

ΙΩΑΝΝΗΣ ΔΡΙΤΣΟΥΛΑΣ

Σώμα από Δεσμό

Ψυχοσωματική, τραύμα και θεραπευτική συνάντηση

 ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΑΡΜΟΣ

Στις κόρες μου *Αριάδνη* και *Ευαγγελία*,
γιατί πριν από κάθε βιβλίο,
πριν από κάθε θεωρία και πριν από κάθε λέξη,
υπάρχει η αγάπη που δίνει νόημα σε όλα.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Πίσω από αυτό το βιβλίο υπάρχουν δύο χρόνια εντατικής συγγραφής και έρευνας, αλλά και πολλά περισσότερα χρόνια κλινικής δουλειάς, σκέψης και εσωτερικής ωρίμανσης. Οι ιδέες που εδώ διατυπώνονται δεν γεννήθηκαν στο γραφείο. Πέρασαν πρώτα μέσα από τη θεραπευτική συνάντηση, από τις εποπτείες, από τις συζητήσεις με συναδέλφους και ασθενείς, και μόνο τότε βρήκαν τον δρόμο τους προς τη σελίδα. Ένα βιβλίο, τελικά, δεν είναι ποτέ αποκλειστικά ατομική πράξη.

Θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά τον εκδοτικό οίκο Αρμός για την αποδοχή και τη φιλοξενία αυτού του έργου. Ιδιαίτέρως ευχαριστώ τον κ. Γιώργο Χατζηιακώβου, που πίστεψε στο βιβλίο, το εμπιστεύτηκε και με τίμησε εντάσσοντάς με στους συγγραφείς του εκδοτικού του οίκου. Η εμπιστοσύνη του υπήρξε για μένα όχι μόνο εκδοτική στήριξη, αλλά και ουσιαστική αναγνώριση της διαδρομής που επιχειρεί να ανοίξει αυτό το βιβλίο.

Ευχαριστώ επίσης τη γλωσσική επιμελήτρια κ. Ντίνα Σαμοθράκη, για τη φροντίδα, την ακρίβεια και τον σεβασμό με τον οποίο στάθηκε απέναντι στο κείμενο.

Οφείλω ιδιαίτερη ευγνωμοσύνη στον Σταύρο Χαραλαμπίδη, για τη γενναιόδωρη σκέψη, τη διαρκή ενθάρρυνση και τον πρόλογο που τίμησε αυτό το βιβλίο. Στα χρόνια της εκπαίδευσης και της εποπτείας μου, η παρουσία του υπήρξε καθοριστική για τη διαμόρφωση της σχεσιακής ψυχαναλυτικής μου ταυτότητας. Οι σκέψεις που δίδαξε και οι στιγμές που μοιραστήκαμε στην κλινική δουλειά συνεχίζουν να αντηχούν σε πολλές σελίδες αυτού του βιβλίου.

Ένα μεγάλο ευχαριστώ ανήκει στους ασθενείς και θεραπευόμε-

νούς μου. Σε όλους εκείνους που, μέσα στην ευαλωτότητα της θεραπευτικής συνάντησης, μου εμπιστεύτηκαν κομμάτια της ιστορίας, του πόνου και του σώματός τους. Το βιβλίο αυτό δεν αποκαλύπτει κανέναν. Οφείλει όμως πολλά σε όσους μου έμαθαν, μέσα από τη ζωντανή κλινική πράξη, ότι το σώμα δεν είναι ποτέ απλώς βιολογία, αλλά μνήμη, σχέση, σιωπή και αναζήτηση μάρτυρα.

Ευχαριστώ βαθιά τους συνεργάτες μου στην Ψυχόπλευση. Οι εποπτικές μας συναντήσεις, οι κλινικές συζητήσεις, οι απορίες, οι δυσκολίες και οι κοινές μας αναζητήσεις υπήρξαν για μένα διαρκής πηγή σκέψης. Μέσα από τη δουλειά μας με τους ασθενείς, μέσα από όσα μοιραστήκαμε και επεξεργαστήκαμε, γεννήθηκαν πολλές από τις κλινικές και θεωρητικές διαδρομές που διατρέχουν αυτές τις σελίδες.

Τέλος, ευχαριστώ τους ανθρώπους που στάθηκαν κοντά μου στην προσωπική διαδρομή της συγγραφής. Κάθε βιβλίο απαιτεί χρόνο, συγκέντρωση, επιμονή και σιωπές. Όσοι αγαπούν έναν άνθρωπο που γράφει, συμμετέχουν με τον δικό τους τρόπο σε αυτό που γράφεται. Σ' αυτούς οφείλω περισσότερα απ' όσα μπορούν να χωρέσουν σε μια σελίδα ευχαριστιών.

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

ΥΠΑΡΧΕΙ ΕΝΑ ΚΛΙΝΙΚΟ ΓΕΓΟΝΟΣ που επιστρέφει, με ποικίλες μορφές, σε κάθε θεραπευτική σχέση: η στιγμή κατά την οποία το σώμα λείπει κάτι που η γλώσσα δεν έχει ακόμη βρει τρόπο να διατυπώσει. Αυτή η στιγμή, ανεξάρτητα από τη θεωρητική μας κατάρτιση, μας ανακόπτει. Δεν αρκεί να την ερμηνεύσουμε. Χρειαζόμαστε κάτι πιο πρωτογενές: να της δώσουμε χώρο, να την αντέξουμε, να της επιτρέψουμε να βρει αποδέκτη. Αυτή η ανακοπή δεν είναι αποτυχία της θεραπευτικής μας κατάρτισης: είναι η θεραπεία στη γένεσή της. Και εκεί ακριβώς, σε αυτή τη διακοπή πριν την ερμηνεία, αρχίζει ο Ιωάννης Δρίτσουλας.

Ο Ιωάννης Δρίτσουλας έχει γράψει ένα βιβλίο που ξεκινά ακριβώς από αυτό το κλινικό γεγονός και δεν το εγκαταλείπει. Δεν προσπαθεί να το ερμηνεύσει πρόωρα ούτε να το εντάξει βιαστικά σε κάποιο παλαιό λεξιλόγιο. Αντίθετα, διατυπώνει μια νέα γλώσσα, συνεκτική, προσεκτική και τολμηρή, με την οποία επιχειρεί να συναντήσει το σώμα εκεί όπου βρίσκεται: στη σχέση που δεν το κράτησε. Το εγχείρημα είναι ταυτόχρονα θεωρητικό και κλινικό, και αυτή η ταυτόχρονη δεν είναι σύμπτωση: για τον συγγραφέα, δεν μπορεί να υπάρξει το ένα χωρίς το άλλο.

Η κεντρική πρόταση του βιβλίου είναι συγκεκριμένη. Το ψυχοσωματικό σύμπτωμα δεν χρειάζεται να κατανοείται μόνο ως αποτυχία της ατομικής ψυχικής επεξεργασίας, αλλά μπορεί να ιδωθεί και ως σωματική εγγραφή μιας σχεσιακής αποτυχίας, ως αποτύπωμα μιας εμπειρίας που δεν βρήκε έναν άλλον ικανό να την αντέξει, να συμμετάσχει στη ρύθμισή της και να τη βοηθήσει να αποκτήσει μορφή. Αυτό που ο Δρίτσουλας ονομάζει *αμαρτύρητη ενσωμάτωση* δεν

είναι μεταφορά: είναι κλινική περιγραφή της στιγμής κατά την οποία μια εμπειρία, επειδή δεν βρήκε διυποκειμενικό πεδίο ικανό να τη συγκρατήσει, κατέφυγε στο σώμα ως τελευταίο καταφύγιο. Και αυτό που ονομάζει *ενσώματο μάρτυρα* δεν είναι ρόλος αλλά τρόπος παρουσίας: ο θεραπευτής που δέχεται στο δικό του σώμα κάτι από αυτή την αμαρτύρητη εμπειρία, χωρίς να τη διώχνει, χωρίς να την κατακτά, χωρίς να τη μεταφράζει βιαστικά. Πρόκειται για μια φαινομενολογική θέση ριζοσπαστική, ακριβώς επειδή είναι απλή: ο θεραπευτής δεν χρειάζεται πρώτα να καταλάβει για να βοηθήσει. Χρειάζεται πρώτα να αντέξει.

Η ιδιαίτερη δύναμη αυτής της πρότασης βρίσκεται στον τρόπο που αντιμετωπίζει το σώμα. Δεν το βλέπει ούτε ως αίνιγμα που πρέπει να λυθεί ούτε ως σύμβολο που πρέπει να αποκωδικοποιηθεί. Το αντιμετωπίζει ως τόπο όπου μια σχέση απέτυχε να γίνει μάρτυρας. Το σώμα δεν μιλά επειδή η ψυχή θέλει απλώς να κρυφτεί πίσω του. Μιλά επειδή κάποτε δεν υπήρξε αρκετός άλλος, αρκετός χώρος, αρκετή αντοχή, αρκετή ρυθμιστική παρουσία για να μπορέσει μια εμπειρία να γίνει λέξη, εικόνα, αφήγηση ή σκέψη.

Η θέση αυτή έχει ιδιαίτερη βαρύτητα σε μια εποχή όπου η ψυχοθεραπευτική σκέψη κινδυνεύει συχνά να ταλαντεύεται ανάμεσα σε δύο άκρα. Από τη μία πλευρά, υπάρχει η τάση να ψυχολογικοποιούνται τα πάντα, να θεωρείται ότι κάθε σωματική εκδήλωση είναι ένα κρυπτογραφημένο μήνυμα που περιμένει τη σωστή ερμηνεία. Από την άλλη, υπάρχει η αντίστροφη τάση να αποσυνδέεται πλήρως το σώμα από τη σχεσιακή εμπειρία και να αντιμετωπίζεται αποκλειστικά ως βιολογικός μηχανισμός. Ο συγγραφέας αποφεύγει και τα δύο άκρα. Το σώμα δεν είναι ούτε απλό βιολογικό αντικείμενο ούτε αλληγορικό κείμενο. Είναι τόπος κατοίκησης της σχέσης.

Η επιλογή της λέξης *μάρτυρας* δεν είναι τυχαία. Ο μάρτυρας δεν είναι ουδέτερος καταγραφέας γεγονότων. Δεν βρίσκεται έξω από τη σκηνή. Δεν παρακολουθεί από ασφαλή απόσταση. Αντίθετα, εκτίθεται. Επιτρέπει στον εαυτό του να επηρεαστεί από αυτό που συναντά, χωρίς να χάνει την ικανότητα να το σκέφτεται. Η στάση αυτή προϋποθέτει θάρρος: να ανεχθεί κανείς καταστάσεις αβεβαιότητας χωρίς

να σπεύσει να τις κλείσει μέσω ερμηνείας. Ο μάρτυρας δεν ταυτίζεται ούτε με την ουδετερότητα ούτε με τη συγχώνευση. Ζητά από τον θεραπευτή κάτι περισσότερο από γνώση: ζητά διαθεσιμότητα, συμμετοχή χωρίς εισβολή, μια μορφή παρουσίας που γίνεται πεδίο κατανόησης. Πρόκειται για μια βαθιά ηθική θέση απέναντι στην ανθρωπινή οδύνη.

Η ακρόαση αυτή προϋποθέτει κάτι που συχνά υποτιμάται: χρόνο. Η αμαρτύρητη εμπειρία δεν μετατρέπεται άμεσα σε αφήγηση. Χρειάζεται πρώτα να βρει έναν μάρτυρα που θα αντέξει να βρίσκεται μαζί της χωρίς να την καταργεί μέσω πρόωρης εξήγησης. Με αυτή την έννοια, το βιβλίο αποτελεί και μια έμμεση υπεράσπιση της υπομονής ως θεραπευτικής αρετής. Σε μια εποχή που αναζητούμε τεχνικές, πρωτόκολλα, εργαλεία, αυτό υπενθυμίζει ότι η σημαντικότερη θεραπευτική πράξη μπορεί μερικές φορές να είναι η παραμονή: η δυνατότητα να παραμείνει κανείς παρών απέναντι σε μια εμπειρία που ακόμη δεν μπορεί να οργανωθεί σε νόημα.

Ίσως γι' αυτό το βιβλίο διαβάζεται ταυτόχρονα ως θεωρητικό έργο και ως κλινική μαρτυρία. Ο αναγνώστης δεν αισθάνεται ότι καλείται απλώς να μάθει μια νέα έννοια. Καλείται να μετακινηθεί από έναν τρόπο θέασης σε έναν άλλο. Να δει το σύμπτωμα όχι ως πρόβλημα προς επίλυση αλλά ως μορφή επικοινωνίας που εμφανίζεται, όταν όλες οι προηγούμενες μορφές επικοινωνίας απέτυχαν. Αν η ψυχανάλυση γεννήθηκε ως προσπάθεια να ακουστεί το ασυνείδητο, τότε το βιβλίο αυτό μας υπενθυμίζει ότι υπάρχουν στιγμές όπου το ασυνείδητο δεν μιλά ακόμη με εικόνες ή με λέξεις. Μιλά με σωματικές καταστάσεις, με αισθήσεις, με βλάβες της συνέχειας, με δυσκολίες ρύθμισης, με ανεξήγητες επιβαρύνσεις του οργανισμού. Και ακριβώς εκεί χρειάζεται μια διαφορετική μορφή ακρόασης.

Διαβάζοντας το βιβλίο, αναγνώρισα κάτι που με αφορά επίσης, από διαφορετική οπτική γωνία. Η δική μου θεωρητική εργασία τα τελευταία χρόνια έχει επικεντρωθεί στη λεγόμενη «ομαδική στροφή» στη σχεσιακή ψυχανάλυση: στην πρόταση ότι η αναλυτική δύαδα δεν είναι ποτέ απλώς δύο άτομα σε ένα δωμάτιο, αλλά δύο εκπρόσωποι ευρύτερων κόσμων, οικογενειών, ομάδων, πολιτισμικών και

θεσμικών εμπειριών. Ο αναλυτής δεν κάθεται μόνος με τον ασθενή: κάθεται με ό,τι έχουν κουβαλήσει μέχρι εκεί, και αυτό το «ό,τι» έχει βάρος, ιστορία, σώμα. Ωστόσο, η αναφορά μου αυτή δεν γίνεται για να μετατοπίσει το κέντρο βάρους του παρόντος βιβλίου. Αντίθετα, γίνεται για να αναδείξει τη δική του πρωτοτυπία.

Αυτό που το παρόν βιβλίο προσφέρει στην «ομαδική στροφή», είναι μια διάσταση που η θεωρία της ομάδας τείνει να αφήνει αδιερεύνητη: το σώμα ως το πεδίο στο οποίο η σχεσιακή αποτυχία εγγράφεται πριν αποκτήσει γλωσσική μορφή. Η συμβολή του δεν βρίσκεται στην επέκταση της σχεσιακής θεωρίας προς την ομάδα ή τον θεσμό. Βρίσκεται στην επέκτασή της προς το σώμα. Εκεί όπου πολλοί σχεσιακοί θεωρητικοί σταμάτησαν στη μελέτη της διωποκειμενικότητας, εκείνος συνεχίζει προς την ενσώματη διάστασή της. Εκεί όπου άλλοι εστίασαν στη γλώσσα, στη μεταβίβαση ή στην αφήγηση, εκείνος στρέφει το βλέμμα στο σημείο όπου η αφήγηση δεν έχει ακόμη γεννηθεί. Δεν ισχυρίζομαι ότι οι δύο εργασίες ταυτίζονται. Ισχυρίζομαι ότι διαλέγονται, και ότι αυτή η ένταση είναι πολύτιμη.

Αν η «ομαδική στροφή» υποστηρίζει ότι δεν υπάρχει δυνάδα, παρά μόνο ομάδα που μιλά μέσα από δύο εκπροσώπους της, τότε το ανά χείρας βιβλίο μάς θυμίζει ότι αυτή η ομάδα γράφεται επίσης στη σάρκα. Ότι οι ομαδικές αποτυχίες, οι ελλείψεις, οι απόντες μάρτυρες δεν ζουν μόνο στη μνήμη ή στη φαντασία, αλλά στο δέρμα, στο έντερο, στην αναπνοή. Το αμαρτύρητο δεν είναι απλώς ψυχολογική κατηγορία: είναι σώμα που περιμένει. Ο θεσμικός αναλφαβητισμός που έχω περιγράψει αλλού, ορίζεται ακριβώς από σχεσιακές αποτυχίες που εξαναγκάζουν κάτι σε σωματική εγγραφή αντί για συλλογική διαμόρφωση: ό,τι η ομάδα δεν αντέχει να ονομάσει, το σώμα κάποιου μέλους αναλαμβάνει να το κουβαλά.

Υπάρχουν, άλλωστε, οικογένειες που ενσωματώνουν αμαρτύρητα τραύματα. Υπάρχουν θεσμοί που φέρουν στο σώμα τους ιστορίες αποκλεισμού, σιωπής, ιδεολογικής ακαμψίας και άρρητης βίας. Υπάρχουν κοινότητες που μετατρέπουν το ανείπωτο σε συμπεριφορά, σε κανόνα, σε επανάληψη. Όπως το άτομο μπορεί να εμφανίσει ένα ψυχοσωματικό σύμπτωμα όταν αποτυγχάνει να βρει μάρτυρα,

έτσι και μια ομάδα μπορεί να οργανωθεί γύρω από άκαμπτες δομές, όταν αδυνατεί να συμβολοποιήσει την ιστορία της. Αυτή η σκέψη δεν μετακινεί το βιβλίο από το δικό του κέντρο. Αντίθετα, δείχνει τη δύναμη της πρότασής του: μια έννοια που γεννιέται από τη δυναμική κλινική σχέση μπορεί να ανοίξει ερωτήματα για την οικογένεια, την ομάδα, τον θεσμό και την κοινωνία.

Θέλω να υπογραμμίσω τρία στοιχεία που θεωρώ κεντρικά για τη συνεισφορά του βιβλίου.

Το πρώτο αφορά τη σχέση με την παράδοση. Ο συγγραφέας μας εδώ δεν απορρίπτει τις ψυχοσωματικές παραδόσεις που προηγήθηκαν. Πρόκειται για μια σχέση που χαρακτηρίζεται από σεβασμό αλλά όχι από υποταγή. Δεν επιχειρεί να οικοδομήσει τη θεωρία του μέσα από μια ρητορική ρήξης. Διαβάζει τις παραδόσεις με φροντίδα, αναζητώντας σε καθεμία αυτό που κατάφερε να δει και αυτό που παρέμεινε αδιατύπωτο. Η διαπίστωσή του είναι χαρακτηριστική: κάθε παράδοση υποψιαζόταν τη σχεσιακή διάσταση, χωρίς να την κατονομάζει. Ο Alexander είδε τη σύγκρουση. Ο Marty είδε την αδυναμία συμβολισμού. Η Αϊζενστάιν είδε το «σχολείο της σάρκας». Η Ποταμιάνου είδε τη διαγενεακή μετάδοση. Κανείς όμως δεν έθεσε τη σχέση ως οργανωτική αρχή, ως το πεδίο από το οποίο αναδύεται τόσο η νόσος όσο και η θεραπεία. Η κίνηση του Δρίτσουλα είναι τόσο απλή όσο και ριζοσπαστική: δεν χρειάζεται να αποκηρύξουμε ότι προηγήθηκε. Χρειάζεται να το διαβάσουμε από ένα σημείο που οι ίδιοι δεν έφτασαν.

Στις ανθρώπινες επιστήμες η πρόοδος συχνά παρουσιάζεται ως διαδοχή νικητών και ηττημένων. Όμως οι σημαντικές θεωρητικές μετατοπίσεις δεν προκύπτουν συνήθως από την ακύρωση του παρελθόντος. Προκύπτουν από μια βαθύτερη κατανόησή του. Ο Δρίτσουλας δεν προτείνει να εγκαταλείψουμε τις έννοιες της σύγκρουσης, της συμβολοποίησης ή της διαγενεακής μετάδοσης. Προτείνει να τις ξαναδούμε μέσα από τον φακό της σχέσης. Αυτό που αλλάζει, δεν είναι απλώς η θεωρία: είναι το σημείο από το οποίο παρατηρούμε το φαινόμενο. Όταν η σχέση τοποθετείται στο κέντρο, το ερώτημα παύει να είναι μόνο «τι συνέβη μέσα στον άνθρωπο». Γίνεται επίσης «τι

δεν συνέβη ανάμεσα στους ανθρώπους». Η ωριμότητα ενός θεωρητικού εγχειρήματος δεν φαίνεται από το πόσο επιθετικά διαφοροποιείται, αλλά από το αν μπορεί να διακρίνει μέσα στο παλαιό το έμβρυο του νέου.

Αξίζει να σημειωθεί ότι η σχεσιακή ψυχανάλυση διαθέτει ήδη εννοιολογικά εργαλεία συγγενή με αυτά του βιβλίου, χωρίς όμως να έχουν εφαρμοστεί συστηματικά στο ψυχοσωματικό πεδίο. Η «αδιατύπτωτη εμπειρία» κατά Stern, οι μη δηλωτικές μνήμες της βρεφικής έρευνας, η «σιωπηλή γνώση» που δεν βρίσκει συμβολική διέξοδο: όλα δείχνουν προς το ίδιο φαινόμενο που ο συγγραφέας ονομάζει αμαρτύρητη ενσωμάτωση, χωρίς όμως κανείς να το είχε τοποθετήσει τόσο άμεσα στη σωματική διάσταση της σχέσης. Η πρωτοτυπία του βιβλίου δεν έγκειται στην ανακάλυψη νέων εννοιών από το μηδέν, αλλά στην επιμονή να συνδεθούν πράγματα που η βιβλιογραφία κρατούσε χωριστά.

Το δεύτερο στοιχείο αφορά τη θέση του θεραπευτή. Το βιβλίο δεν αφήνει τον ενσώματο μάρτυρα ως αφηρημένη έννοια. Τον εμφανίζει μέσα από κλινικές βινιέτες, όπου το σώμα του θεραπευτή είναι παρόν και λειτουργεί: νιώθει, δονείται, βαρύνεται, αντηχεί. Ο Δρίτσουλας καταφέρει να αποφύγει δύο αντίθετους κινδύνους: από τη μία πλευρά δεν εξιδανικεύει τον θεραπευτή, από την άλλη δεν τον εξαφανίζει. Ο θεραπευτής δεν είναι παντογνώστης, αλλά ούτε και αόρατος. Είναι παρών, και αυτή η παρουσία αποτελεί μέρος της θεραπευτικής διαδικασίας.

Εδώ το βιβλίο κάνει μια επιλογή που έχει βαθιές τεχνικές συνέπειες. Ο θεραπευτής δεν ερμηνεύει πρώτα και νιώθει μετά. Νιώθει πρώτα, αντέχει αυτό που νιώθει, και μόνο τότε βρίσκει τη γλώσσα. Αυτή η σειρά αναστρέφει σιωπηλά μια βαθιά υπόθεση της κλασικής ψυχαναλυτικής τεχνικής. Η κόπωση, η ένταση, το βάρος, η δυσφορία ή ακόμη και η αίσθηση αποδιοργάνωσης δεν αντιμετωπίζονται ως προσωπικά παράσιτα που πρέπει να αποβληθούν. Αντιμετωπίζονται ως πιθανά στοιχεία μιας επικοινωνίας που αναζητά μορφή. Ο συγγραφέας μας δεν συγχέει αυτή την παρουσία με αυθόρμητη αποκάλυψη ούτε με ταύτιση. Την κατανοεί ως φαινομενολογικό δεδομέ-

νο που, όταν γίνει αντικείμενο στοχασμού, μεταμορφώνεται σε κλινική πληροφορία. Η αντιμεταβίβαση εδώ δεν είναι εμπόδιο που πρέπει να υπερπηδηθεί. Είναι το πρώτο όργανο κατανόησης.

Αυτή η θέση αντηχεί βαθιά στη δική μου κλινική εμπειρία ως αναλυτή ομάδων. Μέσα σε μια μεγάλη ομάδα, ο εαυτός του αναλυτή δεν κρύβεται ποτέ. Γίνεται επιφάνεια προβολής, αντικείμενο τοποθέτησης, μέσο έκφρασης αυτού που η ομάδα δεν μπορεί ακόμα να πει. Στη μεγάλη ομάδα μαθαίνει κανείς, από ανάγκη, να κατοικεί τη δική του υποκειμενικότητα, ενώ ταυτόχρονα τη δανείζει στο συλλογικό. Αυτό που ο Δρίτσουλας ανακαλύπτει στην ψυχοσωματική, η ακούσια υποκειμενικότητα του θεραπευτή ως όργανο κατανόησης, είναι κάτι που η ομαδική ανάλυση γνωρίζει δομικά. Εδώ όμως διατυπώνεται με ιδιαίτερη θεωρητική ακρίβεια μέσα στο πεδίο της ψυχοσωματικής.

Το τρίτο στοιχείο αφορά αυτό που θα ονόμαζα η «ελληνική παρούσα» του βιβλίου. Σε μια εποχή όπου η ακαδημαϊκή παραγωγή τείνει να οργανώνεται γύρω από συγκεκριμένα διεθνή κέντρα, η ανάδειξη της Μαρίλιας Αϊζενστάιν και της Άννας Ποταμιάνου αποκτά ιδιαίτερη σημασία. Ο συγγραφέας δεν τις αναφέρει ως ιστορικές υποσημειώσεις. Τις αντιμετωπίζει ως δημιουργικές συνομιλήτριες: η Αϊζενστάιν με την έννοια του «σχολείου της σάρκας», η Ποταμιάνου με την ανάλυση της διαγενεακής μετάδοσης, εκπροσωπούν μια ελληνόφωνη συμβολή που σπάνια λαμβάνει τη διεθνή αναγνώριση που της αξίζει. Η επιλογή αυτή υπενθυμίζει ότι η ψυχαναλυτική σκέψη δεν αναπτύσσεται μόνο σε λίγες προνομιούχες γεωγραφικές περιοχές. Η ελληνική ψυχαναλυτική κοινότητα συχνά βρέθηκε ανάμεσα σε δύο κινδύνους: στην ιδεοποίηση του διεθνούς κέντρου και στην αυτάρεσκη απομόνωση. Το βιβλίο αποφεύγει και τα δύο. Η δημιουργική σκέψη γεννιέται εκεί όπου η τοπική εμπειρία συναντά τον διεθνή διάλογο: ούτε στην απομόνωση ούτε στη μίμηση, αλλά στη δύσκολη και γόνιμη ενδιάμεση περιοχή. Αυτό το βιβλίο κατοικεί ακριβώς εκεί.

Χρειάζεται να πω κάτι για τον τρόπο γραφής. Το βιβλίο έχει διπλή φωνή: θεωρητική και λογοτεχνική. Τα κεφάλαια κινούνται ανάμεσα σε εννοιολογική οικοδόμηση και κλινική αφήγηση, χωρίς να

αισθάνεται κανείς ρήξη. Οι βινιέτες δεν είναι επεξηγηματικά παραδείγματα: είναι τα ίδια τα σώματα που η θεωρία αφορά. Δεν χρησιμοποιούνται ως παραδείγματα μιας ήδη διαμορφωμένης σκέψης. Μέσα από αυτές γεννιέται η ίδια η θεωρία. Ο αναγνώστης παρακολουθεί τη σκέψη να διαμορφώνεται σταδιακά μέσα από τη συνάντηση με την κλινική εμπειρία, γεγονός που δημιουργεί μια αίσθηση αυθεντικότητας: δεν έχουμε μπροστά μας ένα σύστημα που επιβλήθηκε στα δεδομένα, αλλά μια θεωρία που αναδύθηκε από αυτά.

Υπάρχει επίσης μια μορφή θεωρητικής ταπεινότητας που διαπερνά το βιβλίο. Ο Δρίτσουλας δεν εμφανίζεται ως κάτοχος της τελικής αλήθειας. Παρουσιάζεται ως κλινικός που συνεχίζει να μαθαίνει από τους ασθενείς του. Αυτή η στάση είναι σημαντική στο πεδίο της ψυχανάλυσης, όπου οι θεωρίες κινδυνεύουν εύκολα να μετατραπούν σε συστήματα βεβαιότητας. Το βιβλίο διατηρεί ζωντανό το μυστήριο της ανθρώπινης εμπειρίας: δεν βιάζεται να εξηγήσει τα πάντα, δεν προσπαθεί να κλείσει κάθε ερώτημα. Αφήνει χώρο για το άγνωστο. Το σώμα παραμένει τόπος συνάντησης ανάμεσα στο γνωστό και το άγνωστο, ανάμεσα στο ειπωμένο και το ανείπωτο, ανάμεσα στη μνήμη και σ' εκείνο που δεν μπόρεσε ποτέ να γίνει μνήμη.

Στο σημείο αυτό αξίζει μια παρατήρηση. Η ψυχοσωματική κινδύνευσε πάντα από έναν ειδικό πειρασμό: τον πειρασμό του λεξικού, της αντιστοίχισης οργάνου και συμπτώματος. Η τάση να αποδοθεί στον θυμό η υπέρταση, στη χαμένη μητέρα το άσθμα, στην καταπιεσμένη εξάρτηση το έλκος, είχε την αξία κάθε πρώτης χαρτογράφησης, αλλά κινδύνευε να γίνει νέα μορφή αντικειμενοποίησης. Ο Δρίτσουλας αναγνωρίζει αυτή την παγίδα και αντιστέκεται. Η αμαρτήρητη ενσωμάτωση δεν είναι κωδικός που αποκρυπτογραφείται: είναι ίχνος που αναγνωρίζεται μέσα από σχέση. Αυτό σημαίνει ότι καμία ερμηνεία δεν μπορεί να υπάρξει εκτός του διυποκειμενικού πεδίου που τη γεννά. Σημαίνει επίσης ότι ο ίδιος ασθενής μπορεί να εκφράζει διαφορετικές σωματικές αλήθειες σε διαφορετικές σχέσεις, και ότι η θεραπεία δεν ανακαλύπτει απλώς μια αλήθεια κρυμμένη στο σώμα, αλλά συνδημιουργεί ένα νέο πεδίο μέσα στο οποίο η σωματική εμπειρία μπορεί επιτέλους να βρει μορφή.

Θέλω να αναφερθώ, τελειώνοντας, στη θέση αυτού του βιβλίου στο ευρύτερο πεδίο της σύγχρονης ψυχαναλυτικής σκέψης. Τα τελευταία χρόνια παρακολουθούμε μια αυξανόμενη ευαισθησία για τις διαστάσεις της εμπειρίας που παλαιότερα παρέμεναν στο περιθώριο: το τραύμα, η διυποκειμενικότητα, το κοινωνικό πλαίσιο, η πολιτισμική εμπειρία, η ενσώματη γνώση. Το βιβλίο αυτό εντάσσεται σε αυτή την ευρύτερη κίνηση, αλλά ταυτόχρονα προσθέτει κάτι δικό του: παραμένει σταθερά προσανατολισμένο στη θεραπευτική σχέση. Δεν εγκαταλείπει ποτέ τον άνθρωπο για χάρη της θεωρίας, ούτε το σώμα για χάρη της ιδεολογίας.

Η αμαρτύρητη ενσωμάτωση, όπως παρουσιάζεται εδώ, δεν είναι μόνο ψυχοσωματική έννοια. Είναι υπενθύμιση των συνεπειών που έχει η απουσία του μάρτυρα: οι άνθρωποι δεν τραυματίζονται μόνο από αυτά που τους συνέβησαν, αλλά και από το γεγονός ότι δεν υπήρξε κανείς να τα δει, να τα αναγνωρίσει, να τα αντέξει μαζί τους. Αντίστοιχα, η θεραπεία δεν αφορά μόνο την κατανόηση του τραύματος. Αφορά τη δημιουργία των συνθηκών μέσα στις οποίες μια εμπειρία μπορεί επιτέλους να αποκτήσει μάρτυρα που θα μπορεί να την σκέπτεται, να την βλέπει και να την αφηγείται. Αυτός είναι ο λόγος που θεωρώ το βιβλίο σημαντικό: όχι επειδή προτείνει απλώς μια νέα θεωρία, αλλά επειδή μας καλεί να επανεξετάσουμε μία από τις βασικότερες ανθρώπινες ανάγκες.

Το βιβλίο παραμένει συνειδητά προσηλωμένο στη δυαδική κλινική σχέση. Και καλά κάνει: η θεωρητική συνέπεια απαιτεί να μην υπερεκτείνεις τη θέση σου πέρα από αυτό που η κλινική σου εμπειρία σου επιτρέπει να πεις με βεβαιότητα. Τα ερωτήματα για το κοινωνικό και ομαδικό αμαρτύρητο αφήνονται ανοιχτά, και αυτή η άρνηση να κλείσουν πρόωρα είναι επίσης ένδειξη θεωρητικής ωριμότητας.

Τα ερωτήματα που αφήνει ανοιχτά αυτό το βιβλίο είναι, για μένα, από τα πιο γόνιμα της πρόσφατης ελληνόφωνης ψυχαναλυτικής σκέψης. Τι σημαίνει να είσαι ενσώματος μάρτυρας σε πλαίσιο ομαδικής θεραπείας, όπου οι σωματικές αντιδράσεις αφορούν ταυτόχρονα πολλαπλά υποκείμενα; Πώς η αμαρτύρητη ενσωμάτωση εγγράφεται διαφορετικά σε σώματα που έχουν βιώσει κοινωνικά ή ιστορικά τραύ-

ματα; Και πώς η θεραπεία αλλάζει, όταν το «αμαρτύρητο» δεν αφορά μόνο τη σχέση εντός της οικογένειας αλλά τη σχέση ενός σώματος με μια κοινωνία που αρνήθηκε να το κρατήσει; Αυτές οι ερωτήσεις δεν είναι κριτική του βιβλίου: είναι η μαρτυρία της γονιμότητάς του. Μια θεωρητική πρόταση που αξίζει τον κόπο, φέρει πάντα μαζί της ερωτήματα που ξεπερνά η ίδια.

Ένα τελευταίο, προσωπικό. Διαβάζω συχνά βιβλία που ξέρουν τι θέλουν να πουν πριν το πουν. Αυτό το βιβλίο είναι διαφορετικό. Αφήνει να φανεί η σκέψη καθώς γίνεται, και ο Δρίτσουλας δεν φοβάται να παρουσιαστεί ως θεραπευτής που σκέφτεται μέσα από αυτό που βιώνει, όχι από απόσταση ασφαλείας. Η θεωρητική του πρόταση είναι αδύνατο να χωριστεί από την κλινική του ζωή. Αυτή η αδιαχωριστότητα δεν είναι αδυναμία: είναι η πηγή της αξιοπιστίας του. Ένας θεραπευτής που γράφει για το σώμα και δεν εμφανίζει το δικό του σώμα στη γραφή, γράφει για κάτι άλλο. Εδώ, αντίθετα, ο συγγραφέας παρίσταται. Το βιβλίο δεν είναι απόρροια αποστασιοποιημένης θεωρητικής επεξεργασίας. Είναι αποτέλεσμα χρόνων κλινικής παρουσίας, αναρώτησης και αντοχής σε αυτό που δεν ήταν ακόμα κατανοητό. Και αυτό, για μένα, είναι το σημάδι ενός ζωντανού βιβλίου.

Το σώμα μιλά εκεί που μια σχέση δεν άντεξε να γίνει μάρτυρας. Η θεραπεία αρχίζει όταν μια νέα σχέση μπορεί να ακούσει. Αυτό, σε δύο προτάσεις, είναι η βαθιά υπόσχεση του βιβλίου του Ιωάννη Δρίτσουλα. Και ίσως γι' αυτό αξίζει να το διαβάσουμε αργά: όχι μόνο για να κατανοήσουμε τις ιδέες του, αλλά και για να επιτρέψουμε στις ερωτήσεις που γεννά να εργαστούν μέσα μας. Γιατί τα ουσιαστικά βιβλία δεν μας προσφέρουν απλώς απαντήσεις. Μας βοηθούν να ακούμε διαφορετικά αυτά που μέχρι χθες θεωρούσαμε σιωπηλά.

Αθήνα, Ιούνιος 2026

ΣΤΑΥΡΟΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΙΔΗΣ

Διευθυντής, Ινστιτούτο Σχεσιακής και Ομαδικής Ψυχοθεραπείας, Αθήνα

Εισαγωγή

ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΣΩΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΟΝΟΥΝ χωρίς να μπορούν να πουν γιατί. Σώματα που φλεγμαίνουν, σφίγγονται, αιμορραγούν, παγώνουν ή καταρρέουν, όχι επειδή «θέλουν» να μιλήσουν στη θέση της ψυχής, αλλά επειδή κάποτε δεν υπήρξε κανείς ικανός να αντέξει αυτό που συνέβαινε πριν προλάβει να γίνει λόγος. Σε αυτά τα σώματα στρέφεται το παρόν βιβλίο.

Η ψυχοσωματική παράδοση κινδύνευσε ιστορικά από δύο άκρα. Αν το σώμα αντιμετωπιστεί μόνο ως βιολογικός μηχανισμός, χάνεται η ιστορία του υποκειμένου που το κατοικεί. Αν αντιμετωπιστεί μόνο ως σύμβολο μιας κρυμμένης ψυχικής σύγκρουσης, χάνεται η υλικότητα του, η σάρκα του, ο τρόπος με τον οποίο κουβαλά τη μνήμη. Το ψυχοσωματικό σώμα χρειάζεται μια γλώσσα που να μπορεί να κρατήσει ταυτόχρονα τη βιολογική πραγματικότητα, την ψυχική οδύνη και το σχεσιακό πεδίο μέσα στο οποίο αυτή η οδύνη εγγράφηκε. Ανάμεσα στη βιολογικοποίηση και την ψυχολογικοποίηση εκτείνεται ένας τρίτος δρόμος, ο οποίος αναγνωρίζει το σώμα όχι μόνο ως οργανισμό και όχι μόνο ως μεταφορά, αλλά ως τόπο σχέσης.

Σε αυτόν τον τρίτο δρόμο επιχειρεί να μιλήσει το παρόν βιβλίο. Η κεντρική του πρόταση συμπυκνώνεται στην εξής θέση: το ψυχοσωματικό σύμπτωμα δεν χρειάζεται να κατανοείται μόνο ως αποτυχία της ατομικής ψυχικής επεξεργασίας, αλλά μπορεί να ιδωθεί και ως ενσώματη εγγραφή μιας σχεσιακής αποτυχίας, ως αποτύπωμα μιας σχέσης που δεν κατάφερε να περιλάβει, να ρυθμίσει ή να αναγνωρίσει τη σωματική εμπειρία του υποκειμένου. Και αν αυτό ισχύει, η θεραπεία δεν μπορεί να νοηθεί μόνο ως ερμηνεία ούτε ως απλή αναπλήρωση ενός ελλείμματος. Στο πλαίσιο αυτής της προσέγγισης, η

θεραπεία συνίσταται στη συγκρότηση ενός νέου διυποκειμενικού πεδίου, μέσα στο οποίο η ενσώματη εμπειρία μπορεί επιτέλους να βρει έναν μάρτυρα, ένα κράτημα, έναν ρυθμό και μια γλώσσα.

Στον πυρήνα της πρότασης που αναπτύσσεται στις σελίδες που ακολουθούν βρίσκεται ένα δίπολο. Το δίπολο αυτό συγκροτείται από δύο όρους: την *αμαρτύρητη ενσωμάτωση* και τον *ενσώματο μάρτυρα*. Ο πρώτος ονομάζει τη σωματική εγγραφή μιας εμπειρίας που δεν βρήκε επαρκή μάρτυρα μέσα στη σχέση, δεν περιλήφθηκε σε ένα διυποκειμενικό πεδίο ικανό να τη ρυθμίσει και δεν μπόρεσε να μετασχηματιστεί σε σκέψη, εικόνα ή λόγο. Ο δεύτερος ονομάζει τη θεραπευτική παρουσία που μπορεί να δεχτεί ενσώματα κάτι από αυτή την αμαρτύρητη ενσωμάτωση, να την αντέξει, να τη στοχαστεί και να τη βοηθήσει σταδιακά να βρει μορφή. Ανάμεσα στους δύο όρους εκτείνεται ολόκληρη η κλινική πράξη της σχεσιακής ψυχαναλυτικής ψυχοσωματικής. Γύρω από αυτό το δίπολο οργανώνονται τρεις αλληλοδιαπλεκόμενες διαστάσεις, η σχεσιακή ιστορία, ο ενσώματος εαυτός και η θεραπευτική συνάντηση, οι οποίες δομούν τη θεωρητική σύνθεση του βιβλίου.

Η διαδρομή των σελίδων που ακολουθούν κινείται από την ιστορία προς τη σύνθεση και από τη σύνθεση προς την κλινική πράξη. Το Α΄ Μέρος επιστρέφει στις μεγάλες ψυχοσωματικές παραδόσεις, όχι για να τις επαναλάβει αλλά για να αναδείξει τι καθεμία είδε και τι άφησε αδιατύπωτο. Το Β΄ Μέρος επιχειρεί τη σχεσιακή τους επανερμηνεία και διατυπώνει τη θεωρητική πρόταση του βιβλίου. Το Γ΄ Μέρος δοκιμάζει αυτή την πρόταση μέσα σε επτά κλινικές βινιέτες, εκεί όπου κάθε θεωρία καλείται να αντέξει την πραγματικότητα του πόνου και να φωτίσει ή να αποτύχει να φωτίσει μια συγκεκριμένη ανθρώπινη ιστορία.

Αν θα έπρεπε να εξηγήσω από πού γεννήθηκε αυτό το βιβλίο, θα έλεγα ότι γεννήθηκε από την ανάγκη μου να εντάξω τη σχέση στην ψυχοσωματική. Επέλεξα να γίνω σχεσιακός ψυχαναλυτικός ψυχοθεραπευτής επειδή ακριβώς πιστεύω ότι το τραύμα γεννιέται μέσα από μια σχέση και μέσα από μια σχέση μπορεί να επουλωθεί. Είμαστε σχεσιακά όντα. Οι σχέσεις μας μπορούν να μας πληγώσουν, να μας κα-

θορίσουν, αλλά και να συμμετάσχουν στη συγκρότηση και την επούλωσή μας. Η σωματική υγεία, η ψυχική ισορροπία και η ποιότητα των στενών σχέσεων δεν αποτελούν απομονωμένες περιοχές της ζωής, αλλά αλληλένδετες διαστάσεις της ανθρώπινης εμπειρίας. Διαβάζοντας ξανά την κλασική ψυχοσωματική βιβλιογραφία, ελληνική και διεθνή, αναρωτιόμουν επίμονα τι παρέμενε ανεπαρκώς διατυπωμένο. Εκείνο που έλειπε δεν ήταν κάθε αναφορά στη σχέση, αλλά η συστηματική τοποθέτησή της στον πυρήνα της ψυχοσωματικής θεωρίας και της κλινικής πράξης. Παρέμενε ανεπαρκώς αναγνωρισμένο ότι το σώμα που πονά δεν είναι ένα μεμονωμένο σώμα αλλά ένα σώμα που έζησε, αρρώστησε και αναζητεί επούλωση μέσα σε σχέσεις. Από αυτή την αναγνώριση, και από χρόνια κλινικής εργασίας με ασθενείς των οποίων το σώμα κουβαλούσε ό,τι η σχέση δεν είχε αντέξει, σχηματίστηκε σταδιακά αυτό που στις σελίδες που ακολουθούν ονομάζω σχεσιακή ψυχαναλυτική ψυχοσωματική. Το παρόν βιβλίο επιχειρεί, από όσο γνωρίζω, κάτι που δεν έχει διατυπωθεί μέχρι σήμερα με αυτή τη συστηματική μορφή: μια σχεσιακή ψυχαναλυτική επανερμηνεία της ψυχοσωματικής παράδοσης, ταυτόχρονα θεωρητική και κλινική. Δεν διεκδικεί να κλείσει τη συζήτηση γύρω από το ψυχοσωματικό φαινόμενο. Διεκδικεί όμως να την ανοίξει από ένα νέο σημείο.

Τις κλινικές βινιέτες που περιλαμβάνονται στο Γ' Μέρος τις έχω επεξεργαστεί με ιδιαίτερη προσοχή στην προστασία της ανωνυμίας των προσώπων. Πρόκειται για κλινικές συνθέσεις, όχι για αυτούσιες περιπτώσεις. Τα αναγνωριστικά στοιχεία έχουν τροποποιηθεί, χωρίς να αλλοιώνεται ο κλινικός και θεωρητικός πυρήνας κάθε αφήγησης. Δεν παρουσιάζονται ως υλικό προς επίδειξη αλλά ως αφηγήσεις που επιτρέπουν στη θεωρία να δοκιμαστεί μέσα στην πολυπλοκότητα της θεραπευτικής σχέσης. Αυτή η εκδοτική και δεοντολογική επιλογή δεν είναι διαδικαστική. Είναι κλινική στάση.

Αν υπάρχει ένα νήμα που διατρέχει ολόκληρο αυτό το βιβλίο, είναι ότι το σώμα δεν ζητά πάντα να ερμηνευθεί. Συχνά ζητά πρώτα να βρει κάποιον που να αντέξει να το ακούσει. Σε αυτό το πέρασμα, από το σώμα που έμεινε μόνο, στο σώμα που βρίσκει μάρτυρα, αρχίζει η σχεσιακή ψυχαναλυτική ψυχοσωματική.