

## Τα μαθήματα της Μαντάμ Ζερμαίν

Δημήτρης Σφετσιώρης

### Μάθημα Πρώτο

Την άλλη μέρα στις 8 κατέφθασε η μαντάμ Ζερμαίν και απαίτησε από τη συνεργάτιδά μου να αδειάσει η επιφάνεια του γραφείου μου από όλα τα αντικείμενα, να μπουν δίπλα - δίπλα δυο καθίσματα, επέμενε ιδιαίτερα στην εργονομία, να τοποθετηθεί η οθόνη του υπολογιστή στο κέντρο και να φορτώσουν στον υπολογιστή τα cd που έφερε μαζί της.

Έτσι την βρήκα καλοβαλμένη και καλοχτενισμένη μ' ένα ιδιαίτερο άρωμα να την περιβάλλει και το ένα χέρι της να παίζει με το ποντίκι, ενώ το άλλο κρατούσε αναμμένο τσιγάρο. Τα πόδια της στο υποπόδιο πάντα με ψηλοτάκουνες γόβες.

– Γεια σου φίλε μου. Ήρθα προετοιμασμένη να σε σαγηνεύσω, να γνωρίσεις τα δυνατά όρια της παρέμβασής σου. Μην σου κάνει εντύπωση, χρησιμοποιώ πάντα τα σύγχρονα εργαλεία. Εργαλεία όμως, πάντα. Είσαι έτοιμος;

– Καλησπέρα μαντάμ Ζερμαίν. Έχω πράγματι τελειώσει είμαι έτοιμος.

– Πριν αρχίσουμε αγαπητέ μου θέλω να σου διηγηθώ μια μικρή επιστημονική ιστορία. Κάποιοι διερωτήθηκαν αν είναι αλήθεια πως οι γυναίκες χαλαρώνουν συζητώντας. Αν ισχύει πραγματικά αυτό το κουτσομπολίστικο χαλαρωτικό των γυναικών που λέτε σεις οι άντρες, ή μήπως εσύ δεν το λες;

– Έ όσο νάναι, αλήθεια είναι.

– Φαντάσου λοιπόν τη γυναίκα που εξαντλημένη από τη κοπιαστική συνήθως μέρα, δεν βρίσκει κάποιον να της μιλήσει.

– Σεις είπατε για επιστημονική ιστορία.

– Μα ασφαλώς. Με ποιόν πιστεύεις εσύ πως θα ήθελε μια γυναίκα να συζητήσει χαλαρά, να κουτσομπολέψει βρει αδερφέ;

– Με την καλύτερή της φίλη φυσικά.

– Έτσι έ, όχι με το σύντροφό της;

– Ε ναι με τον σύντροφό της.

– Ας το παρακάμψω Σκέφτηκαν λοιπόν να επιβάλλουν μια κατάσταση έντονου στρες στις

εθελόντριες γυναίκες, να μιλήσουν δηλαδή σε αυστηρό ακροατήριο.

– Άρα θα ήθελαν να δοκιμάσουν την επίδραση της φλυαρίας στο στρες που ένιωθαν οι γυναίκες.

– Φλυαρία έ; Ας το πούμε καλύτερα συζήτηση, έστω χαλαρωτική. Πράγματι μια από τις παραμέτρους του πειράματος ήταν να προηγηθεί της κατάστασης έντονου στρες, μια χαλαρωτική συζήτηση με το σύντροφό τους.

– Και τι μέτρησαν;

– Μη βιάζεσαι. Μια άλλη παράμετρος, ήταν αντί για συζήτηση να γίνει μια απλή μάλαξη της ράχης από το σύντροφό τους.

Πάλι τα ίδια, για να δούμε που θα το οδηγήσετε;

– Εγώ δεν το οδηγώ πουθενά. Το πείραμα πάει μόνο του. Είδες που κάποιοι ψάχνουν περισσότερο από σένα; Κατανοούν αυτό που ούτε καν σου περνάει από το μυαλό.

– Δηλαδή;

– Αυτό που δεν κατανόησες και μου αρνήθηκες, τη μάλαξη. Αυτό που ξεπερνάει της γνώσεις σου και τις αντιλήψεις σου.

– Ας προχωρήσουμε στα στοιχεία του πειράματος.

– Συνέκριναν τις δύο ομάδες εθελοντών ζευγαριών.

– Πώς;

– Κατέγραψαν την καρδιακή συχνότητα της κάθε ομιλήτριας κατά τη διάρκεια της παρουσίασης και μέτρησαν στο σάλιο την κορτιζόλη, την ορμόνη του στρες.

– Ξέρω.

– Αυτά τα ξέρεις, άλλα δεν ξέρεις, την κορτιζόλη λοιπόν πριν την παρουσίαση.

– Και;

– Οι γυναίκες που απλώς φλυάρησαν όπως λες με το σύντροφό τους, είχαν περισσότερη κορτιζόλη και η καρδιακή τους συχνότητα αυξανόταν περισσότερο κατά τη διάρκεια της παρου-

σίασης, από την ομάδα των γυναικών που δέχτηκαν μάλαξη πριν την παρουσίαση.

– Δηλαδή επέδειξαν λιγότερο στρες οι γυναίκες που μαλάχθηκαν παρά εκείνες που επικοινώνησαν με τους συντρόφους τους.

– Άρα κατά τη γνώμη σου μόνο η φλυαρία, τέλος πάντων η συζήτηση είναι επικοινωνία. Μη με κοιτάς άφωνος, προκύπτει από τη κουβέντα σου. Ο αυθόρμητος λόγος προβάλλει τις αντιλήψεις μας, τα εσώψυχα μας, τις κατεστημένες αρχές μας. Ποιό κατά τη γνώμη σου είναι το συμπέρασμα αυτής της έρευνας;

– Εντυπωσιακό μεν αλλά προκύπτει. Οι άνθρωποι προτιμούν την απτική επαφή από τη λεκτική επικοινωνία για να χαλαρώνουν.

– Λάθος συμπέρασμα

– Γιατί λάθος;

– Πρώτον, το λιγότερο σοβαρό λάθος. Προτιμούν την "απτική επαφή", περιορισμένη περιγραφή για τη μάλαξη, που προδίδει τα εσώψυχα σου, τη μάλαξη δηλαδή από τη λεκτική επικοινωνία, εντυπωσιακά σωστός όρος, αλλά με το σύντροφό τους και τα δύο.

– Σωστά. Υπεισέρχεται και ο ρόλος της σχέσης σ' αυτό. Και το σοβαρότερο λάθος;

– Εδώ πραγματικά μ' εντυπωσίασε το λάθος σου, γιατί προδίδει ένα μη σεξιστή άντρα.

– Δηλαδή;

– Το ξέρεις το ανέκδοτο φυσικά για το ποιός είναι ο καλύτερος φίλος του ανθρώπου;

– Το ξέρω.

– Η απάντηση στο ερώτημα του ανεκδότου είναι η γυναίκα, έτσι;

– Έτσι.

– Εσύ όμως γενίκευσες τα αποτελέσματα του πειράματος, στο οποίο πρωταγωνιστικό ρόλο έπαιξαν οι γυναίκες, σε όλο το ανθρώπινο είδος. Καλό είναι γιατί δεν είσαι σεξιστής αλλά επιστημονικά απαράδεκτο.

– Γιατί δεν ισχύει το ίδιο για τους άντρες;



– Όσο κι αν σου φαίνεται περίεργο όχι. Οι άντρες χαλαρώνουν περισσότερο με τη λεκτική επικοινωνία παρά με τη μάλαξη.

– Αλήθεια;

– Ναι, έγινε το αντίστροφο πείραμα και το απέδειξε. Σου ανατρέπονται κατεστημένες ιδέες για την αποκλειστικά γυναικεία φλυαρία, έτσι;

Δε μίλησα

– Καθώς καταλαβαίνεις όλο αυτό το πείραμα ενισχύει τη φαρέτρα μου για την αίτησή μου για συνεδρίες μάλαξης. Με κοιτάς περίεργα όμως. Α μάλιστα, πιστεύεις πως έβγαλα την ιστορία αυτή από το μυαλό μου. Αλήθεια το πιστεύεις, τι καχύποπτος άνθρωπος Θεέ μου.

Χαμογέλασα μισο-ειρωνικά.

– Όχι αγαπητέ μου, δεν τα έβγαλα απ' το μυαλό μου.

Θα σου δώσω την αναφορά αμέσως.

Μπήκε σε ένα αρχείο στον υπολογιστή και πράγματι μου έδειξε την αναφορά της έρευνας<sup>1</sup>

– Ενδιαφέρον είπα. Θα τη μελετήσω διεξοδικά.

– Μα γι' αυτό στη δίνω, ήμουν σίγουρη πως θα ζητούσες περισσότερες λεπτομέρειες.

Την κοίταξα ανυπόμονα

– Κατάλαβα. Αδημονείς για το πρώτο μάθημα.

– Πράγματι

– Θέλεις ν' αρχίσουμε αμέσως.

– Ασφαλώς

– Τότε να ορίσουμε το θέμα μας. Προετοιμάστηκα να συζητήσουμε την παρουσία του άλλου

– Την παρουσία;

– Τί ακριβώς καλείσαι να αντιμετωπίσεις στη θεραπεία.

– Δεν καταλαβαίνω.

– Ας το εμβαθύνουμε λοιπόν, ενώ συγχρόνως

<sup>1</sup> Ditzén B, Neumann ID, Bodenmann G, von Dawans B, Turner RA, Ehler U, Heinrichs M. Effects of different kinds of couple interaction on cortisol and heart rate responses to stress in women, Psychoneuroendocrinology. 2007;32(5):565-74

το ορίζουμε. Έχεις μπροστά σου ένα σώμα.

– Δεν είναι έτσι, έχω μπροστά μου ένα πρόβλημα.

– Έχεις μπροστά σου ένα σώμα που είναι πρόβλημα.

– Για να δούμε.

– Ας το ορίσουμε ακόμα πιο αυστηρά. Έχεις μπροστά σου ένα σώμα που υποφέρει σε ένα σημείο, ας πούμε στη μέση. Έγινα σαφής;

– Ναι.

– Άρα μπορούμε να συνεχίσουμε. Αυτό το σώμα το συγκεκριμένο, τι ζητά, τι έχει ανάγκη;

– Να ανακουφιστεί βέβαια, να ξαναγυρίσει στην προτέρα του κατάσταση

– Να ανακουφιστεί βέβαια. Ασφαλώς και να μην υποφέρει αλλά να επιστρέψει στη προτέρα του κατάσταση δεν θα το έλεγα.

– Δηλαδή;

– Ας δούμε πρώτα την αίτηση που ανέφερες πρώτα, να ανακουφιστεί. Έχεις γράψει κάπου ο ίδιος ότι “ο λόγος προσδίδει μιαν έκφραση στον πόνο, ταυτόχρονα όμως τροποποιεί την αντίληψή του. Ο λόγος αυτός εκφράζει την απειλή που αισθάνεται, διατυπώνει μιαν ερμηνεία για την αιτία, αναπτύσσει μια διάσταση επικοινωνίας, μιαν ειδοποίηση, μια επίκληση για βοήθεια και τέλος οριζόμενος στον κώδικα της γλώσσας, φτάνει σε μια συμβολική απεικόνιση. Αυτονομείται ως σημαίνον γεγονός μέσα σ' αυτήν την απεικόνιση, που ο καθένας έχει για την ίδια του την ιστορία. Αναλύεται, κριτικάρεται και τελικά γίνεται αποδεκτός ή απορρίπτεται, είναι λοιπόν συνειδητά βιωμένος συναρτήσει των πολιτιστικών κανόνων”<sup>2</sup>

Χαμογέλασε αυτάρεσκα διαβάζοντας το κείμενο στην οθόνη του υπολογιστή, ενώ την κοίταζα απορημένος. Δε μίλησα και συνέχισε.

– Ο πόνος όμως υπάρχει. Είναι εκεί και τότε. Πέραν της αιτίας, των αιτιών, πέραν της προκληθείσας δυσλειτουργίας, πέραν της αγχωτικής παροδικής ή μόνιμης ανικανότητας, η απειλητική του παρουσία είναι εκεί και τότε. Και όχι μόνο απειλητική αλλά και ανατρεπτική. Μια παρουσία που απειλεί να ανατρέψει, αν δεν τις έχει ανατρέψει ήδη, κατεστημένες ενδοσωματικές ισορροπίες κατεστημένες σχέσεις σώματος και περιβάλλοντος, κατεστημένη σωματική παρουσία. Μια παρουσία που όσο παρατείνε-

<sup>2</sup> Σφετσιώρης Δ. Θεραπευτική Μάλαξη. Εκδόσεις dKS, 2003 (σελ. 60)

ται διαβρώνει θεμελιακές στάσεις του σώματος, διαβρώνει τις βάσεις της βάσισης, της αναπνοής, της ανταλαγής της ύλης, της νευρωνικής θρέψης, όλων των εγγενών και προσαρμοσμένων δυνατοτήτων του σώματος. Το σώμα φλέγεται στον πόνο και δουλειά σου είναι να το ανασυγκροτήσεις.

– Μα τι λέτε, μιλήσαμε για ένα πρόβλημα χαμηλής οσφυαλγίας.

– Μη φοβάσαι δεν παραληρώ. Μιλάω αληθινά και μετά λόγου γνώσεως.

– Ακόμα και αν είναι έτσι.....

Με διέκοψε.

– Έτσι πρέπει να ρωτάς, αν είναι έτσι, αλλά συνέχισε.

Συνέχισα.

– Αν είναι λοιπόν έτσι εγώ τι μπορώ να κάνω;

– Να απαντήσεις στο αίτημα.

– Αν μπορώ.

– Φυσικά, ανάλογα με τις δυνατότητες, τη μόρφωσή σου και την εμπειρία σου, που δεν έχουμε ακόμη καθορίσει ως αναγκαία τουλάχιστον προϋπόθεση. Θα την καθορίσουμε και αυτή. Ας έρθουμε όμως στο πρώτο ζητούμενο, που είναι το ίδιο το σώμα. Το σώμα που υποφέρει σύμφωνα με την απαίτησή σου για να μπορείς να ασχοληθείς. Ας δούμε το συγκεκριμένο σώμα που υποφέρει στη μέση. Τι σημαίνει για σένα υποφέρει στη μέση;

– Οσφυαλγία, είναι ένα σύμπτωμα προβλημάτων μηχανικής ισορροπίας, που αφορούν στην οσφυϊκή μοίρα της σπονδυλικής στήλης, και τα οποία μπορούν να είναι προβλήματα της ίδιας της σπονδυλικής στήλης ή των συνιστώντων της μερών ή προβλήματα των υποστηρικτικών της συστημάτων, μυών, συνδέσμων, περιτονιών κλπ.

– Περιορισμένη απάντηση, γιατί ακόμα κι αν τη δεχτούμε ως έχει θα είχαμε ένα σωρό αναδυόμενα ερωτήματα.

– Μπορείτε να γίνετε σαφέστερη;

– Δεν αναφέρθηκες καθόλου σε σπλαχνικές προβολές στη μέση, καθόλου σε διάφορες ανισορροπίες μεταξύ των δυο ημιμορίων, στις ενδεχόμενες δυσλειτουργίες άλλων μερών της σπονδυλικής στήλης αλλά και στα σαφώς αποδειχθέντα ψυχο-κοινωνικά αίτια.

– Δεν αρνούμαι την ενδεχόμενη συμβολή

τους στο αναδυόμενο πρόβλημα

– Μια στιγμή γιατί ενδεχόμενη; Δεν πιστεύω να αμφισβητείς τόσες έρευνες.

– Όχι, όχι απλώς συνήθως αυτά τα προβλήματα δεν είναι αντικείμενα παρέμβασής μου.

– Θα μπορούσα να σου απαντήσω επιθει-κότατα, ποιό είναι επιπλέους το αντικείμενο της παρέμβασής σου; Θα περιοριστώ όμως στην αναφορά σου τόσο σε βιβλίο σου αλλά και σε διάλεξη σου, στην προβληματική του αν ο πό-νος σε μια περιοχή της σπονδυλικής στήλης εί-ναι πρωτογενής ή δευτερογενής θυμάσαι;

– Ασφαλώς και θυμάμαι. Είμαι όμως συνε-πής σε αυτά που δήλωσα τότε.

– Για περίμενε.

(Άνοιξε ένα φάκελο στον υπολογιστή με το τις σελίδες από το βιβλίο μου «100 Θεραπευti-κοί Χειρισμοί» και τον τίτλο «Πρωτογενές και δευ-τερογενές μπλοκάρισμα»<sup>3</sup>)

– Μου αρέσει πολύ ο τίτλος αγαπητέ μου. Εί-ναι σαφής και αφήνει πολλές ελπίδες για το περι-εχόμενο. Καθώς βλέπεις, έχω δημιουργήσει ένα ολόκληρο φάκελο για σένα.

Την κοίταξα για ώρα άναυδος, καθώς ασχο-λιόταν με τον υπολογιστή. Γύρισε μ' ένα προκλη-τικό χαμόγελο αυτάρεσκειας και μου' πε

– Καλά δεν το ξέρεις ότι όταν δηλώσεις πράγ-ματα εκτίθεσαι; Να προσέχεις αγαπητέ μου, όποια εκδήλωση στη ζωή χαρακτηρίζεται και εί-ναι προς χρήση Πόσο μάλλον ένα βιβλίο και μια διάλεξη.

– Μα, πού τη βρήκατε;

– Όπου τη βρήκα αυτό είναι δική μου δου-λειά. Για να γυρίσουμε στα λεγόμενα σου. Σύμ-φωνα λοιπόν με την ανάλυσή σου, δεν υπάρχει κανείς τρόπος να καθοριστεί εκ των προτέρων, ποιό είναι το πρωτογενές και ποιο το δευτερογε-νές μπλοκάρισμα, κατά συνέπεια πρέπει να να εργάζεσαι σε όλες τις περιοχές της σπονδυλικής στήλης για να λύσεις το πρόβλημα.

– Πράγματι, σε γενικές γραμμές έτσι είναι.

– Δεν εξηγείς όμως πώς, όλες τις διαδικα-σίες με τις οποίες ένα πρωτογενές δημιουργεί αντιρροπήσεις

– Έτσι όπως το θέτετε αυστηρά, δεν το εξη-

γώ αναλυτικά.

– Θα μπορούσες όμως, εκεί είναι το ερώτημα;

– Πιστεύω ότι θα μπορούσα. Αν θεωρήσουμε...

– Περίμενε, δεν είσαι τόσο ικανότερος από μένα, ώστε αμέσως να μπορείς να μου εξηγή-σεις τόσο λεπτομερείς διαδικασίες. Εγώ χρειά-στηκε να προετοιμαστώ όπως είδες για το σημε-ρινό μας μάθημα. Πιστεύω να χρειαστείς και εσύ τον ανάλογο χρόνο. Ας συνεχίσουμε όμως, και όταν θα είσαι έτοιμος το ξανασυζητάμε.

Έγνεψα και φαίνεται η ματιά μου ήταν τόσο ομιλητική που απαντώντας στην αίτησή μου ξα-νάρχισε να μιλάει.

– Μέχρι τώρα όπως είδες είμαστε στο πλαί-σιο αναφοράς σου, μόνον τα αρθροκινητικά θέ-ματα. Ας προχωρήσουμε λίγο πιο μέσα. Πριν με-ρικά χρόνια, αναφέρθηκες μετά παρρησίας για την εποχή στο θέμα των κινητικών συνεργιών.<sup>4</sup>

Άνοιξα το στόμα μου διάπλατα με κοίταξε με το μικρό της πονηρό μουστράκι μ' ένα χαμόγελο αρπαχτικό αλλά και περιπαιχτικό.

– Φίλε μου μην επανερχόμαστε. Ας πρόσε-χες, αν δεν ήσουν υπεύθυνος όταν τα έλεγες αυ-τά, ας απείχες. Αν ήσουν, καιρός να τα υποστη-ρίξεις στην πράξη. Όπως λέει ο Χόρχε Σεμπρούν «μία ιδέα από μόνη της δεν λέει τίποτα αν δεν εφαρμοστεί στην πράξη». Τις ιδέες μας πρέπει να τις εφαρμόζουμε και να τις βιώνουμε. Πόσο μάλλον όταν τις διατυπώνουμε μπροστά σε ένα μεγάλο ακροατήριο, το οποίο πρέπει να υποθέ-τουμε ότι ή κρατά σημειώσεις ή καταγράφει πλή-ρως τα λεχθέντα. Τότε λοιπόν υποστήριζες....

Την διέκοψα.

– Ό,τι υποστήριζα τότε, υποστηρίζω και τώ-ρα. Μάλιστα τα επιχειρήματά μου για την υπό-θεση αυτή έχουν αυξηθεί και έτσι την καθιστούν στερεότερη.

– Δεν διαφωνώ αγαπητέ μου. Απλώς στην αναφορά σου για την οσφυαλγία δεν το συμπε-ριέλαβες καθόλου. Μήπως θες εσύ να εκφράσεις τα συμπεράσματα της τότε διάλεξής σου, θα το προτιμούσα.

– Προσπάθησα τότε να αναφερθώ στην ύπαρξη εγγενών αλλά και λόγω της εξέλιξης του σώματος στο συγκεκριμένο ενεργειακό πε-δίο, αυτό της βαρύτητας προσαρμοσμένων κινη-τικών συνεργιών. Αυτές οι συνέργιες οριοθετούν συμμαχίες και συμπράξεις μεταξύ διαφόρων σω-ματικών μερών. Επειδή είναι γνωστό ότι υπάρ-

<sup>3</sup> Σφετσιώρης Δ. 100 Θεραπευτικοί Χειρισμοί. Εκδόσεις dKS, 2004

<sup>4</sup> Σφετσιώρης Δ. Κινητικές Συνέργιες. Εισήγηση στο 8ο Συ-μπόσιο Ε.Ε.Ε.Φ., Αθήνα, 1994

χει μια άμεση σχέση μεταξύ της λειτουργίας και της μορφής ή καλύτερα της δομής και της έκφρασης, σχέση με δυο βέλη, αμφίδρομη, θεώρησα τότε και υποστηρίζω σήμερα ότι πολλές τέτοιες προσαρμογές είναι δυνατές σε όλη τη διάρκεια της ζωής και μπορούν να βοηθούν στην ένταξη του ανθρώπου.

– Όχι του ανθρώπου, με διέκοψε. Του σώματος.

– Έστω του σώματος στο περιβάλλον, πολλές φορές όμως αυτές οι προσαρμογές μπορεί και να είναι περιοριστικές εν δυνάμει λοιπόν παθογενείς.

– Όταν όμως αναφέρθηκε στην οσφυαλγία δεν περιέλαβες καθόλου τέτοιες αντιλήψεις.

– Μα ήταν μια συνοπτική αναφορά.

– Ξέρω, έχουσα σχέση με την ακριβή θεώρηση της δικής σου συμβολής στην επίλυση του προβλήματος.

– Με μπερδεύετε λίγο μαντάμ Ζερμαίν.

– Εσύ ίσως έχεις οριοθετήσει στενά-στενά τα όρια παρέμβασής σου, φοβούμενος μη σε κατηγορήσουν για καταπατήσεις. Μα φίλε μου, έτσι και αλλιώς θα κατηγορηθείς για καταπατητής. Έτσι και αλλιώς, μόνο που θα αγγίξεις το σώμα θα χρεωθείς παρεμβάσεις, που μόνο τυπικά δεν έχουν τίμημα. Να έχεις τουλάχιστον επίγνωση των πράξεών σου. Αν φοβάσαι μην αγγίζεις. Αν δεν ξέρεις να μάθεις. Άλλιώς πάψε και μην εκτίθεσαι γιατί δεν ισχύει εδώ και χρόνια το «έπεια πτερόεντα», κυκλοφορούν κασετόφωνα και βίντεο.

Την κοίταξα με βλέμμα απελπισμένο και συγχρόνως γεμάτο προσμονή και ανυπόμονο για τη συνέχεια.

– Ξεδιπλώνοντας το σχετικά μακρύ φάκελό σου, έχω σημειώσει για δυο ενδιαφέρουσες πραγματικά αναφορές σου στις θεωρίες αλλά και τεχνικές χαλάρωσης.

– Μα τι σχέση έχουν;

– Και εδώ δεν μπορείς να τις αμφισβητήσεις

διόλου, τις έχεις δημοσιεύσει.<sup>5,6</sup>

– Ναι.

Άνοιξε πάλι το αρχείο στον υπολογιστή και άρχισε να διαβάζει «οι μέθοδοι βασίζονται στην.....»

– Ένα λεπτό τα ξέρω καλά τα κείμενά μου.

– Αφού τα έγραψες ε. Για να δούμε στην αναφορά σου για την οσφυαλγία δεν ανέφερες καθόλου ότι το σώμα θεωρείται παρακαταθήκη της ιστορίας κλπ.

– Ένα λεπτό, ας μην επανερχόμαστε στα ίδια. Έδωσα μια απλή αναφορά πολύ περιορισμένη για ένα θέμα που με ρωτήσατε.

– Κατά συνέπεια θα συμφωνούσες μαζί μου ότι το σώμα που θεωρήσαμε, εκείνο το σώμα που πονάει στη μέση, είναι ακόμη και για σένα κάτι πιο πολύπλοκο, απόένα σώμα που έχει οσφυαλγία, από ένα περιστατικό μέσης;

– Προκύπτει, τι να πω.

– Προκύπτει ... Μάλιστα. Τι ζητάει λοιπόν αυτό το σώμα;

– Να ανακουφιστεί.

– Όχι, να γυρίσει στην προτέρα του κατάσταση.

– Δεν ξέρω, αφήστε με να σκεφτώ.

– Ασφαλώς και πρέπει να το σκεφτείς.

Την κοίταξα φαίνεται προβληματισμένος

– Υπάρχουν επίσης φίλε μου ολόκληρα πεδία γνώσης που θα αφορούσαν στο συγκεκριμένο περιστατικό που συμφωνήσαμε. Η σπουδαιότητα της φιλοσοφία όλων των θεραπευτικών αντιλήψεων, που επεκράτησε να λέγονται αντανακλαστικές. Η διαρκής ανανεωμένη θεώρηση της παρουσίας του συνδετικού ιστού στο σώμα και ιδιαίτερα ο ρόλος της συνέχειας των περιτονιών. Η μερικές

<sup>5</sup> Σφετσιώρης Δ. Οι μέθοδοι χαλάρωσης στην Φυσικοθεραπεία. Μέρος I: Προσδευτική μυϊκή χαλάρωση. Θέματα Φυσικοθεραπείας. 1998, 1:3, 45- 52

<sup>6</sup> Σφετσιώρης Δ. Οι μέθοδοι χαλάρωσης στην Φυσικοθεραπεία. Μέρος II: Αυτογενής Εκπαίδευση. Θέματα Φυσικοθεραπείας. 1999, 1:4,5-9



φορές διαυγής και σαφής έκφραση των διαφόρων ψυχικών συγκρούσεων αλλά και όλων των ανισορροπιών στο σώμα. Γιατί νομίζεις προέκυψε η αναγκαιότητα ενοποιήσης εννοιών όπως ψυχό-, ανοσό-, νευρό-, σε ψυχονευροανοσολογικό;

Δεν μιλούσα καθόλου, την παρακολουθούσα να αγορεύει παθιασμένη και να με κοιτάζει στα μάτια με ενδιαφέρον

— Όλα αυτά θα μου έλεγες ότι μπορούν να σε ενδιαφέρουν θεωρητικά αλλά όχι στην πράξη. Θα σου έδινα μάλιστα όλο το δίκιο του κόσμου, αν όλα αυτά δεν μπορούσαν να καταλήξουν σε ένα, συμπαγές, αδιάλυτο, κάτι πολύ περισσότερο από τις συνιστώσες του, σώμα. Μπορούν όλα να ενοποιηθούν και να εξετάζονται ως ένα, ακέραια μονάδα, γιατί πράγματι υπάρχουν σαν ένα, εκφράζονται σαν ένα. Το σώμα, το σώμα που παρουσιάζεται μπροστά σου, τα εμπεριέχει όλα, μόνον εσύ μπορείς να διακρίνεις τα επιμέρους. Αν τα διακρίνεις, μην ξεχνάς ποτέ ότι μέσω των δικών σου οπτικών εργαλείων και γνώσεων κατασκεύαζες επί μέρους παθογενετικά σχήματα. Νομιμοποιείσαι, άλλωστε αφού αυτή είναι και η κατ' εξοχή διδασκόμενη δεξιότητα στον τομέα σου. Η δημιουργία όμως αυτών των σχημάτων, προϋποθέτει το κομμάτιασμα αυτού του ενιαίου συνόλου, κομμάτιασμα τεχνητό, αφού αυτό το σύνολο δεν τεμαχίζεται. Μα πώς αλλιώς να δράσεις θα μου πεις; Πώς να λάβεις λεπτομέρειες υπόψιν στο σχεδιασμό σου, το σύνολο δηλαδή των επί μέρους που συνιστούν το σώμα; Δεν μπορείς, γιατί δεν γνωρίζεις, μη στραβομουσουνιάζεις κανένας δεν γνωρίζει, όλες τις συνιστώσες, ούτε μπορεί να τις αντιμετωπίσεις εδώ και τώρα.

Άρχισα να μαλακώνω μέσα μου, να με παρασύρει στο πάθος της, να σωματοποιώ τις λέξεις της, να φχαριστιέμαι. Χαμογέλασε γιατί φαίνεται με ένιωση.

— Η ενότητα όμως εκφράζεται, παρουσιάζεται εδώ και τώρα και η δάρκεια της παρουσίας της αλλά και το κάλεσμά της μπορεί να καταλυθεί και καταλύεται από μια μοναδική σου ικανότητα. Το άγγιγμα. Αυτό το τόσο απλό και τόσο δύσκολο, που μεταφέρει γνώσεις, συμπάθεια και θεραπευτική, αναζωογονητική πρόθεση. Το άγγιγμα που μεσολαβεί για να αισθανθείς και να συναισθανθείς, για να αισθανθείς και να συναισθανθεί κι ο άλλος. Το άγγιγμα που θέλεις αλλά και θέλει να δικαιωθεί, γιατί είναι άγγιγμα φορτωμένο με πρόθεση και προϋποθέσεις. Η παρουσία της δικής σου θεραπευτικής προσω-

πικότητας, του δικού σου θεραπευτικού λόγου, συνιστά το άγγιγμά σου. Είναι αυτό που θα έλξει, θα γοητεύσει, θα ενεργοποιήσει την παρουσία ολόκληρου του άλλου σώματος, στην ενότητά του. Έτσι εσύ πρέπει να αντιλαμβάνεσαι την ανάγκη που συνηθίζεται σήμερα να λέγεται ολιστική προσέγγιση. Ένα σώμα, ένα σώμα που εκδηλώνει πόνο στη μέση, ένα σώμα που εκφράζεται, φωνάζει, θέλει να βιώσει και να επιβιώσει, ν' αλλάξει και να το αλλάξουν, είναι εκεί μόνο όταν καλείται από το άγγιγμα, αλλιώς παρούσα μένει η πονεμένη μέση μόνο. « Να σου αφήσω τη μέση μου να την κάνεις καλά και ξαναγυρίζω.» Αυτό το άγγιγμα όμως δεν λειτουργεί παρά μόνον αν είναι σοφό και ταυτόχρονα αμηχανο. Η αμηχανία μπορεί να εξελίσσεται σε περιέργεια, μόνον όταν έχει κατορθωθεί, μόνον όταν έχει συντελεστεί η παρουσία του σώματος, ολόκληρου, ακέραιας μονάδας, εκεί και τότε. Για ν' αποδεχθείς την παρουσία του σώματος, πρέπει ο άλλος να αισθανθεί και να συναισθανθεί την ποιότητα του αγγίγματος. Άλλιώς πάλι φεύγει και μένει μια πονεμένη μέση.

Την κοίταξα μ' αγάπη, μ' όλο μου το είναι να έχει παρασυρθεί, όλα της τα λόγια να μ' εχουν σημαδέψει. Έκανε μια παύση, με κοίταξε με την έκφραση που είχε όταν πρόβαλλε το μουτράκι της στο γραφείο μου για πρώτη φορά και συνέχισε.

— Γ' αυτά θα μιλήσουμε στα επόμενα μαθήματα, για πράγματα που ίσως ξέρεις, αλλά δεν γνωρίζεις, για θέματα που μπορούν να σε βοηθήσουν να θεραπεύεις, θα μιλήσουμε για θέματα του αγγίγματος. Τελειώσαμε για σήμερα, μην κατσουφιάζεις.

Έκλεισε τον υπολογιστή. Γύρισε προς το μέρος μου και πιάνοντας το χέρι μου στις παλάμες της καθώς το μάλαζε, μου είπε:

— Αυτό είναι το πρώτο μάθημα, αν θες τα υπόλοιπα, τώρα πρέπει να συζητήσουμε.

— Ασφαλώς και τα θέλω.

Mou ανέφερε μια εξωφρενική τιμή ανά μάθημα που αμέσως αποδέχτηκα και κλείσαμε την επόμενη συνάντηση για μια βδομάδα μετά, την ίδια ώρα και στις ίδιες συνθήκες, όπως ανέφερε η μαντάμ Ζερμαΐν. Οταν της ζήτησα το τηλέφωνό της για ενδεχόμενη επικοινωνία μας, μου είπε θα επικοινωνήσει η ίδια. Πήρε τα cd της και χαμογελώντας πάντα, με χαιρέτησε με φίλησε στα μάγουλα και με καληνύχτισε.

Με άφησε μόνο να σκέπτομαι, ακίνητο, άναυδο και με το σώμα σκληρό.

**Θα συνεχίσουμε στο επόμενο**