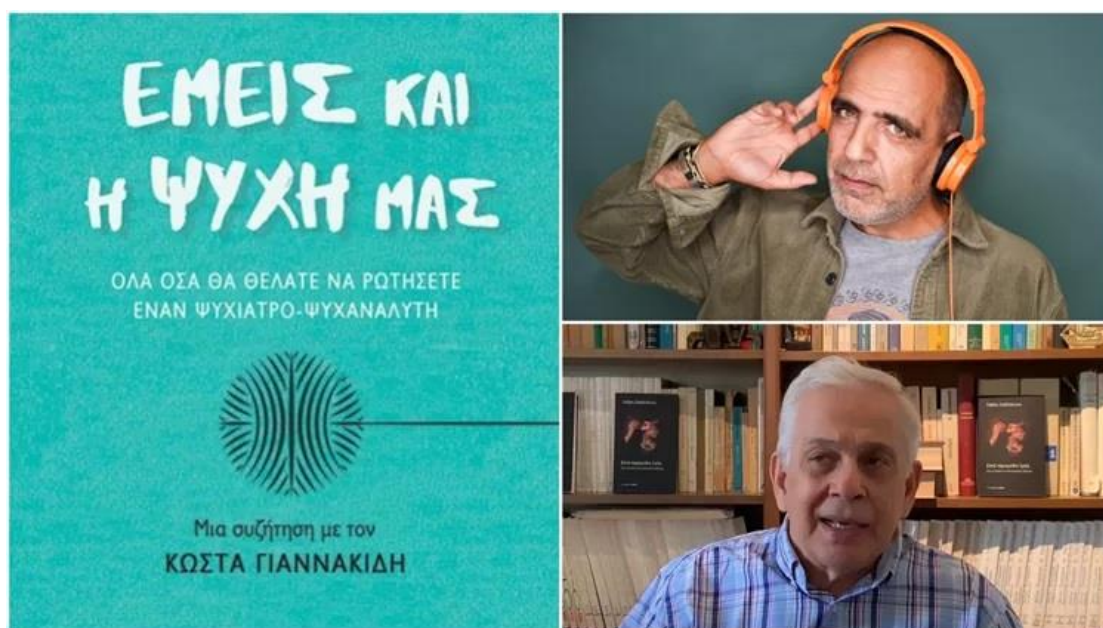


Στο βιβλίο "Εμείς και η ψυχή μας" ο Κώστας Γιαννακίδης κάνει τις σωστές ερωτήσεις στον ψυχίατρο-ψυχαναλυτή Σάββα Σαββόπουλο

Το βιβλίο "Εμείς και η ψυχή μας. Όλα όσα θα θέλατε να ρωτήσετε έναν ψυχίατρο-ψυχαναλυτή" των Σαββόπουλου-Γιαννακίδη μας κέρδισε από την πρώτη σελίδα.



ΓΡΑΦΕΙ: ΠΑΥΛΟΣ ΜΕΘΕΝΙΤΗΣ

07 Ιουλίου , 2023

Ένα βιβλίο έχει επιτύχει το σκοπό του όταν έχει γίνει κτήμα του αναγνώστη. Αν έχει τσακισμένες σελίδες, ή αυτοκόλλητα post it, ή σελιδοδείκτες που μαρκάρουν κάποια ιδιαίτερω ενδιαφέροντα αποσπάσματα, αν έχει σημειώσεις στα περιθώρια των σελίδων και υπογραμμισμένες παραγράφους, τότε σημαίνει πως ο αναγνώστης έχει καταβροχθίσει το βιβλίο, ανοίγοντας κουβέντα, έντονη ενίοτε, με το συγγραφέα ή τους συγγραφείς του, άρα το έχει κάνει δικό του το κείμενο.

Προσωπικά, το βιβλίο των Σαββόπουλου/Γιαννακίδη που κυκλοφορεί από τις Εκδόσεις Παπαδόπουλος με κέρδισε από την πρώτη σελίδα του για δύο λόγους: γιατί δεν είναι ακόμα ένα βιβλίο αυτοβοήθειας, και γιατί ο ειδικός, ο ψυχίατρος, αντί να αγοράζει από καρέδρας, απαντά

σε καίριες, ευφυείς ερωτήσεις ενός δημοσιογράφου, που θα ήθελα να τις είχα κάνει εγώ. Όντως, ο Γιαννακίδης είναι άψογος: διαβασμένος, οξυδερκής, θαρραλέος, πνευματώδης προβοκάτορας όσο χρειάζεται για να κάνει ελκυστικές τις απαντήσεις του γιατρού, αλλά και σεβαστικός, ταπεινός εκεί που πρέπει, καθώς έχει να κάνει με ένα διακεκριμένο επιστήμονα, ο οποίος, εδώ είναι το ωραίο, δεν θέλει να γίνει άλλος ένας γκουρού, άλλος ένας μπεστσελερίστας Προφήτης, που παραδίδει με τυμπανοκρουσίες το αυτονόητο, για να ειπράξει την υπεραξία του πόνου των αναγνωστών/πελατών/πιστών/ακολούθων του.

"Έγινα ψυχίατρος για να καταλάβω τον εαυτό μου και τον κόσμο", λέει κάπου ο Σαββόπουλος, ξεκαθαρίζοντας τη θέση του. Εγώ σαν αναγνώστης του βιβλίου βλέπω πως ο ψυχίατρος/ψυχαναλυτής, ανταποκρινόμενος στη μαιευτική μέθοδο του Γιαννακίδη, αυτό που επιδιώκει είναι να βοηθήσει τους ανθρώπους που πονούν. Κι ο πόνος, ο φυσικός και ο ψυχικός, είναι συνυφασμένος με την ίδια τη ζωή – ο γιατρός αναφέρει κάτι τρομακτικό σχετικά: "με τη γέννηση όλα αλλάζουν δραματικά... Η ζωή πονάει", λέει ο Σαββόπουλος, περιγράφοντας το τί νιώθει ο νέος άνθρωπος όταν έρχεται στον κόσμο, όπου τα πάντα τον πληγώνουν, από το φως μέχρι τον αέρα, μετά από το ανακουφιστικό, ακύμαντο, ζεστό υγρό της κοιλιάς της μάνας του όπου κολυμπούσε αβαρής για τόσους μήνες.

Η ζωή είναι πόνος, λοιπόν, αλλά ευτυχώς που υπάρχουν και οι γιατροί του σώματος και της ψυχής (που δεν υπάρχουν ξέχωρα το ένα από την άλλη) για να τον ανακουφίσουν. Επίσης, ευτυχώς που υπάρχει η αγάπη, η Τέχνη, και η χαρά, για να μας κάνουν αν όχι αξιοβίωτη, τουλάχιστον βιώσιμη τη ζωή μας. Διότι ο βίος είναι σκληρός και θλιβερός - αν και κανείς δεν γεννιέται κακός, όλοι μας γινόμαστε κακοί ενίοτε, λέει ο γιατρός, συμπληρώνοντας πως τα 2/3 των αυτοκτονιών οφείλονται σε κάποιας μορφής κατάθλιψη.

Και κάπως έτσι, με όλα αυτά στο μυαλό μας, μπαίνουμε στο βαθυσκάφος του βιβλίου, και καταδυόμαστε στο υπέροχο, αλλά και ζοφερό κόσμο της ανθρώπινης ψυχής, με τον Σαββόπουλο να μας εξηγεί

τί βλέπουμε, καθώς ο δημοσιογράφος φωτίζει τα επάλληλα υποβρύχια σπήλαια του εσώτερου εαυτού μας: αν εδώ βλέπετε κάποια ομοιότητα με τους εννιά κύκλους της Κόλασης του Δάντη, έχετε πέσει μέσα.

Διπλασιάστε τους, κι έχετε τα 18 κεφάλαια του "Εμείς και η ψυχή μας" που καλύπτουν θεματικά σχεδόν κάθε περιοχή του ανθρωπίνου ψυχισμού, από την ενδομήτρια ζωή μέχρι το "ξέφωτο στο τέλος του μονοπατιού", όπως ονόμαζε, ποιητικά, ο Στίβεν Κινγκ τον θάνατο.

Ο Γιαννακίδης ξεκαθαρίζει πως το το "Εμείς και η ψυχή μας" **"δεν είναι ένα βιβλίο που διεκδικεί θέση σε επιστημονική βιβλιοθήκη. Είναι ένα περιεκτικό εγχειρίδιο ψυχιατρικής, που δεν ξεφεύγει από τη σφαίρα της εκλαϊκευμένης επιστήμης. Εννοείται δεν έχει καμία θεραπευτική χρησιμότητα. Θα σας βοηθήσει όμως να αναγνωρίσετε παθογένειες στον εαυτό σας ή στο περιβάλλον σας. Και θα σας παρακινήσει για την αναζήτηση βοήθειας"**. Τούτων λεχθέντων, να πούμε πως δύσκολα το αφήνει ο αναγνώστης από τα χέρια του το βιβλίο. Προσωπικά το διάβασα σαν να βλέπω μια κωμωδία τρόμου, ή ένα αιματηρό σλάπστικ, κάτι σαν Χοντρό-Λιγνό με χασαπομάχαιρα.

Ναι, υπάρχει και χιούμορ στο πόνημα των Σαββόπουλου/Γιαννακίδη, μόνο που είναι μαύρο, ερεβώδες. Δηλαδή, πως άλλιώς να χαρακτηρίσεις το γεγονός πως εάν το αγαπημένο σας τρίχρονο αγγελούδι, το μωράκι σας, εάν λοιπόν είχε τη δύναμη και τις δυνατότητες ενός ενήλικου ανθρώπου, δεν θα υπήρχε έγκλημα στον Ποινικό Κώδικα που δεν θα είχε διαπράξει, καθώς το νήπιο είναι ένα άγριο, πρωτόγονο, ενστικτώδες, σαδιστικό, πέραν κάθε νόμου, ορίου και ηθικής πλάσμα, που το μόνο, μα το μόνο που επιδιώκει είναι η απόλαυσή του και η κυριαρχία επί αυτών που το υπηρετούν. Φανταστείτε πως το βρέφος, σύμφωνα με τους φροϋδιστές ψυχιάτρους-ψυχαναλυτές όπως ο Σαββόπουλος, πριν μάθει πως πλην του ιδίου και οι άλλοι άνθρωποι έχουν σημασία, θεωρεί πως τα κόπρανά του είναι πολύτιμα, εφόσον τα έκανε αυτό!

Ή πως να αντιμετωπίσεις το γεγονός πως όταν συνευρίσκεται ένα ζευγάρι συνυπάρχουν όλοι οι προπαππούδες κι οι προγιαγιάδες μέσα στο κρεβάτι; Αυτοί οι πληγωμένοι πρόγονοι, με τα εκκρεμή ζητήματα, τα τραύματα και τα πένθη τους, η επιστήμη λέει πως δεν έχουν πεθάνει, δεν έχουν χαθεί, παρά κρύβονται μέσα σε κάποιες ψυχικές κρύπτες και

μας επηρεάζουν. Αυτή η εικόνα με το συνωστισμένο κρεβάτι επανέρχεται στο βιβλίο, όπως και αυτή του Παιδιού-Δυνάστη με την ανελέητη, κατασπαρακτική αγάπη προς τη μητέρα του, αλλά ο Γιαννακίδης δίνει έξυπνες πάσες στον ψυχίατρο ώστε ο γιατρός να ξεδιπλώσει το χιούμορ του, για να ελαφρύνει κάπως το κείμενο. Για παράδειγμα, στο κεφάλαιο περί προδοσίας, ο Σαββόπουλος λέει: "ο Ιούδας θα έπρεπε να κρατήσει τα τριάντα αργύρια, δηλαδή να αποδεχθεί την προδοσία του... Και φυσικά να πληρώσει τον ψυχαναλυτή του!".

Εκεί μέσα λοιπόν, στις 341 σελίδες του βιβλίου, που είναι η **απομαγνητοφώνηση των συνεντεύξεων που πήρε ο Γιαννακίδης από τον Σαββόπουλο στο διάστημα Νοεμβρίου '22 - Μαρτίου '23**, σίγουρα θα βρούμε στοιχεία του εαυτού μας, ή μάλλον ενδείξεις για τις ρίζες του πόνου μας, για τα ψυχικά σύννεφα που φέρνουν τις καταιγίδες στη ζωή μας. Και μπορεί να τσακίσουμε την άκρη μιας σελίδας για να βρούμε εύκολα μια παράγραφο που λες κι έχει γραφτεί για μας, για να ξαναδιαβάσουμε μια ερώτηση του Γιαννακίδη που απαντάται εμπειριστατωμένα, αλλά και κατανοητά, από τον Σαββόπουλο. Και τότε, ίσως να έχουμε κάνει ένα μικρό βήμα προς την κατάκτηση της ευτυχίας στη ζωή μας, που είναι μια διαχρονική επιδίωξη του ανθρώπου, από τότε που ζούσε μέσα σε σπηλιές, ζωγράφιζε μαμούθ στα τοιχώματά της και ζητούσε από το Πνεύμα-Προστάτη του να του δώσει δύναμη και τύχη στο αυριανό του κυνήγι. Ή, πιο απλά, η ανάγνωση του βιβλίου θα μας προτρέψει να αντικρίσουμε θαρρετά τον εαυτό μας – η αλήθεια ναι μεν είναι πικρή και αιχμηρή, ωστόσο είναι ο μονόδρομος προς την ελευθερία. Μόνο αν πάρουμε το το δύσβατο, αυχμηρό μονοπάτι της, έχουμε κάποιες πιθανότητες να καταφέρουμε το δυσκολότερο πράγμα στον κόσμο: να γίνουμε καλύτεροι άνθρωποι.