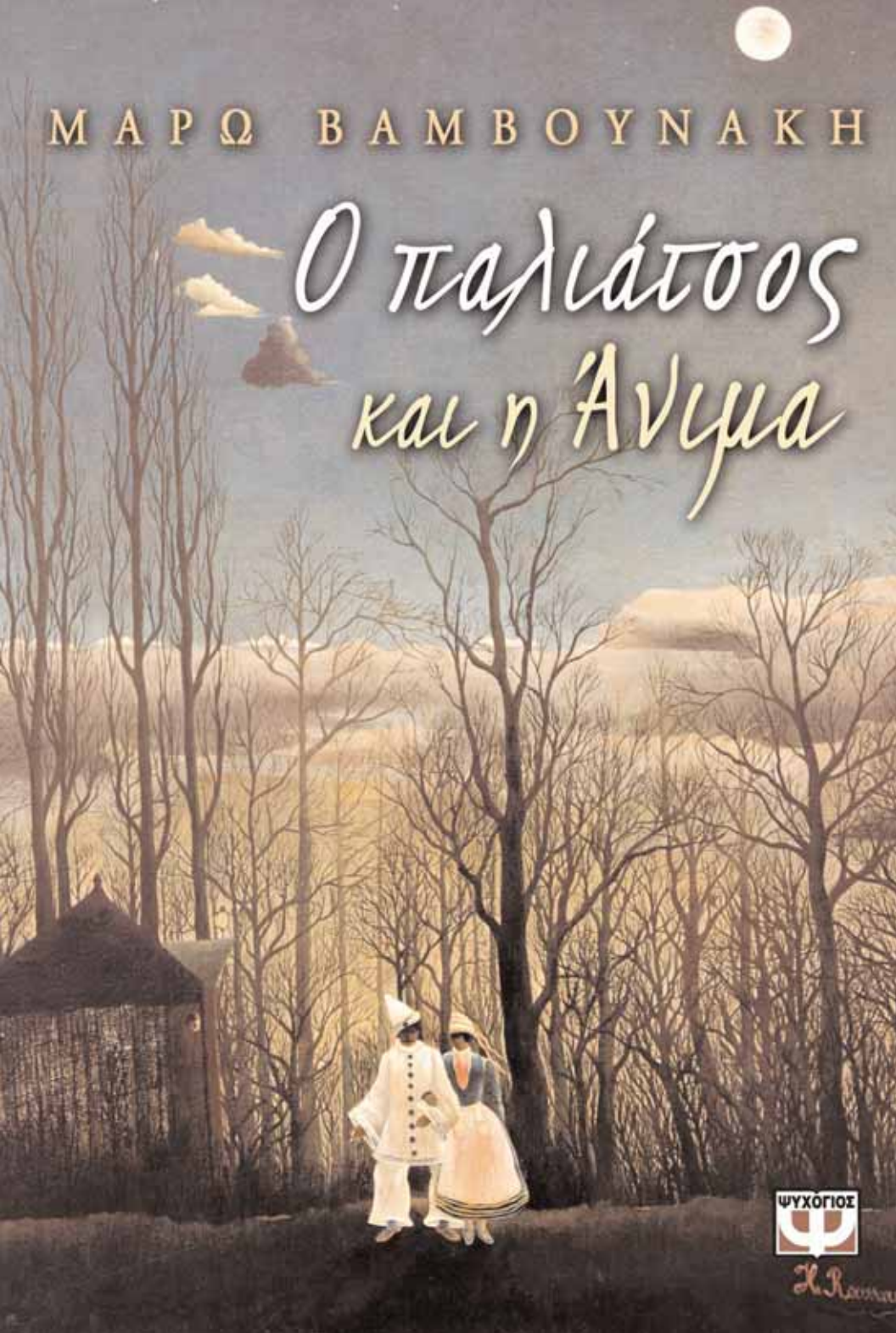


ΜΑΡΩ ΒΑΜΒΟΥΝΑΚΗ

Ο παλιάντσος
και η Άντζμα



ΨΥΧΟΓΙΟΣ
Ψ

Α. Ραμα

Σαν πρόλογος

Ο τίτλος τούτου του βιβλίου δεν είναι παρά μια εικόνα. Την αντίκρισα κάποιο βροχερό ανοιξιάτικο απόγευμα, πάνω σε μια γέφυρα σε κάποια πολιτεία του Βορρά. Ετοιμαζόταν να ξεσπάσει καταιγίδα. Ο ποταμός από κάτω φούσκωνε όλο και πιο σκοτεινός. Ο κόσμος ετοιμαζόταν να ανοίξει ομπρέλες αλλά, εξοικειωμένος με τις αιφνίδιες μπόρες, δε σκεφτόταν να χάσει τον νωχελικό σαββατιάτικο περίπατό του ούτε το θέαμα που ξεκινούσε τώρα πάνω στη γέφυρα. Ένας κλόουν, ένας παλιάτσος με μακιγιαρισμένο κατάλευκο πρόσωπο, με ζωγραφισμένο μεγάλο στόμα, κάτι ανάμεσα στο πλατύ γέλιο και το σπαραχτικό κλάμα, έκανε το νούμερό του σαν να 'ταν ολομόναχος, χωρίς να προσέχει ούτε εμάς ούτε τον καιρό.

Φορούσε φαρδιά, φθαρμένα ρούχα, σακάκι με χρωματιστά μπαλώματα, κίτρινα γάντια, και παπούτσια τεράστια. Είχε ακουμπήσει καταγής ένα βιολί, μια βιόλα

μάλλον, καθώς και το καπέλο του, που ήταν αναποδογυρισμένο ώστε όποιος θέλει να ρίχνει νομίσματα.

Υπήρξε και η Άνιμα. Η εικόνα όμως θα ολοκληρωθεί αργότερα, στις τελευταίες σελίδες του βιβλίου.

Τι ακριβώς σημαίνει τούτη η ωραία, μυστική και μελωδική λέξη που θυμίζει όνομα γυναίκας κι όπου το αρχικό Άλφα είναι και το τέλος της; Για τους Λατίνους, βέβαια, *anima* θα πει ψυχή. Για τον Γιουνγκ υποδηλώνει τη θηλυκή ψυχική μας παράσταση. Στην υμνολογία μας και στα Ευαγγέλια, η λέξη ψυχή μοιάζει να θέλει να παραπέμψει τότε στον εαυτό, τότε στο πνεύμα, τότε στην καρδιά, και τότε στον άνθρωπο ως ολότητα. Για τους αρχαίους Έλληνες ψυχή σήμαινε επίσης και πεταλούδα. Ο όρος ψυχή για τους στοχαστές των αιώνων είναι απ' τους αιγιματικότερους, τους πιο αμφιλεγόμενους, και υπάρχουν κάποιοι που την υποπτεύονται ως μία δίχως έρευνα ψευδοκατασκευή.

Δεν είναι στόχος τούτου του μικρού προλόγου να αναλύσει ένα τόσο γριφώδες ζήτημα. Προτιμώ να αφήσω τον κάθε αναγνώστη, διαβάζοντας τούτες τις σελίδες, να ανακαλεί τη δική του αίσθηση περί ψυχής, όποια κι αν είναι αυτή. Θα ήθελα όμως να παραθέσω εκείνο που βρήκα ως λήμμα «ανιμισμός» στη Νέα Ελληνική Εγκυκλοπαίδεια, όπου ο ανθρωπολόγος Σερ Έντουαρντ Μπάρνερ Τάιλορ και οι θεωρίες του μας γυρίζουν πίσω, στις αρχαιότερες κατανοήσεις των ανθρώπων περί της Άνιμα. Κατ' αυτόν, λοιπόν, οι πρωτόγονοι παρατήρησαν από νωρίς ότι υπάρχουν πνεύματα και ψυχές. Ψυχή γι' αυτούς

ήταν το κέντρο της προσωπικότητας, η ζωοποιούσα αρχή. Σ' αυτή την πίστη έφτασε ο πρωτόγονος από την εντύπωση που του προκαλούσαν τα όνειρά του και με τη διαπίστωση πως υπάρχει στενή σχέση μεταξύ αναπνοής και ζωής. Στο όνειρο δηλαδή μπορεί κάποιος να διανύσει μακρινές αποστάσεις και να ζήσει ποικίλες εμπειρίες χωρίς να μετακινηθεί τοπικά. Με την αναπνοή και το ψυχορράγημα δημιουργήθηκε η πίστη πως υπάρχει μια «εξωτερική ψυχή», μια *external soul* κατά τους επιστήμονες, που είναι ανθύπαρκτη αλλά συνοδεύει τον άνθρωπο σαν σωσίας του όσο ζει. Διαθέτει δυνατότητες που στερείται το σώμα, και μετά το θάνατο μπορεί να εμφανίζεται στα όνειρα και να επηρεάζει τις ζωές. Όλα τούτα γένησαν στους πρωτόγονους την επιθυμία να βρουν τρόπους, ώστε να ελέγχουν την ψυχή τους αλλά και να μην κινδυνεύουν να πάθουν κάτι κακό απ' αυτήν.

ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ

Αδυναμίες

Πληγές και ελαττώματα

Εχουν χυθεί ωκεανοί μελάνι για ερωτήματα και αμφιβολίες πάνω στην ψυχολογική βοήθεια και ιδιαίτερα πάνω στον μισοσκοτεινό δρόμο της ψυχανάλυσης· στη διά των ψυχολόγων θεραπεία των ανθρώπων. Πόσο βοηθάει τις δυσκολίες της ζωής η ψυχοθεραπεία; Είναι όντως επιστήμη ή πρόκειται για μια ικανότητα, όπως το καλλιτεχνικό ταλέντο, το να μπορείς να πλησιάζεις, να κατανοείς, να παρηγορείς ή να βοηθάς τα ψυχικά άλγη; Είναι μια υπεύθυνη επιστημονική διαδικασία ή μια ασαφής, ασχημάτιστη, επικίνδυνη υποβολή που ποικίλλει μέσα στη ρευστότητα της σχέσης θεραπευτή-θεραπευομένου ή μέσα στην καμιά φορά χαστική ασάφεια και ελευθεριότητα μιας συνεδρίας; Και, στο κάτω κάτω, αν θες να διαγνώσεις και να γιατρέψεις την αρρώστια του ασθενούς σου, είσαι σίγουρος πως ξέρεις τι να του προτείνεις ως υγεία;

Οι διάφορες Σχολές, που με διαφορετικό σκεπτικό

και σύστημα προσπαθούν να φωτίσουν την άβυσσο του νου και να καθοδηγήσουν συμπεριφορές, και που τότε αλληλοσυμπληρώνονται και τότε αλληλοσυγκρούονται, καταλήγουν να προκαλούν σύγχυση που επιτείνει τις αμφισβητήσεις. Η ψυχανάλυση, όπως και κάθε είδους συνάντηση με ψυχοθεραπευτή, είναι μια ξέχωρη θεραπευτική διαδικασία ή μια θλιβερή αναπλήρωση της φιλίας, της γονεϊκής στοργής, της σχέσης μαθητείας με δάσκαλο, ακόμα και του έρωτα, σχέσεων ουσιαστικών και πρωτογενών που υποφέρουν στις μέρες μας; Τι κατάντια να πρέπει να πληρώνεις για να ανοίξεις την καρδιά σου, να πληρώνεις για να σε συμπαθούν, να σε αφουγκράζονται, να σου δίνουν σημασία, να σου συμπαραστέκονται... Τέτοια και άλλα πολλά ισχυρίζονται οι πολέμοι της ψυχολογίας και όλοι μας έχουμε ακούσει τα αντικρουόμενα επιχειρήματα σε εκπομπές ή σε παρέες, είτε τα έχουμε διαβάσει σε άρθρα και σε βιβλία.

Δεν πρόκειται να μιλήσω κι εγώ για τα ίδια τώρα. Ίσως να μη διαθέτω και τις πιο βέβαιες απαντήσεις. Ίσως τούτα τα ερωτήματα να τα ψάχνω κι εγώ ακόμα μέσα στο κεφάλι μου, και ίσως ίσως να επηρεάζομαι από τα αντιφατικά επιχειρήματα. Όπως και να είναι, δε θέλω τώρα, εδώ, να αναφερθώ σ' αυτά, ούτε είναι η πρόθεση τούτου του βιβλίου να πείσει για κάτι. Επιθυμώ όμως να καταθέσω μια διαπίστωση απ' όσα κατάλαβα τα χρόνια που ασχολούμαι με τη μελέτη της ψυχολογίας. Μια διαπίστωση λεπτή, που ξεκίνησε να αναδύεται από μέσα μου σαν αόρατη ενόχληση, σαν δυσφορία,

σαν απορία και χρειάστηκαν χρόνια για να λάβει διαυγέστερη μορφή. Μπορεί να χρειάζόταν και κάποιο θάρρος από μέρους μου για να την παραδεχθώ. Δεν ξέρω...

Η ψυχολογική θεραπεία, όπως όλοι πάνω-κάτω γνωρίζουμε, έχει να κάνει κυρίως με το τραυματισμένο παρελθόν μας που έρχεται κάθε τόσο και μπερδεύεται στην τωρινή μας ζωή και ζητάει επούλωση. Με πληγές που άφησαν οι παλιές οδύνες, οι παλιοί τρόμοι, οι παλιές στερήσεις, ματαιώσεις, προδοσίες, αποτυχίες, ψευδείς και απατηλές διδασκαλίες, λαθεμένες συμπεριφορές γονιών και όλων εκείνων που η ψυχανάλυση ονομάζει «τα σημαντικά πρόσωπα της ζωής μας». Κατά κανόνα τούτες οι δυσκολίες, οι στερήσεις και οι πληγές χαράζουν στον καθένα ένα βασικό σύμπτωμα: την έλλειψη πίστης στον εαυτό του. Την έλλειψη αγάπης για τον εαυτό του. Την έλλειψη κουράγιου να γυρέψει και να επιδιώξει στα σοβαρά εκείνα που λαχταρά, να πάρει στα σοβαρά τα όνειρά του, ώστε να μην καταντήσουν φαντασιώσεις χωρίς πραγματικότητα και χυμούς ζωής. *Αφού με πρόδωσε ο γονιός μου, τίποτα δεν αξίζω... Αφού ξεγελάστηκα από το δάσκαλο που θαύμαζα τυφλά, είμαι ένας βλάκας. Αφού με εγκατέλειψε η πρώτη αγάπη μου, είμαι ανίκανη να κερδίσω αγάπη. Ύστερα από τόση οδύνη που ένιωσα τότε, δεν αντέχω να ξανανιώσω κάτι ανάλογο ποτέ πια.*

Πρόκειται για πρόσωπα που δεν εμπιστεύονται πια

την ελπίδα. Όλοι μας κουβαλάμε ένα τέτοιο πρόσωπο μέσα μας, σ' έναν τομέα, σε μια πτυχή μας, μισοκρυμμένο στη λεγεώνα των προσώπων που εντός μας συντηρούμε και μας δυναστεύουν. Βγαίνει δειλά δειλά στα όνειρα του ύπνου μας, και – το χειρότερο – βγαίνει όταν τα προβλήματα του βίου σκληραίνουν.

Προ καιρού με ρωτούσε ένας φίλος τι έχω καταλάβει πως αναζητούν οι άνθρωποι όταν καταφεύγουν για βοήθεια σε ψυχολόγο· με ψυχανάλυση, με συμβουλευτική, με υποστήριξη. Τι είναι αυτό που συνήθως τους βασανίζει; Αυθόρμητα του απάντησα ότι, απ' τη λίγη μου πείρα, έχω καταλήξει στο εξής: Πως οι άνθρωποι κατά κανόνα γνωρίζουν το καλό, υποπτεύονται το σωστό, διαισθάνονται αυτό που είναι αλήθεια και δέον. Ωστόσο τους λείπει το κουράγιο να το πράξουν. Είναι γεμάτοι φόβους και δειλία. Στη θεωρία είναι γενναιότατοι, ελεύθεροι, ενήλικες, ενώ στην πράξη δειλοί και θλιβερά ζαρωμένοι, σαν κουρασμένα, μαραμμένα, από πολύ νωρίς, μωρά.

Τι είναι εκείνο που προκαλεί τούτη τη διαφορά; Τι σκάβει το χάσμα; Το να γίνομαι άλλος όταν σκέφτομαι κι όταν ονειρεύομαι, και άλλος όταν έρχεται η ώρα να ενεργήσω; Απ' τις κυρίαρχες μεταμορφωτικές αναστολές μας είναι η πολύ κακή σχέση με τον εαυτό μας. Η πολύ κακή γνώμη μας για τον ίδιο τον εαυτό μας.

Θυμάμαι και ξαναθυμάμαι κάποιον καθηγητή στο πανεπιστήμιο να ισχυρίζεται κάτι που τότε με εντυπώσισε: «Το κόμπλεξ κατωτερότητας εκφράζεται σαν κό-

μπλεξ ανωτερότητας», μας είχε πει ένα φθινοπωρινό απομεσήμερο από την έδρα του σε αίθουσα της οδού Σόλωνος. Κάθε συμπλεγματική συμπεριφορά, κάθε μορφής μειονεξία οδηγεί σε αδιέξοδο, μια και το πλέγμα σφίγγει και γίνεται κόμπος. Δεν είναι λοιπόν τυχαίο που το άγχος των εσωτερικών συγκρούσεων περιγράφεται από τον αγχωτικό ως κόμπος στο στομάχι, θηλιά στο λαιμό, άσθμα, πνιγμός, στραγγάλισμα, σφίξιμο στην καρδιά, λαχάνιασμα.

Η γνώμη για τον εαυτό μας είναι γνώμη-κλειδί. Καθορίζει τη γνώμη που θα έχουμε για τους άλλους, για τον κόσμο, για τον Θεό, τη γνώμη που θα έχουμε για το μέλλον, τη μνήμη που θα πλάσουμε για το παρελθόν. Όμως δε θέλω να ξαναπώ κι εγώ αυτά τα γνωστά και τετριμμένα. Δε θέλω να ξαναμιλήσω εδώ για το ότι τούτη η κρίσιμη γνώμη διαμορφώνεται εν πολλοίς από τη γνώμη που είχαν οι γονείς μας για μας· από τις συμπεριφορές στην οικογένεια, από τις προσδοκίες της μάνας και του πατέρα, από την πίεση, από τις ιδέες του κύκλου γύρω μας, κι όλα αυτά τα λίγο-πολύ γνώριμα.

Θέλω να πάω παρακάτω και να μοιραστώ μιαν άλλη διαπίστωση.

Την ενασχόλησή μου με την ψυχολογία την ξεκίνησα με ενθουσιασμό. Με ελπίδες πως τούτη η γοητευτική επιστήμη κρύβει στα κιτάπια της τα κλειδιά της βασιλείας. Πως υπόσχεται την απελευθέρωση, πως προσφέρει τη

σημαντική κάθαρση και τον λυτρωτικό φωτισμό του υποσυνείδητου. Έτσι και συμπαρασταθώ στον αναλυόμενο να δει με θάρρος, έξω-πέρα, τι τον πλήγωσε και τι τον φόβισε – τα δυο μαύρα σκυλιά-κέρβερους στην πύλη της κόλασής του – , θα τον ξεκλειδώσω από τα δεσμά του. Θα πετάξει ώριμος πια και δυνατός προς την πραγματική ζωή, θα πετάξει για να βρει και να χαρεί τον αληθινό εαυτό του.

Ο Φρόιντ, στην αρχή της ψυχαναλυτικής του έρευνας, όταν ενθουσιασμένος παρακολουθούσε τη δύναμη που έχει στον ψυχισμό ο διά των εξομολογητικών συνειρμών φωτισμός του υποσυνείδητου και μιλούσε για «την αργή μαγεία», ήταν βέβαιος πως, με την παραδοχή απ' τον αναλυόμενο των απωθημένων επιθυμιών ή φόβων, ο ασθενής θα γιαιτρευόταν περίπου αυτομάτως. Έφτασε να δώσει υπερβολική πίστη ακόμα και στη δύναμη της ύπνωσης, όταν ο ασθενής, υπνωτισμένος, παραδεχόταν και ξαναβίωνε τραυματικά συμβάντα, δήθεν ξεχασμένα μέσα στην απώθηση. Με τον καιρό και με την εφαρμογή της ψυχανάλυσης σε διάρκεια, παρατηρούσε πως τούτη η συνειδητοποίηση δεν αρκεί για σταθερά θεραπευτικά αποτελέσματα. Ήταν αναγκαία η μακροχρόνια επεξεργασία (work) του υλικού που αναδύοταν από το υποσυνείδητο, η προσεχτική και λεπτομερής δουλειά του αναλυτή και του αναλυόμενου, καθώς και η συναίσθηση, η «εμπάθεια» (με την έννοια της συμπάθειας), η πειθώ, η κατανόηση, η επεξήγηση, η επανάλληψη των νέων γνώσεων και δεδομένων ώστε να

ακολουθήσει η ιαματική μεταβολή μιας προσωπικότητας. Η επιστροφή της δηλαδή στην αληθινή φύση της απ' όπου είχε ξεφύγει. Ο άνθρωπος πρέπει να καταλάβει εκείνο που του συνέβη αλλά και του συμβαίνει για να το παραδεχτεί. Πρέπει να το δουλέψει, να το παλέψει, για να πιστέψει στις νέες αλήθειες του.

Ψυχή πιο βαθιά απ' την πληγή

Οι διαπιστώσεις, όμως, δε σταματούν εδώ. Ο άνθρωπος που ψυχοθεραπεύεται, νικώντας παλιούς τρόμους, επουλώνοντας βαθιές πληγές, αντιμετωπίζοντας απωθημένα, εγκαταλείποντας νοσηρές άμυνες και αμυντικούς μηχανισμούς, δε μεταβάλλεται απαραίτητα σε έναν ωραίο, αγνό, θετικό άνθρωπο. Ο ψυχοθεραπευτής μπορεί να τον γιατρέψει από τις πληγές του, όμως δεν μπορεί να τον γιατρέψει από τα ελαττώματα του χαρακτήρα του. Άλλο η ψυχολογική ή συναισθηματική ασθένεια και άλλο η πνευματική ή ηθική ασθένεια. Διότι το φοβερό δώρο του Θεού στο πλάσμα Του είναι το προνόμιο της ελευθερίας· το δυσμενές προνόμιο της ελευθερίας, όπως σαρκάζουν μερικοί. Δώρο μεγαλειώδες και επικίνδυνο: η ελευθερία που έχει ο άνθρωπος ακόμα και να καταστραφεί, να χαθεί· το αναφαίρετο δικαίωμά του να είναι, αν το επιθυμεί, κακός. Ο άνθρωπος γεννιέται πάντα καλός, ισχυρίζονται οι ανθρωπιστές. Και μάλλον έτσι πρέπει να είναι. Δεν υπολογίζουμε όμως, όσο σοβαρά πρέπει, το

νόημα της ελευθερίας του. Μόνο η ελευθερία μας να επιλέξουμε, αν θέλουμε, και το κακό είναι καθαυτό ελευθερία.

Η ορθόδοξη ψυχανάλυση και οι πρώτες Σχολές της ψυχολογίας ασχολήθηκαν κυρίως με το παρελθόν του θεραπευομένου, με τα σκληρά ίχνη που άφησε η παιδική ζωή στην ψυχή του και που ισόβια τον αδυνατίζουν και του παραμορφώνουν πρωτίστως τα συναισθηματικά κριτήρια. Αναγνωρίζοντας με τα χρόνια – και μην ξεχνάμε πως η ψυχολογία είναι μια πάρα πολύ νέα επιστήμη, περίπου εκατό χρόνων μόνο – την ανεπάρκεια μιας τέτοιας βοήθειας, η σύγχρονη ψυχοθεραπευτική και ειδικότερα η Σχολή της υπαρξιακής ψυχολογίας μεταθέτει το ενδιαφέρον της από το παρελθόν στο παρόν, και πιο πέρα, στο μέλλον του ασθενούς: από το υποσυνείδητο στο συνειδητό του ανθρώπου. Δεν επικεντρώνεται μόνο στο τι έπαθε, τι του έκαναν, αλλά και στο τι μπορεί να κάνει, στο τι μπορεί να ξεπεράσει, ποιο είναι το εσωτερικό του ανάστημα, οι δυνατότητές του, η προοπτική του. Και πάνω απ' όλα στο ποια είναι κι αν υπάρχει η θαυματουργική δυνατότητά του στην Υπέρβαση. Δεν εξετάζει μονάχα το ασθενές και τραυματισμένο μέρος της προσωπικότητάς του που τον δεσμεύει, αλλά και το υγιές, θετικό, δυναμικό του μέρος, που έχει την ισχύ να τον ανασύρει απ' τον θολό βυθό και να τον εκτοξεύσει ψηλά, και μακριά, και πέρα. Κι όπως λέει ο Νίτσε: «Μ' αρέσει εκείνος που η ψυχή του είναι πιο βαθιά απ' την πληγή του». Διότι εκείνο που διακρίνει τον

άνθρωπο από τα ζώα δεν είναι όσα συνήθως διηγούμαστε στις συντροφίες. Ότι δηλαδή ο άνθρωπος έχει λογική ενώ το ζώο όχι — μέγα σφάλμα. Ότι ο άνθρωπος μπορεί και γελά. Ότι το ζώο δεν έχει συναίσθηση του θανάτου. Εκείνο που διακρίνει το ζώο απ' τον άνθρωπο είναι μόνο η ελευθερία.

Γνωρίζω μια γυναίκα που είναι από τους ωραιότερους ανθρώπους που έχω συναντήσει. Έχει περάσει τα ογδόντα και το πρόσωπό της είναι πανέμορφο. Είναι τώρα πιο ενδιαφέρον κι απ' το πρόσωπο που περιεργάζομαι στις κιτρινισμένες φωτογραφίες της νιότης της. Με την ομορφιά που χαρίζει η ανεξαρτησία και η καλοσύνη που έπεται αυτής όταν την πετύχεις. Όταν τη ρωτώ και την ξαναρωτώ για το μυστικό της πλούσιας εσωτερικής της ζωής, μου απαντά το ίδιο πάντα: «Ποτέ και για τίποτα δε δέχτηκα να χάσω την ελευθερία μου. Μόνο για ένα μεγάλο έρωτα, κάποτε. Μόνο έναν αληθινό έρωτα βάζω πάνω απ' την ελευθερία».

Αν ο Φιόντορ Ντοστογιέφσκι θεωρείται σοφός, μοναδικός ανθρωπογνώστης και άγιος της Ορθοδοξίας είναι κυρίως γιατί τόλμησε να κατέβει όχι μόνο στα υπόγεια του υποσυνείδητου των ηρώων του, αλλά στα ακόμα πιο σκοτεινά και φοβερά υπόγεια της ελευθερίας των ηρώων του. Για να υπάρξει το Καλό, συμπεραίνει, πρέπει να είναι ελεύθερο Καλό. Για να υπάρξει τέτοιο Καλό, πρέπει να υπάρξει και ελεύθερο Κακό. Ο Ρα-

σκόλνικοφ δε θα πιστέψει πως μπορεί να επιλέξει τον Θεό, αν δεν του επιτραπεί ακόμα και το έγκλημα, ακόμα και ο φόνος.

Υποψιάζομαι πως η μεγαλύτερη και μάλλον η μοναδική φιλοδοξία μιας σοβαρής ψυχοθεραπείας δεν είναι να κάνει τον άνθρωπο καλό· δε γίνονται αυτά. Είναι μονάχα να τον βοηθήσει να βαδίσει προς την απελευθέρωσή του. Κι αυτή η προσπάθεια είναι γεμάτη απρόβλεπτες εξελίξεις, ζοφερές εκπλήξεις, αντιφάσεις, παραδοξότητες, ίλιγγο. Αλλά όπως γράφει ο Νικολάι Μπερντιάγιεφ: *Είναι άραγε άξιοι και επιθυμητοί απ' τον Θεό εκείνοι που έρχονται προς αυτόν όχι απ' το δρόμο της ελευθερίας και χωρίς να γνωρίζουν το Κακό;*

Πολλοί πελάτες των ψυχολόγων χτυπάνε την πόρτα τους αναζητώντας να τους προσφέρουν λύσεις, να τους κάνουν προβλέψεις σαν μελλοντολόγοι, να τους χαρίσουν συνταγές επιτυχίας. Δεν είναι ποτέ μοιραίο κάτι τέτοιο. Η ψυχολογία δε διαθέτει τέτοιες προσφορές, αλλά και ούτε επιθυμεί να διαθέτει. Κανένας άνθρωπος που αγαπάει τον άνθρωπο δεν καταδέχεται να του κάνει κάτι τέτοιο. Το μόνο που η ψυχολογία προσφέρει είναι η στήριξη για να πορευτεί ο καθένας μόνος προς τα αληθινά του συναισθήματα. Να δει, να παραδεχτεί και να αντέξει τις αληθινές του επιθυμίες. Να συναντηθεί θαρρετά με τον εαυτό του που φοβάται. Δεν είναι μικρής αξίας μια τέτοια βοήθεια, γιατί ύστερα από μια τέτοια συμφιλίωση, θα μπορέσει αυτός ο ίδιος επιτέλους να βαδίσει προς τις αποκρίσεις του. Θα μπορέσει

να βηματίσει πια στην ανυπόφορη περιοχή της μοναξιάς του· της μέχρι πριν τρομαχτικής μοναξιάς του, που όταν φθάσει εκεί, πιστέψτε το, το ταξίδι ήδη έχει αρχίσει να γίνεται συναρπαστικό.

Μια ψυχοθεραπεία, ακόμα και η καλύτερη, με τον πιο κατάλληλο, υπεύθυνο ψυχολόγο, με κάθε μορφή, ακολουθώντας οποιαδήποτε Σχολή, και στον πιο προετοιμασμένο για αλλαγές άνθρωπο, δεν μπορεί να είναι μια σωστική διαδικασία. Η ελευθερία του ανθρώπου να σωθεί ή να χαθεί θα παραμένει, όπως είπαμε, το μεγαλειώδες και τραγικό του χάρισμα. Η βούληση για πνευματική σωτηρία θα παραμείνει μια εντελώς μοναχική, προσωπική, έμπρακτη απόφαση και ο χώρος που θα εκκολάπτεται δε θα ονομάζεται ντιβάνι, γραφείο, ιατρείο, φάρμακα, τεχνικές, συνεδρία, ομάδα ή κάτι παρόμοιο. Θα ονομάζεται σχέση, κελί, σπήλαιο ή έρημος. Με ό,τι τούτες οι λέξεις είναι, εννοούν ή συμβολίζουν.

Τώρα που αναφέρομαι στη διαφορά ανάμεσα στα τραύματα και στην ελεύθερη βούληση να επιλέγω την αληθινή μου ποιότητα, θυμάμαι ένα περιστατικό που δεν είναι και τόσο σπάνιο.

Μια τριανταπεντάχρονη γυναίκα ξεκίνησε την ψυχανάλυσή της σαν τρομαγμένο, χτυπημένο γατάκι. Ανίκανη να κρατήσει στα χέρια της τον έλεγχο της ζωής της. Ανήμπορη να δραστηριοποιηθεί στα προσωπικά και τα επαγγελματικά της ζητήματα. Παθητική, αδρα-

νής και βαριά απαισιόδοξη από την πλήρη έλλειψη αυτοεκτίμησης. Πίστευε πως τίποτα δεν είναι σε θέση να διεκπεραιώσει, τίποτα να ολοκληρώσει, ούτε καν να προχωρήσει για πολύ, τίποτα να επιτύχει. Είτε γιατί ήταν ανίκανη εκ γενετής, είτε γιατί δεν της άξιζε τίποτα καλό — γνώμες που της είχε φυτέψει από τα πρώιμα χρόνια της η μητέρα της. Πηγαίνοερχόταν στην ψυχοθεραπεία της χωρίς καθόλου να ελπίζει. Νομίζω πως μπήκε σ' αυτή τη διαδικασία για να υπάρχει κάποιος που θ' ασχολείται μαζί της. Το γεγονός ότι πλήρωνε θα έλεγα μάλιστα ότι την ανακούφιζε. Διαφορετικά δε θα μπορούσε να πιστέψει το θεραπευτή της σε τίποτα. Δεν ήταν δυνατόν να τη νοιάζεται και να τη φροντίζει ανιδιοτελώς κάποιος, έτσι ασήμαντη που ήταν κατά τη γνώμη της.

Η θεραπεία κράτησε τρία χρόνια και κάτι μήνες. Αργά αλλά σταθερά η γυναίκα κέρδιζε μια αξιοπρεπή εικόνα για τον εαυτό της. Αποδέχθηκε πως δεν έφταιγε εκείνη για τη μιζέρια της, ότι μπορούσε να αποδώσει δικαιοσύνη κατηγορώντας τα λάθη των γονιών της. Άντεξε να εγκαταλείψει ενοχές. Άντεξε να παραδεχθεί πως ήταν γονείς εμπαιθείς και εγωιστές που διέστρεφαν πάντα τις πραγματικότητες γύρω της. Άντεξε να ελπίζει και να ονειρεύεται ευτυχισμένες σχέσεις. Η ψυχοθεραπεία της κατέληγε να είναι μια εξαιρετικά επιτυχημένη ψυχοθεραπεία. Η γυναίκα άφηγε πίσω την παθητικότητα, τη μεμψιμοιρία, την παραίτηση, την ανασφάλεια και τις δειλίες. Έδειχνε έτοιμη να βγει ενήλικη πια στη ζωή. Στη δική της ζωή που καμιά σχέση δεν είχε με τη

δανεική ζωή που από παιδί τής είχαν επιβάλει να σέρνει. Μπορούσε να κάνει σχέδια και να βρίσκει τρόπους να τα εφαρμόζει.

Όταν μου εξομολογήθηκε το σχέδιό της με συνωμοτικό ύφος και με λαμπερά μάτια, έμεινα ακίνητη. Προσπαθούσα να καταλάβω πού υπήρχε το σφάλμα. Τι συμβαίνει; Η γυναίκα μου εμπιστεύτηκε ότι είναι ερωτευμένη τρελά με το διευθυντή της στη δουλειά της κι ότι τώρα τελευταία το ανακάλυψε. Πως εκείνος μεν δεν της έχει εξομολογηθεί καθαρά τίποτε ακόμα, όμως στο βλέμμα του, στους τρόπους του, στις κινήσεις και στον τόνο της φωνής του, όπως απευθύνεται σ' εκείνη, καταλαβαίνει την αδυναμία που της έχει. Είναι σίγουρη πως, αν δεν ήταν παντρεμένος, θα είχε από καιρό εκδηλώσει έρωτα για το πρόσωπό της. Εκείνη όμως είναι αποφασισμένη!... Έτσι όπως τη δυνάμωσε η ψυχανάλυση, έτσι όπως πείστηκε για την αξία της και για όσα η ζωή της χρωστάει, είναι σίγουρη πως θα τα καταφέρει. Σκοπεύει να χρησιμοποιήσει κάθε θεμιτό και αθέμιτο μέσο για να ξελογιάσει αυτόν το διευθυντή, να τον χωρίσει απ' τη γυναίκα του, να τον απομακρύνει από τα μικρά παιδιά του, να τον κάνει ολοκληρωτικά δικό της. Ήδη έχει θέσει σε εφαρμογή κάποια στρατηγική. Τηλεφωνεί αργά τη νύχτα στο σπίτι του και όταν σηκώσει το ακουστικό η σύζυγός του, εκείνη το κλείνει. Σίγουρα θα αρχίσει να τον υποψιάζεται και θα ξεκινήσουν οι διαπληκτισμοί μεταξύ τους. «Στον έρωτα και στον πόλεμο επιτρέπονται όλα! Ο Νίτσε, νομίζω, δεν το είπε αυτό;»

με ρώτησε με νάζι. Ευχαριστούσε από καρδιάς την ψυχανάλυση που επιτέλους της άνοιξε τα μάτια. Που της τόνωσε την αυτοπεποίθηση. Που της δίνει πίστη στον εαυτό της. Είναι σίγουρη πως θα καταφέρει να κερδίσει τον άντρα των ονείρων της. «Η πίστη κινεί βουνά!» κατέληξε. Και με κοίταξε με σκληρά, αδίστακτα μάτια που λαμπύριζαν από παράξενο πυρετό, περιμένοντας την επιβεβαίωσή μου.

— εκίνησα να μελετώ ψυχολογία με μεγάλο ενθουσιασμό.
— Με την ελπίδα πως τούτη η γοητευτική επιστήμη κρατάει
— στα κιτάπια της τα κλειδιά της βασιλείας. Με τα χρόνια,
— μια παρατήρηση λεπτή άρχισε να αναδύεται μέσα μου σαν
— ενόχληση και σαν αίνιγμα. Κάτι, κάπου σε όλα αυτά, σκάλωνε.

Ο άνθρωπος που ψυχοθεραπεύεται μπορεί να νικάει παλιούς τρό-
μους, να αποκαλύπτει τυραννικά απωθημένα, να εγκαταλείπει αμυ-
ντικούς μηχανισμούς, άστοχες ενοχές, μπορεί να κερδίζει αυτο-
πεποίθηση, ωριμότητα, όμως δε μεταμορφώνεται απαραίτητα σε
έναν ωραίο, αγνό, θετικό άνθρωπο. Ο θεραπευτής του μπορεί να
τον γιατρέψει από τα τραύματά του, δεν μπορεί όμως να τον για-
τρέψει από τα ελαττώματα του χαρακτήρα του.



Άλλο η ψυχολογική ασθένεια κι άλλο η ηθική, η πνευμα-
τική ασθένεια. Διότι το φοβερό δώρο της ελευθερίας του
ανθρώπου δεν μπορεί να το πειράξει κανείς. Και ελευ-
θερία θα πει να μπορείς να επιλέξεις και το κακό. Να
μπορείς, αν θες, να χαθείς.

Εκείνο που διακρίνει τον άνθρωπο από τα ζώα δεν είναι
όσα έχουμε συνηθίσει να πιστεύουμε. Πως, δηλαδή, ο άνθρωπος
είναι λογικός, ενώ το ζώο όχι – μέγα σφάλμα. Πως μπορεί να γελά,
ενώ το ζώο όχι. Πως αυτός μόνο έχει επίγνωση του θανάτου του.
Εκείνο που διακρίνει τον άνθρωπο απ' τα ζώα είναι η ελευθερία
του. Η δυνατότητα να μη δεσμεύεται ούτε απ' τη φύση του, ούτε
απ' το τραυματικό του παρελθόν, ούτε απ' τις υποκρισίες της κοι-
νωνίας του, ούτε απ' τα λάθη των γονιών του, ούτε απ' τη βοήθεια
των θεραπευτών του. Να μπορεί, από θέληση και μόνο, να κατα-
στρέφεται ή να κάνει τη θαυμαστή υπέρβαση. Κόντρα σε όλους
και σε όλα. Όπως έχει ειπωθεί: «Μ' αρέσει εκείνος που η ψυχή
του είναι πιο βαθιά απ' την πληγή του».



ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε.
ΜΑΥΡΟΜΙΧΑΛΗ 1 – 106 79 ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ.: 210 33 02 234 • FAX: 210 33 02 098
www.psichogios.gr • e-mail: info@psichogios.gr

ISBN 960-453-129-8



9 789604 531295