

I

ΑΥΤΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

Η αρχαία φιλοσοφία επιχειρεί ν' αντιμετωπίσει τα πάθη νοησι-
αρχικά. Δεν έχει άλλη λογική προσέγγιση, αφού δέχεται, ότι
η σφαίρα του συναισθήματος και εκείνη της βούλησης είναι υπο-
δεέστερες από τη σφαίρα της νόησης. Στη σωκρατική φιλοσοφία
η πίστη στη δύναμη του νου είναι τόσο ισχυρή, ώστε όποιος έχει
κατανοήσει τι είναι το αγαθό, θα πράξει κατ' ανάγκη σύμφωνα μ'
αυτό και καμία βούληση, οσοδήποτε πλημμυρισμένη από πάθη,
δεν θα μπορέσει να εναντιωθεί σ' αυτήν τη γνώση. Θα ήταν αδια-
νόητο να υπερισχύσει το κατώτερο μέρος της ανθρώπινης φύσης
στο ανώτερο. Ό,τι φαίνεται ως νίκη του πάθους επάνω στη λογική
δεν αποδίδεται στη δύναμη της βούλησης, αλλά ερμηνεύεται ως
λάθος του λογικού. Μια καλά εδραιωμένη γνώση δεν θα επέτρε-
πε αυτήν τη νίκη, γιατί η κυριαρχία του λόγου συνοδεύεται από
μια ηθική ικανή να ξεριζώνει τα πάθη.

Η άποψη αυτή, που είναι και πλατωνική, υιοθετείται και από
τους Στωικούς. Οι Στωικοί δέχονται ως ουσία της ψυχής μόνο τη
γνώση και θεωρούν όλες τις συναισθηματικές εντάσεις ως νοση-
ρές καταστάσεις. Τα πάθη γι' αυτούς είναι αποτέλεσμα λανθα-
σμένης γνώμης και η με έλλογες αποφάσεις εκρίζωσή τους είναι
ένας υψηλός στόχος του φιλοσοφικού βίου.

Και ο Επίκουρος θεωρεί τα πάθη ως λάθη που κάνει ο νους. Αν
και δεν επιδιώκει την εκρίζωσή τους, χαρακτηρίζει αναγκαία την
αυστηρή πειθάρχησή τους, για χάρη της ψυχικής γαλήνης. Γι' αυτήν

τη γαλήνη ζητά από τον λόγο, και μόνο από τον λόγο, να καθυποτάξει τον φόβο και τις περιττές επιθυμίες. Ως φόβος λογίζεται, εντελώς συγκεκριμένα, ο φόβος του θανάτου, του Άλλου Κόσμου και των Θεών· ενώ ως επιθυμία, που πρέπει να δεχθεί μια αυστηρή πειθάρχηση, λογίζεται ό,τι δεν είναι φυσικό, ούτε αναγκαίο.

Η σχετική με τα πάθη άποψη του Αριστοτέλη έχει μια ουσιαστική απόκλιση από τις προηγούμενες. Βεβαίως και ο Αριστοτέλης δέχεται –όπως όλοι στην αρχαιότητα– ότι ο νους είναι το «προγενέστατον καί κύριον» μέρος της ψυχής, ότι αυτός «ἄρχει καί ἡγεῖται». Ωστόσο, νιώθει την ανάγκη να του προσφέρει ως βοήθεια την «ηθική του προτύπου», γιατί παρατηρεί ότι συχνά αποτυγχάνει στον κυριαρχικό του ρόλο. Αυτό συμβαίνει, όταν ο νους υποτάσσεται στο άλογο μέρος της ψυχής, σ' εκείνο το μέρος της ψυχής όπου κυριαρχούν τα πάθη. Τότε ο άνθρωπος χάνει τη δύναμη για το καλό, μολονότι μπορεί να το γνωρίζει. Και επειδή αυτό το παράδοξο για τους αρχαίους παρατηρείται πολύ συχνά, επιχειρεί ο Αριστοτέλης να βγάλει τον άνθρωπο από τη συγκεκριμένη αδυναμία, διδάσκοντας τα εξής: Για την έξοδο από τα πάθη, για την πραγματοποίηση της αρετής δεν αρκεί μόνο η γνώση, αλλά χρειάζεται, με άσκηση και εθισμό, να οδηγηθεί στην αρετή το άλογο μέρος της ψυχής. Τούτο δεν αντιδρά στη διδαχή, αλλά στην ηδονή και στον πόνο. Το ζητούμενο είναι πώς θα το κάνουμε να αισθάνεται ηδονή για τη σωστή πράξη. Αυτό επιτυγχάνεται με την υπόδειξη ενός προτύπου, ικανού να γεννήσει τον θαυμασμό ή την αγάπη. Ο λόγος και η αγάπη για το πρότυπο θα καταφέρουν να χαλιναγωγήσουν τα πάθη. (Κι αυτό είναι αρκετό, μιας και ο Αριστοτέλης θεωρεί την ηθική που ζητάει την εκρίζωση των παθών ξένη προς την ανθρώπινη φύση, ενώ σύμφωνη με την ανθρώπινη φύση θεωρεί τη μετρημένη εκδίπλωσή τους.) Με λίγα λόγια, ο Αριστοτέλης ζητάει να προστρέξει η βούληση ως

επικουρία στη νόηση, για να καταφέρει ο άνθρωπος να χαλιναγωγήσει τα πάθη του.

Η αρχαιότητα, λοιπόν, κράτησε ως κεντρική παραδοχή, ότι η νόηση είναι η κυρίαρχη λειτουργία του ψυχικού βίου. Αυτό δεν ήταν χωρίς αρνητικά επακόλουθα. (Επακόλουθα που παίρνουν τον χαρακτήρα της τραγικότητας, όταν προβάλλει η άποψη που αποδεικνύει, ότι η κεντρική αυτή παραδοχή είναι λανθασμένη. Για την ώρα, όμως, θα σταθούμε μακριά από τέτοιους συγκλονισμούς.) Αφού, λοιπόν, κατά τους αρχαίους ο νους «*ἄρχει καὶ ἡγεῖται*», το άλογο μέρος της ψυχής θα κινηθεί κατά τη θέληση του νου κι αυτό σημαίνει ότι τα πάθη θα πειθαρχήσουν στην απολυταρχία της νόησης. Η σχέση εξάρτησης των συγκινησιακών καταστάσεων από τις νοητικές έδειχνε τις πρώτες χωρίς ενδιαφέρον για μελέτη και γι' αυτό ουσιαστικά δεν μελετήθηκαν. Ο Πλάτων και ο Αριστοτέλης αναφέρονται στα πάθη περιπτωσιακά. Οι Στωικοί και οι Επικούρειοι, μολονότι θέτουν τα πάθη στο κέντρο της ηθικής τους, χαρακτηρίζοντάς τα ως θανάσιμο εχθρό του ηθικού βίου, οι μεν ουσιαστικά τα προσπερνούν, παρά τις πολλές περί παθών φαινομενολογικές εργασίες τους, οι δε τ' αντιμετωπίζουν σε μερικές συγκεκριμενοποιήσεις. Κι όλοι δηλώνουν, ότι τα ελέγχουν με την ισχύ του λόγου.

Και μολονότι όλοι αναγνωρίζουν, ότι ο άνθρωπος οδηγείται αναπόφευκτα στη διαφθορά και στο κακό όταν τον κυριεύουν τα πάθη, δηλαδή το άλογο μέρος της ψυχής του, εντούτοις, όλοι αφήνουν έξω από την έρευνά τους αυτόν τον ουσιαστικό παράγοντα της ψυχής. Μας λένε μόνο, ότι για να εξασφαλιστεί η κυριαρχία του λόγου, η γαλήνη της ψυχής και ο ηθικός βίος, πρέπει να ξεριζώσουμε ή να μετριάσουμε τα πάθη μας με τη δύναμη του λόγου. Όμως, ακόμα κι αν παραβλέψουμε ότι εδώ το ζητούμενο χρησιμοποιείται ως μέσο, μένει ένα κενό. Ο Αριστοτέλης

προσπάθησε να το καλύψει με την «ηθική του προτύπου», αλλά η ζωή έδειξε ότι αυτό δεν είναι αρκετό. Ο άνθρωπος βλέπει το πρότυπο μα δεν τ' ακολουθεί και στην πειθώ είναι κουφός. Αλλά κι αν τ' ακολουθήσει, οι όποιες έξεις είναι επισφαλείς. Κι αφού στον κόσμο μας η αρετή είναι ακόμα ζητούμενο, ενώ η κακία περισεύει, είμαστε αναγκασμένοι να δεχθούμε ότι ο νους αποτυγχάνει στον εξουσιαστικό του ρόλο. Ο άνθρωπος πράττει το κακό, αν και γνωρίζει ποιά είναι η ενάρετη πράξη. Γιατί συμβαίνει το αδιανόητο για τους αρχαίους; Γιατί υποτάσσεται το ανώτερο μέρος της ψυχής στο κατώτερο; Τι θα απέτρεπε αυτήν την υποταγή, για να ταυτίζεται η γνώση με την πράξη; Λέμε, ότι το έλλογο μέρος της ψυχής και η αγάπη για το πρότυπο νικούν τα πάθη κι ανοίγουν τον δρόμο της αρετής, αλλά βλέπουμε να τον κλείνει «κάτι άλλο» που αγνοούμε.

Στους αιώνες που ακολούθησαν, η νοησιαρχική περί παθών αντίληψη της αρχαιότητας ήταν κυρίαρχη, όπως είναι κυρίαρχη και στην εποχή μας. Ωστόσο, απέναντί της στέκει μια άλλη αντίληψη, η φυσιοκρατική όπως ονομάστηκε, που υποστηρίζει ότι τα πάθη είναι καταστάσεις μη αναγώγιμες στη νόηση και ικανές να υπάρξουν χωρίς τη νόηση. Για να κατανοήσουμε τις καταστάσεις πάθους, τις συναισθηματικές εντάσεις ή, αν θέλετε, τις συγκινήσεις, οφείλουμε να μελετήσουμε τα σωματικά φαινόμενα που τις συνοδεύουν. Συγκίνηση ανεξάρτητη από το σώμα δεν υπάρχει. Αν από την όποια συναισθηματική ένταση αφαιρεθεί η συμμετοχή της σωματικής διάστασης, δεν απομένει τίποτα από το συναίσθημα. Στο συγκινησιακό βίωμα οι σωματικές διεργασίες είναι πρωτογενείς, ενώ οι συγκινησιακές εκδηλώσεις είναι δευτερογενείς. Είναι η συνείδηση των σωματικών αντιδράσεων καθώς συμβαίνουν και αφού έχουν συμβεί.

Επειδή αυτά σημαίνουν, ότι η συγκίνηση έχει την καταγωγή της σ' ένα επίπεδο προγενέστερο της συνειδητότητας, είναι πλέον να ανάγεται, να ταυτίζεται ή να εξαρτάται η συγκίνηση από τη νόηση. Κι αυτό λέει, πως κάτι σαθρό πρέπει να υπάρχει στην άποψη που χαρακτηρίζει τον νου ως το «προγενέστατον καί κύριον» μέρος της ψυχής, ως δύναμη που «ἄρχει καί ἡγείται» του ανθρώπου. Αυτό το σαθρό βλέπει ο Pascal, όταν γράφει, ότι «έχει η καρδιά τους λόγους της που ο Λόγος δεν τους ξέρει». Αυτό το σαθρό θα το δούμε κι εμείς, αν νιώσουμε την ορθότητα της άποψης που παρουσιάζει τη ζωή να προηγείται της σκέψης.

Θα επιχειρήσω, με τη βοήθεια μιας νέας ψυχοθεραπευτικής τεχνικής, να βάλω σε δοκιμασία τις δύο περί συγκινήσεων απόψεις, τη νοησιαρχική και τη φυσιοκρατική. Επιλέγω αυτόν τον τρόπο έρευνας, γιατί η ατμόσφαιρα που διαμορφώνει η συγκεκριμένη τεχνική είναι ο καλύτερος χώρος δουλειάς για τον παραπάνω σκοπό. Κυρίως, όμως, γιατί έτσι αξιοποιώ την καλύτερη ευκαιρία που έχω, για να παρουσιάσω αυτήν τη νέα θεραπευτική τεχνική με τον τρόπο που της ταιριάζει, αφού τα διδάγματά της επεκτείνονται πολύ πέρα από τον περιορισμένο χώρο της ψυχιατρικής ειδικότητας

Το υλικό που θα συναντήσω θα μου επιτρέψει να συμπεράνω εύκολα και χωρίς αμφιβολία να πω, ποιά από τις δύο περί συγκινήσεων απόψεις είναι η ορθή και ποιά η λανθασμένη. Επιπλέον –κι αυτό είναι το σημαντικότερο– το ίδιο υλικό θα με οδηγήσει σε γόνιμους συλλογισμούς, στα συμπεράσματα των οποίων στηρίζεται ουσιαστικά το υπόλοιπο του βιβλίου.

Θα ήθελα να διαβεβαιώσω τον αναγνώστη, ότι η ασθενής με την οποία συνεργάστηκα ενεργούσε στις θεραπευτικές καταστάσεις με πλήρη συνείδηση, ενώ εγώ δεν έκανα απολύτως καμία

παρέμβαση, ικανή να προκαλέσει ή να επηρεάσει τις θεραπευτικές αντιδράσεις. Ό,τι είδα κι ό,τι άκουσα ήταν αποκλειστικά εκδηλώσεις μιας αυτοθεραπευτικής λειτουργίας, που ωθούσε ακατάπαυστα την ασθενή για να οργανώνεται σε ολοένα και υγιέστερες ψυχοσωματικά θέσεις. Καθώς εκδιπλώνονταν οι αυτοθεραπευτικές διεργασίες, παρατηρούσα σωματικές και ψυχονητικές αντιδράσεις, για να διαπιστώσω τις σχέσεις που είχαν μεταξύ τους τα όποια σωματικά, συγκινησιακά και νοητικά στοιχεία προέκυπταν. Με δύο λόγια, δεν ήμουν κάτι περισσότερο από απλός παρατηρητής των καταστάσεων που διαμόρφωνε η αυτοθεραπευτική λειτουργία της ασθενούς.



Συνεργάστηκα με γυναίκα τριάντα ετών –πτυχιούχο ανωτάτης σχολής– με καλή συζυγική, επαγγελματική και κοινωνική ζωή. Στοιχεία της προσωπικότητάς της με ψυχιατρικό ενδιαφέρον ήσαν τα εξής: Βίωνε θετικά συναισθήματα μ' ένα μικρό, επιφανειακό μέρος του ψυχισμού της. Αυτή μάλιστα η επιδερμική σχέση της με τη χαρά εκφραζόταν δύσκολα κι αδέξια. Συχνά αισθανόταν θλιμμένη, αόριστα φοβισμένη και φαινομενικά αναίτια εκνευρισμένη. Συνήθιζε τότε να περιορίζεται στο σπίτι της, όπου τα παραπάνω βίωνονταν ηπιότερα και μερικές φορές, σ' αυτές τις περιπτώσεις, κατέφευγε σε αλκοολούχα ποτά. Το σεξουαλικό της ενδιαφέρον δεν ήταν ζωηρό, ούτε το σχετικό ηδονικό βίωμα όσο θα ήθελε ικανοποιητικό. Αν και δεν υστερούσε επαγγελματικά, το ενδιαφέρον της για εργασία και επιμόρφωση είχε μειωθεί, το ίδιο και η διάθεσή της για κοινωνική συναναστροφή. Ένιωθε ανούσια την καθημερινότητά της και μελαγχολούσε καθώς έβλεπε τον χρόνο να φεύγει χωρίς η ίδια να χαίρεται τη ζωή. Φοβόταν το