

## Από την Αρχαία Τραγωδία στη Σύγχρονη Βιολογία (Μέρος Δεύτερο)

Στο προηγούμενο άρθρο μας (Μέρος Πρώτο) καταλήξαμε στα ακόλουθα συμπεράσματα για την Τραγωδία προκειμένου να τη συσχετίσουμε με τη σύγχρονη Βιολογία αυτού του Μέρους, τα οποία είναι: πρώτον, ο πρωταγωνιστικός ρόλος των συναισθημάτων – παθημάτων του **φόβου και του ελέου** στη διαμόρφωση της ψυχικής κατάστασης των θεατών που οδηγεί στην κάθαρση· δεύτερον, η **ανάκληση** στη συνείδηση των θεατών παρομοίων κρυμμένων - αγνώστων μέχρι τότε παθημάτων υπό την ισχυρή επίδραση της πλοκής του έργου· τρίτον, η **κάθαρση** κατά την επικρατέστερη άποψη έχει **ψυχοθεραπευτική επίδραση** στους θεατές, τους οποίους θεραπεύει, ανακουφίζει και απαλλάσσει από το έντονο ψυχικό βάρος και τέταρτον, η **ανακούφιση και η ηδονή** που ακολουθεί τη λύση της τραγωδίας, **είναι αποτέλεσμα της εναρμόνισης του εσωτερικού κόσμου της ψυχής, δηλαδή η συμφιλίωση του λογικού μέρους με το συναισθηματικό μέρος της.**

Ας έλθουμε τώρα στα ευρήματα της σύγχρονης Βιολογίας, επεξηγώντας με απλά λόγια τη **σύσταση** του ανθρώπινου εγκεφάλου, διότι θα μας βοηθήσει να κατανοήσουμε τον τρόπο λειτουργίας του. Ο ανθρώπινος εγκέφαλος, όπως και των άλλων ζώων, έχει ως κύριο δομικό στοιχείο τον **νευρώνα**. Ο νευρώνας είναι ένα νευρικό κύτταρο το οποίο έχει πολλές νευρικές απολήξεις δια των οποίων συνδέεται με άλλους νευρώνες, ώστε όλοι μαζί να συναποτελέσουν **ένα πολύπλοκο και πολύπλευρα δικτυωμένο σύστημα δηλαδή τον εγκέφαλο και τον νωτιαίο μυελό**. Μέσα στον εγκέφαλο δημιουργείται ένας απίστευτα μεγάλος αριθμός **«δρομολογίων»** πάνω στα οποία διακινούνται τα διάφορα μηνύματα από τα αισθητήρια όργανα προς τα αντίστοιχα τμήματα του εγκεφάλου και σε άλλα μέρη του, καθώς και δρομολογία από τα εσωτερικά όργανα (καρδιά, πνεύμονες κλπ) προς τον εγκέφαλο. Σε όλο αυτό το δικτυωμένο σύστημα, που αποθηκεύονται οι γνώσεις μας, είναι δυνατή η λήψη και μεταβίβαση διαφόρων μηνυμάτων μεταξύ των νευρώνων (ηλεκτρικής μορφής!), αλλά και προς/από τα μέρη του σώματος (μύες, αισθητήρια όργανα, κλπ). Ο αριθμός των νευρώνων είναι ασύλληπτα μεγάλος, της τάξεως των 100 δισεκατομμυρίων.

Το σημαντικό εύρημα της Βιολογίας είναι ότι οι υφιστάμενες διασυνδέσεις μεταξύ των νευρώνων (λέγονται συνάψεις) μπορούν να **αλλάξουν** και να δημιουργήσουν νέες διαδρομές διακίνησης των μηνυμάτων, ανάλογα με τον τρόπο χρησιμοποίησης του μυαλού μας, όταν βρισκόμαστε αντιμέτωποι με διαφορετικές από ότι μέχρι εκείνη τη στιγμή καταστάσεις, συνθήκες και στάσεις ζωής. **Η αλλαγή των διασυνδέσεων αναμορφώνει τη δομή του εγκεφάλου και τον τρόπο σκέψης, συναίσθησης και πράξης μέχρις αλλαγής προτύπων συμπεριφοράς και πεποιθήσεων** και θυμίζει το ανάλογο της έκδοσης νέων λειτουργικών συστημάτων, καλλίτερων ή χειρότερων, στους Η/Υ (π.χ. Windows1, 2 ...10 κλπ). Αυτή η ευκαμψία αλλαγών διατηρείται μέχρι τα βαθιά γεράματα(!), αρκεί να μην επαναπαυόμαστε σε ό,τι μας βολεύει, γιατί διαφορετικά ο εγκέφαλος θα υπολειτουργεί ή δεν θα είναι ικανός

να ανταποκριθεί σε νέες καταστάσεις, ατυχήματα και προκλήσεις που παρουσιάζονται στην πορεία της ζωής μας.<sup>1</sup> Το σημαντικότερο αίσθημα που βιώνει ο άνθρωπος είναι εκείνο του **Φόβου** που μας διατηρεί στη ζωή. Γιατί; Διότι «εκ κατασκευής» όλοι οι ζώντες οργανισμοί θέλουν την εσωτερική τους ηρεμία και ασφάλεια σε οτιδήποτε ήθελε τη διαταράξει. Η διαταραχή είναι ένας φόβος, ως αντίδραση στα εξωτερικά (απειλές κατά της ζωής) και εσωτερικά ερεθίσματα (ζαλάδες, πόνος, ταχυπαλμίες κ.λπ.), ο οποίος συνεγείρει τον οργανισμό μας να τον αντιμετωπίσει ώστε να επανέλθει στην κατάσταση της ηρεμίας και ασφάλειας.

Η δυνατότητα υπερνίκησης του φόβου που θα αισθανθεί από τη βρεφική ηλικία το παιδί σε κάτι που διαταράσσει την εσωτερική του ηρεμία συνιστά το πρώτο καθοριστικό βήμα στο προοδευτικό κτίσιμο του «οπλοστασίου», για την «άμυνα» υπέρ της ζωής του. Στο οπλοστάσιο αυτό σημαντικότερο ρόλο διαδραματίζουν **οι εμπειρίες**. Μια τέτοια εμπειρία θα συμβεί όταν η μητέρα, με κλάμα του μωρού, θα προστρέξει να το καθησυχάσει, οπότε αυτό νοιώθει την ανταπόκριση της μητέρας, αποκτά εμπιστοσύνη στη μητέρα του αλλά και τον εαυτό του, με συνέπεια να ηρεμεί και να αισθάνεται ασφαλές. Όλη αυτή η διαδικασία, όταν μάλιστα επαναλαμβάνεται σε διαφορετικές ακόμη καταστάσεις, καταγράφεται στη μνήμη του σαν μια επιτυχής πρακτική για αντιμετώπιση των ίδιων ή παρομοίων προβλημάτων και γίνεται μια **ανεκτίμητη καταγεγραμμένη εμπειρία** για το μέλλον. Διαφορετικά, αν η μητέρα αδιαφορήσει ή αδυνατεί να κατανοήσει γιατί το παιδί της δυσανασχετεί, τότε η καταγραφή θα είναι ασταθής και θα έχει επίπτωση στην εσωτερική συναισθηματική του ισορροπία και **μπορεί να το συνοδεύει σε όλη του τη ζωή ως προβληματικό άτομο**, εφόσον δεν του δοθεί η ευκαιρία από την ίδια του τη μητέρα ή άλλα κοντινά πρόσωπα να ανακατασκευάσει αυτόν τον ασταθή συναισθηματικό δεσμό με την μητέρα.

Αρκετά όμως με τα εισαγωγικά στοιχεία περί Βιολογίας, τα οποία θα χρησιμεύσουν στην παρακάτω ανάλυσή μας. Για να συνδεθούμε όμως με το αντικείμενο του θέματός μας, θα παραθέσουμε τα στοιχεία εκείνα που ανεύρε η Βιολογία, τα οποία θεωρούμε ότι σχετίζονται με την κάθαρση της Τραγωδίας. Τέτοια ευρήματα υπάρχουν πολλά και απορρέουν, εκτός των άλλων, από το γεγονός ότι τα τρία συστατικά της ανθρώπινης πνευματικής ύπαρξης (Λογική, Συναισθημα, Ηθική (Πράξεις)) δεν συνεργάζονται αρμονικά μεταξύ τους με αποτέλεσμα να επηρεάζουν αρνητικά τη στάση και συμπεριφορά και να δημιουργούν διάφορα παθήματα, όπως θα εξηγηθεί παρακάτω.

**Η υποβάθμιση της λογικής έναντι του συναισθήματος** σε ένα άτομο, δημιουργεί προβλήματα στον τρόπο του σκέπτεσθαι, αισθάνεσθαι και πράττειν. Όταν π.χ. κυρίως η μητέρα είναι υπερπροστατευτική, τα παιδιά θα γίνουν άκρως συναισθηματικά. Η σωστή αντιμετώπιση κάποιου προβλήματος με τη λογική απορρίπτεται

---

<sup>1</sup> Επιδιόρθωση βλαβών στον εγκέφαλο. Τελευταία έχει επιτευχθεί μια μέχρι τώρα αδιανόητη **νέα δικτύωση** μέσα στο εγκέφαλο που δίνει τη δυνατότητα σε παράλυτο χέρι, μετά από εγκεφαλικό επεισόδιο, να ανακτήσει ορισμένες (όχι όλες) από τις χρήσιμες ιδιότητές του! Και ότι δεν θα αργήσουν χειρουργικές επεμβάσεις για θεραπεία της άνοιας και άλλων παθήσεων με εμφύτευση μικροτσιπ. Βέβαια έτσι αναφέρεται μέγα θέμα ηθικής διάστασης που ξεφεύγει του σκοπού του άρθρου.

από τα άτομα αυτά, γιατί στο παρελθόν δεν απέκτησαν τέτοια εμπειρία. Το αντίστροφο θα συμβεί σε παιδιά με **ανεπτυγμένη τη λογική σε βάρος του συναισθήματος** με αποτέλεσμα να καταντούν ψυχροί υπολογιστές, αν και πολλές φορές επιτυχημένοι επαγγελματίες· αυτά τα παιδιά, έμαθαν να καταπνίγουν με τη βοήθεια της λογικής τους τα συναισθήματα που πηγάζουν από μέσα τους. Σε αυτό συμβάλλει καθοριστικά η θετική επίδραση ενός παντογνώστη πατέρα<sup>2</sup> και η αρνητική μιας μητέρας που τα εκνεύριζε με τους συναισθηματισμούς της. Δεν αποκλείεται ακόμη η ακραία αντίθεση των γονέων (η διαφορετικότητα όμως είναι ευεργετική και αναγκαία) να φέρει το παιδί σε κατάσταση σύγχυσης, να παραμείνει **εξαρτημένο** από το γονέα ή να **αυτονομηθεί** άνευ όρων.

Το χειρότερο έγκλημα των γονέων είναι η **παραμέληση ή/και η κακοποίηση** των παιδιών, ιδιαίτερα η κακοποίηση των κοριτσιών από τον πατέρα με την ανοχή της μητέρας. Σε μερικά από αυτά τα παιδιά το ψυχικό τραύμα είναι πολύ βαθύ και η λύση – μη λύση είναι η αποσύνδεση του τραυματικού βιώματος από τις αναμνήσεις τους με **δημιουργία παρακάμψεων ή απαγορευμένων ζωνών, από τις αντίστοιχες προϋπάρχουσες διασυνδέσεις των νευρώνων τους**. Άλλα παιδιά καταλήγουν σε διχασμό της προσωπικότητας (η μία τραυματική, η άλλη αμόλυντη) και άλλα θεωρούν ότι τα κακοποιημένα μέρη του σώματός τους ότι δεν τους ανήκουν και χάνουν κάθε αίσθηση που θα προερχόταν από αυτά τα μέρη!

Παθήματα δημιουργούνται επίσης από γονείς που **δεν δείχνουν στοργή και φροντίδα** στα παιδιά τους, γιατί είναι ιδιαίτερα απασχολημένοι με τον εαυτό τους τις απολαύσεις, τη σταδιοδρομία, αν και «φροντίζουν» για την κάλυψη των αναγκών των παιδιών τους (καλά μοντέρνα ρούχα, φαγητό, καθαριότητα, υγιεινή, δάσκαλοι κ.λπ.) και έτσι τα κακομαθαίνουν περισσότερο. Είναι πρόδηλο ότι ανάπτυξη επαρκούς συναισθηματικού δεσμού με τέτοιους γονείς δεν υπάρχει και αντισταθμίζεται με προσήλωση στον εαυτό τους, με μονομερείς και έμμονες απόψεις, με ανευθυνότητα και αντικοινωνική συμπεριφορά. Όλα αυτά δημιουργούν διαταραχές στο στάδιο ανάπτυξης του εγκεφάλου και της προσωπικότητάς του, οι οποίες καταγράφονται στον εγκέφαλο και δύσκολα θεραπεύονται αργότερα.

Ο κίνδυνος χάραξης πολύ **μονόπλευρων** νευρωνικών διασυνδέσεων αυξάνεται σε ανθρώπους οι οποίοι για να αντιμετωπίσουν το φόβο τους καταφεύγουν σε διάφορα πάθη που τα θεωρούν ως πετυχημένη στρατηγική. Τέτοια πάθη είναι το κυ-

---

<sup>2</sup>Επιβεβαίωση των ανωτέρω αποτελεί η παρακάτω σταχυολόγηση από το βιβλίο «Η νέα πύλη των φιλοσόφων» περί «ελευθερίας» σελ 224 του Άγγλου φιλοσόφου Τζον Στιούαρτ Μιλ (1800-1875), ο οποίος υπό την επήρεια του πατέρα του, όπως ο ίδιος έγραψε στην αυτοβιογραφία του, είχε διαπαιδαγωγηθεί από πολύ μικρός για να γίνει μία «ορθολογιστική μηχανή» (τριών χρόνων έμαθε ελληνικά, οκτώ λατινικά στα δέκα διαφορεικό λογισμό!). Βίωσε μια μεγάλη προσωπική κρίση στα είκοσί του χρόνια όταν διαπίστωσε ότι ο αγώνας μονάχα της λογικής για την επίτευξη του κοινωνικού ωφελιμισμού, που υπηρετούσε και ο πατέρας του, δεν τον έκανε καθόλου ευτυχισμένο, οπότε αναγνώρισε την ανάγκη σφαιρικής ανάπτυξης της προσωπικότητάς του και ανακάλυψε τον κόσμο της ποίησης και των συναισθημάτων που είχε τελείως υποβαθμισθεί. Έτσι αργότερα ήλθε σε προσωπική επαφή με τον κόσμο αυτόν, όταν γνώρισε τη Χάριετ Τέιλορ, η οποία τον βοήθησε και τον επηρέασε καθοριστικά.

νήγι της καριέρας, της επιτυχίας, της καταξίωσης, τα τυχερά παιχνίδια κλπ. Η συχνότερη επανάληψη αυτής τη στρατηγικής οδηγεί σε **εξάρτηση από αυτά τα πάθη**.

Μια άλλη περίπτωση παιδιών κυρίως με παθήματα είναι όσα είναι ανοικτά στο περιβάλλον, που αντιλαμβάνονται περισσότερα ερεθίσματα από όσα μπορούν να επεξεργασθούν και να κατανοήσουν, δηλαδή τα **υπερκινητικά**. Επίσης στην αντίπερα όχθη βρίσκονται εκείνα που είναι τελείως αδιάφορα στα ερεθίσματα του περιβάλλοντος και καθόλου περίεργα, δηλαδή τα **εσωστρεφή**. Αυτά δεν είναι ικανά να αναπτύξουν συναισθηματικούς δεσμούς με άλλους ανθρώπους.

Κατόπιν των προηγουμένως εκτεθέντων το μέγα ερώτημα είναι εάν και πώς μπορούν να απαλλαγούν οι άνθρωποι από αυτές τις δύσκολες και θλιβερές καταστάσεις με τόσα πολλά παθήματα. Υπάρχει δυνατότητα να ανακαλύψουν ένα φυσιολογικό τρόπο ζωής ή να επανέλθουν σ' αυτόν; **Μία γενική λύση για όλες τις περιπτώσεις είναι να βρεθούν άνθρωποι κατάλληλοι που να έχουν τη δύναμη και τη θέληση να βοηθήσουν, άνθρωποι που έχουν εξ ίσου ανεπτυγμένη την ικανότητα να σκέφτονται και να νοιώθουν.**

Χωρίς τέτοια βοήθεια προς τους ανθρώπους με **υπεραναπτυγμένα αισθήματα** και τους ανθρώπους **υπεραναπτυγμένης λογικής**, δεν απομένει παρά μία λύση έκτακτης ανάγκης για να μπορέσουν να εξαλείψουν τους μονομερείς σχηματισμούς διασυνδέσεων από τον εγκέφαλό τους: μια **βαθιά ψυχολογική κρίση με έντονο στρες** που κατά τη διάρκειά του θα επέλθει αποσταθεροποίηση των εγκατεστημένων διασυνδέσεων. Αυτή η κρίση είναι εκείνη που δίνει την ευκαιρία και τη δυνατότητα **αναμόρφωσης των χαραγμένων στον εγκέφαλο νευρωνικών κυκλωμάτων που διέπουν τη σκέψη και το συναίσθημα**. Για το ποιος θα προκαλέσει αυτήν τη κρίση ο συγγραφέας δεν μας λέγει τίποτα.

Οι περιπτώσεις **εξάρτησης, αυτονόμησης, παραμέλησης, κακοποίησης παιδιών και έλλειψη στοργής** σ' αυτά, λόγω των πρώιμων διαταραχών, πολύ δύσκολα διορθώνονται αργότερα. Αν δεν καταφέρουν να ξεπεράσουν τα προαναφερθέντα προβλήματα και το φόβο, παραμένουν σε όλη τους τη ζωή απομονωμένα, εγωκεντρικά και ανίκανα να δημιουργήσουν δεσμούς. Άλλα πέφτουν **θύματα** των αυτοκαταστροφικών συνεπειών που έχουν οι αυτόνομες στρατηγικές τους. Αρρωσταίνουν και **περνούν μια βαθιά ψυχική κρίση** η οποία υπό ευτυχείς συγκυρίες προσφέρει δυνατότητα για μια νέα αρχή.

Για να βοηθηθούν τα **εσωστρεφή** άτομα, χρειάζονται άνθρωπους να τους δίνουν **πολύ έντονα ερεθίσματα**, να αναστατώνουν τον κόσμο τους με σχετικά απρόβλεπτες, ακανόνιστες και ασυγκρότητες ενέργειες, έτσι ώστε να **βιώνουν διαρκώς κάτι που τα αναστατώνει, τα συγκλονίζει, διαταράσσει τη συναισθηματική τους ισορροπία** και να τα αναγκάζει να αναζητούν νέες λύσεις.

Από την παράθεση των προαναφερθεισών προβληματικών περιπτώσεων, βλέπουμε ότι στον εγκέφαλο διεξάγεται μια πάλη η οποία καταλήγει στην απώθηση και την κατάπιση των οδυνηρών συναισθημάτων. Δηλαδή τα συναισθήματα αυτά

δεν εκφράζονται, δεν εξωτερικεύονται ως χαρά, ευχαρίστηση, κλάμα, λύπη, οργή, μίσος, αγανάκτηση, απελπισία κ.λπ., που με απλά λόγια σημαίνει ότι βρίσκονται κάπου αποκομμένα στο ασυνείδητο και τυραννούν το φορέα τους.

Αναφέρθηκε πιο πάνω ότι μια βαθιά ψυχολογική κρίση διανοίγει ένα παράθυρο ευκαιρίας για μια νέα αρχή. Ας θυμηθούμε ότι ο εγκέφαλός μας έχει τη δυνατότητα να αλλάξει τις διασυνδέσεις μεταξύ των νευρώνων του και μαζί με αυτές τρόπο σκέψης, συναίσθησης και γενικώς συμπεριφοράς. Η ευκαιρία αυτή αξιοποιείται σωστά με το να παραδεχθούμε ότι έχουμε διαπράξει σφάλματα και να νοιώσουμε το συναισθηματικό πόνο που προκαλεί αυτή η παραδοχή. Να νοιώσουμε και βιώσουμε τα οδυνηρά συναισθήματα που από το παρελθόν υπάρχουν μέσα μας, τα οποία δεν θυμόμαστε λόγω των αποτρεπτικών μηχανισμών της απωθήσεως και καταστολής. Τέλος, να εμπλέξουμε τη νοητική μας υπόσταση, τη σκέψη μας και την αντίληψή μας σε αυτή τη διαδικασία. Τότε δέχεται και ο εγκεφαλικός νοητικός φλοιός το φορτίο του πόνου που είναι συσσωρευμένο στο συναισθηματικό εγκέφαλο, το κατανοεί, το αξιολογεί και εκφράζει πλέον «εγνωσμένα» την όποια αντίδραση - όπως θα συνέβαινε σε κάθε άλλη κανονική περίπτωση - ανακουφίζοντας έτσι όλο τον οργανισμό<sup>3</sup>.

**Συνοψίζοντας την ανάλυση για τη Βιολογία** σημειώνουμε τα ακόλουθα: πρώτον ότι ο εγκέφαλός μας με τη δυνατότητα των εναλλακτικών διασυνδέσεων των νευρώνων του μπορεί υπό προϋποθέσεις να ανασκευάσει πρότυπα συμπεριφοράς· δεύτερον ότι το προειδοποιητικό συναίσθημα του φόβου δρα καθοριστικά στην αποκατάσταση της εσωτερικής ηρεμίας και ασφάλειας από εξωτερικές και εσωτερικές επιδράσεις· τρίτον ότι ο ρόλος των γονέων – κυρίως της μητέρας - και των στενών συγγενών συμβάλλουν αποφασιστικά στη διαμόρφωση της προσωπικότητας των παιδιών· τέταρτον ότι διαμορφώνονται διαταραγμένες προσωπικότητες με απωθημένα παθήματα λόγω της μη ισορροπημένης ανάπτυξης του λογικού και συναισθηματικού κόσμου στον άνθρωπο / παιδιά ή λόγω αδιαφορίας, κακοποίησης, έλλειψης στοργής και φροντίδας προς αυτά· πέμπτον ότι η θεραπεία των νοσηρών αυτών καταστάσεων μπορεί να επιτευχθεί με τη συνδρομή και επιμονή ανθρώπων που να μπορούν να βοηθήσουν ή / και μέσα από μια έντονη ψυχολογική κρίση του «ασθενούς».

Εντύπωση προκαλεί ότι και οι δύο συγγραφείς, ο Αριστοτέλης και Huther, θεωρούν το αίσθημα του φόβου ως το πιο σπουδαίο και σημαντικό για την προστασία και ασφάλεια της ζωής και το ενέταξαν ο πρώτος στον ορισμό της τραγωδίας και ο δεύτερος κομβικό στοιχείο του βιβλίου του. Δεν είναι τυχαίο ότι στην αρχαιότητα υπήρχαν τόσα πολλά θέατρα και μάλιστα δίπλα σε Ασκληπιεία (800 και πλέον, αριθμός πολύ μεγάλος σε σχέση με τον πληθυσμό της εποχής εκείνης) τα οποία σύμφωνα με όσα αναφέρθηκαν επιτελούσαν και ψυχοθεραπευτικό λειτουργήμα.

Η έντονη ψυχολογική κρίση στην οποία οδηγείται ο θεατής του Αριστοτέλη στο θέατρο και ο ψυχολογικώς ασθενής της Βιολογίας γίνεται ένα ηχηρό καμπανάκι

<sup>3</sup>Χρ. Κωνσταντόπουλος ΤΡΑΓΩΔΙΑ Νέα Δεδομένα» Εκδόσεις Γεωργιάδη Αθήνα 2002 σελ.

σε μια κρίσιμη στιγμή κατά την οποία ενώ και οι δύο επιχειρούσαν **χωρίς επίγνωση μέχρι τότε να αμυνθούν και να αντισταθούν στην προσπάθεια του οργανισμού να βρει λύση στο πρόβλημα – παθήματα, γιατί με το φοβικό σύνδρομο πάντα παρόν τους βόλευε, τώρα το καμπανάκι ανοίγει την κουρτίνα της κάθαρσης.** Το κεντρικό κοινό νόημα, ο πυρήνας των απόψεων των δύο Βιβλίων είναι ότι η **κάθαρση / αποκατάσταση της ψυχικής υγείας είναι μία διαδικασία με τα βήματα που αναφέρθηκαν παραπάνω που καταλήγει στη συνειδητή και αρμονική πλέον συνεργασία του νοητικού και συναισθηματικού κόσμου και την ανεμπόδιστη εκδήλωση των όποιων συναισθημάτων λύπης, χαράς, οργής, πόνου, ξεσπάσματος σε κλάμα κλπ.** Γενικότερα, αυτή η συμπεριφορά σύμφωνα με τον Χρ. Κωνσταντόπουλο (ίδε υποσημείωση 3 σελ. 76-78 ) θα πρέπει περιλάβει και το απώτερο παρελθόν στο πλαίσιο της οικογένειας και του σχολείου και φυσικά το σήμερα, ξεκινώντας από τα πιο μικρά σφάλματα και λάθη που διαπράττουμε στις κοινωνικές μας σχέσεις και την καθημερινή μας συμπεριφορά, αρχίζοντας από τον τρόπο που οδηγούμε. Η αυτοκριτική μας και η παραδοχή του λάθους (δύσκολη απόφαση!) προκαλεί μεν κάπιο πόνο, και μάλιστα πολύ έντονο όταν το λάθος είναι πολύ μεγάλο, αυξάνει όμως τη νοητική μας ικανότητα και αποτρέπει την επανάληψη των λαθών. Και αυτό είναι πάρα πολύ σημαντικό για τη ψυχική μας υγεία και την κοινωνική μας συμπεριφορά.

Είναι πράγματι εκπληκτικό το πώς ένας φιλόσοφος μιας στην απαρχή της επιστημονικής έρευνας κατόρθωσε να συνδυάσει στοιχεία ψυχολογίας και βιολογίας και να αχθεί σε συμπεράσματα που θα ζήλευαν εξειδικευμένοι επιστήμονες της εποχής μας. Αυτό βέβαια δεν είναι τυχαίο αν αναλογισθούμε ότι ο Αριστοτέλης συνιστά έναν πνευματικό κολοσσό ευρυμάθειας και οξυδέρκειας με ερευνητικό και δημιουργικό οίστρο, που μαθήτευσε και δίδαξε στην πλατωνική σχολή επί εικοσαετία και μετέπειτα στη δική του σχολή επί δωδεκαετία, γράφοντας εκατοντάδες βιβλία και πραγματείες τα περισσότερα των οποίων παραμένουν ακόμη άγνωστα και μάλιστα είχε προβεί και σε βιολογικές έρευνες.

Ας μη ξεχνάμε ότι η ζωή μας, κάτω από τις ποικίλες επιδράσεις του περιβάλλοντος και των κανόνων που έχει επιβάλλει η κοινωνία, έχει καταστεί αγχωτική. Άγχος και τρέξιμο στα παιδιά για να προλάβουν τα φροντιστήρια, αφού το κανονικό σχολείο το αδρανοποιήσαμε. Άγχος και τρέξιμο στους γονείς να εξασφαλίσουν τον επιούσιο και άλλα ασήμαντα, αφού ως κοινωνία κατορθώσαμε όσα κάλυπταν επαρκώς οι αποδοχές ενός μόνο εργαζόμενου γονιού, να μη μπορούν να τα καλύψουν οι αποδοχές και των δύο! Άγχος και τρέξιμο στις γιαγιάδες και παππούδες να αναπληρώσουν τους γονείς, αφού οι γονείς δεν προλαβαίνουν να πουν καληνύχτα στα παιδιά τους. Όλοι, μικροί μεγάλοι στο τρέξιμο! Γενικά εργασία, ΜΜΕ, κατακλυσμός άσχετων πληροφοριών, ασφυκτικά απαραίτητων(!) ή μη αναγκών δεν αφήνουν πολλά περιθώρια και χρόνο για την αρμονική συν-λειτουργία του τριπτύχου της συστάσεώς μας και ούτε στην ισόρροπη κατανομή των ημερήσιων δραστηριοτήτων. Γίναμε μία **κοινωνία αγχωτική - νευρωτική** και συχνά ακούμε πλέον συστάσεις του τύπου ρωτήστε τον ψυχολόγο σας (στο αντίστοιχο του ρωτήστε τον φαρμακοποιό σας) για α-

σήμαντα πράγματα που θέριεψαν και τα έκαναν επιτηδεύς «σημαντικά». Το θέμα επομένως είναι πολύ ευρύ και αφορά τον άνθρωπο και την ανθρωπότητα και ξεφεύγει από το σκοπό αυτής της παρουσιάσεως.

Δεν θα ήταν άστοχο να παρατηρηθεί ότι, εν όψει των όσων οδυνηρών εξετέθησαν, τα συρρικνούμενα μέχρι αφανισμού χωριά μας με τις πίκρες και τις χαρές της ζωής που μας προσέφεραν, όταν κάποιες φορές την ίδια ημέρα είμαστε αναγκασμένοι να συμμετέχουμε σε γάμους (χαρά) και κηδείες (λύπη), δημιουργούσαν την συναίσθηση μιας «πραγματικότητας» της ζωής και διαμόρφωναν πλέον ανθρώπινους και δυνατούς χαρακτήρες (όχι αδιάφορους) για να αντιμετωπίσουν τις δυσκολίες και προκλήσεις της ζωής. Αυτά τα εκ διαμέτρου αντίθετα συναισθήματα είναι εκείνα που όριζαν - και ορίζουν - την ανάγκη της ύπαρξης μέτρου το οποίο **πρακτικά** συνειδητοποιούσαν οι άνθρωποι του χωριού.

Θα ήταν παράλειψη, μιας και διακονούμε την κιβωτό της ολιστικής παιδείας με ένα αξιακό πρόταγμα που συμβάλλει στη διάπλαση της ανθρωπίνης οντότητάς μας, αν δεν αναφέραμε την άποψη – παραδοχή του Huther που εμμέσως υποστηρίζει αυτήν την προσπάθειά μας· στο ερώτημά του ποιες είναι άραγε οι στάσεις που πρέπει να υιοθετήσει κανείς προκειμένου να χρησιμοποιεί στο εξής το μυαλό του πιο ολοκληρωτικά, πιο πολύπλοκα και πιο δικτυωμένα, απαντά ότι οι στάσεις αυτές συνιστούν μια ολόκληρη σειρά εννοιών που τείνουν να εκλείψουν από το καθημερινό μας λεξιλόγιο: θετικότητα, ευθύτητα, ολιγάρκεια, σύνεση, γνησιότητα, αξιοπιστία, συνέπεια κλπ με κορυφαία την αγάπη στον συνάνθρωπο και το περιβάλλον, τις οποίες οι άνθρωποι θεωρούσαν άξιες επιδίωξης πολύ πριν υπάρξουν οι ερευνητές εγκεφάλου!!

Γρηγόρης Μάρκος

Ιούλιος 2021