kalbos ir bendravimo su pacientais taisykles ir savižudybės vaizdavimo bei pateikimo ekrane aspektus, su psichologu tikslinau šių filmo veikėjų specialistų reakcijas, jų dialogus su pagrindiniu veikėju Gediminu. Taip bedradarbiaudami sukūrėme trijų skirtingų psichikos sveikatos specialistų portretus. Buvo sudėtinga, nes nenorėjau jų parodyti nei idealiai atliekančių savo darbą, nei kaip nors diskredituoti.

Viename iš filmo „Senas šautuvas“ epizodų matome, kaip pagrindinis veikėjas Gediminas žiūri filmą ekrane. Filmui ekrane pasibaigus sužinome, kad peržiūra vyko nusizudžiusiųjų artimųjų savipagalbos grupės susitikimo metu. Matome, kaip Gediminą ir susirinkusius paveikė filmas (panaudotos ištraukos iš suomių filmo „Kadaise svajojau apie gyvenimą“ („Once I Dreamt Of Life“, rež. Sini Liimatainen ir Jukka Kärkkäinen, 2014). Šis filmas tampa grupės moderuotojos instrumentu prakalbinti grupės dalyvius. Rašant scenarijų ši scena atsirado labai organiškai ir tik prieš kelis mėnesius susivokiau, kad tai akivaizdus kino kūrinio analizės terapijos modelio pavyzdys.

Kaip minėta anksčiau, filmo „Senas šautuvas“ rodymų diskusijose su žiūrovais be manęs ir pagrindinio aktoriaus Šarūno Zenkevičiaus, dalyvavo filmo idėjos bendraautorė ir prodiuserė Viktorija Akavickaitė bei grupė patyrusių specialistų: valstybinio psichikos sveikatos centro Savižudybių prevencijos biuro vedėjas Marius Strička, VU suicidologas doc. dr. Paulius Skruibis, Lietuvos psichologų sąjungos prezidentė Valija Šap, dr. Vaiva Klimaitė, Vilniaus miesto savižudybių rizikos valdymo algoritmo koordinatore Viktorija Andreikėnaitė, Valstybinio psichikos sveikatos centro Savižudybių prevencijos biuro vyriausiasis specialistas Rimantas Misevičius, prof. Nida Žemaitienė, dr. Odeta Geležėlytė. Specialistų ir žiūrovų diskusijos po filmo premjerinių peržiūrų buvo filmuojamos. Žemiau pateikiamos pagrindinės šių aptarimų išvalgos - t.y. filmo analizės terapija (pilna aptarimų transkripcija pateikiama priede Nr. 1)¹¹⁸. Penki filmo aptarimai vyko skirtingu metu, skirtingose auditorijose, Vilniuje ir Kaune¹¹⁹. Žemiau pateikiamus aptarimus galima suskirstyti į dvi grupes: specialistų (profesionalių psichologų, suicidologų) filmo analizę ir žiūrovų (auditorijos) filmo analizę.

¹¹⁸ Filmų aptarimų transkripcija pateikiama priede Nr. 2, p. 100.

¹¹⁹ Psichikos sveikatos specialistų pokalbiai su žiūrovais Vilniuje, „Skalvijos“ kino teatre vyko 2019 m. kovo 7 d., balandžio 15, 23 ir 29 dienomis bei Kaune, „Romuvos“ kino teatre 2019 m. balandžio 19 d.

Kaip pripažįsta Marius Strička, šis filmas vertingas kaip prevencinis instrumentas¹²⁰. Visų pirma dėl to, kad, pasak doc. dr. Pauliaus Skruibio ir Rimanto Misevičiaus, gali paskatinti pokalbį, dialogą¹²¹ su skausmą išgyvenančiu žmogumi, o ši - padrąsinti kalbėti apie savo jausmus ir mintis. Psichologė dr. Odeta Geleželytė mano, kad filmas padeda neturėjusiems tokios patirties žmonėms suprasti, ką išgyvena žmogus po artimojo savižudybės, o tai svarbu, nes „mus visus gali paliesti tokios patirtys iš bet kurios šio reiškinio perspektyvos – ar patyrus artimojo savižudybę, ar pačiam turint minčių apie savižudybę, ar vieną dieną tekus visai netikėtai gelbėti žmogų, kuris bando žudytis ar galvoja apie tai“¹²². Be to, žmonėms aktualios ir svarbios temos pateikimas filmu yra produktyvus būdas pasiekti kuo daugiau žmonių. Tai patvirtina ir dr. O. Geleželytė¹²³. R. Misevičius po premjeros linkėjo, kad tokie pokalbiai su specialistais po šio filmo peržiūrų „taptų rutina rodant filmą visoje Lietuvoje, regionuose“¹²⁴. Jis taip pat pažymėjo, kad filme per personažo istoriją atskleidžiamos pagalbos galimybės nusižudžiusių artimiesiems: psichologo, psichiatro ir artimųjų savipagalbos grupės ir džiaugėsi, kad „pagaliau ekrane pasirodė tai, kas „įgarsinta lietuviškai“, kas nėra dokumentika, kas nėra koks mokomasis rizikos ženklų atpažinimo filmukas“¹²⁵. Filmą skatina pokalbiui ir naudingas ne tik paprastam žiūrovui, bet ir tikriems psichikos sveikatos specialistams, nes epizodai, kuriuose Gediminas ieško pagalbos, subtiliai parodo, kaip iš tiesų jos nederėtų teikti. Todėl pasak Misevičiaus „[...] šį filmą reikia žiūrėti specialistams, prisiminti savo žmogiškumą, ir pas juos besikreipiančių žmogiškumą... bet filmas yra ir visiems kitiems... [nes parodo] kad reikia iš tikrųjų kreiptis tos pagalbos“¹²⁶. O svarbiausia filme atskleidžiama mintis, kad kiekvienas iš mūsų galime pagelbėti neviltį išgyvenančiam žmogui. Lietuvos psichologų sąjungos prezidentė Valija Šap atkreipė dėmesį į filme pavaizduotą akimirką, kai skausmo slegiamas žmogus pakliūna į taip vadinamą tunelinį mąstymą ir nebemato jokios kitos išeities, jis koncentruotas tik į save, į savo skausmą. Bet šita būseną trunka labai neilgai. „Tuo momentu bet kuris atsisėdęs šalia tokio žmogaus, pasibeldęs į jo duris, pakalbinęs, apkabinęs (kaip parodyta filme) gali išgelbėti gyvybę“¹²⁷. Žmogus toliau (galbūt paskui gavęs pagalbą) gali gyventi visavertį gyvenimą ir galimai niekada nebegrįžti į tą būseną. Kaip pastebi V. Andreikėnaitė, svarbu, kad žmogus išliktų gyvas, o vėliau jis gali pats kabintis į gyvenimą. Sakoma, kad tą dieną žmogui užtenka 10 sekundžių dėmesio, kad jis nenusižudytų¹²⁸. Ši filmo

¹²⁰ Priedas Nr. 1, Strička, p. 100.

¹²¹ Ibid. Misevičius, Skruibis, p. 106, 108.

¹²² Ibid. Geleželytė, p. 114, 115.

¹²³ Ibid. Geleželytė, p. 116.

¹²⁴ Ibid. Misevičius, p. 106.

¹²⁵ Ibid. Misevičius, p. 106.

¹²⁶ Ibid. Misevičius, p. 106.

¹²⁷ Ibid. Šap, p. 102.

¹²⁸ Ibid. Andreikėnaitė, p. 118.

mintis gali suteikti drąsos pakalbinti žmogų, jei žinome jį išgyvenant sielvartą ar kančią arba jei matome pasikeitusį jo elgesį ar kalbą. V. Šap pažymi, kad filme taikliai parodytas žmonių vengimas bendrauti su kenčiančiais: filme psichologė Gediminui pataria susirasti kitą specialistą vyrą, taksi keleivis, išgirdęs apie jo nelaimę, bruka pinigus ir susijaudinęs sprunka iš mašinos¹²⁹. Šį vengimą bendrauti dažnai lemia baimė suklysti, kalbėti „ne taip, kaip reikia“. Komentuodamas šiuos epizodus psichologas P. Skruibis minėjo, kad nėra recepto, kaip kalbėti su tokią netektį išgyvenančiu žmogumi, nes pokalbis priklauso nuo dviejų žmonių. Kiekvienas toje pačioje situacijoje gali jaustis skirtingai. Bet žinodami, kad pokalbio sėkmė nepriklauso vien nuo užkalbinusio žmogaus, galime drąsiau bandyti kalbėtis¹³⁰.

Nors yra nemažai programų ir edukacinių filmų, mokančių atpažinti savižudiškas mintis ir elgesio ženklus, mažai viešai kalbama, ką išgyvena iš gyvenimo pasitraukusių artimieji. Vilniaus m. Psichikos sveikatos centre savižudybių prevencijų skyriuje dirbanti ir kasdien su gedinčiais ar nenorinčiais gyventi žmonėmis bendraujanti dr. Vaiva Klimaitė sako: „svarbu apie tai kalbėti, nes daugiau prevencinių programų yra apie tai, kaip atskirti ženklus, užkirsti kelią savižudybei, bet kas būna paskui? Ką išgyvena tie žmonės, kurie gedi? [aiškinama mažiau]... Jūsų filmas vertingas tuo, kad gerai, gražiai atspindi tą kančią, su kuo žmonės lieka – ir tą beprasmybę, ir tą liūdesį, ir tą pyktį - atpažįstu šitai labai stipriai ir tas mintis apie savižudybę, kurios kyla..“¹³¹

V. Šap pastebi, kad filmas „Senas šautuvas“ autentiškai atskleidžia dėl artimojo savižudybės gedinčio žmogaus išgyvenimus. Gedėdamas Gediminas iš pradžių neigia netekties skausmą (konsultacijoje pas psichologę sako, kad jaučiasi normaliai ir atėjęs tik giminių prašomas), po to rausiasi prisiminimuose ir kaltina save (pokalbis su psichiatru), galiausiai jaučia didžiulį pyktį ir kaltina nusižudžiusią mylimąją išdavyste (artimų savipagalbos grupės susitikimas). Prof. Nida Žemaitienė pabrėžia, kad „didžiulis pyktis visada eina kartu su netektimi“, o „pyktis yra skausmo variklis, neišreikštas pyktis tampa nepakeliamu skausmu... kai tu jautiesi visiškai bejėgis, negalintis niekaip pakeisti situacijos, tas pyktis kartais ima ir pakeičia kryptį, [siekia] sunaikinti tą, kuris kenčia... Būtent šita dinamika buvo puikiai atskleista šiame filme“¹³². Jis sielvartauja, liūdi, išgyvena izoliaciją (jau minėti epizodai, kai žmonės šalinasi, vengia išklausti Gediminą apie tai, ką šis patiria), beprasmybę (tuščias Gedimino žvilgsnis, kuomet vežioja keleivius iš barų). Kaip pastebėjo vienas žiūrovas po peržiūros, Gediminas jaučiasi „visiškai vienas ir tie juodai balti filmo epizodai yra kraupūs, jis yra vienas

¹²⁹ Ibid. Šap, p. 101.

¹³⁰ Ibid. Skruibis, p. 107.

¹³¹ Ibid. Klimaitė, p. 100.

¹³² Ibid. Žemaitienė, p. 111, 112.

kaip pirštas tas žmogus“¹³³. Visa tai jį patį atveda prie bandymo žudyti. Kaip pastebėjo prof. N. Žemaitienė, Gediminas tiksliai įkūnija žmogų ant ribos, ant slenksčio. Pasak P. Skruibio, toks žmogus nuolat draskomas prieštaringų jausmų. O. Geleželytė pažymi, kad netektis po artimojo savižudybės yra sunkesnė nei kita, nes artimuosius lydi įvairūs klaidingi įsitikinimai, visus be išimties kamuoja kaltės jausmas „ko aš nepadariau, ką blogai padariau“ ir t.t., kaip ir parodyta filme. Todėl reikia specialisto, kuris padėtų „suprasti bendresnį paveikslą“.¹³⁴

Organiškai parodyti pagrindinio veikėjo jausmai ne tik gali paskatinti žiūrovą prabilti apie savo išgyvenimus, bet ir suteikti jam / jai vilties. Tokį emocinį skausmą kaip Gediminas patiriantys žmonės dažnai jaučiasi itin vieniši, aplinkinių baimė kalbėtis su jais dar labiau tą vienatvės jausmą sustiprina. Žiūrėdami filmą panašius išgyvenimus patiriantys žmonės gali pamatyti, kad jie nėra vieni, kad yra daugiau žmonių, kurie panašiai jaučiasi. Pasak O. Geleželytės, „žmonės labai ieško informacijos šia tema, todėl man atrodo, kad tuos, kuriuos ta tema liečia, jiems įdomu, jie nori matyti, jie nori geriau suprasti.“¹³⁵ Kaip pastebi V. Šap, filmo personažas nesiliauja ieškoti pagalbos, o ji gali ateiti net iš ten, iš kur jos nesitiki. „Kiekvienas iš mūsų gali išgelbėti gyvybę. Tai tikrai nėra tik psichologų ir psichiatrų reikalas, ką labai aiškiai šis filmas taip pat atskleidė“.¹³⁶

Tęsiant mintį apie etišką temos atskleidimą, svarbu paminėti: filmas „Senas šautuvas“ teigia, kad savižudybė nėra išeitis. Žmogus tik nori nutraukti kančią, bet nė vienas nenori mirti. Į žiūrovo klausimą, kodėl nepaliekama žmogui teisė apsispręsti, ar jam tęsti gyvenimą, ar ne, P. Skruibis atsakė, kad tokioje gilioje emocinėje dramoje priimtas sprendimas yra tik viena to noro pusė. Labai dažnai šalia yra priešinga to noro pusė – gyventi. Todėl ta nuomonė, kad „jei žmogus apsisprendė, tai kam trukdyti“ yra klaidinga, nes jo norai prieštaringi. Vieną akimirką jis nori mirti, o kitą jis jau nori gyventi¹³⁷. Todėl ir filme abu Gedimino ketinimą pastebėję veikėjai (senasis Kašėta ir jo dukra), neabejodami imasi neįtikėtinų veiksmų jį sustabdyti, nepaisydami to, kad tai padaryti atrodo beveik neįmanoma. Ir jiems pasiseka. Šūvis į langą Gediminą supurto ir galbūt Agnės beldimas į duris ir apkabinimas – tai tos 10 sekundžių dėmesio, kurios sugražina norą gyventi.

Filmų analizė gali ne tik atverti užslėptus sunkius jausmus ir taip skatinti gijimą, bet ir suteikti žiūrovams įžvalgų apie savo pačių patirtis, tikslus, norus ir būdus jiems pasiekti, baimes ir būdus joms įveikti. Analizuodami žiūrėto filmo vaizdinius, simbolius ir prasmes, filmo veikėjų poelgius ir jausmus, žiūrovai reflektuoja savo praeitį ir dabartį, apmąsto savo asmenines

¹³³ Ibid. Komentarai iš salės, p. 111.

¹³⁴ Ibid. Geleželytė, p. 115.

¹³⁵ Ibid. Geleželytė, p. 116.

¹³⁶ Ibid. V. Šap, p. 102.

¹³⁷ Ibid. Skruibis, p. 109.

savybes ir tai, kaip jie elgtųsi filmo herojaus vietoje. Tokia refleksija skatina savo unikalių savybių pažinimą, vidinį augimą ir savirealizaciją. Viktorija Andreikėnaitė visus susirinkusius pradrąsino, kad „vien jau tai, ką mes čia darome - mes kalbame apie tai, diskutuojame ir kad visi čia susirinkome - tai ir yra stigmos mažinimas. Anksčiau, prieš 15 metų tokios kalbos iš viso nebuvo“¹³⁸.

Toliau aptarsiu, mano manymu, svarbiausius žiūrovų pateiktus klausimus. Visų penkių premjerų metu buvo akcentuojama tokių filmų peržiūrų ir aptarimų su specialistais nauda mažinant stigmą ir stereotipus. Tai akivaizdžiai buvo galima jausti stebint žiūrovų elgesį šių aptarimų metu. Jeigu iš karto po filmo salėje jausdavosi įtampa, drovumas, ir baimė, tai po moderatorės įžanginių pokalbių su specialistais kai kurie žiūrovai išdrįso užduoti sudėtingesnių klausimų. Savaip formuluodami klausimą dauguma žiūrovų neįvardindami verterio efekto mėgino aiškintis, klausė specialistų apie galimą tokio filmo poveikį (pastebėjimas ne tik iš šių peržiūrų). Į žiūrovo klausimą, ar šio filmo rodymas gali turėti kokį nors teigiamą ar terapinį poveikį žmogui turinčiam panašių problemų kaip personažas, Paulius Skruibis atsakė, kad „šis filmas gali būti naudingas ir turėti poveikį būtent pokalbio pradžiai, kaip skatinantis dialogą, mintis. O šiaip negali žinoti, kokį poveikį gali turėti filmas, koks tas poveikis“¹³⁹.

Viena iš žiūrovių prisipažino, kad filme pateikti savižudybės veiksniai jai suprantami – moteris nusižudė, nes nevaisinga, o vyras bandė žudyti, nes vienišas. Žiūrovę domino, kokie veiksniai lemia laimingų, turtingų, šlovę, šeimą turinčių asmenų savižudybes, ar tai gali būti genetika? Valija Šap užtikrino, kad nors daugelis kelia klausimą, kodėl yra šeimų, kuriose nusižudo iš kartos į kartą žmonės, savižudybė negali būti paveldima, nes nėra tokio savižudybės geno, o visa tai moksliskai paaiškinama kaip išmoktas elgesys, sekamas, kopijuojamas sekimas savižudybės veiksmu. Apie laimingus, viską turinčius Šap pasakė „jūs labai taikliai ir tiksliai suformulavote klausimą. Ir čia yra atsakymas į jūsų klausimą – „atrodo, kad jis gyvena laimingai ir jam nieko netrūksta. Tas „atrodo“ čia yra raktinis žodis. Mūsų visuomenėje vyrauja neteisinga nuomonė, kad žmonės žudosi dėl ekonominių priežasčių, kad duokite darbo – žmonės nesižudys, pakelkite atlyginimus – tai yra tikrai ne tiesa. Tą rodo ir moksliniai tyrimai ir mūsų kasdienė praktika.“¹⁴⁰. Vaiva Klimaitė papildė, kad „išorė ir vidus skiriasi. Žmogus gyvena sėkmingą gyvenimą, o viduje jis kažką kenčia. Ir tai tampa pavojinga, kai labiau vertinama ta išorė, ir tai suprantama, nes, žinoma, visuomenėje išorė labiau pastebima negu vidus“¹⁴¹.

¹³⁸ Ibid. Andreikėnaitė, p. 103.

¹³⁹ Ibid. Skruibis, p. 108.

¹⁴⁰ Ibid. Šap, p. 104.

¹⁴¹ Ibid. Klimaitė, p. 105.

Kita vyresnio amžiaus moteris klausė, „kodėl filme ir kitur juos vadina dezertyrais? Jeigu žmogus laisvas ir nori nusižudyti, kodėl jam visą laiką neleidžia? Ir policijos pajėgos ir t.t. visokiais būdais stengiasi gelbėti. Kodėl visi galvoja, kad jie turi teisę trukdyti nusižudyti, jeigu žmogus tikrai to nori?“¹⁴² Skruibis komentuodamas tokį požiūrį papasakojo apie savo bičiulį, kuris išgėrė didelę dozę vaistų, nes tuo metu jautė, kad jo situacija beviltiška ir jis negali daugiau gyvenimo tęsti. Kai jis išgėrė tų vaistų, po kelių akimirkų pagalvojo, kad jis nori gyventi ir išsikvietė greitąją pagalbą, važiavo į ligoninę ir norėjo, kad jį išgelbėtų. Skruibio nuomone, ši situacija kalba apie tai, kad abu jo norai buvo tikri – ir vienas noras negyventi, ir kitas noras – gyventi. Ir todėl, pasak Skruibio, visų esančių aplinkui pareiga trukdyti tam yra prasminga¹⁴³.

Toks Skruibio atsakymas paskatino diskusiją apie eutanaziją. Į žiūrovo klausimą, kodėl neleidžiama numirti žmogui, kuris yra paskutinėje ligos stadijoje, aptarime taip pat dalyvavęs pagrindinio vaidmens atlikėjas Šarūnas Zenkevičius pasakė, kad šis filmas nėra apie eutanaziją. Kad filme jo herojus tiesiog nesugeba spręsti situacijos ir pasikarščiavęs renkasi klaidingą kelią. Skruibis papildė, kad pritaria žiūrovo nuomonei dėl žmogaus teisių, bet Lietuvoje 2018 metais įvyko apie 700 savižudybių ir didžioji jų dalis nėra susijusi su senatve ir ligomis, kad visos tos savižudybės apie kitką. „Jeigu aš matau galimybę, kad kažkuo galiu padėti, sumažinti skausmą, manau, aš privalau bent pabandyti. O jeigu žmogus vis tiek nuspręs – „Ne, aš tikrai nenoriu gyventi...“ , aš tuomet niekaip negalėčiau net norėdamas jo sustabdyti. Bet labai dažnai *tai* yra apie tą jausmų prieštarumą, kai pagalba dar yra įmanoma, kai šalia noro mirti yra noras gyventi“ – kalbėjo Skruibis¹⁴⁴.

Užsimezgė diskusija tarp žiūrovų. Oponuodamas pirmam žiūrovui, pasipiktinusiame dėl savižudžių pavadinimo dezertyrais ir iškėlusiam žmogaus teisę į savo gyvybę, kitas žiūrovas mėgino paaiškinti, kad savižudžius kiti žmonės laiko savanaudžiais, nes jie būdami nevilty, negalvoja, kokią traumą palieka kitiems¹⁴⁵.

Kitus du labai svarbius klausimus, mano manymu, vienas žiūrovas uždavė pagrindinio vaidmens atlikėjui Šarūnui Zenkevičiui. Į klausimą, kodėl, jo nuomone, visos intervencijos buvo neefektyvios (apsilankymai pas specialistus) Zenkevičius atsakė, kad tai nulėmė labai „smukdančios“ aplinkybės, kuriomis gyvena jo personažas, be to jis nerado tinkamo žmogaus, kuriam galėtų ir norėtų išsipasakoti, „bet ar tai jam būtų padėję, aš nežinau. Jis labai vienišas“¹⁴⁶. Kita aktuali tema nuskambėjusi vieno žiūrovo klausime buvo, ar yra koks būdas atskirti, ar

¹⁴² Ibid. Žiūrovo klausimas p. 109.

¹⁴³ Ibid. Skruibis, p. 109.

¹⁴⁴ Ibid. Skruibis, Zenkevičius, p. 109, 110.

¹⁴⁵ Ibid. Žiūrovo komentaras, p. 110.

¹⁴⁶ Ibid. Žiūrovo klausimas, Zenkevičius, p. 110.

tai rimti ketinimai ar *tai* manipuliacija, kai žmogus kalba apie savižudybę? Pasak dr. Odetos Geležėlytės, visada labai svarbu suvokti, kas yra tas asmuo, bet jos patarimas plačiai auditorijai būtų nespėlioti, ar *tai* rimta, ar ne, o visada reaguoti rimtai. „Nes jūs nežinote, apie ką čia yra. Reikia įgyvendinti visus jau minėtus žingsnelius, kalbėtis, klausti ir tartis, kur žmogus galėtų kreiptis. Labai svarbu nenuleisti juokais. Jokiu būdu neskatinti, nerodyti abejingumo. O tada, kai sutariama kreiptis, tai jau yra specialisto užduotis su tuo žmogumi kalbėtis ir žiūrėti, apie ką čia tos jo mintys yra. Į visa tai yra svarbu reaguoti rimtai.“ – kalbėjo Geležėlytė¹⁴⁷. Po peržiūros Kaune vienas iš žiūrovų pasidalino savo prisiminimais iš Afganistano. Jis prisiminė draugą, kuris norėjo nusižudyti, taip pat prisiminė savo bandymą nusižudyti, kad būdamas blaivas tuo momentu jis negalvojo nei apie žmoną, nei apie vaikus ir kad tai truko truko apie 10 minučių ir jis persigalvojo¹⁴⁸.

Į klausimą, ar filme pakankamai atskleista tema, psichologė Valija Šap atsakė, kad filme galime rasti visus esminius temos aspektus – gedėjimą, beprasmybę, kaltę, kaltinimus nusižudžiusiai, pyktį, pagalbos paieškas ir jos rūšis, tunelinio mąstymo epizodą, kai žmogus nemato kitos išeities ir ryžtasi. Šap pabrėžė, kad „šita būseną trunka labai neilgai, jeigu tuo metu atsiranda kažkas, kas sugeba žmogui padėti, būti šalia jo, apkabinti (ką mes matėm), žmogus toliau (galbūt ir gavęs paskui pagalbą) gali gyventi visąvertį gyvenimą ir galbūt niekada nebegrįžti į tą būseną“¹⁴⁹.

Nors žiūrovus domino ir kūrybiniai šio filmo iššūkiai bei sprendimai, svarbiausi klausimai buvo užduodami specialistams. Šios penkios išskirtinės premjeros ir žiūrovų klausimai specialistams man leido suvokti, koks vis tik svarbus yra šiuo atveju specialistų dalyvavimas. Kaip stipriai po sunkių temų filmų peržiūrų žiūrovams trūksta aptarimų su specialistais. Ką tik matytas filmas žiūrovą įgalina užduoti klausimus. Net ir labai į filmo problematiką įsigilinę kūrėjai po tokių filmų peržiūrų premjeriniuose susitikimuose su žiūrovais dažniausiai pritrūksta kompetencijos atsakyti į sunkesnius klausimus susijusius su sudėtinga tema, o ir patys žiūrovai tai suvokdami, nenorėdami kompromituoti kūrėjų, dažnai apsiriboja paviršutiniškais klausimais. Tokiu būdu, kai po sunkaus filmo aptarime konkrečios temos specialistai nedalyvauja, paprastas žiūrovas paliekamas likimo valiai. Kaip sakė Skruibis – „filmas gali būti naudingas ir turėti poveikį būtent pokalbio pradžiai, kaip skatinantis dialogą, mintis. O šiaip negali žinoti, kokį poveikį gali turėti filmas, koks tas poveikis“¹⁵⁰. Šiek tiek apmaudu, kad asociacijos Artimiems.lt nariai¹⁵¹ neleido filmuoti aptarimo vykusio po antrosios

¹⁴⁷ Ibid. Žiūrovo klausimas, Geležėlytė, p. 117.

¹⁴⁸ Ibid. Žiūrovo komentaras, p. 112.

¹⁴⁹ Ibid. Žiūrovo klausimas, Šap p. 102.

¹⁵⁰ Ibid. Skruibis, p. 108.

¹⁵¹ Antroji „Seno šautuvo“ premjera asociacijos Artimiems.lt nariams Mažvydo bibliotekoje 2019 m. kovo 13 d. Asociacija įkurta 2015 m. nusižudžiusių artimųjų iniciatyva. Viena iš asociacijos steigėjų Simona Savickienė.

premjeros. Suprantu, kad tema jautri, asociacijos nariai nėra vieši asmenys, vis tik gailiuosi, kad negaliu pasidalinti jų mintimis, nes šios asociacijos veikla – pagalba patyrusiems artimojo savižudybę - tiesiogiai susijusi su filmo istorija ir Gedimino išgyvenimais.

3.4. Filmo „Sapnuoju, kad einu“ analizės terapija: žiūrovai

Šiame skyriuje apžvelgiamos pagrindinės mintys, išryškėjusios analizuojant filmą „Sapnuoju, kad einu“ iš giluminės refleksijos perspektyvos (angl. Core Reflection approach). Tokią filmo analizę 2014-2018 metais atliko VIVES taikomųjų mokslų universiteto Pedagoginių studijų koledžo (Tornhout, Belgija) II ir III kurso bakalauro pakopos vakarinių studijų skyriaus studentai (Religijotyros studijų ir etikos kursas, dėst. Hugo Verkest). Visi studentai (iš viso 41) – vyresnio amžiaus (25-52 m.), dėl vienokių ar kitokių priežasčių anksčiau neįgiję aukštojo išsilavinimo arba persikvalifikuojantys į pedagogo specialybę kitų profesijų atstovai. Visiems jiems bendra tai, kad jie buvo nepatenkinti ar nusivylę tam tikrais savo gyvenimo aspektais (profesiniu ar asmeniniu) ir norėjo kažką gyvenime keisti. Dalis jų buvo „sužeisti“ skaudžių patirčių – išgyveno skyrybas, depresiją, dėl ligos buvo netekę darbo, turėjo alkoholizmo ar kitų priklausomybių istorijas ir pan. Studentai – būsimi pedagogai – gavo užduotį pažiūrėti filmą „Sapnuoju, kad einu“ ir išanalizuoti jį taikydami olandų pedagogikos profesoriaus Fredo Korthageno sukurtą giluminės refleksijos modelį. Šis refleksijos modelis vis plačiau taikomas pedagoginėse studijose.

Remdamasis pozityviosios psichologijos principais, Korthagenas išskiria pagrindines charakterio stiprybes (angl. core qualities), tokias kaip entuziazmas, drąsa, smalsumas, atkaklumas ir pan., kurios sudaro kiekvieno profesionalo (pedagogikoje – mokytojo) asmenybės branduolį, arba psichologinį kapitalą. Užduot bandžius „taisyti“ ar šalinti trūkumus, sukuriančius įvairias kliūtis ir sunkumus, giluminė refleksija skatina koncentruotis į asmens stiprybes ir jas puoselėti. Žmogus įsivardina savo siekius, identifikuoja vidines kliūtis, trukdančias siekti tikslų, ir apmąsto savo asmenines savybes, kurios padėtų tas kliūtis įveikti. Tai siejasi su pozityviosios psichologijos principu, teigiančiu, kad tikrasis gijimas vyksta ne tada, kai taisoma tai, kas sugadinta, o tada, kai realizuojama tai, ką žmogus turi geriausio savyje¹⁵².

Belgų studentai turėjo identifikuoti problemą, su kuria susiduria filmo herojus, analizuodami įžanginį buliaus ir toreadoro epizodą, bei atrinkę penkis, jų manymu, svarbiausius kadrus, įvardinti keliautojo siekius ir kliūtis, aprašyti asmenines herojaus savybes ir vertybes,

¹⁵² Korthagen, F. A. J. Promoting core reflection in teacher education: Deepening professional growth. Sud. L. Orland-Barak ir C. J. Craig *International Teacher Education: Promising pedagogies* (Part A). Bingley, UK: Emerald, 2014, p. 73-89.

kurios padeda sunkumus įveikti, bei visa tai susieti su savo pačių patirtimi, išgyvenimais ir nuostatomis (pilnas refleksijų tekstas pateikiamas priede Nr. 2)¹⁵³.

Apibendrinant žiūrovų refleksijas galima išvelgti filmo peržiūros ir analizės poveikį žiūrovų mintims, jausmams ir motyvacijai (norams, nuostatomis). Žiūrovai analizuoja filmo vaizdinius ir simbolius daugeliu aspektų: religijos / tikėjimo, krikščioniškos kultūros, piligrimystės / kelionės, gamtos ir miesto priešpriešos. Dixit Odile aptaria, kaip filme atsiskleidžia įvairūs religijos lygmenys: religija kaip ryšio galimybė ir bendrumo jausmas (etimologiškai žodis kilęs iš „religare“ – iš naujo sujungti), religija kaip ritualas, įtvirtinantis mūsų ryšį su dieviškumu (mišių epizodai filme ir Jubiliejinių šv. Jokūbo metų šventė Santjago de Kompostelos katedros aikštėje), religija kaip asmeninis pasirinkimas (filmo herojus piligriminę kelionę renkasi savo valia), bendruomenės vaidmuo religijoje (keliautojui dalinantis savo džiaugsmams ir vargais su kitais piligrimais kuriamas saugumo ir bendrumo jausmas). Juanas Muerrenzas atkreipia dėmesį į kadra, kuriame matyti šalia aukštos įtampos elektros magistralės stulpų stovintis kryžius su nukryžiuotuoju. Jam įdomus tas kryžiaus ir elektros stulpo formos panašumas. Elektros vaidmenį kasdieniame gyvenime, nutolusius vienas nuo kito stulpus metaforiškai jis susieja su žmonėmis, krikščioniškos Europos piligrimystės idėja, mokslu. Kiti svarsto apie piligrimystės ir apskritai kelionės prasmę.

Daugelis pastebi gamtos scenų gausumą: gamta šiame kelyje vadovauja. Kelionė prasideda atšiauriu kraštovaizdžiu: tamsa, šaltis, ledas, sniegas. Palaipsniui jis skaidrėja, šviesėja, šiltėja, į jį grįžta žaluma, gyvybė. Be to, vyraujantys panoraminiai, platūs vaizdai leidžia žiūrovui pajusti gamtos didybę, tai kas peržengia mūsų žmogiškas ribas. Taigi filmas išprovokuoja žiūrovų apmąstymus, intelektines išvalgas.

Ypač svarbus filmo analizės poveikio aspektas susijęs su žiūrovų jausmais. Daugumai žiūrovų filmas išprovokavo stiprias emocijas: vieni pyko ant filmo herojaus, jį kaltino, paskui išteisino ar bandė priimti, kiti atjautė, palaikė, patyrė bendrumo jausmą, aptikdami sąsają su savo pačių gyvenimų: „Man buvo skausminga jus matyti einant taip pavojingai judriais keliais, net tamsoje, gal dėl to, kad norėjote jaustis ne toks vienišas?“¹⁵⁴

Daugeliui žiūrovų filmas atgaivino jų pačių patirtis ir išgyvenimus. Keliautojo išpažintis, išėjimo iš namų epizodas dvi žiūrovės paskatino apmąstyti savo patirtis: tėvo netektį ir ją lydėjusį pyktį bei nusivylimą (Lisa Vandembroucke), skausmą, kai iš namų visam laikui išėjo mama (Tine Leclair). Ne vienas žiūrovas įsidėmėjo keliautojo uždaromų durų epizodą filmo pradžioje. Lisai jis kalba apie norą nusikratyti visų baimių, sąžinės priekaištų, kaltės, norą

¹⁵³ Pilnas Belgijos studentų refleksijų ir analizės tekstas po filmo „Sapnuoju, kad einu“ peržiūrų pateikiamas priede Nr. 3, p. 120.

¹⁵⁴ Priedas Nr. 3, Marianne Segers, p. 122.

siekti atpirkimo, atkurti save, atgauti tikėjimą žmonėmis ir Dievu. Durys tarsi atskiria seną ir naują gyvenimą, kurį personažas tiki gyvensias, kai grįš iš kelionės. Tai jai siejasi su pačios gyvenimu. Jauname amžiuje slaugiusi vėžiu sergantį tėtį ir jo netekusi, ji pasijautė išduota gyvenimo ir Dievo. Filmas atgaivinęs prisiminimus, atvėręs jausmus ir padėjęs suprasti, kad ir ji, kaip filmo personažas, nori atkurti ryšį su žmonėmis ir Dievu. Pascalei Willems durų uždarymas siejasi su jos gyvenimo momentu, kai uždarė duris į praeitį. Mąstydamą apie filmo personažo gyvenimo istoriją, žiūrovė dar kartą permąstė, kodėl jos pačios vyras nerado jėgų mesti alkoholį ir išsaugoti šeimą. Uždarius duris, anot jos, prasideda „vidinio virsmo kelionė, kuri yra kaip atgaila už praeityje padarytas klaidas. Jokūbas palieka namus naktį lyg vagis. Palieka žmoną ir vaiką, kad išsigydytų savo sielą. Tam reikia uždaryti duris paskui save ir pradėti naują skyrių. Prasideda jo kelias, jo vidinis darbas – savo gyvenimo, minčių ir poelgių pervertinimas. Grįžęs jis nebebus toks, koks buvo“¹⁵⁵.

Filme ryškus personažo išgyvenamas kaltės jausmas. Jis stipriai paveikia ir žiūrovus. Miekei Ghyselbrechtui jis siejasi su jo paties gyvenimu: „Turėjau labai greitai užaugti, nes nuo vaikystės mano abu tėvai turėjo rimtų sveikatos problemų, dar pradinėje mokykloje lankydavau tėvą ligoninėje prijungtą prie visokių reanimacijos aparatų. Anksti supratau, kad mano tėvai nėra amžini, patyriau nesaugumo jausmą. Ilgą laiką dirbau nemėgiamą darbą, netęsiau mokslų universitete, nes vis kankino kaltės jausmas - ar aš pakankamai darau dėl tėvų? Taigi, aš lengvai susitapatinau su Jokūbo išgyvenamu kaltės jausmu. Aš kaip ir jis dabar esu kelyje – iš tamsos į šviesą, noriu tapti geresnis sau ir kitiems“¹⁵⁶.

Žiūrovai atpažįsta filme sunkaus apsisprendimo / pasirinkimo motyvą – dėl kitų ar dėl savęs. Tai atskleidžia atsisveikinimas su žmona ir dukra bei scena prie Santjago de Kompostelos katedros, kai reikia apsispręsti, už ką melstis - už tėvą ar už save. Pasak, Tiffany de Vriendt: „Jokūbas palieka dukterį ir žmoną, kad išsiruoštų į savo gyvenimo kelionę. Sunkus sprendimas. Matau paralelių su savo gyvenimu“¹⁵⁷.

Ne vienas žiūrovas nagrinėja sudužusio veidrodžio epizodą. Juanas M. Meurrensas jį sieja su „savęs perrinkimo“ po skaudžių išgyvenimų, saviieškos tema¹⁵⁸. Lisa Vandembroucke šį simbolį vertina taip: tai, ką keliautojas mato veidrodyje, nebeatitinka tikrovės, jis nori susidėlioti save iš gabalėlių, atkurti integralumą¹⁵⁹. Yanaika Mercier taip pat tapatinasi su istorija per saviieškos, vidinės komos, prarasto ir iš naujo atrandamo tikėjimo temas. Ji išskiria sceną priešais veidrodį vonioje prieš prasidedant kelionei. Ji byloja apie keliamus gyvenimo

¹⁵⁵ Ibid. Pascale Willems, p. 129.

¹⁵⁶ Ibid. Mieke Ghyselbrecht, p. 131.

¹⁵⁷ Ibid. Tiffany de Vriendt, p. 127.

¹⁵⁸ Ibid. Juanas M. Meurrensas, p. 125.

¹⁵⁹ Ibid. Lisa Vandembroucke, p. 125.

prasmės klausimus: dėl ko gyvenu, kur einu?¹⁶⁰ Žiūrovai taip pat svarsto apie tylos reikšmę šiandieniniame chaoso ir triukšmo pilname pasaulyje bei apie nenorą tą tylą išgyventi, nes bangu susitikti su vidiniais demonais (Wendy Longueville). Mieke Ghyselbrechtas taip pat išskiria epizodus, kur keliautojas žingsniuoja judriu plentu, pro šalį lenkiant automobiliams. Jie simbolizuoja mūsų gyvenimo tempą, stresą, greitį, priverčia susimąstyti, ar šiose lenktynėse išliksime paralyžiuotu stebėtoju ar aktyviu dalyviu, sustodami ir klausdami, kur einu, ką jaučiu.

Žiūrovai mini, kad filme atpažino savo pačių patirtis, nuopolių ir klaidas, tai juos paskatino atsiverti, papasakoti savo atsitiesimo ir išlikimo istoriją. Grietai Windels tai suteikė palengvėjimo jausmą, leido įvertinti savo dabartinius pasiekimus ir pasidžiaugti jais. Daugelis filmo herojaus kelionę susieja su savo profesiniu keliu, pilnu iššūkių, abejonių, bet taip pat ir atradimų.

Filmo „Sapnuoju, kad einu“ analizė taip pat paskatino žiūrovus įvertinti savo nuostatas ir vertybes, jas pakoregavo arba sustiprino. Quirien de Laender keliautojo pasiektą tikslą, kantrybę, valią ir pokyčius susieja su savo gyvenimo tikslais – dabartine kelione moksle. Tikisi, kad baigus mokslus ir gavus diplomą, patirs kažką panašaus į vidinę taiką, ramybę ir naujų jėgų antplūdį. Filmą sustiprina jos pasiryžimą ir tikėjimą, kad jai pavyks. Tiffany de Vriendt analizuoja gyvenimo iššūkių priėmimo ir tikslų siekimo svarbą. Filmą personažo apsisprendimas leisti į kelionę jai siejasi su jos pačios sprendimu iškeisti saugumą (darbą firmoje) į gyvenimo aistrą (darbą švietimo srityje su jaunais žmonėmis). „Tolumoje Jokūbas mato kalnus, į kuriuos turės įkopti. Tam tikra prasme kalnai filme atrodo kaip kliūtis; kita vertus, Jokūbas eina į priekį ... aš įkopiau į savo kalną, sukaučiau visą drąsą ir įstojau į kolegiją. Dabar bakalauro studijos jau beveik baigtos ir mano kalnas jau beveik įveiktas“¹⁶¹.

Quirien reflektuoja savo stresines būkles, įvardina, kad norint gyventi visavertį, kokybišką gyvenimą, būtina rasti laiko sau, poilsiui, gamtai. Tiffany įstrigo kadras, kuriame keliautojas sustojęs žiūri į karvę. Po ilgo, nuolatinio ėjimo ši „laiko sustabdymo“ epizodą ji išsiaiškina kaip priminimą apie poreikį retsykais sustoti, skirti laiko sau, padėkoti už tuos, kurie tave myli. Apie tai kalbėdama Paulina Messiaen išskiria gamtos scenas, kurios, jos manymu, atspindi atgaivintą ryšį su gamta, Dievu po daugelio metų, kai filmo herojus jautėsi sužeistas, atskirtas ir vienišas. Jai filmas svarbus, nes teigia tikėjimą, ryšio su žmonėmis, Dievu atkūrimą.

Ne vienas žiūrovas atkreipia dėmesį į epizodą, kuomet keliautojas pameta kelią, ir tapatinasi su paklydimu, abejonių, saviieškos tema. Mieke Ghyselbrechtas teigia: „tai kulminacinis kelionės momentas, kai Jokūbas susimąsto, kur jis eina, kokia viso to prasmė. Jis abejoja, vadinasi, yra pažeidžiamas, tačiau kartu ir drąsus savo pažeidžiamumą atskleisti. Kartu

¹⁶⁰ Ibid. Yanaika Mercier, p. 126.

¹⁶¹ Ibid. Tiffany de Vriendt, p. 126.

jis priverčia susimąstyti žiūrovą apie savo paties gyvenimo kryptį, kviečia pasižiūrėti į savo vidų¹⁶². Wendy Longueville tai irgi sieja su jauno mokytojo tapatybės paieškomis, kai trūksta žinių, norisi kopijuoti labiau patyrusius kolegas¹⁶³.

Dauguma studentų susieja mano kelionę su savo gyvenimu, mokslu, kasdieniais iššūkiais. Visus gautus tekstus galima būtų perskirti į dvi grupes. Vienoje atsidurtų tie žmonės, kurie nepriklausomai nuo jų gyvenime nutikusių nelaimių pobūdžio ir kiekio, buvo atviresni ir filmas mano istorijos kontekste juos paskatino rašyti ne tik apie mane, bet daug labiau negu jų kolegos išsikalbėti apie save. Kita dalis rašiusiųjų daugiau fokusuojasi į mano istoriją siedami atskirus epizodus su savo gyvenimus, bet kalbėti atviriau, išsipasakoti nedrįso arba nemato prasmės.

Šiame tyrime svarbu pažymėti plačią respondentų amžiaus amplitudę. Nors dabar jie jau mokytojai, rašydami atsiliepimus prieš kelis metus jie dar buvo studentai, kurių jauniausiam buvo 26, o vyriausiai dalyvei – 52 metai.

Vienas dažniausiai po peržiūrų užduodamų klausimų nuo pat filmo premjeros iki dabar yra šis: ar ta kelionė ką nors pakeitė mano gyvenime? Žiūrovai klausia apie kelionės prasmę. Tiek žiūrovai gyvuose pokalbiuose, tiek refleksijų autoriai mini filmo momentą, kai aš pats savęs klausiu: *štai žiūriu į tave, Jokūbai, po vienuolikos ar dvylikos metų... ar dvidešimt metų. Kaip tau sekasi? ...* Ir tada užduoda klausimą, kaip mane patį veikia filmas praėjus dešimčiai metų po kelionės: *ar vis dar manote, kad ši kelionė turėjo teigiamą poveikį Jūsų gyvenimui? Ar planuojate tai daryti dar kartą? Kaip gyvenimas be alkoholio? Kaip Jūsų žmona ir vaikai? Ar palaikote ryšį su tais, kuriuos sutikote kelionėje? Ar išplėtėte savo socialinį ratą?* Jiems svarbu įsitikinti kelionės, kaip savęs „pataisymo“ instrumento, kokybe ir patikimumu. Dažniausiai šiuos klausimus užduoda asmenys, kurie norėtų, bet nedrįsta patys keliauti.

Maždaug prieš 5 metus keliaudamas su filmu po Žemaitiją, sulaukiau dviejų klausimų, kuriuos prisiminsiu visą gyvenimą. Abu jie buvo labai netikėti ir labai svarbūs tiek man, tiek auditorijai. Palangoje, prožektoriams plieskiant į akis, vienas vyras paklausė, kas man yra Jėzus, o Klaipėdoje moteris, neslėpdama pasipiktinimo pamatyta istorija, paklausė, ar aš suvokiąs atsakomybę, kad mano filmo paskatintas „emigruos likęs jaunimas ir nebus kam dirbti Lietuvos laukų“. Šie tada mane sugluminę klausimai buvo apie prasmę. Rašytinėse refleksijose taip pat gausu svarstymų apie kelionės prasmę, laiko sau ir poilsio stoką, taip pat kelionės laiko ir miesto laiko palyginimai. Nors žiūrovai nedrįso susieti koridos arenoje žūstančio buliaus su juodai baltu epizodu, kuriame aš stebiu pievoje gulinčią, ramiai į mane žiūrinčią karvę, ir aš pats specialiai šių kadru nederinau, rašydamas susimąsčiau, kad bulius koridoje yra ta pati karvė

¹⁶² Ibid. Mieke Ghyselbrechtas, p. 133.

¹⁶³ Ibid. Wendy Longueville, p. 133.

pievoje. Bandydamas pateisinti mano „prarastą“ laiką, ne vienas rašantysis prieina prie išvados, kad jam / jai pačiam (-ai) dėl darbų ir mokslo krūvio beveik nelieka galimybės pabūti su šeima, trūksta laiko sau ir poilsiui. Kuris laikas labiau „prarastas“ – laikas, skirtas piligrimystei ar darbui? Keliaudamas praradau, prarasdamas įgijau, sugrįžęs buvau priimtas. Beveik visose refleksijose jaučiamas palaikymas ir abipusė (savęs ir manęs) motyvacija rūpestis dėl savo ir mano šeimos.

IŠVADOS

1. Tyrimo metu sukauptos teorinės žinios rodo, kad sąsajos tarp meno ir psichologijos atrandamos jau seniai, tačiau profesionaliosios meno terapijos, kaip pagalbinio psichoterapijos būdo, pradžia siekia tik XX a. penktą dešimtmetį. Meno terapijos veikimas aiškinamas tuo, kad: a) pačiam žmogui jo meninės kūrybos produktai, kaip tam tikra simbolinės kalbos forma, aptarti su specialistu, padeda sužinoti apie neįsisąmonintus psichikos procesus; b) pats kūrybos procesas, integruodamas sąmonę ir pasąmonę, turi harmonizuojantį poveikį. Apibendrintai galima apibrėžti dvi meno terapijos atšakas: ekspresyvių meno formų terapiją ir kūrybinių meno formų terapiją. Pirmoji integruoja daugelį meno rūšių, o antroji pasitelkia tik vieną, ir pagal atstovaujama meno šaką skirstoma dar į keletą rūšių: dailės, šokio / judesio, dramos / teatro, muzikos, skaitymo / rašymo terapiją ir psichodramą.

2. Ryšys tarp kino ir psichologijos pastebėtas nuo pat kino atsiradimo: buvo bandoma išsiaiškinti, ką filmų kūrimas ir žiūrėjimas gali atskleisti apie žmogaus psichikos procesus, siekiama ištirti ir aprašyti kino poveikį žiūrinčiojo vidiniam pasauliui. Pačioje pradžioje akcentuota kino galia daryti įtaką masėms. Po to kiną imta laikyti nauja mąstymo kalba, galinčia suteikti įžvalgų apie psichikoje vykstančius procesus, taip pat ir apie psichoanalitikus dominančią žmogaus pasąmonę, imta ieškoti sąsajų tarp filmų kūrimo, žiūrėjimo ir žmogaus psichikoje vykstančių procesų. Nuo pat kino eros pradžios tyrinėjamas ir kino poveikis. Visa tai atvėrė galimybes kino panaudojimui psichoterapijos praktikoje praėjusio amžiaus paskutiniajame dešimtmetyje. Pagal problemos pobūdį atrinkti filmai praktikuojančių psichoterapeutų pasitelkti kaip pagalbinė intervencinė priemonė, sustiprinanti terapinį poveikį.

3. Kaip ir meno terapijai, kino terapijai būdingi du funkciniai modeliai: 1) kūrybinė kino terapija (angl. *film and video-based therapy, therapeutic filmmaking* arba *videotherapy*) ir 2) kino kūrinio analizės terapija (angl. *cinema therapy* arba *movie therapy*). Pirmasis modelis iškelia kūrybinio proceso (šiuo atveju – filmo ar video istorijos kūrimo proceso) terapinį poveikį, antrasis modelis orientuotas į patį meno (šiuo atveju – kino) kūrinį ir jo analizę siekiant terapinės naudos. Kaip ir meno terapijoje, kino terapijos pagrindas visada yra trikampis: a) pacientas (kūrėjas arba žiūrovas); b) filmo kūrimo procesas (meninė raiška) arba filmo (užbaigto meno kūrinio) peržiūra ir c) psichikos sveikatos specialistas ir (arba) kompetentingai moderuojama terapinė grupė ir (arba) atskirais atvejais artimieji su kuriais vyksta aptarimas (meno terapijoje – tai meno terapeutas). Filmo kūrimo procesas ir kino kūrinio analizė

psichoterapijoje visais atvejais naudojami tik kaip papildomi terapijos instrumentai, padedantys prašnekinti pacientą, pradėti savianalizę, užsiimti savirefleksija.

4. Kūrybinė kino terapija paremta filmo kūrimu savivokos, savirefleksijos, saviraiškos tikslais. Jos centre – kūrybinis procesas, į kurį įsitraukia filmą kuriantis pacientas. Terapinis kūrybinio proceso ir savirefleksijos poveikis reiškiasi renkantis aktualią, su kuriančiojo asmenine gyvenimo patirtimi susijusią temą, vykstant temos analizei (kartu ir savianalizei), analizuojant ir priimant meninius sprendimus filmo kūrimo eigoje, galiausiai montuojant filmą (dėliojama istorija padeda kuriančiajam pamatyti kryptį, simbolių pagalba struktūruoti vidinį chaosą). Po filmo peržiūros didžiulę terapinę įtaką filmą kūrusiam asmeniui turi pokalbiai su žiūrovais ir specialistais. Filme eksponuojamos aktualios kuriančiajam temos analizė, pažintis su skirtingais požiūriais ir nuomonėmis plečia suvokimą, įprasmina nuveiktą kūrybinį darbą, užduoda naujų klausimų ir suteikia galimybę apmąstyti juos.

5. Kino kūrinių analizės terapinį poveikį lemia atsakingai, tinkamai (pagal nustatytą diagnozę ar asmens problemos pobūdį) specialisto parinktas filmas ir jo analizė su specialistu paciento problemos kontekste. Atskirais atvejais terapiniame procese su pacientu kaip iliustracija gali būti naudojamos jau matytų skirtingų filmų ištraukos, turinčios aiškią koreliaciją su paciento sunkiai verbalizuojama problema. Kino kūrinių analizei reikalingas trikampis: žiūrintysis, filmas ir specialistas, su kuriuo žiūrėtas filmas analizuojamas (jei psichoterapiniais tikslais – psichoterapeutas, jei bendresniais edukaciniais, saviugdos tikslais – pedagogas, kino edukatorius, psichologas ir pan.).

6. Filmų žanras nelemia kūrinių tinkamumo terapijai. Terapinę funkciją gali atlikti bet kurio žanro tinkamai parinkti filmai, vėliau aptariami su specialistu ar kompetentingai moderuojamoje terapinėje grupėje. Priklausomai nuo diagnozės sudėtingumo terapinį poveikį gali turėti ir filmo aptarimas su draugais arba artimaisiais. Tačiau pabrėžtina, kad kaip ir indikuoja kino kūrinių analizės terapijos pavadinimas, aukščiau nurodytus kriterijus atitinkantis filmo aptarimas yra esminė šios terapijos dalis, vien filmo peržiūros nepakanka.

7. Atliktas tyrimas atskleidžia, kad kino kūrimo procesas ir kino kūrinių aptarimas visada turės terapinį poveikį, jei bus atsižvelgta į toliau išvardintus kriterijus.

- Etiškumas: kūrinys negali skatinti to, kas žalinga (pvz., filmuose savižudybė nerodoma ir neanalizuojama kaip problemos sprendimo būdas).

- Aktualumas: tema kūrėjui ir žiūrovui turi būti aktuali, situacijos atpažįstamos, prasmės pakankamai universalios.
- Identifikacija: pagrindinių herojų istorija, elgesys, mintys, jausmai turi būti atpažįstami. Žiūrovas turi identifikuotis, su tuo, ką mato ekrane.
- Būtina refleksija: po filmų labai svarbus aptarimas, temos analizė su specialistais, kai kuriais atvejais filmo peržiūra be aptarimo su specialistu gali net pakenkti.

8. Apibendrinant tyrimą galima teigti, kad kinas gali būti naudojamas tokiose srityse kaip psichoterapija, edukacija, saviugda teigiamiems asmens pokyčiams paskatinti.

LITERATŪRA

Knygos:

- Bergman, I. *Laterna magica*. Vilnius: Alma litera, 1994.
- Be pavadinimo. Nusižudžiusiujų artimųjų istorijos, padedančios išgyventi*. Knygos idėjos autorius Mykolas Majauskas. Vilnius: Alma littera, 2017.
- Campbell J. *Herojus su tūkstančiu veidų*. Vilnius: Tyto alba, 2015.
- Carnabucci, K. ir Anderson, R. *Integrating Psychodrama and Systemic Constellation Work: New Directions for Action Methods, Mind-Body Therapies and Energy Healing*. Jessica Kingsley Publishers, 2011 (Tekste pakeista į kitą italą – ŽALIA)
- Csikszentmihalyi, Mihaly. *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper and Row, 1990.
- Hill, A. *Art Versus Illness: A Story of Art Therapy*. London: George Allen and Unwin, 1945.
- Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson et al. Routledge, 2015.
- Edwards, D. ir Wilkins, P. *Art therapy*. SAGE Publications, Ltd, 2014, p. 2. Prieiga per internetą: <https://www.doi.org/10.4135/9781526401533>
- Freud S. *Anapus malonumo principo*. Vilnius, Vyturys, 1999, p. 148.
- Grakauskaitė-Karkockienė, D. *Kūrybos psichologija*. Logotipas, 2003, p. 9
- Gudaitė, G. Sovietinio palikimo atspindžiai individo gyvenime: refleksijos ir psichoterapijos procesas. *Psichoterapijos veiksmingumas: terapiniai veiksniai ir subjektyviai išgyvenami pokyčiai*. Sud. Gražina Gudaitė. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2014, p. 250–270
- Hill, G. *Illuminating shadows: The mythic power of film*. Boston, MA: Shambhala Publications, Inc., 1992, p. 3, 4.
- Hogan, S. ir Coulter, A. M. *The Introductory Guide to Art Therapy*. Routledge, 2014, p. 20
- Izod, J., Dovalis, J. *Cinema as Therapy: Grief and Transformational Film*. Routledge, 2015.
- Jordan, J. R. Suicide Bereavement Clinician Training Program. *28th World Congress of the International Association for Suicide Prevention (IASP). Pre-Congress Workshop*. Montreal, Canada. 2015-06-15. Cituojama Skruibis P. *Psichologinės pagalbos gairės ketinantiems nusižudyti, mėginusiems nusižudyti ir nusižudžiusiujų artimiesiems*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2016. P. 16-17.
- Korthagen, F. A. J. Promoting core reflection in teacher education: Deepening professional growth. Sud. L. Orland-Barak ir C. J. Craig *International Teacher Education: Promising pedagogies* (Part A). Bingley, UK: Emerald, 2014, p. 73-89.
- Kracauer S. *From Caligari to Hitler: a Psychological History of the German Film*. [Leonardo Quaresima redakcija ir įžanga]. Princeton: Princeton University Press, 2004., p. xv–xlix.

- Meneghetti, A. *Cinologia Vol. 2*. Psicologica Editrice, 2017.
- Metz, Ch. *Psychoanalysis and Cinema: The Imaginary Signifier*. London: Macmillan Press, 1983. p. 42-56
- Metz, Ch. The Imaginary Signifier. *Film Theory and Criticism*. Sud. Leo Braudy and Marshall Cohen. New York/Oxford: Oxford University Press, 2009. p. 697
- Plėšnys, A. Stoka ir jos vertybiniai aspektai. *Stokos reiškiny: būtis, žmogus ir bendruomenė*. Sud. Elena Leontjeva, Aneta Vainė, Marija Vyšniauskaitė, 2016, p. 39
- Polukordienė, O. K. *Psichologinės krizės ir jų įveikimas: praktinis vadovas*. Vilnius: 2003.
- Representations of suicide in cinema. *Oxford Textbook of Suicidology and Suicide Prevention*. 2 ed. Ed. by Danuta Wasserman Previous Edition (1 ed.). Oxford University Press, 2021, p. 699, Chapter 77: Representations of suicide in cinema Author(s): Gérard Camy, and Camilla Wasserman
- Psichoanalizės fenomeno interpretacijos. Neklasikinė ir XX a. filosofija, sud. A. Andrijauskas, V. Rubavičius. Lietuvos kultūros tyrimų institutas, 2016
- Rudestam, K.E. *Experiential Groups in Theory and Practice*. Monterey, CA: Brooks/Cole Publishing, 1982.
- Stack, S.; Bowman, B. *Suicide Movies: Social Patterns 1900–2009*. Göttingen: Hogrefe Publishing, 2012, p. 250
- Stack, S.; Bowman, B. *Suicide Movies: Social Patterns 1900–2009*. Göttingen: Hogrefe Publishing, 2012, p. 18
- Tuke, D. H. Illustrations of the Influence of the Mind upon the Body in Health and Disease: Designed to Elucidate the Action of the Imagination. Philadelphia : Henry C. Lea, 1873, p. 361. Prieiga per internetą: <https://archive.org/details/illustrationsofi00tuke/page/n23/mode/2up> [Žiūrėta 2021-03-05]
- Twenty-First Century Psychotherapies: Contemporary Approaches to Theory and Practice*. Sud. Jay L. Lebow. John Wiley & Sons, 2012.
- Voytilla, S. *Myth and the movies: Discovering the mythic structure of 50 unforgettable films*. Studio City, CA: Wiese, 1999.
- Wolz, B. *E-Motion Picture Magic: A Movie Lover's Guide to Healing and Transformation*. Glenbridge Publishing Ltd.. Kindle Edition, 2004.
- Wolz, B. *E-Motion Picture Magic: A Movie Lover's Guide to Healing and Transformation*. Colorado: Glenbridge Publishing, 2005.
- Wooder, B. *Movie Therapy: How It Changes Lives*. Joy Publishing, Kindle Edition. 2011
- Ефремов, В. С. *Основы суицидологии*. СПб.: Издательство «Диалект», 2004, p. 75. Prieiga per internetą: <https://jpllib.org/book/2841730/ec3e7f?id=2841730&secret=ec3e7f>

Straipsnis knygoje:

Cohen, J. L. ir Johnson, J. L. Film and Video as a Therapeutic Tool. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Cohen Joshua L. ir Johnson J. Lauren et al. Routledge, 2015. p. 5

Cohen, J. L. ir Orr, P. P. Film/Video-Based Therapy and Editing as Process From a Depth Psychological Perspective. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Cohen Joshua L. ir Johnson J. Lauren et al. Routledge, 2015. p. 29–41

Johnson, L. J. Vision, Story, Medicine: Therapeutic Filmmaking and First Nations Communities. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson et al. Routledge, 2015. p. 60-61.

Johnson, L. J. Vision, Story, Medicine: Therapeutic Filmmaking and First Nations Communities. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Sud. Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson et al. Routledge, 2015, p. 63.

Straipsnis periodiniame leidinyje:

Gailienė, D. Savižudybės Lietuvoje: sociokultūrinis kontekstas. *Naujasis Židinys-Aidai* nr. 2. 2015.

Gailienė, D. Užburtame rate: savižudybių paplitimas Lietuvoje po nepriklausomybės atkūrimo. *Psichologija*, 2005, t. 31, p. 7–14

Repečkaitė K. Jokūbas Vilius Tūras: „Ir pajutau palengvėjimą, lyg atidavęs duoklę Keliui.“ *Šiaurės Atėnai*. 2016 07 22

Straipsnis internetiniame žurnale:

Chaney, S. The Action of the Imagination: Daniel Hack Tuke and Late Victorian Psycho-Therapeutics. *History of the Human Sciences*, 2017, 30(2), p. 17–33. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/0952695116687225> [Žiūrėta 2021-03-05]

Drake, J. Music Therapy and Communication Disabilities: Singing, Speech, and the Brain. *BSU Honors Program Theses and Projects*. 2014, Item 74. Prieiga per internetą: Music Therapy and Communication Disabilities: Singing, Speech, and the Brain [Žiūrėta 2021-03-05]

Haldipur, C. V. The Meanings of Psychotherapy. *Psychological Medicine*, 1985, 15(4), p. 727–732. Prieiga per internetą: <http://doi.org/10.1017/S0033291700004955> [Žiūrėta 2021-03-05]

Kassin, S. M. ir Gudjonsson, G. H. The Psychology of Confessions: A Review of the Literature and Issues. *Psychological Science in the Public Interest*, Vol. 5, No.2. November 2004.

Marks, S. Psychotherapy in historical perspective. *History of the Human Sciences*, 2017, 30(2), p. 3–16. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/0952695117703243> [Žiūrėta 2021-03-05]

Melechi, A., Grove, J. et al. *Film and Academic Psychology: The Power of Cinema*, 2016. Prieiga per internetą: <https://www.timeshighereducation.com/features/film-and-academic-psychology-the-power-of-cinema> [Žiūrėta 2021-03-06]

McNiff, S. The Effects of Artistic Development on Personality. *Art Psychotherapy*, 1976, 3(2), 69–75. Prieiga per internetą: [https://doi.org/10.1016/0090-9092\(76\)90002-8](https://doi.org/10.1016/0090-9092(76)90002-8)

Elektroniniai dokumentai:

Asakavičiūtė, V. Freudo ir Jungo psichoanalitinė meno kūrinio interpretacija. Psichoanalizės fenomeno interpretacijos. Neklasikinė ir XX a. filosofija, sud. Antanas Andrijauskas, Vytautas Rubavičius. Lietuvos kultūros tyrimų institutas, 2016, p. 362. Prieiga per internetą: https://www.vdu.lt/wp-content/uploads/2017/07/PMDF_MAžeikis_4.10.1_Castoriadžio.pdf [Žiūrėta 2021-03-05]

American Society of Group Psychotherapy and Psychodrama (ASGPP). Prieiga per internetą: <https://asgpp.org/what-is-psychodrama/> [Žiūrėta 2021-03-05]

Berg-Cross, L., Jennings, P. ir Baruch, R. Cinematherapy: Theory and application. *Psychotherapy in Private Practice*, 1990, 8 (1), p. 135-156. Prieiga per internetą: https://doi.org/10.1300/J294v08n01_15 [Žiūrėta 2021-03-06]

Cinema Therapy. (n.d.) *Segen's Medical Dictionary*. 2011. Prieiga per internetą: <https://medical-dictionary.thefreedictionary.com/Cinema+Therapy> [Žiūrėta 2021-03-06]

Farlex Partner Medical Dictionary. 2012. Prieiga per internetą: <https://medical-dictionary.thefreedictionary.com/psychotherapy> [Žiūrėta 2021-03-05]

Fellini, F. Frazė „Visas menas yra autobiografinis; perlas yra austrės autobiografija“ buvo išspausdinta *Atlantic Monthly* 1965 m. gruodžio leidinyje. Cit. iš *Oxford Essential Quotations*, prieiga per internetą: <https://www.oxfordreference.com/view/10.1093/acref/9780191826719.001.0001/q-oro-ed4-00004305> [Žiūrėta 2021-02-05].

Giacomucci, S. *Social Group Work in Action: A Sociometry, Psychodrama, and Experiential Trauma Group Therapy Curriculum*. Doctorate in Social Work (DSW), 2019, p. 55. Prieiga per internetą: https://repository.upenn.edu/edissertations_sp2/124 [Žiūrėta 2021-03-05]

Magrini, J. "Surrealism's Revisionist Reading of Freudian Psychology: Surreal Film and the Dream" (2009). PhilosophyScholarship. Paper 14. Prieiga per internetą: <http://dc.cod.edu/philosophypub/14>

McGraw-Hill Concise Dictionary of Modern Medicine. 2002. Prieiga per internetą: <https://medical-dictionary.thefreedictionary.com/therapies> [Žiūrėta 2021-03-05]

Kardelis, N. Sielos polėkiai ir nuopuoliai: keletas paralelių tarp Platono ir Freudo. Psichoanalizės fenomeno interpretacijos. Neklasikinė ir XX a. filosofija, sud. A. Andrijauskas, V. Rubavičius. Lietuvos kultūros tyrimų institutas, 2016, p. 109. Prieiga per internetą: https://www.vdu.lt/wp-content/uploads/2017/07/PMDF_MAžeikis_4.10.1_Castoriadžio.pdf [Žiūrėta 2021-03-05]

Klasifikacija rasta Nacionalinės mokyklų vertinimo agentūros puslapyje [žiūrėta 2021 02 04], prieiga per internetą <http://www.nmva.smm.lt/wp-content/uploads/2012/12/Jaunimo-psichin%C4%97-sveikata-ir-savi%C5%BEudyb%C4%97s.pdf>

The National Coalition of Creative Arts Therapies Associations (NCCATA). Prieiga per internetą: <https://www.nccata.org/research> [Žiūrėta 2021-03-05]

Suicide rates. Prieiga per internetą: <https://data.oecd.org/healthstat/suicide-rates.htm> [Žiūrėta 2021-03-05]

Tobin, M. *A Brief History of Art Therapy: From Freud to Naumburg and Kramer*, 2015. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/276207648_A_Brief_History_of_Art_Therapy_From_Freud_to_Naumberg_and_Kramer [Žiūrėta 2021-03-05]

Ugwu R. „Marriage Story“: Autobiographical or Personal? Noah Baumbach Explains. *New York Times*. 2019-11-27 Prieiga per internetą: <https://www.nytimes.com/2019/11/27/movies/marriage-story-noah-baumbach.html> [Žiūrėta 2020-05-03]

Internetinės svetainės:

Dr. Birgitos Wolz kino terapijos interneto svetainė. Prieiga per internetą:

<http://www.cinematherapy.com/filmindex.html> [žiūrėta 2021-03-10]

Dr. Ofer Zuro instituto interneto svetainė. Prieiga per internetą:

<https://www.zurinstitute.com/movie-therapy/#disorganizedattachment> [žiūrėta 2021-03-10]

<https://www.kinofondas.lt/filmas/dziazas/>

<https://www.kinofondas.lt/filmas/narcizas/>

Lietuvių filmų centras. Vaidybiniai filmai 1991-2021. Prieiga per internetą:

<http://www.lfc.lt/lt/Page=MovieList&GenreID=454> [žiūrėta 2021-03-10]

LFC internetinis puslapis [žiūrėta 2021 02 04], prieiga
<http://www.lfc.lt/lt/Page=MovieList&ID=497&GenreID=454>

LFC internetinis puslapis [žiūrėta 2021 02 04], prieiga
<http://www.lfc.lt/lt/Page=MovieList&ID=1484&GenreID=454>

LFC internetinis puslapis [žiūrėta 2021 02 04], prieiga
<http://www.lfc.lt/lt/Page=MovieList&ID=3228&GenreID=454>

<https://www.lrt.lt/mediateka/irasas/2000074731/drama-edeno-sodas>

<https://www.lrt.lt/mediateka/irasas/2000072149/nuodemes-uzkalbejimas>

<https://www.lrt.lt/mediateka/irasas/14727/zaibo-nusviesti>

Delfi internetinis puslapis [žiūrėta 2021 02 04], prieiga
<https://www.delfi.lt/video/transliacijos/anonsai/delfi-kino-seansas-kiemas.d?id=84210663>

<https://zmonescinema.lt/filmas/losejas-2013>

<https://zmonescinema.lt/filmas/isgyventi-vasara-2019>

CINEMA AND PSYCHOTHERAPY: FROM CREATIVE WORK TO ANALYSIS

SUMMARY

INTRODUCTION

The research on film and its effect on the viewer began together with the emergence of cinema. The film's effect on the behaviour and mental state of the viewer was first analysed using a sociological, later psychological, approach which focused on its negative impact (*e.g.*, inciting criminal behaviour or breaking moral conventions). However, in the long run, together with a more comprehensive understanding of this audio-visual medium and its audience, the research begins to examine not only the threats, but also advantages of cinema. The works of cinema are starting to be used for therapeutic purposes, in order to reveal hidden motives of the person's behaviour, to discover the reasons behind negative emotions, to teach self-reflection, problem-solving and similar. The mental health specialists from different countries have published lists of films used for therapy, assigning these films to specific cases: from unfavourable/complex life situations (*e.g.*, divorce, addiction, emigration) and painful or unpleasant experiences (loss, humiliation, illness) to mental health challenges (schizophrenia, autism, phobia).

At the core of this artistic research paper are the three films made by the author – *Dreaming the Path* (2012), *Old Rifle* (2019) and *Sacred Time* (2020) – the analysis of their creative process and the post-screening audience engagement, in the context of the two functional cinema therapy models (therapeutic filmmaking and movie therapy). While engaged in the research and analysis of the creative process and audience impact of these films, the author of this research paper aimed to discern their therapeutic effect. It is important to note that this research treats the relationship between art and psychotherapy, and the resulting therapeutic effect, as auxiliary and separate from the professional psychological help.

The relevance of this artistic research paper

The research question: cinema therapy is often viewed superficially, as the screening of a film that deals with a subject related to a specific mental health problem. The analysis of the aforementioned three films made by the author presents two functional models of cinema therapy: 1) therapeutic filmmaking (also referred to as film and video-based therapy or videotherapy) and 2) movie therapy (also referred to as cinema therapy), and emphasises the importance of self-reflection and post-screening discussion with film professionals.

Due to its interdisciplinary nature film has a very strong impact. Therefore, if used in an appropriate and strategic way, it can help to achieve positive change. Film's creative process

together with the post-screening discussions after strategically selected films, turn cinema into a powerful auxiliary instrument of psychotherapy.

This interdisciplinary artistic research encompasses the creative work of the film director as well as certain aspects of cinema, performativity, psychology and audience research. The relevance of this artistic project arises from a need to understand the social purpose of art as well as the knowledge that stems from creative practice, and to grasp the importance of cinema therapy. This research does not argue that cinema therapy is a type of psychotherapy. However, it aims to encourage the mental health specialists, pedagogues, educators as well as the wider society to apply film as an effective means for self-analysis, education and reflection.

The existing research and its review

The choice of the research subject was partially determined by the lack of information on cinema therapy in Lithuanian language. It is impossible to find Lithuanian material on therapeutic filmmaking, discussed at the outset of this research paper. The therapeutic possibilities of this functional model of cinema therapy – the creative process of film – are provided in the collection of papers in *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice* (2015), edited by Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson, Penelope P. Orr¹⁶⁴.

Then follows a discussion on the other functional model of cinema therapy – movie therapy. As this model is more commonly used, one can find a few introductory articles in Lithuanian online, largely based on the publication of *Cinema Therapy – An Instrument of Self-Knowledge // Nerve and Mental Illnesses* (2010) by Rasa Kučinskienė and Antanas Kučinskas¹⁶⁵. There is also a Facebook page titled “Cinema Therapy”¹⁶⁶, which has been administered by gestalt practitioners Rufina Solovjova and Jurga Šidiškytė since 2016.

Many researchers, psychologists and psychotherapists from around the world, who write about cinema therapy, also see a link between this type of therapy and the strategic film screenings, including the necessity of post-screening discussions with patients. The definition of movie therapy, practical observations, film analyses related to various diagnoses and post-screening discussions with patients are provided by the pioneers of cinema therapy Linda Berg-Cross, Pamela Jennings and Rhoda Baruch¹⁶⁷ as well as the psychotherapists Birgit Wolz¹⁶⁸ and

¹⁶⁴ Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson *et al* (eds), *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Routledge, 2015.

¹⁶⁵ *Kino terapija – savęs pažinimo instrumentas// Nervų ir psichikos ligos*, 2010, Nr. 2, pp. 38-40, <https://lmbtau.wordpress.com/2013/02/26/kino-terapija-padede-pazinti-save/> [accessed on 05-03-2021].

¹⁶⁶ https://www.facebook.com/kinoterapija/about/?ref=page_internal [accessed on 05-03-2021].

¹⁶⁷ Berg-Cross, L., Jennings, P. and Baruch, R. “Cinematherapy: Theory and application”, *Psychotherapy in Private Practice*, 1990, 8 (1).

¹⁶⁸ Wolz, B. *E-Motion Picture Magic: A Movie Lover's Guide to Healing and Transformation*. Colorado: Glenbridge Publishing, 2005.

Bernie Wooder¹⁶⁹. Steven Stack and Barbara Bowman offer a detailed analysis on the films on suicides¹⁷⁰. Meanwhile, John Izod and Joanna Dovalis examine the films on grief and mourning in their *Cinema as Therapy: Grief and Transformational Film* (2015)¹⁷¹.

The originality of research

This artistic research paper, for the first time in Lithuania, presents and analyses two functional models of cinema therapy. This is a new and relevant research in the context of Lithuanian arts.

Research object: the psychotherapeutic effect of filmmaking and movie therapy, and the factors that determine their suitability for psychotherapy.

Research aim: to reveal and substantiate the psychotherapeutic possibilities of filmmaking and film analysis based on personal examples.

Research tasks

1. After discussing the connection between psychotherapy and art, define the concept of art therapy and introduce its main types and models of application.
2. Review the interrelationship between psychology and film theory from the start of cinema, and demonstrate the development of film's effect and its understanding.
3. Review the practice of cinema therapy and define its main functional models: therapeutic filmmaking and movie therapy.
4. Analyse the creative work of the author in the context of cinema therapy.
5. Discuss the therapeutic possibilities of film, while analysing the author's as well as other Lithuanian film directors' creative work and the results of audience research, and reveal the properties of film suitable for analysis therapy.

Research hypothesis

This research paper suggests that cinema can have a therapeutic effect through both the creative as well as the viewing process.

¹⁶⁹ Wooder, B. *Movie Therapy: How It Changes Lives*. Joy Publishing, Kindle Edition, 2011.

¹⁷⁰ Stack, S., Bowman, B. *Suicide Movies: Social Patterns 1900–2009*. Göttingen: Hogrefe Publishing, 2012.

¹⁷¹ Izod, J., Dovalis, J. *Cinema as Therapy: Grief and Transformational Film*. Routledge, 2015.

Research methods

This research was carried out in stages, using comparative method, empirical method and interpretation. The qualitative research used the methods of in-depth, partially-structured, interviews, surveys and case studies.

The structure of the research paper: this research paper consists of an introduction, three chapters, conclusions, bibliography, and four appendices. The first chapter, entitled “The Psychotherapeutic Possibilities of Art”, is divided into three subchapters. It introduces the history and connections between psychotherapy, art therapy and cinema therapy, considers different types of art therapy (1.1), examines the therapeutic effect of art (1.2) and proceeds to discuss the possibilities of cinema therapy (1.3), including the aforementioned two functional models. The second chapter, “Therapeutic Filmmaking: Possibilities and Application”, introduces and analyses the possibilities of the first functional model (2.1), and then proceeds to discuss the three films made by the author, from the perspective of therapeutic filmmaking: *Dreaming the Path* (2.2), *Old Rifle* (2.3.) and *Sacred Time* (2.4). The third chapter of “The Psychotherapeutic Possibilities of Movie Therapy” introduces the second functional model, which is related to the film screenings and analysis, the model’s subtypes and film groups (3.1). One of the subject-related film groups is introduced in the section of “The Representation of Suicide in Lithuanian Cinema between 1991–2018: The Subject Analysis” (3.2). The following section of the chapter, “The Movie Therapy of *Old Rifle*: Professionals and Audience” (3.3), provides a discussion summary between the mental health specialists and audience members. The final section of the chapter, “The Movie Therapy of *Dreaming the Path*: The Audience” (3.4), provides and analyses the reflections of Belgian students after the film screenings at the Pedagogy College of VIVES University of Applied Sciences, in Torhout, Belgium, between 2014–2018.

This artistic research paper is complemented by four appendices. The first appendix provides a table, devised by Stack and Bowman¹⁷², with a taxonomy of suicide motives as presented in the American and British films made between 1900–2009. This table was used to group the Lithuanian films made in 1991–2018, depending on the nature of suicide motives. The second appendix contains a transcript of conversations between the mental health specialists and audience members which happened after the screening of *Old Rifle*. The third appendix provides a complete record of reflections and analyses done by the Belgian students

¹⁷² Stack, S., Bowman, B., *Suicide Movies: Social Patterns 1900–2009*, Göttingen: Hogrefe Publishing, 2012, p. 18.

after the film screening of *Dreaming the Path*, while the fourth appendix gives a list of *Dreaming the Path* screenings and meetings with the audience.

1. THE PSYCHOTHERAPEUTIC POSSIBILITIES OF ART

1.1. The Different Types of Art Therapy

One of the main aims of art therapy is to encourage creativity. Building on the existent research provided below, this chapter delves deeper into the possibilities of art therapy and asks the following: if one is engaged in a creative activity, do they simultaneously take part in a therapeutic process, a self-therapy? Does anybody who is reading, watching or otherwise consuming art also experience its therapeutic effect?

In 1980, there were more than 250 subtypes, methods, concepts and techniques of psychotherapy¹⁷³; the twenty-first century sees this number rise to over one thousand¹⁷⁴: from psychoanalysis (Freud), behaviour therapy, cognitive therapy, analytical therapy (Jung), gestalt (the “here and now”, non-diagnostic method), systemic (family) psychotherapy to auxiliary psychotherapy techniques that include art therapy and all of its subtypes.

Saul M. Kassin and Gisli H. Gudjonsson observe that, in many countries, people believe that recognising, *i.e.*, verbalising, your problems is beneficial not only for your psyche, but also the mind and body. Similarly, both Breuer and Freud noticed that people feel better after talking things through during their psychotherapy sessions, as if cleansing the mind from the oppressive information buried in the subconscious. This discovery sped up the advance of Freud’s psychoanalytic method, allowing it to become the first systemic “talking cure” model, which continues to form the basis of most contemporary psychotherapeutic and social support groups¹⁷⁵.

The process of art therapy takes place when a person engages in a creative therapeutic activity, in a safe environment, facilitated by a professional therapist. While a link between art and therapy originated long before, the professional art therapy was not established until the nineteen-forties in the US, pioneered by Margaret Naumburg and Edith Kramer.

Each of them approached the function of art therapy slightly differently. Naumburg believed that the artwork constitutes a symbolic form of language, similar to dreams, thus providing the psychotherapist with insights into the subconscious of the patient. When

¹⁷³ Haldipur, C. V. “The Meanings of Psychotherapy”, *Psychological Medicine*, 1985, 15(4), pp. 727–732; <http://doi.org/10.1017/S0033291700004955> [accessed on 05-03-2021].

¹⁷⁴ *Twenty-First Century Psychotherapies: Contemporary Approaches to Theory and Practice*. Edited by Jay L. Lebow. John Wiley & Sons, 2008, p. 1.

¹⁷⁵ Kassin, S. M., Gudjonsson, G. H. “The Psychology of Confessions: A Review of the Literature and Issues”, *Psychological Science in the Public Interest*, Vol. 5, No.2. November 2004.

discussed with the therapist, the patient's creative work helps them learn about their subconscious mental processes. Meanwhile, Kramer emphasised the healing power of the creative process (rather than the creative result), because, by integrating conscious and subconscious thought, it appeases the conflicts that arise between these two mental layers. For example, when you feel a rising anger, the process of drawing helps to calm you down¹⁷⁶.

There are two main branches of art therapy in the US that widely use this practice: expressive arts therapies and creative arts therapies.

1.2. The Therapeutic Effect of Art

Art therapy is an auxiliary branch of psychotherapy. American Professor Kjell Erik Rudestam¹⁷⁷ suggests the following aims and tasks of art therapy:

- a) to provide or discover a socially acceptable way to decrease or eliminate aggression and other negative emotions;
- b) to ease the process of (psychotherapeutic) treatment by using art therapy as an auxiliary method;
- c) to gather the material and information for psychodiagnostics;
- d) to identify destructive thoughts and emotions that have been suppressed;
- e) to engage with the patient;
- f) to develop self-control;
- g) to focus on the feelings and emotions;
- h) to train creativity and increase self-esteem¹⁷⁸.

The basis of art therapy can be represented by a triangle: a) patient; b) particular type of art; c) art therapist¹⁷⁹. Art therapy treats various mental, psychosomatic and psychomotor disorders with the help of different types of art and creative activity as well as the analysis, discussion and evaluation of artworks.

When discussing the understanding of the therapeutic effect of art, one refers to an effect experienced by somebody who creates as well as engages with an artwork. This effect paves the way for a healthier self, whilst appreciating that every artwork is a peculiar system of signs, and art itself is a riddle, rebus or game with yourself and the viewer.

¹⁷⁶ Tobin, M. *A Brief History of Art Therapy: From Freud to Naumburg and Kramer*, 2015, p. 6., https://www.researchgate.net/publication/276207648_A_Brief_History_of_Art_Therapy_From_Freud_to_Naumburg_and_Kramer [accessed on 05-03-2021].

¹⁷⁷ Rudestam, K.E. *Experiential Groups in Theory and Practice*. Monterey, CA: Brooks/Cole Publishing, 1982.

¹⁷⁸ McNiff, S., "The Effects of Artistic Development on Personality", *Art Psychotherapy*, 1976, 3(2), pp. 69–75, [https://doi.org/10.1016/0090-9092\(76\)90002-8](https://doi.org/10.1016/0090-9092(76)90002-8) [accessed on 05-03-2021].

¹⁷⁹ Edwards, D. and Wilkins, P. *Art therapy*. SAGE Publications, 2014, p. 2, <https://www.doi.org/10.4135/9781526401533> [accessed on 05-03-2021].

1.3. The Psychotherapeutic Possibilities of Film

The start of film era marks an attempt to ascertain certain aspects of mental processes that can be revealed through filmmaking and viewing, and to research and delineate the effect film has on the inner world of the viewer. In 1972, an Italian anthropologist, psychologist, theologian, sociologist and founder of the School of Ontopsychology, Professor Antonio Meneghetti, in his *La Cineterapia*, uses the terms of “cinology”, “cinemalogy” and “filmtherapy”. He defines cinemalogy as the logic evoked by the consequences of film’s reality¹⁸⁰. Christian Metz, who instigated the psychoanalytic research of film, in order to discern what makes cinema so effective and unique, uses the work of Freud and Lacan¹⁸¹. However, the actual therapeutic application of cinema was established much later.

Linda Berg-Cross, Pamela Jennings and Rhoda Baruch wrote about applying film in psychotherapy in 1990, using the term of “cinematherapy” to define this method. They viewed cinematherapy as a type of bibliotherapy. During a bibliotherapy session, the participants attempt to understand their mental state by reading stories created by somebody else or writing (creating) and analysing those of their own. Similarly, watching films selected by a therapist (either with or without the mental health specialist), can have “a direct therapeutic effect or it could be used as a stimulus for further interventions within a session”¹⁸².

Films or moving pictures can be not only watched as therapy, but also created as one. During the sessions led by an artist and art therapist Rachel O’Rourke, the patients, by filming and creating stories, experience a healing effect with the help of the environment that stimulates the creative process and self-expression. While watching and analysing films for therapeutic purposes is used more often than filming and creating digital stories, the latter method is becoming more popular¹⁸³.

To understand why cinema attracted the attention of therapists, we can refer to the ideas suggested by Joshua L. Cohen and Penelope P. Orr. They explain that cinema’s power of mass reach comes from the film, especially film editing, creating a perfect environment to express the individual and collective subconscious. The screen can be used to convey archetypal or experiential forms of character. Cinematic language allows one to create a link between the conscious logic and the subconscious mind. Film editing resembles the act of putting together the pieces of one’s life-story, while the process of filmmaking or film viewing touches directly

¹⁸⁰ Meneghetti, A. *Cinologia Vol. 2*. Psicologica Editrice, 2017.

¹⁸¹ Metz, Ch. “The Imaginary Signifier”. *Film Theory and Criticism*. Edited by Leo Braudy and Marshall Cohen. New York/Oxford: Oxford University Press, 2009. p. 697.

¹⁸² Berg-Cross, L., Jennings, P., Baruch, R. “Cinematherapy: Theory and Application”, *Psychotherapy in Private Practice*, 1990, 8 (1), pp. 135-156, https://doi.org/10.1300/J294v08n01_15 [accessed on 06-03-2021].

¹⁸³ Cohen, J. L., Johnson, J. L. *Film and Video as a Therapeutic Tool. Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Edited by Cohen Joshua L., Johnson J. Lauren et al. Routledge, 2015. p. 5.

on one's psyche. As a result, cinema therapy can be seen as an improved version of talking therapy, because, by evoking the visual, aural and other senses, it allows us to perceive and express the indescribable¹⁸⁴.

Like art therapy, cinema therapy has two functional models: 1) therapeutic filmmaking; and 2) movie therapy. The first model refers to the therapeutic effect of the creative process (in this case, the process of creating a film or video story). It is related to the concept of art therapy suggested by Kramer, one of the pioneers of art therapy, who emphasised the therapeutic power of the creative process. The second model focuses on the artwork itself (in this case, the film) and its therapeutic analysis. It can be linked to Naumburg's concept of art therapy, which is based on the insights into a person's mind provided by the artwork.

2. THERAPEUTIC FILMMAKING: POSSIBILITIES AND APPLICATION

2.1. The Possibilities of Therapeutic Filmmaking

Therapeutic filmmaking centres on the creation of film that aims for self- understanding, reflection and expression. Here, the film does not necessarily require a storyline or editing. The participants do the filming and editing themselves and, afterwards, discuss their work with the mental health specialists. The benefits of therapeutic filmmaking are as follows:

- A positive experience: most participants enjoy the filmmaking process, the experience of which leaves them feeling positive.
- One feels as if they achieved a goal or successfully mastered a new skill.
- An enriched understanding of one's reality: using a camera lens to look at one's reality alters its subjective understanding, giving rise to a renewed sense of a situation or problem.
- A more comprehensive self-awareness: the act of looking at yourself and your situation from various perspectives widens self-awareness and deepens self-knowledge.
- An altered perspective on the relationship with others: the discussion with other participants or film viewers helps me realise how I view others and how I am viewed by them.
- The healing effect of humour: the participants often use humour or self-irony to show their experiences on film, which decreases the traumatic impact.
- Food for thought for future meetings with the psychotherapist: therapeutic filmmaking brings about new topics or ways of looking at things, which can then be discussed

¹⁸⁴ Cohen, J. L. and Orr, P. P. "Film/Video-Based Therapy and Editing as Process from a Depth Psychological Perspective". *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Edited by Cohen Joshua L. and Johnson J. Lauren *et al.* Routledge, 2015, pp. 29–41.

during a psychotherapy session. Furthermore, film allows the patient to focus on specific aspects of their life.

- Film creates an opportunity to break the silence, raise or openly share difficult topics and discuss them with more people¹⁸⁵.

The benefits of filming and editing:

- It gives clarity and structure to person's emotions. Through the process of structuring a storyline, the patient concentrates, finds a clear direction and begins to structure the inner chaos with the help of symbolic language.
- Working with a film crew empowers the patient and increases their contact with other people.
- In film, you can show your fantasies and speak about them meaningfully; you are able to rewrite your life story¹⁸⁶.

Johnson, Cohen and Orr's suggested possibilities of therapeutic filmmaking, provided above, helped me notice a therapeutic effect of my own film work. As a result, this artistic research paper analyses the therapeutic effect as it manifested itself during the making of my films *Dreaming the Path*, *Sacred Time* and *Old Rifle*.

2.2. *Dreaming the Path* from the Perspective of Therapeutic Filmmaking

In her film review of *Dreaming the Path*, Karolina Repečkaitė states that “the structure of Tūras’ film centres on an attempt to answer the essential question of pilgrimage: why would you bring yourself to do it? The director travels with a camera, spontaneously capturing and, at times, simultaneously commenting on the resulting image, thus inviting the viewer’s gaze to travel along. Pointing the moving camera towards the environment eliminates the boundary between the screen and the viewer, with the latter becoming part of the story”¹⁸⁷.

In order to explain the therapeutic effect of the journey and filmmaking, this section analyses the motives behind the filmmaker’s choice to go on this journey, and explains the

¹⁸⁵ Johnson, L. J. Vision, “Story, Medicine: Therapeutic Filmmaking and First Nations Communities”. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Edited by Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson *et al.* Routledge, 2015, pp. 60-61.

¹⁸⁶ Cohen J. L. and Orr P. P. “Film/Video-Based Therapy and Editing as Process from a Depth Psychological Perspective”. *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Edited by Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson *et al.* Routledge, 2015, pp. 29-40.

¹⁸⁷ Repečkaitė K., “Jokūbas Vilius Tūras: ‘How I Felt Lighter, Once I Gave An Offering to the Road’”, *Šiaurės Atėnai*, 2016 07 22.

creative decisions when editing a large amount of filmed material into a one-and-a-half-hour film.

The section concludes that the walk across Europe and the people of various nationalities, professions, life experiences and beliefs met along the way, as well as working on the film, changed many preconceptions held by the filmmaker, enriching his perception of reality and, most importantly, inviting him to view himself differently. *Dreaming the Path* speaks about painful life experiences, losses, failures, and recovery. The film became a confession, while the journey lessened the feeling of guilt regarding the past mistakes and opened up a path towards self-forgiveness.

2.3. *Old Rifle* from the Perspective of Therapeutic Filmmaking

Old Rifle hinges on the experience of losing a loved one to suicide and was created after the filmmaker lived through a similar situation – a suicide of a close family member.

This section discusses the origin of the film, its dramaturgical nuances, and explains specific creative decisions, linking them to the personal life experiences of the author.

2.4. *Sacred Time* from the Perspective of Therapeutic Filmmaking

This section analyses the reasons and circumstances behind the choice of subject, idea and content when creating *Sacred Time*. Once the film on suicide was finished, there was another one in the pipeline, this time about disability. The analysis of the creative concept demonstrates that the search for a subject and ideas already uses aspects of therapeutic filmmaking: the selected creative material (in this case, for a film) reflects our needs at that specific time. In this case, the film author wanted to emerge from the gloom and fill himself with something lighter; therefore, he abandoned the original film idea of disability and instead chose the subject of Gregorian chanting. One of *Sacred Time* characters, Skirmantè, suggests that Gregorian chanting is “a brilliant way to deepen one’s Love and Silence (...), because when attempting to sing a harmonious melody, you cannot carry any anger or hold a grudge or be anxious”, which was also felt by the filmmaker. Building on the characteristics of therapeutic filmmaking discerned by Joshua L. Cohen, this section explains how the author experienced the healing effect of the creative process.

3. THE PSYCHOTHERAPEUTIC POSSIBILITIES OF MOVIE THERAPY

3.1. Psychotherapy and Analytic Movie Therapy: Subtypes and Film Groups

Cinema can be understood as contemporary means to convey issues, previously communicated through myths, stories, tales, legends, and metanarratives. Cinema uses morals,

beliefs and values to provide information about a specific society¹⁸⁸. It also keeps the myth alive, by publicly transmitting a collective myth or dream¹⁸⁹.

During a psychotherapeutic session of movie therapy, films are always selected and screened with an intention to discuss and analyse them afterwards. The aim is for the film to help the patient open up. After the screenings, films are discussed either in groups or individually with a therapist.

A comprehensive information on films used in psychotherapy is available online, on webpages put together by mental health specialists in various languages. Two websites stand out, due to their large number of carefully selected film groups related to the nature of mental health issues: Dr Brigit Wolz's¹⁹⁰ and Dr Ofer Zur's¹⁹¹, the latter created together with Wolz. The Zur Institute's website lays down the film subjects alphabetically, while Wolz's website provides more general groups of subjects/issues, which are then divided into subgroups.

According to Siegfried Kracauer, cinema is capable of revealing our reality and history, because it unearths deeply held beliefs, highlights contemporary collective attitudes and illuminates subconscious layers of human relationships. The film audience is invited to view familiar objects from a new angle: "as though one looked through a narrow window at strange scenes that, outdoors, would be entirely invisible"¹⁹². Consequently, every film is a distinctive psychosocial and cultural document of a certain time and place and, as a result, can be treated as valuable research material for historians, sociologists, suicidologists, psychologists as well as the film studies.

In order to examine how film actualises a subject that is significant (or problematic) during a specific time and for a specific society, the following discussion tackles the representation of suicide in Lithuanian cinema between 1991–2018. This important subject was chosen due to its relevance to the creative process of the third film made for this artistic research project – *Old Rifle*.

¹⁸⁸ Johnson, L. J. "Vision, Story, Medicine: Therapeutic Filmmaking and First Nations Communities", *Video and Filmmaking as Psychotherapy: Research and Practice*. Edited by Joshua L. Cohen, J. Lauren Johnson *et al.* Routledge, 2015, p. 63.

¹⁸⁹ Voytilla, S. *Myth and the Movies: Discovering the Mythic Structure of 50 Unforgettable Films*. Studio City, CA: Wiese, 1999.

¹⁹⁰ Dr Brigit Wolz's website on film therapy: <http://www.cinematherapy.com/filmindex.html> [accessed on 10-03-2021].

¹⁹¹ Dr Ofer Zur's website: <https://www.zurinstitute.com/movie-therapy/#disorganizedattachment> [accessed on 10-03-2021].

¹⁹² Kracauer, Siegfried, *From Caligari to Hitler: A Psychological History of the German Film*, Princeton: Princeton University Press, 2004, pp. xv–xlix [edited and introduced by Leonard Quaresima].

3.2. The Representation of Suicide in Lithuanian Cinema between 1991–2018: The Subject Analysis

The transitory period after Lithuania regained its independence saw the highest number of suicides in the country. As a representation of that era, film can provide information on the phenomenon of suicide, its psychosocial and sociocultural contexts; meanwhile, the more or less developed storylines of film characters can encourage reflection, discussion and the understanding of motives behind the suicide. While analysing the representation of this subject in Lithuanian films created between 1991–2018, this section reveals and summarises the models of suicide representation, film characters and storylines chosen by the film directors during the period. The analysis looks only at the full-length films where suicide is committed by the main character. According to the Lithuanian Film Centre's records, 123 full-length films were created between 1991–2018, out of which 8 meet the aforementioned criteria¹⁹³.

A relevant subject is not the only criterion required when intending to use film as an auxiliary therapeutic approach. To help one open up and bring forth any suppressed feelings, the film characters have to encourage the viewer to identify with them. The following discussion on the film *Old Rifle* indicates that this film belongs to the subgroup of films representing suicide and, according to the mental health specialists, due to the authenticity of its characters' experiences, can be useful to the viewers who experienced a loss or have suicidal thoughts.

3.3. The Movie Therapy of *Old Rifle*: Professionals and Audience

There is a moment in *Old Rifle*, when we see the main character Gediminas watching a film on the screen. Later it is made clear that the screening of this film was part of a self-help meeting for the relatives of suicide victims. The viewer sees how Gediminas and other participants are influenced by the film (excerpts from a Finnish film *Once I Dreamt of Life* [2014], directed by Sini Liimatainen and Jukka Kärkkäinen), which is used by the group facilitator as an instrument to encourage conversation. This section of the research paper argues that, when analysed from the therapeutic perspective, this scene, which was seamlessly incorporated into the script, is a clear example of a model of movie therapy.

After the premiers of *Old Rifle*, we filmed the discussions between the mental health specialists and viewers, which is as a form of movie therapy. This section provides the core insights from these discussions¹⁹⁴. Five post-screening discussions were organised in total,

¹⁹³ Lithuanian Film Centre, films created between 1991-2021: <http://www.lfc.lt/lt/Page=MovieList&GenreID=454> [accessed on 10-03-2021].

¹⁹⁴ The transcript of the film discussion is provided in Appendix No. 2.

happening at various times and places, in Vilnius and Kaunas¹⁹⁵. These discussions can be divided into two groups: the specialist film analysis (by professional psychologists and suicidologists) and the audience film analysis.

3.4. The Movie Therapy of *Dreaming the Path*: The Audience

This section looks at the main ideas that emerged after analysing the film of *Dreaming the Path*, using a *core reflection* approach. Between 2014–2018, this type of film analysis was conducted by the second- and third-year part-time BA students (Religion Studies and Ethics Course, lecturer Hugo Verkest), at the Pedagogy College of VIVES University of Applied Sciences. All of them were mature students (aged between 25–52; 41 students in total) who, for various reasons, either did not complete their university studies before, or were professionals wanting to retrain as pedagogues. The students shared a common discontent or disappointment about their professional or personal life and desired a change. Some of them were wounded by painful experiences, such as divorce, depression, unemployment due to an illness, alcoholism or other addictions. These future pedagogues were given a task to watch *Dreaming the Path* and then analyse it using the core reflection approach, devised by a Dutch Professor of pedagogy Fred Korthagen¹⁹⁶, which is becoming more widely applied to teacher training.

The summary of the audience's reflections demonstrates the impact of the film screening and analysis on the thinking, emotions and motivations (desires and attitudes) of the viewer. The audience analyses the imagery and symbols in the film from different perspectives, including religion/faith, Christian culture, pilgrimage/journey and the opposition between nature and city.

CONCLUSIONS

1. The theoretical knowledge gathered during the course of this research demonstrates a long-established link between art and psychology; however, the professional art therapy as an auxiliary means of psychotherapy emerged only in the nineteen forties. Art therapy is effective because: a) the results of a creative activity as a form of symbolic language, when discussed with a specialist, allows one to reveal their unconscious mental processes; b) by integrating conscious and subconscious thought, the creative process itself has a harmonising effect. Art therapy can be divided into two groups: expressive arts therapy and creative arts therapy. The

¹⁹⁵ The discussions between the mental health specialists and audience took place in “Skalvija” cinema in Vilnius on March 7th, April 15th, 23rd and 29th, and in “Romuva” cinema in Kaunas on April 19th in 2019.

¹⁹⁶ Korthagen, F. A. J. *Promoting Core Reflection in Teacher Education: Deepening Professional Growth*. Edited by L. Orland-Barak; and C. J. Craig *International Teacher Education: Promising pedagogies (Part A)*. Bingley, UK: Emerald, 2014, pp. 73-89.

former integrates many different types of art, while the latter uses a singular creative practice and is accordingly divided into the therapy of art, dance/movement, drama/theatre, music, reading/writing and psychodrama.

2. A link between cinema and psychology was noted as soon as the former emerged, attempting to establish which mental processes are revealed by creating and watching films, and to research and describe the effect of cinema on the inner world of the viewer. To begin with, the emphasis was put on the mass-influence of cinema. However, further research established cinema as a new way of thinking, capable of providing insights into the mental processes as well as the subconscious, and looked for connections between the mental processes, film viewing and filmmaking. The effect of cinema was another research area that emerged at the very start of the film era. During the final decade of the last century, all of the aspects mentioned above opened up an opportunity to apply film to the practice of psychotherapy. The specially selected films that reflect the nature of a specific mental health issue are used by psychotherapists as an auxiliary method of intervention, strengthening the therapeutic effect.

3. Similarly to art therapy, cinema therapy has two functional models: 1) therapeutic filmmaking, also referred to as film and video-based therapy or videotherapy and 2) movie therapy, also referred to as cinema therapy. The first model emphasises the therapeutic effect of the creative process (in this case, the creative process of film or video), while the second model centres on the creative work (in this case, the film) and its analysis for therapeutic purposes. Like art therapy, the foundation of cinema therapy can be pictured as a triangle: a) patient (the maker or viewer); b) film's creative process (artistic expression) or film screening (finished artwork); and c) mental health specialist and/or expertly facilitated therapy session and/or, in certain cases, relatives who take part in the discussion (in the case of art therapy, it is the art therapist). When applied in psychotherapy, therapeutic filmmaking and movie therapy are always used as auxiliary therapeutic approaches, allowing the patient to open up and begin the process of self- analysis and reflection.

4. Therapeutic filmmaking centres on the creation of film as a means towards the self-knowledge, reflection and expression. At its core is the creative process, which involves the patient making a film. The therapeutic effect of the creative process and self-reflection is achieved by: choosing a subject relevant to the filmmaker's personal life experience; the analysis of this subject (which simultaneously turns into a self-analysis); analysing and creative decision-making while shooting the film; and, finally, the process of film editing (by putting together a storyline, the creator establishes a clear direction, thus structuring their inner chaos using a symbolic language). The post-screening discussions with the audience and mental health specialists have a significant therapeutic effect on the film creator. The analysis of the

film's subject, which is relevant to its creator, together with the different responses and views on the creative work, widen one's understanding, give meaning to the artwork, raise new questions and create an opportunity to reflect on them.

5. The therapeutic effect of movie therapy is dependent on the film, which is carefully selected by the mental health specialist for a specific case (a diagnosis or a certain mental health issue), and its analysis in the context of the patient's problem. In some cases, during the therapy session with a patient, excerpts from previously viewed films can be used as an example, especially if they clearly correlate with a problem that is difficult to verbalise. The analysis of the film is based on the aforementioned triangle – the relationship between the viewer, the film and the mental health specialist (a psychotherapist for a psychotherapy session; a pedagogue, film educator or psychologist for more generic, educational or self-educational, purposes), who will facilitate the film analysis.

6. The suitability of film for therapy does not depend on its genre. Films of any genre, as long as they are selected correctly, can perform the therapeutic function and can be later discussed with the mental health specialist or together with an expertly facilitated therapy group. Depending on the difficulty of diagnosis, discussing the film with one's friends or relatives can also carry a therapeutic effect. However, it is important to note that the core element of this therapy is the film discussion that follows the aforementioned criteria, and the film screening on its own does not suffice.

7. This research revealed that, to ensure that the filmmaking and post-screening discussion always have a therapeutic effect, one should take into account the following criteria:

- Ethics: the creative work cannot promote anything harmful (*e.g.*, suicide in the film is not shown and analysed as a way to solve a problem).
- Relevance: the chosen subject has to be relevant to the filmmaker and the viewer, the chosen situations should be recognisable and the created meaning should be kept universal.
- Identification: one should be able to recognise the story, behaviour, thoughts and feelings of the main characters. The viewer should be able to identify with what they see on the screen.
- The necessary reflection: the post-screening discussion and subject analysis with mental health specialists is crucial; in some cases, the film screening that is not followed by a discussion with the specialist can even be harmful.

8. To summarise, this artistic research paper demonstrates that film can be used in the areas of psychotherapy, teaching and self-education to encourage positive change in the individual.

PUBLIKACIJOS IR VIEŠOS PASKAITOS

Publikacijos ir vieša paskaita tiriamojo darbo tema / Publications and public lecture on the subjects of the artistic research project:

Savižudybės tema Lietuvos kine 1991–2018 m. / Thematics of suicide in Lithuanian cinema 1991–2018. *Ars et Praxis VIII*, Vilnius: LMTA, 2020, p. 93 - 103. ISSN 2351-4744

Prieiga per internetą: http://xn--urnalai-cxb.lmta.lt/wp-content/uploads/2021/06/Ars-et-praxis-VIII_Turas.pdf

„Sapnuoju, kad einu“. Filmas kūrybinės kino terapijos perspektyvoje. Žurnalas „Krantai“, Nr. 179, 2021, p. 82 - 87. Prieiga per internetą: https://kranturedakcija.lt/wp-content/uploads/2021/06/Krantai_2021_1_82-87_Turas.pdf

“Dreaming the Path” Film from the Perspective of Film and Video-Based Therapy. “Krantai” Magazine, Vol. 179, 2021, p. 82 - 87. Access online: https://kranturedakcija.lt/wp-content/uploads/2021/06/Krantai_2021_1_82-87_Turas.pdf

Filmo „Šventas laikas“ peržiūra ir vieša paskaita „Kino terapijos ištakos ir modeliai“. 2021 m. sausio 28 d., ketvirtadienį, 17 val. Tiesioginė transliacija per <https://tv.lmta.lt/2021/01/13/meno-doktoranto-jokubo-viliaus-turo-filmo-sventas-laikas-perziura-ir-paskaita-kino-terapijos-istakos-ir-modeliai/>

Movie “Sacred Time” and lecture “Origins And Models Of Film Therapy”. January 28, 2021, Thursday, 17:00. Online broadcast on <https://tv.lmta.lt/en/2021/01/13/movie-sacred-time-and-lecture-origins-and-models-of-film-therapy-by-phd-student-jokubas-vilius-turas/>

1 PRIEDAS

Šiame priede pateikiama Stacko ir Bowman 1900–2009 m. JAV ir Didžiosios Britanijos filmuose vaizduotų savižudybių motyvų taksonomijos lentelė¹⁹⁷, kuria remiantis pagal vaizduojamų savižudybių motyvų pobūdį buvo suskirstyti lietuvių vaidybiniai filmai, sukurti 1991–2018 metais (lietuvišką lentelę galima rasti šio darbo 56 puslapyje).

I ASMENĮ ORIENTUOTI MOTYVAI	Kine vaizduojamų savižudybių su tokiu motyvu proc.
1. Įprastos psichiatrinės priežastys (depresija, alkoholio ir kitų narkotinių medžiagų vartojimas ir pan.)	21,4 %
2. Netradicinės psichiatrinės priežastys (psichopatiškumas ir pan.)	18,4 %
3. Biologinės ir fizinės priežastys (fizinė liga, skausmas, fizinė negalia)	6,9 %
IŠORINIAI ARBA SOCIALINIAI MOTYVAI	Kine vaizduojamų savižudybių su tokiu motyvu proc.
4. Artimojo mirtis (sutuoktinio, vaiko ir pan.)	7,6 %
5. Įtampos socialiniuose santykiuose (partnerio problemos, patyčios, tėvų ir vaikų konfliktai, išankstinės nuostatos, gėda)	52,9 %
6. Ekonominės problemos (finansiniai sunkumai, problemos darbe)	16,2 %
7. Altruistinės savižudybės (kare, civilinės)	18,7 %

¹⁹⁷ Stack, S.; Bowman, B. *Suicide Movies: Social Patterns 1900–2009*. Göttingen: Hogrefe Publishing, 2012, p. 18.

2 PRIEDAS

Šiame priede pateikiama transkripcija diskusijų vykusių po filmo „Senas šautuvas“ peržiūrų. Psichikos sveikatos specialistų pokalbiai su žiūrovais Vilniuje, „Skalvijos“ kino teatre vyko 2019 m. kovo 7 d., balandžio 15, 23 ir 29 dienomis bei Kaune, „Romuvos“ kino teatre 2019 m. balandžio 19 d.

2019.03.07

PIRMA PREMĖRA (VILNIUS, SKALVIJA)

Po filmo pokalbyje su žiūrovais dalyvavo Valstybinio psichikos sveikatos centro Savižudybių prevencijos biuro vadovas Marius Strička, Valstybinio psichikos sveikatos centro Savižudybių prevencijos biuro vyriausiasis specialistas Rimantas Misevičius, psichologės Valija Šap, dr. Vaiva Klimaitė, Savižudybių prevencijos asociacijos lektorė Viktorija Andreikėnaitė, filmo idėjos bendraautorė ir prodiuserė Viktorija Akavickaitė.

Viktorija Akavickaitė:

Labas vakaras visiems. Noriu padėkoti komandai ir žiūrovams, pakviesti svečius. Lietuvoje kasmet nusižudo apie 800 žmonių. Norėčiau, kad jūs, Mariau, šiek tiek tiksliau papasakotumėte, kokia situacija Lietuvoje.

Savižudybių prevencijos biuro vadovas Marius Strička:

Tikrai labai dėkoju už filmą. Kai mes einame į filmą, specialistams visada yra labai baisu. Bet šis filmas sukurtas labai preventyviai ir ačiū jums už tai... Turiu prisistatyti. Esu Valstybinio psichikos sveikatos centro Savižudybių prevencijos biuro vadovas ir jau trejetą metų kartu su kolegomis siekiame, kad Lietuvoje savižudybių būtų mažiau. Gal tų skaičių čia ir nereikia sakyti, nes nusižudo daug ir per daug, bet tie skaičiai tikrai mažėja būtent dėl daugėjančių prevencinių iniciatyvų, iš kurių viena yra ir šis filmas. Džiaugiuosi, kad sėkminga. Akavickaitė:

Šiame filme norėjome pavaizduoti, kaip sekasi išgyventi būtent tiems, kurie lieka su skausmu po artimojo savižudybės. Norėčiau Vaivos paklausti apie artimuosius.

Dr. Vaiva Klimaitė:

Esu Vaiva Klimaitė, dirbu Vilniaus miesto psichikos sveikatos centre, savižudybių prevencijos skyriuje. Mano kasdienis darbas yra konsultacijos su žmonėmis, kurie nenori gyventi arba kurie gedi po artimųjų žmonių savižudybių. Ir su gedulo po artimojo žmogaus savižudybės tema susiduriu labai dažnai, todėl svarbu apie tai kalbėti, nes daugiau prevencinių programų yra apie tai, kaip atskirti ženklus, užkirsti kelią savižudybei, bet kas yra tada paskui? Ką išgyvena tie žmonės, kurie gedi? Jūsų filmas vertingas tuo, kad gerai, gražiai atspindi tą kančią, su kuo žmonės lieka – ir tą beprasmybę, ir tą liūdesį, ir tą pyktį - atpažįstu šitai labai

stipriai ir tas mintis apie savižudybę, kurios kyla.. man patiko, kad įtraukėte daug ir viso kito, prisiminiau, kad paskutinį kartą panašiai kaip dabar šioje salėje aptarinėjau filmą „Kartą svajojau apie gyvenimą“, kuris čia taip pat paminėtas.

Akavickaitė:

O kaip mes patys galime prisidėti prie skausmo mažinimo?

Vaiva Klimaitė:

Tai jeigu labai trumpai, ką atrandu kaip žmogus dirbdama – tai BŪTI, kas yra labai paprasta, bet ir labai sudėtinga. Nesakyti, kokių pažadų, kad pvz., „viskas bus gerai“, nes na ką mes žinom, kaip ten bus? Nebandyti versti ko nors daryti – versti kalbėti ar nekalbėti, versti kažkur eiti arba neiti. Būti. Taip, kaip tam žmogui tuo metu reikia, leisti žmogui suprasti, kad „aš būsiu šalia, jeigu ką. Jeigu tu dabar nenori kalbėti - tvarkoj, bet tu žinok, kad jeigu ką, aš kalbėsiuos su tavimi“. Tokia prasme BŪTI.

Akavickaitė:

Ačiū. Dabar Valijos Šap norėčiau paklausti, kokių klaidų nedaryti kalbant su žmogumi, kuris galvoja apie savižudybę, nes mes linkę nuvertinti tą skausmą, akydami, kad viskas bus gerai.

Valija Šap:

Esu psichologė, atvykau iš Kupiškio. Pirmiausia noriu padėkoti režisieriui, nes prisipažinsiu, kai gavau kvietimą į šį filmą, turėjau nemažai nerimo iki pat filmo pabaigos. Todėl kad tai yra labai jautri tema ir įsivaizduoju, kiek nerimo ir drąsos turėjo turėti režisierius ir visa filmo komanda, kad šis filmas šiandien čia būtų parodytas. Pastaraisiais metais nėra savaitės, kad man netektų teikti pagalbos žmonėms, kurie galvoja apie savižudybę, kurie mėgino žudytis arba kurių artimieji nusižudė. Ir aš kartais sakau, kad šis skausmo šulinys galbūt niekada nesibaigs, kad kuo daugiau mes kalbame apie tai, kuo daugiau atpažįstame tų žmonių, mes matome, kiek daug yra šalia mūsų kančios. Aš neabejodama drąsiai sakau, kad šioje salėje garantuotai yra bent vienas žmogus, kuris yra skaudžiai paliestas artimojo savižudybės ir bent vienas.. mažiausiai bent vienas, kuris yra buvęs savižudybės rizikoje ar galvojantis apie savižudybę. Taigi kokių klaidų nedaryti? Kai kurias klaidas čia matėme – vos tik žmogus užsimena apie tai, kad jam sunku, kad jis patiria, išgyvena didžiulę kančią, mes matome, kaip kiti nuo jo stengiasi pasprukti. Mes matome, kad Gediminas buvo patyręs ne tik artimojo savižudybę, bet jis ir pats buvo savižudybės rizikoje, kas labai dažnai atsitinka. Psichologė jam siūlo pasirinkti kitą specialistą, „galbūt vyras tau geriau padėtų – tai reiškia, kad ji pati išsigandusi yra. Keleivis taksi vos tik išgirdęs apie tai, kad žmogus kenčia, nedelsiant skuba pasišalinti iš taksi ir neva padėti duodamas 10 eurų. Tai, ką sakė Vaiva, yra labai svarbu būti šalia žmogaus, nežadėti to, ko negalime ištesėti. Labai svarbu leisti žmogui kalbėti, tiesiog

kalbėti ne tai, ko mes norėtume, ne mes temą pateikiame, mes tiesiog sakome, „kas tau dabar yra svarbu, apie ką tas skausmas“? Būti tyloje taip pat sunku, mes labai nemokame būti tyloje, jei žmogus nekalba, mes iškart sakome „tu dabar nekalbi, tai gal kitą kartą, kai norėsi kalbėti, ateik“. O gal jis tiesiog nori būti tyloje. Būna klientų mūsų kabinetuose, kurie visą valandą gali tylėti, bet jie išeiti nenori. Taip mes duodame labai aiškia žinią – jei yra labai sunku – pagalba yra. Ilgus dešimtmečius Lietuvoje mes galvojome, kad normalu yra kentėti, bet nenormalu kreiptis pagalbos. Šiandien mes aiškiai sakome kiekvienam, kuris kenčia, kad kentėti užsidarius nėra normalu, o kreiptis pagalbos yra normalu. Pagrindiniai dalykai – išgirsti, skirti laiko, pakalbėti, leisti patylėti, jei jis nori ir aptarti, kas jam galėtų būti ta pagalba. Ne mes sprendžiame, kas jam būtų pagalba, o klausiamo jo, „kas Tau dabar būtų pagalba?“ Ir būdami šalia tokio žmogaus palydime ir sakome, kad visada gali į mane atsiremti.

Akavickaitė:

Ačiū labai. Galbūt yra klausimų?

Žiūrovo klausimas:

Ar jūsų, kaip specialistės, manymu, filme pakankamai atskleista tema?

Valija Šap:

Tikrai tema atskleista pakankamai, nes matėme esminius aspektus – mes matėme gedėjimą po artimojo savižudybės, mes matėme jo jausmus, ką jis labai aiškiai įvardijo – tai beprasmybę, kaltę, jis jautėsi kaltas - tą labai aiškiai pas psichiatrą išsakė... kaltinimus nusizudžiusiai – kodėl žmogus mane paliko, kaip jis galėjo taip su manimi pasielgti.. pyktis – visi tie pagrindiniai jausmai, kurie lydi žmogų po artimojo savižudybės čia buvo labai aiškiai atskleisti, labai aiškiai buvo parodytos pagalbos galimybės – psichologas, psichiatras, savipagalbos grupės ... Esminis dalykas, ką norėčiau išryškinti, pati filmo pabaiga, kai žmogus yra pačioje aukščiausioje savižudybės rizikos stadijoje, kada yra tas vadinamasis „tunelinis“ mąstymas, kai žmogus nebemato jokios kitos išeities, mes sakome, kad savižudybė nėra išeitis – tai yra sprendimas, tai yra būdas nutraukti kančią (nes nė vienas nenori mirti) ir šita būseną trunka labai neilgai, jeigu tuo metu atsiranda kažkas, kas sugeba žmogui padėti, būti šalia jo, apkabinti (ką mes matėm), žmogus toliau (galbūt ir gavęs paskui pagalbą) gali gyventi visąvertį gyvenimą ir galbūt niekada nebegrįžti į tą būseną. Tai šitame filme, ta finalinė scena, kai jis skaldo malkas, gyvūnas šalia, ramybė ... parodo tai, ką mes visi turime žinoti, kad tuo momentu bet kuris iš jūsų atsisėdęs šalia tokio žmogaus, pakalbėjęs, pasibeldęs į jo duris, gali išgelbėti gyvybę. Tai galite padaryti ir jūs. Kiekvienas iš jūsų galite išgelbėti žmogaus gyvybę. Tai tikrai nėra tik psichologų ir psichiatrų reikalas, ką labai aiškiai šis filmas taip pat atskleidė. Taip, specialistai yra reikalingi, bet to nepakanka. Labai aiškiai matėm, kaip žmonės bijo būti šalia kenčiančiojo. Filme parodyta labai labai daug svarbių dalykų....Padarytas didelis darbas.

(tuomet ilgas mano komentaras)

Žiūrovo klausimas:

Norėčiau padėkoti režisieriui už filmą.. pats filmas yra geras. Kas jus įkvėpė, paskatino, kurti tokį filmą?

Tūras:

Apmąstant gyvenimą, prisimenant problemas, išėjusius draugus, pažįstamus, ši tema mane lydėjo daug anksčiau. Svairsčiau apie šią temą kitu rakursu – požiūryje į savo ir kito gyvybę, taip pat atskira problema, kad tokie įvykiai kartais romantizuojami. Savižudybės prieangis - emocinis, psichologinis bankrotas, taip pat baimės, kad kalbant apie tai užvaldys panašios mintys. Mane sužavėjo Durkheimio tikslumas. Socialinių ir psichologinių savižudybių priešasčių palyginimas. Kalbu apie amerikiečių mokslininkų Stack ir Bowman tyrimą, kuriame ištyrus 1500 JAV ir JK filmų, sukurtų 1900 – 2009 metais priežastys labiau socialinės. Skirtingai nuo mokslininkų skelbiamo priežastingumo susijusio su psichologinėmis problemomis. Visa tai bandėme perteikti filme.

Akavickaitė:

Norėčiau Viktorijos paklausti. Paliesti dar vieną temą, ar stigmatos mažinimui, kuri dabar yra ir gana didelė, ar galėtų padėti meninės priemonės – filmai, muzika, teatras, jeigu iš meninės pusės mes daugiau apie tai kalbėtume, ar tai galėtų duoti teigiamų vaisių?

Viktorija Andreikėnaitė:

Kaip tik norėjau apie tai kalbėti. Esu Viktorija Andreikėnaitė. Mano karjera savižudybių srityje prasidėjo prieš 15 metų, kai nusižudė mano tėvas ir tada tai nulėmė mano gyvenimą toliau. Aš pradėjau dirbti visuomenės sveikatos srityje, nuėjau savanoriauti į vaikų liniją, dirbau savižudybių prevencijos biure. Tada pradėjau vesti savižudybių rizikos atpažinimo mokymus SAFETalk, dabar rašau disertaciją savižudybių prevencijos tema. Visų pirma norėjau padėkoti kūrėjams, kad mažinate stigmą ir visiems čia susirinkusiems, nes matosi, kad tema aktuali. Ir vien jau tai, ką mes čia darome, mes kalbame apie tai, diskutuojame ir kad visi čia susirinkome, tai ir yra stigmatos mažinimas. Anksčiau, prieš 15 metų tokios kalbos iš viso nebuvo. Atsimenu, pirmas dalykas, kai perskaičiau jaunimo linijos draugų laiškus, man didelį įspūdį paliko, kad ir kiti susiduria su panašiais sunkumais, turi panašių problemų, išgyvena panašius jausmus. Filme kalbama ir apie tą pyktį, kurį aš išgyvenau, kaitą ir ta reakcija žmonių – labai stipri vieta filme, kai automobilyje taksi keleivis sužinojęs apie Gedimino netektį siūlo pinigų kuo greičiau bėgdamas iš mašinos. Aš susidūriau su panašiais išgyvenimais, kai ir draugai taip atsisijoję. Ir šiaip savižudybių tema yra labai labai sudėtinga ir kai vedu mokymus, ta reakcija būna įvairi, dažna atmetimo reakcija, kai kyla nemalonūs jausmai, kai kažkas nenori apie tai kalbėti. O

menas būtent ir gali pateikti visas tas psichologines, socialines, paveiku apie tai kalbėti, diskutuoti ir pajauti tiesiog žiūrint tą filmą.

Žiūrovo klausimas:

Norėjau padėkoti už puikų filmą. Į valandą laiko sudėta tokia problema ir labai sėkmingas filmas, nes tema labai gili, nepaprasta. Tik vienas klausimas, kodėl Gediminas visą laiką vežioja girtus keleivius? Ar Vilniuje blaivūs žmonės nevažinėja su taksi?

Tūras:

Kadangi tai trumpametražis filmas, kuris netilpo į trumpo metro rėmus, išsiplėtė iki valandos ir tuo pačiu netapo pilno metro filmu, turėjome apsiriboti kokiais nors pilkais dviem blaiviais, arba dviem girtais – vyru ir moterimi. Tai toks trumpas atsakymas. Šiaip apie tai buvo kalbėta, jeigu tai būtų ilgametražis, jis galbūt būtų vežęs ir kokį verslininką blaivą su kompiuteriu ir kokią motiną su vežimėliu dienos metu, bet būtent tas naktinis darbas, būtent mėnulio pilnatis, reikėjo pateikti koncentratą, todėl iš visos plejados galimų klientų, kuriuos jisai vežiojo ar veš kada nors, pasirinkau šiuos du, nes vienas linksmesnis – iš gimtadienio, kitas liūdnis, moteris – iš kažkokio nelabai linksmo vakarėlio. Todėl atsijoti, kas svarbiausia ir supakuoti buvo gana sudėtinga. Tuo pačiu parodyti, kad jis dirba tada, kada būna daugiausia klientų, tuo pačiu išnešti temą Islandijos gatvės ir to epicentro Vilniaus jaunimo lankomiausių vietų dėl to toks pasirinkimas.

Žiūrovo klausimas:

Aš norėjau paklausti iš tos kitos pusės, pavyzdžiui, sakykim, filme matėme (supratome), kad moteris nusižudo, nes yra nevaisinga, arba vyras, nes yra vienišas. O kaip vertinate arba kaip pakomentuotumėte situaciją, kai pavyzdžiui, yra grupės vokalistas, turintis šeimą, turintis draugų, turintis šlovę, turintis pinigų ir gyvenantis, rodos, gerą gyvenimą, ir nusižudantis tokiu atveju? Turiu omeny, kad iš vienos pusės tarsi viskas gerai, bet kažkokios situacijos prie to priveda. Ar tai yra genetika ar kas?

Valija Šap:

Ačiū labai, geras klausimas. Kolegos papildys. Pirmiausia, iš karto sakau, kad savižudybės genas nerastas iki šiol, tai tikrai nėra paveldėta. Žmonės kelia klausimą, kodėl yra šeimų, kuriose nusižudo iš kartos į kartą žmonės – tai yra išmokstamas elgesys, sekamas, yra sekimas savižudybės veiksmu, kas yra aiškiai įrodyta mokslininkų. Jūs labai taikliai ir tiksliai suformulavote klausimą. Ir čia yra atsakymas į jūsų klausimą – „atrodo, kas jis gyvena laimingai ir jam nieko netrūksta“. Tas „atrodo“ čia yra raktinis žodis. Mūsų visuomenėje vyrauja neteisinga nuomonė, kad žmonės žudosi dėl ekonominių priežasčių, kad duokite darbo – žmonės nesižudys, pakelkite atlyginimus – tai yra tikrai ne tiesa. Tą rodo ir moksliniai tyrimai ir mūsų kasdienė praktika. Mes žinome ir pasauliniu lygmeniu, kiek žinomų žmonių,

menininkų, dailininkų, aktorių ir kitų žinomų tikrai visame pasaulyje ir žmonių akimis atrodančių labai sėkmingų, nusižudė. Tai būtent rodo, kad žmogaus socialinis statusas, jo išsilavinimas, jo visuomeninė ar profesinė veikla neapsaugo jo nuo kančios. Kančią gali patirti kiekvienas nepriklausomai nuo to, kas jis šiandien yra. Ir tokį žmogų, kuris išoriškai atrodo sėkmingas, viena vertus galbūt yra sunkiau pastebėti, kad jis yra kančioje, antra vertus, žinote, jeigu jums pasakytų penkių vaikų mama, kad jai labai sunku ir ji pavargo gyventi, tai turbūt mes iš karto pasakytume, „taip, tikrai, tau tikrai turėtų būti nelengva, bet jeigu jums pasakytų sėkmingas verslininkas, kad aš pavargau, jūs sakytumėte „baik, ką tu čia šneki, turi naują mašiną, puikius namus, puikų verslą... nekalbėk nesąmonių“. Ir čia tos mūsų stigmos neleidžia atsiskleisti žmogui. Vienas pasakome, kad „baik, ką čia šneki“, antras, trečias ir tas žmogus užsidaro ir nebekalba. Taigi tikrai, žmogaus kančia ir atsiradusios mintys apie savižudybę ir savižudybės rizika ir vėliau priimtas sprendimas nutraukti savo gyvybę visiškai neturi tiesioginio ryšio su tuo, kokį žmogų mes matome visuomenėje. Ką kalbėjo režisierius apie socialinius ir psichologinius veiksnius, tai sakyčiau, kad jie yra labai persipynę. Viena vertus nemažai žmonių yra patyrę tam tikras psichologines traumas gyvenime, negavę laiku pagalbos ir ta trauma trukdo žmogui gerai jaustis. Vienišumas, neturėjimas paramos, palaikymo, nesijautimas, kad priklausai grupei, pastiprina tą vienišumo jausmą, pastiprina kančios jausmą ir tai gali būti labai labai stiprūs veiksniai, todėl net tada, kai žmogus jums atrodo labai labai sėkmingas, atrodo toks, kuriuo jūs norėtumėte sekti, kai jis pasako, kad pavargo, kad jis nebenori gyventi, kad niekas nebeturi prasmės, reikia visada suteikti žmogui galimybę pasipasakoti.

dr. Vaiva Klimaitė:

Dar pridursiu, kad yra labai daug pavojaus tame. Išorė ir vidus skiriasi. Žmogus gyvena sėkmingą gyvenimą, o viduje jis kažką kenčia. Ir tai tampa pavojinga, kai labiau vertinama ta išorė, ir tai suprantama, nes, žinoma, visuomenėje išorė labiau pastebima negu vidus. Bet kai žmogus užsimena, kad jaučiuosi blogai, tai dažniausiai susiduria su reakcija, kai sakoma, tai tu palauk, pasižiūrėk į savo sėkmingą gyvenimą. Ir tada aš ir susiduriu su tuo žmogumi po jo mėginimo nusižudyti. Tai tampa pavojinga. Ir kas labai svarbu, tai reaguoti, kad ir į mažus dalykus ir nebandyti išsisukti su tokiu „aš čia nenoriu kalbėti apie savižudybę, tai aš pasakysiu, žinok, tau viskas gerai..“ ir būsiu ramus, kad padėjau, o iš tikro tai ne. Turime būti dėmesingi vieni kitiems.

Akavickaitė:

Norėčiau paprašyti Rimanto Misevičiaus, norėtusi užbaigti šilta nata, norėčiau, kad jūs palinkėtumėte žiūrovams.

Savižudybių prevencijos biuro vyriausiasis specialistas Rimantas Misevičius:

Noriu padėkoti kūrybinei komandai, džiaugiuos, kad pagaliau ekrane pasirodė tai, kas „įgarsinta lietuviškai“, kas nėra dokumentika, kas nėra koks mokomasis rizikos ženklų atpažinimo filmukas. Bet dar ką pastebėjau, veiksmai vyksta Vilniuje, kūrėjai filmo yra vilniečiai, dabar čia esame susirinkę, galbūt ne visi vilniečiai, bet Vilniuje, tai labai trokštu, linkiu rutininio rodymo platesnei Lietuvos auditorijai, ypač regionams, nes mes čia dabar esame keletas specialistų susirinkę vienoje vietoje Vilniuje – tai nėra nuostabu, bet labai to linkėčiau ir kitiems regionams, kad ir kitose vietose rodant būtų tiek savižudybių prevencijos specialistų vienoje vietoje. Filme tiek parodyta pagalba, ir parodyta kaip jos nereikia teikti. Tai iš tiesų du dalykai – pirmas - šį filmą reikia žiūrėti specialistams, prisiminti savo žmogiškumą, ir pas juos besikreipiančių žmogiškumą, bet filmas yra ir visiems kitiems, kad reikia iš tikrųjų kreiptis tos pagalbos ir savo artimiausiam ne tik pasakyti „tu nueik“ ar panašiai, bet išties globoti, rūpintis, „kaip tau?“, „ar jautiesi išgirstas?“, „ar iš tikrųjų tau padeda?“, todėl visų prašykite, kvieskite, raginkite kreiptis pagalbos. Bet taip pat ir palydėkite, taip pat ir po to, kai kreipėsi, nepalikite, galvodami, kad jau viskas, pabaiga, dabar viskas bus gerai. Tai ta proga noriu pasakyti, kad startavo puslapis TUESI.lt., kuriame visa glausta informacija apie pagalbos galimybes ypač toliau nuo Vilniaus esantiems tiek žmonėms, kurie yra krizėje, tiek jų artimiesiems, tiek specialistams, viskas vienoje vietoje. Todėl raginkite, prašykite, motyvuokite kreiptis. Filmą skatina pokalbiui ir naudingas ne tik paprastam žiūrovui, bet ir tikriems psichikos sveikatos specialistams, nes epizodai, kuriuose Gediminas ieško pagalbos, subtiliai parodo, kaip iš tiesų jos negalima teikti. Linkiu, kad tokie pokalbiai su šiuo filmu taptų rutina rodant filmą visoje Lietuvoje, regionuose.

Akavickaitė:

Jeigu po filmo kilo kokių minčių, galite kalbinti mūsų specialistus jau dabar.

2019.04.15

ANTRA PREMĖRA (VILNIUS, SKALVIJA)

Po filmo pokalbyje su žiūrovais dalyvavo filmo idėjos bendraautorė ir prodiuserė Viktorija Akavickaitė, psichologas doc. dr. Paulius Skruibis bei pagrindinio vaidmens atlikėjas, aktorius Šarūnas Zenkevičius.

Viktorija Akavickaitė:

Ar judame teisinga linkme, ar ta stigma yra mažinama, ar menas gali padėti?

Paulius Skruibis:

Be abejo gali. Palyginus su tuo, kas buvo prieš 5 metus, jaučiamas didelis pokytis. tas pokytis labai jaučiasi dirbant psichologo darbą, kad iš tikrųjų labai daug žmonių atviriau kalba apie emocinę sveikatą, savižudybes, daugiau tokio nedramatizuojančio kalbėjimo, kaip žmonės išgyvena, kas jiems padeda, kas ne.

Akavickaitė:

Kiek žinau, konsultuojate artimuosius netekusius artimųjų. Kaip manai, kas labiausiai galėtų padėti tuo metu, kai žmogus netenka artimojo.

Skruibis:

Na nėra vieno atsakymo ir tai matosi šiame filme, kad skirtingi dalykai žmonėms padeda. Kažkam gerai būti grupėje, kažkam visai negerai grupėje, kažkam gerai kalbėtis su psichologu, kažkas randa palaikymo iš pokalbio su kunigu ar skaitydamas knygą, žiūrėdamas filmą. Svarbiausia, kad žmogus iš viso to rastų kažkokių minčių, atjautos, kad taptų įmanoma kalbėti su kuo nors tokia tema tau tinkamu būdu ir forma.

Akavickaitė:

Šarūno noriu paklausti, kaip tu jauteisi kurdamas personažą, kuris patyrė begalę jausmų?

Šarūnas Zenkevičius:

Procesas buvo ilgas. Labai daug laiko praleidom repeticijose prie pačių sunkiausių filmo scenų – tai būtent scena su psichiatru ir su artimaisiais, jas vaidinti tikrai sudėtinga, norisi išvengti tokių scenų, nes repetuoti jas šimtu procentų yra sunku, tai kainuoja sveikatos.. nes nori nenori repetuodamas tu nugrimzti į tas būsenas, kurias išgyvena personažas. Man gyvenime norisi vengti, nes esu turėjęs panašių personažų. Tuo pačiu dėl tų repeticijų aikštelėje jaučiausi gerai, pasiruošęs filmavimui. Jaučiausi, kad manimi pasitiki Jokūbas.

Akavickaitė:

Noriu pakalbėti apie aplinkinių žmonių reakcijas. Filme matėme personažą taksi automobilyje, kuriam buvo sunku kalbėtis su mūsų herojumi, kai jisai paminėjo, kad jo draugė nusižudė prieš dvi savaites. Ir iš tiesų, kartais išgirdę mes nežinome, kaip reaguoti, kaip paguosti tą žmogų, ką jam pasakyti. Pauliau, kaip reikėtų reaguoti tokiais atvejais? Kaip elgtis, ar guosti, ar klausti, kaip jaučiasi tas žmogus?

Skruibis:

Tokiame pokalbyje dalyvauja du žmonės. Filme matome epizodus pas psichologę, psichiatrą ir grupėje artimiems, kuriuose herojus vis kitoks, su kitais jausmais. Todėl ne tik nuo to, kaip mes paklausime, kaip kalbėsime, priklausom, bet ir žmogus išgyvena skirtingus jausmus skirtingu metu. Aišku, kad mus gąsdina, nes tai nėra tas pokalbis, kurio nesinori vengti, nes kai žmogus išgyvena didelę netektį, tikrai nežinai, ko čia klausti, ką sakyti, ko nesakyti.

Šarūnas:

Aš norėčiau paklausti. Filmo personažas išgyvena skirtingas jausmų stadijas. Iš pradžių jam sunku priimti tą informaciją, kad tai iš tiesų įvyko, po to pas psichologę jis išgyvena gedėjimo etapą, po to jis išgyvena tarsi savirefleksijos etapą, kai bando suvokti, kas atsitiko,

kame yra jo kaltė, jis kaltina save, Tada jis išgyvena paskutiniąją dalį, kai jis jau kaltina ne save, o tą nusižudžiusį žmogų. Tai ryškūs etapai. Klausimas būtų toks, kiek šios stadijos teisingos – gedėjimas, savęs kaltinimas ir kaltinimas tam, kuris taip pasielgė.

Skrubis:

Galvojant apie tą žmogų, kuris kalbasi su netektį išgyvenusiu, jeigu aš esu jo vietoje, man irgi lengviau pasakyti, ko nedaryti, negu ką daryti. Nekaltink savęs, nepyk ant savęs, neliūdėk – visa tai daugybę kartų iš žmonių girdime, bet kaip gi aš galiu taip nedaryti, jeigu aš taip jaučiu? Todėl tie etapai yra natūralūs, ir ne tik etapai.. tai keičiasi, kažkuriuo momentu labai liūdna, kažkuriuo jautiesi kaltas, kažkuriuo pyksti. Taip jau yra. Ir jeigu aš pasiruošęs tai išgirsti ir nesakyti, kad „žinai, tu neliūdėk, viskas bus gerai“, arba „nepyk, nėra ant ko pykti ir nekaltink savęs“, to tiesiog neišeina padaryti. O tą sudėtingumą aš prisiminiau šitoj vietoj vieną merginą, kurios artimasis nusižudė, man įstrigusi ši jos istorija, ji pati viešai tai papasakojusi, tai nėra kokias paslaptis. Ji pasakojo, kad jos draugės net nepasiteiravo, neklausė, kaip ji jaučiasi po artimojo savižudybės, ir ji ant jų dėl to pyko. Kol galiausiai ji pati kreipėsi į jas sakydama, kad nori apie tai kalbėti. Kai draugės pradėjo jos klausti, bandė kalbėtis, tuomet ji pati susierzino, kodėl draugės čia dabar klausinėja, ji nenorėjo kalbėtis.

Todėl sudėtingumas ir yra, kad dažnai žmogus išgyvena daug stiprių ir prieštaringų jausmų. Ir rodos, yra kažkoks teisingas variantas – kalbėti, nekalbėti, klausti, neklausti – tu niekada negali žinoti, ar tu pataikysi ar ne su bandymais prakalbinti. Todėl svarbiausia man atrodo yra intencija būti šalia žmogaus, bandyti su juo kalbėtis, dažnas stereotipas, kad jeigu aš jam pradėsiu kalbėti apie tai, kas įvyko, aš jam priminsiu... tai būkite tikri, kad tas žmogus, kuris neteko artimojo dėl savižudybės, jį kiekvieną dieną apie tai galvoja ir jūs niekaip jam nepriminsite, nes kiekvieną dieną tame. Todėl čia yra daugiau, kiek aš pasiruošęs priimti tą reakciją – jeigu žmogus pradės verksti, tai nereiškia, kad aš kažką blogo pasakiau, tai reiškia, kad jam labai liūdna, ir jeigu jis supyksta ant manęs, tai nereiškia, kad aš kažką blogo padariau, tiesiog jam toje situacijoje labai pikta. Todėl jeigu mes nebijosisime tos temos liesti, nebijosisime reakcijų ir su geranoriškumu į tai eisime, tai ir bus ta pagalba.

Žiūrovo klausimas:

Norėčiau paklausti jūsų, kaip specialisto dėl filmo. Jeigu žmonės yra išgyvenę tokią situaciją, gedi arba ligoninėje, arba ruošiasi tokiam žingsniui.. ar tokiems žmonėms tokio filmo rodymas gali turėti kokį poveikį, terapinį ar tai jiems galėtų būti kaip koks pokalbis su terapeutu?

Skrubis:

Šis filmas gali būti naudingas ir turėti poveikį būtent pokalbio pradžiai, kaip skatinantis dialogą, mintis. O šiaip negali žinoti, kokį poveikį gali turėti filmas, koks tas poveikis..

Žiūrovo klausimas:

Kodėl savižudžius filme ir kitur juos vadina dezertyrais? Jeigu žmogus laisvas ir nori nusižudyti, kodėl jam visą laiką neleidžia? Ir policijos pajėgos ir t.t. visokiais būdais stengiasi gelbėti..Ir čia mergina bėgo gelbėto.. Kodėl visi galvoja, kad jie turi teisę trukdyti nusižudyti, jeigu žmogus tikrai to nori? Va tas man niekada nebuvo suprantama.

Skruibis:

Čia ir yra visas sudėtingumas dėl to, kad žmogus nori skirtingų ir prieštaringų dalykų ir labai arti tame pačiame laike. Vienas mano geras bičiulis ne iš Lietuvos išgėrė didelę dozę vaistų, nuo kurių nedaug šansų, kad išgyvensi ir jisai išgėrė tą dozę vaistų dėl to, kad tuo metu jautė, kad jo situacija beviltiška ir jis negali daugiau gyvenimo tęsti. Kai jis išgėrė tų vaistų, po kelių akimirų jis pagalvojo, kad jis nori gyventi ir išsikvietė greitąją pagalbą, važiavo į ligoninę ir norėjo, kad jį išgelbėtų. Man ši situacija yra apie tai, kad abu jo norai buvo tikri – ir vienas noras negyventi, ir kitas noras – gyventi. Ir todėl man atrodo, kad visų esančių aplinkui pareiga trukdyti tam, dėl to, kad labai retai tai yra racionaliai apgalvotas veiksmas viską pasvėrus ir panašiai. Kai žmogus tokioje gilioje emocinėje dramoje priima sprendimą, tai yra tik viena to noro pusė. Labai dažnai šalia yra priešinga to noro pusė. Ir tarkim, psichologinėje pagalboje mes neatkalbinėjame žmogaus „ne, tu to nedaryk“, aš bandau suprasti, kas žmogui taip skauda, kad jis nenori gyventi. Ir jeigu tas skausmas sumažėja, tai dažniausiai žmogus ir negalvoja apie tai. Todėl ta nuomonė, kad „jei žmogus apsisprendė, tai kam trukdyti“ yra klaidinga, nes jo norai priešaringi. Vieną akimirą jis nori mirti, o kitą jis jau nori gyventi.

Žiūrovo klausimas:

Na taip.. bet jeigu žmogus jau paskutinėje ligos stadijoje, jeigu jis nori numirti. Jeigu žmogus senas, jeigu tik kančią pratęsia, gydytojas neturi teisės jam nepadėti. O jeigu žmogus turėtų teisę nusižudyti, jei jis jau nieko nenori ir jam nebebus to gyvenimo daugiau, kodėl jam dar pratęsti? Papievio kažkuriame romane yra parašyta, kodėl reikia laikyti tame gyvenime per jėgą, kai jis nebemato prasmės?

Zenkevičius:

Man atrodo, kad jūsų klausimas apie eutanaziją yra visai kita tema. Filme ne apie tai. Filme nebuvo noro nusižudyti, herojus nesugeba spręsti situacijos ir įsikarščiaęs renkasi klaidingą kelią.

Skruibis:

Tą patį pasakyčiau, kad Lietuvoje 2018 įvyko apie 700 savižudybių ir didžioji jų dalis nėra apie tas situacijas, apie kurias JŪS minite (senatvė, ligos), jos yra apie kitką.. Ir aš pritariu jūsų nuomonei, žmogus turi tokią teisę, nieks to negali atimti. Kitas dalykas, kaip aš matau situaciją, jeigu aš matau galimybę, kad kažkuo galiu padėti, sumažinti skausmą, jeigu jam nuo

to pasikeis kažkas, manau, aš privalau bent pabandyti. O jeigu jis vis tiek nuspręs – „Ne, aš tikrai nenoriu gyventi...“ , aš niekaip negalėčiau net norėdamas jo sustabdyti. Bet labai dažnai tai yra apie tą jausmų prieštaringumą, kai pagalba dar yra įmanoma, kai šalia noro mirti yra noras gyventi.

Žiūrovo klausimas:

Kodėl katinas? Paskutinė scena...

Šarūnas:

Šuo tingus. O aš labai dirbu. Pavadinu jį katinu.

Žiūrovo klausimas:

Kodėl žmonės pyksta ant savižudžių, kad jie savanaudžiai? Nes filme merginos savižudybė palietė jos tėvus ir aplinkinius. Dėl to ir manoma, kad savižudžiai pakankamai savanaudiški, nes jie palieka žmones, palieka po savęs pakankamai didelę traumą kitiems. Labai dažnai jie nevilty nemato, negalvoja, kad turi artimuosius, kad palieka tam tikras žaizdas, skausmą. Dėl to daugeliui ir atrodo, kad jie savanaudiški, nes tas poveikis pakankamai didelis, kurį palieka.

Žiūrovo klausimas:

Bet gal tie artimieji kažkuria prasme ir pastūmėjo, na gal ne taip akivaizdžiai.

Zenkevičius:

Todėl reikia kalbėtis. tarpusavy.

Žiūrovo klausimas:

Geras filmas. Apie žmogaus vienišumą visuomenėje, sakyčiau. Šarūnai, kodėl tos visos intervencijos priemonės, nebuvo efektyvios ir kada filmo herojus nusprendė nusižudyti?

Zenkevičius:

Kodėl nebuvo efektyvios, sunku pasakyti. Galbūt dėl to, kad personažas nerado tinkamo žmogaus, nes manau, kad tinkamas psichologas ar psichiatras yra tinkamas, kai tu gali ir nori išsipasakoti, be to ir kitos aplinkybės, kuriose gyvena personažas, taip pat labai smukdančios. Jo naktinis darbas, skurdas. Manau, jis nerado tinkamo žmogaus, bet ar tai jam būtų padėję, aš nežinau. Jis labai vienišas ir ambicingas žmogus, turi gervę, bet neturi darbo, yra labai daug aplinkybių, savižudybė yra kaip paskutinis stiprus sudavimas iš kumščio į galvą.

Žiūrovo klausimas:

Jis visiškai vienišas.

Zenkevičius:

Taip, jis labai vienišas. O dėl pačio apsisprendimo momento.. gal filme nebuvo pavaizduota, bet manau, kad jis apsisprendžia būdamas toje paskutinėje scenoje su artimųjų grupe.

Žiūrovo klausimas:

Na yra viltis, kadangi Agnė jį išgelbėjo, kad mūsų visuomenėje kažkada susirinę bendrausime kitomis temomis, nes iš tikrųjų toks spendimas nėra racionalus, aš matau tiesiog, kad tas personažas yra visiškai vienas ir tie juodai balti filmo epizodai yra kraupūs, jis yra vienas kaip pirštas tas žmogus. Ačiū už gerą filmą.

Akavickaitė:

Norėčiau papildyti kolegas apie vienišumą ir apie specialistus. Filme matome, kad nepaisant to, kaip herojui buvo sunku, jisai ieškojo tos pagalbos – buvo pas psichologę, kuri jam pasiūlė nueiti pas vyrą psichiatrą, jis nueina ten, tuomet į artimųjų grupę... Mes darėme šį filmą su ta mintimi, kad panašių minčių turintys žmonės arba tokių artimieji pamatę šį filmą suprastų, kad yra daugiau žmonių, kurie panašiai jaučiasi, surastų kelią, nesijaustų vieniši. Dar norėčiau papildyti tą tunelinio matymo aspektą, nes tas laiko momentas, kai žmogus nori nusižudyti yra pakankamai trumpas, ir jeigu tuo metu atsirastų bent vienas žmogus, kuris pasakytų šiltą žodį arba pasisveikintų, arba paklaustų, kaip jis jaučiasi, tai galėtų padėti. Šiame filme tai buvo šūvis, kuris jį šiek tiek supurtė.. o gyvenime mes galime labai daug padaryti, jei tik pamatysime šalia mūsų esančius. Taip pat dažna problema yra ta, kad kaip ir filmo personažas pas specialistus žmonės nueina po vieną kartą.

2019.04.19

TREČIA PREMJERA (KAUNAS, ROMUVA)

Po filmo pokalbyje su žiūrovais dalyvavo prof. Nida Žemaitienė, psichologė-psichoterapeutė Aušra Norė, filmo idėjos bendraautorė ir prodiuserė Viktorija Akavickaitė.

Prof. Nida Žemaitienė:

Mūsų pastangos duoda rezultatus, tokia aktyvi savižudybių prevencija vyksta kokius keturis metus ir per pastaruosius trejus metus savižudybių skaičius Lietuvoje sumažėjo 20%. Tai reiškia, kad galima užkirsti. Filme matome, kad tai atsitiktinumas. Man įdomu, ką jūs manote apie tą seną ligotą, vienišą žmogų, ar suklydote, kai jis kalbėjo apie šerną, kuris jį nuneštų velniop ir viskas pasibaigtų. Tai ženklas, aiški užuomina. Jeigu nepaklausime, tai ir neišgirsime. Tokių ženklų labai daug išsakė ir Gediminas. Jis ieškojo būdų išsikalbėti, pasakyti. Bet ne visi mes galim girdėti ir mes nesam kalti, nes tu tiesiog apie tai neskaitei, tau niekas nepasakojo. Vienas iš ženklų jo emocijose savižudybių, jį slegia didžiulis skausmas, neviltis, vienatvė, jis yra artimasis žmogaus, kuris nusižudė. Šiuo metu atliekame tyrimą, eilę interviu su nusižudžiusių artimaisiais ir girdime labai tą patį – tas skausmas, kaltė, prieštaringi jausmai, didžiulis pyktis, kuris eina kartu su netektimi, o šiaip jau pyktis yra skausmo variklis, nes neišreikštas pyktis tampa nepakeliamu skausmu. Ir kuo tu labiau jautiesi bejėgis, pyktis visada tokia emocija, kuri yra kryptinga, mes nepykstam šiaip sau, mes randame objektą,

paprastai silpnesnį už save, galų gale universalus objektas yra seimas, valdžia. Ir kai tu jautiesi visiškai bejėgis, negalintis niekaip pakeisti situacijos, tas pyktis kartais ima ir pakeičia kryptį, sunaikinti tą, kuris kenčia...nebekentėti, pailsėti nuo skausmo.. Būtent šita dinamika buvo puikiai atskleista šiame filme. Taip pat labai aiškiai pamatome, kaip svarbu, kad būtų tu, kurie girdi, kad būtų tu, kurie pamato. Ir niekada nebus, kad tie ženklai būtų taip lengvai matomi lyg užrašyti ant popieriaus, kuriuos aiškiai perskaitytum ir žinotum. Tai gali būti užuominos, stebint tai, kuo žmogus domisi, tarkim pradeda domėtis mirties tema ar klausytis tik liūdnos muzikos. Arba labai pasikeitė jo elgesys, taip, kas jam nebuvo būdinga, pavyzdžiui pradėjo rūkyti, vartoti alkoholį ar atvirkščiai nustoja domėtis. Visi šie signalai yra pretekstas pasidomėti, o kas už viso to. Kaip paprastai elgiamės, kai matome, kad su žmogumi nelabai gerai ir žinom, kad jis turi sunkumų, kurie jį slegia? Kaip paprastai mes su juo elgiamės? Ką sakom tokiam?

Žiūrovo komentaras:

Apie 1983 m. turėjau draugą, kuris bandė su kalašnikovu nusižudyti Afganistane. Kai jam neiššovė šovinys, aš jam patariau šauti dar kartą. Bet draugas jau buvo persigalvojęs. Vėliau pats bandžiau žudyti, bet taip pat persigalvojau ir tiksliai prisimenu, kad tas noras mane buvo užvaldęs apie 10 minučių. Apie ką aš galvojau tuo metu? Su žmona auginom dvi nepilnametes dukras, bet nė velnio aš negalvojau tuo momentu nei apie vaikus, nei apie žmoną. Aš galvojau tik apie save nors buvau visai blaivas. Pradėjau ieškoti atsakymų, kodėl norėjau nusižudyti, pradėjau savanoriauti ir atsakymą gavau būtent savanorystėje, kuri užpildė mane gyvenimo prasme.

Žemaitienė:

Afganistanas tai sukrėtimas, tai trauma, potrauminis stresas, kurį bandėte malšinti alkoholiu, tai vienintelė klinikinėje diagnostikoje pripažinta liga, kurią lemia ne vidiniai sutrikimai, o išoriniai įvykiai gali taip traumuoti, kad žmogus tampa nebepajėgus prisitaikyti gyventi ramiai ir sveikai. Bet jūs visą laiką ieškojote ir aiškinotės, nors ir klupdamas ėjote toliau, savanoriavote. Blogiausia yra sustoti, tada tu liksi pragare. Ačiū, kad pasidalinote. Dabar dėl to tunelio ir egoizmo. Meilė – stipri emocija ir įsimylėję nebūname labai racionalūs. Bet tai yra teigiamos emocijos, malonios. Bet jeigu jausmai slegiantys, jie taip pat labai stiprūs. Ir slegiami skausmo mes pakliūvame į tą tunelinį mąstymą, į tą tunelį, kai nebematome nieko kito tik savo skausmą ir esame koncentruoti tik į save, bet tai nėra egoizmas, tai yra skausmo darbas, jis taip veikia. Ir tada tu nematai nei savo vaikų, nei ateities, nieko. Toje akimirkoje.. tai yra tik akimirka, nes jeigu kas nors ištiesia ranką, jeigu kažkas pamato, jeigu kažkas paklausia, jau yra galimybė užsikabinti už gyvenimo. Kai išgirstam, kad kažkas yra slegiamas sunkių jausmų ir įtariame, kad gali galvoti apie savižudybę, mus natūraliai apima baimė. Nes jeigu paklausi ir išgirsi teigiamą atsakymą, su tuo reikės kažką daryti. Ir galvoji, kad nežinosi, ką. Jeigu aš ateinu

ir duodu tokius aiškius ženklus kaip Gediminas, o jūs man siūlote nueiti į prasiblaškyti į kiną ar pasivaikščioti, kokią tuomet žinutę jūs man duodate? Jūs siūlote man ateiti tuomet, kai aš pralinksmešiu. Apie gerus dalykus aš su tavimi galiu kalbėti, o apie tavo skausmą aš bijau arba nenoriu arba nežinau, ką pasakyti. Todėl aš kartais rekomenduoju tokį trijų dalių klausimą – I dalis – „aš pastebėjau, kad tu pastaruoju metu nesavas, kad pradėjai daug išgėrinėti ar rūkyti, arba piktas koks tapai“

II dalis „man labai rūpi, kas su tavimi darosi, kas vyksta, ką tu galvoji, ką tu jauti?“ ir tuomet jeigu žmogus pradeda pasakoti apie slegiančius jausmus,

III dalis tada jau gali tiesiai šviesiai paklausti - klausyk, o tu čia viską tamsiai taip paišai, ar apie savižudybę negalvoji?? Ir jeigu aš esu ten, tai aš pamatysiu, kad šitas žmogus mato, kur aš atsidūriau. Man pačiai baisu ten būti, aš nematau išeities, bet su juo aš bent galiu kalbėti. Ir tai yra užsikabinimas, nes patys svarbiausi žmonės esame mes todėl nebijoti klausti yra labai svarbu.

Žiūrovo klausimas:

Kodėl norite kalbėti būtent šia tema, o ne apie gerves ar panašiai?

Tūras:

Dalinai į tai atsako filmas ir Gediminas. Be to aš turiu nemažai pažįstamų, kurie pasirinko tokį kelią. Aš galvojau apie tą jų pasirinkimą apie 20 metų, skirtingų žmonių ir tai, ką supykęs ištransliuoja Gediminas yra savotiškas toks ir mano požiūris. Aišku, jis gana radikalus, bet suprantamas, iš pradžių jis apkaltina save, o po to tą, kuri jį paliko. Kuri išdavė gyvenimą, nekovojo, kad ir kaip sunku būtų. Esminė užslėpta šio filmo žinutė yra tas stebuklas, kurį jis mini.. yra būtent kontakto blykstelėjimas ir pastovus ėjimas, judesys. Nes visų savipagalbos grupių, apsilankymų pas specialistus esmė, kad neužtenka vieno karto. O dažniausiai žmogus turintis problemą bijo ją atskleisti, ateina vieną kartą, dėl įvairiausių dažniausiai nepagrįstų priežasčių nusivilia specialistu ar grupe ir problema išlieka neverbalizuota. Tai tas stebuklas ir yra – ar tas žmogus ateis antrą, trečią, ketvirtą kartą... kaip prisiversti eiti 90 dienų kasdien į grupę. Stebuklas. Kad Gediminas pas skirtingus specialistus apsilanko tik po vieną kartą. Gediminas skuba, bijo, kad persigalvos. Galbūt užtektų telefono skambučio, kad įvyktų tas Gedimino minimas stebuklas.

Žemaitienė:

Apie tuos dezertyrus dar noriu pasakyti.. Man teko ne vieną kartą bendrauti su tokiais žmonėmis esančiais ant tokių ribų, kaip Gediminas, esančiais ant slenksčio, domėtis nusizudžiusiųjų laiškais.. ir visumoje moksle savižudybė nevertinama kaip pabėgimas... savižudybė vertinama kaip pagalbos šauksmas, kai tu daugiau nebegali, kai tu nebepajėgus sau padėti, kai tau visko yra per daug, kai tu tiesiog palūžti. Bet net ir tai, kad laišakai rašomi, rodo,

kad visada yra viltis ir balansavimas – noras gyventi ir nebegalėjimas pakelti to, ką tu išgyveni. Ir kai mes kalbame apie tuos dezertyrus, aš dažnai galvoju, kad kai jie būna tokioje akimirkoje, kaip ir Gediminas ant kėdės, jie nėra pajėgūs ieškoti pagalbos. O pagalba turi ateiti.. štai čia yra labai svarbu, pagalba yra proaktyvi, nes kartais gali būti sunku pasimaišyti net cukrų kavos puodelyje, tu nebeturi jėgų gyventi tuo metu ir štai tada tas kitas žmogus, kuris atėjo, kuriam parūpo, kuris paklausė, kuris kartu su tavimi nuėjo pas specialistą, kuris galų gale užregistravo, kuris parodė kelią, kuris pasakė ei, klausyk, išbandom ne tik tą, bet antrą, trečią kelią, verta dėl to, , aš būsiu kartu, aš padėsiu tau susisiekti. Tai yra esminis dalykas. Žinot, aš nesmerkiu dezertyrų, aš tik gailiuosi, kad mes jų nespėjome išgirsti.

Žiūrovo klausimas:

Kodėl filmo pavadinimas Senas šautuvas, man užkliuvo. Pretenzingas.

Tūras:

Daug galvojome. Buvo daug variantų. Norėjau priminti ir senąjį prancūzišką filmą ir tuo pačiu šautuvas yra pagrindinė filmo jungtis, simbolis, kuris skirtas žudyti, o šiuo atveju išgelbėja gyvybę. Sutinku, kad gana lėkštas, bet pasilikome prie šito.

Aušra Norė (kuri Kaune veda grupes nusižudžiusių artimiesiems):

Trys nemokamos konsultacijos Kaune. Taip pat turime grupę artimiems (Gedimino 42, 203 kab.). Pirmus mėnesius, gal net pusę metų reikia tiesiog išgyventi. Viena dalyvė prarado tėvą, kai jai buvo 4 metukai, bet ji tai suvokė būdama tik dvidešimties.

Žemaitienė:

Nepaprastai džiaugiuosi, kad sukūrėte tokį filmą, kuris tikrai atveria ir skatina diskutuoti. Gražių prisikėlimo švenčių, Su Šv. Velykom!

2019.04.23 d.

KETVIRTA PREMJERA (VILNIUS, SKALVIJA)

Po filmo pokalbyje su žiūrovais dalyvavo dr. Odeta Geležėlytė, filmo idėjos bendraautorė ir prodiuserė Viktorija Akavickaitė.

Akavickaitė :

Pasidalinkite pirmuoju, šviežiausiu įspūdžiu apie filmą.

Dr. Odeta Geležėlytė:

Visada po tokių paliečiančių filmų būna nelengva sudėlioti visas mintis, bet pirmiausia toks emocinis įspūdis, šito filmo svoris, tikrai daug istorijų teko girdėti žmonių, tai turbūt visi jie pabudo per šitą herojų, tai tos savijautos svoris po artimojo savižudybės tikrai buvo labai juntamas šiame filme ir manau, padeda kitiems suprasti neturėjusiems tos patirties, kaip tai yra sunku ir kaip mus visus gali paliesti tokios patirtys iš bet kurios šio reiškinių perspektyvos – ar patyrus artimojo savižudybę, ar pačiam turint minčių apie savižudybę, ar vieną dieną gali tekti

visai netikėtai gelbėti žmogų, kuris bando žudyti ar galvoja apie tai. Stiprus įspūdis, Labai malonu buvo matyti, kiek ir kaip tas herojus bandė kabintis į įvairius tuos pagalbos būdus.. Be galo yra sunku, gedulas yra dalykas labai sunkus ir ilgas. Tai aš tikiuosi, kad tai, kas toliau ten vystysis, jam tas skausmas susigulės. Norėčiau padėkoti už drąsą. Šiom temom nėra lengva kalbėti ir nėra lengva imtis apie tai kalbėti, nes reikia mokėti apie tai kalbėti. Tai yra tema, apie kurią negalima kalbėti bet kaip. Tokie pirmi įspūdžiai.

Akavickaitė :

Kadangi Jūs rašėte savo darbą apie „Gedulą po artimojo savižudybės“, norėtuši paklausti, kokie tie būdai, kaip išgyventi po artimojo savižudybės.

Geležėlytė:

Gedulas yra natūralus procesas, mes nė vienas be šito nepraeisime gyvenimo. Iš pokalbių matome, kad dalius žmonių tiesiog lengviau susitaiko, mėgstam sakyti, kad laikas gydo... Ne laikas gydo, o ką mes nudirbam to laiko metu, visos tos mintys, mūsų ašaros - tai yra mūsų darbas, bandymas susitaikyti su ta skaudžia netektimi. Bet jeigu yra jausmas, kad susitaikyti per sunku arba trūksta palaikymo arba kažkas užstrigo, labai džiaugiuosi, kad yra šis filmas, nes tuo atveju yra psichologinė pagalba – specialistai įvairūs, grupės artimiems. Kartais būna, kad trumpam reikalinga psichiatrinė pagalba, pvz., jei žmogus nemiega. Labai džiaugiuos, kad filme šmėkštelėjo asociacijos Artimiems logotipas. Prieš keletą metų Lietuvoje įsikūrė ši asociacija Artimiems vienijanti žmones netekusių artimųjų dėl savižudybės. Ir šiame filme matėte epizodą iš susitikimo tokioje Savitarpio pagalbos grupėje. Ši asociacija įvairiuose Lietuvos miestuose organizuoja tokias grupes, įvairius projektus, susitikimus. Pavyzdžiui Vilniuje mano žiniomis šiemet suteikiama 10 nemokamų konsultacijų pas specialistą dirbantį šioje srityje. Pati dalyvauju šiame projekte ir tikrai turiu tokių malonių patirčių iš žmonių, kad tai tikrai padeda. Kartais užtenka ir vienos konsultacijos. Gedulas po savižudybės turi įvairioms netektims būdingų bruožų. Tai yra netektis, bet tai yra iš vienos pusės ir sunkesnė netektis. Ir filme matėme tą atstūmimo jausmą, tą pyktį, mes turime visokių klaidingų įsitikinimų, kurie lydi artimuosius, kaltės jausmas be išimties kiekvienam, nuolatiniai klausimai, ko aš nepadariau, ką blogai padariau ir pan. tai kartais tiesiog reikia specialisto, kad padėtų susidėlioti ir suprasti bendresnę paveikslą, ką aš iš tikrųjų galėjau padaryti, ko - ne. Tai apibendrinu tai, kas ir buvo parodyta filme.

Akavickaitė :

Dažnai artimieji bijo, gėdinasi kitiems pasakyti, kad mano artimasis nusižudė. Ar tai keičiasi?

Geležėlytė:

Na norėtuši sakyti, kad viskas, ką darome, turbūt girdėjote apie knygą „Be pavadinimo“. Drįstu manyti, kad ta nuostata keičiasi.

Akavickaitė :

Pasirodę keli filmai vienu metu rodo, kad visiems rūpi ši tema. Ar jūsų manymu menas - kad ir koks jis bebūtų kinas, teatras ar muzika - gali kaip nors įtakoti, kad ši problema būtų sprendžiama ar bent jau judėtų ta linkme, kad žmonės kurie neteko ar galvoja apie savižudybę, matytų, kad jie nėra vieniši, ne tik jie gyvena su šiuo skausmu?

Geleželytė:

Vienareikšmiškai – tai yra būdas, kuriuo mes galime pasiekti turbūt daugiausia žmonių, priklausomai nuo to, kas kam patinka. Žmonės labai ieško informacijos šia tema, todėl man atrodo, kad tuos, kuriuos ta tema liečia, jiems įdomu, jie nori matyti, jie nori geriau suprasti. Tai čia yra būdas, ypač aš dar pridėčiau atsakingas menas, nes mes žinom, kaip atsakingai reikia ta tema kalbėti ar tai būtų literatūra, ar tai būtų kinas.

Akavickaitė :

Gal prieš pusantrų metų priimtas įstatymas, kad negalima antraštėse minėti savižudybės būdų, kad netrikdytų žmonių, kurie galbūt svarsto apie savižudybę, kurie yra rizikos grupėje. Mano manymu medijos turi įtaką ir šia prasme ir net savižudybės romantizavimo, kai prarandame kokį žymų žmogų ir ne tik, po kurio vėl seka eilė savižudybių, Verterio efektas ir pan.

Geleželytė:

Taip iš tiesų žiniasklaida gali turėti didelės įtakos ir dėl Verterio efekto, kai netinkamai, romantizuojant pateikiamas faktas. Žiniasklaida turi ir gerąjį Papageno efektas apie gerus pavyzdžius apie žmones, kuriems padėjo, kurie išsigelbėjo.

Akavickaitė :

Ką mes galėtume padaryti, jei pastebėtume žmogų ar jo ženklus, kuriuos siunčia galimai turintis negerų minčių.

Geleželytė:

Svarbu neturėti nuostatų, kad būtent šis žmogus tikrai negali turėti tokių minčių. Jei tik kyla įtarimas, reikia drąsiai klausti, nebijant to žodžio. Žmogui tikrai nuo to palengvėja, nes jis supranta, kad su jumis galima apie tai kalbėti, išklaudyti, ir galvoti, pas kurį specialistą kreiptis. Vis daugiau tų pasirinkimų sudėtų į vieną vietą, tuesi.lt. Nes dabar specialistai priima tą pačią dieną. Kalbėtis su tuo žmogumi. Pokalbis gali išgelbėti. Konferencijoje Johny Benjamin ir Neilas iš UK, jis užkalbino Johny stovintį ant tilto, pasiūlė kavos ir jie tapo draugais. Svarbiausia, kad tuo metu žmogus liktų gyvas, o vėliau yra tikimybė, kad jis pats kabinsis į gyvenimą.

Žiūrovo klausimas:

Jeigu kreipiasi žmogus su mintimis, kalbomis apie savižudybę, Ar yra būdas atskirti, ar tai rimti ketinimai ar tai manipuliacija?

Geležėlytė:

Sakyčiau visada priklausu, kas užduoda klausimą. Bet kai mes kalbame su plačia auditorija, jūsų tikslas nėra atskirti ar tai rimta, ar ne. Jūsų tikslas reaguoti rimtai visada. Nes jūs nežinote, apie ką čia yra. Reikia įgyvendinti visus jau minėtus žingsnelius, kalbėtis, klausti ir tartis, kur žmogus galėtų kreiptis. Labai svarbu nenuleisti juokais. Jokiu būdu neskatinti, nerodyti abejingumo. O tada kai sutariama kreiptis, tai jau yra specialisto užduotis su tuo žmogumi kalbėtis ir žiūrėti, apie ką čia tos jo mintys yra. Į visa tai yra svarbu reaguoti rimtai. Visą laiką, nes mes nežinome, kokioje iš tiesų būsenoje yra žmogus.

Žiūrovo klausimas:

O jeigu žmogus duoda užuominą apie savižudybę, o po to norint su juo pasikalbėti šia tema jis nenori, nereaguoja į tai, ar tuomet reikia kreiptis į specialistus, kad jie su juo bendrautų?

Geležėlytė:

Mes galime siūlyti rūpestį, kažkokią savo pagalbą, bet mes sakome taip – mes ištiesiame ranką – žmogus turi bent ją paimti. Todėl tai irgi yra dalis paties žmogaus sprendimo, jeigu jis atsisakys, jeigu jis nenorės, kiekvienas atvejis yra kažkuo unikalus, konkrečiu atveju geriau pasitarti su specialistu. Nueiti tarkim pas psichologą ir sakyti – turiu atvejį.. ir detaliai papasakoti, ir iš aplinkos, kas galėtų padėti.. ne tai, kad visiems papasakoti, bet būtent tiems, kas galėtų būti kartu, kad tiesiog nelikti vieniems, stengtis neatstumti žmogaus.

Akavickaitė :

Labai svarbu pastebėti tuos žmones, rūpintis savimi. Ačiū Odetai.

Geležėlytė:

Ačiū už tokį atsakingą temos pateikimą.

2019.04.29 d.

PENKTA PREMJERA (VILNIUS, SKALVIJA)

Po filmo pokalbyje su žiūrovais dalyvavo psichikos sveikatos specialistė, VU Medicinos fakulteto doktorantė, SafeTalk mokytoja Viktorija Andreikėnaitė, filmo idėjos bendraautorė ir prodiuserė Viktorija Akavickaitė bei pagrindinio vaidmens atlikėjas, aktorius Šarūnas Zenkevičius.

Viktorija Akavickaitė:

Pasidalink ne pirmuoju, o jau antruoju įspūdžiu.

Andreikėnaitė:

Pati aš susidūrusi su savižudybe, mano tėtis prieš 15 metų nusižudė.

Akavickaitė:

Šarūnai, kaip tavo manymu, dabar jaučiasi Gediminas?

Šarūnas Zenkevičius:

Filmas finale palieka klausimą, kur tas miškas, namas, šuo, kur ir kada tas malkų kapojimas vyksta. Bet ar jis gyvena su šuniu, ar su ta mergina, kuri jį išgelbėjo, aš nežinau, bet manau, kad Gediminui viskas gerai. Bent jau norėčiau tikėti.

Akavickaitė:

Ar gali pasidalinti, kas buvo sunkiausia įkūnijant personažą?

Zenkevičius:

Visų pirma man turbūt kaip žmogui labai pasisekė, nes aš neturiu tokios netekties patirties. Nesu susidūręs su artimo savižudybe, nors mano aplinkoje yra nusižudžiusių daug pažįstamų ir bičiulių, bet jie nebuvo giminaičiai. Todėl man visą krūvį, tą tragediją reikėjo atsinešti, sukurti iš scenarijaus, iš artimų žmonių pasakojimų iš kitų gyvenimų. Sunkiausias buvo tas vidinis krūvis. bet ačiū Jokūbui, kad tas sunkiausias, ilgas scenas ilgai repetavom, daug šnekėjom, gilinomės į to žmogaus Gedimino būsenas, išgyvenimus, į jo būvį. Tą būvį atsinešti į aikštelę. Nes aikštelėje yra daug naujų dėmenų, duotybių, kaip galvą pasukti, kur ranką padėti ir nepamiršti tai pakartoti kitame kadre, visa tai yra pakankamai lengva palyginus su tuo krūvio išlaikymu per visą procesą.

Akavickaitė:

Pati filmo idėja kalbėti apie stigmą. Ką mes galime padaryti?

Andreikėnaitė:

Tu paklausei, kaip pastebėti, ką pastebėti ir kaip atpažinti ir ką galima būtų padaryti?

Tai iš tikrųjų šioje temoje yra viltis ta, kad iš tikrųjų galima pastebėti tą riziką, nes mokslas rodo, kad impulsyvių savižudybių iš viso beveik nėra. Pats aktas nusižudymo gali būti impulsyvus ir gali žmogus išgėręs tai padaryti, bet iš esmės savižudybę žmogus planuoja kurį laiką ir per tą laiką gali parodyti įvairių užuominų, kažkokių rizikos ženklų. Svarbu atkreipti dėmesį į tokio žmogaus pakitusį elgesį, įpročių pokytį. Kalbėti, galvoti, buvo socialus, pasidarė asocialus, kalba mirties temomis, dar toks neįprastas ženklas gali būti, kad nuotaika pagerėja, nes sakoma, kad kai žmogus sukuria planą ir tarsi randa išeitį iš tos kančios būklės, tai jam palengvėja, nes ta savižudybė jam tampa tarsi išeitis. Skirtingu amžiaus periodu kiekvienas iš mūsų gali turėti minčių apie savižudybę ir tai natūralu, svarbu žinoti, kad tokios mintys gali ateiti, gali praeiti, jeigu laiku kreipiesi pagalbos. Po to vėl ateiti. Šiaip tie ženklai visi labai individualūs ir visokių jų gali būti. O tavo pagrindinis klausimas buvo – o ką daryti? Tai sakoma, kad žmogui užtenka 10 sekundžių dėmesio, kad jis tą dieną nenusižudytų. Tai svarbu žinoti. Kitą dieną jis gali vėl galvoti apie tai. Bet esmė, kad mes galime apsaugoti bent tuo metu ir tiesiog nepalikti vieno, būti kartu ir sukuriant tą kontekstą, dėl ko mes klausiam, tiesiai

klausti, kalbinti ir reikalui esant kreiptis profesionalios pagalbos. Kartais bijome klausti, nes bijome prisiimti atsakomybę. Yra SAFETALK, Asist.. www.tuesi.lt. Ten rasite informaciją, žingsnius.

Žiūrovo klausimas: Geras filmas. Klausimas – kokių saugumo priemonių ėmėtės arba apie kokius rizikos variantus galvojote suvokdami, kad filmą matys žiūrovai, kaip jie vertins? Kaip jausis žiūrovai salėje, kurie susidūrę su panašiomis patirtimis? Jautrios temos apsiėmimas reikalauja ir jautraus požiūrio ir tai matėsi filme. Noriu paklausti, kokiais būdais siekėte tai sukurti.. tokį jautrų pokalbį su žiūrovu?

Tūras:

Pradžioje buvo galvota kurti dokumentinį filmą, po to suvokiau, kad tai idėjai – savižudybių „deromantizacijai“ man bus sudėtinga susirasti personažus realybėje. Todėl gimė idėja daryti vaidybinį filmą.. tada žinant visas galimas įmanomas grėsmes buvo kreiptasi į suicidologus, ir džiaugiuosi, kad mums sutiko pagelbėti Paulius Skruibis.

3 PRIEDAS

Šiame priede pateikiamas pilnas Belgijos studentų refleksijų ir analizės tekstas po filmo „Sapnuoju, kad einu“ peržiūrų, vykusių nuo 2014 iki 2018 m. VIVES taikomųjų mokslų universiteto Pedagoginių studijų koledže, Torhout mieste, Belgijoje.

Kur atliktas tyrimas?

VIVES taikomųjų mokslų universiteto Pedagoginių studijų koledžas, Torhout, Belgija.

Dalyviai

II ir III kurso bakalauro pakopos vakarinių studijų skyriaus studentai. Dėst. Hugo Verkest dėstomas Religinių studijų ir etikos kursas. Tai buvo vakarinių studijų skyriaus studentai: dieną dirbantys, vakare studijuojantys. Visi jie vyresnio amžiaus (25-50 m.), dėl vienokių ar kitokių priežasčių anksčiau neįgiję aukštojo išsilavinimo arba persikvalifikuojantys į pedagogo specialybę kitų profesijų atstovai.

Filmą žiūrėjo ir tyrime dalyvavo 41 studentas.

70% studentų – dirbantys (turi darbo vietą)

11% studentų – dirba namuose

14% studentų – bedarbiai (daugiau nei 6 mėn.)

30 iš 41 studentų nepatenkinti dabartiniu darbu.

amžius	skaičius	moterys	vyrų
25 -30 m.	12	8	4
31- 40 m.	19	11	8
41-50 m.	10	6	4

Visiems dalyviams bendra tai, kad jie buvo nepatenkinti ar net nusivylę tam tikrais savo gyvenimo aspektais (profesiniu ar asmeniniu) ir norėjo kažką gyvenime keisti. Dalis jų buvo "gyvenimo sužeisti". Kai kurie ėmė studijuoti, nes norėjo įgyti aukštąjį išsilavinimą, kurio dėl vienokių priežasčių neįgijo anksčiau, kiti norėjo įgyti kitą profesiją, tretį išgyveno skyrybas, depresiją, kai kurie dėl ligos buvo netekę darbo, dar kiti turėjo alkoholizmo ar kitų priklausomybių istorijas, kurse buvo vaikus auginančių vienišų motinų ir pan.

Trukmė

Filmo „Sapnuoju, kad einu“ peržiūra ir susijusios užduotys buvo dalis studento individualaus darbo, už kurį buvo atsiskaitoma kurso pabaigoje. Studentai turėjo nuorodą filmo

peržiūrai ir galėjo jį žiūrėti tiek kartu, kiek norėjosi ir ten, kur norėjosi. Ši užduotis buvo kurso programoje nuo 2014 iki 2018 m.

Užduoties pobūdis:

Užduotis buvo struktūruota - studentai turėjo atsakyti į klausimus (pateikiami žemiau). Komentuodami filmą studentai turėjo remtis kurso metu nagrinėtomis koncepcijomis, susijusiomis su religingumo samprata, o paskutiniai klausimai suteikė daugiau laisvės ir įkvėpė juos ieškoti sąsajų tarp filmo ir savo gyvenimiškų istorijų.

Užduoties klausimai:

- 1) Kaip filme atsiskleidžia pradinė religijos reikšmė?
- 2) Kaip filme atsispindi įvairūs religijos aspektai?
- 3) Ar galite filme įžvelgti sąsajų su Marinus Vandenberg¹⁹⁸ "4 širdies kambarių" teorija?

Pakomentuokite.

- 4) Parinkite penketą filmo kadru, kurie iliustruotų jūsų paties (-čios) asmeninę istoriją.

5) Pažiūrėjęs (-usi) filmą parašykite laišką režisieriui su klausimais, kuriuos norėtumėte jį paklausti.

- 6) Kaip jūs suprantate pirmąją sceną, kurioje nukaunamas bulius?

Gautų apklausų ir papildomai parašytų laiškų analizę, manau, prasminga pradėti klausimais, kuriuos savo laiške filmo režisieriui uždavė vyriausia tyrimo dalyvė MARIANNE SEGERS (52):

„Visgi turiu jums užduoti krūvą klausimų. Kelionės metu pasakojate apie praeities patirtis, dėl kurių jaučiate kaltę. Kelionė vyko 2010 m., taigi iš to kaltės jausmo jau turbūt išsivadavote. Be abejo, suprantu, kad piligriminė kelionė piligrimus išlaisvina. Vis dėlto paklausiu, ar nepradėjote jaustis kaltas dėl naujų klaidų, kurias padarėte leisdamasis į kelionę. Turiu omeny:

- jūs palikote žmoną su vaiku mažiausiai 176 dienoms (iš tiesų 205);
- jūs apleidote savo kaip tėvo atsakomybę;
- apleidote ir sutuoktinio atsakomybę;
- jums išėjus buvo šalta ir niūru; akimirksniu išblėso gero šeimos vyro šiluma;
- ieškojote Dievo meilės, kai jūsų didžiausias, brangiausias turtas buvo namuose;
- žinoma, kad jūs džiaugėtės gimus kūdikiui, bet pirmaisiais mėnesiais dukrelė neteko jūsų šilumos ir glamonių, kurių jai reikėjo;

¹⁹⁸ Van den Berg, M. *Rouwen in de tijd*, Utrecht: Ten Have, 2017, ISBN: 9789025906016

- filme atsisveikinimas su žmona ir vaiku atrodė šaltas. Ar jūs tai padarėte, kad neturėjote darbo ar pan.? Bandau jus suprasti. Jei neklystu, kad pasiilgote namų ir šeimos po dviejų savaitių ėjimo, bet galbūt kelionė jums suteikė stiprybės?

- matau, kad 2010-ais turėjote priklausomybę - rūkėte. Ar vis dar tai darote, ar nuskaidrėjote tiek, kad rūkyti metėte?

- man buvo skausminga jus matyti einant taip pavojingai judriais keliais, net tamsoje, gal dėl to, kad norėjote jaustis ne toks vienišas? Ar negalėjote pasirinkti saugesnių kelių?

Jums tai turbūt buvo puiki religinė patirtis prieš naują galingą virsmą, dirstelėjusi į jūsų FB matau gražią, pilną šeimą su dviem jau dideliais vaikais. Ačiū jums! <...>

Vis dėlto aš jums labai žaviuosi už didžiulę drąsą ir krikščionišką stiprybę įveikti net 4000 km pėsčiomis. Jūs stiprus žmogus su stipriu charakteriu. Tesaugo jus Dievas!“

Toliau pamėginsiu sugrupuoti ir paanalizuoti Belgijos studentų refleksijas apie „Sapnuoju, kad einu“ atsižvelgdamas į MARIANNE klausimus ir vadovaudamasis tokiu planu:

1. Studentų rašiniuose dažniausiai pasikartojančios atrinktos temos, įvaizdžiai, simboliai ir kadrai (suvokimo panašumai ir skirtumai).
2. Temos, įvaizdžiai, simboliai ir kadrai, kuriuos pasirinko tik vienas arba keli studentai.

1 TEMA: PILIGRIMYSTĖ, KRIKŠČIONYBĖ, TIKĖJIMAS, ŠVIETIMAS

DELYS GERT (27) pirmuoju pasirinko kadra, kuriame kunigas telefonu kažkam primena, kad „mes visi piligrimai šiame pasaulyje“, nes žiūrovo akimis *tai stipri citata*. Apmąstydamas šį teiginį jis sutinka, kad pats yra piligrimas, bet pripažįsta, kad vis dar ieško savo kelio ir tikslo dar nesurado ir čia pat viltingai priduria, kad vis dažniau pastebi, jog jo kelias tampa aiškesnis ir kad sankryžų jame pasitaiko vis mažiau.

MIEKE GHYSELBRECHT (29)

Jam taip pat įsiminė kunigo žodžiai „visi mes piligrimai“. Jis tai supranta, kaip visų žmonių pastangas ieškoti tai, kas aukščiau už mus, pastangas atrasti prasmę ir tikslą. Šios paieškos jam taip pat aktualios, nes išskiria ir pasirinkimų gyvenime temą. Filmas jam kalba apie abejones, koku keliu eiti – tai su kuo susiduriame kiekvienas.

JUAN M. MEURRENS (26) paskutiniu kadru pasirenka šalia aukštos įtampos elektros magistralės stulpų stovintį kryžių su nukryžiuotuoju. *Elektros stulpo kabeliai yra už Jėzaus ir atrodo, tarsi pats Jėzus būtų nukryžiuotas ant elektros stulpo*. Jam įdomus tas kryžiaus ir elektros stulpo formos panašumas. Elektros vaidmenį kasdieniame gyvenime, nutolusius vienas nuo kito stulpus metaforiškai jis susieja su žmonėmis, krikščioniškos Europos piligrimystės

idėja, mokslu, o visą filmą su savo kelione švietimo srityje. Mokinius jis palygina su savo kelio ieškančiais piligrimais. Juan M. Meurrens pripažįsta, kad jo *nueitas kelias netiesiogiai susijęs su Jėzumi Kristumi, nes, kiek prisimenu, visada mokiausi katalikiškose mokyklose.*

MONTAINE KEVIN (31)

Jis įžvelgia sąsajas tarp filmo personažo kelionės ir savo paties gyvenimo kelionės, atpažįsta situaciją, kai jausdamas panašų netikrumą ir nepasitenkinimą savo darbu, esama situacija, kažkada metė pelningą darbą ir ryžosi keliauti vienas po Naująją Zelandiją. Panašiai kaip ir aš, jis patyrė sunkumų paaiškinti savo išvykimo priežastis artimiesiems, kurie taip pat manė, kad jis daręs klaidą, kad vėliau gailėsias beprotiško sprendimo. Tačiau ta kelionė jam taip pat padėjo įsigilinti į save ir pakeisti gyvenimą tokia kryptimi, kuria dabar džiaugiasi (pradėjo profesines pedagogines studijas). Tiek filmo personažo, tiek Kevino kelionė buvo sunki fiziškai ir emociškai, tačiau toje sunkioje kasdienybėje jis atranda gražių, jaudinančių akimirų. Nors patirdavo vienišumo, beprasmybės jausmą kelionėje, tuo pačiu išgyveno ir žmogiško ryšio, bendrumo džiaugsmą su kelionėje sutiktais kitais keliautojais, kitais nakvynės namų gyventojais, žmonėmis, ištiesusiais pagalbos ranką. Mano grįžimas namo, susitikimas su šeima Kevinui taip pat priminė jo paties sugrįžimą pas artimuosius.

LISA VANDENBROUCKE (24)

Lisa filmą apibūdina kaip keliautojo rašomą dienoraštį, kuris įkūnija dvasinius kelionės aspektus. Pilgrimystė jai – tai būdas pagydyti save, tai patirtis, reikalaujanti ne tik didžiulių fizinių, bet ir psichinių jėgų. Ji sako: *sunkiausia turbūt būti atskirtam nuo mažosios dukrytės, bet jis tai daro, nes nori būti geresnis tėtis savo antrajai dukrai. Nori išsivalyti nuo praeities klaidų, pradėti nuo švaraus lapo.* Dauguma rašiusiųjų apmąsto, kaip galėjo jaustis palikta namuose žmona su kūdikiu, todėl šis Lisos bandymas įsivaizduoti, kaip jaučiausi aš, kalba man, kad ji manimi tiki ir neabejoja šios kelionės prasme.

PATRICIA JENSSEN (38)

Pastebi išsivadavimo (iš dvasinių kančių, nuo patirties šleifo) temą. Stebėdama metų laikų kaitą filme ir sceną, kurioje aš išsikerpu prisiminimui užrašą nuo žieminės striukės Patricia įžvelgia gražią simboliką: *jam lieka tik prisiminimas, žieminė našta jam jau nebereikalinga, tarsi išsivaduoja nuo patirties naštos.* Patricia taip pat prisipažįsta, kad jai nepavyko susitapatinti su filmo istorija, nes ji jau seniai priėmusi savo klaidas, išmokusi pamokas ir jai nereikia kažkokio ypatingo žygio.

YANAİKA MERCIER (26)

Šalia minimų šios kelionės priežasčių ir prasmių Yanaika įvardija kaltės ir vienumo (manau, čia turima omeny galimybė pabūti vienam) temas. Kaltės prieš tėvą, brolių, už subyrėjusią šeimą. Yanaikai tai svarbu, bet ji nemini sąsajų su savo gyvenimu. Jai taip pat pasirodo įdomu, kad

*kelionėje Jokūbas ne tik perkrato savo patirtis ir klaidas, bet ir stengiasi žiūrėti į ateitį. Yanaika atkreipia dėmesį į filmo herojaus sau pačiam iš ekrano užduodamus klausimus „koks Tu būsi po 10 metų?“ Kaip minėta, Yanaika išskiria ir vienumo (galimybės pabūti vienam) svarbą: *filme Jokūbas dažnai akistatoje su savimi ir Dievu. Šios patirties dėka pamažėle atkuria santykį su Dievu ir savimi pačiu.* Jos manymu, sprendimas, kėlęs daug abejonių ir klausimų, galiausiai atveda į sielos ramybę, aiškumą. Ši trumpa ir tvirta jos išvada man teikia vilties, kad ji tiki ir supranta visumą bei kelionės motyvus panašiai kaip ir aš.*

PASCALE WILLEMS (43)

Jai svarbios sąsajos su savo gyvenimu. Ji analizuoja mano kelionę labiau iš paliktos moters perspektyvos. Tai jaučiasi ir jos santykiuose į paliktą šeimą. Panašumus tarp savo ir mano gyvenimo ji įvardija: tai partnerio, su kuriuo susilaukė vaikų, alkoholizmas, išsiskyrimas, viena augino vaikus, dirbo ir mokėsi. Suprantu, kad šį filmą ypatingai sunku žiūrėti ir vertinti moterims, kurios vienos augino vaikus.

Pascale taip pat pabrėžia vienumo, vienišumo motyvą kelionėje darydama išvadą, kad tai suteikia galimybę panirti į savo esybės gelmes.

MARIANNE SEGERS (52)

Vyriausia tyrimo dalyvė kalba apie piligrimystės ir kelionės prasmę. Daugeliui tyrime dalyvavusių žmonių yra svarbu, kaip aš gyvenu dabar. Marianne tekste ir laiške režisieriui pateikti klausimai atskleidžia, kad ji ypač giliai pasinėrė į mano istoriją ir jai nuoširdžiai rūpi bei smalsu, kaip mano šeimos reikalai klostosi toliau, ji prisipažįsta, kad praėjus kažkuriam laikui vis pasižiūri į feisbuką ir ją ramina, jeigu randa mano nuotraukas, kuriose aš su šeima. Filmą ji žiūrėjo kelis kartus. *Man nebereikia klausti, kam reikalinga piligrimystė - jūsų filmas man tai paaiškino. Aš džiaugiuosi, kad auglys buvo išgydytas ir jokios neigiamos pasekmės neapkartino tolimesnio gyvenimo. Jūsų filmą žiūrėjau kelis kartus. Tiesą sakant, jo dėka supratau, kad vaikystėje buvau mažoji pilgrimė. Aš vis eidavau ir eidavau kalbėdamasi garsiai arba mintyse su Dievu.*

2 TEMA: NETEKTIES IŠGYVENIMAS

DELYS GERT (27) analizuodamas tokios kelionės prasmę ir beprasmybę, bando pateisinti ir suprasti keliautoją. Analizė jį nukreipia į prisiminimą netekties, kuri visiškai pakeitė jo gyvenimą. Delys Gert su draugu pakliuvo į avariją, draugas žuvo, o jis liko gyvas. Mini, kad po to įvykio jis 3 metams kažkur išvyko. Prisipažįsta, kad vis dar draugo gedi, kad turi jo atminimui tatuiruotę, bet priduria, kad visa tai neverčia jo į savo gedulą ar kančias įtraukti kitų (ir suprask, rodyti tai viešai filme). Tai nuskamba kaip švelnus priekaištas man, kuris dalinasi

savo netektimis viešai ekrane. Mano netektys išprovokuoja jį pasakyti apie savo besitęsiantį gedulą. Mano kelionę ir jos prasmę Delys Gert susieja su savo ilgai trukusiu išvykimu ir suvokia kaip galimybę palengvinti gedėjimą, netekties skausmą.

Prieš trejus metus po draugo savižudybės mano vyriausiajai dukrai (27) pradinis gedėjimo periodas taip pat buvo labai sudėtingas, ilgą laiką privertęs ją nuo visų atsiriboti, nebendrauti. Panašiai kaip ir Gertui, skausmą įveikti padėjo ilga kelionė.

LISA VANDENBROUCKE (24)

Taip pat atkreipia dėmesį į bendrą patirtį – tėvo netektį. Susitapatindama su filmo herojumi, Lisa prisipažįsta jautusi, kad aš (Jokūbas) nesu pilnai susitaikęs su tėvo mirtimi, kad vis dar jaučiu kaltę dėl to. Lisa taip pat neteko tėvo jauname amžiuje ir tada jai gyvenimas atrodė nesąžiningas, pilnas nesusipratimų. Jos širdį užpildė netikėjimas ir pyktis. Kaip gali gyvenimas tekėti kaip tekėjęs toliau, kai jai jis sustingo ties ta akimirka, kai palaidojo tėvą? *Kodėl kiti laimingi, kai aš liūdžiu? Nors užaugau su krikščioniškomis vertybėmis, praradau tikėjimą Dievu, žmonėmis, šeima. Tada kai kas nutiko. Vieną dieną sėdėdama klasėje užsižiūrėjau į medį už lango. Buvo ruduo, lapai nusidažę oranžine spalva, raudonais krašteliais. Tada man dingtelėjo: kaip tai, kas tuoj numirs, gali būti taip gražu?* Jos manymu, tai buvo kelio atgal į tikėjimą pradžia.

Su šia tema siejasi epizodų su veidrodžiu analizė. Ją aptaria jauni apklausos dalyviai, nes šis ženklas turbūt suprantamiausias.

JUAN M. MEURRENS (26) nagrinėja kadra su sudužusiu veidrodžiu. Iš jo teksto galima daryti prielaidą, kad jam surezonuoja saviieškos, „savęs perrinkimo“ tema. Analizuodamas mano žvilgsnį į ant sniego gulintį sudužusį automobilio veidrodėlį ir užkadrinį filmo tekstą, Juan M. Meurrens rašo: *tuometu jis vis dar negali išreikšti, kodėl jam taip labai reikia iššūkio, jis tik žino, kad jis jaučiasi įskilęs. Jokūbas atsidūręs tam tikrame egzistenciniame vakuume (cituoja dr. Franklį). Veidrodžio simbolis (turbūt ir visa kelionė ekrane) jį paskatina paminėti ir savo netektis – tėvų skyrybas ir mamos mirtį. Praradimus, netektis, gedėjimo laikotarpio išgyvenimus ir kelionę jis susieja su fizika, kur dalelės visada stengiasi užpildyti tuščią erdvę (...) Tokie dalykai atima iš tavęs kažką, todėl pradedi ieškoti ko nors kito, kad užpildytum tuštumą (...) Gedėdami žmonės ieško „daugiau“, o stabilumo ieškojimas po netekties neabejotinai yra tai, ką patiria daugelis.*

LISA VANDENBROUCKE (24)

Lisa taip pat pasirenka analizuoti suskilusio veidrodžio motyvą. Ji aiškina šį simbolį taip: tai, ką keliautojas mato veidrodyje, nebeatitinka tikrovės, jis nori susidėlioti save iš gabalėlių, atkurti integralumą.

YANAİKA MERCIER (26) pasirenka kitą veidrodį – sceną priešais veidrodį vonioje prieš prasidedant kelionei. Analizuodama kadra, Yanaika svarsto, kad jis byloja apie keliamus gyvenimo prasmės klausimus: dėl ko gyvenu, kur einu? Taip pat pastebi saviieškos, vidinės kovos, prarasto ir iš naujo atrandamo tikėjimo temas. Per šias temas Yanaika susitapatina su istorija.

3 TEMA: KELIONĖS PABAİGA IR PAMAŠTYMAI, KĄ JI SUTEIKĖ

QUIRIEN DE LAENDER (32) susieja pasiektą tikslą, kantrybę, valią ir pokyčius su savo gyvenimo tikslais – dabartine kelione moksle. Tikisi, kad baigus mokslus ir gavus diplomą, patirs kažką panašaus į vidinę taiką, ramybę ir naujų jėgų antplūdį. Atsargiai rinkdama žodžius svajoja apie poilsį ir laiką su šeima.

TIFFANY DE VRIENDT (35), vos išsakiusi mintį apie „*trumpų sustojimų*“ ir laiko sau būtinybę gyvenime, tarsi bėgdama nuo pavojaus būti užliūliuotai saldžios, hipnotinės laisvės ir ramybės, peršoka prie savo nerimo dėl ateities ir būtinybės planuoti.

Per tą pusmetį ir anksčiau keliaudamas sutikau keletą žmonių, kurie kaip klajokliai gal jau 10 ar 20 metų nuolat gyvena kelyje tiesiogine prasme. Jie savęs jau nebevadina piligrimais, išdidžiai paaiškina, kad jie – *caminante*. Šis žodis savyje talpina beveik visas su kelione susijusias prasmes – nuo piligrimo/ keliautojo, bastūno, valkatos iki žmogaus be pastovios gyvenimo vietos. Vienas iš jų užfiksuotas filme – tarsi dervišas, žilas, ilgaplaukis italas Mao bažnyčioje gieda islamišką tradiciją primenančią giesmę.

Tiffany de Vriendt tarsi gindamasi apie romantizuoto valkatavimo vilionių, kalba apie veiksmo, judesio būtinybę, poreikį ir prasmę: *tačiau taip pat reikalingas kryptingas planavimas ateičiai. Aš nusprendžiau išeiti iš darbo privačiame sektoriuje ir pabandyti laimę švietimo srityje. Tai yra mano svajonių darbas, mano aistra – dirbti su jaunais žmonėmis(...) Tolumoje Jokūbas mato kalnus, į kuriuos turės įkopti. Tam tikra prasme kalnai filme atrodo kaip kliūtis, bet, kita vertus, Jokūbas eina į priekį. Pasitelkdama šį epizodą ji atvirai ir detalai papasakoja apie savo gyvenimo kalnus ir nuokalnes, analizuoja gyvenimo iššūkių drąsaus gyvenimo iššūkių priėmimo ir tikslų siekimo svarbą, būtinybę nepasiduoti. Ji pelnytai didžiuojasi savo pasiekimais: *bet aš įkopiau į savo kalną, sukaučiau visą drąsą ir įstojau į VIVES kolegiją vėl (nepaisant ne tokių gerų patirčių). Dabar bakalauro studijos jau beveik baigtos ir mano kalnas jau beveik įveiktas.**

PASCALE WILLEMS (43) akcentuoja šeimos susitikimo sceną. Daug sąsajų su mano gyvenimo praradimais turinčiai Pascalei scena, kai aš sugrįžtu ir pagaliau visi susitinka labai svarbi, nes šeima jai gyvenime svarbiausia.

4 TEMA: ŠEIMA

QUIRIEN DE LAENDER (32), atsargiai dėliodama žodžius, bando priimti ir suprasti mane. Taip pasielgti galbūt ir reikėjo, ji išteisina mane sau ir man, atleidžia man „pabėgimą“, nors pabrėžia: *man nepaprastai patinka, kai mano jauniausias sūnus ateina atsigulti į mūsų lovą sekmadienio rytą. Branginu šiuos momentus. Žinau, kad jie praeis ir niekada negrįš. Jokūbas juos užfiksuoja ekrane, kad galėtų jais džiaugtis ateityje.*

TINE LECLEIR (34) analizuodama kadra, kuriame aš atsitraukiu nuo miegančio kūdikio ir žmonos, mane sulygina su vagimi (vagies įvaizdis pasikartoja dviejų moterų refleksijose). Rašyti griežtai ir drąsiai ją išprovokavo skaudi asmeninė patirtis. Vagies įvaizdį ji pasitelkia kalbėdama apie tėvus paliekančius savo vaikus (taip jie apvagia savo ir vaikų gyvenimus). Mano išėjimą Tine sieja su savo motinos poelgiu. Mama paliko ją (vyriausią dukrą) su jaunėlėmis seserimis, kai šioms buvo 9 ir 12 metų. Tine atvirai prisipažįsta – jai pikta ir skaudu dėl to, kad mama ne tik siaubingai paženklino jų gyvenimus, bet ir niekada neatgailavo. Po šios apkaltos ji šiek tiek sušvelnina toną ir dalinai mane išteisina visgi pareikšdama, kad pati negalėtų savo šeimos palikti net keletui mėnesių. Man skaudu apie tai rašyti, bet išėjimo scena sukėlė stiprias reakcijas beveik 90 proc. moterų. Kartu su itin žiauriu buliaus epizodu šis „tėvo, vyro išdavystės“ epizodas yra stiprus, erzinantys dirgikliai, kurie daugumai sukelia pyktį, bet kartu ir smalsumą. Jie tarsi išveda žiūrovą iš pusiausvyros ir veda pirmyn: ar tai, ką pamatė, mato ir pamatys nors kiek pasiteisins. Tine Lecleir po griežtos apkaltos pateikia verdiktą / rezoliuciją: *tikiuosi, kad ši patirtis padarė juos stipresnius ir kad jų santykiai geri. Jo dukterė buvo dar nedidelė ir iš šio etapo nieko neatsimins. Manau, kad jo vyriausia dukra jau buvo pripratusi prie to, kad jos tėvo niekada nebuvo šalia dėl alkoholizmo ir po šios kelionės įgijo naują tėvą.* Būdama visų paliktų vaikų ir moterų pusėje ji tarsi išteisina mane, bet tik su sąlyga, jeigu aš neišduosiu šeimos. Nors ją labai apramina finaliniai kadrai, kur aš jau su šeima, jaučiu, kad likau jai vis tiek įtartinas. Ji nepasitiki manimi ir patikės tik tuomet, kai aš savo patikimumą įrodysiu visu savo gyvenimu. Tokį ji man suteikia man išrišimą ir šansą.

TIFFANY DE VRIENDT (35) su skausmu kalba apie laiko šeimai stoką. Mano išėjimą iš namų ji gana sunkiai pateisina tik palygindama su savo užimtumu ir darbais. Šeimos ir darbo suderinamumo problema man pačiam labai dramatiškai pakimba paskutinėje jos pastraipoje: *Jokūbas paliko savo dukterį ir žmoną, kad išsiruoštų į savo gyvenimo kelionę. Sunkus sprendimas. Iš dalies matau paralelių ir savo gyvenime. Derindama bakalauro studijas, darbą visu etatu ir namų ruošą, taip pat jaučiu, kad apleidžiu savo vyrą ir dukrele. Savaitgaliais dažnai negaliu leisti laiko su šeima, nes turiu mokytis.*

WENDY LONGUEVILLE (34) miegantis kūdikis ir nuolankiai mane išlydinti žmona sukelia liūdesį. Ji susitapatina su mano žmona, kuri lieka viena su kūdikiu ilgam laikui. Ji susimąsto apie tai, kad man, darbingo amžiaus vyrui, tokiais tikslais išėjus iš namų visa finansinė našta taps vienišos motinos rūpesčiu. Wendy pripažįsta, kad iš pradžių mano išėjimas atrodė savanaudiškas, bet klausiant mano istorijos ji vis aiškiau ir aiškiau suprato, kad *tiesiog jam reikėjo tai padaryti – palikti savo vaiką ir žmoną, kad galėtų stoti akistaton su savimi*. Klausimas, ar personažas turėjo teisę štai taip išeiti iš namų, tampa pagrindiniu dirgikliu daugeliui žiūrovų. Kita vertus, Wendy Longueville nei mane kaltina, nei pateisina. Sako, kad žiūrėdama filmą vis prisimindavo namuose likusią žmoną su kūdikiu. Šios mintys ir vaizdai jai vis sukeldavo liūdesį. Filmo pradžioje yra keli kadrai, kuriuose žiūrovas turi galimybę pastebėti, kad ši šeima su kūdikiu gyvena mažame bute pakankamai kukliai. Tai svarbi informacija tolimesniems vertinimams. Wendy savo tekste didžiausią dėmesį skiria tam kitam „filmui“ jos galvoje – vienišos moters su vaiku numanomam gyvenimui už kadro, apie kurį filme primenama tik tada, kai aš kelionės eigoje randu galimybę pabendrauti su žmona per skaipą. Ir aš, ir žiūrovas pastebi, kad kūdikis kaskart paaugęs. Tai prarasto laiko ir tokio išsiskyrimo aukos prasmingumo tema. Filmo metu lyg laikmatyje pasirodantys titrai su praėjusių dienų ir nueitų kilometrų skaičiais daugelį paskatina susimąstyti, kaip gyvena už kadro likusi moteris su kūdikiu tą ar aną dieną. Žiūrovą, nuolat ekrane matantį ir girdintį mane, lydi šis klausimas, nors filmo pradžioje žiūrovui užsimenama, kad žmona mane išlydi pritardama – ji padeda ruošti kelionei, kartu tyrinėjame maršrutą.

PAULINE MESSIAEN (28) atsisveikinimo scena (kai palieku miegančią žmoną ir dukrytę) kalba apie momentus, kai reikia priimti sunkiausius sprendimus. Tą patį sunkaus pasirinkimo motyvą atkartoja scena atėjus prie Santjago de Kompostelos katedros – už ką melstis, už tėvą ar už save?

5 TEMA: DURŲ UŽDARYMO SCENA

LISA VANDENBROUCKE (24)

Iš esmės pasirinkdama tą pačią atsisveikinimo su šeima epizodą, Lisa visgi akcentuoja kitą tos pačios scenos kadrą – durų uždarymą. Ji rašo, kad tai momentas, kuris jai kalba apie norą nusikratyti visų baimių, sąžinės priekaištų, kaltės, norą siekti atpirkimo, atkurti save, atgauti tikėjimą žmonėms ir Dievu. Durys tarsi atskiria seną ir naują gyvenimą, kurį personažas tiki gyvensiąs, kai grįš iš kelionės. Tai jai siejasi su pačios gyvenimu. Būdama 10 metų amžiaus, sužinojo, kad tėtis serga vėžiu. Jautėsi pasimetusi ir bejėgė. Palaikė tėtį kovoje su liga, būdavo su juo ligoninėje, padėdavo buityje, meldėsi už jį, bet tėtis mirė. Tą akimirką pasijuto taip, lyg

Dievas būtų ją išdavęs. Tikėjimo pilnai neatgavo iki dabar, vis tebeieško. Tikisi, kad artėjanti santuoka ir sakramentas bažnyčioje kažkiek sustiprins tikėjimą. Čia išvelgia panašumą tarp manęs ir savęs – bando atgauti tikėjimą ir pasitikėjimą, atkurti skaudžių išgyvenimų pažeistą ryšį.

PASCALE WILLEMS (43) durų uždarymo momentą įvardina kaip įžangą į *vidinio virsmo kelionę, kuri yra kaip atgaila už praeityje padarytas klaidas. Jokūbas palieka namus naktį lyg vagis. Palieka žmoną ir vaiką, kad išsigydytų savo sielą. Tam reikia uždaryti duris paskui save ir pradėti naują skyrių. Prasideda jo kelias, jo vidinis darbas – savo gyvenimo, minčių ir poelgių pervertinimas. Grįžęs jis nebebus toks, koks buvo. „Visi mes piligrimai“, sako kunigas. Svarbu ne kelionės tikslas, o kelias į jį.*

Duris Pascale susieja su savo gyvenimo momentu, kai uždarė duris į praeitį, pradėjo naują skyrių. Mąstydamą apie mane, kodėl man nepavyko išsaugoti pirmos šeimos, žiūrovė dar kartą permastė savo pačios gyvenimą, kodėl jos pačios vyras nerado jėgų mesti alkoholį ir išsaugoti šeimą, ko jis nerado toje šeimoje. Man artima ir skausminga Pascale istorija. Jos tikėjimas manimi skamba tarsi kreditas, palaiminimas ir užkeikimas. Niekada neišduoti.

6 TEMA: BROLIO LINIJA

TINE LECLEIR (34) atkreipia dėmesį į užkadrinio balso pasakojimą apie tai, kaip būdamas paauglys žiauriai nubaudžiau savo brolių. Taupiais sakiniais Tine atskleidžia, kad ji supranta tokio viešo prisipažinimo kainą (*Turbūt Jokūbui nelengva pripažinti, ką jis padarė savo jaunesniajam broliui*). Tai man sukelia jausmą, lyg į mane, jau prikaltą prie kryžiaus, kas nors kaltų papildomas vinis. Nors numanau, kad šis baisus prisipažinimas gali būti naudingas pavyzdžiu kitiems, aš vis dar abejoju antru žiūrovės sakiniu, teigiančiu, kad prisipažinimas tikriausiai brolių ryšį sustiprino. Šio mano biografijos išviešinimo kaina yra nepamatuojama. Būdamas vyresnis už brolių, matyt, tą epizodą prisiminiau detaliau ir kitaip nei jis. Skelbdamas šitą faktą tariausi su mama ir pačiu broliu. Visgi man atrodo, kad prisipažinimas buvo detalesnis ir ryškesnis nei prisiminimas suaugusio brolio sąmonėje, todėl jis ne tik atgaivino, bet ir pasėjo visiškai naują nuoskaudą apie įvykį, kurį jis daugiau ar mažiau buvo užmiršęs. Jaučiu, kad ši dalis filme pastoviai palaiko ir kedena jame įvairiausias emocijas – nuo baisios neapykantos ir kaltinimų dėl visko, kaip yra dabar, iki atleidimo. Čia turiu omeny, kad galbūt mano pasipasakojimas kunigui ar psichologui būtų buvęs saugesnis. Tarp begalės skirtingų mano brolių lydinčių šio filme papasakoto įvykio vertinimų, manau, egzistuoja ir suvokimas, kad štai Jokūbas prisipažino, kad yra monstras, tad gal ir man pabandyti pasiaiškinti to priežastis. Aš užkūriau pastovų pykčio, analizės ir atleidimo (bandymo atleisti) variklį. Suprantama, ši istorija

paliatė ir jį, ir jo sūnų, manau, ir jo elgesį ir santykį į savo sūnų (kai filmas pasirodė, broliui buvo 29 metai, jo sūnui 7).

7 TEMA: APIE GAMTĄ, POILSĮ, LAIKĄ SAU, STRESĄ, PASAULIO CHAOSĄ

QUIRIEN DE LAENDER (32) rašo: *Jokūbo kelionė sunki. Šiame kadre jis ilsisi. Kartais reikia skirti laiko sau, kad neperdegtum. Gerai rūpintis kitais galima tik tada, kai gerai jautiesi pats. Kartais mano užimtas gyvenimas taip pat reikalauja aukų. Jaučiu stresą, esu pavargusi ar sergu, tačiau vis tiek noriu dirbti. Vis dėlto geriau kurį laiką pailsėti ir iš šono stebėti pasaulio chaosą. Jei to nedaryčiau, tai neabejotinai atsilieptų mano šeimai.* Quirien reflektuoja savo stresines būkles, įvardina, kad norint būti pilnaverčiu ir kokybišku, būtina rasti laiko sau, poilsiui, gamtai.

TINE LECLEIR (34) tarsi keliauja su manimi grožėdamasi gamta, atvirai prisipažįsta, kad man labai pavydi tos galimybės susiliesti su gamta ir čia pat save ir mane sugrąžina ant žemės, prie pareigos ir tarnystės šeimai.

TIFFANY DE VRIENDT (35) įstrigo kadras, kuriame aš sustojęs žiūriu į karvę (*į gražias karvės akis*). Po ilgo, nuolatinio ėjimo šį itin performatyvų sustojimo, „laiko sustabdymo“ epizodą ji išsiaiškina kaip priminimą apie poreikį retsykais sustoti, kad galėtum pasigrožėti aplinka, skirti laiko sau, padėkoti už tuos, kurie tave myli.

WENDY LONGUEVILLE (34) atskirą savo rašinio dalį pavadina taip: „Žiūrinti karvė“.

Čia ji tarsi apimsta nuo sudėtingų svarstymų apie mano pasirinkimo prieštarumą ir filosofiskai apsvarsto žmogaus ir gamtos santykį: *gamta patiria viską kitaip nei žmogus. Tas vaizdas puikiai tai atspindėjo. Karvei viskas vis vien, jai rūpestis tik dėl ėdalo ir gėralo, o visa kita jai vis vien. Verta į tai pažiūrėti ir žmogui: nurimti, sugebėti sau atleisti ir imti drąsos iš viso to, ką patiriame savo gyvenime. Pasimokyti iš ūkininko ganykloje sutiktos karvės. Tai leidžia pagalvoti apie gyvenimą. Tai ramina ir gali pažvelgti į viską iš šono žiūrėdamas į karvę.* Tokiu būdu per karvės ir žmogaus sugretinimą, ji pradeda kalbėti apie ramybę, atgailą, vidinę tylą. Prisipažįsta, kad jai sunku buvo sekti filmo titrus ir žiūrėti filmą, kuriame taip kratoma kamera. Todėl ją geriausiai nuteikė stabilūs (nedinamiški) vaizdai, tylios akimirkos leidusios susimąstyti. Mąstydamą apie mano motyvus leisti į kelionę paliekant žmoną su dukra, ji analizuoja, kaip supranta atgailos ir kelionės prasmes bei svarbą: *vykdamas į tokią kelionę, turi sugebėti susidoroti su tyla savo sieloje. Būtent to dauguma žmonių, įskaitant ir mane, ir negali. Tyla nuveda mus tiesiai į mūsų grynąjį „aš“ ir tai yra kažkas, ko daugelis žmonių nenori ar bijo. Bet tai yra reikalinga norint atlikti atgailą. Manau, kad kelionė pati savaime yra atgaila. Atvykimas į Santjago de Kompostelą yra tarsi karūna, tačiau kelionė yra meditacija, jėgų atgavimas ir sugrįžimas į save, ir tam nereikia jokio kito žmogaus. Tam pirmiausia reikia savęs.*

Kova su savo demonais reikalinga tam, kad pasiektum išsilaisvinimą. Kraštovaizdžiai ir sutikti draugiški žmonės padėjo tau žingsnis po žingsnio nuskaidrinti sielą. PAULINE MESSIAEN (28) gamtos scenos atspindi atgaivintą ryšį su gamta, su Dievu. Religinis potyris (*re-ligare* – „susijungti“) – tai ryšio su kitais, su gamta, su dievišku pradų išgyvenimas. Pauline manymu, aš kelyje tai patiriu po ilgų metų, kai jaučiausi sužeistas, atskirtas, vienišas. Tikėjimo, ryšio su žmonėmis, Dievu atgavimas, atkūrimas.

MIEKE GHYSELBRECHT (29) pastebi gamtos scenų gausumą: gamta šiame kelyje vadovauja. Kelionė prasideda atšiauriu kraštovaizdžiu: tamsa, šaltis, ledas, sniegas. Palaipsniui jis skaidrėja, šviesėja, šiltėja, į jį grįžta žaluma, gyvybė. Be to, vyraujantys panoraminiai, platūs vaizdai leidžia žiūrovui pajusti gamtos didybę, tai kas peržengia mūsų žmogiškas ribas. Čia pat jis atranda sąsają su savo gyvenimu. *Turėjau labai greitai užaugti, nes nuo vaikystės mano abu tėvai turėjo rimtų sveikatos problemų, dar pradinėje mokykloje lankydavau tėvą ligoninėje prijungtą prie visokių reanimacijos aparatų. Anksti supratau, kad mano tėvai nėra amžini, patyriau nesaugumo jausmą. Ilgą laiką dirbau nemėgiamą darbą, netešiau mokslų universitete, nes vis kankino kaltės jausmas - ar aš pakankamai darau dėl tėvų? Taigi, aš lengvai susitapatinau su Jokūbo išgyvenamu kaltės jausmu. Aš kaip ir jis dabar esu kelyje - iš tamsos į šviesą, noriu tapti geresnis sau ir kitiems.* Mieke taip pat išskiria eismo epizodus. Pro šalį švilpiantys automobiliai simbolizuoja mūsų gyvenimo tempą, stresą, greitį, priverčia susimąstyti ar šiose lenktynėse išliksime paralyžiuotu stebėtoju ar aktyviu dalyviu, sustodami ir klausdami, kur einu, ką jaučiu. Kelio remonto darbų epizoduose Mieke taip pat mato simbolinę prasmę. Įspėjamieji kelių ženklai verčia vairuotojus išsukti iš planuoto (įprasto) kelio. Tai kalba apie kliūtis, kurių negalime numatyti, kurias reikia įveikti, taip pat apie netikėtumą, nežinią. *Ar tave pamatyta kliūtis sustingdo? Kaip tu įveiki situacijas, kai kažkas klostosi ne taip, kaip planuota. Tai gali būti žmonės, kurie pakreipia mus viena ar kita linkme. Ką išvelgsi - pozityvą ar negatyvą? Ar tu pasiruošęs rasti savo kelią?* PASCALE WILLEMS (43) teigia, kad gamtos atšiaurumas, plikumas apnuogina sielą. Panašų jausmą žiūrovė išgyvena pati gamtoje, pvz., žiemą slidinėdama, kai aplink karaliauja tyła, girdėti tik sniego girgždėjimas ir tavo paties kvėpavimas.

8 TEMA: ĮŽANGINĖ BULIAUS SCENA

QUIRIEN DE LAENDER (32) prisipažįsta, kad prireikė šiek tiek laiko šią sceną perprasti. Jai tai per žiauru, ji nenori žiūrėti į lėtai dvesiantį gyvulį, bet vėliau pateisina, siedama tai su mano lėtai išgyventa mirtimi ir kelione, kuri suteikė naują gyvenimą.

KEVIN MONTAINE (31) analizuodamas buliaus sceną pagrindinį dėmesį atkreipia į laisvės aspektą: „laisvę labiausiai imi vertinti tada, kai jos netenki“. Koridos bulius įkalintas, kaip Jokūbas savo patirties, kančios dėl alkoholizmo, sugriuvusių santykių ir t.t. Pakliuvęs į užburta ratą, iš kurio galiausiai išsiveržia.

LISA VANDENBROUCKE (24) atkreipia dėmesį, kad bulius apsuptas trijų matadorų: jis nebetenka laisvės, jam tai gyvybės ir mirties klausimas. Jis agonijoje, kol pagaliau durklas jį išlaisvina iš kančių. Anot Lisos, personažas jaučiasi kaip bulius: jis taip pat buvo agonijoje (alkoholizmas, kaltė, žlugusi santuoka, jis matė, kuo baigėsi jo tėvo gyvenimas...). Jis priima sprendimą išsilaisvinti iš šitos agonijos, nes nori pats spręsti, kaip atrodys jo gyvenimas: *jis renkasi būti geresne savo paties versija, pats pagydyti ir atkurti save.*

MIEKE GHYSELBRECHT (29) taip pat veda paralelę tarp buliaus ir filmo personažo: „prismeigtas“ išgyvenimų, jis neturi kito pasirinkimo – tas bulius turi mirti. *Scena atsikartoja filme vėliau, bet jau iš kitos perspektyvos – Jokūbas jau savo gyvenimo šeimininkas, galima sakyti, kad jis dabar matadoras.*

9 TEMA: NAKVYNĖS TEMA IR SVETIMO / „KITO“ ĮSILEIDIMAS

Savo teksto pabaigoje TINE LECLEIR (34) prisipažįsta nustebusi, kad žmonės vis dar atveria savo duris nepažįstamajam, nes tai tikriausiai ne visada lengva šiais teroro ir savanaudiškumo laikais. Čia nuskamba panašus žmogiškas santykis į pradžioje minėtos Lietuvos močiutės prie Alytaus, kuri prisižiūrėjusi kriminalinių naujienų sakė, kad manęs su „kalašnikovais ir granatomis“ kuprinėje tikrai niekas neįsileis ne tik Europoje bet ir Lietuvoje. Iš tiesų labai retais atvejais man pasisekdavo, kai stovint ant slenksčio, po „padorumo nuskenavimo“ ir apsisprendimo įsileisti mane priėmė ir šiek tiek pažinę žmonės patys pasiūlydavo paskambinti savo pažįstamiems ar draugams į kitą miestelį – rytdienos kelionės tikslą – prašydami mane apnakvydinti. Įdomu tai, kad šią, atrodytų, mūsų dienomis vieną svarbiausių „kito“ / svetimo įsileidimo temą paminėjo tik viena studentė. Tiek pačios kelionės metu, tiek vėliau po filmo peržiūrų kartais manęs nedrąsiai klausdavo, ar kelionė nebuvo užsakyta bažnyčios, nes daugelis žmonių įsivaizdavo, kad visos nakvynės buvo iš anksto suplanuotos.

10 TEMA: ALKOHOLIZMAS, NUOPOLIAI IR IŠLIKIMAS

GRIET WINDELS (37) savo sudėtingą gyvenimą, nuopolių ir prisikėlimų lygina su mano kelione ir istorija. Mini, kad patyrė tokią pačią situaciją kaip ir aš su tėvu, kad jai pažįstama skauda alkoholizmo įtaka: daug kartų yra su tuo susidūrusi. Justi, kad jai sunku ir nedrąsu kalbėti

apie priklausomybes. Detalizuoja, kad itin sudėtinga buvo ir mokytis, ir dirbti vienu metu. Prisipažįsta, kad didžiuojasi savimi dėl to, kur ir kuo yra dabar, džiaugiasi savo pasiekimais: net turėdama disleksiją, baigė mokslus, yra gera ir gabi mokytoja. Mano istorija jai tampa pretekstu papasakoti savo atsitiesimo / išlikimo istoriją. Antroje teksto dalyje ji trumpam susimąsto apie kelionės atstumą (kodėl taip toli), bet pati įvardina tai, kaip procesą, kurio galbūt man reikėjo ir sugrįžta prie alkoholizmo temos. Ji išsikalba, atskleidžia daugiau detalių apie savo šeimos narių problemas dėl alkoholio. Ji džiaugiasi, kad aš nustojau gerti ir pati bijo, kad gali pasiduoti šiai priklausomybei, nes tai paveldima. Visas jos tekstas labai tiksliai ir aiškiai artikuliuotas prevencinis perspėjimas. Ji supranta problemos mastą, todėl džiaugiasi filme atsirandančiais titrais, kuriuose aš perspēju savo dukrą. Ji rašo, *kad tik daug kalbant ir bendraujant šeimoje apie tokias problemas galima joms užkirsti kelią*. Šalia alkoholizmo jos tekste svarbiausios išlikimo, valios, savęs įprasminimo ir savivertės temos.

11 TEMA: PASIKLYDIMO / KLYSTKELIŲ TEMA

TIFFANY DE VRIENDT (35) įstrigo momentas, kai tarp Prancūzijos uolų prisipažįstu išsigandęs, kad pasiklydau ir vaikštau ratais. Tiffany artimas pasiklydimo jausmas, ji atvirai kalba apie mano ir savo nuovargį dėl didelio darbo krūvio, kai nebesuvokia, ar tai, ką skaito, jau skaitė ar dar ne. Lygindama mano ir savo gyvenimą ji juokauja, matosi, kad filmas suteikė jai galimybę atsipalaiduoti, pailsėti ir galbūt nuimti stresą.

MIEKE GHYSELBRECHT (29) teigia, kad pasiklydimo scena gali būti suprasta ne vien tiesiogiai, bet ir metaforiškai: *galbūt tai tas kulminacinis kelionės momentas, kai Jokūbas susimąsto, kur jis eina, kokia viso to prasmė. Jis abejoja, vadinasi, yra pažeidžiamas, tačiau kartu ir drąsus savo pažeidžiamumą atskleisti. Kartu jis priverčia susimąstyti žiūrovą apie savo paties gyvenimo kryptį, kviečia pasižiūrėti į savo vidų*.

12 TEMA: TAPATYBĖS PAIEŠKOS

WENDY LONGUEVILLE (34) sieja mano kelionę su saviieška ar tapatybės paieškų tema. Ji kalba, kad pradėdantiems mokytojams gana sudėtinga išlaikyti savo individualumą. Kaip suprantu iš jos teksto, ji turi omenyje, kad tik pradėjus dirbti mokytoju trūksta žinių, *kaip turi judėti erdvėje*, todėl „nesvarumo būsenos“ periode belieka kopijuoti patyrusių kolegus. Pasakodama apie šį savo išgyvenimą ji prisimena, kad *po kurio laiko vėl pradėdi jausti savo tapatybę ir jautiesi geriau, ir tai leidžia dar geriau dėstyti. Mokiniai jaučia, ar mokytojas jaučiasi gerai ar ne. Per patirtį ir klaidas supratau, kad tai tave stiprina kaip žmogų*. Jai svarbu,

kaip jaučiasi toks „tapatybę praradęs“ ar ją susigrąžinti mėginantis mokytojas, nes žino, kad mokytojo (kaip ir tėvų vaikams) savijauta ir nuotaikos persiduoda mokiniams.

KLAUSIMAI LAIŠKUOSE

Šiame tyrime man labai svarbi plati respondentų amžiaus amplitudė. Nors dabar jie jau mokytojai, prieš kelis metus rašydami atsiliepimus jie dar buvo studentais, jauniausiam iš jų buvo 26, o vyriausia apklausos dalyvė buvo 52 metų moteris.

Vienas dažniausiai pasitaikančių klausimų lydėjusių mane po peržiūrų nuo filmo pasirodymo pradžios iki dabar yra, ar ta kelionė ką nors pakeitė mano gyvenime?

Tiek žiūrovai gyvuose pokalbiuose, tiek ir refleksijų autoriai mini filmo momentą, kuriame aš pats savęs klausiu: *štai žiūriu į tave, Jokūbai, po vienuolikos ar dvylikos metų... ar dvidešimt metų. Kaip tau sekasi? ...* Ir tada užduoda klausimą, kaip mane patį veikia filmas praėjus dešimčiai metų po kelionės: *ar vis dar manote, kad ši kelionė turėjo teigiamą poveikį Jūsų gyvenimui? Ar planuojate tai daryti dar kartą? Kaip gyvenimas be alkoholio? Kaip Jūsų žmona ir vaikai? Ar palaikote ryšį su tais, kuriuos sutikote kelionėje? Ar išplėtėte savo socialinį ratą?* Jiems aktualu, smalsu ir svarbu įsitikinti kelionės kaip savęs „pataisymo“ instrumento kokybę ir patikimumu. Dažniausiai šiuos klausimus užduoda asmenys, kurie norėtų, bet nedrįsta patys keliauti. Prieš kokius 5 metus su filmu važinėdamas po Žemaitiją sulaukiau dviejų klausimų, kuriuos prisiminsiu visą gyvenimą. Abu jie buvo labai netikėti ir labai svarbūs tiek man, tiek auditorijai. Palangoje prožektoriams plieskiant į akis vienas vyras manęs paklausė, kas man yra Jėzus, o Klaipėdoje moteris, neslėpdama pasipiktinimo pamatyta istorija, paklausė, ar aš suvokiu atsakomybę, kad dėl tokių mano agitacijų emigruos likęs jaunimas ir nebus kam dirbti Lietuvos laukų. Kurį laiką prieš žiūrovus stovėjau visiškai pasimetęs.

Susitikimuose manęs labai retai klausdavo, kaip aš pats paaiškinčiau įžanginį koridos epizodą. Apie tai jau rašiau. Filme užfiksuota nemažai kitų naminių gyvūnų – avių, karvių, žirgų, bet niekas nedrįso susieti koridos arenoje žūstančio buliaus su juodai baltu epizodu, kuriame aš ramiai žiūriu į pievoje ramiai gulinčią karvę, o ji ramiai žiūri į mane. Kuriant filmą tokio tikslo nebuvo, tik dabar pats susimąščiau, kad bulius koridoje yra ta pati karvė pievoje.

Visų refleksijų fone svarbiausi man yra apklausos dalyvių svarstymai apie kelionės prasmę, laiko sau ir poilsio stoką, arba kelionės laiko ir laiko mieste palyginimai. Tos rašinių vietos, kur rašantysis, bandydamas pateisinti mano „prarastą“ laiką, prieina prie išvados, kad jam pačiam dėl darbų ir mokslo krūvio beveik nelieta galimybės pabūti su šeima, trūksta laiko sau ir poilsiui. Lygindamas kelionės laiką su savo laiku mieste galiu kaip ir jie pavadinti save vagimi. Pusmetį praradau galimybę būti su šeima, matyti kaip auga dukra, padėti žmonai. „Pabėgdamas

jis pavogė laiką sau“. Pabėgdamas pavogiau, prarasdamas įgijau, sugrįžęs buvau priimtas. Kas labiau vagia laiką / galimybę būti su šeima - piligrimystė ir/ar darbas...

Beveik visose refleksijose jaučiamas palaikymas ir abipusė (savęs ir manęs) motyvacija ir rūpestis dėl savo ir mano šeimos.

4 PRIEDAS

Čia pateikiamas įvykusių „Sapnuoju, kad einu“ peržiūrų ir susitikimų su žiūrovais sąrašas:

- 1) 2010 m. rugpjūtis iš karto sugrįžus M. K. Čiurlionio namuose kelionės pristatymas su nuotraukomis žiniasklaidai.
- 2) 2011-02-03 Kauno viešoji biblioteka. Kelionės pristatymas dalyvaujant A. Patackui.
- 3) 2012-11-08 ilgametražio dokumentinio filmo „Sapnuoju, kad einu“ (“Dreaming the Path”) premjera įvyko tarptautiniame kino festivalyje Cottbuse, Vokietijoje.
- 4) 2012-11-12 filmas parodytas Europos šalių kino forume „Scanorama” Vilniuje.
- 5) 2012-11-27 filmas parodytas „Plus+Camerimage“ festivalyje Bydgoszcz Lenkijoje.
- 6) 2013 balandį filmas parodytas Vilniaus tarptautiniame kino festivalyje „Kino pavasaris”.
- 7) 2013 m. filmas laimėjo „Sidabrinės gervės” apdovanojimą už Metų geriausią ilgametražį dokumentinį filmą. Filmas buvo atrinktas atstovauti Lietuvai Kanų kino mugėje „Le Marché du Film“.
- 8) 2013-06-17 Tomo Mano festivalio metu Nidos Menų kolonijoje.
- 9) 2013-08-05 Palangos kultūros centre „Ramybė“.
- 10) 2013-10-25 Kretingos M. Valančiaus biblioteka.
- 11) 2013-10-25 Telšių Žemaitės teatras.
- 12) 2013-10-26 Rietavo parapijos namai.
- 13) 2013-10-27 Klaipėdos tarptautinis LCC universitetas.
- 14) 2013-11-14 Kauno viešoji biblioteka. Filmo „Sapnuoju, kad einu“ pristatymas.
- 15) 2014-01-28 Lukiškių kalėjimas. Susitikimas su kaliniais iki gyvos galvos ir filmo peržiūra.
- 16) 2014 m. kovo 18-20 d. Belgijoje filmo pristatymai ir pokalbiai su režisieriumi surengti Lietuvos nuolatinėje atstovybėje Europos Sąjungoje Briuselyje, taip pat VIVES universiteto filialuose Briugėje, Krotrijk ir Torhout bei Briuselio lietuvių bendruomenei.
- 17) 2014-05-17 Prevencinis seminaras ir filmo peržiūra Lietuvos krikščioniškojo jaunimo blaivybės sąjungos „Žingsnis“ Vilniaus skyriaus stovykloje „Herojų akademija“.
- 18) 2014 m. liepos mėn. Vilniaus šv. Kazimiero jėzuitų bendruomenės stovykla.
- 19) 2014-10-03 Priekulės kultūros centras.
- 20) 2014-10-08 Gargždų kultūros centras.
- 21) 2014-10-11 Šilutės kultūros ir pramogų centras.
- 22) 2015-03-08 Vilniaus skautų centras.

- 23) 2015-04-23 Kėdainių viešoji biblioteka. Knygos „Sapnuoju, kad einu“ ir filmo pristatymas.
- 24) 2015-05-08 Zarasų viešoji biblioteka. Knygos „Sapnuoju, kad einu“ ir filmo pristatymas.
- 25) 2015-06-19 d. Lietuvos nacionalinės UNESCO komisijos būstinė. „Toli arti“ / „Kultūros naktis“
- 26) 2015-07-25 Joanitų šeimų festivalis Mardasave.
- 27) 2015-09-26 Pabiržės Švč. Trejybės parapija.
- 28) 2015-10-06 Šiaulių universiteto biblioteka.
- 29) 2015-12-07 Filmų peržiūra ir susitikimas su vyresniųjų klasių moksleiviais Vilniaus Pilaitės gimnazijoje.
- 30) Trinapolio rekolekcijų namai.
- 31) Šv. Pilypo ir Jokūbo bažnyčia.
- 32) 2016-04-08 Vilniaus Radvilų gimnazija. Respublikinė integruota tikybos, dailės ir geografijos moksleivių konferencija “Visa tai, ką tėvas turi, yra ir mano”.
- 33) 2016-07-03 Šiaulių vyskupija.
- 34) 2017-10-08 Biržų rajono savivaldybės Jurgio Bielinio viešoji biblioteka.
- 35) 2017-10-20 Priklausomybių reabilitacijos centras “Meikštų dvaras”.
- 36) 2018-05-18 Klaipėdos Eduardo Balsio menų gimnazijos rengiamame filmų vakare (11-ame, skirtame piligrimystei).
- 37) 2019-04-25 Kauno Kristaus Prisikėlimo bazilikoje bendruomenės narių kvietimu
- 38) 2019-09-21 Anykščių sakralinio meno centre – Angelų muziejuje peržiūra ir susitikimas
- 39) 2019-09-25 Vilniaus Pilaitės gimnazijoje peržiūra ir susitikimas su IId klasės mokiniais
- 40) 2019-11-02 Užupio Filmų Festivalis UFF.
- 41) nuo 2014 iki 2018 m. filmas buvo kurso programoje VIVES taikomųjų mokslų universiteto Pedagoginių studijų koledže (Torhout, Belgija)
- 42) 2021m. filmas įtrauktas į Lietuvos Kino edukacijos ugdymo bazės (KEUB) filmų ir metodinių medžiagų sąrašą. Rekomenduojama 9-10 klasėms. Dalykas – meninio bei dorinio ugdymo, gimtosios ir užsienio kalbos, psichologijos, informacinių technologijų pamokoms, klasės valandėlei. Temos - žmogaus pasirinkimų prasmė, kaltės, savigraužos, atgailos ir atsakomybės jausmai, gebėjimas susitaikyti ir atleisti, įvairios priklausomybės, tikėjimo reikšmė, piligrimystė, dienoraštinis kinas.