

Δήμητρα Θεοδωρακοπούλου

Η ΗΣΥΧΙΑ ΤΩΝ ΠΡΑΓΜΑΤΩΝ

«Χωρίς ησυχία ο άνθρωπος δεν είναι σε θέση να δει το ησυχάζον»

Martin Heidegger

Με αφορμή ένα δοκίμιο της Virginia Woolf σχετικά με την εμπειρία του να είναι κανείς άρρωστος....

Η Woolf ξεκινώντας με την παρατήρηση πως η λογοτεχνία εστιάζει πρωτίστως στη νόηση παραμελώντας τις εναλλαγές ασθένειας και υγείας μέχρι την στιγμή μιας αναπότρεπτης ψυχικής ή σωματικής κατάρρευσης, έρχεται με την μαρτυρία της να βάλει λόγια στην αρρώστια και την ανημπόρια. Δεν πρόκειται για λατρεία του ασθενικού αλλά για κάτι διαφορετικό. Για την Woolf οι αισθήσεις του αρρώστου, σε αντίθεση με την νόηση, είναι αυτές που επιτρέπουν σε μια αντίληψη και απόλαυση των πραγμάτων μέσα από μια γλώσσα καθαυτή ποιητική. Στο «Πως είναι να είσαι άρρωστος» δίχως να εξετάζει αιτίες και συμπτώματα ανιχνεύει την ίδια την κατάσταση του αρρώστου σε μια διαφορετική εκτός δραστηριότητας ζωή, ψάχνοντας λέξεις και εικόνες ώστε να καταγράψει τα έργα και τις ημέρες αυτού του άλλου βίου.

Η ίδια χρόνια μανιοκαταθλιπτική και έχοντας συγγράψει σπουδαία έργα σε χρόνους που βιώνει αλλεπάλληλους νευρικούς κλονισμούς στο «Πώς είναι να είσαι άρρωστος» περιγράφει την αρρώστια σαν μια κατάσταση όπου ο άνθρωπος κληήρης δίχως καμία φιλοδοξία, σε οριζόντια θέση βουλιάζει μέσα στα μαξιλάρια και το κρεβάτι του.

Τότε πια, σύμφωνα με την Woolf, ο άρρωστος άνθρωπος *«γίνεται λιποτάκτης· παύει να ανήκει στη στρατιά των ορθίων»*. Και είναι τότε που αρχίζει κάτι το εντυπωσιακό. Μέσα σε ένα στροβίλισμα, ανεύθυνος, ουδέτερος αποκτά *«ίσως για πρώτη φορά την ικανότητα να κοιτάζει γύρω του, να κοιτάζει πάνω του, να αντικρίσει τον ουρανό»*.

Και προσθέτει *«υπό κανονικές συνθήκες είναι αδύνατον να κοιτάς τον ουρανό επ' αόριστον»*. Χαρακτηριστικά αναφέρει, πως *«ένας δημοσία παρατηρητής του ουρανού*

θα παρακόλυε και θα διατάρασσε την κυκλοφορία των πεζών... αυτό δε που θα αντίκριζε δε θα' ταν άλλο παρά κομμάτια ουρανού, ακρωτηριασμένου από καπνοδόχους και καμπαναριά,....».

Το θέαμα που ο κλινήρης αγναντεύει αφορά σε «έναν ουρανό τόσο διαφορετικό που σχεδόν μας σκανδαλίζει». Και συνεχίζει, «έτσι ήταν όλο τον καιρό χωρίς εμείς να το ξέρουμε»! (...σχήματα που αδιάκοπα επινοούνται και καταργούνται, νέφη που αλληλοσυγκρούονται...).

Πρόκειται για το σημείο εκείνο που ο άρρωστος έρχεται να βιώσει μια εμπειρία πρωτόγνωρη: μια αποκάλυψη στην οποία όλα φαίνεται να αρχίζουν να μιλούν μια γλώσσα διαφορετική.

Με τον ορθολογισμό μετέωρο –διότι ποιος θα απαιτήσει κριτική από έναν ανήμπορο ή στέρεα λογική από κάποιον καρφωμένο στο κρεβάτι του- το «ακατανόητο» μοιάζει πιο οικείο. Οι ίδιες οι λέξεις «μοιάζουν να κατέχουν μια μυστική ποιότητα».

Στην ιδέα της Woolf για την υγεία, το νόημα ιδιοποιείται τον ήχο, η νόηση καταδυναστεύει τις αισθήσεις. Όταν αυτά τίθενται εκτός υπηρεσίας τότε, καθετί συλλαμβάνεται μέσα από νέες οδούς: αισθητηριακές. Ίσως και πιο ποιητικές. «*Την ποίηση παρά την πεζογραφία κατανοεί περισσότερο ο κλινήρης. Αυτήν αποζητούν οι νέες του απαιτήσεις*».

Στο ημερολόγιο της αναφέρει πως «*το καλύτερο μ' αυτές τις αρρώστιες είναι ότι χαλαρώνουν το χόμα γύρω από τις ρίζες. Αλλάζουν τα πράγματα. Οι άνθρωποι εκφράζουν τα συναισθήματά τους*».

Υπάρχει κάτι σε αυτή την καταγραφή της εμπειρίας της αρρώστιας που φαίνεται να προσιδιάζει σε ένα άνοιγμα, σε ένα διαφορετικό βλέμμα. Ένα βλέμμα που βλέπει αλλιώς, έναν λόγο με λέξεις και ήχους που αποκτούν νέα νοήματα. Ένα βίωμα ασθένειας που «ανοίγει» το βλέμμα μπροστά σε κάτι απεριόριστο.

Η εμπειρία του αναλυόμενου. Κλινήρης και αυτός: στο θεραπευτικό ντιβάνι αυτή τη φορά. Το βλέμμα του ψηλά κοιτάζει το ταβάνι. Αλλά και λίγο ακόμη, το διαπερνά και βλέπει ουρανό. Και ο δικός του ο λόγος γίνεται αισθητηριακός. Το ίδιο και η νόηση του. Το ακατανόητο παύει να λογοκρίνεται. Μια λέξη γίνεται μόνο αυτή η λέξη καθαυτή αποκτώντας την ίδια στιγμή όλο το νόημα της, ανοίγοντας τον κόσμο της. Πόσο φαίνεται να πλησιάζει η προσέγγιση της Woolf για την αρρώστια με την ίδια

την θεραπευτική διαδικασία. Ο τίτλος του δοκιμίου της «Πως είναι να είσαι άρρωστος» φαίνεται να πλησιάζει σε μια περιγραφή της ίδιας της εμπειρίας του θεραπευέσθαι με την ταχύτητα να παύει και τη βοή να σιγεί καλώντας σε μια θεραπευτική συνθήκη εμφάνισης των πραγμάτων μέσα από μια άλλη θέση, πιο ήσυχη ίσως.

Το ίδιο το πλαίσιο της θεραπείας με την οριζόντια τοποθέτηση του αναλυόμενου δημιουργεί τις «χωροταξικές» τουλάχιστον προϋποθέσεις παύσης και ακινησίας, γνέφει προς μια ησυχία επιτρέποντας στα πράγματα να εμφανιστούν και να συσταθούν στην παρουσία ή την απουσία τους. Πρόκειται για μια διαδικασία που συμβαίνει σχεδόν φυσικά ωσάν το μόνο που να χρειάζεται τελικά να είναι αυτή η ίδια η οριζόντια θέση.

Για την κλασσική ψυχαναλυτική μέθοδο η υπτιότητα αποτελεί θεμελιακό εργαλείο της τεχνικής της, απαραίτητο τόσο για την καταβύθιση στο ασυνείδητο όσο και για την ανάδυση των πρωταρχικών σχέσεων που αργά ή γρήγορα, θα οδηγήσουν στην εγκατάσταση της μεταβίβασης, την ερμηνεία της αργότερα από τον αναλυτή και ακολούθως τις σταδιακές αλλαγές στη δομή του Εγώ. Αναλυτής και αναλυόμενος εργάζονται πάνω σε αυτή την κατεύθυνση μέχρι την επιτυχία και λύση της θεραπείας. Η υπτιότητα εδώ, παρατηρούμε, αναγάγεται σε μια χρηστική λειτουργία προς τέρψη των αναγκών της ανάλυσης παραμένοντας έτσι στο πεδίο μιας εργασιακής ακολουθίας. Η εμπειρία ωστόσο που περιγράφει η Woolf, του κλινήρους στην οριζόντια θέση του να βουλιάζει στο στρώμα και το μαξιλάρι δίχως φιλοδοξία, δεν προσιδιάζει σε κάματο και εργασία. Δεν στοχεύει σε κάτι. Δεν συμβαίνει «για να». Είναι αποσυνδεδεμένη από οποιαδήποτε πρακτικότητα ή λειτουργική αναγκαιότητα.

Με μια τέτοια, ενδεχομένως, διάθεση ο Κ. Γεμεντζής στο «Επανεισαγωγή στην Ψυχανάλυση» σημειώνει για την ψυχανάλυση πως αφορά σε μια *εξοικείωση με την υπτιότητα καθ' εαυτήν*, με το άνοιγμα του αναλυόμενου για την ελεύθερη εμφάνιση του εμφανίσιμου, με το απρόσκοπτο είπωμα του ειπώσιμου. Το υπό της υπτιότητας εδώ δεν αναφέρεται σε κάτι συγκεκριμένο αλλά με έναν τρόπο σε όλα και σε τίποτα. Σε αυτήν δεν υπάρχει εμπρός και πίσω· πρόκειται για μια στάση που επιτρέπει σε *«...ό,τι εμφανίσιμο υπάρχει στο ανοιχτό μεταξύ ουρανού και γης να εμφανιστεί...ό,τι ειπώσιμο αποτελείται στον άκουσμα, είναι δυνατόν να ειπωθεί»*. Ο ύπτιος ολότελα

ανοιχτός σε ό,τι έρχεται, με το βλέμμα να μην αποτρέπει τίποτα, να μην γυρίζει την πλάτη σε τίποτα συστήνει με το σώμα του, την ομιλία του έναν κόσμο, έναν τρόπο που αφήνει τα πράγματα να είναι· παρόντα και απόντα.

Ένας τέτοιος κόσμος συστήνεται από τον Μαλόν του Beckett στο «Ο Μαλόν πεθαίνει» όταν εκείνος κλινήρης, μόνος σε ένα δωμάτιο και με αφετηρία τον ίδιο τον τόπο του κρεβατιού αρχίζει με εικόνες, με σκέψεις να ανασυνθέτει την ζωή του από την αρχή της. Η θέση του, θέση καθηλωμένου τον οδηγεί σε μια παρατήρηση – περιγραφή της μέχρι τότε κατάστασής του. Χαρακτηριστικά λέει, *«περπάταγα οπωσδήποτε, σε όλη μου τη ζωή περπάταγα, εκτός από τους πρώτους μήνες κι όλο τον καιρό που είμαι εδώ. Αλλά στο τέλος της ημέρας δεν ήξερα που είχα πάει ούτε τι είχα σκεφτεί ...»*. Για τον Μαλόν πλέον, η ζωή, τα σχήματα, νοητικά ή/και φυσικά έρχονται δίχως προσπάθεια *«...αρκεί μόνο ν' ανοίξω τα μάτια κι αμέσως ζαναρχίζει ο ουρανός και ο καπνός των ανθρώπων...»* σε ένα βλέμμα που εφορμά από την οριζόντια, ύπτια θέση του συστήνοντας ένα διαρκές παρόν (παρών και ο θάνατός του – δεν ξεχνάμε τον ενεστώτα χρόνο του ίδιου του τίτλου).

Έχει περάσει καιρός από εκείνες τις πρώτες φράσεις της Woolf που σκόρπια και άτακτα καταγράφηκαν με μορφή σημειώσεων μέσα σε μια διάθεση απόλυτης ελευθερίας, απουσία κάθε είδους καταναγκασμού ή αναγκαιότητας, χωρίς κανέναν κόπο, δίχως καμία έγνοια· απουσία πλάνου και πρόθεσης. Αργότερα, και όταν κατά καιρούς φλέρταρα με την ιδέα να «κάνω» κάτι με αυτές, να τους αποδώσω μια «χρηστικού» τύπου ιδιότητα και λειτουργία, αυτές οι ίδιες αθόρυβα αποσύρονταν από το τρανόν ενός διανοητικού μόχθου στον οποίο σα να μην είχαν καμία θέση. Η επανεμφάνισή τους ήρθε όταν η ίδια κλήθηκα να ανταποκριθώ «πρακτικά», «ενεργητικά» εμπρός στο δεδομένο της παρούσας ομιλίας. Η αντίστασή μου έφερε πίσω εκείνες και τη δική τους προηγούμενη στάση - απόσταση. Ο ελεύθερος ποιητικός στοχασμός της Woolf για το βλέμμα του κλινήρου και την ησυχία της παύσης απέναντι στην βοή μιας βιάσης για κίνηση και εργασία. *Vita contemplativa versus vita activa!* Ένας βίος στοχαστικός ή αλλιώς η τέχνη του να έχεις χρόνο απέναντι σε έναν βίο ενεργητικό. Στη συνέχεια θα δούμε πως αυτό μπορεί να αφορά στην ψυχοθεραπεία.

Πίσω στις αρχικές σημειώσεις λοιπόν, και η Woolf μιλά για «στρατιά των ορθίων»· κάποιος θα υπέθετε γοργό βηματισμό, ασταμάτητη εναλλαγή δεξί – αριστερό, εν – δυο, μέσα σε ένα αυστηρώς οργανωμένο σχήμα εν κινήσει. Ένας σταματημός, ένα αργόσυρτο βήμα, μια παύση θα «*παρακόλυε την κίνηση*» τοποθετώντας αυτοστιγμεί τον αποκλίνοντα της στρατιάς στην τάξη του «*λιποτάκτη*» . Παύση του πυρετώδους βηματισμού για μια στιγμή ατένισης του ουρανού -για παράδειγμα- φαίνεται να μην έχει ούτε χώρο ούτε χρόνο σε έναν βίο ενεργητικό. Ο Byung Chul Han στην Ευωδία του χρόνου και στην περιγραφή του της *vita activa* επισημαίνει την υπερενεργητική ανησυχία, τον πυρετό, την ένταση και την αυξανόμενη πίεση του χρόνου που εκμηδενίζει την παράκαμψη, το απρόβλεπτο ή / και το ασυνεχές.

Σε μια τέτοια γενική ανησυχία η νόηση που κατά τον Byung Chul Han εγκατοικεί μέσα σε έναν ιδιαίτερο χρόνο και τόπο –που δεν υπόκεινται σε υπολογισμούς- περιορίζεται, γίνεται προσωρινή και εφήμερη. Δεν επικοινωνεί πλέον με το διαρκούν, δεν εμβαθύνει ούτε ξανοίγεται, δεν ανυψώνεται σε κάτι πραγματικά άλλο. Γίνεται μια διανοητική δραστηριότητα, ένας υπολογισμός ικανός να συντονίζεται με τις αυξομειώσεις του χρόνου και επομένως να επιταχύνεται κατά βούληση, να ακολουθεί μια μηχανιστική λειτουργία, να αναγνωρίζει και να ανταποκρίνεται σε ανάγκες και αναγκαιότητες. Οποιαδήποτε απόκλιση από το αναγκαίο συνεχίζει, συνιστά πολυτέλεια. Μια παράκαμψη ή ένα βήμα πίσω δεν έχει κανένα νόημα, ένα βλέμμα τριγύρω τίθεται εκτός της τροχιάς της.

Στην ψυχοθεραπεία ωστόσο, είναι αυτή ακριβώς η ικανότητα του ανθρώπου να αποδέχεται και να γεύεται την ανάπαυση και τον ελεύθερο αναγκαιοτήτων χρόνο που «*συνιστά ένα από τα κλασσικά κριτήρια επιτυχίας μιας ψυχαναλυτικής θεραπείας*» (John Rickman). Για την ψυχανάλυση πρόκειται για κάτι που μαθαίνεται με την εκπαίδευση του αναλυόμενου στην *εργασία της ανάλυσης* (Nacht) –εκπαιδεύεται για να εργάζεται ως αναλυόμενος. Οι όροι που χρησιμοποιούνται όμως παραπέμπουν πάλι σε κάτι μηχανιστικό και υπολογιστικό. Σαν να πρόκειται για διαδικασία που κατά βούληση τροποποιείται και φτιάχνεται και μια τέτοιου τύπου εργασία δεν συνάδει με την στοχαστική νόηση για την οποία γίνεται λόγος εδώ. Ο Heidegger σημειώνει πως αυτή ξεκινά όταν η νόηση παραμείνει ακίνητη στην εργασία · τότε είναι που διανοίγεται απροσμέτρητος χώρος και χρόνος αφήνοντας τα πράγματα να συμβαίνουν, να γίνονται και να συγκατατίθενται. Παρέμβαση και εργασία δεν ανήκουν σε αυτό τον τόπο.

Ο Nietzsche παρατηρεί πως η βιάση της εργασίας κάνει να χάνεται το «αυτί και το μάτι για την μελωδία των κινήσεων» και αντίστοιχα, ο Heidegger πως είναι η πίεση του χρόνου που εκμηδενίζει την παράκαμψη και το έμμεσο. Η ίδια η μελωδία της γλώσσας, οι μορφές, κάθε φιγούρα είναι παρακαμπτήριο, φέρει κάτι έμμεσο συστήνοντας έναν κόσμο φίλιο και ευγενή (Heidegger) - *«Την ποίηση παρά την πεζογραφία κατανοεί περισσότερο ο κλινήρης. Αυτήν αποζητούν οι νέες του απαιτήσεις»* (Woolf). Και αυτό που φτωχαίνει τον κόσμο από μορφές, που στρέφει τη γλώσσα σε κραυγή και διαταγή, που παγιώνει σε μονότονο μαρς το περπάτημα στερώντας του καθετί αργόσυρτο, κάθε συγκρατημό είναι το άμεσο και το αναγκαίο.

Με έναν βηματισμό άλλοτε περισσότερο γοργό άλλοτε λιγότερο, βιαστικό και άλλες φορές περισσότερο κουρασμένο ή ξεψυχισμένο έρχεται και ο άνθρωπος που απευθύνεται τόσο σε ένα θεραπευτικό όσο και συμβουλευτικό ή / υποστηρικτικό πλαίσιο με αίτημα που συχνά αφορά σε ένα καταγιστικό «Τι να κάνω;» ζητώντας αντίστοιχα μια άμεση ανταπόκριση σε όρους εκτελεστικής / πρακτικής εφαρμογής. Μαζί με το ερώτημα έρχεται και όλη η ατμόσφαιρα αγωνίας και δυσφορίας που φαίνεται να περιβάλλει τη δεδομένη στιγμή τον άνθρωπο καλώντας τον εδώ και τώρα στην εύρεση μιας απάντησης, στην επίλυση ενός δεδομένου προβλήματος. Δεν είναι λίγες οι φορές που σαν αυτό το «κάνω» ακολουθώντας νόμους βαρύτητας συμπαρασύρει και το γειτονικό βλέμμα (του θεραπευτή) στην αναζήτηση λύσης, και θεραπευτής και θεραπευόμενος φτάνουν να βρίσκονται κλειδωμένοι σε μια σχέση εκβιασμού ανάμεσα στο «τι» και το «κάνω». Η ίδια η αίσθηση της αγωνίας, της δυσφορίας, της ανημπόριας ή της αδυναμίας, το νόημα τους, ο ίδιος ο άνθρωπος, έχουν περάσει πια σε δεύτερη μοίρα, σχεδόν ξεχαστεί. Αυτό που επικρατεί δεν είναι τίποτε άλλο από ένα «λαχάνιασμα» μπροστά στον χρόνο που περνά με όλα τα ενδεχόμενα ανοιχτά και μια σειρά πράξεων να αναζητά την πρωτοκαθεδρία της λύσης.

Μέσα σε αυτή την ατμόσφαιρα φαίνεται καθετί να τοποθετείται σε ένα ορισμένο πλαίσιο, να ακολουθεί συγκεκριμένους κανόνες, να εμποτίζεται από μια πρόθεση («για... να γίνω καλά / να αντέξω / να κοιμηθώ / να είμαι όπως παλιά»), και να συστήνεται από μια σειρά κινήσεων προκειμένου «να». Αν πρόκειται για κάποιο σχήμα που αναδύεται εδώ είναι αυτό του ζεύγους σε εξάρτηση, του «χώρια δεν

μπορεί» το ένα από το άλλο, του μισού που απαιτεί το άλλο του μισό για να συνεχίσει τον πυρετώδη βηματισμό του εν δυο. Η ανάγκη γίνεται η αφετηρία και η ικανοποίησή της το σημείο τερματισμού. Το ενδιαμέσο ή μια στιγμή παύσης δεν έχει κανένα νόημα σε αυτή την πορεία.

Ωστόσο, συμβαίνει κάποιες φορές και ίσως όταν ο θεραπευτής καλέσει με την στάση του σε έναν σταματημό, σε μια αναπνοή που δεν είναι λαχάνιασμα αλλά ανάσα, σε μια θέση ύπτια (όπου η πρωτοκαθεδρία πλέον δεν δίνεται στον νου και τα πόδια – οι μύες που γαντζώνονται γύρω από τα οστά για να κρατούν το σώμα ορθό χαλαρώνουν) αυτό το «για... να» να αρχίσει να χάνει την βαρύτητά του. Μέσα σε μια τέτοια κατάσταση μπορεί ενδεχομένως και ο θεραπευόμενος να δει και να ακούσει ό,τι μπορεί να ειπωθεί ό,τι μπορεί να ειπωθεί δίχως την πρόθεση «για» να γαντζώνεται στο μάτι και το αυτί του. Να δει επομένως τα πράγματα ελεύθερα στην ησυχία τους, να δει τον ουρανό που *«έτσι ήταν όλο τον καιρό χωρίς εμείς να το ξέρουμε»* και που το μόνο που ίσως θα αρκούσε να ήταν μια παύση, μια στιγμή λιποταξίας του από την *«στρατιά των ορθίων»*.

Βιβλιογραφία:

- Γεμενετζής, Κ., Επανεισαγωγή στην ψυχανάλυση, Βιβλιοπωλείον της «Εστίας», 1991
- Σακελλαρόπουλος, Π., Σύντομη μελέτη της ψυχαναλυτικής θεραπείας, Νοσοκομειακά Χρονικά, 34(4), 1972, σελ. 412-25
- Beckett, S., Ο Μαλόν πεθαίνει, εκδ. Ύψιλον, 1993
- Byung – Chul Han, Η ευωδία του χρόνου, [www. gemenetzis.gr](http://www.gemenetzis.gr)
- Woolf.V, Πώς είναι να είσαι άρρωστος, σειρά συνάψεις -5, Κοινός Τόπος Ψυχιατρικής, Νευροεπιστημών & Επιστημών του Ανθρώπου, 2008