

Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα «ΕΠΕΚΕΙΝΑ

Sigmund Freud “*Das Unbehagen in der Kultur*” - «Ο πολιτισμός πηγή δυστυχίας»

( Η δυσφορία μέσα στον πολιτισμό)

Απόδοση κειμένου: **Σοφία Αθανασάκη**, ψυχολόγος, απόφοιτος Παντείου Πανεπιστημίου

Επιστημονική επιμέλεια: Σάββας Μπακιρτζόγλου, ψυχολόγος-ψυχαναλυτής

Ο τίτλος του παρόντος βιβλίου έχει αποδοθεί με μια μικρή μάλλον παρέκκλιση στην μετάφραση της λέξης “*ubenhagen*” η οποία κυριολεκτικά μεταφράζεται περισσότερο σαν *δυσφορία* και όχι *δυστυχία*. Ωστόσο είχε ήδη περάσει στον ελληνικό χώρο το παρόν βιβλίο με τον ήδη υπάρχοντα τίτλο και προς αποφυγήν συγχύσεων διατηρήθηκε η αρχική ερμηνεία σε όλες τις μετέπειτα εκδόσεις. Σε επιστολή του ίδιου του Freud προς τον φίλο του Max Eitingon ωστόσο ο ίδιος αναγράφει ότι προόριζε για το έργο του τον τίτλο “*Das Unglück in der Kultur*”, που προσεγγίζει περισσότερο τον ελληνικό τίτλο.

Η παρούσα μελέτη του Freud που θα παρουσιάσουμε δεν παρουσιάζει μόνο ψυχαναλυτικό ενδιαφέρον αλλά και κοινωνιολογικό, ακόμα και ανθρωπολογικό σε μερικά σημεία.

Η μελέτη αποτελείται από 8 θεματικές ενότητες, στις οποίες αναλύονται και παρουσιάζονται βασικές έννοιες και απόψεις του συγγραφέα τις οποίες συναντούμε και σε άλλα έργα του, όπως η *αρχή της ηδονής*, η *αρχή της πραγματικότητας*, το *Εγώ*, το *Υπερεγώ*, *μηχανισμοί άμυνας*, *ενόρμηση της ζωής και ενόρμηση του θανάτου κ.ά..* Εδώ όμως τους προσδίδεται μια αίσθηση οικουμενικότητας και συνοχής καθώς η μία ενότητα διαδέχεται άλλη.

## Η Εξέλιξη του Εγώ

Αρχικά θα πρέπει να μιλήσουμε για το άτομο και τις λειτουργίες- ανάγκες του σαν μονάδα πριν περάσουμε στον πολιτισμό και τι αυτός προσφέρει αλλά και στερεί από το άτομο. Γι' αυτό θα ξεκινήσουμε με μια σύντομη περιγραφή της εξέλιξης του Εγώ και της διαδικασίας του αποχωρισμού του από τον έξω χώρο, γεγονός που θέτει τα όρια ανάμεσα στο Εγώ και τον Άλλο. Σε πρώτη φάση το Εγώ δεν διαχωρίζεται από το περιβάλλον, αυτό είναι κάτι που το μαθαίνει σταδιακά ύστερα από διάφορες υποδείξεις που δέχεται από αυτό (το περιβάλλον). Έτσι απέναντι στο υποκείμενο τοποθετείται αρχικά ένα «αντικείμενο» που βρίσκεται «απέξω» και με κάποια συγκεκριμένη και ιδιαίτερη ενέργεια το αντικείμενο αυτό ωθείται στο προσκήνιο. Το «απέξω» περιβάλλον όμως δίνει συχνά αισθήσεις πόνου και δυσαρέσκειας που καταργούν την εξουσία της αρχής της ηδονής και επιβάλλουν την αποφυγή της δυσφορίας. Δημιουργείται έτσι η τάση να διαχωρίζεται το Εγώ από καθετί που μπορεί να γίνει πηγή τέτοιας δυσαρέσκειας και να σχηματίζεται ένα ηδονικό Εγώ στο οποίο και αντιπαρά τίθεται ένα ξένο και απειλητικό «απέξω». Η στέρηση δηλαδή είναι η αρχή της ετερότητας .

Τα όρια αυτού του πρωτόγονου ηδονικού Εγώ δεν είναι πάντα ευδιάκριτα καθώς κάτι που προσφέρει ευχαρίστηση και δεν θα ήθελε να το εγκαταλείψει κανείς δεν είναι κατ' ανάγκην Εγώ αλλά αντικείμενο, και ένας πόνος που θέλει κανείς να τον αποφύγει αποδεικνύεται ότι προέρχεται από το Εγώ, έχει δηλαδή εσωτερική προέλευση. Μέσω της αρχής της πραγματικότητας διδασκόμαστε να ξεχωρίζουμε κάτι που είναι εσωτερικό, και άρα ανήκει στο Εγώ, από κάτι που είναι εξωτερικό, άρα δημιουργήθηκε από το περιβάλλον. Αυτή η διάκριση σκοπεύει στην αποφυγή πόνου και δυσαρέσκειας από ερεθίσματα του περιβάλλοντος εφόσον αυτά μπορούν να διακριθούν από το Εγώ ως τέτοια. Στις περιπτώσεις όπου το Εγώ στην προσπάθειά του να αποφύγει την δυσαρέσκεια και τον πόνο από τις εσωτερικές πηγές (ενορμήσεις, επιθυμίες), εφαρμόζει άλλους τρόπους και μεθόδους από αυτούς που χρησιμοποιεί για να αντιμετωπίσει τις δυσφορίες του έξω κόσμου φτάνει σε μονοπάτια που οδηγούν σε νοσηρές διαταραχές. (π.χ. αναστολή συναισθήματος)

Με άλλα λόγια, αρχικά το Εγώ τα περιέχει όλα, αργότερα διαχωρίζεται από τον εξωτερικό κόσμο, έτσι το σημερινό μας αίσθημα του Εγώ είναι ένα περιορισμένο υπόλοιπο ενός πλατύτερου και γενικότερου αισθήματος που ανταποκρινόταν στη στενή σύνδεση του Εγώ με το περιβάλλον. Στην ψυχική ζωή τίποτε που έχει

διαμορφωθεί πριν δεν μπορεί να εξαφανισθεί. Όλα διατηρούνται κατά κάποιον τρόπο και κάτω από κατάλληλες συνθήκες μπορούν να επανέλθουν στο προσκήνιο.

Αν παραδεχθούμε λοιπόν ότι σε πολλούς ανθρώπους υπάρχει ακόμα αυτό το «ωκεάνιο» συναίσθημα όπως το ονομάζει ο Freud, το οποίο αποδίδεται σε μια πρώιμη φάση του Εγώ τότε αυτό μπορεί να θεωρηθεί πηγή των θρησκευτικών αναγκών. Ένα βασικό γνώρισμα κάθε πολιτισμού είναι η θρησκεία, όπως αυτή εννοείται σε κάθε πλαίσιο, και γι' αυτό εξετάζεται άλλωστε και στην παρούσα μελέτη. Ωστόσο αυτή η εξήγηση δεν φαίνεται να πείθει τον Freud και εξηγούμε γιατί : ένα συναίσθημα μπορεί να είναι πηγή ενέργειας μόνο όταν είναι το ίδιο έκφραση μιας μεγάλης ανάγκης. Για τις θρησκευτικές ανάγκες η προέλευση φαίνεται να είναι από την παιδική αδυναμία και από την από την προκαλούμενη από αυτή επιθυμία για την προστασία του παιδιού από τον πατέρα. Αν τολμήσουμε να πάμε ένα βήμα παρακάτω θα βρούμε μια προστατευτική λειτουργία της θρησκείας ή του αισθήματος που σχετίστηκε με αυτήν, για το Εγώ. Ειδικότερα, αυτή ο ομοιογένεια με το σύμπαν μας φαίνεται αρχικά σαν μια θρησκευτική παρηγοριά, σαν ένας άλλος τρόπος προστασίας από τον έξω κόσμο και τον εξωτερικό κίνδυνο από τον οποίο το Εγώ νιώθει ότι απειλείται.

### **Σκοπός και Νόημα της Ζωής.**

Εδώ τα πράγματα είναι απλά σύμφωνα με τον Freud. Σκοπός της ζωής είναι η επιδίωξη της ευτυχίας. Οι άνθρωποι θέλουν να γίνουν και να παραμείνουν ευτυχισμένοι. Αυτή η επιδίωξη μπορεί να πραγματοποιηθεί με δύο τρόπους :

A) Με θετικό τρόπο : με αναζήτηση και εκπλήρωση ισχυρών αισθημάτων ηδονής

B) Με αρνητικό τρόπο: επιδίωξη απουσίας πόνου και δυσαρέσκειας.

Με αυτόν τον διαχωρισμό των σκοπών-τρόπων αναζήτησης της ευτυχίας αναπτύσσεται και η δραστηριότητα των ανθρώπων προς δύο κατευθύνσεις, ανάλογα με το αν προσπαθεί να πραγματοποιήσει κυρίως ή αποκλειστικά τον ένα ή τον άλλον τρόπο.

Τον σκοπό της ζωής όπως αντιλαμβανόμαστε τον διέπει η αρχή της ηδονής, όμως το πρόγραμμά της βρίσκεται σε διαμάχη με όλον τον κόσμο, τόσο τον εσωτερικό όσο και τον εξωτερικό. Όλοι οι θεσμοί του κόσμου της αντιστέκονται και φαίνεται σαν να μην υπάρχει η πρόθεση να είναι ο άνθρωπος ευτυχισμένος. Αυτό το οποίο βιώνουμε σαν ευτυχία, με την αυστηρή έννοια, είναι μια ξαφνική ικανοποίηση συσσωρευμένων αναγκών και σύμφωνα με τη φύση είναι ένα επεισοδιακό φαινόμενο.

(Στην κινηματογραφική ταινία «Οι Ώρες» λέει σε κάποια σκηνή πολύ χαρακτηριστικά η μια εκ των τριών πρωταγωνιστριών Meryl Streep «Η ευτυχία είναι στιγμές!» Σημ. της συγγραφέως ).

Είναι πολύ πιο εύκολο να βιώσουμε τον πόνο καθώς ο πόνος μπορεί να μας συναντήσει από 3 πλευρές : α) από το σώμα μας, β) από το περιβάλλον και γ) από τις σχέσεις μας με τους άλλους ανθρώπους.

(...Και εδώ η τέχνη μας εφοδιάζει με παραδείγματα αυτή τη φορά από τον χώρο του θεάτρου και ειδικότερα από το έργο του Jean Paul Sartre «Κεκλεισμένων των θυρών» όπου η ηρωίδα αναφωνεί σε κάποια στιγμή «Η κόλαση μου είναι οι Άλλοι !» Σημ. της συγγραφέως )

Κάτω από την πίεση των δυνατοτήτων του πόνου οι άνθρωποι συνηθίζουν να μειώνουν την απαίτηση τους για ευτυχία και η ίδια η αρχή της ηδονής μεταμορφώθηκε στην λιτότερη αρχή της πραγματικότητας. Θεωρούμαστε ευτυχείς όταν έχουμε αποφύγει τη δυστυχία και όταν έχουμε ξεπεράσει τον πόνο, όταν γενικότερα το καθήκον της αποφυγής του πόνου έχει απωθήσει στο παρασκήνιο το καθήκον της αρχής της ηδονής.

### **ΜΕΘΟΔΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΤΡΟΠΗ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ**

Η απεριόριστη ικανοποίηση όλων των αναγκών είναι ο απολαυστικότερος τρόπος ζωής, αλλά αυτό σημαίνει κατά τον Freud ότι θέτουμε την απόλαυση πριν από την περίσκεψη κάτι το οποίο μπορεί να οδηγήσει στην τιμωρία.

Οι μέθοδοι αποφυγής της δυσαρέσκειας διακρίνονται ανάλογα με την πηγή της δυσαρέσκειας και η μόνη ευτυχία που μπορεί κανείς να πετύχει μέσω αυτών των ακραίων και συντηρητικών ίσως μεθόδων είναι η κατάκτηση της ευτυχίας της *ησυχίας*, με άλλα λόγια η επιστροφή στην ενδομήτρια ζωή.

Οι πιο ενδιαφέρουσες μέθοδοι για την αποτροπή του πόνου είναι εκείνες που προσπαθούν να επηρεάσουν τον ίδιο μας τον οργανισμό. Τελικά κάθε πόνος είναι αίσθηση και υπάρχει μόνο εφόσον τον αισθανόμαστε, και τον αισθανόμαστε μόνο εξαιτίας ορισμένων εφοδίων του οργανισμού μας.

1. Η πιο δραστική μέθοδος είναι αυτή της δηλητηρίασης όπως την ονομάζει ο Freud. (Εξυπηρετεί την ενόρμηση του *θανάτου*, ό,τι ακινητοποιεί την ζωή και προάγει τον θάνατο). Ξένες προς το σώμα ουσίες ή παρουσία των οποίων στο αίμα μας δημιουργεί άμεσες αισθήσεις ηδονής αλλά και οι συνθήκες της αισθητηριακής μας ικανότητας αλλάζει τόσο ώστε είναι δύσκολο να αναγνωρίσουμε και να δεχθούμε δυσάρεστα αισθήματα. Οι ουσίες αυτές χαρίζουν εκτός από την άμεση αποκόμιση ηδονής μια πολύπόθητη αίσθηση ανεξαρτησίας από το περιβάλλον.

( *Σήμερα, ωστόσο θα ήθελα να προσθέσω ότι ίσως η ανεξαρτησία αυτή να είναι ψευδαισθητικής φύσεως καθώς τα ναρκωτικά και οι ουσίες δημιουργούν τελικά πολύ ισχυρούς δεσμούς εξάρτησης των χρηστών από αυτά, γεγονός που μας οδηγεί να σκεφτούμε ότι οι χρήστες τέτοιων μεθόδων καταλήγουν πιο εξαρτημένοι από ποτέ. Σημ. της συγγραφέως* ).

2. Εξουσία στις εσωτερικές ορμές των αναγκών. Η ικανοποίηση των ορμών είναι ευτυχία, όταν όμως το περιβάλλον μας αφήνει να υποφέρουμε με την άρνηση του κορεσμού των αναγκών μας τότε οι ορμές γίνονται αιτία μεγάλου πόνου. Με την επίδραση λοιπόν πάνω σε αυτές πιστεύουμε ότι θα απαλλαχθούμε από ένα κομμάτι του πόνου. (π.χ. Γιόκγα = εξουδετέρωση των ορμών και κατάκτηση της ηρεμίας-ησυχίας). Το αίσθημα της ευτυχίας κατά την ικανοποίηση μιας μη δεσμευμένης από το Εγώ ορμής είναι ασύγκριτα εντονότερο από αυτό του κορεσμού μιας δαμασμένης ανάγκης.

(*Έτσι εξηγούνται το ακαταμάχητο των διεστραμμένων παρορμήσεων και η γοητεία του απαγορευμένου. Σημ. της συγγραφέως*)

3. Μεταθέσεις της λίμπιντο. Η μετάθεση των σκοπών των ορμών γίνεται με τρόπο τέτοιο που να μην μπορεί να πληγεί από το περιβάλλον. Πετυχαίνεται μέσω της τέχνης, της έρευνας, της επιστήμης. Σε αυτό το σημείο θα πρέπει να μιλήσουμε για την *εργασία* και την στενή της σχέση με την πραγματικότητα. Η επαγγελματική δραστηριότητα όταν είναι ελεύθερα εκλεγμένη μπορεί να προσφέρει ιδιαίτερη ικανοποίηση, και επιτρέπει στο άτομο να αξιοποιεί με μετουσίωση προϋπάρχουσες κλίσεις και προωθημένες ή ενισχυμένες (άλλωστε η προώθηση επιφέρει ένταση όπως είδαμε) ορμικές τάσεις. Το αδύνατο σημείο αυτής της μεθόδου είναι ότι δεν είναι εύκολα εφαρμόσιμη και από το σύνολο του πληθυσμού, καθώς απαιτεί ιδιαίτερες δεξιότητες που δεν τις συναντούμε συχνά.

4. Φαντασία. Το άτομο χαλαρώνει περισσότερο τη συσχέτιση με την πραγματικότητα και αποκομίζει την ικανοποίηση από αυταπάτες, που τις αναγνωρίζει σαν τέτοιες χωρίς ωστόσο να ενοχλείται από την απόλαυσή του εξαιτίας της απόκλισής τους από την πραγματικότητα. Με την συγκεκριμένη μέθοδο φαίνεται καθαρά η πρόθεσή του ατόμου να ανεξαρτητοποιηθεί από το περιβάλλον και τους περιορισμούς του. Συνίσταται κυρίως από την εκπλήρωση δύσκολα πραγματοποιήσιμων επιθυμιών καθώς σαν λειτουργία έχει αποτραβηχτεί από τις αυστηρές απαιτήσεις του ελέγχου της πραγματικότητας.

*(Αποτελεί κατά βάση ναρκισσιστική λειτουργία στα πλαίσια του αμυντικού μηχανισμού στροφής επί εαυτού. Σημ. της συγγραφέως)*

5. Απομόνωση. Μέθοδος η οποία βλέπει σαν μοναδικό εχθρό και πηγή κάθε πόνου την πραγματικότητα που μέσα της δεν μπορεί να ζήσει κανείς και γι' αυτό πρέπει να διακόψει κάθε σχέση μαζί της αν θέλει να είναι ευτυχισμένος. Ωστόσο η πραγματικότητα είναι πολύ δυνατή και δύσκολα κάποιος πετυχαίνει την ευτυχία μέσω αυτής της μεθόδου. Όπως χαρακτηριστικά γράφει ο Freud , όποιος ακολουθήσει αυτόν τον δρόμο γίνεται ένας τρελός που δεν βρίσκει συνήθως κανέναν βοηθό για την επιβολή της τρέλας του. Συμπεριφορά παρόμοια με του παρανοϊκού, διορθώνει τα κακώς κείμενα με δημιουργήματα της φαντασίας και μεταφέρει την αυταπάτη αυτή στην πραγματικότητα. Μια μαζική τέτοια «παράνοια» έχουν

χαρακτηριστεί και οι θρησκείες με τη διαφορά ότι την αυταπάτη σε αυτή την περίπτωση δεν την αναγνωρίζει κανείς εφόσον είναι δέσμιός της.

6. Αγάπη= Μέθοδος της Τέχνης της Ζωής. Έτσι έχει χαρακτηριστεί αυτή η τάση για ανεξαρτησία από την μοίρα του πόνου και η μετάθεση της πρόθεσης ικανοποίησης από εσωτερικές ψυχικές διαδικασίες. Η μέθοδος αυτή χρησιμοποιεί τις μεταθέσεις της λίμπιντο αλλά δεν απομακρύνεται από το εξωτερικό κόσμο όπως οι προηγούμενες μέθοδοι, αντίθετα αγκιστρώνεται από αυτόν και τα αντικείμενα του και κερδίζει την ευτυχία μέσω συναισθηματικής σχέσης με αυτά. Δεν ικανοποιείται από την αποφυγή του πόνου αλλά επιμένει στην αρχική και παθιασμένη επιδίωξη για θετική εκπλήρωση της ευτυχίας (αναζήτηση ηδονής).

7. Ομορφιά. Μπορεί να προσφέρει λίγη ικανοποίηση από τους πόνους αλλά ανταμείβει για πολλά. Η απόλαυση της ομορφιάς έχει έναν ιδιαίτερο και μεθυστικό χαρακτήρα. Παρόλο που η ωφέλειά της δεν είναι σαφής και η πολιτιστική της αναγκαιότητα δεν διακρίνεται καθαρά δεν θα μπορούσαμε να την στερηθούμε από τον πολιτισμό και το περιβάλλον μας.

8. Νεύρωση. Όποιος βλέπει αργότερα στη ζωή του τις προσπάθειες για τη ευτυχία μάταιες βρίσκει παρηγοριά στην ηδονή της χρόνιας μέθης, προσβλέπει σε αναπληρωματικές ικανοποιήσεις που του προσφέρει η φυγή στην νεύρωση ή ακόμα επιχειρεί μια απελπισμένη δοκιμή εξέγερσης με την ψύχωση.

Η παραπάνω λίστα σίγουρα δεν εξαντλεί όλες τις πιθανές μεθόδους αποφυγής πόνου και αναζήτησης ηδονής. Μπορεί κάποιος να ακολουθήσει πολύ διαφορετικούς τρόπους είτε με θετικό σκοπό είτε με αρνητικό για την απόκτηση της ευτυχίας και αυτό γιατί η ευτυχία και η βίωση μιας κατάστασης ως τέτοια υπόκειται στη ατομική λιμπιντική οικονομία. Δεν υπάρχει καμία συμβουλή που να κάνει για όλους. Ο καθένας πρέπει να δοκιμάσει μόνος του με ποιόν ιδιαίτερο τρόπο μπορεί να οδηγηθεί στην ευτυχία. Η σοφία της ζωής είναι να μην περιμένουμε την ευτυχία από μία ικανοποίηση. Η επιτυχία δεν είναι ποτέ σίγουρη, εξαρτάται από τη σύμπραξη πολλών παραγόντων. Ο πιο σημαντικός ίσως παράγοντας είναι η ικανότητα της ψυχικής

ιδιοσυστασίας να προσαρμόζει τη λειτουργία της στο περιβάλλον και να το εκμεταλλεύεται για την αποκόμιση ηδονής.

Η θρησκεία βλέπει αυτή τη δυνατότητα εκλογής και προσαρμογής με το να επιβάλει σε όλους τον ίδιο τρόπο προς την ευτυχία και την αποφυγή του πόνου. Η τεχνική της έγκειται στην μείωση της αξίας της ζωής και στην απατηλή παραμόρφωση της εικόνας του πραγματικού κόσμου, πράγμα που προϋποθέτει καταπτόηση της ευφυΐας. Με αυτό το τίμημα της βίαιης καθήλωσης σε έναν ψυχικό παιδισμό και της εισαγωγής σε μια μαζική αυταπάτη καταφέρνει η θρησκεία να προφυλάξει ορισμένους ανθρώπους από την νεύρωση.

### **Λίγα λόγια για τον Πολιτισμό...**

Πολιτισμός σημαίνει το σύνολο των επιτευγμάτων και των θεσμών , με τα οποία ο τρόπος ζωής μας απομακρύνεται από αυτόν των ζωδών προγόνων μας και τα οποία εξυπηρετούν δύο σκοπούς: την προστασία αφενός του ανθρώπου απέναντι στη φύση και τη ρύθμιση αφετέρου των σχέσεων μεταξύ των ανθρώπων.

Ο πρώτος εκ των δύο σκοπών γίνεται εύκολα κατανοητός αν λάβουμε υπ' όψιν όλες εκείνες τις δραστηριότητες και τις αξίες που ωφελούν τον άνθρωπο με το να θέτουν στην υπηρεσία του τη γη και να τον προστατεύουν από τη βία των φυσικών δυνάμεων. Στη συνέχεια εμφανίστηκαν η εξέλιξη και η καλπάζουσα πρόοδος της επιστήμης και της ιατρικής και της τεχνολογίας που αύξησαν τον μέσο όρο ζωής και καλυτέρευσαν σημαντικά το επίπεδο διαβίωσης. Ρίχνοντας μια πιο ψυχαναλυτική ματιά σε κάποια από αυτά τα επιτεύγματα θα λέγαμε ότι η γραφή είναι η γλώσσα του απόντος και η κατοικία υποκατάστατο του μητρικού σώματος, ίσως μια πάντα ποθητή κατοικία όπου ο άνθρωπος ήταν ασφαλής και αισθανόταν τόσο ευχάριστα.

Από παλιά ο άνθρωπος διαμόρφωσε μια ιδανική παράσταση για την παντοδυναμία και την παντογνωσία που την ενσωμάτωσε στους θεούς. Σε αυτούς απέδωσε καθετί που δεν μπορούσε να το πετύχει με τις επιθυμίες του ή του ήταν απαγορευμένο. Τώρα έχει πλησιάσει πολύ στην επίτευξη αυτού του ιδανικού ο ίδιος, έχει γίνει σχεδόν θεός αλλά και πάλι ο σημερινός άνθρωπος δεν αισθάνεται ευτυχισμένος με την ομοιότητα του αυτή με το θεό.

### **Χαρακτηριστικά Πολιτισμού**

Κάθε πολιτισμός έχει κάποια βασικά χαρακτηριστικά τα οποία τον συνοδεύουν, τα οποία ανάλογα το μέτρο και τον βαθμό που συναντώνται σε κάθε πολιτισμό



αποτελούν και κριτήρια αξιολόγησης. Επιγραμματικά, κάθε πολιτισμός επιδιώκει την καθαριότητα, την τάξη, την ομορφιά αλλά και τον τρόπο με τον οποίο είναι ρυθμισμένες οι σχέσεις ανάμεσα στους ανθρώπους, με άλλα λόγια το «δίκαιο».

Με αυτό το τελευταίο ασχολήθηκε περισσότερο ο Freud λέγοντας ότι η ανθρώπινη συμβίωση είναι δυνατή όταν υπάρχει μια πλειοψηφία η οποία είναι ισχυρότερη από κάθε ξεχωριστό άτομο και συνασπίζεται απέναντί του. Η δύναμη αυτής της κοινότητας αντιτάσσεται ως «δίκαιο» στη δύναμη του ξεχωριστού ατόμου που καταδικάζεται ως «ωμή βία». Αυτή η αντικατάσταση της δύναμης του ξεχωριστού ατόμου από την δύναμη της κοινότητας είναι το αποφασιστικό βήμα για την δημιουργία πολιτισμού. Έτσι, η επόμενη πολιτισμική απαίτηση είναι αυτή της δικαιοσύνης, δηλαδή ότι αυτή δοσμένη τάξη δικαίου είναι εξασφαλισμένη και δεν θα διαταραχθεί από τις πράξεις ενός και μόνο ατόμου.

### Ελευθερία

Η ατομική ελευθερία δεν είναι πολιτισμικό αγαθό.

Ήταν πολύ μεγάλη και προϋπήρχε του πολιτισμού αλλά τότε δεν είχε αξία γιατί το άτομο τότε δεν ήταν σε θέση να την αντιληφθεί και να την υπερασπισθεί.

Με την δικαιοσύνη δέχεται περιορισμούς και η δικαιοσύνη απαιτεί να μην απαλλάσσεται κανένας από αυτούς τους περιορισμούς. Έτσι η τάση για ελευθερία απευθύνεται ενάντια σε ορισμένες μορφές και απαιτήσεις του πολιτισμού ή ακόμα και ενάντια στον πολιτισμό γενικά. Φαίνεται ότι δεν είναι δυνατόν με οποιοδήποτε επηρεασμό να υποχρεωθεί ο άνθρωπος να μεταμορφωθεί σε υποταγμένο όν αλλά πάντα θα υπερασπίζεται την απαίτησή του για ατομική ελευθερία σε σχέση με την βούληση της μάζας.

### Εξέλιξη του Πολιτισμού

Παρατηρείται μια ομοιότητα μεταξύ της εξέλιξης του πολιτισμού με την εξέλιξη της σεξουαλικής διαδικασίας του ξεχωριστού ατόμου. Άλλες ορμές αναγκάζονται να αλλάξουν τους όρους της ικανοποίησής τους, να τους μεταθέσουν σε άλλους δρόμους, πράγμα που στις περισσότερες περιπτώσεις συμπίπτει με την γνωστή μας *μετουσίωση* και σε άλλες διαφέρει από αυτή.

Ο έρωτας και η ανάγκη έγιναν οι «γονείς» του πολιτισμού, υπό την έννοια ότι ο άνθρωπος έχει ανάγκη να ζήσει, να επιβιώσει αλλά και να αγαπήσει και να αγαπηθεί για την διαίωσιση του είδους, ο πολιτισμός εξυπηρετεί την διαδικασία αυτή. Οι διατάξεις των ταμπού έγιναν το πρώτο δίκαιο. Με ταμπού, νόμους και έθιμα επιβάλλονται και άλλοι περιορισμοί που αφορούν και τα δύο φύλα. Ο πολιτισμός υποτάσσεται στη οικονομική αναγκαιότητα και αφαιρεί από την σεξουαλικότητα ένα μεγάλο μέρος της ψυχικής της ενέργειας και το καταναλώνει για δικούς του σκοπούς. Ακόμα και η γεννητική αγάπη ανάμεσα στα δύο φύλα έχει μειωθεί από τους περιορισμούς της μονογαμίας και της νομιμότητας. Έτσι η σεξουαλική ζωή του πολιτισμένου ατόμου έχει βλαφθεί σοβαρά και ενίοτε δίνει την εντύπωση μιας καχεκτικής λειτουργίας, γεγονός που μας οδηγεί να υποθέσουμε ότι η σημασία της ικανοποίησης από τη συγκεκριμένη πηγή, άρα και η εκπλήρωση του σκοπού της ζωής με θετικό τρόπο (αναζήτηση ηδονής = ευτυχία), έχει μειωθεί σημαντικά οπότε οδηγεί το άτομο σε ένα γενικότερο αίσθημα δυσφορίας.

### **Επιθετικότητα και Πολιτισμός**

Ας μην ξεχνάμε ότι ο άνθρωπος δεν είναι μόνο ένα πράο, αξιαγάπητο πλάσμα αλλά ότι στον ορμικό του εφοδιασμό μπορεί επίσης να συμπεριλαμβάνει και μια σημαντική ποσότητα επιθετικής τάσης.

Εκτός από τον έρωτα υπάρχει και ο *θάνατος*. Η ορμή του θανάτου εργάζεται βουβά στο εσωτερικό της ουσίας του ανθρώπου για την διάλυση της ζωής αλλά ένα μέρος αυτής της ορμής στρέφεται ενάντια στο περιβάλλον και εμφανίζεται ως ορμή της επιθετικότητας και καταστροφής. Ο περιορισμός αυτής της στραμμένης προς τα έξω επιθετικότητας θα αύξανε αναγκαστικά την έτσι και αλλιώς εκτελούμενη αυτοκαταστροφή.

Αν λοιπόν, ο πολιτισμός επιβάλλει όχι μόνο τη σεξουαλική καταπίεση αλλά περιορίζει και την επιθετική τάση του ατόμου καταλαβαίνουμε καλύτερα γιατί ο άνθρωπος δυσκολεύεται να γίνει ευτυχισμένος μέσα στον πολιτισμό. Ο πρωτόγονος άνθρωπος θα λέγαμε ότι ήταν πραγματικά πιο τυχερός αφού δεν γνώριζε περιορισμούς των ορμών του.

## Συνείδηση

### *Προέλευση*

Η εσωτερικευμένη επιθετικότητα ξαναστέλνει μέρος της ενέργειάς της από εκεί που προήλθε, δηλαδή στο Εγώ του ατόμου. Εκεί παραλαμβάνεται από ένα μέρος του Εγώ που αντιπαρατίθεται στο υπόλοιπο σαν Υπερεγώ και ασκεί τώρα ως «ηθική συνείδηση» απέναντι στο Εγώ την ίδια επιθετική ορμή, που το Εγώ θα την ασκούσε ευχαρίστως πάνω σε άλλα άτομα, ξένα. Την τάση ανάμεσα στο αυστηρό Υπερεγώ και στο υποταγμένο σε αυτό Εγώ την ονομάζουμε *ένοχη συνείδηση* και εκφράζεται ως ανάγκη για τιμωρία. Ο πολιτισμός δαμάζει δηλαδή την επικίνδυνη επιθετική τάση του ατόμου με το να το αποδυναμώνει, να το αφοπλίζει και με μια αρχή που τοποθετεί στο εσωτερικό του (π.χ. μπορούμε να φέρουμε στο νου μας κάτι ανάλογο με το γνωστό μας Υπερεγώ) να το επιτηρεί.

Η συνείδηση επέρχεται τη στιγμή που η εξουσία εσωτερικεύεται με τη δημιουργία ενός Υπερεγώ. Από την σκοπιά της εξελικτικής βαθμίδας παρατηρείται μια ιδιορρυθμία η οποία έγκειται στο γεγονός ότι όσο πιο ενάρετος είναι ο άνθρωπος τόσο πιο αυστηρά και δύσπιστα του φέρεται το Υπερεγώ του, ώστε τελικά εκείνοι που πέρασαν πολύ στην αγιότητα κατηγορούν τον εαυτό τους για τις μεγαλύτερες αμαρτίες. Αν λοιπόν οι άγιοι αποκαλούνται αμαρτωλοί δεν αδικούνται αν λάβουμε υπόψη μας τους πειρασμούς για ικανοποίηση των ορμών τους, στους οποίους είναι εκτεθειμένοι σε ιδιαίτερα μεγάλο βαθμό, επειδή οι πειρασμοί αυξάνουν όπως είναι γνωστό από τη διαρκή στέρηση, ενώ με τη συμπτωματική ικανοποίηση μετριάζονται, τουλάχιστον για ένα διάστημα.

Όσο τα πράγματα πάνε καλά στον άνθρωπο είναι και η συνείδησή του ήσυχη και αφήνει στο Εγώ αρκετή ελευθερία. Όταν όμως τον βρουν κακοτυχίες εξετάζει τον εαυτό του, αναγνωρίζει πως είναι αμαρτωλός και θέτει μεγαλύτερες απαιτήσεις στη συνείδησή του επιβάλλοντας στον εαυτό του ενοχές και τιμωρίες. Ο πρωτόγονος άνθρωπος συμπεριφέρεται πολύ διαφορετικά, όταν έχει ατυχία δεν αποδίδει την ενοχή στον εαυτό του αλλά στο *φετίχ*, που προφανώς δεν έκανε το καθήκον του, και το δέρνει αντί να τιμωρήσει τον εαυτό του.

*(Σε αυτό το σημείο θα μπορούσαμε να αναρωτηθούμε και ίσως θα άξιζε να μελετηθεί σε τι ποσοστό υπήρχαν σωματόμορφα ενοχλήματα και σωματοποιήσεις (στροφή της επιθετικότητας εναντίον εαυτού) στις πρωτόγονες κοινωνίες ή αν είναι φαινόμενο μόνο των σύγχρονων πολιτισμών. Κάτι τέτοιο θα μας βοηθούσε να καταλάβουμε κατά πόσο η σύγχρονη οργάνωση του πολιτισμού εξυπηρετεί και προάγει την γενικότερη ατομική*

*ψυχοσωματική υγεία ή αν τελικά αποτελεί ένα ακόμα εμπόδιο στην ευτυχία του ανθρώπου. Σημ. της συγγραφέως ).*

Αναλυτικότερα, η παρεμπόδιση της ερωτικής ικανοποίησης δημιουργεί ένα μέρος της επιθετικής τάσης ενάντια στο πρόσωπο που την ενοχλεί αλλά πρέπει και πάλι η επιθετικότητα αυτή να καταπιεσθεί. Αυτή λοιπόν η καταπιεσμένη επιθετικότητα μετατρέπεται σε αίσθημα ενοχής και μεταβιβάζεται στο Υπερεγώ.

### **Ενοχή**

Εντοπίζονται 2 πηγές του αισθήματος της ενοχής :

1. Το άγχος μπροστά στην εξουσία
2. Το άγχος μπροστά στο Υπερεγώ.

Το πρώτο μας εξαναγκάζει να παραιτηθούμε από την ικανοποίηση των ορμών σαν συνέπεια του άγχους μπρος στην εξωτερική εξουσία, παραιτούμαστε από τις ικανοποιήσεις για να μην χάσουμε την αγάπη της.

Το δεύτερο απαιτεί, αφού δεν μπορούμε να κρύψουμε το περιεχόμενο των ορμών και των απαγορευμένων επιθυμιών από το Υπερεγώ, την τιμωρία. Εδώ η ορμική παραίτηση δεν αρκεί γιατί η επιθυμία διατηρείται και δεν μπορεί να αποκρυφτεί από το Υπερεγώ.

Και στις δύο περιπτώσεις θα περίμενε κανείς να είμαστε με κάποιον τρόπο απαλλαγμένοι από την ενοχή. Ωστόσο αυτό δεν συμβαίνει καθώς στην τελευταία περίπτωση, θα δημιουργηθεί και πάλι ένα συναίσθημα ενοχής, γεγονός που είναι σημαντικό μειονέκτημα για την ορθή εγκαθίδρυση του Υπερεγώ και του σχηματισμού της συνείδησης. Στην πρώτη περίπτωση αντίστοιχα, η παραίτηση από τις ορμές δεν έχει απελευθερωτικό χαρακτήρα. Η ενάρετη αποχή δεν αμείβεται πια με τη διασφάλιση της αγάπης εξαιτίας της επικείμενης εξωτερικής δυστυχίας (απώλεια της αγάπης και τιμωρία από την εξωτερική εξουσία) και το άτομο έχει περιέλθει σε κατάσταση διαρκούς εσωτερικής δυστυχίας, σε μια ένταση ένοχης συνείδησης.

Σύμφωνα με τον Freud η χρονική σειρά θα ήταν η ακόλουθη : αρχικά συναντάμε την ορμική παραίτηση εξαιτίας του άγχους μπρος στην επιθετικότητα της *εξωτερικής εξουσίας* και ύστερα ακολουθεί η εγκαθίδρυση της *εσωτερικής εξουσίας*, δηλαδή ορμική παραίτηση εξαιτίας του άγχους μπρος σε αυτή, συνειδησιακό άγχος` ισοτιμία της κακής πράξης με συνέπεια την ένοχη συνείδηση και ανάγκη για τιμωρία. *Η επιθετικότητα της συνείδησης συντηρεί την επιθετικότητα της εξουσίας. Η ηθική*

συνείδηση είναι συνέπεια της ορμικής παραίτησης η ορμική παραίτηση (επιβαλλόμενη από έξω) δημιουργεί τη συνείδηση που απαιτεί μετά παραπέρα παραίτηση από τις ορμές.

### Σχέση Υπερεγώ και Εγώ

Η σχέση ανάμεσα το Εγώ και το Υπερεγώ είναι αυτή της, παραμορφωμένης από την επιθυμία, επανόδου πραγματικών σχέσεων ανάμεσα στο αδιαχώριστο ακόμη Εγώ και σε ένα εξωτερικό αντικείμενο. Η ουσιαστική διαφορά είναι όμως ότι η αρχική αυστηρότητα του Υπερεγώ δεν είναι τόσο αυτή που έχουμε δοκιμάσει ή περιμένουμε από τον Πατέρα, αλλά ότι αντιπροσωπεύει την δική μας επιθετικότητα εναντίον του.

Ο Fr.Alexander το 1927 σε μελέτη του για τους δύο κύριους τύπους παθογόνων εκπαιδευτικών μεθόδων (την υπερβολική αυστηρότητα και τη ηπιότητα) εντόπισε ότι η αυστηρή συνείδηση δημιουργείται από τη συνεργασία δύο επιδράσεων της ζωής, της ορμικής παραίτησης που αποδεσμεύει την επιθετικότητα, και του βιώματος της αγάπης που στρέφει την επιθετικότητα προς τα μέσα και την μεταβιβάζει στο Υπερεγώ. (σελ.101, υποσημείωση αρ.50.)

Τελικά, δεν είναι αποφασιστικό αν σκότωσε κανείς τον Πατέρα ή δεν έκανε την πράξη, και στις δύο περιπτώσεις λοιπόν θα αισθανθεί ένοχος, γιατί το συναίσθημα ενοχής είναι η έκφραση της αμφιθυμικής σύγκρουσης του αιώνιου αγώνα ανάμεσα στην ορμή του έρωτα και στην ορμή του θανάτου. Αυτή η σύγκρουση εμφανίζεται στους ανθρώπους από τη στιγμή που τους επιβάλλεται το καθήκον της συμβίωσης. Στην μορφή της οικογένειας αυτή η σύγκρουση παίρνει τη μορφή του Οιδιπόδειου συμπλέγματος, τοποθετεί τη συνείδηση και δημιουργεί το αίσθημα ενοχής. Αν πάρουμε την μορφή της κοινότητας τότε η ίδια σύγκρουση επεκτείνεται και ενισχύεται έχοντας ως συνέπεια την παραπέρα αύξηση του αισθήματος ενοχής.

Επειδή ο πολιτισμός υπακούει σε ένα εσωτερικό ερωτικό κίνητρο, που υπαγορεύει στους ανθρώπους να ενώνονται σε μια στενά συνδεδεμένη μάζα, μπορεί να πετύχει τον σκοπό του μόνο με διαρκή ενίσχυση του αισθήματος ενοχής. Αυτό που άρχισε με τον Πατέρα ολοκληρώνεται με τη μάζα.

Το αίσθημα ενοχής παρουσιάζεται ως το σημαντικότερο πρόβλημα της εξέλιξης του πολιτισμού και το τίμημα για πολιτισμική πρόοδο πληρώνεται με *απώλεια της ευτυχίας* προερχόμενη από την αύξηση του αισθήματος της ενοχής.

### Μετάνοια

Είναι διαφορετική από την ενοχή. Μετάνοια είναι η αντίδραση μετά την εκτέλεση της επιθετικότητας. Το αίσθημα ενοχής από μετάνοια (μετά από πεπραγμένη αδικία ) θα πρέπει πάντα να είναι συνειδητό, ενώ το προερχόμενο από την αντίληψη της κακής πράξης ( αρκεί μόνο η ύπαρξη της *πρόθεσης* για αυτήν) συνήθως μένει στο ασυνείδητο.

### **ΝΕΥΡΩΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΙΣΘΗΜΑ ΕΝΟΧΗΣ**

Τα συμπτώματα των νευρώσεων είναι ουσιαστικά *αναπληρωματικές* ικανοποιήσεις για ανεκπλήρωτες σεξουαλικές επιθυμίες. Κάθε νεύρωση σκεπάζει ένα ποσό ασυνείδητου αισθήματος ενοχής, το οποίο σταθεροποιεί τα συμπτώματα με τη χρήση τους σαν τιμωρία. Συμπερασματικά λοιπόν μπορούμε να πούμε ότι όταν μια ορμή υπόκειται σε *απόθεση* τα λιμπιντικά της μέρη μετατρέπονται σε συμπτώματα και τα επιθετικά της στοιχεία σε αίσθημα ενοχής.

### **Αναλογία ανάμεσα στην πολιτισμική διαδικασία και την εξελικτική πορεία του ατόμου**

Η κοινότητα διαμορφώνει ένα Υπερεγώ κάτω από την επίδραση αυτού διεξάγεται η πολιτισμική εξέλιξη.

Το Υπερεγώ μιας εποχής και μιας κοινωνίας έχει όμοια προέλευση με αυτό του ξεχωριστού ατόμου, στηρίζεται στην εντύπωση και επίδραση που έχουν αφήσει μεγάλες προσωπικότητες, άνθρωποι υπέρτερης πνευματικής δύναμης στους οποίους μια από τις ανθρώπινες τάσεις βρήκε την ισχυρότερη και καθαρότερη διαμόρφωση.

Ένα άλλο σημείο συνάντησης είναι ότι το πολιτισμικό Υπερεγώ θέτει ακριβώς όπως το ατομικό ιδανικές συνθήκες και απαιτήσεις, η μη τήρηση των οποίων τιμωρείται με «συνειδησιακό άγχος» .

Επιπροσθέτως, στο ξεχωριστό άτομο γίνονται αντιληπτές σαν επιπλήξεις μόνο οι επιθετικότητες του Υπερεγώ, ενώ οι απαιτήσεις μένουν συχνά ασυνείδητες. Αν αποκτήσουμε γνώση των απαιτήσεων αυτών θα δούμε πως συμπίπτουν με αυτές του εκάστοτε πολιτισμικού Υπερεγώ. Σε αυτό το σημείο θα αναφερθούμε και στην σχετικότητα των νόσων, αν νοσήσει μια κοινωνία τότε παρομοίως θα νοσήσει και το άτομο. Κάθε πολιτισμός ωστόσο παρουσιάζει διαφορετικές νόσους ανάλογα με το ιστορικό, πολιτικό και εθιμοτυπικό υπόβαθρο.

Επίσης, οι απαιτήσεις του πολιτισμικού Υπερεγώ είναι αδιαπραγμάτευτες. Ούτε αυτό το Υπερεγώ ενδιαφέρεται στην πραγματικότητα αν η ψυχική ιδιοσυγκρασία του ατόμου, όταν αυτό εκδίδει μια εντολή του επιτρέπει να την ακολουθήσει αδιαμαρτύρητα χωρίς κόστος ψυχικό.

### ΗΘΙΚΗ

Το πολιτισμικό Υπερεγώ έχει διαμορφώσει τα ιδανικά του και εγείρει τις απαιτήσεις του. Εκείνες οι απαιτήσεις που αφορούν τις σχέσεις ανάμεσα στους ανθρώπους απαρτίζουν την *Ηθική*. Θα μπορούσαμε να την παρομοιάσουμε με το Ιδεώδες του Εγώ που συναντάμε στο άτομο. Όταν ο οργανισμός δεν μπορεί να οργανώσει μόνος του απαιτήσεις (ασθενές ή μη ανεπτυγμένο Υπερεγώ) τότε χρησιμοποιεί έτοιμες «απ' έξω» , προερχόμενες δηλαδή από τρίτους.

Σε όλες τις εποχές έχει δοθεί πολύ μεγάλη αξία στη ηθική σαν να περίμεναν οι άνθρωποι από αυτή μεγάλα αποτελέσματα. Επίσης, αποτελεί και το κομμάτι εκείνο κάθε πολιτισμού που εμφανίζεται πιο τρωτό.

### Επίλογος....

Το πολιτισμικό Υπερεγώ υποθέτει ότι μάλλον στο Εγώ του ανθρώπου όλα όσα του αναθέτει είναι δυνατά και ανεκτά και πως το Εγώ έχει απεριόριστη εξουσία πάνω στο Αυτό. Αυτό είναι σφάλμα, καθώς η εξουσία πάνω στο Αυτό δεν μπορεί να ξεπεράσει ορισμένα όρια. Αν τεθούν μεγαλύτερες απαιτήσεις δημιουργείται στο ξεχωριστό άτομο εξέγερση ή νευρώση ή το άτομο γίνεται δυστυχισμένο.

Η εντολή «αγάπα τον πλησίον σου σαν τον εαυτό σου» είναι η ισχυρότερη απόκρουση της ανθρώπινης επιθετικότητας και ένα σημαντικό παράδειγμα της λειτουργίας του πολιτισμικού Υπερεγώ. Είναι μια απραγματοποίητη εντολή , καθώς ένας τόσο μεγάλος πληθωρισμός αγάπης μπορεί μόνο να μειώσει την αξία της . Ο πολιτισμός τα αγνοεί αυτά και προειδοποιεί ότι όσο πιο δύσκολη είναι η τήρηση μιας εντολής τόσο μεγαλύτερη αξία έχει. Μόνο που όποιος σήμερα τηρεί μια τέτοια εντολή ζημιώνεται σε αντίθεση με αυτόν που την καταπατά.

Τελικά το πολιτισμικό εμπόδιο της επιθετικότητας είναι τόσο ισχυρό αφού με την εμπόδιση της επιθετικότητας ο άνθρωπος γίνεται τόσο δυστυχισμένος όσο και από την ίδια την έκφραση της επιθετικότητας, καθώς μπορεί να αναπτύξει στροφή εναντίον του εαυτού (αυτοκαταστροφή) ή να προκαλέσει καταστροφή σε άλλους (ετεροκαταστροφή).

Αθανασάκη Σοφία, ψυχολόγος Ιανουάριος 2013

### **Βιβλιογραφία**

Freud S. « Ο πολιτισμός πηγή δυστυχίας», εκδ. Επίκουρος, Αθήνα 2005