

Ο ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

DION FORTUNE
(VIOLET FIRTH)



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....	9
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	13
I. Ο ΦΥΣΙΚΟΣ ΦΟΡΕΑΣ ΤΗΣ ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ.....	17
II. Η ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΟΥ ΝΕΥΡΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ	20
III. ΠΩΣ ΜΙΑ ΙΔΕΑ ΕΙΣΕΡΧΕΤΑΙ ΣΤΟ ΝΟΥ	22
IV. Η ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΩΝ ΑΝΩΤΕΡΩΝ ΕΠΙΠΕΔΩΝ ΤΟΥ ΝΟΥ	24
V. Η ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΩΝ ΚΑΤΩΤΕΡΩΝ ΕΠΙΠΕΔΩΝ ΤΟΥ ΝΟΥ	29
VI. ΣΥΜΠΛΕΓΜΑΤΑ.....	33
VII. ΤΑ ΕΝΣΤΙΚΤΑ	37
VIII. ΤΟ ΕΝΣΤΙΚΤΟ ΤΗΣ ΑΥΤΟΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ.....	41
IX. ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ ΤΟΥ ΕΝΣΤΙΚΤΟΥ ΤΗΣ ΑΥΤΟΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ	44
X. ΤΟ ΕΝΣΤΙΚΤΟ ΤΗΣ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ	46
XI. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΕΝΣΤΙΚΤΟΥ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ.....	48
XII. ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ ΤΟΥ ΕΝΣΤΙΚΤΟΥ ΤΗΣ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ.....	51
XIII. ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΗ	54
XIV. ΔΥΣΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ ΣΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΚΑΙ ΨΥΧΟΠΑΘΟΛΟΓΙΑ.....	59
XV. ΣΥΓΚΡΟΥΣΗ	63
XVI. ΑΠΩΘΗΣΗ	66
XVII. ΔΙΑΣΧΙΣΗ	69

XVIII.	ΣΥΜΒΟΛΙΣΜΟΣ.....	72
XIX.	ΦΑΝΤΑΣΙΩΣΕΙΣ, ΟΝΕΙΡΑ, ΨΕΥΔΑΙΣΘΗΣΕΙΣ	75
XX.	ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ.....	80
XXI.	ΨΥΧΑΝΑΛΥΣΗ.....	82
XXII.	ΥΠΝΩΣΗ, ΥΠΟΒΟΛΗ, ΑΥΘΥΠΟΒΟΛΗ.....	88
XXIII.	Η ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ.....	93
XXIV.	ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ.....	97

ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΤΟΥ ΕΚΔΟΤΗ

Είναι πιθανό πολύ λίγοι από τους αναγνώστες της *Dion Fortune* να γνωρίζουν πως το όνομα που χρησιμοποιεί είναι ψευδώνυμο και πως το πραγματικό της είναι *Mary Violet Firth*. Επίσης, λίγοι ίσως ξέρουν πως είχε σπουδάσει Ψυχολογία και ήταν ψυχοθεραπεύτρια. Το φιλολογικό της ψευδώνυμο το χρησιμοποίησε για τη συγγραφή βιβλίων εσωτερικού περιεχόμενου και ο πιο προφανής λόγος είναι ότι στις αρχές του αιώνα μας διακινδύνευσε τη φήμη της σαν επιστήμονα με τη συγγραφή τέτοιων βιβλίων.

Ωστόσο, δε θεωρείται ασήμαντο και το συγγραφικό έργο που άφησε χρησιμοποιώντας το πραγματικό της όνομα. Ο Μηχανισμός του Νου υπήρξε το αποτέλεσμα μιας σειράς ομιλιών με θέμα τις λειτουργίες του νου. Σαν βιβλίο εκδόθηκε το 1920 και φυσικά ο σημερινός αναγνώστης καλά θα κάνει να το θυμάται καθώς το μελετά. Πρόκειται για την εποχή που βασίλευε η Φροϋδική θεωρία της Ψυχανάλυσης, ενώ παράλληλα αναπτύσσονται τα διάφορα άλλα ψυχολογικά ρεύματα. Η Ψυχολογία βρίσκεται στην άνθισή της με όλες τις αμφισβητήσεις και αντιπαραθέσεις. Το ευρύ κοινό πολύ λίγα γνωρίζει σχετικά με τη νέα επιστήμη, καθώς η δύσκολη και πρωτοεισαγόμενη ορολογία που υπάρχει στα σχετικά βιβλία, προκαλεί σύγχυση σε όσους μη ειδικούς επιχειρούν να τα διαβάσουν.

Αυτός υπήρξε και ο βασικός λόγος που αυτά τα κείμενα είδαν το φως της δημοσιότητας. Ήταν μια προσπάθεια σύγγραφης, περιεκτικής και εκλαϊκευμένης ανάλυσης των βασικών

διαδικασιών του νου, έτσι όπως τις θεωρεί η ψυχολογία. Και βέβαια δεν ήταν μόνο μια προσπάθεια αποδοχής των ψυχολογικών απόψεων και το πλατύ κοινό, αλλά το πραγματικό έναυσμα υπήρξε η βαθιά πεποίθηση της ψυχολόγου και συγγραφέως ότι ήταν απόλυτη ανάγκη να γνωρίσει ο άνθρωπος μέρη του εαυτού του, τα οποία πίστευε ανύπαρκτα. Υποστήριξε η ίδια πως όταν ο άνθρωπος είναι σε θέση να γνωρίζει τις νοητικές του λειτουργίες και τις βασικές του παρορμήσεις, τότε μπορεί να αποφύγει πολλά δυσάρεστα αποτελέσματα στη ζωή του που οδηγούν σε νευρωτικές και διανοητικές διαταραχές.

Μπορούμε να ισχυριστούμε πως με αυτές της τις σκέψεις έθετε τα θεμέλια μια σύγχρονης προληπτικής ψυχικής υγιεινής.

Σήμερα, καθώς διανύουμε την τελευταία δεκαετία του 20ου αιώνα, κατά πόσο μπορούμε να ωφεληθούμε από αυτή την απλοϊκή παράθεση ενός πολυσύνθετου ψυχολογικού μηχανισμού; Δυστυχώς, η όλο και αυξανόμενη εξειδίκευση σε κάθε επιστήμη δε βοηθά το μέσο άνθρωπο να κατανοήσει ή και να συμμετέχει στα σύγχρονα επιτεύγματα. Έχουμε ακόμη ανάγκη από εκείνες τις απλές εξηγήσεις που μας εισάγουν στα σύγχρονα πεδία έρευνας και μας δίνουν τα εφόδια για μια πληρέστερη κατανόηση και αποδοχή.

Μέσα από τη γενικά αποδεκτή κρίση του πολιτισμού μας καθίσταται αναγκαίο να διατηρήσουμε την ψυχολογική ισορροπία μας και ο μόνος τρόπος είναι να γνωρίσουμε τα αίτια που τη διαταράσσουν. Χωρίς καμία αμφιβολία, αυτό το βιβλίο δίνει τη δική του συνεισφορά σε αυτή την προσπάθεια.

Πρόλογος

Είμαι πολύ ευτυχής που προτείνω αυτό το εγχειρίδιο σε όσους δεν έχουν προηγούμενη γνώση και επιθυμούν να κατανοήσουν την αντιμετώπιση του ανθρώπινου νου από τη σύγχρονη ψυχολογία.

Αν πριν δέκα χρόνια οι λέξεις «ψυχολογία» και «ψυχολογικός» εμφανίζονταν σποραδικά στις εφημερίδες, σήμερα είναι καθημερινό φαινόμενο· βέβαια άλλες λέξεις ίσως αποδίδουν παρόμοια νοήματα το ίδιο καλά, ή ακόμη και καλύτερα, αλλά η ξαφνική αυτή μόδα έχει πραγματικό νόημα. Το κοινό γνωρίζει την ύπαρξη της ψυχολογίας: οι άνθρωποι καταλαβαίνουν πως ο ανθρώπινος νους, το όργανο με το οποίο γνωρίζουμε, σκεφτόμαστε και αισθανόμαστε, πρέπει να μελετηθεί σοβαρά ώστε να κατανοήσουμε βαθύτερα και να αποκτήσουμε μεγαλύτερο έλεγχο στην ανθρώπινη ζωή.

Η φανερή αντίδραση στον υλισμό του τέλους του δεκάτου ενάτου και των αρχών του εικοστού αιώνα, η αυξημένη συνειδητοποίηση των άυλων, των «πνευματικών» αξιών, τοποθέτησε το νου στην κατάλληλη θέση του ανθρώπινου ενδιαφέροντος. Η σύγχρονη ακαδημαϊκή ψυχολογία αυτονομείται σταδιακά εδώ και χρόνια, από τους χαοτικούς υποκειμενισμούς των

ανταγωνιστικών φιλοσοφιών· αναπτύσσεται σε πραγματικά επιστημονικές γραμμές, με τη βοήθεια ακριβούς παρατήρησης, σύγκρισης και πειράματος. Αυτό αποδεικνύεται από τις έξυπνες και πολύ χρήσιμες εφαρμογές στην εκπαίδευση και τη βιομηχανία.

Βέβαια, τα αξιόλογα αποτελέσματα της ψυχανάλυσης έγιναν ευρύτερα γνωστά, αν και συχνά συνοδεύτηκαν από μια παραπλανητική μονόπλευρη έμφαση, κάτι που είναι μοιραίο για κάθε κλάδο επιστημονικής έρευνας. Αυτά τα αποτελέσματα αποδείχτηκαν όχι μόνο ενδιαφέροντα αλλά συναρπαστικά, επειδή αναφέρονται σε ένστικτα και συναισθήματα που ο πολιτισμός μας καταπιέζει και συχνά διαστρέφει. Η ψυχανάλυση μετατράπηκε σε μόδα· με αυτή τη μορφή αναμφίβολα προκάλεσε ορισμένο κακό και κατακρίθηκε από τους σοβαρούς σκεπτικιστές. Όμως η επιστήμη της ψυχανάλυσης έχει προοπτικές. Όσο και να παρερμηνευθεί από τον αμαθή, τον ανισόρροπο και τον ημιμαθή, θα παραμείνει μια πρωτοπόρα τεχνική έρευνας και υγιής θεραπευτική μέθοδος. Και σίγουρα θα συνεισφέρει τα μέγιστα στην ψυχολογία του μέλλοντος.

Αυτό το μικρό βιβλίο, που μπορεί να διαβαστεί σε μια ώρα, εκπληρώνει το δύσκολο καθήκον της παρουσίας των βασικών αρχών της σύγχρονης άποψης για το νου, με εύκολη, ευκρινή και ελκυστική μορφή. Αν και δε συμφωνώ κατά λέξη με όσα αναφέρονται, η παρουσίαση του θέματος από τη δίδα Φέρθ και η άμεση σύνδεσή του με τη ζωή και τα προβλήματα του ανθρώπου είναι κατά τη γνώμη μου τυπικά και ουσιαστικά σωστή, ακριβής, υγιής και ισορρο-

πημένη. Η ερμηνεία που δίνει στα διάφορα επίπεδα του νου και των «ελεγκτών» με τη μεταφορική έννοια της δεξαμενής και των κόσκινων, είναι ιδιαίτερα ευφυής και επιβοηθητική. Το βιβλίο θα πετύχει σίγουρα «να σπείρει μερικές θεμελιώδεις απόψεις στον ανεκπαίδευτο νου, που θα γίνουν οι βάσεις για τις μελλοντικές μελέτες».

A. ΓΚ. ΤΑΝΣΛΕΥ

Εισαγωγή

Αρχικά, αυτό το βιβλίο αποτέλεσε μια σειρά λαϊκών διαλέξεων και δεν αξιώνει να συνεισφέρει στο τεράστιο σώμα της ψυχολογικής βιβλιογραφίας. Αποβλέπει σε όσους δεν έχουν το χρόνο, ούτε την απαραίτητη εκπαίδευση, να αφομοιώσουν τα παραδεκτά πάνω στο αντικείμενο έργα, αλλά επιθυμούν να μάθουν κάποια βασικά στοιχεία· επίσης, να κατανοήσουν τις αρχές στις οποίες χτίζονται οι χαρακτήρες μας και τα μέσα που διενεργούν τις διαδικασίες της σκέψης· και όλα αυτά όχι από την άποψη του θεωρητικού, όσο σε σχέση με τα προβλήματα της καθημερινής ζωής.

Ελπίζουμε πως πολλοί θα βρουν εδώ το κλειδί για να ανακαλύψουν κάποιες διεργασίες στη φύση τους και τον τρόπο που κατά καιρούς τους αναστάτωσαν, επειδή μόνο όσοι έχουν τέτοια άλυτα προβλήματα στην καρδιά γνωρίζουν πόσο περιοριστικά και βασανιστικά είναι.

Το βιβλίο δεν αποβλέπει κυρίως στην ταξινομημένη παρουσίαση των στοιχείων της ψυχολογίας, όσο στο να σπείρει μερικές θεμελιώδεις απόψεις στον ανεκπαίδευτο νου, που θα γίνουν οι βάσεις για τις

μελλοντικές μελέτες. Για αυτό το σκοπό, η συγγραφέας υιοθέτησε μια εικονική, σχεδόν διαγραμματική μέθοδο παρουσίασης· έτσι θα παρουσιαστεί ένα πλαίσιο γενικών ιδεών στο οποίο αργότερα μπορούν να συντεθούν οι λεπτομέρειες, επειδή αυτός είναι ο καλύτερος τρόπος μεταβίβασης νέων απόψεων σε άτομα ανεκπαίδευτα στις μεταφυσικές έννοιες.

Δεν υπάρχει εμμονή σε καμιά συγκεκριμένη σχολή ψυχολογίας· η συγγραφέας είναι υποχρεωμένη σε όλες, αλλά δεν ανήκει σε καμιά, πιστεύοντας ότι λόγω της απουσίας οποιασδήποτε καθιερωμένης αυθεντίας στην ψυχολογική επιστήμη, κάθε σπουδαστής πρέπει να ανασκοπήσει τα δόγματα που του προσφέρονται στο φως της δικής του εμπειρίας.

Το βιβλίο έχει πρακτικό σκοπό και γράφτηκε για να ανταποκριθεί σε μια πρακτική ανάγκη. Η εμπειρία της συγγραφέως στη θεραπευτική ψυχολογία κατέδειξε ότι πολλές περιπτώσεις διανοητικών και νευρικών προβλημάτων θα είχαν αποφευχθεί αν υπήρχε γνώση των στοιχειωδών διεργασιών του νου· ανακάλυψε επίσης πως το μόνο που χρειάζονταν πολλοί ασθενείς για να αναρρώσουν ήταν η ερμηνεία αυτών των αρχών· αλλά, ακόμη και αν η θεραπεία απαιτούσε περισσότερα, αυτή η γνώση συνεισέφερε πολλά, επειδή ο ασθενής συνεργαζόταν συνειδητά.

Από όσα γνωρίζει η συγγραφέας, δεν υπάρχει βιβλίο που να ασχολείται με την ψυχοπαθολογία*, όχι από την άποψη του σπουδαστή, αλλά από εκείνη του

* Σ.τ.μ. Αναφέρεται στην εποχή που γραφόταν το βιβλίο (1922).

ασθενή που χρειάζεται μια στοιχειώδη γνώση των νόμων του νου, ώστε να μπορεί να σκέφτεται υγιεινά. Το βιβλίο γράφτηκε για την εκπλήρωση αυτής της ανάγκης· φυσικά, δεν εφαρμόζεται μόνο από όσους ασθενούν στο νου και στο χαρακτήρα, αλλά και από όσους ζητούν να αναπτύξουν τις λανθάνουσες ικανότητές τους, μέσω της πρακτικής εφαρμογής των νόμων της σκέψης και του χαρακτήρα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι

Ο ΦΥΣΙΚΟΣ ΦΟΡΕΑΣ ΤΗΣ ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ

Για την επαρκή κατανόηση των νοητικών διαδικασιών χρειάζεται να έχουμε κάποια ιδέα του μηχανισμού, μέσω του οποίου ο νους επικοινωνεί με το σώμα.

Μέσα από κάθε εκατοστό του οργανισμού μας διέρχεται ένα δίκτυο εξειδικευμένων ινών, με αποστολή να μεταφέρουν νευρικές ωθήσεις από τα αισθητήρια όργανα στο κεντρικό νευρικό σύστημα του εγκεφάλου και του νωτιαίου μυελού· από εκεί μεταβιβάζονται στους μυώνες, τους αδένες και τα άλλα όργανα ανταπόκρισης. Τα αισθητήρια όργανα λειτουργούν σαν αποδέκτες εντυπώσεων, οι νευρικές ίνες σαν μεταφορείς, το κεντρικό νευρικό σύστημα σαν τηλεφωνικό κέντρο και οι μυώνες, οι αδένες και τα άλλα όργανα σαν εκτελεστές των νοητικών ωθήσεων.

Τα αισθητήρια όργανα αποτελούνται από κύτταρα, ή ομάδες κυττάρων, εξειδικευμένα για την αποδοχή συγκεκριμένου είδους εντυπώσεων. Δηλαδή, αν ένα συγκεκριμένο ερέθισμα δοθεί στο αντίστοιχό του όργανο, τότε προκαλείται μια αλλαγή –ίσως χημικού

τύπου— στην ουσία του, η οποία με τη σειρά της παρέχει ενέργεια ηλεκτρικής μορφής, που διατρέχει τη νευρική ίνα όπως ένα καλώδιο. Προς το παρόν πάντως, η γνώση μας για την υφή της νευρικής ώθησης είναι ελαστική και υποθετική.

Όπως κάθε ζωντανός ιστός, το νευρικό σύστημα αποτελείται από εκατομμύρια εξειδικευμένων κυττάρων. Αυτά αποτελούνται από το κυρίως σώμα με δύο συνήθως επιμηκύνσεις. Η μία περιλαμβάνει μια μάζα διακλαδούμενων ινών, όπως οι ρίζες κάποιου φυτού, και ονομάζεται ΔΕΝΔΡΟΝ* η άλλη αποτελείται από μια μακριά κλωστή που καταλήγει σε νήματα, όπως αν ξεφτίσουμε ένα κομμάτι μάλλινης κλωστής. Αυτή η διαδικασία ονομάζεται ΑΞΩΝ (ΑΧΟΝ).

Τα νήματα του άξονα ενός κυττάρου συνυφαίνονται με τις ίνες του δένδρου κάποιου άλλου και το νευρικό ερέθισμα διατρέχει τις νευρικές ίνες και διέρχεται από το χάσμα, με τον ίδιο τρόπο που το ηλεκτρικό ρεύμα ρέει ανάμεσα στους ακροδέκτες ενός ηλεκτρικού λαμπτήρα.

Ασφαλώς είναι φανερό πως αυτά τα αλληλοσυμπλεκόμενα ινίδια, που αριθμούν εκατομμύρια και διέρχονται από κάθε μόριο του σώματος, αποτελούν το θαυμαστότερο σύστημα επικοινωνίας. Ο εγκέφαλος και ο εγκεφαλονωτιαίος μυελός είναι το κεντρικό τηλεφωνικό κέντρο.

Οι μυώνες αποτελούνται από επιμήκη αξονοειδή

* Σ.τ.μ. Η σημερινή ορολογία διαφέρει και ενώ κρατά την ίδια ελληνική ρίζα, ονομάζεται Δενδρίτης (Dendrite) αντί Δένδρον (Dendron).

κύτταρα, ικανά να συστέλλονται. Η ουσία τους υπόκειται συνέχεια σε χημικές μεταβολές. Το αίμα και η λέμφος που τα περιβάλλουν, προσφέρουν τις θρεπτικές ουσίες και απομακρύνουν τα απόβλητα που προκύπτουν από τη δραστηριότητά τους.

Οι θρεπτικές ύλες, υψηλά οργανωμένες χημικές ενώσεις, αποθηκεύονται στο κύτταρο. Με τη λήψη ενός νευρικού ερεθίσματος, τα τροφικά σφαιρίδια κατά κάποιο τρόπο εκρήγνυνται: δηλαδή διαλύονται στα χημικά συστατικά τους και απελευθερώνεται η ενέργεια που τα συγκρατούσε, οπότε ο μυς εκτελεί το προορισμένο έργο.

Οι αδένες είναι οι χημικοί του σώματος και στα χωνευτήρια των μικροσκοπικών κυττάρων τους εκτελούν τις θαυμαστές επεξεργασίες της ζωντανής χημείας, στις οποίες βασίζονται οι ζωικές μας λειτουργίες. Η ποιότητα και ποσότητα των εκκρίσεών τους ελέγχεται από το νευρικό σύστημα, το οποίο λειτουργεί σαν ρυθμιστής όλων των σωματικών λειτουργιών.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ II

Η ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΟΥ ΝΕΥΡΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ

Ο ευκολότερος τρόπος να κατανοήσουμε την οργάνωση της σύνθετης νευρικής δομής μας, είναι μελετώντας την εξέλιξη από τις ταπεινές ρίζες του, όπως ήταν στις απλούστερες μορφές ζωής.

Στη μονοκύτταρη αμοιβάδα, την αρχαιότερη μορφή ζωντανού πλάσματος, όλες οι ζωικές λειτουργίες εκτελούνται από ένα μόνο κύτταρο –κινείται, αναπνέει, αφομοιώνει, αποκρίνει, νιώθει. Καθώς όμως αναπτύσσονται οι πολυκύτταροι οργανισμοί, διαφορετικά κύτταρα αναλαμβάνουν διαφορετικές εργασίες και δημιουργούνται μόνο για αυτές και καμιά άλλη.

Έτσι, στην περίπτωση ενός ζώου γίνεται απαραίτητη η συνεργασία των αισθητήριων οργάνων που αντιλαμβάνονται το θήραμα και των μυώνων που κινούνται για να το πιάσουν· για τον ίδιο σκοπό άλλα κύτταρα εξειδικεύονται στην επικοινωνία.

Άρα, η λειτουργική μονάδα του νευρικού συστήματος δεν είναι το νευρικό κύτταρο, αλλά η αποκαλούμενη ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΟΚΙΝΗΤΗΡΙΑ ΚΙΒΩΤΟΣ

(SENSORI-MOTOR ARC) η οποία αποτελείται από ένα νεύρο που μεταβιβάζει την εισερχόμενη από ένα αισθητήριο όργανο αίσθηση και επικοινωνεί με ένα άλλο νεύρο που μεταφέρει την εξερχόμενη ώθηση σε κάποιο μυώνα ή όργανο.

Όταν τίθεται σε κινητοποίηση μια σειρά μυώνων, τότε γίνεται απαραίτητη η περαιτέρω διασύνδεση των αισθητηριοκινητήριων κιβωτών, ώστε να ενεργοποιηθούν και άλλα τμήματα της σωματικής κατασκευής και η ανταπόκριση να μην περιοριστεί σε ένα μόνο μυώνα. Έτσι τα νευρικά κύτταρα δημιουργούν σπείρες πάνω στις κιβωτούς και σπείρες πάνω στις σπείρες, με περισσότερους διαύλους επικοινωνίας μεταξύ τους· η οργάνωση γίνεται διαρκώς πιο σύνθετη, με όλο και πολυπλοκότερες αντιδράσεις στα ερεθίσματα, ώσπου επιτυγχάνονται οι θαυμαστοί συνδυασμοί του ανθρώπινου εγκέφαλου.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ

ΠΩΣ ΜΙΑ ΙΔΕΑ ΕΙΣΕΡΧΕΤΑΙ ΣΤΟ ΝΟΥ

Όταν ένα αισθητήριο όργανο δέχεται μια εντύπωση, η δημιουργούμενη αίσθηση τηλεγραφείται στον εγκέφαλο μέσω της συνδετικής νευρικής ίνας· εκεί, με μια διαδικασία για την οποία δε γνωρίζουμε τίποτε, μεταφράζεται από αίσθηση σε σκέψη.

Πιστεύουμε πως με την εμπειρία ο νους μαθαίνει να συσχετίζει ορισμένα είδη αισθήσεων με ορισμένα αντικείμενα ή καταστάσεις στο περιβάλλον· όταν νιώθει τις ιδιαίτερες αισθήσεις, συμπεραίνει πως είναι παρόντα ορισμένα αντικείμενα και δημιουργεί νοητικές εικόνες ή τύπους σκέψεων, που προορίζονται να αντιπροσωπεύσουν αυτά τα αντικείμενα.

Η αλήθεια των αντιλήψεών μας καθορίζεται από το κατά πόσο ο τύπος σκέψης μας αντιστοιχεί στο πρωτότυπο. Το ακριβές αντίγραφο είναι μια αληθινή έννοια, το ατελές αντίγραφο μια ανακριβής έννοια.

«Αναγνωρίζουμε» ένα αντικείμενο μέσω μιας διαδικασίας ταξινόμησης, παρατηρώντας την ομοιότητα ή ανομοιότητα προς άλλα ήδη γνωστά αντικείμενα. Όταν τραβά την προσοχή μας ένα άγνωστο αντικείμενο, αρχίζουμε να το συγκρίνουμε ώσπου να βρούμε

σε ποιον τομέα εννοιών ή εικόνων πρέπει να καταχωρηθεί· αν δε βρούμε την ακριβή αντιστοιχία, το τοποθετούμε στον πιο ταιριαστό τομέα που μπορούμε να βρούμε· με αυτό τον τρόπο δημιουργούμε μια κατηγορία, αναγνωρίζοντας την ταυτότητα στα ουσιώδη αλλά τη διαφορά στις λεπτομέρειες με τους άλλους ενοικιαστές αυτού του διαμερίσματος.

Ας υποθέσουμε πως βρισκόμαστε σε κάποιο νησί και κάτι στην παραλία τραβά την προσοχή μας: θα προσπαθήσουμε να βρούμε σε ποια κατηγορία ταιριάζει περισσότερο από όσες γνωρίζουμε. Βλέπουμε πως κινείται και το κατατάσσουμε στα έμβια· από τα τέσσερα πόδια και το δέρμα συμπεραίνουμε πως πρόκειται για ζώο. Παρατηρούμε την όρθια στάση, τα ενδύματα και τα όπλα, που είναι ανθρώπινα χαρακτηριστικά. Βλέποντας όμως πως το χρώμα του δέρματος διαφέρει από όλων των ανθρώπινων πλασμάτων που έχουμε ξανασυναντήσει, θα δημιουργήσουμε μια καινούργια υποδιαίρεση στο τμήμα του νου που αποθηκεύουμε τις ιδέες που σχετίζονται με την ανθρωπότητα, το ταξινομούμε και ίσως του δώσουμε κάποιο όνομα να το υποδηλώνει στους άλλους ανθρώπους.

Αν όμως συναντήσουμε άλλο ένα αντικείμενο της ίδιας φύσης, δε θα φτιάξουμε καινούργια υποδιαίρεση, αλλά θα το κατατάξουμε όπως το προηγούμενο είδος και έτσι τώρα θα νιώθουμε πως «ξέραμε τι ήταν». Δηλαδή, η διαδικασία της «γνώσης» είναι μια διαδικασία ταξινόμησης και νιώθουμε πως «γνωρίζουμε» κάτι όταν το στριμώξουμε ικανοποιητικά ανάμεσα στις άγνοιές μας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV

Η ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΩΝ ΑΝΩΤΕΡΩΝ ΕΠΙΠΕΔΩΝ ΤΟΥ ΝΟΥ

Όσοι δεν έχουν ασχοληθεί με την ψυχολογία, θεωρούν γενικά το νου σαν ομοιογενές σύνολο· όμως, η πρώτη συστηματική εξέταση μας δείχνει πως ο νους είναι τόσο οργανικός όσο και το σώμα.

Η οργάνωση του νου κατανοείται καλύτερα αν τον σκεφτούμε σαν μια δεξαμενή που σε διάφορα ύψη της είναι τοποθετημένα κόσκινα με πλέγματα διαφορετικής πυκνότητας. Πρέπει να κατανοήσουμε πως ο νους αποτελείται από ορισμένα στρώματα και το στρώμα στο οποίο η συνειδητή ζωή μας έχει τη μονιμότερη εστία, θα θεωρείται το πιο εξωτερικό με το όνομα ΕΣΤΙΑ ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ. Ακριβώς πίσω από την Εστία Συνείδησης βρίσκεται το επίπεδο που οι ψυχολόγοι ονομάζουν ΠΕΡΙΘΩΡΙΟ ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ και τα δυο διαιρούνται μεταξύ τους από ένα μηχανισμό, σαν κόσκινο, που τεχνικά αποκαλείται ΕΛΕΓΚΤΗΣ.

Η κατανόηση των δυο αυτών επιπέδων αυξάνεται αν εξετάσουμε τη λειτουργική χρήση τους. Πού θα

συγκεντρωθεί κάποιος όταν πάει σε μια αίθουσα να ακούσει μια διάλεξη; Αρχικά η προσοχή του θα είναι εστιασμένη στη διάλεξη και θα έχει αμυδρή επίγνωση των θορύβων της κυκλοφορίας, στο δρόμο. Δραστηριοποιώντας τη θέληση, θα προσέχει μόνο τις ιδέες που σχετίζονται με τη διάλεξη και θα απομονώνει από τη συνείδηση όσες αφορούν την κυκλοφορία. Με ψυχολογικούς όρους η διαδικασία εκφράζεται ως εξής: Οι σχετικές με τη διάλεξη ιδέες αφήνονται στην εστία της συνείδησης, εκείνες που σχετίζονται με τους θορύβους συγκρατούνται στο περιθώριο και ο ελεγκτής-κόσκινο είναι ρυθμισμένος έτσι ώστε οι ιδέες του περιθωρίου να μην εισβάλλουν στην εστία. Μπορούμε να σκεφτούμε πως το μέγεθος του «πλέγματος» είναι τέτοιο ώστε μόνο οι συμπυκνωμένες ιδέες της διάλεξης να περνούν, ενώ κατακρατούνται οι ακαθόριστες ιδέες που σχετίζονται με την οδική κυκλοφορία.

Είναι λοιπόν προφανές πως η δύναμη της συγκέντρωσης εξαρτάται από την ικανοποιητική λειτουργία αυτού του ψυχικού κόσκινου. Όσο περισσότερο εκούσιο έλεγχο ασκούμε στη ρύθμιση του πλέγματός του, τόσο ικανοποιητικότερη είναι η δύναμη συγκέντρωσης· αντίθετα, αν είναι χαλαρό ή ελλειμματικό και ο έλεγχος ανεπαρκής ή ανύπαρκτος, τότε ανακαλύπτουμε πως είναι αδύνατο να επικεντρωθούμε σε οποιοδήποτε νοητικό συνειρμό και η εστία συνείδησης θα υπόκειται διαρκώς σε εισβολές ιδεών, ξένων προς το αντικείμενο που θέλουμε να εστιαστούμε.

Η ΕΣΤΙΑ μαζί με το **ΠΕΡΙΘΩΡΙΟ ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ** συγκροτούν το λεγόμενο **ΣΥΝΕΙΔΗΤΟ ΝΟΥ**. Πρό-

κειται για το τμήμα του νου που φαντάζει σαν ο αληθινός «εαυτός μας». Είναι ο τομέας που εκτελούμε όλες τις συνειδητές νοητικές δραστηριότητες, αλλά με κανένα τρόπο δεν αποτελεί το σύνολο του νοητικού οίκου.

Ακριβώς πίσω από το περιθώριο συνείδησης βρίσκεται ένα άλλο επίπεδο, γνωστό ως ΠΡΟΣΥΝΕΙΔΗΤΟ ή ΥΠΟΣΥΝΕΙΔΗΤΟ ή με άλλα ονόματα, ανάλογα με τα δόγματα της ψυχολογικής σχολής που υιοθετεί κάποιος. Αν όμως κατανοηθεί η λειτουργία του, τότε θα είναι ευδιάκριτο, παρά τις διαφορετικές ονομασίες που, δυστυχώς, δυσκολεύουν τη μελέτη της ψυχολογίας.

Σε αυτό το πεδίο αποθηκεύονται όλες οι ιδέες που συγκρατούμε στη μνήμη, αλλά δεν επεξεργαζόμαστε νοητικά. Κανονικά μπορεί να οριστεί σαν το επίπεδο της συνειδητής μνήμης. Όπως ακριβώς η εστία διαχωρίζεται από το περιθώριο συνείδησης με ένα ρυθμιζόμενο ελεγκτή, ένας παρόμοιος ελεγκτής βρίσκεται μεταξύ του περιθωρίου συνείδησης και του προσυνειδητού, ο οποίος λειτουργεί με τις ίδιες ακριβώς αρχές.

Έτσι, εκείνος που ακούει τη διάλεξη, μπορεί να προσαρμόσει ανάλογα το δεύτερο ελεγκτή και με αυτό τον τρόπο οτιδήποτε σχετικό με το θέμα έμαθε, να το επαναφέρει στην εστία της συνείδησης και να το χρησιμοποιεί στην κατανόηση της διάλεξης. Αυτή η δυνατότητα έχει μεγάλη σημασία στον καθορισμό των κριτικών δυνάμεων του νου. Όταν ανακαλούνται κάποιες από παλιά καθορισμένες ιδέες και προτάσσονται στις καινούργιες απόψεις που προσφέρονται

για αφομοίωση, στην ουσία αποτελούν κριτήρια αξιολόγησης και δημιουργούν ένα συνεχή σχολιασμό της διάλεξης.

Τα επίπεδα της εστίας, του περιθώριου και του προσυνειδητού συγκροτούν το νοητικό επίπεδο, στο οποίο έχουμε πρόσβαση και μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε· πρέπει όμως να σημειώσουμε πως δε θα μπορούμε να εξετάσουμε με διαύγεια καμία ιδέα από όσες επιθυμούμε, αν δεν τεθεί κάτω από το ισχυρό φως της εστίας συνείδησης. Δεν είμαστε σε θέση να μελετήσουμε κάποια ιδέα που βρίσκεται ακόμη στο προσυνειδητό, αλλά μπορούμε κατά βούληση να τη βγάζουμε από εκεί και να την τοποθετούμε στην εστία συνείδησης για τη μελέτη μας.

Οι τρεις αυτοί νοητικοί τομείς μπορούν να παρομοιαστούν με μια κουζίνα: το προσυνειδητό είναι το ντουλάπι, το περιθώριο το τραπέζι και η εστία συνείδησης το μίξερ· οι ιδέες των τριών τομέων αντιπροσωπεύονται από τα συστατικά της πουτίγκας, μερικά από τα οποία μπήκαν ήδη στο ντουλάπι, άλλα περιμένουν στο τραπέζι και μερικά χτυπιούνται στο μίξερ.

Όσα είναι στο τραπέζι, όπως οι ιδέες στο περιθώριο συνείδησης, βρίσκονται στη διάθεση της μαγειρίσας, αλλά προς το παρόν δεν ασχολείται μαζί τους· όσα είναι στο ντουλάπι (το προσυνειδητό) δε φαίνονται, αλλά γνωρίζει πως είναι εκεί και αν χρειαστούν μπορεί να τα πάρει· αυτά όμως που πραγματικά χρησιμοποιεί είναι όσα βρίσκονται στο μίξερ, την εστία συνείδησης.

Για το συνηθισμένο άνθρωπο οι τρεις αυτοί το-

μείς αποτελούν ό,τι θεωρεί νου καί δεν αντιλαμβάνεται την παράξενη ενδοχώρα που απλώνεται πέρα από τη στενή λωρίδα της πολιτισμένης ακτής· ωστόσο, από εκεί αναβλύζουν οι πηγές της ύπαρξής του και η μεγάλη συνεισφορά της σύγχρονης ψυχολογίας στο σύνολο της ανθρώπινης γνώσης είναι η ανακάλυψη και εξερεύνηση αυτής της ενδοχώρας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ V

Η ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΩΝ ΚΑΤΩΤΕΡΩΝ ΕΠΙΠΕΔΩΝ ΤΟΥ ΝΟΥ

Στην περιοχή του νου που ονομάζεται ασυνείδητο, αποθηκεύονται όλες οι ιδέες στις οποίες δεν έχουμε άμεση πρόσβαση.

Μερικοί ψυχολόγοι υποστηρίζουν πως η μνήμη κάθε εντύπωσης που καταγράφηκε ποτέ από ένα αισθητήριο όργανο, καταχωρείται εδώ όπως σε μια φωτογραφική επιφάνεια. Αυτή η γνώμη δεν είναι αποδεκτή από όλους. Όμως μπορούμε με μεγαλύτερη ασφάλεια να δεχτούμε πως αποθηκεύεται η μνήμη από οτιδήποτε δημιουργήσε έντονη εντύπωση και παίζει το ρόλο της στη νοητική ζωή.

Ανάμεσα στο ασυνείδητο και το προσυνειδητό βρίσκεται ο κυριότερος ελεγκτής του νου και σε αυτόν αναφέρονται όταν μιλούν για «ελεγκτή» στην ψυχαναλυτική βιβλιογραφία.

Αυτός ο ελεγκτής είναι μεγίστης σπουδαιότητας στη διανοητική οικονομία, γιατί από τη λειτουργία του εξαρτάται κατά πολύ η υγεία του νου. Αν το πλέγμα του κόσκινου είναι πολύ αραιό, τότε συρ-

ρέουν στη συνείδηση ιδέες που δεν έπρεπε ποτέ να βρεθούν εκεί· αν είναι πολύ πυκνός, ο συνειδητός νους αποκόβεται από την πηγή της ενέργειάς του, το ασυνείδητο.

Ο ελεγκτής είναι δομημένος στις ίδιες αρχές με τους δυο προηγούμενους που ήδη μελετήσαμε, αλλά έχει μια θεμελιώδη διαφορά: δεν ελέγχεται από τη θέληση· οι διαστάσεις του πλέγματος ρυθμίζονται όχι από το τι μπορεί να θέλω εγώ κάποια στιγμή, αλλά από ό,τι καθορίζει η κύρια νότα του χαρακτήρα μου.

Το προσυνειδητό μπορεί να θεωρηθεί σαν μια βιβλιοθήκη αναφοράς, αλλά η μεγάλη αποθήκη του ασυνείδητου είναι η κρύπτη όπου βρίσκονται τα αρχεία· αν και ο κύριος όγκος τους ποτέ δεν αγγίζει το συνειδητό νου, η έμμεση επίδρασή τους καθορίζει τη φύση του χαρακτήρα.

Το πλέον απομακρυσμένο επίπεδο του νου, του οποίου η λειτουργία είναι τελείως αυτόματη, ελέγχει όλες τις ζωτικές λειτουργίες του σώματος. Οι νοητικές διεργασίες του διευθύνουν τις δραστηριότητες του σπονδυλικού τμήματος του νευρικού συστήματος, ενώ τα άλλα επίπεδα του νου έχουν τον εγκέφαλο σαν φυσικό όργανο εκδήλωσης. Κάτι τέτοιο αποδεικνύεται από το γεγονός ότι μια εγκεφαλική ασθένεια αχρηστεύει τις διανοητικές ικανότητες, αφήνοντας άθικτες τις καθαρά φυσιολογικές νευρικές λειτουργίες· αντίθετα, μια ασθένεια του νωτιαίου μυελού μπορεί να αδρανοποιήσει τις νευρικές διαδικασίες των σωματικών λειτουργιών, αν και οι νοητικές παραμένουν ακμαίες.

Οι ψυχικές διαδικασίες του αυτόματου νου κυ-

βερνούν κάθε βιοχημική διεργασία του σώματος· αυτό το νοητικό τμήμα ελέγχει τους ακούσιους μυώνες, κανονίζει την αιμοδοσία κάθε μέρους του σώματος, ελέγχει τη ροή των ενδοκρινών αδένων και συνεπώς τη χημική σύνθεση του αίματος. Ίσως αυτά τα πράγματα ρίξουν φως στην αιτία πολλών λειτουργικών διαταραχών και στα φαινόμενα νοητικής θεραπείας.

Αν και το αυτόματο επίπεδο φυσιολογικά δεν είναι σε επαφή με το συνειδητό νου, επηρεάζεται φοβερά από τα γενικά αισθήματα που καταλαμβάνουν κάποιον και ιδιαίτερα από τις συγκινησιακές καταστάσεις του ασυνείδητου· εδώ οφείλονται οι μεταβολές της φυσιολογικής λειτουργίας στις νευρικές ασθένειες.

Αυτό το επίπεδο του νου ήταν το πρώτο που οργανώθηκε στην ιστορία της βιολογικής ανάπτυξης. Οι αμυδρές εκλάμψεις της στοιχειώδους έναρξης της ζωής ήταν αυτόματης λειτουργίας, επειδή ασχολούνταν αποκλειστικά με φυσιολογικές διεργασίες.

Καθώς οι οργανισμοί εξελίσσονταν περισσότερο, έγινε απαραίτητος ένας ανώτερος τύπος διάνοιας για την εκπλήρωση των δραστηριοτήτων της ζωής τους και αποκτήσαμε νοητικότητα του τύπου που ενεργεί στο ασυνείδητο επίπεδο, την παρορμητική νοητικότητα των ενστίκτων.

Πεδίο με πεδίο χτίζεται ο νους στη φυλή και το άτομο· και πεδίο με πεδίο, υπό την επήρεια του γήρατος, της ασθένειας ή των φαρμάκων, τα επίπεδα της συνείδησης καταρρέουν με αντίστροφη φορά από εκείνη που αναπτύχθηκαν· πρώτα τα πιο πρόσφατα οργανωμένα ανώτερα κέντρα, ενώ ο αυτόματος νους,

ο παλαιότερος και πλέον σταθερός, με χιλιετίες συνήθειας πίσω του, εργάζεται ως το τέλος, συντηρώντας τον ανθρώπινο μηχανισμό για πολύ καιρό αφότου αποσυρθούν όλα όσα κάνουν τον οργανισμό να είναι ένας άνθρωπος.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ VI

ΣΥΜΠΛΕΓΜΑΤΑ

Μετά τη μελέτη των επιπέδων που διαιρείται ο νους, πρέπει να αναλύσουμε τη φύση του υλικού που αποθηκεύεται μέσα τους. Για αυτό το λόγο πρέπει να μελετήσουμε τις εργασίες της ΜΝΗΜΗΣ.

Όταν εισέρχεται μια ιδέα στο νου δεν παραμένει μακρόχρονα σαν ανεξάρτητη μονάδα. Μάλλον είναι ουσιαστικό γνώρισμα των ιδεών να σχηματίζουν μεταξύ τους συμμαχίες και αυτές οι ομάδες ιδεών είναι τεχνικά γνωστές σαν ΣΥΜΠΛΕΓΜΑΤΑ.

Ένα σύμπλεγμα μπορεί να συγκριθεί με την ανάπτυξη των κλαδιών του αγριόχορτου· έχει μια κεντρική αφετηρία από όπου ξεκινούν νήματα που διαιρούν, υποδιαιρούν, διακλαδίζονται σε κάθε κατεύθυνση και συνδέονται με άλλα συστήματα ιδεών που έχουν παρόμοιες διακλαδώσεις. Για αυτό, όταν εισέρχεται στη συνείδηση μια ιδέα για κάποιο θέμα, βλέπουμε πως δεν πρόκειται για απομονωμένη μονάδα, αλλά για την άκρη μιας αλυσίδας που διακλαδώνεται με κάθε είδους παρεμφερές θέμα· δε συλλάβαμε μια απλή γραμμή σκέψης, αλλά ένα ολόκληρο συνειρμικό σύστημα.

Αυτά τα συστήματα ιδεών εξαπλώνονται και διακλαδίζονται σε όλα τα πεδία του νου, αλλά αν τα ιχνηλατήσουμε αρκετά, θα ανακαλύψουμε πως το καθένα έχει τις ρίζες του σε ένα από τα μεγάλα πρωταρχικά ένστικτα, βαθιά στο ασυνείδητο. Από αυτό αποκομίζουν τη ζωτικότητα που τα ενώνει, επειδή όλα τα συμπλέγματα έχουν ένα συναισθηματικό πυρήνα και τα συναισθήματα πηγάζουν από τα ένστικτα.

Ας πάρουμε ένα καθημερινό παράδειγμα να δούμε πώς λειτουργούν αυτές οι αρχές. Έστω πως κάποιος είναι παντοπώλης· θα έχει λοιπόν το Σύμπλεγμα του Παντοπώλη, δηλαδή, θα έχει ομαδοποιημένες όλες τις ιδέες που σχετίζονται με την αγοραπωλησία ειδών παντοπωλείου· οπότε αν ξεκινήσει μια νοητική διαδικασία σχετικά με οποιαδήποτε όψη της δουλειάς του, πολύ εύκολα θα αναδυθούν στο νου του και άλλες παρεμφερείς.

Βέβαια η δουλειά του παντοπώλη δεν είναι τόσο συναρπαστική όσο του λογοτέχνη ή του επιστήμονα, ωστόσο τον άνθρωπο τον ενδιαφέρει. Γιατί; Επειδή το σύμπλεγμα του παντοπώλη έχει τις ρίζες του στο ένστικτο της αυτοσυντήρησης, επειδή είναι το μέσο που τον συντηρεί στη ζωή. Αν το παντοπωλείο ευημερεί, τότε είναι ευχαριστημένος γιατί του εξασφαλίζει πληρέστερη και ανετότερη ζωή· αν δεν πάει καλά, αισθάνεται φόβο και ανασφάλεια επειδή απειλούνται τα μέσα επιβίωσής του.

Επίσης, εκτός από το παντοπωλείο, ίσως είναι επίτροπος στην ενορία του και ίσως έχει ένα ανεπτυγμένο σύμπλεγμα θρησκευτικών ενδιαφερόντων που διακλαδώνεται, διασυνδέεται και έχει τις ενστικτώ-

δεις ρίζες του στο ασυνείδητο, όπως και το σύμπλεγμα του παντοπώλη.

Κάποτε, λοιπόν, μπορεί να ψάχνει στον κατάλογο την τρέχουσα τιμή του πιπεριού και από το πιπέρι ο νους του να περάσει γενικά στα καρυκεύματα· η πιπεράτη οσμή φέρνει στο νου θυμίαμα και αναρωτιέται αν οι θρησκευτικές τελετές υπήρχαν από παλιά. Σε αυτή την περίπτωση είναι φανερό πως κάποια ακολουθία σκέψεων του συμπλέγματος του παντοπώλη ήρθε σε επαφή με το θρησκευτικό του σύμπλεγμα και το έφερε στην επιφάνεια της συνείδησης.

Ίσως ο παντοπώλης μας σκέφτεται να παντρευτεί και αμέσως στο σύμπλεγμα της δουλειάς του φυτρώνει μια παραφυάδα, η οποία έχει τη ρίζα της στο ένστικτο της αναπαραγωγής. Τότε το ενδιαφέρον του για το παντοπωλείο ενδυναμώνεται κατά πολύ από την προοπτική του σεξ στη ζωή του, γιατί από την ευημερία της δουλειάς του εξαρτάται η προοπτική του γάμου.

Είναι λοιπόν φανερό πως ο νους είναι γεμάτος με διακλαδωνόμενες μάζες συμπλεγμάτων που βγάζουν κλαδιά προς κάθε κατεύθυνση. Αν με μια απαλή ώθηση πιαστεί η άκρη κάποιου νήματος, μπορούμε να ανεβάσουμε στη συνείδηση όλα τα συμπλέγματα με τα οποία συνδέεται. Έτσι δουλεύει η μνήμη. Ακόμη και αν «ξεχαστεί» μια ιδέα, δηλαδή, αν περάσει από τη συνείδηση στο ασυνείδητο, είναι δυνατό να επανέλθει χρησιμοποιώντας αυτή την τάση ομαδοποίησης των ιδεών. Μια απαλή ώθηση των τμημάτων του αντίστοιχου συμπλέγματος που βρίσκονται στην επιφάνεια, θα έχει σαν αποτέλεσμα να αναδυθούν εκείνα

τα μέρη που βρίσκονται θαμμένα στο υποσυνείδητο. Σε αυτόν τον παράγοντα βασίζει η ψυχανάλυση μεγάλο μέρος του έργου της.

Οι ιδέες τείνουν να οργανώνονται σε συμπλέγματα σύμφωνα με κάποιες σαφώς προσδιορισμένες αρχές:

I. Όλες οι ιδέες που σχετίζονται με το ίδιο αντικείμενο τείνουν να συνδυάζονται.

II. Ιδέες που εισέρχονται στο νου ταυτόχρονα τείνουν να συσχετίζονται. Π.χ. αν έπεσα από μια μπανανόφλουδα καθώς πήγαινα στο ταχυδρομικό κουτί, όποτε βλέπω μπανάνες θα σκέφτομαι πεσίματα και ταχυδρομικά κουτιά, ή όταν αντικρύζω ταχυδρομικά κουτιά ίσως σκέφτομαι μπανάνες και πτώσεις.

III. Ιδέες αιτίας και αποτελέσματος συνδυάζονται.

IV. Ιδέες με οποιαδήποτε ομοιότητα, επιφανειακή ή ουσιαστική τείνουν να αλληλοανακαλούνται. Έτσι, αν σκέφτομαι για το καζανάκι της τουαλέτας που θέλει επιδιόρθωση, μπορεί ξαφνικά ο νους μου να μεταπηδήσει στους καταρράκτες του Νιαγάρα· ή να σκέφτομαι μια βραδιά στην παραλία με νέα σελήνη και να μου έρθει στο νου η φέτα του πεπονιού που έφαγα το μεσημέρι.

Η παράλογη αυτή μέθοδος σκέψης έχει τεράστια σημασία στην εφαρμοσμένη ψυχολογία γιατί μεγάλο μέρος των λειτουργιών του ασυνείδητου νου εκτελείται με αυτό τον τρόπο και δίνει έναυσμα σε εκείνη την περίεργη μέθοδο σκέψης που θα μελετηθεί στο κεφάλαιο για το συμβολισμό.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ VII

ΤΑ ΕΝΣΤΙΚΤΑ

Ήδη μελετήσαμε το νου σαν δεξαμενή που διαιρείται σε τομείς από κόσκινα με διαφορετική πυκνότητα πλέγματος. Ας δούμε τώρα τα ρεύματα του νερού που γεμίζει τη δεξαμενή. Σχηματικά μπορούμε να σκεφτούμε την εισροή να γίνεται μέσω ενός κεντρικού αγωγού στο ασυνείδητο και εκεί να διαιρείται σε τρία ρεύματα. Ο κεντρικός αγωγός ενέργειας που παρέχει την κινητήρια δύναμη κάθε ζωντανού πλάσματος, πήρε πολλές ονομασίες: λίμπιντο, ορμή, ζωτική ορμή και βιολογική παρόρμηση· ίσως μια άλλη κατάλληλη ονομασία είναι έκλυση ζωής.

Η ροή της ψυχικής ενέργειας στο άτομο εξιδικεύεται σε ετερόκλητα ρεύματα, που είναι γνωστά σαν τα τρία βασικά ένστικτα. Πρώτο είναι το ΕΝΣΤΙΚΤΟ ΤΗΣ ΑΥΤΟΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ. Κάτω από αυτό συγκεντρώνονται όλες οι δραστηριότητες που καθορίζονται από: 1. Θέληση για Ζωή ή Αυτοσυντήρηση. 2. Θέληση για Πληρέστερη Ζωή ή Αυτοεκπλήρωση.

Το δεύτερο μεγάλο ένστικτο είναι της ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ή ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟ, του οποίου η λειτουργία εξασφαλίζει τη διατήρηση της φυλής. Μέσω αυ-

τού του καναλιού βρίσκει διέξοδο η ενέργεια που περισσεύει μετά την εκπλήρωση των απαιτήσεων της αυτοσυντήρησης.

Το τρίτο μεγάλο ένστικτο είναι το ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ή ΕΝΣΤΙΚΤΟ ΤΗΣ ΑΓΕΛΗΣ, όρος με τον οποίο προσδιορίζουμε το σύστημα των έμφυτων τάσεων και ικανοτήτων που μας επιτρέπει να συνεργαζόμαστε με τους συντρόφους μας ή να διεξάγουμε κοινωνική ζωή με όλα τα πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα.

Μερικά ζώα, όμως, δεν έχουν αυτό το τρίτο ένστικτο· ζούνε μοναχικά και δεν αναγνωρίζουν δεσμούς πέρα από το σύντροφο και τον απόγονο. Αλλά οι περισσότερο εξελιγμένες μορφές, συμπεριλαμβανόμενου και του ανθρώπου, ανέπτυξαν αυτή τη σημαντική εξειδίκευση της ψυχικής ενέργειας, που τους επιτρέπει να ζουν κοινωνικά.

Αυτά τα τρία βασικά ένστικτα δρουν και αντιδρούν μεταξύ τους στην κρυμμένη περιοχή του ασυνείδητου και οικοδομούν την κοινωνική οργάνωση και τον ατομικό χαρακτήρα.

Για να κατανοηθούν οι δραστηριότητες των ενστίκτων πάντως, πρέπει να ξεκαθαριστεί πως η προοπτική τους είναι συμπαντική και όχι προσωπική. Στην εξελικτική διαδικασία δε λαμβάνεται υπόψη η επιβίωση ή η ταλαιπωρία του ατόμου· η φυλή είναι που μετράει.

Αν ισχυριζόμαστε πως τα ένστικτα εξυπηρετούν μόνο την καλοπέραση του ατόμου, δημιουργούμε μια θεωρία που στην πρακτική της εφαρμογή σίγουρα θα μας παραπλανήσει. Οι λειτουργίες των ενστίκτων πρέπει να εκλαμβάνονται με την έννοια της εξελικτι-

κής προόδου και όχι της προσωπικής ευημερίας. Αυτή είναι η πορεία ανάπτυξης της Φύσης και αν υπαγόμαστε σε αυτήν, μπορούμε μόνο να ελπίζουμε ότι θα κατανοήσουμε τις διαδικασίες της.

Η πίστη πως ο άνθρωπος δραστηριοποιείται από τη λογική είναι απελπιστικά λάθος. Η πηγή της δράσης του είναι τα ένστικτα και η λογική χρησιμοποιείται για την εκπλήρωση των προτροπών τους. Πάντως ας θυμόμαστε πως τα ένστικτα δε λειτουργούν μόνο στις χονδροειδείς φυσικές μορφές. Μαζί με το σώμα ο άνθρωπος διαθέτει συγκινήσεις και διάνοια και σε κάθε πεδίο ύπαρξής του τα ένστικτα εκφράζονται κατάλληλα, λειτουργώντας συγκινησιακά, νοητικά και φυσικά. Στο σκληρό αγώνα της επιβίωσης ο άνθρωπος χρησιμοποιεί τόσο το μυαλό όσο και τους μύες του, ενώ το σεξουαλικό ένστικτο δεν εξαντλείται στη φυσική πράξη της αναπαραγωγής.

Δίνεται έμφαση σε αυτό το σημείο, επειδή βρίσκεται το κλειδί για την πρακτική εφαρμογή της ψυχολογίας στην ανθρώπινη ζωή.

Τα συναισθήματα πηγάζουν από τα ένστικτα· ένα συναίσθημα μπορεί να θεωρηθεί η υποκειμενική όψη ενός ενστίκτου. Αν κάποιο ένστικτο επιτυγχάνει το σκοπό του νιώθουμε ευχαρίστηση· αν αποτύχει, τότε υποφέρουμε· αν διαισθανόμαστε την αποτυχία, τότε νιώθουμε φόβο.

Με την εμφάνιση οποιουδήποτε συναισθήματος κάποιο βαθύτερο ένστικτο πρέπει να έχει δραστηριοποιηθεί. Είναι λοιπόν φανερό η κυρίαρχη επίδραση των ενστίκτων στη ζωή μας· στην πραγματικότητα, ίσως είναι οι ρίζες κάθε κινήτρου.

Κάποτε η ψυχολογία απασχολείτο με τις λογικές διαδικασίες και θεωρούσε τον άνθρωπο ένα ορθολογιστικό πλάσμα. Σίγουρα ο καθημερινός άνθρωπος έτσι νομίζει τον εαυτό του, αλλά οι σύγχρονες ψυχολογικές έρευνες κατέδειξαν πως κινητήρια δύναμη είναι τα συναισθήματα και όχι η λογική, η οποία είναι ένα εργαλείο στην υπηρεσία των συναισθημάτων.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ VIII

ΤΟ ΕΝΣΤΙΚΤΟ ΤΗΣ ΑΥΤΟΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ

Το ένστικτο της αυτοσυντήρησης εμφανίζεται στη συνείδηση με τη μορφή της βαθιά ριζωμένης προσκόλλησης στη ζωή, την επιθυμία για ζωή που χαρακτηρίζει κάθε ζωντανή ύπαρξη. Αυτό το ένστικτο είναι που με απλό τρόπο λειτουργεί σε απλά οργανωμένες υπάρξεις, τις οποίες οδηγεί να αναζητούν τροφή και να αποφεύγουν τον κίνδυνο· το ίδιο προτρέπει το σύνθετο οργανισμό, τον πολιτισμένο άνθρωπο, να εκτελεί πολυσύνθετες δραστηριότητες για «να βγάξει το ψωμί του».

Κατά βάση είναι εγωιστικό ένστικτο, επειδή παροτρύνει το άτομο να ενδιαφέρεται μόνο για τη δική του καλοπέραση και να σκέφτεται τους άλλους μόνο όσο η ύπαρξή του εξαρτάται από τη δική τους. Π.χ. το κυνήγι απαγορεύεται την εποχή της αναπαραγωγής των θηραμάτων, όχι από πρόνοια για τα ζώα, αλλά επειδή είναι χρήσιμη η διαιώνιση του είδους τους.

Η επίδρασή του πάντως συχνά εξισορροπείται από τα άλλα δύο μεγάλα ένστικτα, που η επιρροή τους μπορεί να δυναμώσει τόσο ώστε κάποιος όχι μόνο να

αψηφήσει τα συμφέροντά του, αλλά και να προσφέρει τη ζωή του για τους άλλους.

Υπάρχουν είδη ζώων στα οποία παρουσιάζονται μόνο τα ένστικτα αυτοσυντήρησης και αναπαραγωγής· αλλά στα ζώα που συγκεντρώνονται σε αγέλες ή κοπάδια, αναπτύσσεται το τρίτο ένστικτο, το κοινωνικό. Όταν γίνεται αυτό, η λειτουργία του ενστίκτου της αυτοσυντήρησης τροποποιείται κατά πολύ· το άτομο δε χρωστά πλέον την ύπαρξή του μόνο στη δύναμη να συμμορφώνεται με το περιβάλλον, αλλά εξαρτάται κύρια από την ικανότητα να διατηρεί τη θέση του στο κοπάδι και με βάση την κοινωνική οργάνωση αναπτύσσεται το καθήκον της προσαρμογής και επιβίωσης. «Ακόμη και το καλύτερο κριάρι γρήγορα πιάνεται, όταν απομακρυνθεί από το κοπάδι του, επειδή ο μοναχικός λύκος πεινά».

Το ίδιο αληθεύει και για τον άνθρωπο που είναι επίσης κοινωνικό ζώο. Η δυστυχία της Κεντρικής Ευρώπης με τη διάλυση της κοινωνικής οργάνωσης σαν συνέπεια του πολέμου, μας φανέρωσε την αδυναμία του ατομικού ανθρώπινου πλάσματος και την πλήρη εξάρτησή του από τη ζωή της αγέλης.

Το ένστικτο της αυτοσυντήρησης και η ανήλεη λειτουργία του υπό το νόμο της φυσικής επιλογής έδωσε υλικό σε πολλούς ηθικολόγους και κοινωνιολόγους του υλιστικού τύπου. Όμως τείνουν να ξεχνούν πως η κοινωνικοποίηση της ανθρωπότητας άλλαξε τη φύση του προβλήματος· η μονάδα επιβίωσης δεν είναι πλέον το άτομο, αλλά ο κοινωνικός οργανισμός του οποίου είναι μέλος. Ο νόμος της αυτοσυντήρησης έδωσε τη θέση του στο νόμο της ομα-

δικής συντήρησης και μετατοπίστηκε το κέντρο της ψυχικής βαρύτητας. Στην πρακτική ψυχολογία η σημασία αυτού του σημείου δεν μπορεί να παραβλεφθεί.

Μερικοί ψυχολόγοι διαχωρίζουν το ένστικτο της διατροφής από της αυτοσυντήρησης, αλλά για τις πρακτικές εφαρμογές ταυτίζονται.

Εφαρμόζοντας τα δεδομένα της ψυχολογίας στον ανθρώπινο χαρακτήρα, ας μην ξεχνάμε πως σε υψηλότερα ανεπτυγμένους τύπους ανθρώπων το ένστικτο της αυτοσυντήρησης δεν ικανοποιείται απλά με τη συνέχιση της φυσικής ζωής· εκτός από την αυτοσυντήρηση της σωματικής ύπαρξης υπάρχει και η αυτοσυντήρηση της προσωπικότητας και αν ο άνθρωπος δεν έχει πλατιά πεδία αυτοέκφρασης και αυτοανάπτυξης, θα κατακλύζεται από την αίσθηση της ανεπάρκειας και ατέλειας που χαρακτηρίζει την καταπίεση ενός ενστίκτου.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΧ

ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ ΤΟΥ ΕΝΣΤΙΚΤΟΥ ΤΗΣ ΑΥΤΟΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ

Το ένστικτο της αυτοσυντήρησης, που πηγάζει από την αίσθηση της ατομικότητας και του διαχωρισμού, είναι το κίνητρο της αυτοεπιβεβαίωσης. Κάθε μέλος της αγέλης πρέπει ως ένα βαθμό να αυτοεπιβεβαιώνεται προκειμένου να διατηρεί τη θέση του μεταξύ των συντρόφων. Αν όμως αυτή η ποιότητα υπερέχει ή υστερεί από τα καθιερωμένα πρότυπα, τότε η επιβίωσή του κινδυνεύει· δηλαδή αν η αυτοεπιβεβαίωση είναι ελλειπής, δε θα έχει το μερίδιο που του αναλογεί στα μέσα διαβίωσης που παρέχονται στην ομάδα που ανήκει. Αν αντίθετα υπερβάλλει, πιθανό να παρεμποδίζει την κοινωνική οργάνωση και ίσως οδηγήσει στην καταστροφή της ομάδας και στην απόρριψή του από αυτή.

Η μειωμένη ανταπόκριση στο ένστικτο αυτοσυντήρησης οφείλεται συνήθως σε βαθιά ριζωμένες ψυχοπαθολογίες, πολύ σύνθετες για να αναλυθούν εδώ. Μπορούμε όμως γενικά να πούμε πως αυτή η αποτυχία είναι αποτέλεσμα διάσπασης των στόχων στον

ασυνείδητο νου, έτσι που το άτομο δεν είναι σίγουρο ποιον εαυτό οφείλει να συντηρήσει και δε συντηρεί κανένα.

Η υπερβολή στην αυτοσυντήρηση αναπτύσσεται συχνά στο παιδί που δυσκολεύτηκε πολύ να ανακαλύψει και να εκφράσει την ατομικότητά του.

Το ένστικτο της αυτοσυντήρησης επιδρά καταλυτικά στη ζωτικότητα. Κάθε παρατηρητικός άνθρωπος θα έχει προσέξει πόσο εύκολα υποκύπτει σε ασθένειες όποιος έχασε το στήριγμα της ζωής του ή εγκατέλειψε την ελπίδα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Χ

ΤΟ ΕΝΣΤΙΚΤΟ ΤΗΣ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ

Αυτό το ένστικτο είναι ο μηχανισμός της Φύσης που εξασφαλίζει τη διαιώνιση του είδους και η υποκειμενική όψη του παρουσιάζεται με τη μορφή όλων των συναισθημάτων και αισθήσεων που σχετίζονται με το σεξ.

Μόλις ικανοποιηθούν οι απαιτήσεις του ενστίκτου της αυτοσυντήρησης και το άτομο αισθάνεται ασφαλές, τρέφεται κατάλληλα και αναπτύσσεται ικανοποιητικά, η ζωή τείνει να ξεχειλίζει το γεμάτο δοχείο και η ψυχική αυτή πίεση δημιουργεί τη σεξουαλική επιθυμία.

Το σεξ όμως δεν πρέπει να εκλαμβάνεται μόνο στη φυσική του εκδήλωση, επειδή εμπεριέχει τη συγκινησιακή και νοητική όψη. Δεν πρόκειται απλά για μια υπερχειλίση ενέργειας κατά την πράξη της τεκνοποίησης, αλλά με την ένωση παράγεται η επιθυμία ανανέωσης και ώθησης για ζωή. Αυτοί που αναλογιζόμενοι τα ανθρώπινα προβλήματα δεν μπορούν να δουν πέρα από το φυσικό υπόβαθρο του σεξουαλικού ενστίκτου, σίγουρα οι σκέψεις τους ακολουθούν λάθος μονοπάτι.

Θεωρείται κανόνας πως οι επιστήμες της ψυχολογίας και της φυσιολογίας οφείλουν να παραμένουν αυστηρά διαχωρισμένες· ωστόσο, μόνο σε συνάρτησή με αυτές τις δύο μπορούμε να αναλύσουμε κατάλληλα το σεξουαλικό ένστικτο, αφού η σεξουαλική δραστηριότητα λειτουργεί σε ένα ψυχοφυσιολογικό κύκλωμα· οι οργανικές αισθήσεις διεγείρουν τα συναισθήματα και εκείνα αντιδρούν στα όργανα. Όταν μια σεξουαλική εικόνα αναδύεται στο νου, προκαλεί την προκαταρκτική αντίδραση των φυσικών οργάνων έκφρασης· και οποιοσδήποτε ερεθισμός, έστω και τυχαίος, των φυσικών οργάνων, τείνει στη δημιουργία μιας αντίστοιχης συγκινησιακής κατάστασης. Το ερέθισμα, ή η αναχαίτισή του, επέρχεται σε οποιοδήποτε σημείο του ψυχοφυσιολογικού κυκλώματος.

Το σεξουαλικό ένστικτο αποτελεί τον πυρήνα ενός τεράστιου συμπλέγματος, που το ξεπερνά μόνο εκείνη η ομάδα ιδεών που επικεντρώνεται γύρω από την ίδια την ατομικότητα. Η ενέργειά του διαπερνά εύκολα κάθε ιδέα και δραστηριότητα που με οποιοδήποτε τρόπο σχετίζεται με την ικανοποίηση της σεξουαλικής επιθυμίας. Το ντύσιμο, το σπίτι, οι φιλοδοξίες, το καθένα και όλα μαζί, ίσως οφείλουν το ενδιαφέρον που τους επιδεικνύεται στο αναπαραγωγικό ένστικτο, το οποίο τα χρησιμοποιεί σαν μέσα ικανοποίησής του.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XI

ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΕΝΣΤΙΚΤΟΥ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ

Το σεξουαλικό ένστικτο, στην πορεία ανάπτυξής του από τη νηπιακή όψη ως την εφηβική του εκδήλωση, διέρχεται από ευδιάκριτες φάσεις που στους μη ψυχοθεραπευτές είναι ελάχιστα γνωστές. Έχουν όμως μεγάλη σημασία για κάθε εκπαιδευτικό και κοινωνιολόγο.

Η σεξουαλικότητα του παιδιού είναι απλά μια δυνατότητα άντλησης ικανοποίησης από μερικά συναισθήματα και βιώνεται σαν μια διάχυτη και ακαθόριστη αίσθηση· όσο το παιδί μεγαλώνει, αυτή η δυνατότητα εστιάζεται βαθμιαία στα φυσιολογικά κανάλια δραστηριότητας και με τον εστιασμό αυξάνεται σε ένταση, όπως ακριβώς τα γαλήνια νερά ενός πλατιού και ρηχού ποταμού βαθαίνουν και γίνονται ορμητικά στην εκβολή.

Επειδή τα ενδιαφέροντα ενός νεαρού παιδιού σταδιακά μόνο εκτείνονται πέρα από τις σωματικές του αισθήσεις, για αυτό η ύπαρξή του είναι εγωκεντρική, με μια έννοια πολύ διαφορετική από εκείνη που αποδίδουμε στο ώριμο άτομο. Τα αναπαραγωγικά του

όργανα, καθώς προετοιμάζονται για τις μελλοντικές τους λειτουργίες, είναι πολύ ευαισθητοποιημένα και ικανά για εντονότερο αισθησιασμό από το υπόλοιπο σώμα και για αυτό έλκουν την προσοχή του. Αυτό είναι το στάδιο του ΑΥΤΟΕΡΩΤΙΣΜΟΥ.

Επίσης, οι εντυπωσιακές εκδηλώσεις για ένα παιδί, που σχετίζονται με την εξάσκηση των σωματικών λειτουργιών, προσελκύουν το ενδιαφέρον του. Πρόκειται για το ΚΟΠΡΟΦΙΛΙΚΟ στάδιο.

Αργότερα, μόλις η περιέργεια για το σώμα του ικανοποιηθεί, αρχίζει η περιέργεια για τα σώματα των άλλων. Είναι το λεγόμενο ΟΜΟΦΥΛΟΦΙΛΙΚΟ στάδιο, κατά το οποίο ενδιαφέρεται για τα σώματα του ίδιου φύλου με το δικό του. Θα μπορούσε πιο σωστά να ονομαστεί στάδιο του αδιαφοροποίητου ενδιαφέροντος, επειδή το παιδί ενδιαφέρεται μόνο για όσους πλάστηκαν όπως αυτό, μη αντιλαμβανόμενο πως ο καθένας έχει διαφορετική κατασκευή.

Μόλις η περιέργεια εξαντληθεί, το ενδιαφέρον μεταβιβάζεται σε όσους διαφέρουν από αυτό, ανεξάρτητα από το πόσο στενά συνδέονται μαζί του. Σύντομα πάντως αρχίζει να διαχωρίζει τις άμεσες από τις λιγότερο στενές σχέσεις του. Αυτό οι ψυχολόγοι το ονομάζουν «έγερση των αιμομικτικών φραγμών», αλλά στο παιδί εμφανίζεται απλά σαν μετατόπιση της εστίας του ενδιαφέροντος· η μητέρα και οι αδελφές του δεν το έλκουν πια, όχι επειδή νιώθει πως είναι λάθος να αισθάνεται έτσι προς αυτές, αλλά επειδή η οικειότητα τρέφει την περιφρόνηση και ωθεί στην κατάσταση του νου που εκφράζεται με τη φράση «α-νούσιος σαν φιλί αδελφής».

Τώρα το παιδί έφτασε στην ενήλικη στάση προς το σεξ και απομένει στα φυσικά όργανα να αναπτυχθούν αντίστοιχα κατά την εποχή της εφηβείας, έτσι ώστε να συμπληρωθεί το κύκλωμα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XII

ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ ΤΟΥ ΕΝΣΤΙΚΤΟΥ ΤΗΣ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ

I. Είναι δυνατόν κάποιο αδύναμου χαρακτήρα άτομο να αποτύχει στην επίτευξη πλήρους ψυχικής ανάπτυξης και να προσκολληθεί σε κάποια προηγούμενη φάση. Έτσι, η ενήλικη σεξουαλική δύναμη εκδηλώνεται σε μια ανώριμη μορφή και το άτομο είναι εκ γενετής διεστραμμένο. Όσο περίεργο και αν φαίνεται, η ιδιαιτερότητά του θα παρουσιάζεται σε εκείνο φυσιολογική και κανονική, ώστε δε θα ασχοληθεί με την ανάπτυξη ενός ισορροπημένου και υγιή χαρακτήρα· ο δρόμος της ζωής του όμως θα αποβεί δύσκολος λόγω των ανυπέρβλητων εμποδίων στην ικανοποίηση της ερωτικής του φύσης.

Έχει δύο δρόμους. Μπορεί να γίνει πραγματικά διεστραμμένος, περίπτωση στην οποία θα υφίσταται την κοινωνική κατακραυγή επειδή απιστεί στο καθήκον του και δε χρησιμοποιεί την περίσσεια της ζωικής δύναμης για την ανάπτυξη της αγέλης, αλλά τη διοχετεύει σε κανάλια μη αναπαραγωγικά και την ξοδεύει· και ακόμη, επειδή κάθε σεξουαλική ανωμαλία είναι εξαιρετικά μεταδοτική λόγω της δύναμης

υποβολής, είτε σαν παράδειγμα είτε σαν παραίνεση, ίσως οδηγήσει και φυσιολογικά άτομα σε παρόμοιες αντικοινωνικές πράξεις. Αυτή η απέχθεια και οργή του φυσιολογικού ατόμου προς κάθε μορφή ανωμαλίας προέρχεται από το ισχυρό ένστικτο της φυλετικής συντήρησης.

Ίσως όμως ο δυστυχής γίνει ένας εν δυνάμει διεστραμμένος, καταπιέζοντας στον ασυνείδητο νου επιθυμίες που νιώθει λανθασμένες· προσπαθεί να ζει κανονικά, αλλά η ενήλικη όψη του σεξ δεν τον ικανοποιεί και βαθιά μέσα του επιθυμεί εκείνη την αφύσικη όψη που θα έπρεπε να ξεθυμάνει και την έχει εγκαταλείψει. Αυτή η επιθυμία, της οποίας η είσοδος είναι απαγορευμένη στη συνείδηση, εμφανίζεται μέσω συμβολικών εκφράσεων και αποτελεί την αιτία πολλών μορφών τρέλας και νευρωτικών διαταραχών.

II. Κάποιο άτομο αναπτύσσεται αρκετά φυσιολογικά, ώσπου κάποιος κλονισμός –συχνά ελαφρύς– ή κάποια αναίτια πίεση του περιβάλλοντος, ίσως παρεμποδίσουν τεχνητά την ανάπτυξή του· τότε θα περάσει από τις ίδιες φάσεις με το εν δυνάμει διεστραμμένο, αλλά όντας εφοδιασμένο με καλύτερο νοητικό υλικό, θα ρέπει περισσότερο στις νευροπάθειες παρά στην τρέλα.

Όσοι φροντίζουν παιδιά, οφείλουν να προσέχουν να μην τα τραυματίζουν ψυχικά μεταχειριζόμενοι θία και τιμωρίες, όταν οι περιέργειες και δραστηριότητές τους παίρνουν ανεπιθύμητη όψη! Μια τέτοια μεταχείριση διογκώνει αναίτια τα γεγονότα στο νου κάποιου παιδιού και ίσως οδηγήσει στο σταμάτημα της ανάπτυξης στη φάση που αντιπροσώπευε η ανε-

πιθύμητη δραστηριότητα. Οι εξηγήσεις και οι συμβουλές θα είναι αποτελεσματικότερες από τα χαστούκια και δε θα αφήσουν ανεπιθύμητα κατάλοιπα.

III. Το άτομο μπορεί να φτάσει με αρκετή ασφάλεια σε φυσιολογική ενηλικίωση, αλλά εάν, λόγω των περιστάσεων, οι ενέργειές του δε βρίσκουν διέξοδο, υπάρχει φόβος να επανέλθουν σε κάποια από τις προγενέστερες φάσεις που διήλθε και να αποκτήσει κάποια διαστρεβλωμένη σεξουαλική συνήθεια με τις ίδιες ροπές για ασθένεια όπως αναφέραμε νωρίτερα.

IV. Υπερβολική σεξουαλική δραστηριότητα ίσως οδηγήσει στον κορεσμό των φυσιολογικών σεξουαλικών ερεθισμάτων και πιθανά το άτομο να στραφεί συνειδητά σε αφύσικες μορφές ικανοποίησης ελπίζοντας να ευχαριστηθεί.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XIII

ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΗ

Πρόβλημα θα προκύψει αν παρεμποδιστεί η έκφραση κάποιου ενστίκτου και όλες οι ιδέες που σχετίζονται με αυτό απωθηθούν στο ασυνείδητο. Το ρηχότερο μέρος ενός ποταμού μπορεί να αδειάσει με τα ελάχιστα έξοδα που απαιτούνται για την οικοδόμηση ενός φράγματος κάθετα στην κοίτη του. Αλλά αυτό δύνει το πρόβλημα του συσσωρευόμενου στο φράγμα νερού, το οποίο κάποια στιγμή ξεχύνεται ορμητικά προς τις όχθες και τις μετατρέπει σε θάλτους. Αν είναι ανάγκη να εκτρέψουμε την κοίτη κάποιου ποταμού, πρέπει να βρεθεί μια εναλλακτική πορεία, γιατί το νερό εξακολουθεί να βγαίνει από τις πηγές του και κάπως πρέπει να ρέει.

Με τέτοιου είδους μηχανικά προβλήματα έχει να ασχοληθεί και ο ψυχοθεραπευτής. Γνωρίζουμε πως μεγάλο ποσοστό των νοητικών και νευρικών διαταραχών προκαλούνται από την καταπίεση του σεξουαλικού ενστίκτου. Στις νοητικές και φυσικές του όψεις αυτό το βασικό ένστικτο είναι τόσο θεμελιώδες και ισχυρό, ώστε το άτομο δεν μπορεί να το καταπιάσει τελείως και ανώδυνα· ούτε η κοινωνία μπορεί α-

νώδυνα να το αφήσει αχαλίνωτο. Αντιμετωπίζουμε λοιπόν ένα δίλημμα: από τη μία οι κοινωνικοί θεσμοί απαιτούν να εκφράζεται μόνο σε πολύ περιορισμένες συνθήκες –στο νόμιμο γάμο, αλλά και τότε όχι εντελώς αχαλίνωτα· από την άλλη, η φύση απαιτεί να εκφράζεται από τη στιγμή που τα φυσικά όργανα εκδήλωσής του είναι επαρκώς ανεπτυγμένα για να λειτουργήσουν.

Ο συνηθισμένος άνδρας λύνει το πρόβλημα συγκατανεύοντας στη διατήρηση εκείνης της παλιάς τάξης γυναικών, που η ύπαρξή τους αγνοείται κοινωνικά και θεωρούνται πηγή μιζέριας, ασθένειας και εγκλήματος· για τις γυναίκες, εκτός αν προετοιμαστούν να εισέλθουν μόνιμα στην τάξη των γυναικών που αναφέραμε, δεν υπάρχει κοινωνική βαλβίδα ασφαλείας. Έτσι παρατηρούμε ανάμεσά τους, σε μεγαλύτερο βαθμό από ό,τι στους άνδρες, νευρικές διαταραχές που οφείλονται σε καταπίεση του σεξουαλικού ενστίκτου –πράγμα που ισχύει και για τους άνδρες οι οποίοι, είτε από ιδεαλισμό είτε φόβο για ασθένειες, δε δίνουν διέξοδο στη σεξουαλική επιθυμία τους.

Το πρόβλημα θα αποδεικνυόταν το ίδιο δυσεπίλυτο στο μέλλον, όσο ήταν και στο παρελθόν, αν δε γνωρίζαμε τώρα πως ο φυσικός νόμος της μετατροπής της ενέργειας από τη μια μορφή στην άλλη ισχύει και στην ψυχολογία. Η σεξουαλική δύναμη μπορεί να χρησιμοποιηθεί και για άλλους σκοπούς πέρα από τη φυσική αναπαραγωγή. Αυτή η διαδικασία αναστροφής είναι τεχνικά γνωστή σαν ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΗ.

Πρόκειται για μια από τις σπουδαιότερες ανακαλύψεις της σύγχρονης ψυχολογίας, αφού εξασφαλίζει τη λύση σε βασικά κοινωνικά προβλήματα που επιβουλεύονται τη δομή του πολιτισμού μας.

Πώς μπορεί πρακτικά να επιτευχθεί αυτό το αποτέλεσμα;

Πρώτα αλλάζοντας εντελώς τη στάση μας προς το σεξ και συνειδητοποιώντας πως ένα πρόβλημα δελύνεται παραβλέποντας την ύπαρξή του. Δεύτερον, βγάζοντας το σεξουαλικό πρόβλημα από την περιοχή του ασυνείδητου στο συνειδητό νου, αντιμετωπίζοντάς το έντιμα, αποκτώντας κυριαρχία πάνω του με την εξάσκηση του ελέγχου της σκέψης και μεταστοιχειώνοντας τα συναισθήματά μας αντί να τα καταπιέζουμε· τρίτον, εξασφαλίζοντας ένα κανάλι δημιουργικού ενδιαφέροντος από το οποίο να κυλούν οι ενέργειες που επιθυμούμε να εκτρέψουμε από το πρωταρχικό ρεύμα εκδήλωσής τους.

Το κλειδί του προβλήματος βρίσκεται στο ότι η δύναμη της ζωής κατευθύνεται πάντοτε στο σημείο του ενδιαφέροντος. Αν το ενδιαφέρον και η προσοχή επικεντρώνονται στο φυσικό αισθησιασμό, τότε η ζωική δύναμη θα ρέει, ή θα προσπαθεί να ρέει, μέσω του αγωγού των αναπαραγωγικών οργάνων· ή, αν της απαγορευτεί η εκδήλωση, τότε θα παραμένει σε διαρκή διέγερση· αν όμως το ενδιαφέρον μετατοπιστεί σε κάποιο συγκινησιακό ή νοητικό επίπεδο, η δύναμη της ζωής θα βρει διέξοδο σε δημιουργική δραστηριότητα αυτών των επιπέδων και θα αποσύρει την πίεση από το φυσικό.

Οι νοητικές και φυσικές συνήθειες μιας ζωής δεν

ξεπερνούνται εύκολα, αλλά, εάν οι σκέψεις απομακρύνονται σταθερά και υπομονετικά απο τη φυσική ευχαρίστηση και συγκεντρώνονται σε εξωτερικά ενδιαφέροντα, θα βοηθηθούμε από το νόμο της νοητικής και φυσικής συνήθειας και η ζωική δύναμη θα μάθει να ρέει μέσα από το νέο αγωγό με ασφάλεια για το άτομο και ευεργετικά για την κοινωνία.

Η διαδικασία του ελέγχου της σκέψης δεν πρέπει να συγχέεται με τη διάσχιση των ιδεών. Στη διάσχιση δεν είμαστε τίμιοι με τον εαυτό μας, αρνούμαστε πως υπάρχουν στη φύση μας ορισμένες ποιότητες· οι ιδέες που σχετίζονται μαζί τους καταπιέζονται στο ασυνείδητό μας και συγκρατούνται από τον ακούσιο ασυνείδητο ελεγκτή. Αντίθετα, στον έλεγχο της σκέψης αποδεχόμαστε την πρωτόγονη πλευρά της φύσης μας και προσπαθούμε να την εκπαιδεύσουμε· επειδή λοιπόν γνωρίζουμε πως η εμμονή σε νοητικές εικόνες σεξουαλικής υφής δημιουργεί φυσική αντίδραση, τις αποκλείουμε από τη συνείδηση· στην περίπτωση αυτή όμως η απώθηση δε γίνεται στον ασυνείδητο νου, αλλά στον προσυνείδητο και ένας από τους εκούσιους ελεγκτές ισχυροποιεί την εντολή και παραμένει υπό τον έλεγχό μας.

Σε κάθε επανεκπαιδευτική* διαδικασία πρέπει να

* Σ.τ.μ. Με τον όρο αυτό εννοείται η διαδικασία εκείνη εκμάθησης νέων συνηθειών και απόψεων σε αντικατάσταση κάποιων αρρωστημένων. Πέρα από τη χρήση του σε θεραπείες διανοητικών διαταραχών, χρησιμοποιήθηκε για την επανένταξη εγκληματιών στην κοινωνία και από διάφορες κυβερνήσεις για τους αντίθετους με το σύστημα διακυβέρνησης.

θυμόμαστε ξεκάθαρα τη διαφορά ανάμεσα στην από-
θηση και τη διάσχιση. Στην κοινωνική ζωή είναι α-
ναπόφευκτος ένας βαθμός καταπίεσης· καθένας θυ-
σιάζει κάτι από τις προσωπικές του επιθυμίες για χά-
ρη των πλεονεκτημάτων της συνεργασίας με τους συ-
ντρόφους του και αυτή η θυσιαζόμενη ενέργεια στρέ-
φεται σε κοινωνικούς σκοπούς. Η διάσχιση όμως, εί-
ναι παθολογία και ποτέ δεν πρέπει να ενδίδουμε.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XIV

ΔΥΣΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ ΣΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΚΑΙ ΨΥΧΟΠΑΘΟΛΟΓΙΑ

Η ταξινόμηση των ασθενειών γινόταν την εποχή που το σώμα θεωρείτο το σύνολο του ανθρώπου και ο νους ασήμαντο υποπροϊόν με μηδαμινή επίδραση. Η άποψή μας βέβαια άλλαξε ριζικά από τις σύγχρονες ανακαλύψεις.

Πολλές νοητικές ασθένειες έχουν φυσική αιτία και δεν πρέπει να θεωρούνται καθόλου νοητικές. Εδώ ανήκουν οι νοητικές διαταραχές που οφείλονται σε ασθένεια ή βλάβη του εγκεφάλου· προβλήματα μήτρας· καταστάσεις μολυσμένου αίματος και ελλειπή λειτουργία των ενδοκρινών αδένων, οι οποίοι είναι τόσο σημαντικοί, αλλά και τόσο λίγο κατανοητοί σε μας· επίσης σε πολλές άλλες αιτίες παρόμοιας φύσης.

Αν αφήσουμε κατά μέρος αυτού του είδους ασθένειες, με τις οποίες η ψυχολογία βασικά δεν ασχολείται, θα παρατηρήσουμε πως οι πραγματικές νοητικές ασθένειες διαιρούνται γενικά στις εκ γενετής και τις επίκτητες. Στην εκ γενετής ασθένεια το ανώμαλο άτομο καταρρέει σε φυσιολογικό περιβάλλον, ενώ

στην επίκτητη ασθένεια το φυσιολογικό άτομο καταρρέει σε αφύσικο περιβάλλον. Και στις δύο περιπτώσεις τα αποτελέσματα είναι τα ίδια, αλλά η θεραπεία και οι προοπτικές ανάρρωσης πολύ διαφορετικές.

Η διαχωριστική γραμμή μεταξύ υγιούς και ασθενή νου δε διακρίνεται εύκολα, αλλά μπορούμε να θεωρούμε ασθενή το νου που αποτυγχάνει να αντιδράσει φυσιολογικά στο περιβάλλον του· συνεπώς, όταν γεγονότα που θα όφειλαν να μας συγκλονίσουν μας αφήνουν ασυγκίνητους, ή μας αναστατώνουν ασήμαντα πράγματα, τότε μπορούμε να θεωρήσουμε πως ο νους μας δε δουλεύει καλά. Ας μην ξεχνάμε βέβαια πως η νοητική διαταραχή αρχίζει από την έξαρση, την κατάθλιψη και την άσχημη μνήμη, μέχρι τις ακραίες εκδηλώσεις των διαφόρων μορφών τρέλας.

Περισσότερο δυσδιάκριτος είναι ο διαχωρισμός της νευρικής από τη διανοητική ασθένεια, αλλά η αίσθηση της πραγματικότητας μπορεί για πρακτικούς σκοπούς να χρησιμοποιηθεί σαν διαχωριστική γραμμή· μόλις κάποιος χάνει την αίσθηση της πραγματικότητας, περνάει στην παράνοια. Ο νευρωτικός γνωρίζει πως κάτι δεν πάει καλά μαζί του, αλλά πως ο κόσμος είναι εντάξει· ο παράφρων πιστεύει πως είναι εντάξει, αλλά κάτι δεν πάει καλά με τον κόσμο.

Μόνιμος στόχος του νου είναι η διατήρηση αρμονικών σχέσεων με το άτομο και το περιβάλλον· να εξασφαλίσει την προσαρμογή και να χρησιμοποιήσει όσο καλύτερα μπορεί τις διαρκώς μεταβαλλόμενες συνθήκες στις οποίες υπόκειται ο οργανισμός.

Αν αποτύχει, ενεργοποιείται ο νόμος της επιβίωσης του καταλληλότερου και εξοντώνει αυτόματα τα αταίριαστα -όσα απέτυχαν να προσαρμοστούν στις συνθήκες ζωής. Η αποτυχία στην προσαρμογή ίσως να οφείλεται σε μία από τις δύο αιτίες: είτε είναι ανώμαλο το άτομο ή το περιβάλλον.

Οι σύγχρονες κοινωνικές συνθήκες μιας πολιτισμένης κοινότητας τείνουν να αποτρέψουν την αυτόματη εξόντωση του αταίριαστου και να του επιτρέψουν να ζει. Δε θα ασχοληθούμε εδώ με φυσικές αποτυχίες προσαρμογής που οφείλονται σε δυσμορφία ή έλλειψη σθένους, αλλά θα περιοριστούμε στο πρόβλημα της προσαρμογής στο νοητικό επίπεδο.

Αν υπάρχει δυσκολία νοητικής προσαρμογής στο περιβάλλον και στην εύρεση ικανοποίησης και γαλήνης, το άτομο έρχεται αντιμέτωπο με το ιδιάζον πρόβλημα να δύναται να συνεχίσει τη φυσική ζωή του, αλλά να μη μπορεί να βρει νοητική γαλήνη. Προκειμένου να ανακουφισθεί από την ανυπόφορη κατάσταση ενεργοποιούνται ασυνείδητα ορισμένοι μηχανισμοί. Λειτουργούν σαν προφυλακτήρες ή αμορτισέρ αυτοκίνητου και με την προϋπόθεση πως το άτομο δεν παρεκκλίνει πολύ από τον κανονικό τύπο που ταιριάζει στο περιβάλλον, καθώς επίσης και ότι το περιβάλλον δεν ξεφεύγει πολύ από τις προδιαγραφές του ατόμου, αυτοί οι μηχανισμοί προστατεύουν αποτελεσματικά τα συναισθήματά του από τους αδυσώπητους κλονισμούς των περιστάσεων και το κάνουν ικανό να διατηρεί τη διανοητική ισορροπία και γαλήνη του.

Αν όμως η ένταση που εξασκείται στα ελατήρια

του ψυχικού αμορτισέρ είναι μεγαλύτερη από αυτή που μπορεί να αντέξει, τότε δεν ακολουθεί ορθή επαναφορά, οπότε απορρυθμίζεται ο μηχανισμός του νου και αυτό εκδηλώνεται με νευρικές και νοητικές διαταραχές. Όπως συμβαίνει και με τη φυσική αρρώστια, η νοητική ασθένεια είναι μια προσπάθεια επανόρθωσης της Φύσης που αυτοεξαπατάται.

Να, λοιπόν, σε τι συνίσταται η νοητική ασθένεια (οι οργανικές αποκλείονται εξ ορισμού) –πρόκειται για την αντίδραση του νου σε ό,τι δεν μπορεί να αφομοιώσει. Φυσικά, δεν πρέπει να θεωρούμε σαν φρενοβλάβεια κάθε νοητική διαταραχή. Κάθε δυσαρμονική λειτουργία του νου ταξινομείται στην ψυχοπαθολογία, η οποία καλύπτει ένα ευρύ φάσμα ασθενειών. Όπως οι σωματικές αρρώστιες διαβαθμίζονται από μια ελαφρά αδιαθεσία μέχρι τη μοιραία οργανική βλάβη, έτσι και οι ασθένειες του νου ποικίλλουν από την εριστικότητα και την αμνησία μέχρι την πλήρη κατάρρευση της τρέλας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XV

ΣΥΓΚΡΟΥΣΗ

Όπως είδαμε πριν, η ζωή μας κινείται από τρία βασικά ένστικτα. Με λίγη σκέψη, όμως, θα καταλάβουμε πως αυτά τα ένστικτα, έχοντας διαφορετικούς στόχους, ίσως βρεθούν μερικές φορές αντιμέτωπα το ένα με το άλλο· αυτή η κατάσταση στους ψυχολόγους είναι γνωστή σαν ΣΥΓΚΡΟΥΣΗ, στην οποία κάποιο ένστικτο ικανοποιείται μόνο σε βάρος κάποιου άλλου. Κάποιος π.χ. ίσως λιμοκτονεί και προκειμένου να ικανοποιήσει την πείνα του μπαίνει στον πειρασμό να κλέψει. Εδώ συγκρούεται το ένστικτο της αυτοσυντήρησης με της αγέλης: αν κλέψει ίσως χάσει τη θέση του στο κοπάδι και αν δεν κλέψει ίσως πεθάνει. Είναι εκπληκτικός ο αριθμός εκείνων που διαλέγουν τη δεύτερη λύση αποδεικνύοντας τη δύναμη και θεμελιώδη φύση του ενστίκτου της αγέλης. Ο άνθρωπος κόβεται στα δύο και μπορεί να ικανοποιήσει μόνο το ένα ένστικτο σε βάρος του άλλου.

Μπορεί επίσης να ερωτευθεί μια γυναίκα που οι νόμοι της πατρίδας του απαγορεύουν να παντρευτεί. Εδώ συγκρούεται το σεξουαλικό ένστικτο με το κοινωνικό. Ίσως ακόμη ερωτευθεί κάποια που ο γάμος

θα τον καταστρέψει οικονομικά και εδώ συγκρούονται τα ένστικτα του σεξ και της αυτοσυντήρησης.

Σε καθεμιά περίπτωση μπλοκάρεται μεγάλη ποσότητα δύναμης και δε διατίθεται για τους γενικούς σκοπούς της ζωής, επειδή λαμβάνει χώρα μια μετωπική σύγκρουση ενστίκτων και το καθένα χρησιμοποιεί το σύνολο της δύναμης για να εξουδετερώσει την ενέργεια του άλλου, με αποτέλεσμα να καθηλώνεται ολόκληρη η ζωή κατά τη διεξαγωγή της μάχης. Είναι γνωστό πως παραμένει αναποφάσιτος όποιος περιπέσει σε τέτοιο δίλημμα και δε δρα καθοριστικά σε κανένα τομέα της ζωής του. Πρέπει να βρεθεί κάποια λύση και οποιαδήποτε λύση είναι προτιμότερη από τη διαιώνιση της σύγκρουσης, της οποίας ο πόνος είναι ανυπόφορος.

Αρχικά ο άνθρωπος πρέπει να μελετήσει προσεκτικά ολόκληρη την υπόθεση και ενεργώντας σύμφωνα με τη φύση του να δώσει τη νίκη σε κάποιον αντίπαλο, αφήνοντας το καταβεβλημένο ένστικτο να προσαρμοστεί όσο καλύτερα μπορεί. Απαιτεί μεγάλη δύναμη πάντως αυτή η επιλογή και πολλοί είναι ανίκανοι να τη φέρουν σε πέρας. Μερικοί προσπαθούν να λύσουν το πρόβλημα διατηρώντας στο νου τα ένστικτα χωριστά, χωρίς ποτέ να προβαίνουν σε συγκρίσεις των ιδιαίτερων αληθειών τους· όπως κάποιος καθηγητής, ο οποίος τις εργάσιμες μέρες δίδασκε τις θεωρίες περί εξέλιξης και τις Κυριακές το δόγμα της δημιουργίας· όταν ρωτήθηκε για το γεγονός, επέδειξε υπέρμετρη εμπάθεια και αρνήθηκε να το συζητήσει.

Το μερδεδεμένο μυαλό βρίσκει συχνά μια τρίτη

λύση, γνωστή σαν διάσχιση.

Οι όροι ΑΠΩΘΗΣΗ και ΔΙΑΣΧΙΣΗ συναντώνται τακτικά στην ψυχολογική ορολογία και η συγγραφέας τους άκουσε συχνά να χρησιμοποιούνται σαν να ήταν ανταλλάξιμοι, πράγμα που δε συμβαίνει. Απώθηση σημαίνει πως ορισμένες ιδέες απωθούνται στον ασυνείδητο νου και τους απαγορεύεται να επιστρέψουν στη συνείδηση, ενώ διάσχιση σημαίνει πως μερικές από τις ιδέες, αντί να παραμένουν στο ασυνείδητο, διαχωρίζονται από την ολοκληρωμένη προσωπικότητα και λειτουργούν ανεξάρτητα. Οι δύο αυτοί διανοητικοί παράγοντες θα μελετηθούν αναλυτικά στα επόμενα κεφάλαια.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XVI

ΑΠΩΘΗΣΗ

Απώθηση μιας ιδέας είναι η απαγόρευση εισόδου της στη συνείδηση. Μόλις εμφανίζεται στο περιθώριο της συνείδησης, η προσοχή απομακρύνεται αποφασιστικά από εκεί. Προσφεύγουμε σε αυτό το μηχανισμό όταν εισέρχεται στο νου μια ιδέα που αντιμάχεται το χαρακτήρα μας ή όταν σκεφτόμαστε ανάρμοστα με τις γενικές αρχές της ιδιοσυγκρασίας μας. Απρόθυμοι να παραδεχθούμε στον εαυτό μας πως διαθέτουμε μια τέτοια όψη, απομακρυνόμαστε από τις ενοχλητικές εικόνες· είναι όμως αδύνατο να σβήσουμε από το νου μια ιδέα και προσπαθούμε να αποθηκεύσουμε τις ιδέες αυτές —επειδή πρέπει να αποθηκεύονται κάπου— στο πιο απομακρυσμένο από τη συνείδηση μέρος, και για να το πούμε όπως οι ψυχολόγοι, τις απωθούμε στο ασυνείδητό μας.

Όταν θυμόμαστε πως κάθε παιδί γεννιέται ένας μικρός άγριος και πως μόνο με την εκπαίδευση εκπολιτίζεται, θα φανεί αμέσως πως ο πολιτισμένος μας εαυτός δεν μπορεί να διάκειται ευνοϊκά προς την πρωτόγονη φύση μας. Όλοι ξέρουμε πως το ανεκπαίδευτο παιδί είναι εγωιστικό και βρώμικο· και πως

εμείς, πριν η εκπαίδευση αρχίσει να επιδρά πάνω μας, είμαστε επίσης εγωιστές και βρώμικοι, δεν μπορούμε λογικά να το αρνηθούμε. Όμως, ένα φιλεύσπλαχνο πέπλο λησμονιάς σύρθηκε κατά μήκος αυτής της περιόδου, επειδή αναπτυχθήκαμε σε κάτι τόσο διαφορετικό από ό,τι είμαστε, έτσι που ο πρωτόγονος εαυτός μας κατέστη κάτι το εντελώς εχθρικό και καταφεύγουμε στην απώθηση για να εμποδίσουμε αυτό το δυσάρεστο φάντασμα της αρχικής φύσης να εισβάλλει στην αυτοεκτίμησή μας.

Κάθε ιδέα απολίτιστης φύσης που εισέρχεται στο νου, προκαλεί κάποια ανταπόκριση από μέρους μας—εδώ οφείλεται η επιτυχία των αισchrών ιστοριών—επειδή η πρωτόγονη πλευρά δεν πέθανε και ταραζεται στον ύπνο της αν ακούσει μια νότα της ίδιας συχρότητας· έτσι, ιδέες που αφυπνίζουν την κατώτερη φύση μας, απωθούνται γρήγορα στο ασυνείδητο πριν μετατραπούν σε δράση. Βασικά η απώθηση είναι ο μηχανισμός της αυτοσιχαμάρας.

Παραμένει ανοιχτό το ζήτημα αν η απώθηση είναι φυσιολογική ή αφύσικη· αν αποτελεί μέρος της λειτουργίας του υγιούς νου ή πρέπει να θεωρείται ψυχικό τραύμα ή τύλωμα, μια προσπάθεια από μέρους της φύσης να ενδυναμώσει ένα σημείο πίεσης, που, αν και θεωρείται άμυνα, τείνει να γίνει ασθένεια.

Επίσης ανοιχτό είναι το ζήτημα του ρόλου της συνείδησης στην απώθηση. Κατά τη γνώμη μου, μια ιδέα πρέπει να είναι παρούσα στη συνείδηση πριν κατανοηθεί η φύση της και ολοκληρωθεί η κρίση που θα οδηγήσει στον εξοστρακισμό της.

Είναι όμως σίγουρο πως αν είμαστε αρκετά δυνα-

τοί, θα μπορούσαμε να αντιμετωπίσουμε αυτά τα προβλήματα στο συνειδητό νου με τον έλεγχο της σκέψης· η απώθηση αποτελεί την εναλλακτική λύση μόλις η πρώτη αμυντική γραμμή υποχωρήσει στην έφοδο της κατώτερης όψης της φύσης μας. Για αυτό η απώθηση μπορεί να θεωρηθεί σαν αντίδραση λόγω αδυναμίας· ο νους που προσαρμόστηκε τέλεια στο περιβάλλον του οφείλει να αφομοιώνει κάθε εμπειρία και να ισχυροποιείται μέσα από τη διαδικασία.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΧVII

ΔΙΑΣΧΙΣΗ

Ο μηχανισμός της απώθησης αντιμετωπίζει ικανοποιητικά τις δυσάρεστες σκέψεις που εισβάλλουν· υπάρχουν όμως περιπτώσεις που δεν τα καταφέρνει, οπότε η διαδικασία περνάει σε ένα άλλο στάδιο και έχουμε τη ΔΙΑΣΧΙΣΗ.

Η διάσχιση είναι παθολογική λησμονιά. Το συναίσθημα είναι η ζωή μιας ιδέας. Στη συνηθισμένη λησμονιά, κάποια ανάμνηση βυθίζεται στο ασυνείδητο λόγω έλλειψης ενδιαφέροντος, το οποίο θα της επέτρεπε να παραμείνει στη συνείδηση· αν όμως μια ιδέα σχετιζόμενη με κάποιο δυνατό συναίσθημα απωθείται στο ασυνείδητο, τότε το συναίσθημα θα τη ζωογονήσει και θα της προσδώσει μια δική της ανεξάρτητη ύπαρξη· αποχωρίζεται από την προσωπικότητα και λέγεται πως διχάστηκε.

Ας σημειωθεί πως στη μελέτη μας για τη μνήμη είδαμε πως οι ιδέες δεν παραμένουν αποκομμένες, αλλά τείνουν να δημιουργούν σχέσεις μεταξύ τους ή συμπλέγματα, όπως λέγονται τεχνικά. Η διχασμένη ιδέα δεν αποτελεί εξαίρεση· όχι μόνο γίνεται αλληλέγγυα με τους συγκρατούμενούς της, αλλά οι αλυσί-

δες των συνειρμών καταφέρνουν να ξεφύγουν από τον ελεγκτή και διακλαδώνονται σε άλλα επίπεδα του νου με μακροπρόθεσμες συνέπειες, προκαλώντας μεγάλο μέρος του παραλογισμού και της παραφροσύνης που διαταράσσει κάθε προσπάθεια λογικής σκέψης.

Είδαμε ήδη πως σύμπλεγμα είναι μια ομάδα ιδεών που συγκρατούνται από κάποιο έντονο συγκινησιακά ενδιαφέρον· επειδή κάθε συναίσθημα έχει τις ρίζες του σε κάποιο ένστικτο, συνεπάγεται πως τα συμπλέγματα πρέπει να συγγενεύουν με κάποιο ένστικτο· καθώς βυθίζονται λοιπόν στο ασυνείδητο, ακολουθούν το ρεύμα του ενστίκτου που ανήκουν και πλέοντας με αντίθετη φορά, τείνουν να μπλοκάρουν το συγκεκριμένο ένστικτο και το αναγκάζουν να προσπαθήσει να βρει μια υποδεέστερη διέξοδο για να εκφραστεί.

Εύκολα μπορεί να καταλάβει κανείς τις σοβαρές συνέπειες που θα υπάρξουν όταν μπλοκάρεται η κανονική δίοδος μιας τόσο μεγάλης δύναμης από κάποιο εμπόδιο, το οποίο παρασύρει προς το μέρος του —βάσει του νόμου του συνειρμού των ιδεών— κάθε σκέψη στο ίδιο θέμα και ό,τι έχει πραγματική και συμβολική ομοιότητα με αυτό. Όπως έχει ειπωθεί, τότε το ασυνείδητο αυξάνεται σε βάρος του συνειδητού και διαταράσσεται η ισορροπία του νου. Το αποτέλεσμα είναι η παρεμπόδιση της ζωής, της πηγής κάθε ενέργειας· αντί να ρέει ελεύθερα από επίπεδο σε επίπεδο, μπλοκάρεται από τα συμπλέγματα και συγκρατείται στο ασυνείδητο, πιέζοντας αυτό το πεδίο να αναδυθεί σε επικίνδυνο βαθμό, ενώ ο συνειδητός

νους χάνει σε ζωτικότητα διαμορφώνοντας ένα άτομο επιτακτικών και χαοτικών αναγκών, το οποίο είναι αδύναμο να τις εκφράσει και να τις ικανοποιήσει, αφού δεν μπορεί να αποθεί δημιουργικό ούτε για τον εαυτό του.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΧVIII

ΣΥΜΒΟΛΙΣΜΟΣ

Μπορούμε να απεικονίσουμε το διχασμένο σύμπλεγμα, κάτω από την πίεση του ενστίκτου, να προσπαθεί συνέχεια να δραπετεύσει από τον ελεγκτή και να επιστρέψει στη συνείδηση, όπου οι επιθυμίες του μπορούν να μεταφραστούν σε δράση· και ακόμη, ας δούμε πώς ο ελεγκτής, ενισχυμένος από ολόκληρο το χαρακτήρα, αρνείται αποφασιστικά να επιτρέψει τη διαφυγή του.

Παρατηρήσαμε πως το διχασμένο σύμπλεγμα, ακολουθώντας τους συνηθισμένους νόμους του συνειρμού, δημιουργεί συμμαχίες με ιδέες που έχουν συμβολική και παράδοξη σχέση μαζί του. Αυτές οι ιδέες, μη έχοντας αντικειμενικοποιηθεί στο χαρακτήρα, αφήνονται από τον ελεγκτή στη συνείδηση· τότε το διχασμένο σύμπλεγμα, εκμεταλλευόμενο τη συμμαχία μαζί τους, αδειάζει το μπλοκαρισμένο συναίσθημα στα συνειρμικά κανάλια που δημιουργήθηκαν με αυτόν τον τρόπο και βρίσκει διέξοδο στη συνείδηση, επιφέροντας βέβαια πολύ διαφορετικά αποτελέσματα από όσα σκόπευε αρχικά και προκαλεί τις παράλογες αρέσκειες, δυσαρέσκειες και εκκεντρικό-

τητες που χαρακτηρίζουν αυτόν που ο νους του δε λειτουργεί κανονικά.

Ένα παράδειγμα για το παραπάνω φαίνεται στην περίπτωση μιας γυναίκας, η οποία παρατήρησε πως τα μπρούντζινα χερούλια στην πόρτα του γιατρού εξασκούσαν πάνω της μια περίεργη γοητεία· κατά τη διερεύνηση της ιστορίας της ανακαλύφθηκε ότι στα νιάτα της ερωτεύθηκε τον οικογενειακό γιατρό που ήταν παντρεμένος· νιώθοντας πως αυτό το αίσθημα ήταν λάθος, το απέρριψε αποφασιστικά από τη ζωή της (δηλ. το έριξε στο ασυνείδητό της). Η σχέση του γιατρού με τα χερούλια δεν είχαν αντικειμενική υπόσταση ώστε να τα παρεμποδίσει ο ελεγκτής, οπότε το συναίσθημα που εστιαζόταν γύρω από το γιατρό, του οποίου η εικόνα ήταν θαμμένη στο ασυνείδητό της, μπορούσε να ανέλθει στη συνείδηση μεταφερόμενο στα αθώα μπρούντζινα πόμολα.

Το ασυνείδητο χρησιμοποιεί το συμβολισμό όπως και ένας ποιητής, μόνο που χρησιμοποιεί μια επιπλέον τεχνική· θυμάται πως ένα ζεύγος αντιθέτων κρύβει ένα συνεκτικό δεσμό ακριβώς μέσα στην αντίθεσή του και για να εκφράσει κάτι θετικό χρησιμοποιεί το αρνητικό του, όταν το θετικό αντιμάχεται το χαρακτήρα. Έτσι λοιπόν, μια ανύπαντρη γυναίκα που το υγιές σεξουαλικό της ένστικτο δεν εκπληρώθηκε με σύζυγο και παιδιά, ίσως γίνει νοσηρή και διαβάζει συγγράμματα σχετικά με τη γυναικεία καταπίεση από τους εμπόρους λευκής σάρκας· και αν χειροτερέψει, ίσως αναπτύξει τη λεγόμενη παράνοια της γεροντοκόρης και θα φαντάζεται πως εντελώς αθώοι άνδρες την ενοχλούν με ανήθικες προθέσεις

(που επιθυμεί φυσικά στην καρδιά της) και θα πηγαίνει στην αστυνομία για προστασία.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XIX

ΦΑΝΤΑΣΙΩΣΕΙΣ, ΟΝΕΙΡΑ, ΨΕΥΔΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

Αναφέραμε ήδη πως το συναίσθημα σχετίζεται άμεσα με το ένστικτο και πως η πίεση των αγωνιζόμενων ενστίκτων μάς ωθεί να δράσουμε, προτρέποντάς μας να προσπαθούμε να ικανοποιήσουμε τις ανάγκες της φύσης μας και συνακόλουθα να εκπληρώνουμε ορισμένους φυλετικούς και εξελικτικούς σκοπούς.

Η πρώτη προσπάθεια, σαν αποτέλεσμα αυτών των προτροπών, είναι η υλοποίηση των επιθυμιών μας στον εξωτερικό κόσμο μέσω σωματικής προσπάθειας· αν όμως αυτή η προσπάθεια αποτύχει το σκοπό της, ή αν οι περιστάσεις δεν είναι ευνοϊκές για μια ελπιδοφόρα προσπάθεια, τότε ο νους συχνά ξεπέφτει σε μια δευτερεύουσα επίτευξη και φαντάζεται την επιτυχία του στα βασίλεια της φαντασίας και της προσποίησης, όπου δεν υπάρχουν νόμοι αιτίας και αποτελέσματος να ελέγξουν τα έργα του. Η Σταχτοπούτα στην κουζίνα της χτίζει μια φαντασίωση του χορού του Πρίγκηπα· στο θέατρο του νου παρακολουθεί την επιθυμία της να διαδραματίζεται ως την εκπλήρωσή της.

Αυτό το στοιχείο της ιδιοσυγκρασίας επηρεάζει μεγάλο μέρος των νοητικών μας διαδικασιών και θεωρείται ο κύριος παράγοντας στον καθορισμό της φύσης, όχι μόνο των ονείρων μας, αλλά και των συμπτωμάτων των νευρικών και νοητικών ασθενειών, όπως θα δούμε αργότερα.

Στον ύπνο οι λεωφόροι των φυσικών αισθήσεων, μέσω των οποίων φτάνουν στο νου οι εντυπώσεις, είναι κλειστές λίγο-πολύ και το εγώ, το οποίο εργάζεται ακατάπαυστα, καταφεύγει στο απόθεμα των αναμνήσεων του. Χωρίς να οδηγείται από τη λογική και την κρίση, ακολουθεί τις αλυσίδες των συνειρμικών ιδεών –σύμφωνα με τους νόμους της μνήμης που εξετάσαμε σε προηγούμενο κεφάλαιο– και τις ανασκοπεί.

Αυτές οι περιπλανήσεις, αν και εκτελούνται με τον παράλογο τρόπο που χαρακτηρίζει τα κατώτερα πεδία του νου μας, δεν είναι εντελώς άσκοπες, επειδή προσδιορίζονται από διάφορους παράγοντες. Μπορεί κάποιες φυσικές ή αισθαντικές εντυπώσεις, αμυδρά αντιλαμβανόμενες κατά τον ύπνο από τις εν μέρει κλεισμένες θύρες των αισθήσεων, να προκαλέσουν μια αλυσίδα σκέψεων ή γεγονότα που απασχολούσαν το νου στη διάρκεια της μέρας να συνεχίζουν και στον ύπνο να τον απασχολούν με ανελεξέγκτο τρόπο. Όμως το καθοριστικό ονειρικό στοιχείο, στο οποίο η σύγχρονη ψυχολογία έχει στρέψει το μεγαλύτερο μέρος της προσοχής της, είναι η ανάλυση των ενστικτωδών επιθυμιών που δεν τους επιτράπηκε η εκπλήρωση στην αφυπνισμένη ζωή· οπότε στα όνειρά μας, όπως στη φαντασία μας, θα βλέπουμε να

εκπληρώνονται οι επιθυμίες που δεν απόκτησαν υλική πραγματικότητα και απέτυχαν να αναδυθούν στη συνείδηση λόγω της λειτουργίας του ελεγκτή, ο οποίος αγωνίζεται να διώξει από τη συνείδηση κάθε καταπιεστικό ή απωθητικό γεγονός· στον ύπνο, όλος αυτός ο με τόσο κόπο δομημένος πολιτισμός εξαφανίζεται, τα ανώτερα κέντρα της ύπαρξής μας απουσιάζουν και ο πρωτόγονος φυσικός μας εαυτός, ελεγχόμενος μα ποτέ εξολοθρευμένος, εκφράζει τις θεμελιώδεις, ανομολόγητες επιθυμίες του στη στοιχειακή τους μορφή.

Βέβαια αυτές οι επιθυμίες σπάνια εκφράζονται άμεσα. Είναι τόσο ξένες προς τους πολιτισμένους εαυτούς μας, που ακόμη και στον ύπνο επεμβαίνει ο καθιερωμένος τρόπος σκέψης και εξασκεί κάποιο έλεγχο σε ό,τι θα εκφραστεί· ωστόσο δημιουργείται μια γενική σύγχυση, επειδή οι άγριες εικόνες των ενστικτωδών αναγκών αντικαθίστανται από αποδεκτότερες ιδέες. Καθώς ο υποσυνείδητος νους συνδέει τις ιδέες σύμφωνα με τους επιφανειακούς ή συμπτωματικούς συνειρμούς, θα φανεί πως στο προσκήνιο του νου παίζονται παράξενα και μπερδεμένα δράματα σε μια προσπάθεια απεικόνισης της εκπλήρωσης κάποιας πρωτόγονης ενστικτώδους επιθυμίας.

Σύγχρονες μέθοδοι ψυχολογικής έρευνας χρησιμοποιούν πολύ τα όνειρα στην προσπάθεια να ερευνήσουν τα επίπεδα του νου, στα οποία δεν έχουμε άμεση πρόσβαση. Η ψυχοθεραπεία χρησιμοποιεί τις ίδιες μεθόδους προκειμένου να διερευνήσει την αιτία των νοητικών διαταραχών. Αν η αλυσίδα σκέψεων που ακολούθησε ο νους στην πορεία του από μια ά-

γρια ενστικτώδη, συχνά φυσική, επιθυμία ως το ολοκληρωμένο ονειρικό δράμα ανιχνευθεί –από τις εικόνες του ονείρου ως τις υποκρυπτόμενες ιδέες που τις δημιουργήσαν– τότε μπορούμε να ανακαλύψουμε τις μυστικές πηγές των κινήτρων και του χαρακτήρα. Να γιατί χρησιμοποιείται τόσο πολύ στη σύγχρονη ψυχοθεραπεία η μέθοδος της ανάλυσης των ονείρων.

Αξιίζει να σημειώσουμε πως οι αυταπάτες των παράφρονων είναι δομημένες με βάση τις ίδιες ακριβώς αρχές των φαντασιώσεων. Επίσης, αντιπροσωπεύουν την εκπλήρωση των επιθυμιών που δεν κατάφεραν να υλοποιηθούν και έφτασαν στην ύστατη μορφή τους μέσα από τις ίδιες εκείνες αρχέγονες μεθόδους σκέψης που είναι υπεύθυνες και για τα όνειρά μας· ουσιαστικά μπορούν να θεωρηθούν σαν μια φαντασίωση που προχώρησε ένα βήμα κοντύτερα στην υλοποίηση από ό,τι η ονειροπόληση.

Τα συμπτώματα του υστερικού έχουν παρόμοια καταγωγή, αλλά αντιπροσωπεύουν τις επιθυμίες διχασμένων συμπλεγμάτων και όχι τις επιθυμίες ολόκληρης της προσωπικότητας όπως στην παραφροσύνη.

Βλέπουμε λοιπόν πως αν αρνούμαστε στις επιθυμίες μας να εκφράζονται στη ζωή, θα χτίσουν ονειρικά κάστρα για λογαριασμό τους κατά τη διάρκεια του ύπνου, όπου θα μπορούμε πρόσκαιρα να αποσυρόμαστε σαν μονάρχες όσων εποπτεύουμε· αν αυτές οι επιθυμίες είναι πολύ επιτακτικές και περιπλέκουν μεγάλο μέρος της φύσης μας, τότε ίσως το όνειρο ξεχειλίσει στην εν εγρηγόρσει συνείδησή μας και θα ζούμε τότε ανάμεσα στις υποκειμενικές νοητικές μας

εικόνες παρά στις αντικειμενικές πραγματικότητες, αναλαμβάνοντας το ρόλο που προσδιορίσαμε για τον εαυτό μας στο ονειρικό δράμα, προς έκπληξη των παρατηρητών που θα μας αποκαλέσουν τρελούς.

Ο παράφρονας, βέβαια, δεν είναι παράλογος· είναι εντελώς λογικός. Αρκεί να τηρούνται οι προϋποθέσεις του, επειδή ανάγει τις λογικές συνεπαγωγές των προϋποθέσεων αυτών ως το ύστατο συμπέρασμά τους. Και μόλις κατανοηθεί πως στη ρίζα των φαντασιώσεων που εκείνος ζει, υποβόσκει κάποια θεμελιώδης και ουσιαστική φυσική επιθυμία, θα αντιληφθούμε τότε πως το κλειδί για τη θεραπεία της παραφροσύνης βρίσκεται σε αυτές τις επιθυμίες και την περιοχή του νου από την οποία κατάγονται.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XX

ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Αν και η φυσική καταγωγή πολλών μορφών νοητικής ασθένειας βρίσκεται στον εγκέφαλο, το νευρικό σύστημα και την κατάσταση του αίματος, υπάρχουν πολλές άλλες που είναι καθαρά νοητικές, από την αρχή ως το τέλος, μολονότι ως πεδίο εκδήλωσής τους μπορεί να έχει εκλεγεί το σώμα. Η σύγχρονη ιατρική μαθαίνει να επεξεργάζεται νοητικές ασθένειες με νοητικές μεθόδους, των οποίων οι πρωταρχικοί τύποι έχουν αρκετό ενδιαφέρον. Ας θυμόμαστε βέβαια πως η ψυχοθεραπεία είναι η νεότερη επιστήμη και βρίσκεται ακόμη σε πειραματικό στάδιο. Παρά το μεγαλειώδες έργο που έγινε από τους πρωτεργάτες, δεν μπορούν να ισχυριστούν πως είπαν την τελευταία λέξη για τη δομή του ανθρώπινου νου, γιατί ακόμη και αν γνώριζαν τα πάντα, μην αφήνοντας τίποτε να ανακαλύψουν οι μελλοντικοί ερευνητές, παρόλο που δεν είναι όλοι οι μαθητές τους στον ίδιο βαθμό ευφυίας, ωστόσο η εξέλιξη συνεχίζεται, με το νου στο αποκορύφωμα της ανάπτυξής του, έτσι ώστε πράγματα που θεωρούσαμε δεδομένα για την ανθρω-

πινη φύση πριν το Μεγάλο Πόλεμο*, ίσως να αναθεωρηθούν και να συμπληρωθούν με την αποκατάσταση της Μεγάλης Ειρήνης.

Η γνώση μας για το νου, τις ασθένειες και τη θεραπεία του, απέχει πολύ από την πληρότητα. Η έρευνα κάθε ανθρώπινου νου μοιάζει με ταξίδι ανακάλυψης· αν και οι ακτές του νοητικού τοπίου μπορεί να είναι γνωστές, η ενδοχώρα είναι αχαρτογράφητη. Δε γνωρίζουμε τι κρύβεται πίσω από την ανθρώπινη προσωπικότητα· την ίδια άγνοια έχουμε και για την ακριβή φύση των σχέσεων με το περιβάλλον της και όσο η γνώση μας παραμένει σε αυτό το επίπεδο, δεν μπορούμε να μιλήσουμε με απόλυτο τρόπο για οτιδήποτε.

* Σ.τ.μ. Εννοεί τον Α΄ Παγκόσμιο Πόλεμο (1914-1918)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XXI

ΨΥΧΑΝΑΛΥΣΗ

Τα θεμέλια και η θεωρία αυτής της μεθόδου τέθηκαν από τον ψυχολόγο Ζίγκμουντ Φρόιντ από τη Βιέννη. Τις απόψεις του δημοσίευσε στο πολύκροτο βιβλίο του με τίτλο *Ερμηνεία των Ονείρων*, που εκδόθηκε το 1900. Σήμερα υπάρχουν δυο κύριες σχολές ψυχανάλυσης: η σχολή της Βιέννης, που ακολουθεί αυστηρά τις θεωρίες του Φρόιντ· και η σχολή της Ζυρίχης, που εφαρμόζει την τροποποίηση αυτών των θεωριών, όπως τις δίδαξε ο Δρ. Γιουνγκ.

Οι δύο σχολές συμφωνούν σε γενικές αρχές όπως η ανατομία του νου, αλλά διαφέρουν στη διδασκαλία τους σχετικά με το *modus operandi** της νοητικής ασθένειας. Ο Φρόιντ υποστηρίζει πως οι λειτουργικές νευρικές διαταραχές οφείλονται στην προσκόλληση του ασυνείδητου νου σε μια νηπιακή στάση προς τη ζωή και κυρίως προς το σεξ και πως η στάση αυτή, η οποία έπρεπε να ξεπεραστεί και να εγκαταλειφθεί, δημιουργεί άγχη και πιέσεις στο νου που κα-

* Σ.τ.μ. Λατ. Λέξη: Τρόπος Λειτουργίας

ταλήγουν στην εκδήλωση της νοητικής ασθένειας. Μας παρουσιάζει τη θεωρία της συσσώρευσης των συγκινήσεων σε αυτό το νοητικό τραύμα, όπως ακριβώς το πύον που συσσωρεύεται στο απόστημα και προκαλεί ευαισθησία και πόνο. Πιστεύει πως ο ρόλος του ψυχαναλυτή είναι να ανοίξει αυτό το απόστημα, εμφανίζοντας στη συνείδηση το αντικείμενο της δυσαρέσκειας· τότε συνειδητοποιείται το απωθημένο συναίσθημα, βιώνεται πλήρως και επέρχεται η απαλλαγή. Αυτή η διαδικασία είναι τεχνικά γνωστή σαν ΨΥΧΟΚΑΘΑΡΣΗ.

Ο ψυχολόγος που καθοδηγεί την ανάλυση είναι πολύ πιθανό να μετατραπεί σε δέκτη αυτού του απωθημένου συναισθήματος κατά τη στιγμή της ανόδου του στη συνείδηση. Η αποδοχή του απωθημένου συναισθήματος από το θεραπευτή θεωρείται μια από τις πιο σημαντικές φάσεις της θεραπείας και είναι γνωστή σαν ΜΕΤΑΒΙΒΑΣΗ.

Αναντίρρητα ο παράγοντας μεταβίβαση εμπερικλείει τις σοβαρότερες δυσκολίες και κινδύνους. Είναι δύσκολο να βρεθεί η μέση οδός μεταξύ υπερβολικής και αδιάφορης επίδρασης. Υποστηρίζεται πως η υπέρμετρη ανάλυση εξουδετερώνει το συναίσθημα που με επιτυχία απογυμνώνει η πολλή ανάλυση, αλλά στην πράξη αυτή η διαδικασία δεν είναι τόσο απλή και οδηγεί συχνά σε περιπλοκές.

Η μεταβίβαση του συναισθήματος που συντελείται στην ψυχανάλυση, μαζί με τις βλαβερές επιδράσεις της συνεχούς και παρατεινόμενης παραμονής σε δυσχερείς όψεις της ζωής, συγκροτούν σοβαρές αντιδράσεις σε αυτή τη θεραπευτική μέθοδο.

Ο Γιουνγκ πιστεύει πως η νοητική ασθένεια οφείλεται στην αποτυχία προσαρμογής στο παρόν, η οποία καταλήγει στην ολίσθηση σε κάποιο νηπιακό τρόπο σκέψης. Φαίνεται λοιπόν πως οι δυο θεωρίες, αν και βασίζονται στα ίδια στοιχεία, διαφέρουν ριζικά και καταλήγουν σε διαφορές στην πρακτική εφαρμογή.

Οι δυο σχολές ερευνούν τον ασυνείδητο νου αναλύοντας τα όνειρα και στη μέθοδο αυτή η σχολή της Ζυρίχης προσθέτει μια ακόμη που είναι γνωστή σαν λεκτική αντίδραση*. Η διαδικασία της ονειρικής ανάλυσης είναι υπερβολικά περίπλοκη. Εν συντομία, ο ασθενής καθοδηγείται στην αφήγηση ενός ονείρου, το οποίο εξετάζεται σημείο προς σημείο και οι «ελεύθεροι συνειρμοί» ιχνηλατούνται με τον ακόλουθο τρόπο: Υποδεικνύεται στον ασθενή να διαλέξει κάποια εικόνα του ονείρου σαν σημείο έναρξης, να χαλαρώσει το νου του και να την παρακολουθήσει πού οδηγεί· η θεωρία είναι πως θα ξανασυνδεθεί με εκείνη τη συνειρμική ακολουθία ιδεών, μέσω της οποίας η ονειρική εικόνα αναδύθηκε από την υποβόσκουσα επιθυμία. Για την ερμηνεία αυτών των ονειρικών εικόνων υπάρχει μια εργαστηριακή τεχνική· τόσο εργαστηριακή που να ξεπερνά τους σκοπούς αυτού του βιβλίου. Τώρα, κατά πόσο αυτή η τεχνική είναι τεκμηριωμένη και πόσο αυθαίρετη, αυτό είναι κάτι που εξακολουθεί να απασχολεί τους ψυχολό-

* Σ.τ.μ. Οι συνειρμοί που προκαλούν στον υποβαλλόμενο σε θεραπεία τα ηχητικά και εννοιολογικά ερεθίσματα κάποιας λέξης.

γους· ελάχιστα στοιχεία έχουμε μέχρι τώρα για το ρόλο που παίζει η ακούσια υποβολή στο έργο του ψυχαναλυτή, όπου σε μερικές περιπτώσεις είναι αναμφίβολα ένας σημαντικός παράγοντας και σε άλλες αποβαίνει υπερβολικά ψεύτικος και παραπλανητικός.

Η μέθοδος του λεκτικού συνειρμού του Γιουνγκ λειτουργεί απλούστερα και έχει αμφισβητηθεί πολύ λιγότερο. Δημιουργείται ένας κατάλογος με δώδεκα έως εκατό και παραπάνω διάφορες λέξεις. Ο πρώτος έξι δεν έχουν συνήθως ιδιαίτερη σημασία, αλλά κατόπιν ακολουθεί μια σειρά λέξεων που πιστεύεται πως σχετίζεται ιδιαίτερα με τους διάφορους τύπους συμπλεγμάτων, τα οποία μπορεί να διασπαστούν από τη συνείδηση. Τέτοιους καταλόγους λέξεων επεξεργάστηκαν διάφοροι σπουδαστές αυτής της σχολής και μολονότι κάποιος χρησιμοποιείται συνήθως σαν βάση, ωστόσο κάθε αναλυτής προσθέτει λέξεις που πιστεύει πως συνδέονται με τα ιδιαίτερα προβλήματα του ασθενή. Αυτές οι λέξεις εκφωνούνται στον ασθενή —μία κάθε φορά— και του ζητείται να πει την πρώτη λέξη που του έρχεται στο νου αμέσως μετά. Ο χρόνος που χρειάζεται για την απάντηση χρονομετρείται με χρονόμετρο που δείχνει ως και ένα πέμπτο του δευτερόλεπτου. Οι πρώτες έξι ασήμαντες λέξεις καταδεικνύουν το μέσο χρόνο αντίδρασης του ασθενή. Αν όμως κάποια από τις επόμενες σημαίνει κάτι ιδιαίτερο για αυτόν, θα υπάρξει ελαφρά βραδυπορία στο χρόνο της απάντησης· επίσης, ίσως οι απαντήσεις είναι παράξενες και μπορεί να δείχνουν ιδιαίτερη συμπεριφορά με το πρόβλημά του. Ή, ακόμη,

μπορεί να είναι απαντήσεις άσχετες, υποδηλώνοντας έτσι πως η αρχική ιδέα καταχωρήθηκε σαν απόρρητη και επινοήθηκε θιαστικά ένα υποκατάστατο. Αν του ξαναδιαβαστεί ο κατάλογος, θα παρατηρηθεί πως ενώ οι λέξεις χωρίς ιδιαίτερη σημασία απαντούνται συνήθως με την ίδια λέξη, όσες σχετίζονται με τα συναισθήματα του ασθενή προκαλούν αλλαγή στη λέξη που απαντά. Τότε προσφεύγουν στους ελεύθερους συνειρμούς, όπως στα ονειρικά σύμβολα, για να ανακαλυφθεί η υποκρυπτόμενη ακολουθία ιδεών και οι ασυνείδητοι παράγοντες από όπου αντλούν το συναισθημά τους.

Αυτή τη μέθοδο χρησιμοποιούν επίσης πολλοί φροϊδιστές και σίγουρα οι δύο μέθοδοι, της ονειρικής ανάλυσης και των λεκτικών συνειρμών, είναι γενικά αποδεκτές σαν συμπληρωματικές. Η πρωταρχική αξία της τελευταίας έγκειται στο γεγονός ότι μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε περιπτώσεις που ο ασθενής είναι είτε ανίκανος είτε απρόθυμος να συνεργαστεί.

Η διαφορά στην οπτική γωνία των δύο σχολών της ψυχανάλυσης οδηγεί σε μια διαφοροποίηση στη μέθοδο της μεταχείρισης του ασθενή· ο φροϊδιστής, ο οποίος πιστεύει πως κάθε νευρικό πρόβλημα οφείλεται στην προσκόλληση σε νηπιακούς τρόπους σκέψης, περιορίζεται στην ανάλυση και μόνο, προσφέροντας στον ασθενή ελάχιστα ή τίποτε στον τομέα της ερμηνείας ή καθοδήγησης· τον βοηθά απλά να απογυμνώσει τα βάθη του ασυνείδητου νου, πιστεύοντας πως έτσι οι καταπιεσμένες συγκινήσεις θα εξουδετερωθούν και τα διχασμένα συμπλέγματα θα

επανασυνδεθούν με την προσωπικότητα. Ο αναλυτής του Γιουνγκ από την πλευρά του, πιστεύοντας πως το πρόβλημα οφείλεται σε αποτυχία προσαρμογής στο παρόν, αν και χρησιμοποιεί την ψυχαναλυτική μέθοδο για να αποκαλύψει και να μεταφέρει στη συνείδηση τα διχασμένα συμπλέγματα, παράλληλα κάνει χρήση αξιολογής διδασκαλίας και ερμηνειών προσπαθώντας να καταστήσει τον ασθενή ικανό να αφομοιώσει τους καρπούς της εμπειρίας και να προσαρμοστεί στο περιβάλλον του. Ο φροϊδιστής παραπονιέται πως ο οπαδός του Γιουνγκ παραμορφώνει την ανάδυση με ακούσια υποβολή και ο δεύτερος κατηγορεί τον πρώτο για ανώφελη επιμήκυνση της διαδικασίας και εγκατάλειψη του ασθενή να βρει το δρόμο του αβοήθητος μέσα από μια ευρύτερη εμπειρία.

Η διδασκαλία και ερμηνευτική μέθοδος, γενικά γνωστή ως επανεκπαίδευση, συνδέεται κυρίως με το όνομα του ντυ Μπουά (du Bois) που ήταν ο πρωταρχικός παρουσιαστής της· επειδή, όμως, στην εποχή του η ψυχαναλυτική μέθοδος έρευνας των αιτιών της νοητικής ασθένειας ήταν άγνωστη, βάδιζε συχνά στο σκοτάδι και ασχολείτο με δευτερεύοντα συμπτώματα και αποτελέσματα· έτσι κατέπεσε το κύρος της μεθόδου του μπροστά στις θεωρίες των σύγχρονων σχολών. Ωστόσο, αν αυτή η μέθοδος χρησιμοποιηθεί σωστά, μπορεί αναμφίβολα να αποθεί εξαιρετικά χρήσιμη σε μια θεραπευτική αγωγή και να ελαττώσει την οδύνη της διαδικασίας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XXII

ΥΠΝΩΣΗ, ΥΠΟΒΟΛΗ, ΑΥΘΥΠΟΒΟΛΗ

Μεγάλη παρανόηση υπάρχει στον κόσμο σχετικά με το φαινόμενο που είναι γνωστό σαν ύπνωση. Σε γενικές γραμμές μπορεί να περιγραφθεί σαν κατάσταση στην οποία το λογικό και η κρίση του υποκείμενου απουσιάζουν προσωρινά· οποιαδήποτε ιδέα του παρουσιάζεται, γίνεται αποδεκτή χωρίς αντίδραση και καταλαμβάνει το νου τόσο ισχυρά, που δρα σχεδόν αυτόματα. Αυτή η κατάσταση παθητικής δεκτικότητας ποικίλλει από ελαφρά αφαίρεση, σχεδόν αδιάκριτη από τη φυσιολογική συνείδηση, ως την κατάσταση που μοιάζει με ύπνο ή την καταληπτική ακαμψία της βαθιάς έκστασης. Οι εκδηλώσεις και τα χαρακτηριστικά της είναι πολλαπλά, πολύ παράξενα και διδακτικά, αλλά πέρα από τα πλαίσια του παρόντος έργου.

Οι διάφοροι υπνωτιστές χρησιμοποιούν διαφορετικές μεθόδους για να προκαλέσουν αυτή την κατάσταση, αλλά βασικός παράγοντας σε όλες είναι η σταθεροποίηση και προσέγκυση της προσοχής και η χρήση της υποβολής. Γενικά υποστηρίζεται πως είναι η αυθυποβολή από τη μεριά του υποκείμενου που

προκαλείται από τον υπνωτιστή, η οποία αποτελεί το κρίσιμο μέρος του προβλήματος, και ότι χωρίς αυτή την εσωτερική συνεργασία που έχει συχνά ασυνείδητο και αθέλητο χαρακτήρα, η εργασία θα ήταν αναποτελεσματική.

Η ύπνωση είναι η αρχαιότερη γνωστή μέθοδος ψυχοθεραπείας και, σε συνδυασμό με την ψυχανάλυση, ξαναέρχεται στο προσκήνιο για τη θεραπεία νευρωτικών περιπτώσεων, ιδιαίτερα εκείνων που προκλήθηκαν από τις εμπειρίες του πολέμου.

Ο όρος υποβολή τείνει να χρησιμοποιείται κάπως απερίσκεπτα, για να δηλώσει μια έννοια που προσφέρει κάποιος σε έναν άλλο, αλλά με την ψυχολογική έννοια χρησιμοποιείται υποδηλώνοντας εκείνες τις ιδέες που εισέρχονται στο νου ενός ατόμου χωρίς να υπόκεινται στην κρίση του. Ωστόσο, σαν ψυχοθεραπευτικός όρος αναφέρεται στη διαδικασία εισδοχής ιδεών στο νου, ενώ ο ασθενής βρίσκεται σε μια τεχνητή ημιυπνωτική κατάσταση, αλλά όχι ασυνείδητος σε βαθιά ύπνωση.

Η αυθυποβολή, ή εμφύτευση ιδεών στο ασυνείδητο από το συνειδητό νου του ατόμου, ανάχθηκε σε θεραπευτικό σύστημα από τη νέα ψυχολογική σχολή Νάνσι* και σχετίζεται με τον Εμίλ Κουέ. Αυτή η σχολή υποστηρίζει πως η δυνατότητα υποβολής και

* Σ.τ.μ. Nancy School: Μια ομάδα ψυχιάτρων του 19ου αιώνα με αρχηγό τον Ιππόλυτο Μ. Μπερνχάιμ (Hippolyte M. Bernheim), οι οποίοι υποστήριζαν ότι η κατάσταση συνείδησης στην οποία σε εισάγει η ύπνωση, είναι μάλλον προέκταση μιας φυσιολογικής στάσης υψηλής επήρειας παρά μια αφύσικη που αγγίζει την υστερία, όπως ισχυρίζονταν αρκετοί άλλοι.

η ικανότητα άφησης των ιδεών να καταλαμβάνουν το νου τόσο ώστε να εκφράζονται με δράση, είναι φυσιολογική ανθρώπινη λειτουργία. Παρόλο που μπορεί να θεωρηθεί η αιτία πολλών ή ακόμη και των περισσότερων από τις ασθένειες που κληρονομεί ο νους και το σώμα, ωστόσο δεν πρόκειται για νοσηρή κατάσταση, αλλά για έναν απαραίτητο παράγοντα εκπαίδευσης· το κακό προέρχεται μόνο όταν λάθος ιδέες διαστρεβλώνουν αυτή την ικανότητα. Μπορούμε βέβαια το ίδιο εύκολα να τη χρησιμοποιήσουμε για να εκφράσουμε θετικές ιδέες, προς μεγάλο όφελος του χαρακτήρα και της υγείας μας. Η υποβολή και σε δύσκολες περιπτώσεις η ύπνωση, χρησιμοποιήθηκαν από τη σχολή Νάνσι, όχι σαν άμεσες θεραπευτικές μέθοδοι, αλλά για τη διδασχή της χρήσης της αυθυποβολής, με την οποία ο ασθενής θεραπεύεται μόνος του και είναι ικανός να αποτρέψει κάθε υποτροπή της ασθένειάς του. Υποστηρίχθηκε πως αυτή η μέθοδος αυξάνει την αυτοπεποίθηση ενός ατόμου αντί να την εκμηδενίζει και έχει μέγιστη αξία όχι μόνο σαν θεραπευτικό μέσο, αλλά τονίστηκε ιδιαίτερα η χρήση της σαν εκπαιδευτική μέθοδος. Όμως, παρά την αναγνωρισμένη αξία της στη θεραπεία της ασθένειας, δεν αποκλείεται η περίπτωση να καταλήγει σε μηχανοποίηση και διαστρέβλωση της φύσης ενός ατόμου, αν εφαρμοστεί σε κάποιον εξελισσόμενο νου που αναπτύσσεται σε φυσιολογικά πλαίσια. Αυτή η παγίδα αποφεύγεται μόνο με επιδειξιότατη καθοδήγηση.

Είναι αδύνατο για ένα βιβλίο αυτού του χαρακτήρα να αναφερθεί ιδιαίτερα στις ψυχοθεραπευτικές με-

θόδους που έχουν κάποια πρακτική αξία· αν επιθυμεί κάτι τέτοιο ο αναγνώστης, πρέπει να ανατρέξει στα πολλά ειδικά για το αντικείμενο κείμενα. Είναι απαραίτητο όμως να γίνει κατανοητό πως οι σύγχρονες μέθοδοι προσέγγισης του νου είναι πάρα πολύ ισχυρές και η αλόγιστη χρήση τους μπορεί να καταρρακώσει κάποια ιδιοσυγκρασία. Μια γνώση φυσικά των αρχών της νοητικής υγιεινής είναι ευεργετική, αλλά καλό είναι να αποφεύγεται η πρακτική εφαρμογή στις νοητικές ή νευρικές ασθένειες από τον ερασιτέχνη. Όποια και να είναι η θεωρητική κατάρτιση, ακρίβεια στη διάγνωση παρέχει μόνο η πρακτική εμπειρία της εργασίας στο άσυλο και το νοσοκομείο. Τα πρώτα στάδια ορισμένων όψεων τρέλας διαχωρίζονται πολύ δύσκολα από τα νευρικά προβλήματα, ακόμη και από τον έμπειρο, και ο ερασιτέχνης που από λάθος εφαρμόζει την απειρία του σε μια τέτοια περίπτωση, τείνει να εντυπώσει οδυνηρά και βίαια το λάθος στο νου του.

Η ψυχοθεραπεία είναι η νεότερη των επιστημών και σε κατάσταση σθεναρής και υγιούς ανάπτυξης, αλλά ως τώρα δεν υπάρχει κάποιος αντικειμενικός φορέας που να θεωρείται απόλυτα τεκμηριωμένος και αποδεκτός από όλες τις σχολές σκέψης. Ο αρχάριος αναγνώστης, στον οποίο απευθύνεται αυτό το βιβλίο, καλά θα κάνει να φυλάγεται από δογματικές γνώμες που του παρουσιάζονται είτε σε διαλέξεις είτε σε βιβλία, επειδή η γνώση μας δεν είναι σε κατάσταση να εγγυηθεί για αυτές. Μάθαμε πολλά, αλλά δε γνωρίζουμε τα πάντα και ώσπου να μάθουμε περισσότερα πρέπει να έχουμε το νου ανοιχτό μα και την κρίση

μας ευαισθητοποιημένη. Αυτή η προειδοποίηση κρίνεται απαραίτητη λόγω της μεγάλης λαϊκής απήχησης που έχει η εφαρμοσμένη ψυχολογία, με αποτέλεσμα να γίνει αντικείμενο εκμετάλλευσης από άσχετους. Δεν υπάρχει «μία και μοναδική αλήθεια» από έναν προφήτη σε κάποιο βουνό, αλλά ένας σοβαρός σύνδεσμος ανδρών και γυναικών που προσθέτουν πέτρα στην πέτρα, στο ναό της ανθρώπινης γνώσης.

Οι διάφορες μέθοδοι ψυχοθεραπείας που παρουσιάστηκαν εδώ έχουν όλες μαζί και ξεχωριστά καθεμιά την αξία τους, αλλά καμιά δεν είναι η πανάκεια για όλες τις ασθένειες. Η ψυχολογική επιστήμη βρίσκεται στο νηπιακό της στάδιο και σίγουρα τα ποσοστά θεραπείας δεν είναι ικανοποιητικά. Δεν υπάρχει κάποιο συγκεκριμένο εκπαιδευτικό σύστημα για γιατρούς ή ερασιτέχνες αναλυτές και δεδομένου ότι οι σύγχρονες σχολές δίνουν μεγάλη έμφαση στο θέμα του σεξ, αυτή η μέθοδος ανοίγει την πόρτα σε βαριές καταχρήσεις όταν χρησιμοποιηθεί από άπειρα και ακάθαρτα χέρια.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XXIII

Η ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

Όσοι διάβασαν τις προηγούμενες σελίδες, θα πρόσεξαν πως ταξινομούνται σε μερικές πλατιές υποδιαιρέσεις. Ας δούμε τώρα αυτές τις υποδιαιρέσεις στη σχέση τους με την πρακτική τέχνη της ζωής.

Η πρώτη μεγάλη υποδιαίρεση που μελετήσαμε ασχολείτο με τα επίπεδα που διαιρείται ο νους και τους τρόπους σκέψης που αντιστοιχεί στο καθένα. Με αυτά τα επίπεδα και τις σχέσεις τους συνδέονται στενά τα επίπεδα της μνήμης και της συγκέντρωσης κάθε ανθρώπου. Αν κάποια ιδέα, αφού εισέλθει στο νου, εξαφανιστεί στο ασυνείδητο, λέμε πως ξεχάστηκε και θεωρείται χαμένη. Όπως είδαμε, βέβαια, δε συμβαίνει κάτι τέτοιο. Αποθηκεύεται στο ασυνείδητο και μπορούμε να τη χρησιμοποιήσουμε έστω και αν δεν έχουμε άμεση πρόσβαση σε αυτή. Υπάρχει μια παλιά ιστορία σχετικά με τη συμβουλή που δόθηκε σε κάποιο νεοδιορισμένο δικαστή: «Ανακοίνωσε την απόφασή σου, μάλλον είναι σωστή· μην ανακοινώνεις τους λόγους που σε οδήγησαν σε αυτή, γιατί μάλλον θα είναι λάθος». Είναι σαν να του έλε-

γαν: «Άφησε το ασυνείδητο να επεξεργαστεί την απόφαση στο φως του τεράστιου πλήθους στοιχείων που περιέχει, συμπεριλαμβανόμενης και της πιστής αναπαραγωγής κάθε νομικού βιβλίου που έχεις διαβάσει, κάθε έστω τυχαίας παρατήρησης που έχεις ακούσει, μαζί με τη συμπυκνωμένη εμπειρία που έχει αφήσει κληρονομιά η φυλή σου και πιθανά θα είναι σωστή. Αν όμως προσπαθήσεις να εκλογικεύσεις την απόφαση, να την ερμηνεύσεις με όρους της συνειδητής σου γνώσης, ίσως λαθέψεις, επειδή ο συνειδητός νους σου ούτε πλησιάζει το πλήθος της γνώσης του ασυνείδητου».

Αν μαθαίναμε να εμπιστευόμαστε τις ασυνείδητές μας μεθόδους σκέψης, θα εκπλησσόμαστε ανακαλύπτοντας για το τι είναι ικανές. Η ιδιοφυία μπορεί να οριστεί σαν η δύναμη χρήσης του ασυνείδητου νου και η έμπνευση σαν μια ασυνείδητη ανάβλυση.

Η μνήμη μπορεί να βελτιωθεί πολύ εκμεταλλευόμενοι την ικανότητα του συνειρμού των ιδεών, ικανότητα στην οποία βασίζονται τα διάφορα συστήματα ανάπτυξης της μνήμης. Αν πάρουμε μια ιδέα που θέλουμε να θυμόμαστε και τη φανταστούμε καθαρά σε σχέση με κάποια αντίστοιχη ιδέα, με την οποία είμαστε τόσο εξοικειωμένοι ώστε να αποτελεί μόνιμο τμήμα της νοητικής μας οργάνωσης, τότε αυτές οι δύο θα συνδεθούν αναπόσπαστα και θα μπορούμε πάντα να χρησιμοποιούμε τη δεύτερη για να καλέσουμε την πρώτη.

Τα ένστικτα, η ανάπτυξή τους και η μέθοδος λειτουργίας τους αποτελούν μια δεύτερη μεγάλη υποδιαίρεση του θέματός μας. Είναι φανερό πως πρέπει

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XXIII

Η ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

Όσοι διάβασαν τις προηγούμενες σελίδες, θα πρόσεξαν πως ταξινομούνται σε μερικές πλατιές υποδιαιρέσεις. Ας δούμε τώρα αυτές τις υποδιαιρέσεις στη σχέση τους με την πρακτική τέχνη της ζωής.

Η πρώτη μεγάλη υποδιαίρεση που μελετήσαμε ασχολείτο με τα επίπεδα που διαιρείται ο νους και τους τρόπους σκέψης που αντιστοιχεί στο καθένα. Με αυτά τα επίπεδα και τις σχέσεις τους συνδέονται στενά τα επίπεδα της μνήμης και της συγκέντρωσης κάθε ανθρώπου. Αν κάποια ιδέα, αφού εισέλθει στο νου, εξαφανιστεί στο ασυνείδητο, λέμε πως ξεχάστηκε και θεωρείται χαμένη. Όπως είδαμε, βέβαια, δε συμβαίνει κάτι τέτοιο. Αποθηκεύεται στο ασυνείδητο και μπορούμε να τη χρησιμοποιήσουμε έστω και αν δεν έχουμε άμεση πρόσβαση σε αυτή. Υπάρχει μια παλιά ιστορία σχετικά με τη συμβουλή που δόθηκε σε κάποιο νεοδιορισμένο δικαστή: «Ανακοίνωσε την απόφασή σου, μάλλον είναι σωστή· μην ανακοινώνεις τους λόγους που σε οδήγησαν σε αυτή, γιατί μάλλον θα είναι λάθος». Είναι σαν να του έλε-

γαν: «Άφησε το ασυνείδητο να επεξεργαστεί την απόφαση στο φως του τεράστιου πλήθους στοιχείων που περιέχει, συμπεριλαμβανόμενης και της πιστής αναπαραγωγής κάθε νομικού βιβλίου που έχεις διαβάσει, κάθε έστω τυχαίας παρατήρησης που έχεις ακούσει, μαζί με τη συμπυκνωμένη εμπειρία που έχει αφήσει κληρονομιά η φυλή σου και πιθανά θα είναι σωστή. Αν όμως προσπαθήσεις να εκλογικεύσεις την απόφαση, να την ερμηνεύσεις με όρους της συνειδητής σου γνώσης, ίσως λαθέψεις, επειδή ο συνειδητός νους σου ούτε πλησιάζει το πλήθος της γνώσης του ασυνείδητου».

Αν μαθαίναμε να εμπιστευόμαστε τις ασυνείδητές μας μεθόδους σκέψης, θα εκπλησσόμαστε ανακαλύπτοντας για το τι είναι ικανές. Η ιδιοφυία μπορεί να οριστεί σαν η δύναμη χρήσης του ασυνείδητου νου και η έμπνευση σαν μια ασυνείδητη ανάβλυση.

Η μνήμη μπορεί να βελτιωθεί πολύ εκμεταλλεόμενοι την ικανότητα του συνειρμού των ιδεών, ικανότητα στην οποία βασίζονται τα διάφορα συστήματα ανάπτυξης της μνήμης. Αν πάρουμε μια ιδέα που θέλουμε να θυμόμαστε και τη φανταστούμε καθαρά σε σχέση με κάποια αντίστοιχη ιδέα, με την οποία είμαστε τόσο εξοικειωμένοι ώστε να αποτελεί μόνιμο τμήμα της νοητικής μας οργάνωσης, τότε αυτές οι δύο θα συνδεθούν αναπόσπαστα και θα μπορούμε πάντα να χρησιμοποιούμε τη δεύτερη για να καλέσουμε την πρώτη.

Τα ένστικτα, η ανάπτυξή τους και η μέθοδος λειτουργίας τους αποτελούν μια δεύτερη μεγάλη υποδιαίρεση του θέματός μας. Είναι φανερό πως πρέπει

να αντιμετωπίζουμε τη ζωή σε σχέση με τα ένστικτα και όχι με το νου, αλλά δεν πρέπει να ξεχνάμε πως και τα ένστικτα εξελίσσονται, ή μάλλον τροποποιούνται στην έκφρασή τους, από την πίεση των νέων συνθηκών και στην πορεία της εξέλιξής τους κοινωνικοποιούνται και εκπολιτίζονται σταθερά· άρα, αν και πρέπει να συνειδητοποιήσουμε πως στην πρωταρχική όψη τους βρίσκονται στη βάση της ύπαρξής μας, στην εξελιγμένη όψη τους λειτουργούν και στην περιφέρεια· προκειμένου λοιπόν να ζήσουμε ωραία, οφείλουμε να εναρμονίσουμε τις εκδηλώσεις τους σε κάθε επίπεδο της ύπαρξής μας.

Η τρίτη και σημαντικότερη υποδιαίρεση, από την άποψη της πρακτικής της ζωής, είναι αυτή που ασχολείται με τους μηχανισμούς με τους οποίους ο νους προσαρμόζεται στο περιβάλλον του. Σκοπός μας πρέπει να είναι η επίτευξη προσαρμογής στο συνειδητό νου απορροφώντας και αφομοιώνοντας κάθε εμπειρία, συνειδητοποιώντας ότι μπορούμε να μάθουμε τα μαθήματά μας από το κακό, όπως και από το καλό, και πως κάθε εμπειρία, έστω και κακή, από την οποία παίρνουμε κάποιο μάθημα, μεταστοιχειώνεται από δηλητήριο σε τροφή.

Αν και είναι απαραίτητο μερικοί τύποι ιδεών να απωθούνται για να μη μετατραπούν σε δράση, ας μην ξεχνάμε ποτέ πως η απώθηση δεν υπονοεί απαραίτητα διάσχιση, κάτι που αναμφισβήτητα είναι κακό. Ποτέ δε θα υπάρξει διάσχιση αν είμαστε τίμιοι με τον εαυτό μας. Όταν αρνούμαστε να παραδεχθούμε ακόμη και στον εαυτό μας πως η φύση μας κατέχει ορισμένες αρχέγονες όψεις, εμποδίζουμε τις ιδέες

που σχετίζονται με αυτές να συνδεθούν με την προσωπικότητά μας και να πάρουν τη θέση τους στη νοητική μας ζωή· έτσι μετατρέπονται σε ξένα σώματα για το νου, με την τεχνική ονομασία διχασμένα συμπλέγματα που λειτουργούν ανεξάρτητα από το κύριο εγωικό σύμπλεγμα.

Αντί να υιοθετούμε αυτή τη στάση, ας αναγνωρίσουμε στη φύση μας αυτά τα πρωτόγονα ερεθίσματα· όταν οι εκδηλώσεις τους παρεμβαίνουν, ευγενικά αλλά σταθερά ας τις βάζουμε στη θέση τους και ας βεβαιωνόμαστε πως δεν παίρνουν το πάνω χέρι.

Ας μην ξεχνάμε την τεράστια δύναμη της αυθυποβολής, επειδή ο ασυνείδητος νους τείνει να μετατρέπει σε δράση κάθε εικόνα που του παρουσιάζεται αρκετά έντονα, ιδιαίτερα όταν είναι συγκινησιακά φορτισμένη. Ας προσέχουμε λοιπόν πολύ το είδος των εικόνων στο οποίο εστιάζομαστε σταθερά, από φόβο ή επιθυμία, γιατί θα διαμορφώσουν τη ζωή μας και τις συνθήκες της σε τέτοια έκταση που ελάχιστα συνειδητοποιούμε.

Η όλη προσπάθειά μας πρέπει να είναι η διατήρηση της συνοχής της προσωπικότητας, η αποτροπή κάθε διάσπασης συμπλεγμάτων ιδεών και η συνεχής παρατήρηση των ενστίκτων που πηγάζουν από τα βαθύτερα πεδία της ύπαρξής μας, ώστε να βρίσκουν τις διόδους τους καθαρές και ανεμπόδιστες και να ρέουν επιδρώντας στα ανώτερα πεδία της ζωής.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ XXIV

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Έχει λεχθεί πως ακόμη και για το πιο μακρινό αστέρι δεν υπάρχει ίχνος γνώσης που αργά ή γρήγορα να μη βρεθεί ότι έχει την επίδρασή του στα προβλήματα της ανθρώπινης ζωής. Και ερχόμαστε στο ερώτημα για το ποια είναι η συνεισφορά της επιστήμης της ανθρώπινης φύσης στην επίλυση των καθημερινών μας προβλημάτων.

Η πρακτική εφαρμογή της ψυχολογίας έχει ορισμένες ευδιάκριτες σφαίρες λειτουργίας. Η συμβολή της στην εκπαίδευση έχει αναγνωριστεί από καιρό και έχει γίνει πολλή αξιόλογη δουλειά στη μελέτη του παιδικού νου. Η πρακτική αξία της ψυχολογίας της κούρασης σε σχέση με την παραγωγικότητα στην εργασία αναγνωρίστηκε σαν τομέας της εφαρμοσμένης επιστήμης. Ο τομέας των κοινωνικών προβλημάτων περιμένει από καιρό να εξερευνηθεί και αναμφίβολα η μελέτη της ψυχολογίας του εγκληματία και του άνεργου θα έχει αποτελέσματα τεράστιας κοινωνικής αξίας.

Προς το παρόν η προσοχή εστιάζεται στον τομέα της ψυχοπαθολογίας. Κανείς δεν αμφισβητεί τα ανε-

κτίμητης αξίας αποτελέσματα που επιτυγχάνονται σε αυτό τον τομέα. Η αξία του όμως δεν περιορίζεται μόνο στην ανακούφιση της ασθένειας, αλλά –καθώς η έρευνα εμβαθύνει– και στις συνθήκες που προκαλούν την ασθένεια. Όπως η επιστήμη της παθολογίας μας έδωσε την επιστήμη της υγιεινής, η μελέτη των νοητικών ασθενειών μας δείχνει το δρόμο για υγιέστερη σκέψη. Μας διδάσκει πως κάθε αφύσικη στάση προς τη ζωή θα προκαλέσει νοητική δυσανεμία, αν όχι πραγματική ασθένεια. Όπως η αναπτυσσόμενη διάνοια οδήγησε τον άνθρωπο μακριά από τις πρωτόγονες συνθήκες, όπου τα ένστικτα ήταν επαρκείς οδηγοί, έτσι και τώρα πρέπει να εφαρμόσει τη λογική του στα νέα προβλήματα που προκαλούν οι καινούργιες συνθήκες και να μην αφήνει τη λύση τους στα ένστικτα που ταιριάζουν σε απλούστερες μορφές λειτουργίας. Το ένστικτο της μαχητικότητας ή το ένστικτο της φυγής δε θα καθοδηγήσουν τους ελιγμούς ενός σύγχρονου στρατού, ούτε οι πρωτόγονες ωθήσεις θα καταστήσουν ικανό τον άνθρωπο να ζήσει ήσυχα και ευτυχισμένα σε συνθήκες που δόμησαν οι σύνθετες νοητικές διαδικασίες –όπως μαρτυρά η τρομακτική υπεροχή των άλυτων σεξουαλικών προβλημάτων πίσω από το χαρωπό θέαμα του πολιτισμού μας. Τα δυο τρίτα, αν όχι περισσότερο, των νευρικών προβλημάτων οφείλονται στις προσπάθειες κάποιου πρωτόγονου ενστίκτου να λειτουργήσει κάτω από πολιτισμένες συνθήκες και στην αποτυχία του να προσαρμοστεί. Είναι ανάγκη να βγάλουμε τα ένστικτά μας από την περιοχή του ασυνείδητου και να χρησιμοποιήσουμε τη λογική μας για να λυθούν

τα προβλήματα που μας πιέζουν.

Θα έγινε φανερό πως σε όλη την έκταση του βιθλίου το βάρος δόθηκε στη λειτουργία και δραστηριότητα όσων επίπεδων του νου βρίσκονται κάτω από το κατώφλι της συνείδησης και καταδείχθηκε πως τα ένστικτα και όχι ο νους είναι το κλειδί για τον ανθρώπινο νου. Παρουσιάστηκε, επίσης, ότι ο νους βρίσκεται σε κατάσταση εξέλιξης και πως η λογική, σαν η πιο πρόσφατή του ανάπτυξη, έχει ίση βιολογική σημασία με τα ένστικτα του σεξ και της αυτοσυντήρησης και ακόμη ότι δεν μπορούμε να αγνοούμε τις ανώτερες ιδιότητες του ανθρώπινου νου περισσότερο από όσο μπορούμε να αρνηθούμε την αληθινή τους θέση στον πρωτόγονο.

Με λίγα λόγια, ο πρωτόγονος βρίσκεται στη βάση της ύπαρξής μας, αλλά στην κορυφή στέκεται ο θείος άνθρωπος· εμείς, καθώς ανεβαίνουμε, βρισκόμαστε σε μεταβατική κατάσταση όπου το ασυνείδητο και το υπερσυνείδητο δε συνεργάζονται ακόμη με το συνειδητό νου. Δε βλέπουμε το παρελθόν ούτε το μέλλον μας, παρά μόνο σε αμυδρές ονειρικές και οραματικές εικόνες, από την αβέβαιη λάμψη της διαίσθησης μάλλον και όχι από το καθαρό φως της λογικής, ενώ καμιά λύση ανθρώπινου, κοινωνικού ή ψυχολογικού προβλήματος δεν έχει αξία αν δεν αναφέρεται στο μέλλον μα και στο παρελθόν. Μέχρι τώρα η ψυχολογία αναζήτησε τα πρότυπά της στο πρωτόγονο και υπανθρώπινο, ξεχνώντας πως το άνθος της ανθρωπότητας είναι ένα φυσικό προϊόν, μαζί με τα ζιζάνιά της· πως θρησκεία, αγνότητα και ιδεαλισμός είναι μέρη της ανθρώπινης φύσης, όπως και αυτά τα

πρωτόγονα ένστικτα που προκάλεσαν ανείπωτα εγκλήματα. Μια ψυχολογία που αναφέρεται στο παρελθόν μπορεί να μας δείξει τις αιτίες, αλλά μόνο η ψυχολογία που αναφέρεται στο μέλλον μπορεί να προσφέρει θεραπείες. Η εξέλιξη δε σταμάτησε την πρόοδό της όταν δημιούργησε τον άνθρωπο των σπηλαίων να φυλά την οικογένειά του, αλλά ανέπτυξε τον «Οργανισμό Διάσωσης των Παιδιών», ο οποίος συμπαραστάθηκε σε πολλά αβοήθητα παιδιά.

Η ψυχολογία που βασίζει τη φιλοσοφία της στην επιστροφή στον πρωτογονισμό, ιδιαίτερα δε αν αυτή η ψυχολογία επιχειρεί να λύσει ανθρώπινα προβλήματα ατομικά ή συλλογικά, παραμελεί το στοιχείο της εξέλιξης. Γνωρίζουμε πως η ζωή ξεκίνησε στη θάλασσα και πως τα νεογνά πολλών ειδών περνούν ακόμη την πρώτη φάση της ζωής τους στο νερό. Όταν όμως βγήκαν στη στεριά και τα βράγχια έγιναν πνεύμονες, σταμάτησαν να είναι υδρόβια πλάσματα και τα ίχνη της καταγωγής τους έπαψαν να είναι λειτουργικά· και ο βάτραχος μπορεί να πνιγεί το ίδιο εύκολα με κάθε άλλο πλάσμα που αναπνέει αέρα, παρά το γεγονός ότι στο παρελθόν υπήρξε γυρίνος. Έτσι και η ανθρώπινη ψυχή στην πορεία της εξέλιξής της έχει αναντίρρητα περάσει από μια πρωτόγονη φάση, αλλά αν, στην προσπάθεια θεραπείας κάποιας λανθασμένης ανάπτυξης, ριχτεί ξανά σε αυτή τη φάση παρόλο που εξελίχτηκε σε κάποια ανώτερη, θα χαθεί όσο σίγουρα θα πνιγεί ο βάτραχος κάτω από το νερό. Σκοπός της ψυχοθεραπείας δεν πρέπει να είναι η παλινδρόμηση του νου στα πρωτόγονα στοιχεία και τρόπο σκέψης, αλλά να βοηθήσει την ανθρωπό-

τητα στη μετάβασή της από το κατώτερο στο ανώτερο. προς το οποίο μας ωθεί η εξέλιξη είτε το θέλουμε είτε όχι. Προσαρμογή στο περιβάλλον είναι το κλειδί για τη ζωή και το περιβάλλον στο οποίο το άτομο πρέπει να βοηθηθεί –αν χρειάζεται βοήθεια– για την προσαρμογή του δεν είναι αυτό που από γενιά σε γενιά μας βυθίζει όλο και πιο πολύ στο παρελθόν, αλλά εκείνο το μελλοντικό που ώρα με την ώρα γίνεται παρόν και από το οποίο δεν υπάρχει διαφυγή.

Η ψυχοθεραπεία οφείλει να επεξεργαστεί το τόξο που διαγράφει η εξέλιξη και να δείξει το δρόμο στους περιπλανώμενους της φυλής. Είναι επικίνδυνη και μάταιη η φιλοσοφία που προτείνει την επιστροφή στο παρελθόν σαν διαφυγή από το παρόν.

Η γεωλογία, η ζωολογία, η κοινωνιολογία και η συγκριτική ψυχολογία μας δείχνουν την εξέλιξη του απλού σε σύνθετο, από τον άνθρωπο των σπηλαίων με τις ελάχιστες ανάγκες και προβλήματα, στις περίπλοκες συνθήκες μιας σύγχρονης βιομηχανικής κοινωνίας. Σε αυτό το μικρό τμήμα του εξελικτικού τόξου, με το οποίο είμαστε τόσο στενά συνδεδεμένοι, ο κύριος παράγοντας είναι το ένστικτο της αγέλης που μας πιέζει διαρκώς προς την πληρέστερη κοινωνικοποίηση της ανθρωπότητας. Κάθε προσαρμογή που επιχειρεί το άτομο, πρέπει να σχετίζεται με την ολότητά του σαν κοινωνική μονάδα και όχι με τις ανάγκες του σαν μοναδικό άτομο.

Η διαγνωστική και περιγραφική ψυχολογία πρέπει να διαχωρίζεται από τη θεραπευτική ψυχολογία, στην οποία ελάχιστα πετύχαμε. Η έρευνα του άρρωστου νου από μόνη της δε θα προσφέρει το κλειδί για

μια υγιή ζωή· πρέπει νὰ μελετήσουμε κοινωνική μαζί με την ατομική ψυχολογία, επειδή ο άνθρωπος είναι κοινωνικό ον και οι νοητικές του διαδικασίες καθορίζονται από αυτό το γεγονός· όποια προσαρμογή κάνει –και προσαρμογή είναι η βάση της ψυχοθεραπείας– πρέπει να σχετίζεται με την κοινωνική του ομάδα, αλλά και με τις ασυνείδητες επιθυμίες του. Δεν αρκεί να έρχονται οι επιθυμίες στο φως της συνείδησης, πρέπει να συντίθενται αρμονικά με την υπόλοιπη προσωπικότητα, την κοινωνική οργάνωση, της οποίας η προσωπικότητα είναι μια μονάδα, και με το μεγάλο εξελικτικό κύμα, του οποίου ακόμη και η φυλή δεν είναι παρά μερική έκφραση. Ίσως η ψυχοθεραπεία αρχίζει με το πρωτόγονο, αλλά πρέπει να τελειώνει με το θείο, επειδή πρόκειται για δύο ενιαίους παράγοντες του ανθρώπινου νου.

Ο ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

«...Ελπίζουμε πως πολλοί θα βρούν εδώ το κλειδί για να ανακαλύψουν κάποιες διεργασίες στη φύση τους και τον τρόπο που κατά καιρούς τους αναστάτωσαν, επειδή μόνο όσοι έχουν τέτοια άλυτα προβλήματα στην καρδιά γνωρίζουν πόσο περιοριστικά και βασανιστικά είναι.

Το βιβλίο δεν αποβλέπει κυρίως στην ταξινομημένη παρουσίαση των στοιχείων της ψυχολογίας, όσο στο να σπείρει μερικές θεμελιώδεις απόψεις στον ανεκπαίδευτο νου, που θα γίνουν οι βάσεις για τις μελλοντικές μελέτες. Για αυτό το σκοπό, η συγγραφέας υιοθέτησε μια εικονική, σχεδόν διαγραμματική μέθοδο παρουσίασης· έτσι θα παρουσιαστεί ένα πλαίσιο γενικών ιδέων στο οποίο αργότερα μπορούν να συντεθούν οι λεπτομέρειες, επειδή αυτός είναι ο καλύτερος τρόπος μεταβίβασης νέων αποψεων σε άτομα ανεκπαίδευτα στις μεταφυσικές έννοιες...»

Dion Fortune