

Γιά μιά καλύτερη κατανόηση  
τοῦ φαινομένου τῶν ἐξαρτήσεων

Τό θέμα μας σήμερα ἀποτελεῖ μιά ἐντυπωσιακή ἀντίφαση τοῦ σύγχρονου ἀνθρώπου. Συγκεκριμένα, μᾶς ἀπασχολεῖ ἡ προθυμία του γιά ἐξαρτήσεις στήν καρδιά μιᾶς ἐποχῆς ἡ ὁποία ἔχει μέ κόπο κατακτήσει καί τώρα ἀπολαμβάνει τήν πανηγυρική διακήρυξη τῆς ἀνεξαρτησίας του! Τό παράδοξο ἔγκειται δηλαδή στό γεγονός ὅτι ὅσο προοδεύει ἡ ἐξωτερική ἀνεξαρτησία τοῦ ἀνθρώπου ἀπό δεσμευτικούς παράγοντες (τυραννίες κάθε εἴδους), τόσο περισσότερο ἐφευρίσκονται τρόποι δέσμευσης τῆς ἐσωτερικῆς ἐλευθερίας του.

Ἔχω τή γνώμη ὅτι βοηθᾶ στήν μελέτη του φαινομένου τῶν ἐξαρτήσεων ἡ γενικώτερη «μακροσκοπική» τους θεώρηση ὡς ἐνιαίου προβλήματος, ἔτσι ὥστε νά ἀναζητηθοῦν πολιτισμικές καί ψυχολογικές αἰτίες. Διαφορετικά ὑπάρχει ὁ κίνδυνος νά προσεγγίζονται ἀποσπασματικά καί μέ ἀνεπαρκῆ μέτρα. Κατά καιρούς μάλιστα ἀκούγονται ἀπόψεις πού προσπαθοῦν νά ἐξηγήσουν τήν αὔξησή τους, οἱ ὁποῖες ὅμως ἐπικαλοῦνται συνήθως ἕνα καί μοναδικό αἴτιο, π.χ. ἄλλοι τήν ἀποδίδουν στήν ἀποθηρσκαιοποίηση τῆς κοινωνίας μας, ἄλλοι στήν ἀμέλεια τῆς πολιτείας καί τῆς ἀστυνομίας, ἄλλοι στήν προϊοῦσα ἠθική φθορά τῆς ἐποχῆς κ.ο.κ.

Ἐνῶ ὅλες οἱ παραπάνω ἐρμηνεῖες ἐμπεριέχουν ἀλήθεια, αισθάνομαι ὅτι δέν ἔχουμε ἀναπτύξει στόν εὐρύτερο κοινωνικό (ἀλλά καί ἐκκλησιαστικό) χῶρο μιά βαθύτερη κατανόηση τοῦ φαινομένου. Ἔτσι στερούμαστε τῆς δυνατότητας γιά πολύπλευρη καί ἐπιτυχημένη δράση, τόσο προληπτική ὅσο καί θεραπευτική.

Ποιά εἶναι ἡ κλινική σημασία τῶν ἐξαρτήσεων ἀπό ψυχιατρικῆς πλευρᾶς κατ' ἀρχήν; Ἡ ἐμπειρία δείχνει πῶς αὐτές ἔχουν τή δυνατότητα νά ἀποβοῦν γιά τόν ψυχισμό κάτι ἀπό τά ἀκόλουθα:

1) Τρόπος ἐκφρασης τῆς κατάθλιψης καί ταυτόχρονα μέσο «παρηγοριᾶς» ἀπό αὐτήν,

2) Αυτόσχέδια ἀγχόλυση, ἀνάλογης κλινικῆς σημασίας μέ τή χρήση οὐσιῶν,

3) Ἐκφραση καταναγκαστικῆς παθολογίας μέ τή μορφή τῆς συλλογῆς πληροφορίας ἢ ἀγορῶν ἢ ἡδονῆς,

5) Σέ ὀριακές προσωπικότητες ἀνταπάτη ὅτι ἀπέκτησαν ταυτότητα καί ὅτι τήν τροποποιοῦν κατά βούληση,

6) Κανάλια διοχέτευσης τῆς διαστροφικῆς παθολογίας.

Συνεπῶς, ἕνας τόσο διαφορετικός πληθυσμός, γιά νά συγκλίνει στήν ἴδια συμπεριφορά τῆς ἐξάρτησης, ἀναγκαστικά χρειάζεται καί ἄλλης τάξεως συνθῆκες, δηλαδή μή κλινικές, πού θά λειτουργήσουν ὡς «ὀργανωτές». Καί αὐτές οἱ συνθῆκες εἶναι σύγχρονοι κοινωνικοπολιτισμικοί παράγοντες, πού ἔχουν ἀναμφίβολα πολλαπλασιαστή σέ ἀσύλληπτο βαθμό σέ σύγκριση μέ τό πρόσφατο παρελθόν.

Ἐνῶ τό φαινόμενο τῆς ἐξάρτησης ὑπῆρχε σέ ὅλες τίς ἐποχές καί σέ ὅλους τούς τόπους, οἱ ρίζες τῆς πρόσφατης διόγκωσής του πρέπει νά ἀναζητηθοῦν στό πέρασμα ἀπό τή νεωτερικότητα στή μετανεωτερικότητα. Συγκεκριμένα, αὐτό ἀντιστοιχεῖ στό πέρασμα ἀπό τόν λόγο στήν ἐμπειρία, ἀπό τήν πειθῶ στή σαγήνη.

Στούς νεωτερικούς χρόνους τό κέντρο βάρους βρίσκεται στή διάνοια ἢ ὁποία πρέπει νά πεισθῆ, ἐνῶ κατά τήν μεταμοντέρνα ἐποχή βρίσκεται στό ὀπτικό νεῦρο καί στίς ὑπόλοιπες αἰσθήσεις οἱ ὁποῖες πρέπει νά διεγερθοῦν. Ἔτσι εἶναι προφανές ὅτι ἀνοίγει ὁ δρόμος γιά τήν ψυχοδυναμική τῆς ἐξάρτησης ἀφοῦ αὐτή ἀποτελεῖ μή ὀρθολογικό γεγονός.

Σέ τί συνίσταται ἡ μετανεωτερικότητα τήν ὁποία διανύουμε; Ἐχει γίνει παράλληλη, σχεδόν συνώνυμη, μέ τήν κοινωνία τοῦ θεάματος καί τοῦ κυβερνοχώρου. Ἡ κοινωνία τοῦ θεάματος ἔχει ἀποικίσει τή σύνολη καθημερινότητά μας, μέ ἀπώτερη φιλοδοξία νά ἀναγκάσει τό ψυχικό ὄργανο νά τῆς παραδοθῆ. Ἡ τεχνολογία ἔχει ἐπιτρέψει ἐν τῷ μεταξύ μιά ἀσύλληπτη γιά τό παρελθόν πρόσβασή μας στίς ποικίλες παραλλαγές τοῦ θεάματος.

Παράλληλα μιά ἄλλη πραγματικότητα πού εἶχε προηγουμένως ἀναπτυχθῆ κατά τόν εἰκοστό αἰῶνα ἐπέτρεψε

καί αὐτή μέ τή σειρά της νά διαμορφωθῇ αὐτή ἡ γενικώτερη εὐπάθεια πρὸς τίς ἐξαρτήσεις. Πρόκειται γιὰ τήν κοινωνία τῆς ἀφθονίας, στήν ὁποία τά ἐξαρτησιογόνα ἀντικείμενα (οὐσίες, ψώνια, δραστηριότητες) παρέχονται σέ ποσότητες καί μέ εὐκόλη πρόσβαση.

Ὁ συνδυασμός αὐτῶν τῶν δύο κοινωνικῶν καί πολιτισμικῶν ἐξελίξεων ἐπέφερε ἀλλοιώσεις καί στόν ἀνθρώπινο ψυχισμό, τουλάχιστον σέ ἐκείνους τούς ψυχισμούς οἱ ὁποῖοι χαρακτηρίζονταν ἀπό κάποια εὐαλωτότητα βιολογικῆς προδιάθεσης.

Πράγματι, στό φαινόμενο τῶν ἐξαρτήσεων ἀναδεικνύεται ὀλόκληρη ἡ ψυχοσωματική διάσταση τοῦ ἀνθρώπου. Γιὰ παράδειγμα, εἶναι παρατηρημένο ὅτι εὐνοεῖται ἡ ἐξαρτητική συμπεριφορά σέ προσωπικότητες πού ἔχουν ἐντονώτερο τό στοιχεῖο εἴτε τῆς παρορμητικότητας εἴτε τῆς καταναγκαστικῆς ἐμμονῆς, προδιαθέσεις καί οἱ δύο μέ βιολογική προέλευση.

Ἀλλά θά φτωχαίναμε τό φαινόμενο ἂν περιοριζόμαστε στήν θετικιστική μείωσή του ἀπλᾶ σέ μιά ὀργανικότητα. Παρά τούς ἐντονούς πειρασμούς πού προέρχονται ἀπό τήν ἴδια τήν σύγχρονη ψυχιατρική καί τήν ψυχολογία νά σκεφτόμαστε μόνο βιολογικά, οἱ ἐξαρτήσεις ξεδιπλώνουν τή πραγματική τους φύση ὅταν ἀντιμετωπιστοῦν ὡς πολυπαραγοντικά προβλήματα, δηλαδή ὡς στάσεις πού πηγάζουν ἀπό τή συνθετότητα τῆς ἀνθρώπινης φύσης. Καί ὡς τέτοια ἀπαιτοῦν καί τήν ψυχολογική καί τήν κοινωνικοπολιτισμική θεώρηση.

Στήν ψυχολογική προσέγγιση κεντρική σημασία κατέχει ἡ ἔννοια τοῦ ἐλέγχου. Στίς ἐξαρτήσεις τό ὑποκείμενο παλεύει σκληρά μέ τόν ἔλεγχο ὁ ὁποῖος καθίσταται ἔμμονη ἰδέα. Αὐτή ἡ πάλη λαμβάνει δύο μορφές συνήθως. Ἡ μία ἔγκειται στή διαμόρφωση συνθηκῶν τέτοιων πού νά ἐπιτρέπουν πράγματι τόν ἔλεγχο. Γιὰ παράδειγμα, τό ἐξαρτημένο ἀπό τίς ἀγορές ἄτομο ἐλέγχει τήν πραγματικότητα πού τό περιβάλλει ἱκανοποιώντας ὅλες τίς ἐπιθυμίες του, ὅπως ἐπίσης καί ὁ ἐξαρτημένος ἀπό τό φαγητό. Ἐπί πλέον ἀρκετοί ἀπό τούς ἐξαρτημένους ἀπό πρόσωπα ἐπιτυγχάνουν νά τά ἐλέγξουν

ἐπιβάλλοντας τή βούλησή τους καί ἐκμαιεύοντας τίς συμπεριφορές πού θέλουν.

Μιά ἄλλη παραλλαγή ἐντοπίζεται στους ἐξαρτημένους οἱ ὅποιοι ἀγωνίζονται γιά τήν φαντασίωση τοῦ ἐλέγχου. Ἐδῶ ἀνήκουν οἱ ἐξαρτημένοι ἀπό οὐσίες οἱ ὅποιοι συνήθως ἀναπτύσσουν τή γνωστή ὑπερβολική αὐτοπεποίθηση πού τους κάνει νά ἰσχυρίζονται πώς δέν εἶναι ἐξαρτημένοι καί ὅποτε θέλουν εἶναι ἱκανοί νά σταματήσουν τή χρήση, ἄρα ἔχουν τόν ἐλεγκο. Ἀκόμη, σέ αὐτούς πού βαυκαλίζονται μέ τή φαντασίωση τοῦ ἐλέγχου ἀνήκουν καί οἱ ἐξαρτημένοι ἀπό τόν κυβερνοχώρο (εἴτε ἀπό τήν πορνογραφία εἴτε ἀπό τά διαδικτυακά παιγνίδια), ἀφοῦ σχηματίζουν τήν αὐταπάτη ὅτι θέτουν ὑπό τόν ἀπόλυτο ἐλεγκο τους τό ἀντικείμενο τῆς ἐπιθυμίας τους (ποθητή γυναίκα, ἐχθρο κτλ).

Ἡ περίπτωση αὐτή τῆς ψευδαίσθησης τοῦ ἐλέγχου νομίζω ὅτι ἀξίζει νά συγκεντρώσει περισσότερο τήν προσοχή μας διότι συνδέεται μέ τό ζήτημα τῆς σχέσης. Ἀνοίγει μπροστά μας τήν ἀνικανότητα ἢ τήν ἀπροθυμία τοῦ ἐξαρτημένου ἀτόμου γιά ἀληθινή καί οὐσιαστική σχέση. Μιά τέτοια σχέση εἶναι προφανές πώς δέν εἶναι δυνατό νά περιλαμβάνει ἐλεγκο τοῦ ἄλλου· ἀντίθετα, εἴσοδος σέ σχέση σημαίνει κάποιου βαθμοῦ αὐτοπαράδοση στή διαδικασία ἀλλαγῆς μέσω τοῦ ἄλλου, σημαίνει ἐκούσια ἄρνηση νά ἐλέγξεις τόν ἄλλο ἀφοῦ αὐτό θά σήμαινε ἔλλειψη σεβασμοῦ καί ἄρα ἔλλειψη ἀγάπης.

Ἔτσι ἡ αὐξηση τῶν ἐξαρτήσεων στήν ἐποχή μας ὑπαινίσσεται κάποιου βαθμοῦ ἀναπηρία στή διαμόρφωση καί διατήρηση ὑγιῶν σχέσεων. Συνεπῶς ἕνα ἔλλειμα ἀγάπης προκύπτει ἐδῶ, τουλάχιστον ὡς πρός τό ἀποτέλεσμα ἀφοῦ εἶναι πιθανό ἢ πρόθεση γιά σχέσεις ἀγάπης νά εἶναι ἐντονώτερη στήν ἐποχή μας. Ἔτσι ἀναδεικνύεται ἕνα τραγικά μεγάλο χάσμα, ἀφοῦ τό αἶτημα νά ἀγαπηθῆ κάποιος αὐξάνεται δραματικά, ἀλλά καί ὁ φόβος μπροστά στήν ἀγάπη ἐπίσης.

Ἡ ψευδαίσθηση τοῦ ἐλέγχου παρέχει μιᾶ φαντασίωση παντοδυναμίας, ἢ ὅποια ὑπῆρξε ἀνέκαθεν πολύ δημοφιλῆς γιά τόν ἄνθρωπο. Ἐκεῖνος ὁ ὅποιος θά χρησιμοποιήσει τήν

ἐξάρτηση γιά νά αισθανθῆ παντοδύναμος, ὡς ἀντιστάθμισμα σέ κάποιο ναρκισσιστικό τραῦμα, τό κάνει ἐπειδή ἡ φαντασίωση παρέχει μεγαλύτερη ἀπόλαυση ἀπό τήν πραγματικότητα. Ἐδῶ εἶναι ἀναγκαία ἡ διάκριση ἀνάμεσα στήν ἀπόλαυση καί στή χαρά, ἄγνωστη γιά πολλούς, μιά ἄγνοια στήν ὁποία βασίζεται ὁ μηχανισμός τῆς ἐξάρτησης.

Δέν θά ἦταν σωστό νά ἰσχυριστοῦμε ὅτι τό ἐξαρτημένο ἄτομο ἔχει προσδεθῆ στό ἀντικείμενο πού τό ἐλκύει. Ἄν θέλουμε νά ἀκριβολογήσουμε θά πρέπει νά πούμε ὅτι τό ἐξαρτημένο ἄτομο ἔχει προσδεθῆ συναισθηματικά στή διαδικασία ἀναζήτησης καί ἀνεύρεσης τοῦ ἀντικειμένου αὐτοῦ. Δηλαδή στήν ἔντονη ψυχοσωματική ἐμπειρία, σέ αὐτό πού ὁ κόσμος ὀνομάζει «ἀδρεναλίνη». Αὐτό ἀκριβῶς εἶναι καί τό χαρακτηριστικό πού καθιστᾷ τήν ἐξάρτηση μιά αὐτοερωτική διαδικασία. Κέντρο ἀναφορᾶς εἶναι ἡ αἴσθηση καί ἐμπειρία τοῦ ἴδιου τοῦ ὑποκειμένου.

Ἄν αὐτά συμβαίνουν σέ κάθε εἶδους ἐξάρτηση, δραματικό εἶναι ὅταν λαμβάνουν χώρα σέ ἐξαρτήσεις ἀπό πρόσωπα. Ἐνῶ τότε ἀπέναντι βρίσκεται ἕνας πραγματικός ἄλλος, μέ σάρκα καί ὀστά, στήν ἐνδοψυχική πραγματικότητα αὐτός ὁ ἄλλος δέν ὑπάρχει καθ' ἑαυτόν, ὑπάρχει μόνο ὡς καμβάς καί ὡς πρόσχημα γιά νά ξαναπαιχτῆ γιά μιά ἀκόμη φορά τό παιγνίδι τοῦ «κυνηγιοῦ» καί τῆς ἀνεύρεσης ἐκείνης πού σημαίνει εἴτε καθυπόταξη εἴτε ἐξασφάλιση, ἀνάλογα σέ ποιά πλευρά τῆς «σχέσης» ἔχει τοποθετηθῆ κανεῖς.

Ἀληθινή σχέση εἶναι συνώνυμη μέ τήν ἐλευθερία. Ὅταν ἔχει ἐγκατασταθῆ φόβος μπροστά στήν ἐλευθερία, πού συνιστᾷ διαχρονικό πειρασμό τῆς ἀνθρώπινης φύσης, κυρίαρχο μέλημα τοῦ ψυχισμοῦ γίνεται ἡ ἀποφυγή τοῦ τραύματος, ἢ τῆς ἐπανάληψης του ἃν ὑπάρχει σχετική δυσάρεστη ἐμπειρία. Αὐτό μέ τή σειρά του γεννᾷ τήν ἀνάγκη καταφυγῆς καί ὑποταγῆς σέ ἕνα ἄλλο «ἐγώ» τό ὁποῖο δομεῖται φαντασιακά ὥστε νά παρέχει τήν ψευδαίσθηση ἐλέγχου: εἴτε στό ἄτομο ἀπό τό ὁποῖο κανεῖς ἐξαρτᾶται, εἴτε στό τεχνητό «ἐγώ» τοῦ ὑπολογιστῆ, εἴτε στήν προσωποποιημένη οὐσία κ.ο.κ. Ἐδῶ χρειάζεται νά θυμηθῆ κανεῖς καί τίς ἐξαρτήσεις ἀπό πρόσωπα, οἱ ὁποῖες

ἀναπτύσσονται τόσο στό πλαίσιο τοῦ ζευγαριοῦ ὅσο καί σέ νοσηρές ομάδες ὅπως οἱ σέκτες.

Ἐξ ἄλλου ἡ κατάρρευση τῶν ιδεολογιῶν, μεταξύ τῶν ὁποίων καί τῶν θρησκευτικῶν, ἄφησε ἕνα κενό ὄχι μόνο στόν χῶρο τῶν ιδεῶν. Πρωτίστως δημιούργησε κενό στόν ψυχισμό τό ὁποῖο ἔλαβε τή μορφή τοῦ ὑπαρξιακοῦ κενοῦ, ἀκόμη καί τῆς ψυχοπαθολογίας. Ἐνα συγκροτημένο σύστημα ιδεῶν ἔχει τή δύναμη νά μετουσιώνει (στήν καλύτερη περίπτωση) ἢ νά νομιμοποιεῖ (στή χειρότερη) στοιχεῖα πού ὁ ψυχισμός θεωρεῖ ἀπαράδεκτα, διοχετεύοντάς τα σέ συλλογικές σκοπιμότητες. Χωρίς τήν ιδεολογία ὁ ψυχισμός μένει ἔκθετος μπροστά στίς διαλυτικές καί ἐπιθετικές ἐνορμήσεις του, γιά τίς ὁποῖες ἡ ιδεολογία ἀποτελοῦσε ἕνα λειτουργικό ἄλλοθι (ὄχι πάντα χωρίς κακές συνέπειες βέβαια). Ἡ ἀνάγκη λοιπόν ὑπέρβασης τοῦ ὑπαρξιακοῦ κενοῦ ἢ καί χάους καταλήγει ἀναπόφευκτα σέ τεχνικές ψευδοπλήρωσής του μέσω ἀντικειμένων ἢ ἐμπειριῶν.

Ἐννοεῖται ὅτι πραγματική πλήρωση δέν συμβαίνει ποτέ μέ τόν τρόπο τῆς ἐξάρτησης, γι' αὐτό καί πολύ σύντομα μετά τήν πρώτη ἀπόλαυση ὁ ψυχισμός πιέζει γιά ἐπανάληψη τῆς ἐμπειρίας σάν τό ἀέναο βασανιστήριο τοῦ Σίσυφου. Ἄλλωστε σέ αὐτή τήν ἐπαναληπτικότητα βασιζέται ὅλη ἡ δύναμη τῆς ἐξάρτησης.

Αὐτά τά δύο στοιχεῖα χρειάζεται νά μᾶς προβληματίσουν ιδιαίτερα ὅταν συναντοῦμε τήν ἐξάρτηση ἀπό ἐκκλησιαστικά πρόσωπα. Ἐδῶ βλέπει κανεῖς πράγματι τήν ὑψηλή συχνότητα μέ τήν ὁποία συναντῶνται τόσο τό ἱστορικό ἑνός ἀτομικοῦ ψυχικοῦ τραύματος (ἐξ αἰτίας τοῦ ὁποίου τό πρόσωπο διστάζει νά συνδεθῇ μέ οὐσιαστική σχέση προτιμώντας τήν ἐξάρτηση) ὅσο καί ἡ ἀπουσία θεολογίας τό κενό τῆς ὁποίας πασχίζει νά καλύψει ἢ ἀπόλαυση πού ἀντλεῖ ὁ ἐξαρτημένος ἀπό ἕνα ἄλλο πρόσωπο.

Συμπερασματικά, ἡ ἐξάρτηση ἀποτελεῖ ὅπωςδήποτε νόσο τοῦ συγκεκριμένου προσώπου, ἀλλά ταυτόχρονα καί νόσο τοῦ πολιτισμοῦ μας, ἀκόμη καί τοῦ συγκεκριμένου συλλογικοῦ κλίματος στό ὁποῖο ἀνήκει κάποιος (οἰκογένεια, σέκτα, Ἐκκλησία κ.ἄ.). Μᾶς ὑπενθυμίζει μέ ἀρνητικό τρόπο πῶς

πρέπει νά λειτουργεῖ φυσιολογικά ἡ ἀνθρώπινη φύση καί μᾶς χρεώνει μέ μιά γενικώτερη διαβούλευση γιά τίς μορφές δημόσιας καί ἰδιωτικῆς ζωῆς τίς ὁποῖες ὀργανώνουμε. Εἰδικά γιά τήν Ἐκκλησία μᾶς παρακινεῖ νά ἀναστοχαστοῦμε πάνω στήν ἀληθινή πνευματική ζωή καί νά ἀναμετρηθοῦμε μέ τήν μνημειώδη ἀλήθεια ὅτι «ὅπου τό Πνεῦμα Κυρίου ἐκεῖ ἐλευθερία» (Β' Κορ. 3: 17).