



# Κανένα σπίτι δεν είναι ήσυχο

Η συγγραφέας Μαρία Μαυρικάκη μιλάει στην «Κ» για τον αγώνα που δίνουν οι οικογένειες των τοξικοεξαρτημένων

**Συνέντευξη στη ΜΑΡΙΑ ΕΛΕΝΑ ΣΠΥΡΟΠΟΥΛΟΥ**

**Είναι δύσκολο θέμα η εξάρτηση από ουσίες. Ο χρόνος είναι ένα υποκείμενο που νοσεί και αυτή η νόσος επηρεάζει το σύνολο της οικογένειας, το σύνολο της κοινωνίας. Κανείς δεν μπορεί να πει με σιγουριά τι οδηγεί τον κάθε έφηβο ή νέο στη χρήση. Κοινά χαρακτηριστικά μπορεί να υπάρχουν, αλλά δεν είναι κοινές οι αρεττές, ούτε κοινές οι πορείες. Όπως και δύσκολα μπορεί κάποιος να διακρίνει ποιος έχει το σθένος να απεξαρτηθεί και να συνεχίσει τη ζωή του, τη στιγμή που πολλοί δεν το καταφέρνουν. Το συγγραφέα Μαρία Μαυρικάκη τη γνωρίσαμε μέσα από τη συζήτηση με τον Γιάννη Μπουτάρη, στο εξαιρετικό γλαφυρό βιβλίο «Εξαρτάται χρόνια τρύπος» (Πατάκης). Έχει προηγηθεί και ένα μυθιστόρημα με τίτλο «Περαστικά» (Διόλος), ενώ έχει ασχοληθεί με τη δίωξη ανάπτυξη και τον τομέα της υγείας. Στο παρόν βιβλίο της με τον πολύ δυνατό τίτλο «Εξαρτάται» αναμενόμενη τη μυθολογική δύναμη με την αυτοβιογραφική αφήγηση, περιγράφοντας το δύσκολο ταξίδι ενός νέου μέσα στη χρήση και το πώς αυτό επηρεάζει την οικογένειά του.**

**Η ίδια, από τη θέση της αδελφής του πρώου, σκιαγραφεί τη μάχη που μαίνεται συνέχεια στα σπίτια που δοκιμάζονται από τη χρήση. Η «Κ» με αφορμή το βιβλίο της συνομιλεί μαζί της.**



**– Από ποια εσωτερική επιθυμία ξεκινήσατε να γράψετε το «Εξαρτάται»;**

– Συνήθως γράφω απευθυνόμενοι στον Άλλον υπό την επιρροή των βιωμάτων, των συναισθημάτων και της φαντασίας μου. Η μελέτη λογοτεχνικών έργων, η επινόηση ιστοριών και το σκέψι-

μο πάντα από τις λέξεις μετουσιώνεται –μέσω της συγγραφής– σε απολαυστική επικοινωνία με τον αναγνώστη. Στο «Εξαρτάται» δίνω βήμα σε όσους συν-ταλαιπωρούνται από εξαρτήσεις κάθε τύπου. Μαζί τους μοιράζομαι μια βασική διαπίστωση: πόσο μάταιο να προσδοκούμε ότι οι αγαπημένοι μας θα

αλλάξουν και θα γίνουν αυτό που εμείς θέλουμε «για το καλό τους», χωρίς καν να ερωτηθούν. Το θέμα του συγκεκριμένου βιβλίου αφορά πολύ περισσότερους από εκείνους στους οποίους φαινομενικά απευθύνεται. Ίσως και όλους μας, στον βαθμό που προσπαθούμε να απεξαρτούμε έλεγχο και να επιβληθούμε

“  
Η επαφή με το καθημερινό μαρτύριο ενός χρήστη είναι το αποτελεσματικότερο μέτρο προφύλαξης – ποιος θέλει να μνησθεί έναν άνθρωπο που σγοκαίγεται;

«Στο βιβλίο δίνω βήμα σε όσους συν-ταλαιπωρούνται από εξαρτήσεις. Μαζί τους μοιράζομαι μια διαπίστωση: πόσο μάταιο να προσδοκούμε ότι οι αγαπημένοι μας θα αλλάξουν και θα γίνουν αυτό που εμείς θέλουμε “για το καλό τους”, χωρίς καν να ερωτηθούν», λέει η Μαρία Μαυρικάκη.

στον ανθρώπου μας, σίγουροι πως κατέχουμε την πλήρη γνώση.

– **Γράψατε για ένα δύσκολο θέμα, την εξάρτηση από ουσίες του αδελφού σας. Πόσο δύσκολο είναι ακόμα και σήμερα η έκθεση μιας τόσο δύσκολης οικογενειακής ιστορίας;**

– Κανένα σπίτι δεν είναι ήσυχο, ούτε ζούμε σε ροζ συννεφάκια, οι περισσότερες οικογένειες συμβαίνουν ένα σταυρό μικρό ή μεγάλο. Συμβαίνει ο άνθρωπος μας να παγιδευτεί σε κάποιο δίκτυο, ναρκωτικά, αλκοόλ, τζόγο, ακόμη κι ένα φαινομενικά ανώδυνο κόλλημα, όπως το κάπνισμα, η σόφρα του υπολογιστή. Το να ζεις κοντά στον εξαρτημένο, αδελφό, φίλο και να προσπαθείς να τον σώσεις είναι ένα βάρος συχνά αβάσταχτο, αλλά όχι κάτι ντροπιαστικό που πρέπει να κρυφτεί. Αντιθέτως, το μίσος μας με φίλους και κυρίως με ειδικούς μπορεί να οδηγήσει στην ανακούφιση, πιθανόν και στη λύτρωση.

– **Σε αρκετά σημεία του βιβλίου είστε θυμωμένα. Βρήκατε χρόνο και χώρο να αποκτήσετε κι εσείς δικές σας ανάγκες, τελικά δικά σας προβλήματα, μέσα στην οικογένεια;**

– Ως συνεξαρτημένοι νιώθουμε –κακώς– υπεύθυνοι για τη συμπεριφορά του ανθρώπου που ταλαιπωρείται από κάποιον εθισμό, ταγμένοι θα λέγαμε, γι’ αυτό και αναγκαστούμε να τα φέτα και τις υποτροπές του. Ξεκίνημα πως η ζωή του μπορεί να αλλάξει μόνο με δική του επιλογή. Στο μεταξύ, η δική μας ζωή τρέχει, σταταλείται σε μάλιστα κόπωση, λησμονία. Πρόκειται για μια απαιτητική άσκηση ισορροπίας που ελάχιστοι πετυχαίνουν: να συνθρῆσαι δύο γίνεται καλύτερα και παράλληλα να συνεχίσεις τη ζωή σου, χωρίς να στέφεται σωτήρας ή θύμα του άλλου.

## Η εξάρτηση δεν είναι στιγμή, μπορεί να συμβεί στον καθένα

– **Γράψατε ότι ο αδελφός σας δεν προερχόταν από κάποια δυσλειτουργική οικογένεια. Εντούτοις έμπλεξε. Τι πιστεύετε σήμερα για τα ναρκωτικά; Ο αδελφός σας δεν άντεξε την κανονικότητα, ίσως δεν έβρισκε νόημα στην πραγματικότητα...**

– Συμβαίνει και στα καλύτερα σπίτια: κάποιος δεν αντέχει τα αρνητικά συναισθήματα με τα οποία όλοι κατακλύζομαστε στη διάρκεια του βίου μας και αναζητεί διαφυγή σε άλλα επίπεδα συνείδησης. Οι ουσίες είναι το πρόσφορο μέσο για να το πετύχει. Στην αρχή λειτουργεί. Πρήγορα μετατρέπεται σε βεβασιστήριο. Η ζωή παραμένει δύσκολη και ο εθισμένος έχει το τέλειό άλλοθι για να συνεχίσει, ενόσω δηλώνει ότι θέλει να απαλλαγεί. Η Κατερίνα Μάτσο λέει πως «τα ναρκωτικά καλύπτουν ανάγκες του χρήστη, δεν τον παρέσυρε κάποιος ούτε αυτά έπεσαν από τον ουρανό. Το εξαρτητικό υπόβαθρο προϋπάρχει, μια αμφιβυθική σχέση τύπου μισώ-λατάρω ή μια συναισθηματική εξάρτηση, συνήθως από τη μητέρα». Στην παραπάνω δυσλειτουργία συμβάλλει καταλυτικά κάθε έκπτωση της πατρικής λειτουργίας, ακόμη και λόγω φυσικής απουσίας του πατέρα. Συχνά η οικογένεια προσφέρει τους αιτία και δεν μαζεύονται.

– **Τι θα λέγατε σήμερα στις οικογένειες που παλεύουν με κάθε λογής εξαρτήσεις; Πόσο εύκολο είναι για την οικογένεια να προχωρήσει με ένα εξαρτημένο μέλος;**



Το νέο βιβλίο της Μαρίας Μαυρικάκη «Εξαρτάται» κυκλοφορεί από τις εκδόσεις Πατάκι.

– **Καθόλου εύκολο, όμως αποτελεί κομμάτι της σύntonης ζωής μας που κυλάει και δεν αντικαθίσταται, ας το έχουμε κατά νουν. Στο «Εξαρτάται» προσπαθώ να με πολλά χιούμορ και απορρηγόντας –ελπίω– τους κουραστικούς διδακτισμούς να δώσω σε όλους τους εμπλεκόμενους φωνή και σε κάθε πλευρά το δικό της, όσον αφορά το πέσιμο ενός δικού τους ανθρώπου. Και βέβαια στον ίδιο τον χρήστη, ώστε να μας εξηγήσει πώς αισθάνεται. Αποδεχόμενη ότι η αλήθεια δεν είναι μία ούτε την κατέχουμε ολόκληρη, άρσασα την προσωπική μου εμπειρία, την περιπλάνησή μου στη βιβλιογραφία και την ενασχόλησή μου με τα θεραπευτικά προγράμματα να περάσουν δεύτερα. Ακούγεται λογικό να νιώθει κανείς αδικημένος όταν φροντίζεται ένα βάρος που δεν επέλεξε. Μήπως έτσι δεν γίνεται με τον καρκίνο, με την αναπηρία; Μιλάμε κι εδώ για ασθένεια, η οποία μάλιστα μπορεί να ιαθεί εφόσον η απόφαση ληφθεί από τον ίδιο τον χρήστη και όχι από τους συγγενείς και φίλους του. Απαραίτηται**

προϋπόθεση, να απευθυνθεί στους ειδικούς: ψυχιάτρους, ψυχολόγους, προγράμματα, δομές. Μόνος του δεν θα τα καταφέρει. (Η συνταγή είναι ίδια για κάθε εξάρτηση, καθώς όμως είναι ο μηχανισμός με τον οποίο κατακτά την ανθρώπινη ψυχή.)

– **Φοβηθήκατε ποτέ για εσάς, ή αργότερα για τα παιδιά σας;**

– Ακριβώς το αντίθετο. Η επαφή με το καθημερινό μαρτύριο ενός χρήστη είναι το αποτελεσματικότερο μέτρο προφύλαξης, θεαρά. Ποιος θέλει να μνησθεί έναν άνθρωπο που σγοκαίγεται, ταορφάζοντας όποιον τον πλησιάζει; Τι πιο απαιτητικό από το να παραβιάζει κουμπάρδες για να εξασφαλίσει το φαγητό του; Τι περισσότερο απωθητικό από τα συμπτώματα του στερντικού συνδρόμου; Τα παιδιά, τόσο στην οικογένεια όσο και στο σχολείο, καλά είναι να έχουν την πραγματική εικόνα και όχι κάποια φιλτραρισμένη. Όταν ωραιοποιούμε καταστάσεις νομίζουμε ότι τα προστατεύουμε, ενώ απλώς τα κρατάμε σε γυάλια και τα επιδιώκουμε να αναπτύξουν αντισώματα, για να τθασεύουμε τις δικές μας ανασφάλειες και τις ενσέκς που έχουμε ως γονείς. Το κουκόλλωμα του ανθρώπινου πόνου και τα οικογενειακά μυστικά δημιουργούν στρεβλώσεις στην εξέλιξη του ψυχισμού των παιδιών. Εξάλλου, είναι πιθανό να θελήσουν κάποτε να πειραματιστούν, η νιώτη λατάρω να τολμήσει τα επικίνδυνα και να γυρεύει τα απαγορευμένα. Δυσκοιότητα, λοιπόν, να γνωρίζουν ότι ο δρόμος αυτός ίσως δεν έχει γυρισμό. Ο καλύτερος τρόπος για να το μάθουν είναι να έρθουν σε επαφή με άτομα που έχουν παραδοθεί στις ουσίες. Η εξάρτηση δεν είναι στιγμή. Μπορεί να συμβεί στον καθένα.