

Clare Mackintosh



ΥΠΟΣΧΟΜΑΙ
ΟΤΙ ΔΕΝ
ΘΑ ΠΟΝΑΕΙ
ΠΑΝΤΑ
ΤΟΣΟ

Μετάφραση:
Δέσποινα Γιανναρούδη

18 διαβεβαιώσεις για το πένθος

ΜΕΤΑΙΧΜΙΘ

ΥΠΟΣΧΟΜΑΙ ΟΤΙ ΔΕΝ ΘΑ ΠΟΝΑΕΙ ΠΑΝΤΑ ΤΟΣΟ

ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ

Δοκίμιο/Αυτοβοήθεια

Πρώτη έκδοση Οκτώβριος 2024

Τίτλος πρωτοτύπου Clare Mackintosh, *I Promise it Won't Always Hurt Like This*, 2024

Επιμέλεια – Διόρθωση τυπογραφικών δοκιμίων Στεφάνια Σπανούδη
Σχεδιασμός εξωφύλλου Ντίμη Μηλιώρη

© 2024, Clare Mackintosh

© 2024, Εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ (για την ελληνική γλώσσα)

ISBN 978-618-03-4133-1

ΒΟΗΘ. ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ 84133

Κ.Ε.Π. 5916, κ.π. 20715

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Ελληνικού Νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής άδειας του εκδότη κατά οποιοδήποτε μέσο ή τρόπο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευσή του συνόλου ή μέρους του έργου.

Εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ

Ιπποκράτους 118, 114 72 Αθήνα

τηλ.: 211 3003500, fax: 211 3003562

metaixmio.gr · metaixmio@metaixmio.gr

Κεντρική διάθεση

Ασκληπιού 18, 106 80 Αθήνα

τηλ.: 210 3647433, fax: 211 3003562

Βιβλιοπωλεία ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ

- Ασκληπιού 18, 106 80 Αθήνα
τηλ.: 210 3647433, fax: 211 3003562
- Πολυχώρος, Ιπποκράτους 118, 114 72 Αθήνα
τηλ.: 211 3003580, fax: 211 3003581

CLARE MACKINTOSH

ΥΠΟΣΧΟΜΑΙ ΟΤΙ ΔΕΝ
ΘΑ ΠΟΝΑΕΙ ΠΑΝΤΑ ΤΟΣΟ

18 διαβεβαιώσεις για το πένθος

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ Δέσποινα Γιανναρούδη

ΜΕΤΑΙΧΜΙΘ

Για όλους εκείνους που έχουν βιώσει την αγάπη,
και μετά την απώλεια.
Και για τον Άλεξ.

ΕΝΑ

Υπόσχομαι ότι
δεν θα πονάει πάντα τόσο

Δεν θα μπορούσα να σου πω τι μήνας ήταν, όμως υπήρχαν νάρκισσοι, οπότε πρέπει να ήταν άνοιξη. Μερικές εβδομάδες μετά τον θάνατο του Άλεξ, υποθέτω. Το πολύ δύο μήνες. Οι νάρκισσοι έγερναν τα κεφαλάκια τους βαριά από τη βροχή, με τα στελέχη τους τυλιγμένα σε νωπό χαρτί κουζίνας και αλουμινόχαρτο. Τα λουλούδια τα κρατούσε μια γυναίκα.

«Πώς είστε;» ρώτησε.

Πώς ήμουν;

Αργοπέθαινα. Η καρδιά μου χτυπούσε ακανόνιστα, τα μηνίγγια μου πάλλονταν και στ' αυτιά μου είχα ένα βουητό σαν να περνούσε πάνω απ' το κεφάλι μου αεροπλάνο. Το κορμί μου πονούσε σαν να είχα γρίπη, το δέρμα μου τόσο επώδυνα ευαίσθητο, που μπορούσε ν' ανεχτεί πάνω του μόνο τα πιο απαλά υφάσματα – ρούχα που είχαν να πλυθούν πάνω από μία εβδομάδα. Ο άντρας μου ήταν στη δουλειά και το δίδυμο παιδί μας που είχε επιβιώσει βρισκόταν ακόμη στη μονάδα εντατικής φροντίδας, οπότε η γυναίκα πρέπει να με είχε πετύχει σε μια από τις σπάνιες στιγμές που ήμουν στο σπίτι. Αναρωτήθηκα αν είχε περάσει κι άλλες φορές, αν οι νάρκισσοι στα χέρια της έκαναν τη δεύτερη ή την τρίτη βόλτα τους μέχρι εκεί.

«Είμαι καλά» είπα. Γιατί αυτό γράφει το σενάριο, έτσι δεν είναι; Φαντάζομαι πως το έχεις πει κι εσύ, με το σώμα στητό, τους ώμους τραβηγμένους πίσω και το πιγούνι ανασηκωμένο σε μια προσπάθεια να κρύψεις το γεγονός ότι

μέσα σου σβήνεις. Ή τουλάχιστον θα ήθελες να σβήσεις και να χαθείς. Γέρνεις το κεφάλι στο πλάι σε μια μίμηση της δικής τους στάσης.

«Αμφιβάλλω» απάντησε η γυναίκα με τους νάρκισσους. «Μπορώ να περάσω;»

Παραμέρισα απρόθυμα. Η γυναίκα ήταν μια ξένη, αλλά αυτό είχε πάψει να φαντάζει περίεργο. Οι προηγούμενες εβδομάδες ήταν γεμάτες ακάλεστους επισκέπτες: γιατρούς, εργολάβους κηδειών, συμβούλους πένθους. Και σε μια περίπτωση, έναν ιερέα τον οποίο είχε στείλει κάποιος οικογενειακός φίλος που διέμενε σε άλλη πόλη. Δεν είχα ζητήσει κανέναν τους, δεν ήθελα κανέναν τους. Κανείς μας δεν θέλει, κι όμως το πένθος τους φέρνει όλους στην πόρτα μας.

Το σπίτι μας εκείνης της εποχής ήταν ψηλό και στενό. Είχε έναν μικρούτοικο περιτοιχισμένο κήπο μπροστά, όπου η γάτα κοιμόταν σ' ένα παρτέρι με λουλούδια και η αυλόπορτα κοπανούσε με τον αέρα όταν ο ταχυδρόμος την ξεχνούσε ανοιχτή. Ήμουν η αρχιφύλακας της πόλης και η διαδρομή μέχρι το γραφείο μου απαιτούσε απλώς να διασχίσω τον κεντρικό δρόμο απ' τη μια άκρη ως την άλλη, φορώντας καθ' οδόν τη γραβάτα μου με κλιπ καθώς αποτέλειωνα το πρωινό μου τοστ. Είχα όμως πολύ καιρό να πάω στη δουλειά, και μου ήταν αδύνατο να φανταστώ τον εαυτό μου να επιστρέφει κάποια στιγμή.

«Λυπάμαι πολύ που πέθανε ο γιος σου» μου είπε η γυναίκα όταν καθίσαμε. Ίσως της πρόσφερα ένα φλιτζάνι τσάι· μπορεί και να το δέχτηκε. Το βλέμμα μου ήταν καρφωμένο στους νάρκισσους, στα μικροσκοπικά δροσόφιλα

που έβγαιναν από μέσα τους, όμως στα λόγια της σήκωσα τα μάτια μου.

‘Όποια κι αν ήταν αυτή η γυναίκα, είχε επίσης χάσει κάποιον.

Είναι πάντα εύκολο να το καταλάβεις, σωστά; Μερικές φορές είναι το όλο στήσιμο που το προδίδει, το ευθύ βλέμμα που δεν χαμηλώνει με τον τρόπο που το κάνουν τόσο άλλα καλοπροαίρετα βλέμματα, λες κι είναι επώδυνο να αντικρίζουν τον πόνο μας. Όμως κυρίως είναι ο τρόπος που μιλάνε. Δηλώνοντας απλώς γεγονότα αντί να καταφεύγουν σε ευφημισμούς. Με ευθύτητα. Σχεδόν με ωμότητα. Αυτό συνέβη. Είναι φριχτό, αλλά έτσι έχουν τα πράγματα. Και δεν μπορείς να τ’ αλλάξεις. Κάποιος πέθανε.

«Πώς τον έλεγαν;» ρώτησε.

Πιστεύω ότι αυτή είναι η πιο σημαντική ερώτηση όταν κάποιος πενθεί, κι όμως οι άνθρωποι που μου την είχαν κάνει μετριούνταν στα δάχτυλα του ενός χεριού. Αντί γι’ αυτό, ρωτάνε: Πώς έφυγε; Δες και η αιτία είναι πιο σημαντική από τη ζωή που χάθηκε.

Το όνομα του γιου μου ήταν Άλεξ. Διαλέξαμε το Αλεξάντερ, γνωρίζοντας ότι ήταν ένα υπερβολικά βαρύ όνομα για ένα τόσο μικρό αγόρι. Όταν γεννήθηκε, έχωσα το μικρό μου δαχτυλάκι στην μπουνίτσα του και προσπάθησα να φανταστώ τον άντρα που θα γινόταν μια μέρα.

Τόσο μεγάλο μέρος του πένθους έχει να κάνει με την απουσία, σωστά; Όχι μόνο με την απουσία του αγαπημένου προσώπου αλλά και με τη στέρηση όλων των αναμνήσεων που δεν προλάβαμε να δημιουργήσουμε μαζί. Με τις ευ-

καιρίες που χάθηκαν. Ο πατέρας που δεν θα συνοδέψει την κόρη του νύφη στην εκκλησία· η γιαγιά που δεν θα κρατήσει στην αγκαλιά της το πρώτο της εγγόνι. Ο Άλεξ που δεν είχε την ευκαιρία να μεγαλώσει για να κουβαλήσει το βάρος του ονόματός του.

Εύχομαι να μπορούσα να θυμηθώ το όνομα της γυναίκας με τους νάρκισσους. Εύχομαι να μπορούσα να θυμηθώ το όνομα του παιδιού που είχε χάσει εκείνη. Έμεινε γύρω στη μία ώρα, κι όλο αυτό το διάστημα εγώ κρατούσα σφιχτά τα λουλούδια που μου είχε φέρει, με το βλέμμα καρφωμένο σ' εκείνα τα μικροσκοπικά έντομα. Τα είχε κόψει από τον κήπο της, υποθέτω. Είχε αφιερώσει χρόνο για να τα μαζέψει, να τα τυλίξει σε νωπό χαρτί και να τα φέρει σε μια άγνωστη που δεν μπορούσε καν να την κοιτάξει στα μάτια. Παραμένει μια από τις πιο καλοσυνάτες πράξεις που έχει κάνει ποτέ κάποιος για μένα.

«Υπόσχομαι ότι δεν θα πονάει πάντα τόσο» είπε η γυναίκα. Η δική της θλίψη, συνέχισε, ήταν αβάσταχτη στην αρχή. Νόμιζε πως θα πέθαινε απ' τον πόνο. Της ήταν αδύνατο να μιλήσει, να κουνηθεί, να λειτουργήσει. Μου μίλησε για τον γιο της και για το πώς είχε πεθάνει τόσα χρόνια πριν. Εγώ άκουγα τη φωνή της, ήρεμη και ψύχραιμη, και τη σκέψη που σχηματίστηκε στο μυαλό μου δεν υπήρχε περίπτωση να τη μοιραστώ ούτε για ένα εκατομμύριο λίρες.

Θα σου την αποκαλύψω όμως.

Σκέφτηκα: *Δεν μπορεί να τον αγαπούσες πραγματικά.*

Δεν είμαι περήφανη γι' αυτό, αλλά το πένθος δεν είναι μόνο δακρύβρεχτες επισκέψεις σε νεκροταφεία και σώμα-

τα που τραντάζονται από σιωπηλούς λυγμούς σωριασμένα πάνω σε τραπέζια κουζίνας. Το πένθος δεν είναι ρομαντικό· είναι επώδυνο και άσχημο, συχνά εξίσου γεμάτο θυμό και πικρία όσο και αγάπη. Μέχρι κάποιος άλλος να σου εξομολογηθεί τις τρομερές σκέψεις που περνούσαν απ' το κεφάλι του, φαντάζεσαι πως είσαι ο μόνος που τις κάνει – και το πένθος είναι ήδη αρκετά μοναχικό και χωρίς αυτό. Πίσω από κάθε υπόσχεση σ' αυτό το βιβλίο υπάρχει μία αταλάντευτη αρχή: υπόσχομαι ότι θα είμαι ειλικρινής μαζί σου.

Αν η γυναίκα με τους νάρκισσους αγαπούσε πραγματικά τον γιο της, συλλογίστηκα, δεν θα μπορούσε να μιλάει γι' αυτόν με τέτοια ευκολία. *Μα κοίτα πώς είσαι, σκεφτόμουν, καλοντυμένη, με μια δουλειά, μια οικογένεια, μια ζωή. Εγώ δεν θα μπορέσω ποτέ ξανά να είμαι έτσι. Ο γιος μου πέθανε, και δεν πρόκειται ποτέ, μα ποτέ να το ξεπεράσω.*

«Είναι ακόμη πολύ νωρίς για σένα» είπε η γυναίκα. «Όμως υπόσχομαι ότι με τον χρόνο θα γίνει πιο εύκολο».

Όταν έφυγε, έκλαψα στην κουζίνα, μέχρι που δεν μπορούσα να πάρω ανάσα. Είχα σκοπό να βάλω τους νάρκισσους στο νερό, αλλά το να βρω ένα βάζο ήταν πάνω απ' τις δυνάμεις μου, κι έτσι απλώς τους άφησα να μαραζώνουν στη σχάρα για το στέγνωμα των πιάτων. Δεν έδινα δεκάρα. Δεν ήθελα νάρκισσους. Ίσως, αποφάσισα, να μην ήθελα να ξαναδώ στα μάτια μου νάρκισσους.

Με τον χρόνο δεν θα γινόταν πιο εύκολο!

Όση θλίψη κι αν είχε νιώσει η αναπάντεχη επισκέπτριά μου, δεν ήταν τίποτα μπροστά στη δική μου. Το δικό μου

πένθος ήταν πραγματικό. Ήταν ωμό και βασανιστικό και θα γινόταν η καταστροφή μου. Όσα χρόνια κι αν περνούσαν, δεν θα ήμουν σε θέση να μιλήσω για τον γιο μου με τέτοια αυτοκυριαρχία, δεν θα μπορούσα να εμφανιστώ στην πόρτα κάποιου ξένου για να του προσφέρω νάρκισσους και παρηγοριά, επειδή θα ήμουν ακόμη διαλυμένη η ίδια.

Το δικό μου πένθος ήταν διαφορετικό.

* * *

Είναι Φεβρουάριος καθώς τα γράφω αυτά. Τυπικά, χειμώνας ακόμη, όμως υπάρχουν σημάδια της επερχόμενης άνοιξης όπου κι αν κοιτάξω. Οι πρωινές παγωνιές δίνουν όλο και πιο συχνά τη θέση τους σε γαλάζιους ουρανούς, μια νύξη για τις καλύτερες εποχές που έρχονται. Το καινούργιο μας σπίτι έχει έναν μακρύ και φαρδύ κήπο που εκτείνεται μέχρι τα χωράφια πιο πέρα, κι ανάμεσα στα χορτάρια κάτω απ' τα δέντρα ξεφυτρώνουν δεκάδες νάρκισσοι που περιμένουν ν' ανθίσουν. Κάθε φθινόπωρο φυτεύω πολλούς ακόμα, θάβοντάς τους σαν θησαυρό κάτω από τον ανασηκωμένο χλοοτάπητα. Η σκέψη τους με βοηθάει να αντέξω τον χειμώνα. Δεν μπορώ να τους δω, όμως ξέρω πως βρίσκονται εκεί: υποσχέσεις της άνοιξης που με βοηθούν να αντιμετωπίσω τις μαύρες μέρες μέχρι να έρθει η ώρα.

Στο σουπερμάρκετ ματσάκια με νάρκισσους πιασμένα με λαστιχάκια περιμένουν μέσα σε κουβάδες δίπλα στα ταμεία, ανθίζοντας αθόρυβα και σιωπηλά. Στοιχίζουν μία λίρα το ματσάκι. Μία λίρα! Πού αλλού μπορείς ν' αγοράσεις

ελπίδα για μία λίρα; Κάθε βδομάδα παίρνω ένα ματσάκι, που στάζει πάνω στα υπόλοιπα ψώνια μου. Τα λουλούδια ανοίγουν δύο μέρες αργότερα, ηλιόχαρα και χαμογελαστά, και κάθε φορά που τα βλέπω σκέφτομαι το αγόρι μου.

Προτιμώ ν' αφήνω τους νάρκισσους του κήπου μου απείραχτους – μου φαίνεται άδικο να πάω και να τους ξεριζώσω, όταν έχουν εργαστεί τόσο σκληρά για ν' ανθίσουν εκεί που βρίσκονται–, όμως αραιά και πού κόβω μερικούς μακριούς βλαστούς για το βάζο μου.

«Τι είναι αυτή η περίεργη μυρωδιά;» ρωτάει ένας έφηβος μπαίνοντας στο γραφείο μου. Ο ίδιος εκείνος έφηβος που τόσα χρόνια πριν βρισκόταν ακόμη στη μονάδα εντατικής φροντίδας. Ο ίδιος έφηβος που έχασε τον δίδυμο αδερφό του τη μέρα που εγώ έχασα ένα παιδί.

«Είναι άνοιξη» λέω, όμως εκείνος έχει ήδη φύγει, ψάχνοντας κάτι πιο ενδιαφέρον από τη μητέρα του κι ένα βάζο με γερμένα λουλούδια. Τα δάχτυλά μου αιωρούνται πάνω από το πληκτρολόγιό μου. Έχασα το νήμα της σκέψης μου. Ένα μικροσκοπικό έντομο σκάει μύτη μέσα από την τρομπέτα ενός νάρκισσου κι αρχίζει την αργή πορεία του στις κυματιστές άκρες του – η κάθε πτύχωση ένα μικροσκοπικό βουνό που πρέπει να σκαρφαλώσει.

Θα γίνει πιο εύκολο, είχε πει η γυναίκα. Όχι καλύτερο, αλλά πιο εύκολο.

Και όντως έγινε.

ΤΟ ΠΕΝΘΟΣ ΕΙΝΑΙ ΟΙΚΟΥΜΕΝΙΚΟ – ΟΜΩΣ ΕΙΝΑΙ ΤΟΣΟ ΜΟΝΑΔΙΚΟ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΘΕΝΑ ΜΑΣ ΟΣΟ ΚΑΙ Ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ ΠΟΥ ΧΑΣΑΜΕ.



Όταν η συγγραφέας μπεστ σέλερ Clare Mackintosh έχασε το μωρό της και τον πατέρα της, κατέφυγε στα βιβλία για να βρει βοήθεια. Αυτά της έλεγαν τι να νιώθει και πότε να το νιώθει. Η αλήθεια όμως είναι ότι δεν υπάρχουν ξεκάθαρα βήματα για το πένθος ούτε εύκολες συνταγές που θα μας ανακουφίσουν από τον πόνο. Αυτό που έχουμε ανάγκη όταν πενθούμε είναι χρόνος και κατανόηση.

Με 18 σύντομες υποσχέσεις γεμάτες συμπόνια το *Υπόσχομαι ότι δεν θα πονάει πάντα τόσο* είναι ένα βιβλίο στο οποίο μπορείς να προστρέξεις όταν δεν μπορείς να συγκεντρωθείς, όταν γυρεύεις παρηγοριά, όταν ψάχνεις ελπίδα, όταν απλώς θέλεις να πετάξεις κάτι στον τοίχο και όταν έχεις ανάγκη κάποιον να σε διαβεβαιώσει, και να συνεχίσει να σε διαβεβαιώνει:
Δεν θα πονάει έτσι για πάντα, σου το υπόσχομαι.

Ένας προσπός «κάρτης» για όσους πενθούν κι αναζητούν συμπόνια, κατανόηση και ελπίδα.

ISBN: 978-618-03-4133-1



9 786180 341331

ΒΟΗΘ. ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ 84133

metaixmio.gr

