

Το σωματικό και το ψυχικό ζουν αναπόφευκτα αναμεμειγμένα στη μοναδική διάσταση του πραγματικού που είναι η διάσταση της σωματικής προσωπικότητας.

G. Tibaldi

Μέχρι πριν από λίγα χρόνια δεν ήταν επιστημονική θέση το να λέει κάποιος ότι η σωματική μας υγεία έχει άμεση σχέση με την ψυχική μας κατάσταση γενικότερα. Όποιος επιστήμονας τολμούσε κάτι τέτοιο αμέσως έπεφτε στα μάτια της κοινότητας και ό, τι και να έλεγε από εκεί και μετά δεν υπολογιζότανε, δεν μετρούσε.

Όμως, όπως όλα αλλάζουν έτσι κι αυτή η «επιστημονική θέση» καταρρίπτεται και αρχίζει πλέον, όχι βέβαια στα πανεπιστήμια ή σε επιστημονικά συνέδρια αλλά από μεμονωμένους ερευνητές και ομάδες «φευγάτων» επιστημόνων

,

αρχίζει να φαίνεται μια βαθύτερη και πολύ παλιά αλήθεια ότι ο άνθρωπος δηλαδή δεν έχει μόνο ένα υλικό σώ μα αλλά και ένα συναισθηματικό σώ μα και ένα σώ μα που σκέφτεται και ότι το ένα επηρεάζει το άλλο άμεσα σαν να είναι ένα, γιατί ένα είναι.

Εξ άλλου η λαϊκή σοφία δεν σταμάτησε ποτέ να λέει την αλήθεια με τον δικό της άμεσο τρόπο. Θυμηθείτε

πόσες φορές έχουμε ακούσει ότι κόπηκαν τα γόνατά του από τον φόβο, ότι κατουρήθηκε από τον φόβο του, ότι πέθανε από την χαρά του, ότι του έπρηξε κάποιος την χολή, ότι αυτόν δεν τον χωνεύει με τίποτε, ότι του κάθισε στο στομάχι και τόσα άλλα που έχουν λεχθεί και ακόμα λέγονται για να δηλώ σουν ότι κάποιο έντονο συναίσθημα προκάλεσε κάποια σωματική (λειτουργική στην αρχή) βλάβη στον άνθρωπο.

Σε παλιές θεραπευτικές προσεγγίσεις βλέπουμε ότι τα έντονα συναισθήματα κατέχουν την πρώ τη θέση στη δημιουργία βλαπτικής για το σώ μα ενέργειας και μετά σωματικά συμπτώ ματα και ασθένειες. Μάλιστα υπάρχει και μια αντιστοιχία για κάθε συναίσθημα ως προς το ποιο όργανο του σώ ματός μας μπορεί να βλάψει. Είναι πολύ ξεκάθαρο στη βελονιστική προσέγγιση της ασθένειας όταν αναφέρεται ότι π.χ. ο θυμός επηρεάζει το ήπαρ και την χοληδόχο κύστη, η χαρά μπορεί να βλάψει την καρδιά, η λύπη δημιουργεί προβλήματα στους πνεύμονες και στο παχύ έντερο, ο φόβος μπορεί να καταστρέψει την νεφρική λειτουργία και το ουροποιητικό σύστημα, το άγχος σφίγγει το στομάχι και τη σπλήνα.

Όμως ο ακριβής μηχανισμός για το πώ ς ένα έντονο συναίσθημα επηρεάζει και τελικά αν συνεχιστεί για πολύ αρρωσταίνει το υλικό μας σώ μα δεν έχει ακόμα αποκαλυφτεί. Το γνωρίζουμε ότι ισχύει γιατί το έχουμε δοκιμάσει στον εαυτό μας και έχουμε την εμπειρία του, αλλά δεν μπορούμε να το αποδείξουμε και επιστημονικά γιατί το συναίσθημα και η σκέψη δεν είναι ακόμα μετρήσιμα με τα όργανα που διαθέτουμε.

Τις τελευταίες δεκαετίες έχει δημιουργηθεί ο όρος ψυχοσωματική ασθένεια, ψυχοσωματική προσέγγιση, κ.λπ. στην προσπάθεια κάποιων ερευνητώ ν να τονίσουν την επίδραση του συναισθηματικού μας κόσμου στην γενικότερη κατάσταση της υγείας μας. Ξεκίνησαν υποειδικότητες στην ψυχολογία για αυτό το θέμα και υπάρχουν αρκετά καλά αποτελέσματα.
Όμως φαίνεται πως ο δρόμος είναι ακόμα μακρύς και ανηφορικός γιατί υπάρχουν δυο αντίθετες θέσεις. Είναι άλλο πράγμα η θέση ότι την υγεία μας, εννοώ ντας την σωματική μας υγεία, επηρεάζουν άμεσα οι ψυχικές μας διακυμάνσεις και είναι άλλη θέση η ακριβώ ς αντίθετη, ότι εμφανίζεται δηλαδή και στο υλικό μας σώ μα ό, τι συμβαίνει ακριβώ ς πίσω από αυτό το υλικό μας σώ μα, ό, τι συμβαίνει δηλαδή στο πραγματικό μας όν που ζει, προσπαθεί και δεν είναι άλλο από την ψυχή μας, από την πραγματική μας ύπαρξη. Δηλαδή δεν είναι το υλικό μας σώ μα σπουδαιότερο από τον ψυχικό μας φορέα, αλλά η βάση είναι η ψυχική μας ύπαρξη, αυτή η ίδια μας η ύπαρξη που κάνει τον αγώ να της στην πορεία της ζωής να βιώ σει καταστάσεις, να μάθει, να εμφανίσει τον εαυτό της δηλαδή τις ποιότητές της. Όσο υπάρχουν ψυχίατροι και ψυχολόγοι που όχι μόνο δεν γνωρίζουν το αντικείμενο της μελέτης τους και της θεραπευτικής τους δράσης αλλά και αρνούνται πλήρως την ύπαρξη τέτοιου «οργάνου», πώ ς είναι δυνατόν να αλλάξουν τα πράγματα προς το καλύτερο ...
Η γνώ ση φέρνει την δύναμη για πραγματική θεραπεία, η γνώ ση μπορεί να αλλάξει τα πράγματα.

Παύλος Νάτσης□□