

Για το Νόημα, για την Αβεβαιότητα, για τον Χρόνο στη Θεραπεία. «Συναντήσεις» με ένα Περιοδικό

Σοφία Πέττα, Κοινωνιολόγος (ΜΑ), Συστημική Ψυχοθεραπεύτρια Οικογένειας, Τμήμα Ψυχιατρικής Εφήβων & Νέων – Γ.Ν.Α. «Γ. Γεννηματάς»



Periklis Antoniou Photo

Περίληψη

Κάποιες φορές μοιάζουν τα άρθρα που διαβάζεις σαν *συναντήσεις* με πρόσωπα που συνομιλείς και συνομιλούν μεταξύ τους εγκαθιστώντας συνδέσεις με κοινά σημεία αναφοράς. Έτσι συναντήθηκα κι εγώ με κάποια άρθρα του περιοδικού «*Συστημική Σκέψη και Ψυχοθεραπεία*» (και περιγράφω αυτές τις συναντήσεις ανταποκρινόμενη στην πρόσκληση του επετειακού τεύχους). Τα άρθρα εκείνα έλεγαν: «*Χωρίς νόημα η πραγματικότητα τραυματίζει*». «*Μήπως ο δεσμός και το νόημα μπορεί να είναι τα αντίδοτα στο τραύμα;*» Τι γίνεται όμως με το αβέβαιο του νοήματος; Τι γίνεται σε περιόδους αποσταθεροποίησης της ταυτότητας; Μήπως, τελικά, η αβεβαιότητα της πραγματικότητας που είμαστε ριγμένοι και η απουσία νοήματος μπορεί να μετριαστεί αν αυτή «*η αβεβαιότητα μπορεί να κατανοηθεί ως αποδοχή της πολυπλοκότητας του κόσμου και της άγνοιάς μας*»; Και, ίσως, με αυτή την αποδοχή μπορούμε να διαχειριστούμε το απρόβλεπτο στην οικογενειακή θεραπεία και να σκεφτούμε τη θεραπευτική σχέση. Αρκεί, ίσως, να προσεγγίσουμε το απρόβλεπτο (αυτό το αβέβαιο της θεραπείας) ως μια κομβική στιγμή αλλαγής στον χρόνο της θεραπείας.

Στη *συνάντησή* μου με τα άρθρα του περιοδικού «*Συστημική Σκέψη & Ψυχοθεραπεία*», καθώς αναζητούσα κι εγώ ένα νόημα στη θεραπευτική διεργασία, βρήκα ίχνη ενός απρόβλεπτου-χαμένου-ζανακερδισμένου νοήματος.

Λέξεις-κλειδιά: Συνάντηση, Νόημα, Χρόνος, Αλλαγή, Αβεβαιότητα-Βεβαιότητα, Απρόβλεπτο, Θεραπεία



Για το Νόημα, για την Αβεβαιότητα, για τον Χρόνο στη Θεραπεία. «Συναντήσεις» με ένα Περιοδικό

Για χρόνια δεν ήξερα το περιοδικό.

Για κάποια χρόνια απλώς το διάβαζα.

Σε κάποιον χρόνο «συναντήθηκα» με κάποια άρθρα του και «συναντήθηκαν» και αυτά μεταξύ τους.¹⁰

Λίγο πριν την έναρξη της συστημικής μου εκπαίδευσης άρχισα να το διαβάζω συχνά, δίχως, ωστόσο, τα περιεχόμενα και οι αναφορές των άρθρων να είναι για μένα κάτι περισσότερο από μια γνωριμία με τη συστημική σκέψη.

Υπήρξε, ωστόσο, μια στιγμή στη διάρκεια της εκπαίδευσης που αυτό άλλαξε. Θυμάμαι μια εποπτεία περιστατικού. Πολλά ειπώθηκαν. Τρίγωνα, μορφές επικοινωνίας, ομοιόσταση, το σύμπτωμα, οι συνηχήσεις, συστημικές υποθέσεις κ.λπ. Η επόπτριά στο τέλος επέμενε να σκεφτούμε ποιο είναι το νόημα του συμπτώματος. Τι νόημα δίνουν οι θεραπευόμενοι στην πραγματικότητα που ζουν; Μήπως ζουν την πραγματικότητα χωρίς να αποδίδουν νοήματα; Τι νόημα δίνει ο θεραπευτής; Τι νόημα μπορούμε εμείς να σκεφτούμε όταν υπάρχει κενό νοήματος; Έκτοτε, σαν να άνοιξε μια νέα περιοχή μέσα μου που λεγόταν η «αναζήτηση του (χαμένου) νοήματος στην θεραπεία». Ή «το άγνωστο-γνωστό νόημα» στη θεραπεία.

Λίγο πριν, λίγο μετά, ήρθαν στον νου μου κάποια άρθρα του περιοδικού που είχα διαβάσει. Αρχικά δεν θυμόμουν τους τίτλους, είχαν μείνει μόνο οι λέξεις: *Νόημα, αβεβαιότητα, απρόβλεπτο, άγνοια, χρόνος, πολυπλοκότητα, αλλαγή*. Κάποιες φορές μοιάζουν τα άρθρα που διαβάζεις σαν *συναντήσεις* με πρόσωπα που συνομιλείς και συνομιλούν μεταξύ τους, εγκαθιστώντας συνδέσεις με κοινά σημεία αναφοράς. Τα άρθρα έλεγαν: «Χωρίς νόημα η πραγματικότητα τραυματίζει». «Τα τραυματισμένα άτομα δυσκολεύονται να κατανοήσουν και να νοηματοδοτήσουν τον κόσμο γύρω τους μ' έναν συνεκτικό τρόπο καθώς στερούνται την ικανότητα συναισθηματικής επεξεργασίας των εμπειριών τους» ανέφερε ο Μανωλόπουλος.¹¹ Μήπως «ο δεσμός και το νόημα μπορεί να είναι τα αντίδοτα στο τραύμα;» διερωτώταν η Θανοπούλου.¹² Τι γίνεται, όμως, με το αβέβαιο του νοήματος; Πόσω δε μάλλον, τι γίνεται σε περιόδους αβεβαιότητας και αποσταθεροποίησης της ταυτότητας (ατομικής και συλλογικής) διερωτώταν στο άρθρο του ο Milech.¹³

Μήπως, τελικά, η αβεβαιότητα της πραγματικότητας που είμαστε ριγμένοι, και η απουσία νοήματος μπορεί να μετριάσει αν αυτή η αβεβαιότητα κατανοηθεί «ως αποδοχή της πολυπλοκότητας του κόσμου και της άγνοιας μας;» πρότεινε η Μουρελή.¹⁴ Και, ίσως, με αυτή την αποδοχή μπορούμε να διαχειριστούμε το απρόβλεπτο στην οικογενειακή θεραπεία και να σκεφτούμε την θεραπευτική σχέση,

¹⁰Το παρόν κείμενο αποτελεί ανταπόκριση στο κάλεσμα του περιοδικού «Συστημική Σκέψη & Ψυχοθεραπεία» για το επετειακό τεύχος συμπλήρωσης δέκα ετών από την ίδρυσή του. Στο σύνολό του αντλεί αναφορές από δημοσιευμένα άρθρα της Ευφροσύνης Μουρελή, της Κάτιας Χαραλαμπάκη, της Κίας Θανοπούλου, του Σωτήρη Μανωλόπουλου, και μεταφρασμένα στα ελληνικά άρθρα του Hugh Jenkins και του Titus Milech.

¹¹Μανωλόπουλος, Σ. (2012).

¹²Θανοπούλου, Κ. (2013).

¹³Milech, T. (2016).

¹⁴Μουρελή, Ε. (2015).



έμοιαζε να συμπληρώνουν οι Θανοπούλου-Χαραλαμπάκη.¹⁵ Αρκεί, ίσως, να προσεγγίσουμε το απρόβλεπτο (αυτό το αβέβαιο της θεραπείας) ως μια κομβική στιγμή αλλαγής στον χρόνο και στον συγχρονισμό της θεραπείας. Που μπορεί να κατανοηθεί, όπως το θέτει ο Jenkins, ως μέρος του χρόνου, μια «αγνοημένη “στιγμή”», εντός της οποίας μπορούμε να αντικρύσουμε έναν «*παραγνωρισμένο τρόπο τοποθέτησης της αλλαγής στη θεραπεία*».¹⁶

Μια θεραπευόμενη εκείνη την περίοδο ανέφερε σε κάποια συνεδρία: «*Ποιο είναι το νόημα; Γιατί τα κάνω όλα αυτά; “Τα βλέπω” αυτά που κάνω, ξέρω αυτά που μου έχουν συμβεί, αλλά δεν καταλαβαίνω γιατί τα επαναλαμβάνω. Σαν να προσπαθώ να γράψω μια λέξη στη γραφομηχανή και έχει κολλήσει. Ό,τι γράμμα κι αν πατήσω είναι συνέχεια το ίδιο. Κάνει συνέχεια τον ίδιο ήχο ... νταν νταν νταν... και γράφει συνέχεια το ίδιο γράμμα. Δεν έχει κανένα νόημα*». Το άρθρο του Jenkins για τον χρόνο μου ήρθε ξανά στον νου. Να τη, λοιπόν, παρούσα μέσα σε μια θεραπευτική συνεδρία αυτή η στιγμή του παρελθόντος, «*μια παρατεταμένη μουσική νότα “συνεχώς διατηρημένη στη συνείδηση”, η οποία “παραμένει παρούσα”*». Αυτό «*Το “παχύ” παρόν του Husserl στηρίζει την εμπειρία του παρελθόντος που παραμένει παρόν, το “ταυτόχρονο του μη σύγχρονου”*».¹⁷ Σαν ο παρελθοντικός χρόνος¹⁸ να όριζε με μια ίδια επαναληπτική κίνηση το παρόν και το μέλλον — όμως δίχως νόημα και ψυχική επεξεργασία (δεν δημιουργούσε ιστορία, δεν εντάσσονταν σε μια αφήγηση).¹⁹

Ο μηχανικός αυτός ήχος ήταν σαν μια δίχως νόημα εγγραφή, που έδινε, όμως, τη δυνατότητα να αναδυθεί το ανείπωτο. Άφηνε μια καταγραφή, ένα αποτύπωμα μιας εντύπωσης που δεν μπορούσε να «πιαστεί» ακριβώς, να μεταφραστεί σε μια άλλη εντύπωση με άλλα μέσα (λεκτικά, εικονοπλαστικά, αρχιτεκτονικά κ.λπ.). Το γράμμα δίχως τη λέξη. Επρόκειτο, ίσως, για στοιχεία εμπειρίας χωρίς νόημα. Ο Μανωλόπουλος μας θυμίζει ότι: «*Οι σχέσεις μεταξύ των στοιχείων της εμπειρίας καθίστανται ικανές μέσω των νοημάτων[...] Τα στοιχεία [της εμπειρίας] αναπαρίστανται όταν σχηματίζουν νόημα και παίρνουν μια θέση στον ανθρώπινο κόσμο*».²⁰ Παραπέμποντας, ίσως, στην ηρακλείτεια ρήση: «*Τα μάτια και τα αυτιά είναι κακοί μάρτυρες για τους ανθρώπους που έχουν ψυχές που δεν καταλαβαίνουν*».²¹

Τι συμβαίνει, λοιπόν, όταν υπάρχει κενό νοήματος, όταν υπάρχουν «τυφλά» σημεία της εμπειρίας μας που δεν μπορούν να σχηματίσουν νόημα; Όλοι έχουμε το τυφλό μας σημείο. Και, ίσως, αυτό είναι που καλούμαστε να ανακαλύψουμε στην ψυχοθεραπεία. Τόσο οι θεραπευόμενοι, αλλά κι εμείς ως θεραπευτές στη «συνάντηση» μαζί τους.

¹⁵Θανοπούλου, Κ.-Χαραλαμπάκη, Κ. (2014).

¹⁶Jenkins, H. (2014).

¹⁷Η ανάλυση του H. Jenkins (2014) επεξεργάζεται τις αναλύσεις του Husserl για τον χρόνο.

¹⁸Ο Jenkins (2014) παραπέμπει σε σχετικές διατυπώσεις από τον Αυγουστίνo μέχρι το Burnt Norton του T.S. Eliot. Και, επιπλέον, προτείνει μια ενδιαφέρουσα μεταφορά για το «*πώς το παρόν μπορεί να μολυνθεί τόσο πολύ από παρελθόντα γεγονότα ώστε η αλλαγή να φαντάζει αδύνατη. Μοιάζει με το έντομο που διατηρείται σε ένα ατελείωτο παρόν μέσα στο κεχριμπάρι*».

¹⁹«*Οι επαναλήψεις είναι παρουσιάσεις βιωμάτων σε τωρινές σχέσεις*» αναφέρει ο Μανωλόπουλος(2012).

²⁰ Μανωλόπουλος, Σ. (2012).

²¹Ηράκλειτος, D33 (B107): *Κακοί μάρτυρες άνθρωποι συν όφθαλμοί και ὤτα βαρβάρους ψυχᾶς ἔχόντων.*



Αντλώντας από τον Bateson, η Μουρελή υπενθυμίζει ότι «οι νόμοι του σύμπαντος είναι βαθιά κρυμμένοι μέσα στα μάτια μας».²² Θυμίζει ότι είμαστε βουτηγμένοι στην άγνοια και δεν την βλέπουμε — κυρίως στην αντίληψή μας για τις διαπροσωπικές μας σχέσεις. Συσχετίζει μετωπικά αυτή την άγνοια με ένα οφθαλμολογικό εύρημα που ονομάζεται «σκότωμα». Μια οφθαλμολογική ανωμαλία, ένα κενό στο οπτικό πεδίο που περνάει απαρατήρητο καθώς κοιτάμε τον κόσμο γύρω μας. Το γεγονός ότι, συνήθως, δεν αντιλαμβανόμαστε αυτό το τυφλό σημείο, οφείλεται στο ότι ο εγκέφαλος υποκαθιστά το συγκεκριμένο κενό της όρασης με δεδομένα που συλλέγει από την ευρύτερη οπτική περιοχή αλλά και από το άλλο μάτι.²³

Η Μουρελή εισάγει μια ενδιαφέρουσα μεταφορά. Υποστηρίζει ότι αυτό το τυφλό σημείο στο κέντρο του ματιού μας μπορεί να ιδωθεί ως μια αναλογία του τρόπου που αντιλαμβανόμαστε τις σχέσεις μας, έναν τρόπο, δηλαδή, να βλέπουμε τον άλλον, αλλά να μην βλέπουμε τη δική μας συμπεριφορά προς αυτόν. Σημειώνει ότι, ίσως, η απάντηση στην, τρόπον τινά, «μη συνειδητή τυφλότητά μας» μπορεί να βρίσκεται στη *συνάντηση* με τους άλλους. Η σχέση με τους άλλους μπορεί να μας ανατροφοδοτήσει αναστοχαστικά με πληροφορίες για την επίδραση της δικής μας συμπεριφοράς στα συστήματα των σχέσεων που συμμετέχουμε. Και μπορεί να συμπληρώσει τα κενά στα τυφλά μας σημεία. Η συνάντηση θεραπευτή και θεραπευόμενου σε μια ψυχοθεραπεία μπορεί κι εκείνη να πάρει μια τέτοια κατεύθυνση. Και η δική μου συνάντηση με τα άρθρα του περιοδικού νομίζω ότι έπαιρνε και παίρνει ακόμη, φορές φορές, μια ανάλογη πορεία.

«Συναντήθηκα» με την αναφορά του άρθρου της Μουρελή στο πλαίσιο μιας θεραπευτικής συνάντησης. Η θεραπευόμενη, με ιστορικό σεξουαλικής παρενόχλησης μέσα στο οικογενειακό περιβάλλον, μιλούσε για δυσκολίες σωματικές με κεφαλαλγίες και ημικρανίες. «Έχω συχνά ημικρανίες. Ταλαιπωρούμαι πολύ γιατί δεν μπορώ να περπατήσω. Είναι φορές που δεν βλέπω τίποτα. Πάσχω από “σπινθηροβλοσκότωμα”». Νόμιζα ότι παράκουσα, ότι επρόκειτο για κάποιο δικό μου ολισθήμα. Σκότωμα²⁴ και μάλιστα σπινθηροβόλο; Τι ήταν αυτό που δεν είναι, απλώς, σκότωμα, αλλά σκοτεινό και φωτεινό μαζί; Αναζητώντας πληροφόρηση, διάβασα ότι πρόκειται για μια περιοχή θολής όρασης που περιβάλλεται από σπινθηροβόλες τεθλασμένες γραμμές ή σημεία. Σαν «τυφλά» σημεία που μοιάζει να τρεμοπαίζουν μεταξύ φωτός και σκότους, όπως τρεμόπαιζε και η θέαση του τραύματος της οικογενειακής παρενόχλησης στην ιστορία της θεραπευόμενης. Σκεφτόμουν αν η στιγμή που το φέρνει στη θεραπεία ήταν μια στιγμή που ταλαντεύεται μεταξύ νοήματος και κενού νοήματος, γνώσης και άγνοιας, βεβαιότητας και αβεβαιότητας. Μήπως αυτό το τρεμόπαιγμα των αντιθέτων (το σκοτάδι και το φως), το οποίο συνέδεε η θεραπευόμενη με το σπινθηροβόλο σκότωμα, ήταν μια στιγμή μέσα στη θεραπευτική συνάντηση που επέτρεπε την κίνηση προς το συνειδητό και την αποσύνδεση των ήδη γνωστών νοημάτων από μελλοντικές προσδοκίες νοήματος;

Σκεφτόμουν ότι η *χρονική* στιγμή που το φέρνει στη θεραπεία μπορεί να ήταν, πράγματι, μια στιγμή *αλλαγής* — όμοια με αυτήν που επεξεργάζεται ο H. Jenkins στο

²²Μουρελή, Ε. (2015).

²³ Ένα αντίστοιχο «τυφλό» στη γλώσσα, ίσως να είναι τα lapsus, οι γλωσσικές ολισθήσεις ή παραπράξεις, που κι εκείνα υποκαθιστούν μια λέξη με μια άλλη, ένα κενό μιας λέξης στη μνήμη μας με μια άλλη λέξη κ.λπ.

²⁴Το άκουσμα της λέξης παραπέμπει σε σκοτάδι, σκότος αλλά και σκότωμα,θάνατο.



άρθρο του.²⁵ Υποστηρίζει ότι το νόημα που αποδίδει κανείς στην εμπειρία του μπορεί να αλλάξει μόνο αν βρεθεί στη θεραπεία σε μια «*αόρατη στιγμή... έξω από τον χρόνο*» (όπως αυτή που απαντάται στον *Παρμενίδη* του Πλάτωνα).²⁶ Δηλαδή, σε μια «στιγμή» που μοιάζει αντιφατική: «*Σε κανέναν χρόνο*» ενώ «*μετέχ[ει] του χρόνου*». Ή, διαφορετικά, σε ένα «παρόν» που περιέχει το «όχι πια» και «όχι ακόμη».²⁷ Και, ίσως, είναι αυτή η «στιγμή», αυτή η τομή του παρόντος χρόνου που προωθεί την αλλαγή στη θεραπεία, καθώς μπορεί να διαχωρίζει, να «*αποσυνδέει το προηγουμένως γνωστό από ένα μετέπειτα άγνωστο*».²⁸ Μια στιγμή «εξαίρεσης» στην οποία είναι δυνατόν να αναδυθούν νέα θέματα, ένα άλλο νόημα, μια άλλη κατανόηση.

Ωστόσο, δεν ήταν μόνο η θεραπευόμενη, αλλά ευρύτερα η θεραπευτική συνάντηση που βρισκόταν σε μια τέτοια μεταίχμιακή στιγμή. Στο άρθρο τους για τη θεραπευτική πρακτική στις οικογενειακές συνεδρίες, οι Θανοπούλου-Χαραλαμπάκη²⁹ υπογράμμιζαν τη σημασία της «*παρούσας στιγμής (present moment)*» (του Daniel Stern) και της άρρητης γνώσης μέσα σε αυτήν. Με παρότρυναν, έτσι, να σκεφτώ ότι ίσως βρισκόμουν εκείνη τη στιγμή μέσα στη διαδικασία της θεραπείας, που μπορεί να μην είναι ορατή, αλλά συμβαίνει κάτι που «*δεν είναι ούτε το ένα, ούτε το άλλο*». Μια πραγματικότητα του τύπου *neither-nor* (κατά τον Tom Andersen), στην οποία δεν έχουμε εργαλεία για γλωσσική αποτύπωση της πραγματικότητας που αντιλαμβανόμαστε, αλλά ξέρουμε ότι αποτελεί μια εμπειρία που προσφέρει μια γνώση. Εκείνο που ο Bollas προσδιορίζει ως «*unthought known*», ένα γνωρίζειν που δεν μπορούμε να το σκεφτούμε (συμπλήρωνε η Μουρελή).³⁰

Στη διάρκεια, λοιπόν, των θεραπευτικών συναντήσεων εκείνης της περιόδου δυσκολευόμουν κι εγώ να διαχειριστώ αυτή την αποφατική συνθήκη, που ορίζεται ως «*ούτε το ένα ούτε το άλλο*». Φοβόμουν το απρόοπτο στη θεραπευτική συνεδρία και δίσταζα να απομακρυνθώ από την ασφάλεια των ήδη γνωστών θεραπευτικών εργαλείων και μονοπατιών. Βρισκόμουν σε μια στιγμή που θύμιζε χρησμό μαντείου που «*ούτε λέγει ούτε κρύπτει αλλά σημαίνει*» (Ηράκλειτος):³¹ Μια στιγμή καθαρής δυνατότητας για τη συγκρότηση μιας νέας αφήγησης. Τότε ήταν που συναντήθηκα «απρόβλεπτα» με το άρθρο των Θανοπούλου-Χαραλαμπάκη που προέτρεπε «*να αφουγκραζόμαστε με ευαισθησία και κατανόηση*» και να αξιοποιούμε στη θεραπευτική διαδικασία αυτή τη στιγμή που ανοίγεται «εξαίφνης» στο απρόβλεπτο, και το εισάγει λεκτικά στη διαδικασία δίνοντας «*νόημα στους συμβολισμούς, συνδέοντάς το με τη ζωή και την ιστορία του θεραπευόμενου*».³²

*

Με αφορμή μια θεραπευτική συνάντηση, αλλά και τη δική μου *συνάντηση* με τα άρθρα του περιοδικού, *ανοίχτηκε* μέσα μου μια νέα δυνατότητα κατανόησης που καθησύχαζε τις ανησυχίες μου και μετασχημάτιζε την προοπτική μου.

²⁵Jenkins, H. (2014).

²⁶Στο επίκεντρο της ανάλυση της στιγμής από τον Jenkins βρίσκεται «*τό εξαίφνης*», μια κεντρική για την πλατωνική φιλοσοφία έννοια (Πλάτων, *Παρμενίδης* 156d-e: *ή εξαίφνης αὕτη φύσις ἄτοπός τις ἐγκάθηται [...] ἐν χρόνῳ οὐδενὶ οὔσα*).

²⁷Σύμφωνα με την ανάλυση του Jenkins (2014) για την αντίληψη του Husserl, με αναφορές στον Dostal.

²⁸Jenkins, H. (2014).

²⁹Θανοπούλου, Κ.- Χαραλαμπάκη, Κ. (2014).

³⁰Μουρελή, Ε. (2015).

³¹Ηράκλειτος D41 (B93): «*δεν μιλάει ούτε κρύβει, παρά στέλνει σημάδια*».

³²Θανοπούλου, Κ.- Χαραλαμπάκη, Κ. (2014).



Μήπως το αβέβαιο του νοήματος και της πραγματικότητας, που είμαστε ριγμένοι και μας απειλεί με αποσταθεροποίηση, μπορεί να μετριάσει αν κατανοήσουμε την αβεβαιότητα, όχι ως κάτι απειλητικό και άγνωστο, αλλά ως κάτι οικείο και γνώριμο; Ως μια συναισθηματική και νοητική επίγνωση και αποδοχή των πολυάριθμων επιπέδων της άγνοιάς μας και της πολυπλοκότητας της ζωής (μου υπενθύμισε η Μουρελή).³³ Και, μήπως πρέπει να υποδεχθούμε, εντέλει, το απρόοπτο στη θεραπεία, όχι ως αποτυχία αλλά ως ευκαιρία αλλαγής που «*προάγ[ει] τη συνειδητοποίηση της πολυφωνίας και πολυπλοκότητας του ψυχισμού*» (όπως προτείνουν οι Θανοπούλου-Χαραλαμπίκη).³⁴

Ο T. Milech³⁵ με παρακινούσε να σκεφτώ το ερώτημα και αντιστρόφως: Μήπως, όχι μόνο η αποσταθεροποίηση δεν πρέπει να μας φοβίζει, αλλά θα πρέπει και απέναντι στην βεβαιότητα να είμαστε επιφυλακτικοί; Ειδικά όταν η σταθεροποίηση επέρχεται με όρους ολοκληρωτισμού, «*μιας πολιτισμικής παλινδρόμησης*» σαν κι αυτή που επέβαλε ο ναζισμός. Μια σταθερότητα που σε επίπεδο ατομικής ταυτότητας αποκόπτει από κάθε δεσμό νοήματος, ακυρώνει τη δυνατότητα αναπαράστασης, επιβάλλει διχοτομήσεις στον ψυχισμό, παρέχει «*σίγουρες*» γραμμικές απαντήσεις περί σωστού και λάθους, που μόνο ψευδεπίγραφα απαλλάσσουν το άτομο από την «*τυραννία*» των επιλογών και την επισφάλεια που εγκυμονεί η πολυπλοκότητα της ζωής. Ο Milech θυμίζει ότι «*αυτό μπορεί να οδηγήσει σε έναν παθολογικό τρόπο αντίληψης της πραγματικότητας που σχετίζεται με την παράνοια. "Ο παρανοϊκός [...] είναι σίγουρος για το τι είναι ο ίδιος και ταυτόχρονα για το τι είναι οι άλλοι"*». ³⁶

Μήπως, λοιπόν, θα νιώθουμε λιγότερο «*τρομοκρατημένοι*» απέναντι στο αβέβαιο, αν επιλέξουμε να είμαστε -ως θεραπευόμενοι και ως θεραπευτές- εσκεμμένα ανοιχτοί στο απρόοπτο, στο δυσνόητο, στο αινιγματικό, στη «*στιγμή*» της συνάντησης μέσα στην ψυχοθεραπευτική διαδικασία; Μήπως θα έπρεπε να μην αποφύγουμε την αβεβαιότητα, αντιμετωπίζοντάς την απλώς ως το αντίθετο της βεβαιότητας, αλλά να δούμε τις έννοιες στην προοπτική μιας ένωσης αντιθέτων («*ἐκ τῶν διαφερόντων καλλίστην ἄρμονίαν*», Ηράκλειτος).³⁷ Σαν διαστάσεις μιας ήδη διαμορφωμένης σύνθεσης που είναι κάτι παραπάνω από το άθροισμα των μερών της. Άλλωστε, αυτή η άρρηκτη σχέση είναι και η βασική προϋπόθεση ενός ασφαλούς κρατήματος μέσα στη θεραπευτική διαδικασία όπου «*[η] βεβαιότητα επιτρέπει την ανάδυση της βασικής εμπιστοσύνης και η αβεβαιότητα επιτρέπει τη συνάντηση των υποκειμένων αυτή καθαυτή*» (αναφέρει η Μουρελή μιλώντας για τη θεωρία της πρόσδεσης).³⁸

³³ «*Η αβεβαιότητα είναι το νοητικό και συναισθηματικό αποτύπωμα της γνώσης που έχω για τα είδη της αγνοίας μου: Αυτό που δεν ξέρω, αυτό που δεν είναι δυνατόν να γνωρίσω, αυτό που δεν γνωρίζω αλλά ξέρω, αυτό που καθορίζει τι μπορώ να γνωρίσω*». Βλ. Μουρελή, Ε. (2015).

³⁴Θανοπούλου, Κ.- Χαραλαμπίκη, Κ. (2014).

³⁵Milech, T. (2016).

³⁶Milech, T. (2016).

³⁷ Ηράκλειτος D62 (B8).

³⁸Μουρελή, Ε. (2015). Αλλά και όπως θυμίζει η Θανοπούλου (2013), ένας ασφαλής θεραπευτικός δεσμός (όπως εκείνος με τη μητέρα) μπορεί να ενθαρρύνει τα άτομα να «*σκέπτονται για αυτά που αισθάνονται, αλλά και [να] αισθάνονται για αυτά που σκέπτονται, [να] συνδέουν γεγονότα με σκέψεις και συναισθήματα και εν γένει [να] είναι σε θέση να νοηματοδοτούν αυτά που συμβαίνουν και να τα αντιμετωπίζουν*».



Αν, λοιπόν, εξορίσουμε τη στιγμή του απρόβλεπτου, αν φοβηθούμε να «πιάσουμε» το κύμα της αβεβαιότητας, να ριχτούμε επάνω του με *περιέργεια*, με *ασέβεια* και με την «προσοχή που παλινδρομεί και τη[ν] προσοχή[ή] που προσμένει»³⁹, τότε δεν θα μπορέσουμε να αδράξουμε την ευκαιρία και να μετάρσουμε στη μεταιχμιακή αυτή στιγμή νοήματος, τη στιγμή που ενεδρεύει και την ίδια ώρα αλλάζει.⁴⁰

Αυτή τη στιγμή αναζητούσα κι εγώ στη *συνάντηση* με τα άρθρα του περιοδικού. Αυτή τη στιγμή αναζητώ σε κάθε ψυχοθεραπευτική συνάντηση, μαζί με τους θεραπευόμενους. Βέβαιη και αβέβαιη ακόμη, αναζητώ τα ίχνη ενός απρόβλεπτου-χαμένου-ξανακερδισμένου νοήματος.

Βιβλιογραφικές Αναφορές

Θανοπούλου, Κ.-Χαραλαμπάκη, Κ. (2014), Η θεραπευτική σχέση και το απρόβλεπτο στην οικολογία της οικογενειακής συνεδρίας. *Συστημική Σκέψη και Ψυχοθεραπεία*, 5 (Οκτώβριος). <http://hestafta.org/> [στα ελληνικά και στα αγγλικά].

Θανοπούλου, Κ. (2013), Ο δεσμός και το νόημα ως αντίδοτα στο τραύμα. Η συμβολή της θεωρίας της συναισθηματικής πρόσδεσης στη θεραπεία ενηλίκων που έχουν βιώσει τραυματικές εμπειρίες, 3 (Οκτώβριος). <http://hestafta.org/> [στα ελληνικά και στα αγγλικά].

Jenkins, H. (2014). Χρόνος και Συγχρονισμός στη θεραπεία με αναφορά σε επιλεγμένες φιλοσοφικές και ανθρωπολογικές ιδέες (μτφρ. Κ. Χαραλαμπάκη). *Συστημική Σκέψη και Ψυχοθεραπεία*, 4 (Απρίλιος). <http://hestafta.org/> [στα ελληνικά και στα αγγλικά].

Milech, T. (2016). Συλλογική και Ατομική Ταυτότητα σε Περίοδους Αποσταθεροποίησης (μτφρ. Κ. Θεοδωράκη). *Συστημική Σκέψη και Ψυχοθεραπεία*, 8 (Μάιος). <http://hestafta.org/> [στα ελληνικά και στα αγγλικά].

Μανωλόπουλος, Σ. (2012). Μην ταΐζετε τις μέλισσες, *Συστημική Σκέψη και Ψυχοθεραπεία*, 1, (Οκτώβριος). <http://hestafta.org/> [στα ελληνικά και στα αγγλικά].

Μουρελή, Ε. (2015). Η αβεβαιότητα ως αποδοχή της πολυπλοκότητας του κόσμου και της άγνοιάς μας. *Συστημική Σκέψη και Ψυχοθεραπεία*, 6 (Απρίλιος). <http://hestafta.org/> [στα ελληνικά και στα αγγλικά].

³⁹ Μανωλόπουλος, Σ. (2012).

⁴⁰ Πλάτων, *Παρμενίδης* 156d-e.