

Ψυχοθεραπεία : Πέταγμα εκτός θεμελίων

(Σχόλια για την Φαινομενολογική-Υπαρξιακή προσέγγιση, με αφορμή την θεραπεία μιας γυναίκας.)

Η Κ. είναι μία γυναίκα 52 χρονών. Πριν επτά χρόνια έκανε μαστεκτομή, μετά από εμφάνιση όγκου, στον αριστερό μαστό. Από τότε βρίσκεται σε μία κατάσταση που, με βάση την ψυχιατρική ορολογία, θα μπορούσε να ονομασθεί αγχώδης κατάθλιψη με φοβίες και κρίσεις πανικού. Σταδιακά αποσύρθηκε από τις περισσότερες δραστηριότητες της και νοιώθοντας έντονη ανασφάλεια έμενε κλεισμένη στο σπίτι, με την ανάγκη να βρίσκεται συνέχεια ο σύζυγος της δίπλα της.

Ξεκίνησε θεραπεία με επιμονή του συζύγου της που είχε κουραστεί. Εκείνη δεν έφερε καμία αντίσταση και σχεδόν άβουλη αφέθηκε στην πρωτοβουλία του. Στο ξεκίνημα της θεραπείας, ήταν σαν μικρό, αδύναμο παιδί που χρειάζεται φροντίδα και καθοδήγηση και θέλει οι άλλοι να είναι ευχαριστημένοι από αυτό. Ήταν σαν να έλεγε: «δεν θα φέρω αντίρρηση σε τίποτα, θα κάνω ό,τι μου ζητούν».

*Τι συμβαίνει εδώ; Είμαστε σε θέση με τις πρώτες μέχρι τώρα πληροφορίες, να διαμορφώσουμε κάποιες διαγνωστικές υποθέσεις και να πάρουμε μία κατεύθυνση στην θεραπευτική μας προσπάθεια; Θα ήταν χρήσιμο κάτι τέτοιο; Για παράδειγμα, μπορούμε να πούμε ότι βρισκόμαστε μπροστά σε μία περίπτωση όπου η απώλεια και η αναπηρία (όπως ίσως την βιώνει εκείνη), έχουν άμεση σχέση με την κατάθλιψή της καθώς την έχουν βυθίσει σε μια κατάσταση ενός είδους χρόνιου επιπεπλεγμένου πένθους; Μήπως έχουμε να κάνουμε με ανεπίλυτα θέματα ναρκισσισμού οπότε η θεραπεία προς τα εκεί έχει να κινηθεί; Θα μπορούσαμε ίσως να υποψιασθούμε ότι εδώ βρισκόμαστε μπροστά σε επιθετικές ενορμήσεις ή ίσως μπροστά σε ενορμήσεις θανάτου...;*

*Θα μπορούσαμε βεβαίως να τα πούμε όλ' αυτά και ακόμα περισσότερα και είναι γεγονός ότι πολλοί θεραπευτές μόνον έτσι μπορούν να ξεκινήσουν την όποια θεραπευτική τους προσέγγιση. Ξεκινούν δηλαδή με την διατύπωση διαγνωστικών υποθέσεων που προκύπτουν αφ' ενός από το θεωρητικό μοντέλο που ακολουθούν και αφ' ετέρου από την προηγούμενη εμπειρία τους. Όμως εδώ, αυτή την στιγμή, μπροστά μας, έχουμε αυτήν την συγκεκριμένη γυναίκα και όχι κάποια θεωρητικά μοντέλα. Κατά πόσον αυτά ανταποκρίνονται στην δική της αλήθεια; Είναι πολύ σημαντικό ο θεραπευτής να μπορεί να περιμένει και να μην βγάζει συμπεράσματα που δεν έχουν να κάνουν με την πραγματικότητα αλλά με τις δικές του και μόνον παραστάσεις.*

*Ένα θεραπευτικό βλέμμα, φαινομενολογικά προσανατολισμένο, προσπαθεί να προσέξει τα ίδια τα πράγματα, καθεαυτά, και να τα ερμηνεύσει από την ίδια την παρουσία τους χωρίς επικαλύψεις και σχηματοποιήσεις από δικές του διανοητικές κατασκευές. Όλες οι θεωρητικές αφαιρέσεις που κουβαλά ο θεραπευτής είναι καλό να μείνουν στην άκρη καθώς το βλέμμα του έχει να προσέξει τα άμεσα φαινόμενα που παρουσιάζονται εμπρός του. Η ερμηνεία τού φαινομένου χρειάζεται τον σεβασμό του θεραπευτή, που θα πει, η ερμηνεία να προκύπτει στην συνομιλία, από τα μέσα, και όχι να επιβάλλεται από τα έξω.*

*Από τα μέσα, από την μέχρι τώρα συνάντησή μας με την συγκεκριμένη γυναίκα, μπορούμε να πούμε ότι προκύπτουν κάποια ίχνη, κάποια σημάδια, που ίσως, αμυδρά, κάτι*

---

\* Ο Θανάσης Γεωργάς είναι ιατρός ψυχαναλυτής, ιδρυτικό μέλος της Ελληνικής Εταιρείας Φαινομενολογικής-Υπαρξιακής Ανάλυσης και Ψυχοθεραπείας.

λένε... Τα ίχνη αυτά ψελλίζουν κάτι για τον τρόπο που σχετίζεται με τους άλλους. Σε αυτόν τον τρόπο, ίσως, ανήκει το πώς αφήνεται στην φροντίδα του συζύγου της, αλλά και η συμπεριφορά της προς τον θεραπευτή, στο ξεκίνημα της θεραπείας, όπου θυμίζει έντονα μικρό παιδί που θέλει οι άλλοι να είναι ευχαριστημένοι απ' αυτό και κάνει ότι του ζητούν. Αυτό το αμυδρό μίλημα χρειάζεται ασφαλώς να προσεχθεί και είναι δικό μας μέλημα να του επιτρέψουμε, κατά το δυνατόν, να αφεθεί ελεύθερο να εκπτυχθεί στην μεταξύ μας σχέση και να συνομιλήσουμε μαζί του. Ίσως από εδώ, από την παραμονή στο συγκεκριμένο, από την προσοχή σε αυτό που τώρα ρητά ή άρρητα λέγεται μπροστά στα μάτια μας, έχει η θεραπεία να πάρει την κατεύθυνσή της.

Πολύ γρήγορα, σχεδόν από την αρχή, η Κ. μίλησε γι' αυτό που τόσο την απασχολούσε. Σε αντίθεση με ότι θα μπορούσε, βιαστικά ίσως, κανείς να υποθέσει, το θέμα της ήταν όχι η ασθένεια και η απώλεια του στήθους της αλλά, η απογοήτευση που δέχθηκε όταν μετά την ασθένεια διαπίστωσε ότι δεν υπήρχε η συμπαράσταση, η κοντινότητα και η φροντίδα που προσδοκούσε από τα συγγενικά της πρόσωπα και τους φίλους. Εκείνη μέχρι τότε, έτρεχε όπως έλεγε, για όλους. Βρισκόταν κοντά τους σε κάθε δύσκολη στιγμή της ζωής τους, χωρίς να υπολογίζει την προσωπική της κούραση, τις δικές της επιθυμίες και ανάγκες και συχνά σε βάρος των αναγκών της δικής της οικογένειας. Ιδίως σε ότι αφορούσε θέματα υγείας, θεωρούσε ότι ως και εκ του επαγγέλματος της - διοικητική υπάλληλος σε μεγάλο οργανισμό υγείας - όφειλε πάντα να φροντίζει και να δίνει λύσεις σε όλους, συγγενείς, φίλους και γνωστούς. Θεωρούσε ότι εκείνη είχε άψογη συμπεριφορά. Ανταποκρινόταν πλήρως στις επιθυμίες όλων και προσπαθούσε να τους έχει ευχαριστημένους. Εκείνοι γιατί δεν ανταπέδωσαν; Ήταν σαν να υπήρχε ένα αόρατο συμβόλαιο ανάμεσα σε κείνη και τους άλλους, με βάση το οποίο, αν εκείνη συμπεριφερόταν «σωστά» δηλαδή, σύμφωνα με τις ανάγκες τους και τις επιθυμίες τους, τότε και εκείνοι θα συμπεριφερόταν ανάλογα, θα την αγαπούσαν και θα την φρόντιζαν... Τώρα όμως, ήταν σαν να χάλασε το συμβόλαιο και σαν να παραβιάστηκαν οι πιο θεμελιώδεις κανόνες του. Σαν να εξαπατήθηκε...

*Ίσως αυτό που συνέβαινε στην Κ. δεν αφορά μόνον εκείνη αλλά είναι κάτι που λίγο - πολύ μας αφορά όλους. Ζούμε την καθημερινότητα μας με το να είμαστε προσηλωμένοι σε κάποια θέματα, σε κάποιους τρόπους και συμπεριφορές, σε ένα «σχέδιο ζωής», που μας φαίνονται θεμελιώδη και που τα χαρακτηρίζει η αίσθηση του αυτονόητου και η συνήθεια. Αυτά αποτελούν ένα είδος στέρεου εδάφους πάνω στο οποίο βασίζεται η ισορροπία μας. Παρ' όλα αυτά συμβαίνει κάποτε, να δημιουργείται κάποια ρωγμή στο στέρεο έδαφος. Αυτό μάλιστα συμβαίνει τόσο περισσότερο, όσο κανείς το νοιώθει με απόλυτο τρόπο σαν «στέρεο έδαφος». Είναι δυνατόν μάλιστα αυτή η ρωγμή να μην μπορεί να κλείσει, παρ' όλες τις αγωνιώδεις μας προσπάθειες, αλλά συνεχώς να διευρύνεται δημιουργώντας χάσματα, σεισμούς, ανατροπές... Το στέρεο έδαφος πάνω στο οποίο βασιζόμασταν δεν υφίσταται πλέον... η ισορροπία που μέχρι τότε είχαμε, μας εγκαταλείπει...*

Όταν εκείνη βρέθηκε στην μεγάλη δοκιμασία υγείας που αναφέραμε, δεν εισέπραξε αυτό που προσδοκούσε. Ένιωθε κάτι σαν σταδιακή απομάκρυνση όλων απ' αυτήν. Λίγες επισκέψεις και κάποια τηλεφωνήματα μόνον... Ήταν σαν να γκρεμίστηκε ο κόσμος της. Ένιωθε πολύ μόνη και βρέθηκε σε μεγάλη σύγχυση. Ξέσπασε μέσα της μεγάλη αναταραχή και τα έβαζε με τον εαυτό της αμφισβητώντας τη μέχρι τότε στάση της στη ζωή. Έφτανε στο σημείο να θεωρεί τον εαυτό της χαζό και ηλίθιο. Άλλες φορές ένιωθε να την κατακλύζει μίσος προς τους άλλους. Τους θεωρούσε ατομιστές που την είχαν εκμεταλλευθεί και την είχαν προδώσει. Το μίσος και η απέχθεια της όμως την τρόμαζαν, γιατί ένιωθε να την οδηγούν σε απόλυτη αποκοπή και μοναξιά και αυτό το βίωνε με πολύ μεγάλη αγωνία...

Προσπαθούσε τότε να βρει χίλιες δικαιολογίες για την στάση των άλλων προς αυτήν - είχαν τις δουλειές τους, είχαν τα προβλήματα τους, δεν κατάλαβαν κ.λ.π. - αλλά μετά από λίγο απέρριπτε αυτές τις δικαιολογίες εξοργισμένη.

Περιέγραφε πως ένιωθε σαν να αιωρείται στο κενό, σε μία άβυσσο, όπου ανεξέλεγκτα κύματα την χτυπούσαν μία από δω και μια από κει. Δεν έβρισκε πουθενά στέρεο έδαφος. Έλεγε: «Δεν έχει τίποτα νόημα. Είναι όλα μηδέν».

*Αυτή την φράση «είναι όλα μηδέν» την έλεγε μεν, αλλά δεν ήταν, ακόμα, σε θέση να την εννοήσει κυριολεκτικά σε όλη την αποκαλυπτική ευρύτητά της. Το μηδέν, ήταν σαν να την είχε αρπάξει και να την είχε πετάξει έξω από τα θεμέλια που είχε μέχρι τότε στη ζωή της, μηδενίζοντάς τα. Αυτό βεβαίως, όπως έχει περιγραφεί ήδη από τον Κίρκεγκορ, γίνεται εμπειρατό κατ' αρχήν, σαν αγωνία και τρόμος. Η αγωνία και ο τρόμος δεν είναι απλώς δικά μας ατομικά συναισθήματα, αλλά είναι ένας τρόπος με τον οποίο είναι δυνατόν να εμπειραθούμε το μηδέν. Η Κ. αντιστεκόταν σε αυτό και όσο περισσότερο αντιστεκόταν τόσο περισσότερο αύξανε η σύγχυσή της. Βυθιζόταν περισσότερο στο κενό, βάθαινε η μελαγχολία, ένιωθε μεγάλη ανασφάλεια και πάθαινε κρίσεις πανικού...*

*Στην ψυχοθεραπεία, σε κάποιες εννοϊκές στιγμές, ίσως δίνεται η δυνατότητα να στραφεί το βλέμμα προς τα κει. Όχι για να το βάλει κανείς έντρομος στα πόδια, ως συνήθως, αλλά για να το προσέξει αυτή τη φορά, να κοιτάξει και να δει. Στη θεραπεία δίνεται η δυνατότητα να αποκτήσει κανείς επίγνωση για τις αρχές και τα θεμέλια που έχουν διαμορφώσει τη ζωή του και να δει πως αυτή η διαμόρφωση οδηγήθηκε σε αδιέξοδο και κατάρρευση. Τότε ίσως να μπορέσει να ελευθερωθεί για μια καινούργια κατανόηση, δηλαδή για έναν καινούργιο τρόπο να είναι. Μέσα από την κατάρρευση του νοήματος (αυτό εννοούμε εδώ όταν μιλάμε για μηδέν), μπορεί να αναδυθεί νέο νόημα, νέος τρόπος ζωής.*

Μιλώντας στη θεραπεία για όλα αυτά τα συναισθήματα και τις σκέψεις και που την κατέκλυζαν τα τελευταία χρόνια και παρατηρώντας τα πιο προσεκτικά, μπόρεσε να αντιληφθεί μερικά από τα βασικά χαρακτηριστικά του τρόπου με τον οποίο σχετιζόταν με τους ανθρώπους. Αυτό όμως που λειτούργησε σαν ξαφνική αποκάλυψη, ήταν όταν μιλώντας για τη μητέρα της που είχε πεθάνει πριν τουλάχιστον δέκα χρόνια, συνειδητοποίησε πόσο όμοια ήταν η στάση ζωής που είχαν. Η μητέρα της ήταν γιατρός σε μία αγροτική περιφέρεια και είχε περάσει όλη της τη ζωή σε μία συνεχή προσφορά προς τους άλλους, κάτι που το θεωρούσε υπέρτατο καθήκον της. Η Κ. είχε μιλήσει αρκετές φορές μέχρι τώρα στη θεραπεία, για τη μητέρα της, με μεγάλο παράπονο και συχνά με οργή, ενθυμούμενη τη συνεχή απουσία της από το σπίτι, καθώς από το πρωί μέχρι το βράδυ έτρεχε για τους ασθενείς της. Έκλαιγε και θύμωνε καθώς θυμόταν σκηνές που ήταν η ίδια άρρωστη και η μητέρα της δεν προλάβαινε να την φροντίσει ή και να της δώσει τα φάρμακα της ακόμα, καθώς ένιωθε ότι έπρεπε να είναι εκεί που το καθήκον και οι ασθενείς της την καλούσαν.

*Αναδρομή στο παρελθόν λοιπόν; Φαντάζομαι κάποιον ακροατή που μπορεί να ρωτήσει καλοπροαίρετα: «Μα η φαινομενολογική-υπαρξιακή ψυχοθεραπεία ασχολείται με το ιστορικό ενός ασθενούς»; Η απάντηση είναι ότι βεβαίως και δεν ασχολείται, αν αυτό σημαίνει εξηγητικές υποθέσεις για την γένεση της «παθολογικής» συμπεριφοράς που να ανάγονται στο παρελθόν του συγκεκριμένου ατόμου. Η απάντηση είναι ότι βεβαίως και ασχολείται, αν αυτό σημαίνει την αναγνώριση της συνεχούς και αδιαχώριστης παρουσίας του παρελθόντος μέσα στο παρόν.*

*Στην ψυχοθεραπεία, η προσπάθεια περαιτέρω φωτισμού του θέματος που κάθε φορά συζητείται, μας φέρνει αναπότρεπτα αντιμέτωπους με την ιστορία μας, καθώς αυτή σε μεγάλο βαθμό δεν είναι παρά η ιστορία της ενασχόλησής μας με τα –ίδια σχεδόν πάντοτε- θεμελιώδη*

θέματα πού μας διαπνέουν. Αλλά η προσπάθεια να έλθει στο φως το ουσιαστικό περιεχόμενο αυτών των θεμάτων, δεν εξαντλείται σε μίαν απλώς αναδρομή στο παρελθόν ως αν πρόκειται για μία προσπάθεια ανασκαφής σε κάτι δεδομένο και στατικό. Επιτελείται ως απάντηση σε ερωτήματα πού εδώ και τώρα μας απασχολούν. Το παρελθόν μπορεί να μας «μιλήσει» μόνον ως απαντήσεις σε τέτοια ερωτήματα πού εμείς από εδώ- σήμερα, τους απευθύνουμε. Η ιστορία ενός ανθρώπου δεν έχει τη μορφή ενός «ιστορικού», μίας εξελικτικής πορείας πού κάποτε μπορεί να ολοκληρωθεί. Προκύπτει σαν η ενότητα εκείνη πού εγκαθιδρύεται εκάστοτε εκ νέου μέσω της κατανόησης των ερωτημάτων που απευθύνουμε, λαμβάνοντας κάθε φορά διαφορετικό σχήμα και περιεχόμενο.

Αυτού του είδους η αναδρομή στο παρελθόν ενδιαφέρει την φαινομενολογική-υπαρξιακή ψυχοθεραπεία και βέβαια αυτή η αναδρομή δεν γίνεται ποτέ αυτοσκοπός.

Η αποκαλυπτική συνειδητοποίηση ότι παρ' όλα τα παράπονα και το θυμό, η Κ. είχε παρόμοια στάση ζωής με την μητέρα της, που στηριζόταν στις ίδιες θεμελιώδεις αρχές, την έβγαλε γρήγορα από τη σύγχυση στην οποία βρισκόταν. Της ήταν ξεκάθαρο ότι απέρριπτε τον δρόμο της μητέρας της. Της ήταν ξεκάθαρο πλέον, επίσης, ότι η ίδια δεν είχε βαδίσει μέχρι τώρα έναν δικό της δρόμο στη ζωή. Έναν δρόμο στον οποίο να νιώθει ότι είναι ο εαυτός της. Ξεκίνησε τότε μία νέα φάση αυξημένης δραστηριότητας. Έψαχνε να βρει νέα πράγματα που να έχουν νόημα γι αυτήν και που θα λειτουργούσαν σαν νέα θεμέλια στη ζωή της. Εστίασε την προσοχή της αποκλειστικά στη φροντίδα προς τον εαυτό της, σε αντίθεση με την προτεραιότητα που έδινε παλαιότερα στη φροντίδα προς τους άλλους. Έλεγε πως ήθελε πλέον να προσέξει τον εαυτό της κι έτσι έβγαινε συχνά στα μαγαζιά να ψωνίσει ρούχα που της πήγαιναν, ξεκίνησε αθλητικές δραστηριότητες, αγόρασε δικό της αυτοκίνητο, επεδίωκε πιο συχνές διασκεδάσεις... Η κατάθλιψη έφυγε, όπως και οι κρίσεις πανικού. Παρέμεινε όμως ένα βαθύτερο αίσθημα «ανικανοποίητου» που την έκανε ανήσυχη «γκρινιάρα» και επιθετική. Αυτό ερχόταν με ιδιαίτερη σφοδρότητα στη σχέση με τον θεραπευτή, αφού την «ουδέτερη στάση» του την ερμήνευε σαν ψυχρότητα και αδιαφορία.

*Η λεγόμενη «ουδέτερη στάση» του θεραπευτή, για την οποία συχνά ακούμε από τους θεραπευόμενούς μας να λένε ότι τους δημιουργεί αισθήματα ανοικειότητας και αμηχανία, δεν θα πρέπει να εκληφθεί σαν μία τεχνική την οποία εφαρμόζει επίτηδες ο θεραπευτής προκειμένου να πετύχει κάποια αποτελέσματα. Η στάση αυτή, προκύπτει από μόνη της, πρωτογενώς, στο βαθμό που ο τρόπος με τον οποίο ο θεραπευτής είναι, δεν είναι ο συνηθής τρόπος με τον οποίο οι άνθρωποι συμπεριφέρονται και είναι στην καθημερινότητά τους. Ο τρόπος του θεραπευτή προσλαμβάνει τα χαρακτηριστικά του από την κατοίκησή του στο αν-οίκιο. Αυτά που έρχονται στο βλέμμα του θεραπευτή είναι πέρα από τον, μέχρι τώρα, οικείο τόπο και τρόπο του θεραπευόμενου. Μόνον έτσι, ο θεραπευτής, μπορεί να λειτουργεί ως η ρωγμή εκείνη που επιτρέπει την διάνοιξη του θεραπευόμενου σε δυνατότητες σχέσης που δεν τις είχε μέχρι τότε αντιληφθεί.*

Η Κ. ισχυριζόταν ότι βρίσκεται σ' ένα νέο ξεκίνημα στη ζωή, που χαρακτηρίζεται απ' το ότι δεν τη νοιάζει για τους άλλους. Την νοιάζει μόνον ό,τι λείει εκείνη για τον εαυτό της. Θύμωνε όμως πολύ γιατί, όπως ισχυριζόταν, σ' αυτό το νέο ξεκίνημα, του «αυτοπροσδιορισμού» της όπως τότε έλεγε, χρειαζόταν την τόνωση και την ενθάρρυνση του θεραπευτή της. Αντί γι' αυτό, το μόνο που συναντούσε ήταν η απόσταση του, που την ερμήνευε σαν αδιαφορία και εγκατάλειψη. Δεν αντιλαμβανόταν την αντίφαση στην οποία βρισκόταν ; Ή μήπως με μία δύναμη που ξεπερνούσε τα μέχρι τότε όρια της επίγνωσης της, στα λόγια της, για άλλη μία φορά δεν μιλούσε το παρόν αλλά το παρελθόν;

*Θα μπορούσαμε να πούμε ότι εκείνη τη στιγμή βρισκόμαστε στη καρδιά της θεραπείας. Στην σχέση με τον θεραπευτή έρχονται αναπόφευκτα οι περιορισμοί των διανθρώπινων σχέσεών της, στο στενό εύρος των οποίων αναγκαστικά κινείται η θεραπευόμενη. Δεν πρόκειται για αναβίωση «αποθνημένου υλικού», που αφορά κάποια πρόσωπα του παρελθόντος της και που το «μεταβιβάζει» τώρα στο πρόσωπο του θεραπευτή. Πρόκειται για τον τρόπο με τον οποίο πραγματικά σχετίζεται με τον θεραπευτή, που είναι ο ίδιος με τον τρόπο που σχετίζεται και με τα άλλα πρόσωπα της ζωής της. Σε αυτόν τον τρόπο ανήκει, τον θεραπευτή, άλλοτε (στην αρχή της θεραπείας), να τον βιώνει σαν έναν ζεστό υποστηρικτικό άνθρωπο ως προς τον οποίο εκείνη είναι σαν μικρό υπάκουο παιδί, και άλλοτε (στην συνέχεια της θεραπείας) να τον αντιλαμβάνεται σαν αδιάφορο και απορριπτικό.*

Στην Κ. μιλά ο μέχρι τώρα οικείος της τρόπος να αντιλαμβάνεται τα πράγματα και να σχετίζεται με τους ανθρώπους. Αυτός ο τρόπος, έχει να γίνει θέμα της ψυχοθεραπείας. Χρειάζεται να επισημανθεί, να διευκρινισθεί, να ριχθεί άπλετο φως. Συχνά, προς αυτήν την κατεύθυνση, βοηθούν ερωτήματα που αφορούν το παρελθόν αυτού του τρόπου. Ένα παρελθόν, που είναι τώρα, εδώ, μπροστά μας... Πότε, μέσα σε ποιες συνθήκες, μέσα σε ποια σχέση πρωτοπαρουσιάστηκε αυτός ο τρόπος; Άραγε στη σχέση με την μητέρα της;

*Τον τρόπο με τον οποίο ο θεραπευόμενος σχετίζεται, είναι δυνατόν, πολλές φορές, να τον κατανοήσουμε στην βάση των εμπειριών σχέσης που είχε στο παρελθόν του. Στην σχέση με τον θεραπευτή, συχνά, με «συμπυκνωμένο» τρόπο, έρχεται το παρελθόν του θεραπευόμενου και χρωματίζει το παρόν. Στο παρόν της σχέσης με τον θεραπευτή, είναι δυνατόν να εγερθούν τα ερωτήματα εκείνα που μπορούν να κάνουν το παρελθόν να μας μιλήσει, προσδίδοντάς του –όπως αναφέρθηκε και παραπάνω- διαφορετικό σχήμα και περιεχόμενο.*

*Το εδώ και τώρα της θεραπευτικής σχέσης, λειτουργεί σαν το αμόνι που πάνω του χτυπιέται ολόκληρη η πραγματικότητα του θεραπευόμενου (ίσως και ολόκληρη η πραγματικότητα του θεραπευτή), και δίνει την δυνατότητα για την δι-έξοδο από τους κύκλους στους οποίους γυροφέρνει, όντας βαλτωμένος μέσα στους πατημένους δρόμους του, με τους οποίους είναι εξοικειωμένος και που συνεχώς τον ρίχνουν πίσω, στην σύγχυση και την πλάνη.*

Χρειάστηκε καιρός για να μπορέσει η Κ. να δει με ένα πιο καθαρό βλέμμα αυτό που συνέβαινε στην σχέση της με τον θεραπευτή και να αντιληφθεί χάρις σε αυτό, τον περιορισμό που, χωρίς να το καταλαβαίνει, καθόριζε τις σχέσεις της με τους ανθρώπους. Μόνον τότε, όταν χαλάρωσε το αίτημά της προς τους άλλους, χαλάρωσε και η ίδια και μπόρεσε να προσέξει αληθινά τον εαυτό της. Τότε την απασχόλησε ο όγκος και η μαστεκτομή και μπόρεσε να πενήσει αληθινά... Ξεκίνησε μία ολόκληρη περίοδος, που το κύριο ίσως χαρακτηριστικό της ήταν το πένθος...

Κάποια στιγμή συνέβη ένα ιδιαίτερο, γι αυτήν, περιστατικό. Μία μέρα μπήκε σ' ένα κατάστημα για ν' αγοράσει στηθόδεσμούς. Έψαχνε πολύ ώρα, δεν έβρισκε κάτι να την ικανοποιεί, τλαιπωρούσε την πωλήτρια και γκρίνιαζε. Τότε η πωλήτρια της είπε σ' έντονο ύφος: «Δεν ντρέπεσαι! Η καλύτερη μου φίλη πέθανε χθες από το ίδιο πρόβλημα που έχεις κι εσύ. Εκείνη πέθανε, τη θάψαμε, ενώ εσύ είσαι ζωντανή!».

Η Κ. βγήκε από το κατάστημα σιωπηλή και συγκλονισμένη. Ήταν σαν για πρώτη φορά να το έβλεπε καθαρά, ότι θα μπορούσε να είχε πεθάνει. Αντί γι αυτό ήταν ζωντανή! Η ίδια το περιγράφει αυτό που συνέβη, σαν ένα πολύ ιδιαίτερο και έντονο βίωμα. Σαν κάτι να την κτύπησε ξαφνικά. Σαν κάτι να την άρπαξε και να την πέταξε τελείως έξω από το έδαφος στο οποίο μέχρι τότε βρισκόταν... Άδειασε το μυαλό της, αλλά αυτό δεν δημιούργησε κανένα αίσθημα φόβου. Αντίθετα, ένοιωθε μία απέραντη βεβαιότητα. Σαν για πρώτη φορά να μπορούσε να δει τη ζωή και τον θάνατο,

και αυτό χωρίς να της δημιουργεί πανικό και χωρίς να θέλει να ξεφύγει...

Το βίωμα αυτό δεν κράτησε για πολύ. Έφυγε. Ήταν όμως σαν να χάρισε ένα, τελείως διαφορετικής ποιότητας, φως στη ζωή της. Η Κ. ήταν πλέον μία άλλη. Σαν να είχε μεταμορφωθεί! Ταυτόχρονα όμως, ήταν η ίδια. Η ζωή της ήταν η ίδια. Δεν έγιναν τίποτα θεαματικές αλλαγές... Τι χαρακτήριζε αυτή την μεταμόρφωση;

*Δεν γνωρίζω αν είναι δυνατόν να δοθεί επαρκής απάντηση. Ίσως δεν είναι δυνατόν όλα να εξηγούνται. Θα μπορούσαμε όμως να πούμε ότι η Κ. τότε, άρχισε να βλέπει με ένα άλλο βλέμμα και να προσέχει. Έβλεπε κατ' αρχήν αυτό που από πάντα ήταν εκεί, μαζί της, και που μέχρι τώρα δεν είχε μάτια να το δει. Έβλεπε ότι πράγματι ήταν ζωντανή... Ίσως μία αληθινή ψυχοθεραπεία πέρα και πάνω απ' όλα τα' άλλα, να είναι μία άσκηση του βλέμματος, μία συγκέντρωση της προσοχής, ώστε να μπορεί κανείς να κοιτάζει και να βλέπει, πέρα από τις γνωστές και οικείες του παραστάσεις, στο χώρο του ανοίκειου, αυτού που καθώς μας διαποτίζει και μας διαπερνά, είναι ταυτόχρονα ό,τι πιο κοντινό μας ...*

Η Κ. ένιωθε, όπως περιέγραφε κάποιες στιγμές στην ψυχοθεραπεία, τη ζωή να την διαποτίζει ολόκληρη και να ξεχειλίζει από κάθε κύτταρο του κορμιού της. Τις δραστηριότητες που ήδη είχε στην καθημερινότητα της, άρχισε να τις βλέπει σ' ένα άλλο φως. Το να βγει στα μαγαζιά, για παράδειγμα, κι εκεί να συναντήσει το ρούχο που ήταν γι αυτήν, δεν ήταν πια κάτι συνηθισμένο και αυτονόητο. Το να συναντηθεί με φίλους και να βγουν σε κάποιο ταβερνάκι για να τα πουν, είχε το χαρακτήρα γιορτής. Το κάθε τι, το έβλεπε στην οπτική ότι θα μπορούσε να μην υπάρχει, αλλά όμως ήταν εκεί μπροστά της κι εκείνη ήταν ελεύθερη τώρα, στο παρόν, να κοιτάξει και να το δει! Ήταν γεμάτη από ήρεμη χαρά, σαν να είχε ανοίξει την πόρτα της σε μία απεραντοσύνη, που δεν μπορεί κανείς να την φανταστεί εκ των προτέρων, ούτε να θεωρητικολογήσει περί αυτής.

*Το να αφεθεί κανείς ελεύθερα στο κοίταγμα αυτού που είναι, το να δει κανείς τον εαυτό του, αλλά και το κάθε τι, έτσι όπως είναι, ίσως είναι το περισσότερο στο οποίο μπορεί να φθάσει μία αληθινή ψυχοθεραπεία. Η ψυχοθεραπεία, θα μπορούσαμε να ισχυρισθούμε, υπηρετεί την απελευθέρωση του ανθρώπου από τους ανελεύθερους περιορισμούς του, τις καθηλώσεις του, τους εγκλωβισμούς του, δημιουργώντας έτσι τις προϋποθέσεις ώστε να μπορέσει ίσως, σε κάποια ευνοϊκή στιγμή, να ελευθερωθεί για το ίδιο το είναι.*

**Θα τελειώσουμε, παραθέτοντας, σύντομα, μερικά ερωτήματα :**

Όλα αυτά που συνέβησαν στη Κ. για να τα κατανοήσουμε, θα πρέπει να προσπαθήσουμε να τα στριμώξουμε στο σχήμα ενός μοντέλου, μιας θεωρίας που να μας δίνει ήδη έτοιμες απαντήσεις; Μήπως όμως κάτι τέτοιο αντί να μας ανοίγει την ματιά μας την κλείνει; Μήπως πρόκειται για την ανομολόγητη επιθυμία του θεραπευτή για δική του στήριξη, σ' ένα στέρεο έδαφος, στο θεμέλιο μίας θεωρίας, ώστε να αποφύγει την όποια περιδίνηση στο ανοίκειο, στο πέταγμα εκτός θεμελίων; Πόσο εφικτό είναι όμως να μπορέσει ο θεραπευόμενος να δει την διαμόρφωση του, να αποκτήσει επίγνωση για τα όρια της και τα αδιέξοδα της και να ελευθερωθεί χωρίς θεμέλια και κρατήματα, όταν ο θεραπευτής δεν έχει κάπως προπορευτεί;

**Ερωτήματα επί ερωτημάτων:** Εμείς όμως μπορούμε να το δούμε. Η Κ. και τα κρατήματα της, οι αρχές της που την διαμόρφωσαν και τα αδιέξοδα στα οποία την οδήγησαν, μαζί με τον πανικό και την μελαγχολία, είναι άλλη από την Καλλιόπη χωρίς την ανάγκη κρατημάτων, την ελεύθερη από διαμορφώσεις, την αφημένη στη ζωή καθεαυτή!