

ΘΕΚΛΑ ΠΕΤΡΙΔΟΥ

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ



ΕΡΩΤΑΣ



Αυτός ο αδιάγνωστος



ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: Ψυχολογία – Ανθρώπινες σχέσεις

ΤΙΤΛΟΣ ΒΙΒΛΙΟΥ: **Έρωτας**

ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ: Θέκλα Πετρίδου

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ – ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΟΥ: Κατερίνα Δουρίδα

ΣΥΝΘΕΣΗ ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ: Βίκυ Αυδή

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Βάσω Βύρρα

© Θέκλα Πετρίδου, 2021

© Εικόνας εξωφύλλου: Christie Goodwin/Archangel

© ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2021

Πρώτη έκδοση: Ιούνιος 2021

Έντυπη έκδοση ISBN 978-618-01-3995-2

Ηλεκτρονική έκδοση ISBN 978-618-01-3996-9

Τυπώθηκε στην Ευρωπαϊκή Ένωση, σε χαρτί ελεύθερο χημικών ουσιών, προερχόμενο αποκλειστικά και μόνο από δάση που καλλιεργούνται για την παραγωγή χαρτιού.

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Ελληνικού Νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής αδείας του εκδότη κατά οποιονδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, διανομή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση, παρουσίαση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευσή του συνόλου ή μέρους του έργου.

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε.

Από το 1979

Έδρα:

Τατοίου 121, 144 52 Μεταμόρφωση

Βιβλιοπωλείο:

Εμμ. Μπενάκη 13-15, 106 78 Αθήνα

Τηλ.: 2102804800 • fax: 2102819550

PSICHOGIOS PUBLICATIONS S.A.

Publishers since 1979

Head Office:

121, Tatoi Str., 144 52 Metamorfossi, Greece

Bookstore:

13-15, Emm. Benaki Str., 106 78 Athens, Greece

Tel.: 2102804800 • fax: 2102819550

e-mail: info@psychogios.gr

www.psychogios.gr • <http://blog.psychogios.gr>

ΘΕΚΛΑ ΠΕΤΡΙΔΟΥ

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

ΕΡΩΤΑΣ



Αυτός ο αδιάγνωστος



*Το βιβλίο αυτό δεν μπορώ παρά να το αφιερώσω
στους ανθρώπους που αποτελούν την κοινότητα
στο κανάλι μας στο YouTube. Εσείς μου δίνετε έμπνευση
και στόχο για ψυχοεκπαίδευση και πνευματικότητα.
Σας αγαπώ!*

Περιεχόμενα

Εισαγωγή	11
1 Οι σημασίες που αποδίδονται στον έρωτα από το περιβάλλον μας και μας επηρεάζουν αρκετά ώστε να μας ταλαιπωρούν.	17
Έρωτας και ποπ κουλτούρα. Ο έρωτας ως το υπέρτατο καταναλωτικό αγαθό	17
Διφορούμενα μηνύματα για τον έρωτα από την κοινωνία και την οικογένεια	19
Μια κοινωνία φτιαγμένη για ζευγάρια	24
2 Η ερωτική αγάπη ως αυτοσκοπός – αντίδοτο στη δυστυχία.	29
3 Ερωτευμένοι με το πρόσωπο ή με τον έρωτα;	47
4 Πώς διαχειρίζομαι το φλερτ αποτελεσματικά – τα δύο βήματα. ...	57
5 Είναι έρωτας αυτό που ζω;	91
6 Ποιος είναι ο ερωτικός μου προσανατολισμός; Πώς αυτός επηρεάζει τις πιθανότητες να βρω την αγάπη που επιθυμώ;	103
Εσωτερικευμένη ομοφοβία	125
7 Πώς διατηρώ μια υγιή ερωτική σχέση; Το πανίσχυρο εργαλείο της επικοινωνίας.	141
8 Ο μύθος της μονογαμικότητας.	161
9 «Έρωσ ανίκατε μάχαν».	221

Εισαγωγή

Είναι 1η Ιουλίου 2020.

Ο χρόνος αυτός μπήκε με τις καλύτερες προσδοκίες, αλλά μας εξέπληξε δυσάρεστα όλους, όχι μόνο εμένα.

Αυτή τη χρονιά ούτως ή άλλως δεν είχα σκοπό να κυκλοφορήσω καινούργιο βιβλίο. Ήθελα ένα διάλειμμα συγγραφικό. Ένα βιβλίο γράφεται αρκετούς μήνες πριν από την κυκλοφορία του. Άρα, για να κυκλοφορήσει τέλη του χρόνου θα πρέπει να έχει γραφτεί τουλάχιστον μέχρι την αρχή του καλοκαιριού.

Ήθελα ένα διάλειμμα, λοιπόν, να απολαύσω την ευτυχία μου – ή αυτό που τότε νόμιζα ευτυχία. Επειδή αυτό που θεωρούμε «ευτυχία» –λόγω καταβολών και διαπαιδαγώγησης, είμαστε πεπεισμένοι πως η «ευτυχία» είναι κάτι πολύ συγκεκριμένο, και αν την κατακτήσουμε θα έχουμε λύσει μαγικά όλα μας τα θέματα– μπορεί και να μην είναι. Ή και να είναι – δεν ξέρω. Γράφω αυτό το βιβλίο για να μάθω. Να μάθουμε μαζί πώς μπορούμε να βρούμε την αγάπη που θέλουμε ή πώς μπορούμε να βρούμε την ευτυχία στον έρωτα και στην ερωτική αγάπη· και αν μπορούμε να είμαστε ευτυχισμένοι χωρίς αυτά. Τέλος, να ερευνήσουμε τι είναι αυτός ο έρωτας που μας απασχολεί τόσο πολύ, μικρούς και μεγάλους.

Είχα σκοπό από το τέλος του 2019, τότε που κυκλοφόρησε

το προηγούμενο βιβλίο μου με τίτλο *Ψυχολογικός Πόλεμος*, το επόμενο να έχει θέμα τον έρωτα και την ερωτική αγάπη. Τέλος του 2019 ήμουν ακόμα παντρεμένη με τον δεύτερο σύζυγό μου και, όπως νόμιζα τότε, ήμουν ευτυχισμένη. Πίστευα αφελώς πως είχα λύσει όλα μου τα συναισθηματικά θέματα και πως είχα βρει την αγάπη που ήθελα, αυτήν που θα μου έφερνε την ευτυχία. Και επειδή, κακά τα ψέματα, και οι ψυχολόγοι είμαστε άνθρωποι, και πολύ συχνά αψυχολόγητοι, φαίνεται πως τόσα χρόνια μετά το πρώτο μου βιβλίο με τίτλο *Η ανατομία μιας γυναίκας*, στο οποίο προσπαθούσα να αποδομήσω το κοινωνικό στερεότυπο πως ο γάμος φέρνει την ευτυχία, στα σαράντα τρία μου ξαναπαντρεύτηκα, για να έρθει η πανδημία του κορονοϊού, και να γίνω κι εγώ ένα στατιστικό των αρνητικών επιπτώσεων της καραντίνας. Στην Κίνα, λέει, παρατηρήθηκε κάθετη αύξηση των αιτήσεων για διαζύγιο αμέσως μετά τη λήξη της καραντίνας. Αυτό συνέβη και σ' εμένα. Με τη λήξη της καραντίνας βρέθηκα χωρισμένη.

Σκεφτόμουν, λοιπόν, αν θα ήταν καλή ιδέα να συνεχίσω με το προγραμματισμένο θέμα του βιβλίου που επρόκειτο να γράψω – δυο φορές χωρισμένη ίσως να μην ήμουν και το πλέον αρμόδιο πρόσωπο να γράψω για το θέμα αυτό. Στον δισταγμό μου συνετέλεσε και το ανάλογο cyberbullying που δέχτηκα από ελάχιστους μεμονωμένους χρήστες Κυπρίου, οι οποίοι υποστήριξαν γραπτώς σε αναρτήσεις κάτω από τη σελίδα μου πως δεν είμαι κατάλληλη να δίνω συμβουλές για ερωτικές σχέσεις και γάμους, επειδή εγώ η ίδια «αποδεδειγμένα» έχω αποτύχει. Σε μια δεύτερη ανάγνωση αυτών των ελάχιστων κακεντρεχών σχολίων, η επαναστάτρια μέσα μου αφυπνίστηκε και αποφάσισα πως τώρα παρά ποτέ είναι η πλέον κατάλληλη περίοδος να ασχοληθώ με το θέμα αυτό. Όχι από το βάθρο της επιτυχημένης παντρεμένης γυναίκας, της γυναίκας που κατά-

φερε να παντρευτεί για δεύτερη φορά, ξορκίζοντας την *κακή της πρότερη μοίρα*, αλλά από το προσγειωμένο και ρεαλιστικό επίπεδο μιας γυναίκας που όσες γνώσεις ψυχολογίας και διαχείρισης ανθρωπίνων σχέσεων και να έχει, εξακολουθεί να πέφτει σε παρόμοια λάθη και να επηρεάζεται από τα ίδια κοινωνικά φαινόμενα όπως όλοι οι συνάνθρωποί της.

Είμαι η Θέκλα Πετρίδου.

Είμαι γυναίκα, ψυχολόγος και συγγραφέας.

Είμαι μητέρα δύο ενήλικων παιδιών που θαυμάζω.

Υπήρξα μόνη, απελπισμένη, απογοητευμένη, ερωτευμένη χωρίς ανταπόκριση, ερωτευμένη με ανταπόκριση, παντρεμένη, χωρισμένη, ξαναπαντρεμένη, ξαναχωρισμένη· και τώρα ελεύθερη!

Είμαι μόλις σαράντα πέντε χρόνων και η μισή μου τουλάχιστον ζωή απλώνεται μπροστά μου.

Δεν τα γνωρίζω όλα, γνωρίζω όμως αρκετά και, κυρίως, πως η ανθρώπινη φύση και οι ανθρώπινες σχέσεις είναι δύσκολα πράγματα· δύσκολα και περίπλοκα.

Σε αυτό το βιβλίο που κρατάς στα χέρια σου, αναγνώστη, θα διαβάσεις τις απόψεις μου γύρω από το θέμα του έρωτα και της ερωτικής αγάπης στις μέρες μας, οι οποίες είναι βασισμένες στις γνώσεις ψυχολογίας που έχω, καθώς και στην ευρεία επαγγελματική μου πείρα. Είναι ελάχιστα τα αυτοβιογραφικά στοιχεία στο βιβλίο αυτό, λόγω του ότι έχω στη διάθεσή μου κυριολεκτικά χιλιάδες ιστορίες άλλων ανθρώπων που τις μοιράστηκαν μαζί μου τα τελευταία εννέα χρόνια που δραστηριοποιούμαι εντατικά στον χώρο του διαδικτύου. Επίσης, στα

είκοσι χρόνια που έχω εργαστεί ως ιδιώτης ψυχολόγος, οι περισσότεροι άνθρωποι που με επισκέπτονταν το έκαναν κυρίως για θέματα σχετιζόμενα με την ερωτική τους ζωή – της προβληματικής υπάρχουσας, ή της έλλειψης αυτής.

Στην εποχή μας η δυσκολία δημιουργίας και διατήρησης ερωτικής ζωής είναι ένα θέμα για όλους τους ανθρώπους: νεότερους και μεγαλύτερους: γυναίκες και άντρες: στρείτ και γκέι. Δύσκολοι καιροί για χορεύτριες και χορευτές: και ο χορός του έρωτα είναι πολύπλοκος, απρόβλεπτος, αλλά παράλληλα σαγηνευτικός και επιθυμητός.

Ο έρωτας είναι ζωή: και η ζωή εμπεριέχει τον έρωτα. Άμα είσαι ζωντανός, σε όποια ηλικία και να είσαι, ρέπεις προς τον έρωτα. Ποθείς να ερωτευτείς και να σε ερωτευτούν. Όσο κυνικά και ορθολογιστικά και να αντιμετωπίζεις τις ανθρώπινες σχέσεις, εξακολουθείς να φέρεις μέσα σου την αρχέτυπη ορμή για ζωή, που μεταφράζεται σε ερωτικά αισθήματα. Είναι πρωτόγονο ένστικτο ρυθμισμένο από νευροδιαβιβαστές και ορμόνες το να νιώθουμε ερωτική επιθυμία, να ερωτευόμαστε και να ποθούμε την ερωτική σύνδεση με έναν άλλον άνθρωπο. Είναι μέσα στη φύση μας. Μπορεί να γεννηθήκαμε στο σήμερα, αλλά φέραμε μαζί μας ένα πρωτόγονο σώμα, παρόμοιο με αυτό των πρώτων ανθρώπων πάνω στη γη, που δεν είχαν κτίσει ακόμα πολιτισμό, κουλτούρα, ιστορία, επιστήμη, και που χρειάζονταν ισχυρή ώθηση από τα ένστικτά τους για να επιβιώσουν. Είναι αστείο, και φοβιστικό συνάμα, το πόσο πολύ έχει προχωρήσει το ανθρώπινο γένος στη δημιουργία πολιτισμού και επιστήμης: και παρ' όλα αυτά, καθορίζεται τόσο πολύ από πρωτόγονα ένστικτα και παρορμήσεις, ωθήσεις κι εξωθήσεις ενός πρωτόγονου εαυτού φυλακισμένου σε μοντέρνα κοστούμια.

Και δεν ξεφεύγει κανείς. Άντρας, γυναίκα, μεγάλος, μικρός,

οποιασδήποτε ηλικίας, φύλου ή σεξουαλικού προσανατολισμού είναι ευάλωτος στα βέλη του έρωτα. Αυτού του αρχαίου Έλληνα θεού, του γιου της Αφροδίτης, που παίζει με τα νεύρα μας, με την ηρεμία μας, την ησυχία μας, και τη ζωή μας την ίδια.

Πολλές φορές έχω αναρωτηθεί πώς θα ήταν η ζωή η δική μου αν δεν είχα αυτό το πρωτόγονο ένστικτο μέσα μου. Τη φαντάζομαι ήρεμη, στρωμένη, περιποιημένη, ατσαλάκωτη, τέλεια. Και βαρετή. Θα ήταν βαρετή. Είμαι σίγουρη γι' αυτό. Επειδή πέρασα περίοδο κατάθλιψης προ δεκαετίας, και το διάστημα προτού κάνω θεραπεία βίωνα την πλήρη «ανηδονία» και έλλειψη ερωτικών επιθυμιών. Η ζωή μου δεν ήταν ευχάριστη, δεν ήταν ζωντανή, δεν είχε νεύρο. Ήταν επίπεδη. Ήταν βαρετή και αχώνευτη.

Κι αυτό όχι γιατί μου έλειπε μια ερωτική σχέση ή η ερωτική πράξη – ο έρωτας δε μετουσιώνεται μόνο σε ερωτική σύνδεση δύο ανθρώπων. Ο έρωτας ως ορμή πρωτόγονη μπορεί να διοχετευτεί και σε άλλα πεδία της ζωής μας και να την εμπλουτίσει, να τη γονιμοποιήσει και να την κάνει, το λιγότερο, ενδιαφέρουσα, αν όχι συναρπαστική.

Είμαστε οι σύγχρονοι άνθρωποι δέσμιοι των πρωτόγωνων ενστίκτων μας;

Νομίζω πως είμαστε δεμένοι μαζί τους. Το πώς θα τα διαχειριστούμε θα μας καταστήσει δέσμιους ή επιτυχημένους θηριοδαμαστές. Και το βιβλίο μου για τον έρωτα σε αυτό κυρίως αποσκοπεί: στο να γνωρίσουμε καλύτερα τον έρωτα που μας παιδεύει, και να τον παιδέψουμε εμείς προς όφελός μας.

Όταν χρησιμοποιώ τη λέξη «έρωτας» αναφέρομαι στην πιο συνήθη χρήση του όρου η οποία χρησιμοποιείται για να περιγράψει το συναίσθημα το οποίο προκύπτει σε κάποιον άνθρωπο

όταν το ρομαντικό ή και σεξουαλικό του ενδιαφέρον επικεντρωθεί σε ένα συγκεκριμένο πρόσωπο.

«Ερωτεύομαι» σημαίνει πως τα ερωτικά μου συναισθήματα και το μυαλό μου τα απασχολεί ένα συγκεκριμένο πρόσωπο, για το οποίο νιώθω έντονη έλξη, επιθυμώ να βρίσκομαι κοντά του, να έρθω σε ανθρώπινη επαφή μαζί του, ονειρεύομαι και φαντασιώνομαι μια ερωτική σχέση με το πρόσωπο αυτό και γενικώς το πρόσωπο αυτό με απασχολεί σε σημείο που, υπό άλλες συνθήκες, θα μπορούσε να θεωρηθεί εμμονή.

«Ερωτας με ανταπόκριση» είναι η κατάσταση κατά την οποία δύο άνθρωποι νιώθουν ο ένας για τον άλλον έντονη έλξη και διαρκή όσο και δυνατό πόθο – «ίμερο» έλεγαν τον πόθο οι αρχαίοι.

«Ερωτας χωρίς ανταπόκριση» σημαίνει πως ένας άνθρωπος έχει ερωτευτεί κάποιον άλλον άνθρωπο, ο οποίος όμως δεν έχει αντίστοιχα προς τα δικά του ερωτικά συναισθήματα.

«Ερωτική απογοήτευση» σημαίνει να είσαι ερωτευμένος, και οι ελπίδες σου για ευτυχία με το πρόσωπο για το οποίο έχεις έρωτα να εξανεμιστούν, είτε επειδή δεν υπάρχει αντίστοιχη ανταπόκριση στα ερωτικά συναισθήματα, είτε επειδή το άλλο πρόσωπο διακόπτει τη σχέση σας.

1 | Οι σημασίες που αποδίδονται στον έρωτα από το περιβάλλον μας και μας επηρεάζουν αρκετά ώστε να μας ταλαιπωρούν

Έρωτας και ποπ κουλτούρα Ο έρωτας ως το υπέρτατο καταναλωτικό αγαθό

Τι είναι ποπ κουλτούρα;

Η ποπ κουλτούρα –στην ελληνική μετάφραση η «δημοφιλής κουλτούρα»– είναι ένας όρος που χρησιμοποιείται από τους κοινωνιολόγους κυρίως, αλλά και άλλους κοινωνικούς και ανθρωπιστικούς επιστήμονες για να περιγράψει το σύνολο των πεποιθήσεων, απόψεων, πιστεύω, τρόπου ζωής, αντικειμένων, καταστάσεων που επικρατούν στην κοινωνία μαζικά. Η ποπ κουλτούρα μεταδίδει πληροφορίες στο ευρύ κοινό μέσα από το διαδίκτυο, την τηλεόραση, τις διαφημίσεις, τον κινηματογράφο, τα ηλεκτρονικά παιχνίδια, τα περιοδικά, τα δημοφιλή βιβλία, το ραδιόφωνο και τη μόδα.

Η ποπ κουλτούρα μάς επηρεάζει καθοριστικά. Χωρίς να το αντιλαμβανόμαστε, υιοθετούμε τρόπους σκέψης, συμπεριφοράς, ντυσίματος, έκφρασης, ομιλίας που μας υποβάλλονται μέσω των διαφόρων εκφράσεων της δημοφιλούς κουλτούρας, πομπών ακόμα και δεκτών, επειδή ο καθένας από εμάς, όλοι μας, ειδικά με τη δυναμική του διαδικτύου, μπορούμε και επηρεάζουμε την ποπ κουλτούρα: δεν επηρεαζόμαστε μόνο από αυτήν.

Ο έρωτας παίζει κυρίαρχο ρόλο στην ποπ κουλτούρα. Τα περισσότερα τραγούδια είναι ερωτικά, τα περισσότερα σίριαλ στην τηλεόραση και οι περισσότερες ταινίες στον κινηματογράφο είτε πραγματεύονται το θέμα του έρωτα είτε το περιλαμβάνουν· οι διαφημίσεις, επίσης, έχουν ως κεντρικό ελκυστικό στοιχείο το ερωτικό· και έχω την εντύπωση πως ζούμε στην εποχή που ο έρωτας πλασάρεται ως το απόλυτο αγαθό, υλικό κυρίως, επειδή η ποπ κουλτούρα στοχεύει στην κατανάλωση· κατανάλωση αγαθών και υπηρεσιών. Είναι ολόκληρη βιομηχανία η βιομηχανία των γάμων, των αρραβώνων, των γιορτών του έρωτα, όπως αυτή του «Αγίου Βαλεντίνου», και γενικά βαλλόμαστε από παντού με το μήνυμα πως πρέπει να είμαστε ερωτευμένοι και σε ερωτική σχέση ή γάμο για να είμαστε καλά, και επιτυχημένοι. Ακόμα και τα κλασικά παιδικά παραμύθια, όπως αυτό της Χιονάτης με τους επτά νάνους και τόσα άλλα, έχουν ως κεντρικό στοιχείο τον έρωτα ως το υπέρτατο αγαθό για το οποίο θα πολεμήσουν οι ήρωες του παραμυθιού μέχρι τελικής πτώσεως.

Είπα πως δε θα αναφέρω πολλές προσωπικές εμπειρίες. Είναι σημαντικό όμως να πω πως θυμάμαι τον εαυτό μου στην ηλικία των πέντε μόλις ετών να φαντασιώνομαι πως μια μέρα, όταν θα μεγαλώσω, θα έρθει ένας πρίγκιπας πάνω στο άσπρο άλογο –οπωσδήποτε άσπρο– να με διασώσει από την όποια δυστυχία ή στενάχωρο συναίσθημα βίωνα. Ξαν κι εμένα, σίγουρα και πολλά άλλα παιδιά μεγάλωσαν πιστεύοντας πως ο έρωτας έχει τρομερή διασωστική αξία· πως είναι αυτός που θα μας ελευθερώσει από κάθε πόνο, μοναξιά και στενοχώρια· πως είναι η υπέρτατη αναζήτηση ενός ανθρώπου που σέβεται τον εαυτό του.

Διερωτώμαι, στην πορεία της ζωής μας, πόση ασέβεια έχουμε δείξει στους εαυτούς μας, προσπαθώντας να φέρουμε τον

έρωτα στη ζωή μας, ή να τον κρατήσουμε, ή έστω να τον ακολουθήσουμε...

Θεωρώ πως υπάρχει μεγάλη αναγκαιότητα να διαμορφώσουμε την ποπ κουλτούρα με τέτοιο τρόπο, ώστε να σταματήσει να θεοποιεί τον έρωτα και να τον παρουσιάζει ως ιδανικό και μαγική λύση όλων των προβλημάτων στα μάτια μικρών και μεγάλων. Ήδη οι μεταμοντέρνες προσεγγίσεις στην τέχνη του κινηματογράφου και της λογοτεχνίας έχουν αρχίσει να εισάγουν και την όχι τόσο λαμπερή μορφή του έρωτα: την άσχημη, την κακοποιητική, την επίπονη και βασανιστική. Το βιβλίο αυτό φιλοδοξώ να βάλει έστω ένα λιθαράκι σε αυτή την απομυθοποίηση του έρωτα από την ποπ κουλτούρα.

Φυσικά και δεν απορρίπτω τον έρωτα. Δεν τον απεμπολώ. Δεν τον ακυρώνω. Κι ούτε θέλω να τον διαγράψω από τον γενετικό μου κώδικα και τον κώδικα των ανθρώπων που αγαπώ.

Θέλω να τον γνωρίσω απλά και φιλικά.

Χωρίς φόβο και πάθος. Να τον δω στις πραγματικές του διαστάσεις, ώστε να μπορέσω πραγματικά να τον χαρώ και να συμβιώσω μαζί του· και να μπορώ επίσης να ζω χωρίς αυτόν, επειδή δεν εξαρτάται μόνο από εμένα να υπάρχει στη ζωή μου ο ρομαντικός έρωτας με ανταπόκριση. Και στο ενδιάμεσο, θέλω να ζω. Να ζω χαρούμενη και να είμαι καλά.

Διφορούμενα μηνύματα για τον έρωτα από την κοινωνία και την οικογένεια

Δεν είναι όμως η ποπ κουλτούρα μόνο που μας επηρεάζει στο πώς αντιμετωπίζουμε τον έρωτα στη ζωή μας και τι μαθαίνουμε γι' αυτόν μεγαλώνοντας. Η οικογένεια από την οποία προερχόμαστε, η πυρηνική και η ευρύτερη, παίζουν επίσης καθοριστικό

ρόλο στη διαπαιδαγώγηση για τον έρωτα. Εδώ τα πράγματα δεν είναι ξεκάθαρα. Δεν είναι το ηχηρό μήνυμα της ποπ κουλτούρας πως ο έρωτας είναι το υπέρτατο αγαθό, για το οποίο αξίζει να τα δώσουμε όλα. Όχι. Η παραδοσιακή ελληνική οικογένεια και κοινωνία αντιμετωπίζουν τον έρωτα με έναν τρόπο διχαστικό και τολμώ να πω «σχιζοφρενογόνο». Τα μηνύματα που δίνονται στα νεαρά μέλη της είναι αντιφατικά, συγκεχυμένα, διφορούμενα και παράλογα. Ναι, παράλογα!

Μερικά παραδείγματα αντιλήψεων και πεποιθήσεων που περνά η ελληνική οικογένεια στα παιδιά της:

- Η σωστή κόρη είναι σεμνή και ανέραστη.
- Ο λεβέντης γιος είναι κατακτητής γυναικών.
- Η κόρη πρέπει να έχει έγνοια να βρει έναν άντρα να τον «τυλίξει»· δηλαδή να τον ξεγελάσει, για να την παντρευτεί. Επειδή έχοντας άντρα σύζυγο θα είναι κοινωνικά επιτυχημένη και θα ευχαριστήσει τους γονείς της. Κατά προτίμηση ο άντρας αυτός να είναι ελληνικής εθνικότητας, λευκού δέρματος, καλής οικονομικής και κοινωνικής κατάστασης. Δεν έχει σημασία αν είναι ερωτευμένη μαζί του ή όχι. Σημασία έχει να τον «τυλίξει». Επίσης, ο σκοπός της γυναίκας είναι ο γάμος και η μητρότητα. Και όσο πιο νωρίς το επιτύχει τόσο το καλύτερο.
- Ο γιος πρέπει να έχει έγνοια να μην τον «τυλίξει» καμία γυναίκα ακατάλληλη για σύζυγο – ας πούμε, μεγαλύτερη, άλλης εθνικότητας ή φυλής, χαμηλότερης κοινωνικής και οικονομικής στάθμης από τον ίδιο κ.λπ. Επίσης, πρέπει να προσέχει ώστε να μην παντρευτεί και μπει στα βάζα μικρός – «έχει καιρό μπροστά του».
- Η κόρη δεν είναι καλή ιδέα να ξεκινήσει την ερωτική της ζωή νωρίς. Ούτε είναι καλή ιδέα να έχει πολλούς ερωτικούς συντρόφους. Αυτό θα την καθιστούσε «χρησιμο-

ποιημένο αγαθό», «ανήθικη» και ακατάλληλη για γάμο, και θα μείωνε τις πιθανότητές της για κοινωνική επιτυχία και «αποκατάσταση» μέσω του γάμου.

- Ο γιος οφείλει να ξεκινήσει την ερωτική του ζωή αρκετά νωρίς. Σε κάποιες περιπτώσεις, ο ίδιος ο πατέρας έπαιρνε –και δυστυχώς ακόμα παίρνει– τον έφηβο γιο σε οίκους ανοχής, ώστε να δεχτεί το βάπτισμα του πυρός νωρίς, μην τυχόν και χάσει χρόνο. Ασχολίαστο το τι είδους ξεκίνημα της ερωτικής ζωής ενός ανθρώπου είναι ο αγοραίος έρωτας: ασχολίαστο πόσο σεξιστικό και απάνθρωπο είναι να υποστηρίζουμε την βιομηχανία του σεξ και την ύπαρξή της. Προτεραιότητα για την παραδοσιακή οικογένεια αποτελεί ο γιος να «ανδρωθεί».
- Ένας άντρας πρέπει να έχει όσο το δυνατόν περισσότερες ερωτικές εμπειρίες – αυτό τον καθιστά πιο «άνδρα».
- Αντιθέτως, όσες περισσότερες ερωτικές εμπειρίες αποκτήσει μια γυναίκα τόσο πιο «ανήθικη» θεωρείται.
- Είναι ακατάληπτο και ακατανόητο για την παραδοσιακή ελληνική οικογένεια τα παιδιά της να έχουν άλλον σεξουαλικό προσανατολισμό από τον ετεροφυλοφιλικό. Ομοφοβικά σχόλια είναι για καθημερινή κατανάλωση από τους γονείς και λοιπούς συγγενείς: οι φανερά ομοφυλόφιλοι άνθρωποι της κοινότητας στην οποία ζουν είναι δακτυλοδεικτούμενοι και παρουσιάζονται στα παιδιά ως άνθρωποι που είναι αποτυχημένοι και παραδείγματα προς αποφυγή. Τα παιδιά μεγαλώνοντας παίρνουν το μήνυμα πως «δεν είναι εντάξει να έλκεσαι από το ίδιο φύλο, η ομοφυλοφιλία είναι ανωμαλία και ένα σωστό παιδί ερωτεύεται μόνο άτομα του αντίθετου φύλου» – υπό τις παραπάνω προϋποθέσεις βεβαίως βεβαίως...
- Η κόρη σε μια τέτοια οικογένεια βιώνει έντονες απαγο-

ρεύσεις και φοβέρες ώστε να μην έχει ερωτική ζωή όταν είναι μαθήτρια, ή ακόμα και φοιτήτρια. Όταν όμως τελειώσει τις σπουδές της, τότε αναμένεται από αυτή, σε χρόνο ρεκόρ, χωρίς καμία πείρα και γνώση, να βρεθεί σύντομα αρραβωνιασμένη και παντρεμένη. Θυμάμαι μια κουβέντα που μου έλεγε μια παλιά μου πελάτισσα, Κύπρια. Είχε πάει στην Ελλάδα να σπουδάσει τη δεκαετία του '70 και η μάνα της προτού φύγει τη συμβούλευσε να μη συνάψει καμία ερωτική σχέση· να πάει και να επιστρέψει παρθένα. Όταν επέστρεψε από τις σπουδές της, ακολουθώντας πιστά τις οδηγίες της μάνας της, αυτή την εξέπληξε λέγοντάς της: «Γιατί δεν κουμάνταρες κι εσύ όπως η τάδε και η δείνα συμφοιτήριά σου που ήρθαν πίσω διπλές και τώρα θα παντρευτούν; Θέλεις να μείνεις στο ράφι;» Σχιζοφρενογόνα διπλά μηνύματα. «Μην το κάνεις;» και μετά, «γιατί δεν τον έκανες;»

- Η παραδοσιακή ελληνική οικογένεια περνά στα παιδιά το μήνυμα πως ο γάμος είναι αναγκαίο κακό και πως αυτός γίνεται για κοινωνικούς και οικονομικούς λόγους, και βεβαίως για την αναπαραγωγή του είδους. Οι ίδιοι οι γονείς πολλές φορές αναθεματίζουν τον έρωτα ως ένα βλαβερό συναίσθημα που τους έφερε μαζί ώστε να βασανίζονται χρόνια τώρα, αλλά παράλληλα επιμένουν πως και τα παιδιά τους οφείλουν να παντρευτούν.
- Σε μια παραδοσιακή ελληνική οικογένεια πολύ συχνά υπάρχει ανοχή στις εξωσυζυγικές δραστηριότητες του άντρα. Το σκεπτικό πως «ο άντρας είναι άντρας, ας νυχτοπερπατήσει και λίγο, φτάνει να μην εγκαταλείψει την οικογένειά του και τις υποχρεώσεις του προς τη γυναίκα του και τα παιδιά του» περνάει συχνά αμάσητο στα παιδιά της οικογένειας. Εάν τυχόν μαθευτεί πως η μάνα τους

έκανε εξωσυζυγική σχέση, τότε αυτή αυτόματα γίνεται ανήθικη, κακός άνθρωπος, κακή μητέρα και εξοστρακίζεται από την ευρύτερη οικογένεια. Διπλά στάνταρ και κριτήρια, διπλά μηνύματα. Σε κάθε περίπτωση όμως, η παραδοσιακή ελληνική οικογένεια δεν «επιτρέπει» ούτε στον άντρα ούτε στη γυναίκα να χωρίσει επειδή αγάπησε κάποιο άλλο πρόσωπο. Και άντρες και γυναίκες που χωρίζουν για να ζήσουν ελεύθεροι τον νέο τους έρωτα δέχονται τρομερό ψυχολογικό, κοινωνικό και οικονομικό πόλεμο από την ευρύτερη οικογένεια, ακόμα και από την κοινότητα στην οποία ζουν.

- Άρα, ο έρωτας παρουσιάζεται στα παιδιά που μεγαλώνουν σε παραδοσιακές οικογένειες ως κάτι κακό· κάτι το επικίνδυνο, ειδικά για τις γυναίκες. Οι δε άντρες δικαιούνται να απολαμβάνουν τον έρωτα ανενόχλητοι, φτάνει να μην ερωτευτούν πολύ και παρεκκλίνουν από τον κοινωνικό τους ρόλο· αυτόν του κουβαλητή σε μια συγκεκριμένη γυναίκα, αυτήν που παντρεύτηκαν για πρώτη φορά.

Όλα αυτά τα κοινωνικά στερεότυπα και οι προκαταλήψεις γύρω από τον έρωτα εμφυτεύονται από νωρίς στο μυαλό μας, ως ένα άλλο λογισμικό, το οποίο δρα ανενόχλητο παράγοντας απαγορεύσεις, δισταγμούς, ενοχές και διάφορα άλλα αρνητικά συναισθήματα που δε μας αφήνουν να γνωρίσουμε και να χαρούμε τον έρωτα. Τόσο οι άντρες όσο και οι γυναίκες είναι «παγιδευμένοι» με βάση αυτό το σκεπτικό σε μια χρηστική αντιμετώπιση του έρωτα. Είναι χρήσιμος όταν οδηγεί σε κοινωνικά αποδεκτές επιλογές. Όταν όμως λειτουργεί ως η κινητήριος δύναμη που θα μας βγάλει από τον κοινωνικό μας προγραμματισμό είναι επικίνδυνος, βλαβερός και ζημιόγόνος. Ακόμα και στους άντρες. Μη σας ξεγελά η «ελευθερία» που δίνει

αυτή η προσέγγιση στο ανδρικό φύλο ώστε να έχει πολλές ερωτικές εμπειρίες. Με βάση το σκεπτικό αυτό είναι ορθό οι εμπειρίες να είναι πολλές· είναι λάθος να είναι βαθιές και ουσιαστικές. Ακόμα και τη γυναίκα σου δεν είναι καλή ιδέα να την αγαπάς ολοκληρωτικά, με πάθος, επειδή τότε «θα σε έχει δεμένο στη φούστα της» και θα σε κάνει ό,τι θέλει. Καλύτερα να ακολουθήσεις τις οικογενειακές «αρχές και αξίες» και να μη σε κάνει ο έρωτας ό,τι θέλει. Να σε ελέγχουν οι ευθύνες και οι υποχρεώσεις. *Επειδή εμείς οι γονείς σου δεν ζήσαμε τον έρωτα και δεν ευτυχίσαμε, δεν είναι καλή ιδέα να τον απολαύσεις εσύ.* Εδώ, «εξάρτημα στη μηχανή μας, και ο γιος σου το ανταλλακτικό»...

Μια κοινωνία φτιαγμένη για ζευγάρια

Γεννηθήκαμε, μεγαλώσαμε και ζούμε σε μια κοινωνία φτιαγμένη για ζευγάρια. Η κοινωνία μάς διδάσκει πως το φυσικό, το αναμενόμενο, το επόμενο βήμα για όποιον άνθρωπο τελειώσει την εκπαίδευσή του και βγει στην ενήλικη ζωή είναι να γίνει ζευγάρι· και να παντρευτεί, ή έστω να υπογράψει σύμφωνο συμβίωσης. Αυτή είναι η βασική δομή της κοινωνίας μας. Βασίζεται στη μονάδα της πυρηνικής οικογένειας, η οποία συνήθως αποτελείται από άντρα, γυναίκα και παιδί ή παιδιά, ή κατοικίδιο ή κατοικίδια. Οι ενήλικες άνθρωποι που δεν είναι ζευγαρωμένοι φαντάζουν παράξενοι και απειλητικοί για την κοινωνική δομή. Δε σ' το λένε ευθέως, ή τουλάχιστον ελπίζω πως σταμάτησαν να σ' το λένε. Το βλέπεις όμως στο συγκαταβατικό βλέμμα οποιουδήποτε θα σε ρωτήσει:

«Μα ζεις μόνος/η;»

«Μα δεν παντρεύτηκες ακόμα;»

«Μα είναι δυνατόν τόσο ωραία κοπέλα να μην έχεις σχέση;»

«Πότε θα κάνεις οικογένεια;»

«Δεν είναι καιρός να τακτοποιηθείς κι εσύ; Να βάλεις τη ζωή σου σε μια τάξη;»

Ναι, είναι άτακτη για την κοινωνία μας η ζωή των ανθρώπων που ζουν μόνοι και δεν είναι ερωτευμένοι πια, ή δεν έχουν ερωτευτεί ακόμα. Δεν είναι όπως οι υπόλοιποι. Δεν πληρώνουν τους «κοινωνικούς τους φόρους». Δεν ταλαιπωρούνται από μια συγκατοίκηση, από μια βαρετή σχέση, από έναν αταίριαστο γάμο, όπως ίσως οι περισσότεροι. Η γενική κοινωνική προσταγή είναι όλοι να ζευγαρώνουν. Ανεξαρτήτως προσωπικών επιλογών, ανεξαρτήτως προσωπικών επιδιώξεων, οραμάτων, συναισθημάτων και λοιπά.

Και πάει κι ένα βήμα παρακάτω η κοινωνία, και κριτικάρει όσους είναι μόνοι ως *αποτυχημένους, αχαϊρευτους, προβληματικούς, γεροντοκόρες, γεροντοπαλίκαρα, παράξενους, ιδιότροπους...*

Όχι πως δεν υπάρχουν άνθρωποι στην κοινωνία μας που ζουν μόνοι. Ίσως υπάρχουν και περισσότεροι από ό,τι σε παλαιότερες εποχές. Δεν τους βοηθάει η κοινωνία όμως να νιώθουν άνετα με το γεγονός πως δεν έχουν σύντροφο. Δεν τους αφήνει να χαρούν την ησυχία και την ανεξαρτησία τους, τη μοναχικότητά τους. Μου έκανε εντύπωση πως σε ένα βίντεο που ανέβασα στο κανάλι μου στο YouTube με τίτλο «Τα καλά του να ζεις μόνος» υπήρξαν και σχόλια πολύ αρνητικά, από ανθρώπους που με προειδοποιούσαν για την απέραντη δυστυχία της μοναξιάς, και πως δεν μπορώ να κατανοήσω πόσο μίζερη συνθήκη είναι να ζει κανείς μόνος. Η αλήθεια είναι πως το βίντεο αυτό το ανέβασα δυο τρεις μήνες μετά τον χωρισμό μου από τον δεύτερο γάμο, και μιλούσα όντως για το πόσο όμορφα νιώθω τώρα που ζω μόνη, σε αντιδιαστολή με την προηγούμενη συνθήκη. Μιλούσα ξεκάθαρα για το ότι εγώ προσωπικά βρήκα αρκετά θετικά στοιχεία στο να ζω μόνη – έχοντας πα-

ράλληλα και την εμπειρία του να ζω μόνη προηγουμένως, μαζί με τα παιδιά μου όταν τα μεγάλωνα ως μονογονιός, αλλά και την εμπειρία του να ζω μαζί με έναν άλλον άνθρωπο, κατά τη διάρκεια του δεύτερου γάμου μου. Παρ' όλα αυτά, θεωρήθηκε από κάποια συντηρητικά στοιχεία εξαιρετικά επικίνδυνο το μήνυμα που ήθελα να στείλω μέσα από εκείνο το βίντεο – πως ένας άνθρωπος, άντρας ή γυναίκα, δε χρειάζεται να έχει σύντροφο για να είναι καλά· πως υπάρχουν θετικά στοιχεία και στο να ζει κάποιος μόνος.

Όχι, η κοινωνία μας παραδοσιακά είναι φτιαγμένη για ζευγάρια, και τέτοιες απόψεις θεωρούνται από μερικούς επικίνδυνες για τη δομή της.

Δεν είμαι εναντίον του έρωτα, ούτε εναντίον της συντροφικότητας, ούτε καν εναντίον του γάμου. Δεν είμαι όμως και υπέρ της άποψης ότι όλοι πρέπει να έχουμε οπωσδήποτε σχέση εντός ή εκτός γάμου. Είναι καιρός η κοινωνία μας να εξελιχθεί, και να συμπεριλάβει ως αποδεκτή μορφή ζωής και τη μοναχική και ανεξάρτητη ζωή των ανθρώπων που ζουν μόνοι. Δεν είναι επικίνδυνοι για τον κοινωνικό ιστό οι μονήρεις άνθρωποι. Δεν είναι καταστροφικοί. Αντιθέτως, συμβάλλουν στην πολυπλοκότητα και την ποικιλομορφία μιας κοινωνίας που θα ήταν πολύ βαρετή αν όλοι αντιγράφαμε τις ίδιες συνταγές, είτε μας αρέσουν είτε όχι. Θα ήταν πολύ επικίνδυνο αν όλοι καταπιεζόμαστε να χωρέσουμε σε κουτάκια που έχουν φτιάξει άλλοι για εμάς με μοναδικό σκοπό την ομοιομορφία και την καταπολέμηση της μοναδικότητας. Μπορούμε να εξελιχθούμε ως κοινωνία. Μπορούμε να μεγαλώσουμε. Μπορούμε να αποδώσουμε στον έρωτα την τιμή που του αξίζει. Αλλά και στους ανθρώπους το ίδιο. Να τους αγαπήσουμε, να τους αποδεχτούμε και να τους σεβαστούμε όπως είναι. Να μη χρειάζεται να τους «κάνουμε διπλούς» για να τους δούμε. Ας αφήσει

το κοινωνικό και οικογενειακό μας περιβάλλον επιτέλους τον έρωτα ήσυχο. Ας μη μας τον ζαλίζει (τον έρωτα) για να μας τον επιβάλει στη χρηστική του μορφή. Ας τον σεβαστεί. Ας μας σεβαστεί. Επιτέλους!

**Ο Έρωτας, αρχαίος θεός, γιος της Αφροδίτης,
άχρονος και αέναος, παντοδύναμος και ανίκητος,
αποτελεί την ισχυρότερη δύναμη του σύμπαντος.**

Δύσκολο να ξεφύγει κανείς από τα δεσμά του. Ο αρχαίος τραγικός ποιητής Σοφοκλής, προκειμένου να δηλώσει την απόλυτη κυριαρχία του έρωτα, λέει ότι όποιος κατέχεται από αυτόν συμπεριφέρεται σαν τρελός (*ο δ' έχων μέμνηεν*).

Η Σαπφώ τον χαρακτηρίζει «γλυκόπικρο».

Τι ακριβώς συμβαίνει, όμως, με την ανθρώπινη φύση; Πώς ο σύγχρονος άνθρωπος μπορεί να χαρεί πραγματικά τον έρωτα και να μην επιτρέψει να γίνει έρμαιο των συναισθημάτων του, τα οποία τροφοδοτούνται από τις κοινωνικές συνθήκες και τα οικογενειακά στερεότυπα και πολλές φορές τον παγιδεύουν, ευνουχίζοντας τον αληθινό έρωτα;

Η Θέκλα Πετρίδου, η γνωστή και για πολλούς αγαπημένη ψυχολόγος, μας εκπλήσσει για άλλη μια φορά με το καινούργιο της βιβλίο. Ακολουθώντας την αγαπημένη της μαιευτική μέθοδο θέτει ερωτήματα που καλύπτουν όλες τις πτυχές της ανθρώπινης ύπαρξης και των συνθηκών που τη διαμορφώνουν και, μέσα από την ψυχοθεραπευτική πρακτική, δίνει απαντήσεις.



Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ

www.psichogios.gr



ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΖΗΣ: 25534

Ε Σ Ε Ι Σ Κ Ι Ε Μ Ε Ι Σ Π Α Ν Τ Α Σ ' Ε Π Α Φ Η