

Ειρήνη Γαρούφη

«Να έχω ή να είμαι»

Διαμορφώνουν τα υλικά αγαθά την αντίληψη/συνείδηση του ανθρώπου ως προς την ταυτότητά του και με ποιόν τρόπο;

Απο ένα κείμενο του Γεωργά με τίτλο: «Ταυτότητα και ελευθερία στην υπαρξιακή ψυχοθεραπεία», Περιοδικό Ψυχανεμίσματα, Τεύχος 3.

«Υπαρξιακή ψυχοθεραπεία:

Σταδιακός απεγκλωβισμός, σταδιακή απελευθέρωση απο παγιωμένες ταυτότητες και υποστάσεις.»

Και μετά;

Το σενάριο τέλους που ανακουφίζει:

«Ο άνθρωπος απελευθερώνεται απο ψεύτικες ταυτότητες και γίνεται ο αληθινός του εαυτός, απο τον οποίο μπορεί να εκπηγάσει η αληθινή του βούληση. Βασισμένος στον αληθινό του εαυτό θα μπορεί να έχει τη βεβαιότητα που χρειάζεται ώστε να οικοδομήσει τη ζωή του.»

Ο άνθρωπος είναι ελεύθερος να επιλέξει, να διαμορφώσει και να πράξει, βασισμένος πλέον σε αυτό τον αληθινό εαυτό που έχει ανακαλύψει μέσα του.

Στη συνέχεια του άρθρου διατυπώνεται η εξής απορία:

«τι γίνεται όταν διαπιστώνουμε πως στο τέλος της θεραπείας δεν μας περιμένει τίποτα ανάλογο μιας «αληθινής ταυτότητας»;

Και αντιθέτως η αληθινή ταυτότητα, η βεβαιότητα και το στέρεο έδαφος που νομίζαμε πως θα συναντήσουμε, αντικαθίστανται τώρα με τις έννοιες της ρευστότητας, της αβεβαιότητας, και του άγνωστου. Δεν υπάρχει τίποτα στέρεο, μόνιμο, καθησυχαστικό, είτε που να εκπηγάει απο μέσα μας, είτε που να έρχεται απο τη ζωή την ίδια.

Στο κείμενο τίθεται το ερώτημα:

«Πως θα ήταν η ύπαρξη χωρίς το στέρεο έδαφος μιας ταυτότητας; Δε θα ήταν βουτηγμένη στην αβεβαιότητα;»

Και η απάντηση:

«Πράγματι σε μια τέτοια περίπτωση η ύπαρξη θα βρισκόταν εκτεθειμένη στην αβεβαιότητα. Μας φαίνεται αυτονόητο ότι χρειάζεται να το αποφύγουμε αυτό, να διώξουμε μακριά μας την αβεβαιότητα, και ο ενδεδειγμένος τρόπος, ο τρόπος της εποχής μας, είναι να βρούμε την αληθινή μας ταυτότητα».

Τι σημαίνει αληθινή ταυτότητα και πώς ορίζεται;

Στην σημερινή εποχή δεν υπάρχει τίποτα και κανένας που να με προστάζει να είμαι αυτό ή εκείνο. Η κοινότητα στην οποία ανήκω και η κοινωνία της οποίας είμαι μέλος δεν καθορίζει, ούτε προστάζει πλέον ποιός και πώς να είμαι. Στην σύγχρονη εποχή είμαι απόλυτα ελεύθερος να είμαι ό,τι κάθε φορά επιλέγω. Είμαι ελεύθερος να επιλέγω τα εκάστοτε πιστεύω μου, τις αρχές που θα διέπουν τη ζωή μου. Η ταυτότητά μου μοιάζει να έχει αυτοαναφορικό χαρακτήρα παρά συλλογικό, καθορίζεται εξ'ολοκλήρου από εμένα για εμένα και όχι από τις παραδόσεις, τα έθιμα, τις όποιες κοινωνικές προσαγωγές.

Είμαι λοιπόν ελεύθερος να επιλέγω, ή μήπως δεν επιλέγω καν; Μήπως τελικά και πάλι δεν είμαι τίποτα παραπάνω παρά η δυνατότητα που μου υπόσχεται αυτό ή το άλλο υλικό αγαθό, η μία ή η άλλη υπηρεσία ομορφιάς, ψυχαγωγίας, διασκέδασης κ.ο.κ.

Αναρωτιέμαι, μέσα στο πλαίσιο αυτής της «απόλυτης» αυτοαναφορικότητάς μου, μήπως και πάλι καταλήγω να ψάχνω για στέρεο έδαφος και βεβαιότητα; Όχι πια μέσω της κοινωνίας στην οποία ανήκω, αλλά μέσω των υλικών και πνευματικών αγαθών που καταναλώνω;

Διερωτώμαι, μήπως αυτό που άλλαξε μέσα στις δεκαετίες **δεν** είναι τελικά η ιδέα της αναζήτησης αυτής της βεβαιότητας και του ορισμού της ταυτότητάς μου, **αλλά** ο τόπος αυτής της αναζήτησης;

Ο Γεωργιάς στο άρθρο του επισημαίνει πως στην εποχή μας παρατηρείται μία σχέση του ανθρώπου κατά την οποία ο άνθρωπος ως υποκείμενο προσπαθεί να προσδιορίσει τον ίδιο του τον εαυτό ανάγοντάς τον σε αντικείμενο. Ταυτόχρονα αυτή η δυϊκή μορφή σχέσης του ανθρώπου με τον εαυτό του, εκτείνεται και στο τρόπο που σχετίζεται με τον κόσμο γύρω του. Και γνωρίζουμε πως εξ' αρχής ο τρόπος με τον οποίο υπάρχει ο άνθρωπος στον κόσμο είναι αυτός της αναφορικότητας. Ό,τι αισθάνομαι, σκέφτομαι, πράττω βρίσκεται πάντα σε αναφορά προς κάτι.

Μια νεαρή γυναίκα ήρθε για θεραπεία γιατί όπως είπε έχει γίνει πολύ νευρική και νοιώθει πως έχει πολύ θυμό μέσα της. Έχασε τον πατέρα της στην ηλικία των 3 ετών και η μητέρα της ξαναπαντρεύτηκε λίγα χρόνια μετά. Μετά το θάνατο του πατέρα της ένα μεγάλο μέρος της περιουσίας του αποθανόντος πέρασε στη θεραπευόμενη μου. Η διαχείριση αυτής της περιουσίας γινόταν μέχρι πρότενος από τους γονείς της. Στην ηλικία των 19 ετών η θεραπευόμενη μου ανέλαβε να δανειστεί ένα σεβαστό ποσό από τράπεζα σε μορφή δανείου καθώς τα οικονομικά της οικογένειας δεν ήταν καλά και η δουλειά του πατέρα είχε μειωθεί αισθητά. Η διαχείριση όμως αυτών των χρημάτων από το δάνειο φένεται να ήταν προβληματική και αυτή τη στιγμή η οικογένεια εξακολουθεί να βρίσκεται σε δύσκολη οικονομική θέση και με χρέη. Η θεραπευόμενη μου, την οποία βλέπω τέσσερις μήνες τώρα, νοιώθει πολύ θυμωμένη για τα λάθη που έχουν κάνει οι δικοί της σχετικά με τα οικονομικά και επιθυμεί να επεγκλωβιστεί από οικονομικής απόψεως, παίρνοντας τον έλεγχο της περιουσίας στα χέρια της και ταυτόχρονα απαιτώντας από

τους δικούς της να αποπληρώσουν οι ίδιοι τις υπόλοιπες δόσεις δανείου. Μέχρι πρότεινος η θεραπευόμενη πλήρωνε το δάνειο απο το μισθό της καθώς και βοηθούσε περαιτέρω δίνοντας επιπλέον χρήματα στον πατέρα της.

Η σχέση της με την οικογένειά της φένεται να περιστρέφεται γύρω απο τα χρήματα. Τα συναισθήματα που περιγράφει κάθε φορά στη θεραπεία, π.χ. θυμός, απογοήτευση, συμπόνοια, ευχαρίστηση, βρίσκονται πάντα σε αναφορά με τα χρήματα. Ακόμα και στη σχέση της με τον αρραβωνιαστικό της, η προσοχή και το βλέμμα της είναι πάντα στραμμένα προς το οικονομικό. Προσπαθεί να τον «μάθει» να διαχειρίζεται τα χρήματά του με συνέπεια όπως τονίζει η ίδια και ταυτόχρονα του υποδεικνύει πώς θα έπρεπε να «είναι» στη δουλειά του, π.χ. να απαιτεί τις οικονομικές απολαβές που του αναλογούν για το πόσο δουλεύει κ.ο.κ.

Η σχέση της με την αδερφή της, 6 χρόνια μικρότερη, δεν είναι καλή καθώς όπως λέει η θεραπευόμενη μου, η αδερφή της είναι κακομαθημένη και έχει ό,τι ζητήσει, ενώ η ίδια καθώς μεγάλωνε έπρεπε να προσφέρει κάτι σε αντάλλαγμα για τις χάρες που ζητούσε, π.χ να καθαρίσει το σπίτι για να πάρει χαρτζιλίκι και να βγει με τις φίλες της.

Αυτό που χαρακτηριστικά συνοψίζει το πώς νοιώθει είναι η φράση που επαναλαμβάνει:

«τίποτα δεν μου χαρίζεται».

Η θεραπευόμενη νοιώθει απογοητευμένη και αδικημένη απο τους δικούς της. Νοιώθει εγκλωβισμένη γιατί θέλει να φτιάξει τη δική της ζωή, να παντρευτεί και να ανοίξει δική της επιχείρηση, αλλά τα λάθη της οικογένειας στον οικονομικό τομέα της έχουν κλείσει το δρόμο. Η έλλειψη συνέπειας και ωριμότητας στον τρόπο που διαχειρίζεται τα οικονομικά του ο αρραβωνιαστικός της, δυσχεραίνουν την κατάσταση. Τα χρήματα μοιάζει να ορίζουν κάθε πτυχή της ζωής της, πρακτικά και συναισθηματικά. Οι σχέσεις της με τα αγαπημένα πρόσωπα διέπονται απο την αρχή του δύνε και λαβείν.

Με την πάροδο του χρόνου αυτό που έχει κάνει την εμφάνισή του στη θεραπεία είναι τελικά το συναισθηματικό κενό που νοιώθει η θεραπευόμενη, κενό που αφορά τη σχέση με τους γονείς αλλά και τον αρραβωνιαστικό. Τα παράπονα σχετικά με τα χρήματα, ή την έλλειψη αυτών «άνοιξαν» σιγά σιγά το δρόμο για ένα κενό που υπάρχει μέσα της πιο βαθύ και ουσιαστικό. Η ίδια φέρνει σε λόγο πως αυτό που στην ουσία της λείπει και νοιώθει πως δεν της έχει «χαριστεί» ποτέ, είναι η αίσθηση της φροντίδας απο τους γονείς. Νοιώθει πως αντί να την στηρίξουν αυτοί σαν έφηβη, ή τώρα σαν άνεργη, έχει καταλήξει αυτή να είναι ο γονέας που αναλαμβάνει να «νταντέψει» τους γονείς.

Τα χρήματα ως υλικό αγαθό είναι αυτά που καθορίζουν την ύπαρξή της σε αναφορά με τους άλλους γύρω της. Στη θεραπεία ένας νέος τρόπος

συσχετισμού της με τους άλλους έχει διαφανεί πρόσφατα. Ο τρόπος αυτός δεν αφορά το οικονομικό κομμάτι αλλά τις συναισθηματικές ανάγκες της που έχουν μείνει ακάλυπτες όλα αυτά τα χρόνια. Η ίδια έχει αρχίσει σιγά σιγά να «ακούει» όλο και πιο καθαρά τις δικές της συναισθηματικές ανάγκες, π.χ. κάνει πράγματα που τη γεμίζουν συναισθηματικά όταν τα έχει ανάγκη όπως να περάσει χρόνο με τη γιαγιά της, ή να φάει ένα παγωτό απλά γιατί ένοιωσε την επιθυμία τη δεδομένη στιγμή.

Όταν έρχεται σε εμάς ένας άνθρωπος που φένεται να αυτοπροσδιορίζεται μέσα από τα υλικά αγαθά, όπως αυτή η κοπέλα από τα χρήματα, το να εξετάσουμε μαζί του τον συμβολικό χαρακτήρα που μπορεί να έχει μια τέτοια σύνδεση με το εν λόγω υλικό αγαθό, και το να εστιάσουμε στη συναισθηματική επιρροή μιας τέτοιας σύνδεσης, θα μπορούσε ίσως να δι-ανοίξει μια νέα δυνατότητα αναφοράς του θεραπευόμενου με τον κόσμο του;

Απο μία δική μου εμπειρία

Κατά την 10ετή παραμονή μου στο Λονδίνο ένα από τα φαινόμενα που μου προκάλεσαν δέος ήταν ο καταναλωτισμός. Αλλά γιατί; Στα 17 μου χρόνια βρέθηκα ξαφνικά από μια μικρή επαρχιακή πόλη των 15,000 κατοίκων σε μια κοσμοπολίτικη πρωτεύουσα των 10,000,000 κατοίκων. Οι επιθυμίες μου κατά την παιδική και εφηβική ηλικία περιστρέφονταν γύρω από την εξερεύνηση των σχέσεών μου με την οικογένεια και τους φίλους και ίσως κάπου κάπου γύρω από την απόκτηση μιας κούκλας ή ενός επιτραπέζιου παιχνιδιού που διαφημιζόνταν στην τηλεόραση. Οι ανάγκες δε, περιορίζονταν σε ό,τι αφορούσε την ένδυση, την τροφή και τη μάθηση, και η διαχείρησή τους ήταν αποκλειστική ευθύνη της μάνας.

Στο Λονδίνο ένας νέος, αλλόκοτος κόσμος ανοίγονταν εμπρός μου. Από τις πρώτες 'εικόνες' που μου χαρακτήθηκαν στο μυαλό ήταν η κοσμοσυρροή στα πολυκαταστήματα και στους εμπορικούς δρόμους. Η προσοχή μου είχε για τα καλά στραφεί προς τα υλικά αγαθά, είτε μέσω της διαφήμισης τους στα ΜΜΕ, είτε μέσω της παρατήρησης πως καθημερινά τόσες χιλιάδες κόσμου πηγαίνουν στα πολυκαταστήματα κρατώντας τα νεο-αποκτηθέντα προϊόντα τους. Το φαινόμενο του καταναλωτισμού με εντυπωσίαζε και με τρόμαζε. Για πρώτη φορά βρισκόμουν εν μέσω βομβαρδισμού τόσων και τέτοιων καταναλωτικών ερεθισμάτων και πραγματικά δεν γνώριζα ποιά ήταν η δική μου θέση σε όλο αυτό που εκτυλλίσσονταν μπρος στα μάτια μου.

Κάποια Χριστούγεννα και ενώ βρισκόμουν σε έναν από τους πιο πολυσύχναστους εμπορικούς δρόμους της πόλης, η προσοχή μου στράφηκε στη διαφημιστική καμπάνια ενός από τα πιο επηφανή εμπορικά καταστήματα του Λονδίνου. Το 'μότο' της καμπάνιας έλεγε το εξής: «ψωνίζω άρα υπάρχω». Εκείνη τη χρονιά είχα ξεκινήσει την εκπαίδευσή μου στην ψυχοθεραπεία στο κολλέγιο Regent's και ότι είχα έρθει σε πρώτη επαφή με την υπαρξιακή προσέγγιση και τους

φιλοσόφους που την εδραιώνουν όπως ο Χάιντεγκερ. Αυτό που ένοιωσα όταν αντίκρισα την καμπάνια του καταστήματος ήταν θυμός και απογοήτευση. Γιατί;

Στη πρώτη μου επαφή με την υπαρξιακή φιλοσοφία ένοιωσα ανακούφιση και πως επιτέλους βρήκα τη πηγή που θ'ανάβλυζε απαντήσεις σε ερωτήματα που μου ήταν βασανιστικά για χρόνια. Ερωτήματα όπως ποιά ήμουν, γιατί υπάρχω, ποιά η ουσία της ύπαρξής μου. Αναγνωρίζω εκ των υστέρων πως αυτό που έψαχνα ήταν μια απάντηση που στην ουσία της έθετε το ίδιο μου το είναι ως αντικείμενο μπροστά σε ένα Εγώ που ρωτούσε ως το υποκείμενο. Αναρωτιέμαι αν γι'αυτό ένοιωσα τόσο θυμωμένη και θιγμένη απο αυτή τη διαφήμιση, ακριβώς γιατί κατά τη γνώμη μου ένα τέτοιο διαφημιστικό μήνυμα με προέτρεπε να βρω τον εαυτό μου μέσα απο την κατανάλωση υλικών αγαθών. Αυτό τελικά ίσως ήταν και το τόσο απειλητικό στην προκειμένη περίπτωση, καθώς ο τρόπος που προσέγγιζα τη φιλοσοφία είχε τη μορφή της καταναλωτικής μανίας. Δεν διάβαζα τη φιλοσοφία με διάθεση στοχαστική, την καταβρόχθιζα, σαν τροφή που έρχονταν για να καλύψει ένα κενό, ένα έλλειμμα εσωτερικής μορφής. Αναρωτιέμαι τώρα, στο ίδιο δε στόχευε και το εν λόγω υποκατάστημα με την διαφημιστική του καμπάνια; Δεν καλούσε τον καταναλωτή ν'αγοράσει τα διαθέσιμα προϊόντα ώστε να συν-καλύψει την όποια αβεβαιότητα γύρω απο το ποιός είναι;

Να λοιπόν δύο δρόμοι, τόσο διαφορετικοί εκ πρώτης όψεως που όμως μου υπόσχονταν, ή έτσι ένοιωθα εγώ οτι έκαναν, την ίδια κατάληξη, να βρω τον εαυτό μου, την ουσία της ύπαρξής μου. Το θέμα τώρα είχε ως εξής, αν θα το έκανα καταβροχθίζοντας το Είναι & Χρόνος του Χάιντεγκερ, ή χρεώνοντας τη πιστωτική μου κάρτα με ρούχα, αξεσουάρ και τα αγαπημένα μου αγγλικά muffins!

Είτε πρόκειται για πνευματικές, είτε για υλικές ανάγκες, τι είναι αυτό που προσπαθώ να ικανοποιήσω μέσα απο την εκπλήρωση αυτών των αναγκών; Πρόκειται κάθε φορά για ένα συναισθηματικό κενό όπως και στη περίπτωση της θεραπευόμενης μου;

Έχω την αίσθηση πως αν καταφέρω ν'απαντήσω αυτό το ερώτημα τότε ίσως να μπορέσω να δω καθαρά ποιές ανάγκες μου είναι πραγματικές, ουσιαστικές και ποιές απλά επίπλαστες. Ή μήπως το θέμα είναι να φτάσω στο σημείο να μην καθορίζω καν την ουσία της ύπαρξής μου μέσα απο τις ανάγκες μου;

Ο άνθρωπος+ οι επιθυμίες του+ η ψυχοθεραπεία

Απο το βιβλίο του Γεμεντζή: «Επανεισαγωγή στην ψυχανάλυση»

Ο Γεμεντζής μιλάει για το όριο πάνω στο οποίο προσκρούει η φροϋδική ψυχανάλυση: « ο υγιής άνθρωπος της είναι εκείνος ο οποίος είναι ελεύθερος για την προσφορότερη δυνατή ικανοποίηση των επιθυμιών του (...) η ψυχανάλυση ελευθερώνει τον άνθρωπο για τις επιθυμίες του στον μεγαλύτερο δυνατό βαθμό: ο άνθρωπος διαπαιδαγωγείται στην επιθυμία των επιθυμιών του».

Επιπλέον κάνει λόγο για την ψυχανάλυση εκείνη που δε θα σκοπεύει στο να καταδείξει ποιές είναι οι πραγματικές ανάγκες του θεραπευόμενου, αλλά που θα στοχεύει να βοηθήσει τον άνθρωπο να απελευθερωθεί απο τα δεσμά των αναγκών και επιθυμιών του. Η ψυχανάλυση λοιπόν ως «κλύσιμο (...) απο καταναγκασμούς ενός κόσμου που κάποτε γίνεται ασφυκτικός».

Από ένα άρθρο που δημοσιεύτηκε στην εφημερίδα New York Times απο τον Jonathan Franzen, Μάιος 28, 2011, με τίτλο:

Liking is for cowards. Go for what hurts

«Πριν δύο εβδομάδες αντικατέστησα το 3 χρόνων παλιό μου BlackBerry Pearl με το πολύ πιο δυνατό Blackberry Bold. Ήμουν εν ολίγοις ξετρελλαμένος με τη νέα μου συσκευή. Το ίδιο φυσικά αισθανόμουν και με τη παλιά μου συσκευή όταν την είχα πρωτο-αγοράσει, αλλά η λάμψη της σχέσης μας είχε ξεθωριάσει. Υπήρχαν προβλήματα εμπιστοσύνης με το Pearl, θέματα αξιοπιστίας, συμβατότητας και προς το τέλος κάποιες αμφιβολίες σχετικά με την «πνευματική υγεία» της συσκευής μου, μέχρις ότου έπρεπε πια να παραδεκτώ ότι είχα ξεπεράσει τη σχέση μας. Χρειάζεται εδώ να τονίσω πως αυτή η σχέση με τη συσκευή μου ήταν εξ'ολοκλήρου μονόπλευρη; (...)

Επιτρέψτε μου επίσης να τονίσω πόσο πανταχού παρούσα είναι η λέξη «σέξυ» στις περιγραφές τεχνολογικών προϊόντων στις διαφημίσεις (...) Τα καταναλωτικά, τεχνολογικά προϊόντα είναι μεγάλοι σύμμαχοι του ναρκισσισμού. Οι ζωές μας μοιάζουν πολύ πιο ενδιαφέρουσες όταν φιλτράρονται μέσα απο τη «σέξυ» πλατφόρμα του Facebook. Πρωταγωνιστούμε στα βίντεο που ανεβάζουμε, φωτογραφίζουμε αδιάκοπα τους εαυτούς μας, κλικάρουμε με το ποντίκι και το μηχάνημα επιβεβαιώνει την αίσθηση των ικανοτήτων μας (...). Όλα είναι ένας φαύλος κύκλος, μας αρέσει ο καθρέφτης και του αρέσουμε και εμείς. Το να προσθέσουμε ένα άτομο στους φίλους μας σημαίνει απλά να τον συμπεριλάβουμε στον ιδιωτικό μας τοίχο που απαρτίζεται απο καθρεφτίσματα της γοητείας μας (...)

Το να προσπαθούμε να είμαστε απόλυτα αρεστοί είναι ασυμβίβαστο με τις σχέσεις αγάπης (...) Ξαφνικά έρχεται η ώρα για μια πραγματική επιλογή που πρέπει να κάνεις, όχι μια ψεύτικη καταναλωτική επιλογή μεταξύ ενός BlackBerry και ενός iPhone, αλλά μια ερώτηση μόνο: αγαπώ αυτό το άτομο; Αυτό το άτομο αγαπάει εμένα; (...) Δεν υπάρχει κάτι σαν το άτομο εκείνο του οποίου ο πραγματικός εαυτός θα σου αρέσει ολοκληρωτικά. Αυτός είναι ο λόγος που ένας κόσμος βασισμένος στην αρέσκεια (like) είναι σε τελευταία ανάλυση ένα ψέμα. Όμως υπάρχει κάτι σαν το άτομο του οποίου τον πραγματικό εαυτό μπορείς να αγαπήσεις ολοκληρωτικά. Και γι'αυτό η αγάπη είναι μια υπαρξιακή απειλή τόσο μεγάλη για την καταναλωτική-τεχνολογική πτυχή της ζωής: αποκαλύπτει το ψέμα (...)

Το εντυπωσιακό σχετικά με όλα τα υλικά αγαθά είναι πως σχεδιάζονται έτσι ώστε να είναι έντονα αρεστά. Αυτός ακριβώς είναι ο ορισμός ενός καταναλωτικού αγαθού, σε αντίθεση με εκείνο το προϊόν που είναι απλά αυτό που είναι και του οποίου οι κατασκευαστές δεν είναι προσκολλημένοι στο να σου είναι εσένα αρεστά, π.χ. οι μηχανές των τζετ, τα εργαστηριακά μηχανήματα, η σοβαρή τέχνη, η λογοτεχνία. Αλλά αν σκεφτούμε τα παραπάνω σε συνάρτηση με τον άνθρωπο και φανταστούμε έναν άνθρωπο που αυτο-προσδιορίζεται απο την απελπιστική ανάγκη να είναι αρεστός, τι βλέπουμε; (...) βλέπουμε έναν άνθρωπο που δεν μπορεί να αντέξει τη πιθανότητα οτι ο πραγματικός εαυτός του μπορεί να μην είναι απόλυτα αρεστός απο όλους και ο οποίος για αυτό το λόγο, είτε αποσύρεται απο τις ανθρώπινες σχέσεις, είτε κινείται προς μια υπερβολική αυτοθυσία

ώστε να είναι σίγουρος πως αρέσει στους άλλους. Κάτι τέτοιο όμως δε σημαίνει πως αυτός ο άνθρωπος δεν πιστεύει πως κάποιος μπορεί να τον αγαπήσει γι'αυτό που πραγματικά είναι και επομένως ούτε και αυτός μπορεί να δει τον άλλο γι'αυτό που πραγματικά είναι και να τον αγαπήσει; (...)

Επίσης το μεγάλο ρίσκο εδώ είναι αυτό της απόρριψης (...) το να εκ-θέσεις τον εαυτό σου ολάκερο και όχι μόνο τα αρεστά σου επιφανειακά σημεία, και να απορριφθείς τελικά, μπορεί να είναι καταστροφικά οδυνηρό. Και η πιθανότητα αυτού του πόνου, ο πόνος της απώλειας, του χωρισμού, του θανάτου, είναι αυτό που το κάνει τόσο ελκυστικό να αποφύγεις την αγάπη και να παραμείνεις με ασφάλεια στον κόσμο της αρέσκειας (...)

Το να ζήσεις αποφεύγοντας τον πόνο είναι σαν να μην έχεις ζήσει καθόλου. Ακόμα και αν απλά πεις στον εαυτό σου: « καλά θα φτάσω και σε αυτά τα θέματα αγάπης και πόνου αργότερα, ίσως κοντά στα 30 μου» είναι σα να δεσμεύεις τον εαυτό σου σε 10 χρόνια κατά τα οποία απλά καταλαμβάνεις χώρο στο πλανήτη και εξαντλείς την ενέργειά του. Είναι σα να ζεις απλά ως καταναλωτής.»

Μέσα απο τη χρήση τεχνολογικών προϊόντων, μέσα απο τις πλατφόρμες κοινωνικής διασύνδεσης, μαθαίνουμε έναν νέο τρόπο να υπάρχουμε, να αισθανόμαστε και να σκεφτόμαστε, μαθαίνουμε τον τρόπο της αρέσκειας. Τα υλικά αγαθά, είτε πρόκειται για το νέο μας κινητό τηλέφωνο, είτε για μια υπηρεσία κοινωνικής δικτύωσης, μας προσφέρουν έναν ακόμα τρόπο συσχέτισης με τους ανθρώπους και τα πράγματα. Προάγουν τελικά την τάση να αντικειμενικοποιούμε τους άλλους και τα πράγματα και να σχετιζόμαστε με έναν τρόπο αναλώσιμο, εφήμερο και ναρκισσιστικό.

Ποιά η θέση η δική μας ως ψυχοθεραπευτές σε μια τέτοια στάση ζωής; Εμείς πως συνδεόμαστε αλήθεια με τα πράγματα και τους ανθρώπους γύρω μας; Εγώ πάντως αρέσκομαι να κάνω “like” στους φίλους μου στο facebook και ικανοποιούμαι όταν και οι άλλοι κάνουν το ίδιο σε αυτά που ανεβάζω!

Ειρήνη Γαρούφη

Τετάρτη, 29 Ιουνίου 2011