

## Κατερίνα Πανταζή

### Ονειρικός κοσμός στη ψυχοθεραπεία

Σήμερα θα ήθελα να μοιραστώ μαζί σας κάποιες σκέψεις μου γύρω από το ζήτημα των ονείρων που φέρνει ο θεραπευόμενος στη ψυχοθεραπευτική συνάντηση. Όντας η ίδια σε ανάλυση εδώ και τρία χρόνια ως δόκιμο μέλος στην εταιρεία στην οποία εκπαιδεύομαι -της φαινομενολογικής υπαρξιακής ανάλυσης και ψυχοθεραπείας - ο κόσμος των ονείρων μου κέντρισε το ενδιαφέρον για περαιτέρω μελέτη και διερεύνηση κυρίως μετά από κάποια διαφωτιστικά όνειρα που με έκαναν να αισθανθώ ότι παίζουν καθοριστικό ρόλο τη στιγμή εκείνη της ζωής μου, ως θεραπευομένη και όχι μόνο, που παρουσιάστηκαν. Αν δεν ήμουν η ίδια σε ψυχανάλυση θα είχα δώσει στα όνειρά μου τέτοια σημασία παρατηρώντας ότι μου φανερώνεται? Προσωπικά πιστεύω πως όχι γιατί μέχρι τότε έδινα σημασία σε οτιδήποτε αφορούσε τον αισθητό κόσμο και περνούσε απαρατήρητος ο κόσμος και οι δυνατότητες που ανοίγονται μέσα από την ονειρική εμπειρία, της οποίας ο απόηχος ξεδιπλώνεται μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο.

Χρησιμοποίησα προηγουμένως τις λέξεις 'κόσμος και εμπειρία', αν μη τι άλλο, θέλοντας να δηλώσω ότι δεν βλέπω το όνειρο ως μια διεργασία ή έναν μηχανισμό που λειτουργεί εντός του ανθρώπου και της πραγματικότητας του αλλά θεωρώ ότι και το όνειρο είναι ένα φαινόμενο που ίσως να έρχεται από άλλο τόπο και χρόνο και που αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι του τρόπου που υπάρχει το "Είναι" στο κόσμο, το "εν-τω-κόσμο-είναι". Όπως αναφέρεται από τον M. Boss "κάθε τι που γίνεται φανερό μέσα από τον ονειρικό τρόπο ύπαρξής μας, το ονομάζουμε "όνειρο". Το όνειρο πάντοτε παρέμενε μια απορία για εμένα και εκεί σταματούσαν οι στοχασμοί διότι οτιδήποτε άλλο μέχρι τώρα γνώριζα ως έναν τρόπο ερμηνείας τους μου φαινόταν περισσότερο μια κατασκευή για να εξυπηρετήσει τη δίψα του σκεπτόμενου ανθρώπου για κατανόηση του 'εξωπραγματικού' και του 'ασύλληπτου'. Για παράδειγμα στη θεραπευτική σχέση, σύμφωνα με τη σκέψη του Φρόυντ, πολλές φορές τα όνειρα χρησιμοποιούνται για να τεκμηριωθεί μια αντίληψη που έχει διαμορφώσει ο θεραπευτής για το θεραπευόμενό του με βάση όσων έχει κατανοήσει για το παρελθόν του. Εξάλλου ο ίδιος ο Φρόυντ είχε αποκαλέσει τα όνειρα ως 'τη βασιλική όδο προς το ασυνείδητο'. Από μια διαφορετική οπτική γωνία, όμως, η εμπειρία του ονειρευόμενου γίνεται ένα εργαλείο που βοηθάει το άτομο να νοηματοδοτήσει τη τρέχουσα πραγματικότητα του σε σχετισμό με τα γεγονότα του παρελθόντος και του παρόντος και τις ερμηνείες αυτών αλλά και τις

προσδοκίες του για το μέλλον. Έτσι μέσα από τα όνειρα είναι δυνατόν να εμφανιστεί ένα 'εγώ' μεταλλαγμένο, αλλόκοτο και απροσδιόριστο πολλές φορές, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι αν ερμηνευτεί σωστά τότε κανείς θα οδηγηθεί να ανακαλύψει τον μοναδικό εαυτό του και την 'ταυτότητά' του, ωσάν αυτού του εαυτού που διαμορφώθηκε σύμφωνα με τις εμπειρίες του παρελθόντος. Η Ania Radtutt πολύ εύστοχα αναφέρει ότι "η προβληματική βρίσκεται μόνο στο ότι εμείς, οι σκεπτόμενοι στο πνεύμα των νεότερων χρόνων, έχουμε συνηθίσει να αφηγούμαστε τα όνειρα ως ντοκουμέντα, αντικειμενοποιώντας, ενώ θα έπρεπε να ειπωθεί τουλάχιστον τούτο, ποιος είναι αυτός που στο όνειρο είναι 'εγώ' " (Ψυχανεμίσματα, Τεύχος 2, 2006).

---

Ερχόμενος κανείς σε επαφή με μια φαινομενολογική ματιά των πραγμάτων και γνωρίζοντας τη παράδοση του Χάιντεγγερ μπορεί πλέον να συλλογιστεί γύρω από αυτό που γίνεται έκδηλο στο όνειρο ως παρουσία ίσως αυτού που χάνεται στη πραγματική ζωή ή ως αυτού που δύνανται να αποκαλυφθεί. Ο φαινομενολόγος ψυχοθεραπευτής περισσότερο επιτρέπει στην αλήθεια να υπάρξει, να παρουσιαστεί και σε αυτή τη περίπτωση προτρέπει το θεραπευόμενο να περιγράψει το ονειρικό του βίωμα και τις σκέψεις του πάνω σε αυτό καθεαυτό.

Το όνειρο θα φέρει πολλές φορές στο φώς τους περιορισμούς που έγκειται ο άνθρωπος στη ξύπνια ζωή του και ίσως μπορέσει να οδηγηθεί σε απελευθέρωση από παγιωμένες αντιλήψεις, αξίες, στάσεις, πεποιθήσεις και συμπεριφορές, ίσως δηλαδή τα πράγματα ειδωμένα υπό ένα άλλο φως, πιο απόκοσμο, αναδύονται διαφορετικά.

Παράδειγμα: μια θεραπευομένη όσο και αν παραμέριζε τον φόβο της μήπως την εγκαταλείψει ο αγαπημένος της, τόσο αυτός ο φόβος έπαιρνε 'σάρκα και οστά' στο φαινόμενο του ονείρου της. Την ώρα της συνεδρίας, κατόπιν ελεύθερου συνειρμού μετά την περιγραφή του ονείρου άνωθεν, έφερε στο μυαλό της την ανάμνηση ενός άλλου έντονου ονείρου όπου η θεραπευομένη είχε στη παιδική της ηλικία και είναι ακόμα ζωντανό στη μνήμη της σαν να συνέβαινε τώρα. Σε αυτό το όνειρο, που το ονόμασε εφιάλτη, είδε τη μητέρα της να την απομακρύνει από εκείνη ένας μαύρος άντρας που έμοιαζε με ζουλού στην εμφάνιση και σχολίασε την αγωνία που ένιωσε τότε όπως και τώρα, λέγοντας πόσο επώδυνο της είναι να αποχωρίζεται τα αγαπημένα της άτομα και πόσο εξαρτητικές είναι οι σχέσεις που δημιουργεί σε μια προσπάθειά της να συνδεθεί τόσο στενά με τον άλλο σαν να ξορκίζει την έλευση του 'χαμού' της σχέσης. Στο συγκεκριμένο παράδειγμα η θεραπεύτρια δεν χρειάζεται ίσως να κάνει κάτι άλλο πέρα από το να κατευθύνει το βλέμμα της θεραπευομένης στα 'λεγόμενα' του ονείρου. Ήδη η γλώσσα της θεραπευομένης αποκαλύπτει αβίαστα τα τωρινά συναισθήματά της. Το αρχικό λοιπόν όνειρο της θεραπευομένης 'ξύπνησε' μνήμες και τη βοήθησε να 'δει' πόσο αβοήθητη

μοιάζει να μένει όταν προκαλείται ρήγμα στις σημαντικές σχέσεις της με τους άλλους.

Μετά από ένα περίπου χρόνο θεραπείας η συγκεκριμένη γυναίκα ονειρεύτηκε το εξής: να γίνεται σεισμός, να σείεται η γη κάτω από τα πόδια της και να παρευρίσκεται σε ένα χώρο που έμοιαζε με σχολική τάξη διότι είχε έδρανα, και ενώ όλος ο υπόλοιπος κόσμος έτρεχε πανικόβλητος να βγει έξω από την αίθουσα, εκείνη χώθηκε για να προστατευθεί κάτω από ένα έδρανο και τότε είδε δίπλα της τη θεραπεύτρια της να της κρατά με ηρεμία το χέρι. Σχολίασε κατόπιν ότι είχε βρει ένα καταφύγιο στη θεραπευτική σχέση και ένιωθε να έχει πλέον τη ψυχραιμία να αντιμετωπίσει πιεστικές καταστάσεις στη ζωή της, όπου πράγματι την κατέτρεχαν εκείνη τη περίοδο. Το περιεχόμενο του ονείρου τότε είχε για εκείνη αυτή τη σημασία και σ' αυτό το σημείο ίσως θα πρέπει να αναρωτηθούμε μήπως το όνειρο αυτό συμβόλιζε την απαρχή μιας νέας διαχείρισης των γεγονότων που τη πλυμμήριζαν με άγχος και για κάποια στιγμή μέσα από το βίωμα του ονείρου φανερώθηκε σε εκείνη και μια άλλη δυνατότητα ύπαρξης, ίσως πάλι εξαρτητική (με τη θεραπεύτρια της δηλαδή), ίσως όμως μέσα από τη θεραπευτική σχέση να μπορέσει σταδιακά να συμφιλιωθεί με την ιδέα ότι στην ουσία έχει μεγαλώσει και μπορεί μόνη και απροστάτευτη να αναλάβει τις υποθέσεις της ζωής της.

Σε ένα δεύτερο παράδειγμα, μια θεραπευομένη, ας την ονομάσουμε Ν., 31χρ., που δεν είχαν περάσει πολλοί μήνες που ήταν σε θεραπεία, διηγήθηκε ένα όνειρο που της προξένησε παράξενα συναισθήματα. Αντίκρουσε μια μαύρη θάλασσα γεμάτη με ψόφια μαλάκια και οστρακοειδή και ενώ αρχικά είχε την πεποίθηση ότι είναι μαύρη επειδή αντανακλώνται τα περιβάλλοντα πετρώματα, τελικά διαπίστωσε όταν πλησίασε στη θάλασσα ότι είναι πράγματι μαύρη και νεκρή η φύση μέσα σε αυτήν. Οι παρατηρήσεις της γύρω από το όνειρο την έκαναν να αναλογιστεί μήπως αρχίζει να αντιλαμβάνεται τα πράγματα διαφορετικά από το συνήθη τρόπο της. Φαίνεται πλέον και η πιο σκοτεινή και αδιόρατη πλευρά των πραγμάτων παρά την αρχική της βεβαιότητα για μία μόνο ερμηνεία. Αυτό το συνέδεσε με τον εγωισμό της, όπως είπε χαρακτηριστικά, που πολλές φορές την εξαπατά και ερμηνεύει διαστρεβλωμένα αυτό που της φανερώνεται γιατί έτσι το καθιστά λιγότερο επώδυνο. Πράγματι, αυτή η γυναίκα από την πρώτη επαφή που είχα μαζί της, παρότι δικηγόρος στο επάγγελμα εμφάνιζε μια παιδική αφέλεια και συνάμα έναν ορθολογισμό στη σκέψη της. Στην ίδια μέσα από αυτό το όνειρο φανερώθηκε μια 'ξένη' για τα δικά της δεδομένα φιγούρα αλλά παράλληλα το όνειρο αυτό της έδωσε τροφή για σκέψη και μετέπειτα συνειδητοποίησε σταδιακά ότι δεν υπάρχει πολύ μεγάλη απόσταση ανάμεσα στη γυναίκα του ονείρου και του ξύπνου έτσι όπως τις περισσότερες φορές τον αντιλαμβάνεται.

Βλέπουμε, λοιπόν, πως "το όνειρο και η ξύπνια κατάσταση συνιστούν και οι δύο την ιστορία μιας και της ίδιας ζωής σαν δύο τρόποι ύπαρξης, βέβαια διαφορετικοί μεταξύ τους, αλλά της ίδιας προέλευσης" (M. Boss, 1994). Συνεπώς, είναι έκδηλο ότι η ονειρική ζωή ανοίγει πολλές πτυχές για εξερεύνηση και αναζήτηση της α-λήθειας του ανθρώπου και εμφανίζεται ένας καινούργιος κόσμος που είναι αναγκαίο να του δώσουμε τη δέουσα προσοχή, να τον ακούσουμε, αλλά να μην τον παραβιάσουμε με εσπευσμένες υποθέσεις και συμπεράσματα. Ίσως τελικά και εμένα κάτι να με έσπρωξε και να αποφάσισα να μιλήσω απόψε για αυτά που μου προκαλούν εντύπωση στα ονειρικά φαινόμενα. Ίσως γιατί με την απασχόληση μου μελετώντας το δρόμο που χάραξε ο Χάιντεγγερ στην ερμηνευτική φαινομενολογία νιώθω ότι κανείς αφήνει τα εγκόσμια και μαθαίνει να κατοικεί σ'ένα πιο μεταφυσικό κόσμο, ενδιάμεσο θα έλεγα, χωρίς πάντοτε σαφή νοήματα.

#### Βιβλιογραφία:

- *Το Όνειρο*, Κώστας Γεμενετζής, 1989
- *Ελευθερία και Σύμπτωμα*, A. de Koning et.al., 1994
- *Η Ερμηνευτική των Ονείρων*, S. Freud, 1995
- *Ψυχανεμίσματα*, Τεύχος 2, 2006