

Περιεχόμενα

<i>Εισαγωγή</i>	11
<i>Πρόλογος της Αμερικανίδας επιμελήτριας</i>	17
<i>Σημείωμα της μεταφράστριας</i>	23

ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ

ΣΤΑΥΡΟΦΟΡΙΑ ΚΑΤΑ

ΤΗΣ ΥΠΕΡΑΠΛΟΥΣΤΕΥΣΗΣ

Σκέψη	27
Συνείδηση	89
«Μάθηση» και Ανάπτυξη	137

ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΠΟΛΥΠΛΟΚΟΤΗΤΑ

ΤΗΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗΣ ΖΩΗΣ

Προσωπικές επιλογές ζωής	205
Επιλογές της κοινωνικής ζωής	247
Επιλογές σχετικές με την κοινωνία	303

ΜΕΡΟΣ ΤΡΙΤΟ

Η ΑΛΛΗ ΠΛΕΥΡΑ ΤΗΣ ΠΟΛΥΠΛΟΚΟΤΗΤΑΣ

Η «Επιστήμη» του Θεού	361
Η «Ποιητική» του Θεού	433

<i>Ευχαριστίες</i>	455
--------------------	-----

Εισαγωγή

Είμαι εξήντα χρόνων¹. Το στατιστικό αυτό στοιχείο σημαίνει διαφορετικά πράγματα για διαφορετικούς ανθρώπους. Για μένα, που δεν είμαι πολύ καλά στην υγεία μου και αισθάνομαι ότι έχω ζήσει αρκετά για τρεις ζωές, τα εξήντα σημαίνουν ότι είναι καιρός να τακτοποιήσω, όπως λένε, τις υποθέσεις μου. Πιστεύω ότι αυτόν τον καιρό πρέπει, όσο περνά από το χέρι μου, να τακτοποιήσω τις εκκρεμότητες στη ζωή μου. Το βιβλίο που κρατάτε στα χέρια σας γράφτηκε στο πλαίσιο αυτής της απόπειρας.

Έγραψα το *Ο Δρόμος Ο Λιγότερο Ταξιδεμένος* (The Road Less Traveled) στην ακμαία ηλικία των σαράντα ετών. Από τότε λες και άνοιξε ένας κρουνός και βάλθηκαν να ξεχύνονται από μέσα μου νέα βιβλία: εννέα για την ακρίβεια, χωρίς να υπολογίσουμε αυτό εδώ. Κάθε φορά ο κόσμος με ρωτάει τι προσδοκώ να πετύχω, λες και γράφω στο πλαίσιο μιας πολύπλοκης στρατηγικής. Η αλήθεια είναι ότι δεν έγραψα τα βιβλία ωθούμενος από κάποια στρατηγική, αλλά μόνο γιατί κάθε βιβλίο μου έλεγε: «Γράψε με». Όσο δύσκολο κι αν είναι να την περιγράψουμε, αυτό που ονομάζεται «μούσα» υπάρχει, κι εγώ πάντοτε λειτουργώ αποκλειστικά σύμφωνα με τις επιταγές της.

Αυτό συμβαίνει και τώρα, αλλά νομίζω ότι χρειάζεται

1. Ο Μ. Scott Peck γεννήθηκε στις 22 Μαΐου 1936 και πέθανε στις 25 Σεπτεμβρίου 2005. (Σ.τ.Μ.)

μια πιο ολοκληρωμένη εξήγηση. Το βιβλίο στο οποίο είναι συγκεντρωμένες οι διαλέξεις μου, όπως και η σειρά των βιντεοκασετών από τις οποίες εκπονήθηκε, τιτλοφορείται *Ο Δρόμος Ο Λιγότερο Ταξιδεμένος Συνεχίζεται* (Further Along the Road Less Traveled). Ο τίτλος τού ανά χείρας έργου δημιουργεί την εντύπωση πως πρόκειται για το «Ο Δρόμος ο Λιγότερο Ταξιδεμένος Νο 3». Φοβάμαι ότι ίσως αυτό να είναι παραπλανητικό. Η αλήθεια είναι ότι η μούσα μου δεν μου επιτρέπει να γράψω ξανά το ίδιο βιβλίο, ανεξάρτητα του πόσο έξυπνο, από εμπορική άποψη, θα ήταν κάτι τέτοιο.

Όλα τα βιβλία μου διαφέρουν μεταξύ τους. Δεν είναι όμως τελείως διαφορετικά. Με την προοπτική που δίνει η ηλικία συνειδητοποίησα ότι, το καθένα με τον τρόπο του, είναι όλα απόπειρες μελέτης και κατανόησης μιας σειράς πολύπλοκων θεμάτων. Πρόσφατα, κάνοντας μια αναδρομή, παρατήρησα ότι παλεύω με αυτά τα θέματα από τότε που μπορώ να θυμηθώ τον εαυτό μου. Εκείνη την εποχή θεώρησα ότι *Ο Δρόμος Ο Λιγότερο Ταξιδεμένος* προέκυψε de novo στα σαράντα μου. Τώρα βλέπω ότι είχα αρχίσει να δουλεύω αυτό και τα υπόλοιπα βιβλία μου προτού ακόμα μπω στην εφηβεία. Ενδεχομένως, να γεννήθηκα μελετώντας αυτά τα θέματα. Ή μπορεί και να γεννήθηκα για να τα μελετήσω. Δεν ξέρω.

Αυτό που ξέρω είναι ότι είχα αρχίσει να ασχολούμαι με τα θέματα αυτά τουλάχιστον δύο δεκαετίες πριν από την έκδοση του βιβλίου *Ο Δρόμος Ο Λιγότερο Ταξιδεμένος*. Στο τέλος του 1957 με αρχές του 1958, σε ηλικία είκοσι ενός, έγραψα μια πτυχιακή διατριβή με τον εξωφρενικό τίτλο “Anxiety, Modern Science, and the Epistemological

Problem”². Η Επιστημολογία είναι ένας κλάδος της φιλοσοφίας που ασχολείται με το ερώτημα «Πώς ξέρουμε αυτά που νομίζουμε ότι ξέρουμε; Πώς ξέρουμε οτιδήποτε;» Το Επιστημολογικό Πρόβλημα είναι ότι οι φιλόσοφοι δεν κατάφεραν ποτέ να απαντήσουν σε αυτό το ερώτημα. Τον δέκατο ένατο αιώνα πολλοί πίστευαν ότι η απάντηση βρισκόταν στην επιστήμη. Η επιστημονική μέθοδος θα μας επέτρεπε να γνωρίσουμε με βεβαιότητα τα πράγματα. Όπως όμως υποστήριζα στη διατριβή μου, η μεγαλύτερη ανακάλυψη της σύγχρονης επιστήμης ήταν πιθανόν το γεγονός ότι δεν υπάρχουν όρια στην επιστημονική έρευνα. Διανθισμένη με κάμποσα «αν», «και», «αλλά», η επιστήμη δεν παρείχε περισσότερη βεβαιότητα από τη θεολογία. Η αβεβαιότητα όμως γεννά άγχος. Είναι τρομακτικό ότι οι μεγαλύτερες διανοίες μας είναι εκείνες που γνωρίζουν καλύτερα ότι ουδέν γνωρίζουν. Γι’ αυτό και ο W. H. Auden αναφέρεται στον αιώνα μας ως την Εποχή του Άγχους – μια περίοδος που απέδειξε ότι η Εποχή της Λογικής δημιούργησε τα ίδια προβλήματα με την Εποχή της Πίστης.

Η διατριβή μου δεν έδινε απαντήσεις· έθετε ερωτήματα, και με τον ένα ή τον άλλο τρόπο τα ίδια αυτά ερωτήματα τίθενται σε όλα μου τα βιβλία. Κύριο θέμα όλων των βιβλίων μου είναι η ενθάρρυνση ενός κατά το δυνατόν ευρύτερου φάσματος σκέψης στην αναζήτηση απαντήσεων. Το τρίτο λοιπόν από τα τέσσερα μέρη τού *Ο Δρόμος ο Λιγότερο Ταξιδεμένος* καταλήγει: «Αλλά ακριβώς όπως είναι σημαντικό να μην τυφλωθούν τα μάτια μας από επιστημονική στενομυαλιά, έτσι είναι εξίσου ση-

2. «Το Άγχος, η Σύγχρονη Επιστήμη, και το Επιστημολογικό Πρόβλημα». (Σ.τ.Μ.)

μαντικό η κριτική μας ικανότητα και ο σκεπτικισμός μας να μην τυφλωθούν από την εκτυφλωτική ομορφιά του βασιλείου του πνεύματος».

Από τη στιγμή που άφησα πίσω μου εκείνη την πανεπιστημιακή διατριβή (ή έτσι φαντάστηκα), καταπιάστηκα με τις υποθέσεις της πραγματικής ζωής: ιατρική σχολή, γάμος, παιδιά, ειδικότητα στην ψυχιατρική, στρατιωτική και κρατική υπηρεσία και τελικά ιδιωτική άσκηση της ψυχιατρικής. Δίχως να ξέρω ότι όχι μόνο ένα, αλλά πολλά βιβλία έμελλε να υλοποιηθούν, είχα σχεδόν ασυνείδητα αρχίσει να διαμορφώνω, δειλά δειλά, κάποιες μη τελεσίδικες απαντήσεις στα ερωτήματά μου. Όταν, είκοσι χρόνια αργότερα, συγκεντρώθηκαν αρκετές απαντήσεις, αποφάσισα να γράψω το *Ο Δρόμος Ο Λιγότερο Ταξιδεμένος*. Και όσο συνέχιζαν να συγκεντρώνονται τέτοιες απαντήσεις, συνέχιζα κι εγώ να γράφω αυτά που πίστευα ότι ήταν πολύ διαφορετικά έργα.

Πραγματικά, είναι πολύ διαφορετικά. Όμως, είτε μιλούν για ενήλικες ή για παιδιά, είτε εστιάζουν στην κοινωνία ή στο άτομο, ασχέτως του αν είναι μυθιστορήματα ή όχι, μπορούν κατά κάποιον τρόπο να ιδωθούν ως ανάπτυξη μίας ή περισσότερων βασικών εννοιών του *Ο Δρόμος Ο Λιγότερο Ταξιδεμένος*. Ως ανάπτυξη των εννοιών, τις προάγουν, τις μελετούν σε μεγαλύτερο βάθος, τις υπερβαίνουν. Το βιβλίο αυτό φέρει τον τίτλο *Πέρα Από Τον Δρόμο Τον Λιγότερο Ταξιδεμένο* επειδή συμπεκνώνει πολλούς από τους τρόπους με τους οποίους αναγκάστηκα τα τελευταία είκοσι χρόνια να προχωρήσω –συχνά παραπαίοντας– πέρα από το πρώτο μου βιβλίο, τόσο δημόσια ως συγγραφέας όσο και στο προσωπικό μου ταξίδι ως άνθρωπος.

Πολλοί θα θεωρήσουν το βιβλίο αυτό συλλογή, επιτομή ή σύνοψη ολόκληρου του έργου μου, οι λέξεις όμως αυτές είναι ανεπαρκείς. Γράφοντας τούτο το βιβλίο, συνειδητοποίησα ότι έπρεπε να είμαι αρκετά επιλεκτικός. Ένας επαρκέστερος ορισμός για το βιβλίο αυτό θα ήταν «σύνθεση». Ο ορισμός αυτός δεν καταφέρνει εντούτοις να συλλάβει την «υπερβατικότητα» του βιβλίου. Διότι, πέραν του να τακτοποιήσω εκκρεμότητες, ήθελα να ανοίξω και νέους δρόμους. Σε αυτό με βοήθησε εξαιρετικά ένα απόσπασμα που αποδίδεται στον δικαστή Oliver Wendell Holmes, Jr, ο οποίος φέρεται να είπε: «Δεν δίνω δεκάρα για την απλότητα από αυτή την πλευρά της πολυπλοκότητας, θα πέθαινα όμως για την απλότητα στην άλλη πλευρά»³. Η ρήση αυτή με ώθησε να χωρίσω το βιβλίο μου σε τρία μέρη.

Στο πρώτο μέρος, με τίτλο «Σταυροφορία κατά της Υπεραπλούστευσης», στηλιτεύω την πρωτόγονη και αβασάνιστη σκέψη που υπάρχει στη ρίζα πολλών νοσηρών καταστάσεων, τόσο σε ατομικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο.

Στο δεύτερο μέρος, με τίτλο «Παλεύοντας με την Πολυπλοκότητα της Καθημερινής Ζωής», περιγράφω τις περίπλοκες επιλογές που καλούμαστε να κάνουμε και να ξανακάνουμε συνεχώς αν θέλουμε να ζήσουμε μια καλή ζωή.

Τέλος, στο τρίτο μέρος, που τιτλοφορείται «Η Άλλη Πλευρά της Πολυπλοκότητας», περιγράφω το πού είναι

3. Η ακριβής πηγή της αναφοράς αυτής είναι άγνωστη, αλλά είμαι ευγνώμων στον Max DuPree που την περιλαμβάνει στο βιβλίο του *The Art of Leadership*. (Σ.τ.Σ.)

δυνατόν να φτάσουμε αν είμαστε πρόθυμοι να πληρώσουμε τα πνευματικά και συναισθηματικά χρέη που μας αναλογούν.

Παρότι η φράση «η Άλλη Πλευρά» θυμίζει παράδεισο, δεν τολμώ να ισχυριστώ ότι είναι δυνατόν να φτάσουμε στον παράδεισο από την από εδώ πλευρά του τάφου. Διατείνομαι όμως ότι μπορούμε να υπάρχουμε σε στενή σχέση με το θείο. Και ότι από την άλλη πλευρά της πολυπλοκότητας υπάρχει ένα είδος απλότητας μέσα στην οποία αναγνωρίζουμε με ταπεινότητα ότι τα πάντα δείχνουν προς τον Θεό.

Πρόλογος

της Αμερικανίδας επιμελήτριας

Με τον Σκοτ Πεκ συναντηθήκαμε για πρώτη φορά το καλοκαίρι του 1995. Του είχα γράψει για να τον ευχαριστήσω για το βιβλίο του, *Κάθε πέτρα και μια ιστορία*, και για να τον πληροφορήσω πόσο έντονα είχε επηρεάσει τη ζωή μου. Είχα επίσης διαβάσει δύο από τα προηγούμενα βιβλία του, *Ο Δρόμος Ο Λιγότερο Ταξιδεμένος* και *Άνθρωποι του ψεύδους*, που είχαν γίνει, όπως έγραφα στο γράμμα μου, σύντροφοι –διανοητικοί και πνευματικοί– στο δικό μου ταξίδι προς την προσωπική ανάπτυξη.

Μετά από τρεις εβδομάδες έλαβα ένα γράμμα από τον Δρα Πεκ, στο οποίο μου έγραφε ότι αναζητούσε επιμελήτη για το καινούργιο του βιβλίο, και με ρωτούσε αν ήθελα να διερευνήσω την πιθανότητα να συνεργαστούμε. Ένιωσα κολακευμένη αλλά και έκπληκτη. Μιλήσαμε στο τηλέφωνο, αργότερα συναντηθήκαμε και μετά από κάμποσες μακροσκελείς και ενδιαφέρουσες συζητήσεις αρχίσαμε να συνεργαζόμαστε. Στη διάρκεια των επόμενων δέκα μηνών, η συμμετοχή μου στην εξέλιξη του *Πέρα Από Τον Δρόμο Τον Λιγότερο Ταξιδεμένο* ήταν μια προκλητική και αναζωογονητική εμπειρία.

Πολλοί από τους αναγνώστες θα γνωρίζουν τον Δρα Πεκ από τις προηγούμενες δουλειές του, αν και κάτι τέτοιο δεν αποτελεί απαραίτητη προϋπόθεση για την πλήρη κατανόηση αυτού του βιβλίου. Θα ήταν ωστόσο χρήσιμο

να αναφερθούμε στα βιβλία αυτά και να σχολιάσουμε εν συντομία το κεντρικό τους θέμα.

Ο Δρόμος Ο Λιγότερο Ταξιδεμένος (Simon & Schuster, 1978) ήταν το πρώτο βιβλίο του Δρα Πεκ. Ρηξικέλευθο—όπως φαίνεται και από τον υπότιτλό του, «Μια νέα ψυχολογία της αγάπης, των παραδοσιακών αξιών και της πνευματικής ανάπτυξης»— το βιβλίο αυτό προέκυψε από τη δουλειά του Δρα Πεκ ως ψυχοθεραπευτή με ασθενείς που πάλευαν να αποφύγουν ή να επιτύχουν επίπεδα μεγαλύτερης ωριμότητας. Καθώς υπήρξε ένα πολύ δημοφιλές και σημαντικό βιβλίο, *Ο Δρόμος Ο Λιγότερο Ταξιδεμένος* συνέβαλε στη γεφύρωση του χάσματος μεταξύ της ψυχολογίας και της θρησκείας. Ο συγγραφέας γράφει σε αυτό ότι ελάχιστα διαχωρίζει τον νου από την ψυχή και επόμεως ελάχιστα διαχωρίζει τη διαδικασία για την επίτευξη της συναισθηματικής ωριμότητας, από τη μια, και της πνευματικής ανάπτυξης, από την άλλη.

Στην ιταλική έκδοση, ο τίτλος του βιβλίου αποδόθηκε ως *Volo di Bene*, που σημαίνει «Το Καλό Μονοπάτι», γιατί αποτελεί παράδοση στην Ιταλία το «καλό μονοπάτι» να συγκρίνεται με το «κακό μονοπάτι». Δεν ήταν συμπτωματικό λοιπόν ότι αφού ο Δρ Πεκ έγραψε ένα βιβλίο για το καλό μονοπάτι, ακολούθησε ένα βιβλίο για το κακό μονοπάτι. Στο έργο του *Άνθρωποι του ψεύδους*, ο Δρ Πεκ εξέταζε σε βάθος την ουσία της ανθρώπινης κακίας. Γράφοντας ότι οι κακοί άνθρωποι θέτουν τον εαυτό τους σε άμεση αντιπαράθεση με την αλήθεια και βλάπτουν τους άλλους, αντί να αντιμετωπίζουν τις αποτυχίες και τους περιορισμούς τους, κατέδειξε με δραματικό τρόπο το πώς αποφεύγουν να αναλάβουν το δύσκολο έργο της προσω-

πικής τους ανάπτυξης. Παρουσιάζοντας, για ακόμα μία φορά, περιπτώσεις που συνάντησε κατά την άσκηση του ψυχιατρικού του επαγγέλματος, περιέγραψε ζωντανά περιστατικά κακίας στην καθημερινή ζωή και τις συνέπειές τους, παραθέτοντας παράλληλα σκέψεις για την πιθανότητα θεραπείας της ανθρώπινης κακίας.

Το επόμενο βιβλίο του Δρα Πεκ, με τίτλο *What Return Can I Make? Dimensions of the Christian Experience*⁴ (Simon & Schuster, 1985), γράφτηκε από κοινού με την C. Marilyn von Waldner, O.C.D., και την Patricia Kay. Το βιβλίο, που συνοδευόταν από τη μουσική της von Waldner και τα αφηρημένα σκίτσα της Κέι, ήταν αφιερωμένο στη «δόξα του Θεού». Ο Δρ Πεκ παρέθεσε εκεί στοχασμούς πάνω σε θέματα που αφορούσαν το δικό του ταξίδι από την πνευματική ανάπτυξη στον Χριστιανισμό. Μολονότι είναι το χριστιανικότερο βιβλίο του, δεν αποκλείει όσους δεν είναι χριστιανοί. Ουσιαστικά, αναφέρεται στην ανακάλυψη του Θεού και στο μυστήριο της πίστης. Το βιβλίο, χωρίς τα σκίτσα και την παρτιτούρα αλλά με την κασέτα με τους ύμνους της φον Γουάλντερ, κυκλοφόρησε εκ νέου με τον καινούργιο τίτλο *Δώρα για το Ταξίδι: Θησαυροί της Χριστιανικής Ζωής* (Gifts for the Journey: Treasures of the Christian Life, Harper San Francisco, 1995).

Το 1983, ο Δρ Πεκ, η γυναίκα του, Λίλι, και εννέα άλλα άτομα ίδρυσαν το «Ίδρυμα για την Ενθάρρυνση της Κοινότητας», έναν μη κερδοσκοπικό οργανισμό για την αξιοποίηση της εμπειρίας της κοινότητας ως μέσο για τη βελτίωση των ανθρώπινων σχέσεων ανάμεσα στα άτο-

4. Στα ελληνικά *Τι Απόδοση θα Έχω; Διαστάσεις της Χριστιανικής Εμπειρίας*. (Σ.τ.Μ.)

μα, τις μικρές ομάδες, και τα έθνη. Ως άμεση συνέπεια της συνεργασίας του με το ίδρυμα, ο Δρ Πεκ έγραψε το *Διαφορετικό ταμπούρλο* (The Different Drum, Simon & Schuster, 1987). Σε αυτό προσκαλεί τους αναγνώστες σε ένα καινούργιο ταξίδι αυτογνωσίας και επίγνωσης του εαυτού, προκειμένου να επιτύχουν ένα νέο επίπεδο «σύνδεσης» (connectedness) μέσω της δημιουργικής εμπειρίας της κοινότητας.

Κάνοντας μια ανάπαυλα από το δοκίμιο, το επόμενο βιβλίο του Δρα Πεκ ήταν ένα ψυχολογικό θρίλερ, το *Ένα Κρεβάτι Κοντά Στο Παράθυρο* (A Bed by the Window, Bantam Books, 1990), με υπότιτλο «Μια νουβέλα μυστηρίου και λύτρωσης» (A Novel of Mystery and Redemption). Επιφανειακά πρόκειται για μια ιστορία σεξ, έρωτα και θανάτου που διαδραματίζεται σε έναν οίκο ευγηρίας. Όπως όμως υπαινίσσεται ο υπότιτλος, είναι κάτι παραπάνω από μια ιστορία μυστηρίου. Είναι μια πολυεπίπεδη διερεύνηση της καθεαυτήν φύσης του μυστηρίου.

Το βιβλίο *Η Φιλική Νιφάδα* (The Friendly Snowflake, Turner Publishing Inc., 1992), εικονογραφημένο από τον γιο του Πεκ, Κρίστοφερ, είναι επίσης ένα μυθιστόρημα που αφηγείται το ταξίδι ενός νεαρού κοριτσιού προς την πνευματική επίγνωση. Τα κύρια θέματα του βιβλίου είναι η ζωή, η αγάπη, η πίστη και η οικογένεια.

Το επόμενο βιβλίο του Δρα Πεκ, με τίτλο Ένας κόσμος που περιμένει να γεννηθεί: Ανακαλύπτοντας ξανά την ευγένεια (A World Waiting to Be Born: Civility Rediscovered, Bantam Books, 1993), διερευνά τον ρόλο της ευγένειας στις προσωπικές σχέσεις και στην κοινωνία ως σύνολο.

Προκαλώντας μας να αναγνωρίσουμε τις πολιτισμικές συνέπειες της αγένειας, ο Δρ Πεκ γράφει για τα άμπολλα καταστροφικά μοντέλα ηθικής συμπεριφοράς –συγκυμμένα και κραυγαλέα– που φαίνεται να έχουν διαποτίσει τις ανθρώπινες σχέσεις, και προτείνει αλλαγές για την επίτευξη συγχρόνως της προσωπικής και της κοινωνικής ευεξίας.

Στο *Ο Δρόμος Ο Λιγότερο Ταξιδεμένος Συνεχίζεται: Το αέναο ταξίδι προς την πνευματική ανάπτυξη* (*Further Along the Road Less Traveled: The Unending Journey Toward Spiritual Growth*, Simon & Schuster, 1993) αναπτύσσονται λεπτομερώς τα θέματα και οι έννοιες που είχαν αρχικά διερευνηθεί στο βιβλίο *Ο Δρόμος ο Λιγότερο Ταξιδεμένος*. Το συγκεκριμένο έργο είναι η διορθωμένη και επιμελημένη συλλογή των διαλέξεων του Δρα Πεκ.

Η επόμενη δουλειά του Δρα Πεκ, το *Κάθε πέτρα και μια ιστορία* (*In Search of Stones*, Hyperion Books, 1995), αποτελεί ένα αμάλγαμα θεμάτων που συνδέονται με την ιστορία, τα ταξίδια και την αυτοβιογραφία. Με τον υπότιτλο «Ένα οδοιπορικό πίστης, λογικής και ανακάλυψης» (*A Pilgrimage of Faith, Reason and Discovery*), το βιβλίο αναφέρεται σε ένα ταξίδι τριών εβδομάδων στην ύπαιθρο της Ουαλίας, της Αγγλίας και της Σκωτίας, που εξελίσσεται σε μια περιπέτεια της ψυχής και στη διερεύνηση των περιπλοκών του ταξιδιού μας μέσα στη ζωή.

Ο Δρ Πεκ επέστρεψε στο μυθιστόρημα με το έργο *Στον Ουρανό όπως και στη Γη* (*In Heaven as in Earth*, Hyperion, 1996). Πρόκειται για μια ιστορία στην οποία οι χαρακτήρες κινούνται σε μια μετά θάνατον ζωή, όπου πρέπει να αντιμετωπίσουν και να επιχειρήσουν να επιλύ-

σουν τις συγκρούσεις και τις περιπλοκές της γήινης ζωής τους.

Τέλος, επί του παρόντος ο Δρ Πεκ δουλεύει ένα καινούργιο βιβλίο με τίτλο *Η Άρνηση Της Ψυχής: Πνευματικές Και Ιατρικές Απόψεις Γύρω Από Την Ευθανασία* (Denial of the Soul: Spiritual and Medical Perspectives on Euthanasia), το οποίο προγραμματίζεται να κυκλοφορήσει από τον εκδοτικό οίκο Harmony Books.

Τα βιβλία του Δρα Πεκ στο σύνολό τους καταδεικνύουν την πνευματική του εξέλιξη και συγχρόνως την όλο και μεγαλύτερη τολμηρότητα των σκέψεών του. Το καθένα τους περιέχει κάτι που ενδεχομένως να μας βοηθήσει, το καθένα τους μας δίνει κάτι να μιμηθούμε, ενώ παλεύουμε να αναπτύξουμε την πνευματική ζωή μας. Αισθάνομαι ότι το παρόν βιβλίο προσφέρει μια νέα ενόραση που μπορεί να μας καθοδηγήσει στο αέναο ταξίδι μας προς την πνευματική ανάπτυξη. Με τον μοναδικό του τρόπο –κατά τον συγγραφέα και τα βιβλία του– διαθέτει ψυχή.

Fannie LeFlore

ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ

*Σταυροφορία
κατά της υπεραπλούστευσης*

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ

*Σκέψη*⁵

Στην Ιρλανδία, στη Μέση Ανατολή, στη Σομαλία, στη Σρι Λάνκα και σε αμέτρητα άλλα, σκληρά δοκιμασμένα από τον πόλεμο, μέρη της Γης, η προκατάληψη, η θρησκευτική μισαλλοδοξία, η απληστία και ο φόβος έχουν προκαλέσει εξάρσεις βίας που στοίχισαν τη ζωή σε εκατομμύρια ανθρώπους. Στην Αμερική, η φθορά που προκαλεί ο θεσμοθετημένος ρατσισμός μπορεί να είναι περισσότερο υπόγεια αλλά όχι λιγότερο επιζήμια για τον κοινωνικό ιστό. Όλες οι κοινωνικές, πολιτικές και οικονομικές συγκρούσεις –των πλούσιων κατά των φτωχών, των μαύρων κατά των λευκών, των πολέμιων των αμβλώσεων κατά των υπέρμαχών τους, των ετεροφυλόφιλων κατά των ομοφυλόφιλων– διαδραματίζονται στο όνομα μιας ιδεολογίας ή ενός βαθύτερου πιστεύω. Δεδομένων όμως των καταστροφικών συνεπειών τους, μπορούν οι ιδεολογίες και οι πεποιθήσεις αυτές να θεωρηθούν ορθολογικές, ή αποτελούν απλές εκλογικεύσεις παράλογων κατά τα άλλα πράξεων; Ουσιαστικά, πόσο συχνά σκεφτόμαστε πραγματικά αυτό που πιστεύουμε; Ένα από τα μεγαλύτερα δι-

5. Με τον όρο «σκέψη» (thinking) αναφερόμαστε εδώ σε κάθε ενέργεια ή διεργασία που βοηθά στην κατανόηση ενός αντικειμένου ή μιας κατάστασης, και που δεν είναι κυρίως αντιληπτική. Περιλαμβάνει την κρίση, την αφαίρεση, τη συλλογή ιδεών, τον συλλογισμό, τη μνήμη και τη φαντασία. (Σ.τ.Μ.)

λήμματα που αντιμετωπίζουμε ως άτομα και ως κοινωνία είναι η υπεραπλουστευμένη σκέψη – ή η παντελής έλλειψη σκέψης. Δεν αποτελεί απλώς ένα πρόβλημα, είναι το πρόβλημα.

Δεδομένων των ατελειών της κοινωνίας μας και της έκπτωσης των πνευματικών και ηθικών αξιών τα τελευταία χρόνια, η σκέψη έχει αναχθεί σε καίριο ζήτημα. Το να σκεφτόμαστε είναι πλέον επιτακτικό –ίσως πιο επιτακτικό από οτιδήποτε άλλο– γιατί η σκέψη αποτελεί το μέσο με το οποίο μελετάμε, παίρνουμε αποφάσεις και δρούμε μέσα στον όλο και πιο πολύπλοκο κόσμο μας. Αν δεν αρχίσουμε να σκεφτόμαστε σωστά, τότε κατά πάσα πιθανότητα θα καταλήξουμε να αυτοκαταστραφούμε.

Με τον ένα ή τον άλλο τρόπο, όλα τα βιβλία μου αποτελούν –συμβολικά και ουσιαστικά– μια σταυροφορία κατά της υπεραπλουστευμένης σκέψης. Στο βιβλίο *Ο Δρόμος ο Λιγότερο Ταξιδεμένος* έκανα την αρχή, υποστηρίζοντας ότι «Η ζωή είναι δύσκολη». Στο βιβλίο *Ο Δρόμος ο Λιγότερο Ταξιδεμένος Συνεχίζεται* πρόσθεσα ότι «Η ζωή είναι πολύπλοκη». Εδώ θα μπορούσε να ειπωθεί επιπλέον ότι «Δεν υπάρχουν εύκολες απαντήσεις». Παρόλο που πιστεύω πως ο δρόμος για να βρει κανείς απαντήσεις περνάει μέσα από την ορθή σκέψη, ακόμα και αυτό δεν είναι τόσο απλό όσο φαίνεται.

Το να σκέφτεται κανείς είναι δύσκολο. Είναι πολύπλοκο. Και η σκέψη αποτελεί, πάνω από όλα, μια διαδικασία που προϋποθέτει κατεύθυνση, χρονική διάρκεια και μια σειρά από βήματα ή στάδια που οδηγούν σε κάποιο αποτέλεσμα. Μέχρι να συνηθίσει κανείς να σκέφτεται, η ορθολογική σκέψη είναι μια δύσκολη, κουραστική, συχνά

οδυνηρή διεργασία. Και δεδομένου ότι είναι μια διεργασία, δεν έχει πάντα σαφή κατεύθυνση. Όλα τα βήματα ή στάδια δεν εξελίσσονται γραμμικά, ούτε ακολουθούν πάντα την ίδια σειρά. Ορισμένα είναι κυκλικά και αλληλεπικαλύπτονται. Ούτε έχουν όλα τον ίδιο στόχο. Γι' αυτούς τους λόγους, αν θέλουμε να σκεφτόμαστε σωστά, πρέπει να αποφεύγουμε την υπεραπλουστευμένη σκέψη όταν ασχολούμαστε με καίρια θέματα και προσπαθούμε να λύσουμε τα προβλήματα της ζωής.

Μολονότι οι άνθρωποι διαφέρουν μεταξύ τους, οι περισσότεροι κάνουν το σφάλμα να πιστεύουν ότι γνωρίζουν ενστικτωδώς πώς να σκέφτονται και να επικοινωνούν. Ουσιαστικά, δεν κάνουν κανένα από τα δύο καλά, γιατί είτε είναι πολύ αυτάρεσκοι για να αμφισβητήσουν τον τρόπο σκέψης τους, είτε είναι πολύ εγωπαθείς για να αφιερώσουν χρόνο και ενέργεια για τον σκοπό αυτό. Συνεπώς, είναι αδύνατον να κατανοήσει κανείς γιατί σκέφτονται όπως σκέφτονται ή πώς παίρνουν τις αποφάσεις τους. Κι αν τεθούν υπό αμφισβήτηση, δείχνουν να έχουν ελάχιστα συνειδητοποιήσει τις δυναμικές που εμπεριέχονται στη σωστή σκέψη και στην επικοινωνία – ή απογοητεύονται εύκολα από αυτές.

Κατά τη διάρκεια της καριέρας μου, έχω κάνει δύο ολόημερα σεμινάρια με θέμα τη λειτουργία της σκέψης. Στην αρχή των σεμιναρίων αυτών έλεγα ότι οι περισσότεροι άνθρωποι πιστεύουν πως ξέρουν να σκέφτονται. Στο τέλος πάντα κάποιος από τους συμμετέχοντες πεταγόταν απελπισμένος και θα έλεγε: «Μα εδώ μιλάμε για ένα τεράστιο θέμα». Πράγματι, η λειτουργία της σκέψης δεν είναι ένα θέμα το οποίο μπορεί κανείς να χωνέψει με

την πρώτη. Ολόκληρα βιβλία μπορούν να γραφτούν (και έχουν γραφτεί) γι' αυτό το θέμα. Δεν είναι διόλου παράξενο ότι πολλοί άνθρωποι αντιδρούν αρνητικά στην έντονη προσπάθεια που απαιτείται προκειμένου να αναθεωρούν και να αναπροσαρμόζουν διαρκώς τον τρόπο σκέψης τους. Ούτε είναι παράξενο που στο τέλος των σεμιναρίων οι περισσότεροι από τους συμμετέχοντες ένιωθαν μουνδιασμένοι ή τρομοκρατημένοι συνειδητοποιώντας τι συνεπάγεται το να σκέφτεται κανείς. Δεν χρειάζεται βέβαια να πω ότι υπήρξαν από τα πιο δημοφιλή μου σεμινάρια. Όσο οχληρή όμως κι αν φαίνεται η ενέργεια που απαιτείται για να σκεφτεί κανείς, τόσο η έλλειψη σκέψης προκαλεί σε εμάς ως άτομα, αλλά και στην κοινωνία όπου ζούμε, πολύ μεγαλύτερα προβλήματα και συγκρούσεις.

Η περίφημη αποστροφή του Άμλετ «Να ζει κανείς ή να μη ζει;» αποτελεί ένα από τα θεμελιώδη υπαρξιακά ερωτήματα του ανθρώπου. Ένα άλλο ερώτημα συνδέεται με τον τρόπο με τον οποίο ερμηνεύουμε την ύπαρξή μας. Παραφράζοντας τον Σαίξπηρ θα θέσω το ερώτημα ως εξής: «Να σκέφτεται κανείς ή να μη σκέφτεται;» Είναι ένα θεμελιώδες ερώτημα που αφορά την καταπολέμηση της υπεραπλούστευσης. Και στην παρούσα φάση στην οποία βρίσκεται η ανθρωπότητα, ίσως να είναι το αντίστοιχο του «Να ζει κανείς ή να μη ζει;».

Στη δουλειά μου ως ψυχίατρον, αλλά και μέσα από τις γενικότερες εμπειρίες και παρατηρήσεις μου, έχω εντοπίσει τα πιο συνηθισμένα λάθη που συνδέονται με τη δυσκολία τού να σκέφτεται κανείς ορθά. Το πρώτο βεβαίως είναι, απλούστατα, το να μη σκέφτεται καθόλου. Ένα δεύτερο είναι το να σκέφτεται κανείς μονοδιάστατα, μέσα

από στερεότυπα και ταμπέλες. Ένα άλλο πρόβλημα είναι η πεποίθηση ότι η σκέψη και η επικοινωνία δεν απαιτούν ιδιαίτερη προσπάθεια. Πρόβλημα αποτελεί επίσης η αντίληψη ότι το να σκέφτεται κανείς είναι χάσιμο χρόνου, κι αυτό εξηγεί εν μέρει τη βουβή λύσσα που μας προκαλεί η ανικανότητα να λύσουμε πολλά κοινωνικά προβλήματα.

Όπως γράφει ο Leonard Hodgson: «Δεν σφάλλουμε επειδή εμπιστευόμαστε τη λογική μας, αλλά επειδή η λογική μας είναι ατελής, εξαιτίας του γεγονότος ότι είμαστε αμαρτωλοί. Η λύση του προβλήματος δεν είναι η αντικατάσταση της λογικής με κάποια άλλη μορφή πρόσληψης πληροφοριών, αλλά η καλλιέργεια της λογικής μας έτσι ώστε να γίνει αυτό που μπορεί αληθινά να είναι». Αν και η γλώσσα είναι κάπως παρωχημένη, καθώς το βιβλίο γράφτηκε πριν από πενήντα χρόνια, τα λόγια του Hodgson είναι εξαιρετικά επίκαιρα στις μέρες μας. Θα ήθελα να αντικαταστήσω τη λέξη «λογική», με τη λέξη «σκέψη» και με όλα όσα συνεπάγεται. Λέγοντας ότι είμαστε αμαρτωλοί, ο Hodgson εννοεί, υποθέτω, τα «προπατορικά» μας αμαρτήματα της σκηνιάς, του φόβου και της αλαζονείας, που μας περιορίζουν ή και μας εμποδίζουν να αναπτύξουμε το ανθρώπινο δυναμικό μας. Μιλώντας για την «καλλιέργεια της λογικής μας έτσι ώστε να γίνει αυτό που μπορεί αληθινά να είναι», ο Hodgson προτείνει να επιτρέψουμε στον πραγματικό εαυτό μας να φτάσει στο όριο των δυνατοτήτων του. Το ζήτημα δεν είναι να πάψουμε να εμπιστευόμαστε τον εγκέφαλό μας, και συγκεκριμένα τους πρόσθιους λοβούς του. Το ζήτημα είναι ότι δεν τους χρησιμοποιούμε αρκετά. Τα αμαρτήματα της σκηνιάς, του φόβου και της αλαζονείας δεν μας επιτρέπουν

να κάνουμε πλήρη χρήση του εγκεφάλου μας. Βρισκόμαστε λοιπόν στην ανάγκη να εκπαιδεύσουμε τον εαυτό μας προκειμένου να γίνουμε ολοκληρωμένοι άνθρωποι.

Ο λόγος για τον οποίο διαθέτουμε εγκέφαλο

Όσο αυτονόητο κι αν φαίνεται, πρέπει να τονίσω ότι μας δόθηκε μεγάλος εγκέφαλος για να μπορούμε να σκεφτόμαστε. Ένα χαρακτηριστικό που μας διακρίνει από τα υπόλοιπα πλάσματα είναι το μεγάλο μέγεθος του εγκεφάλου μας συγκριτικά με το συνολικό σωματικό μας βάρος. Εξαιρέση αποτελούν οι φάλαινες και τα δελφίνια, που, αναλογικά με το σώμα τους, έχουν μεγαλύτερο εγκέφαλο από αυτόν του ανθρώπου. Γι' αυτό και οι υπέρμαχοι των δικαιωμάτων των ζώων αγωνίζονται με ζήλο για τη διάσωση αυτών των ειδών, υποστηρίζοντας μάλιστα ότι πιθανόν να υπερέχουν σε κάποιους τομείς από τον άνθρωπο.

Ο εγκέφαλος του ανθρώπου και των υπόλοιπων θηλαστικών αποτελείται από τρία τμήματα – τον οπίσθιο εγκέφαλο, τον μεσεγκέφαλο και τον πρόσθιο εγκέφαλο. Ο καθένας επιτελεί τις δικές του λειτουργίες στο πλαίσιο της ορχήστρας των οργάνων που μας διατηρούν στη ζωή.

Το οπίσθιο τμήμα του εγκεφάλου –το οποίο ονομάζεται επίσης ερπετοειδής εγκέφαλος– διαφέρει ελάχιστα ανάμεσα στον άνθρωπο και στο σκουλήκι. Στην κορυφή της σπονδυλικής μας στήλης υπάρχει μια προέκταση της γέφυρας του εγκεφάλου, που ονομάζεται προμήκης μυελός. Σε ολόκληρη την επιφάνεια του εγκεφάλου υπάρχουν ομάδες νευρικών κυττάρων που ονομάζονται νευρικά κέ-

ντρα. Στον οπίσθιο εγκέφαλο τα κέντρα του νευρικού συστήματος χρησιμεύουν στον έλεγχο των οργανικών μας αναγκών, όπως η ρύθμιση της αναπνοής, των καρδιακών παλμών, του ύπνου, της όρεξης και άλλων ζωτικών, αν και πρωτόγονων λειτουργιών.

Η περιοχή του μεσεγκεφάλου είναι πιο εκτεταμένη και περισσότερο πολύπλοκη. Τα νευρικά κέντρα του μεσεγκεφάλου συμμετέχουν στον έλεγχο και στην παραγωγή συναισθημάτων, και οι νευροχειρουργοί, μέσα από τη χαρτογράφηση του εγκεφάλου, έχουν εντοπίσει πού βρίσκονται τα κέντρα αυτά. Η χαρτογράφηση του εγκεφάλου γίνεται ως εξής: το άτομο ξαπλώνει πάνω στο χειρουργικό κρεβάτι, και οι γιατροί, αφού του κάνουν τοπική αναισθησία, εισάγουν στον εγκέφαλό του ηλεκτρόδια ή εξαιρετικά λεπτές βελόνες, από την άκρη των οποίων διοχετεύουν ένα μιλιβόλτ ηλεκτρικού ρεύματος. Με τον τρόπο αυτό παράγουν ορισμένα συναισθήματα, όπως το συναίσθημα του θυμού, της ευφορίας, ακόμα και της κατάθλιψης.

Ο πρόσθιος εγκέφαλος συνίσταται κυρίως στα εγκεφαλικά ημισφαίρια, που εξωτερικά αποτελούνται από τον φλοιό, ο οποίος επιτελεί επίσης πρωτόγονες λειτουργίες, συμπεριλαμβανομένων των ενστίκτων και της κίνησης. Η μεγαλύτερη διαφορά των ανθρώπων από τα υπόλοιπα θηλαστικά είναι το μέγεθος του πρόσθιου εγκεφάλου και ιδιαίτερα του τμήματος των λοβών του πρόσθιου τμήματος του εγκεφάλου. Η ανάπτυξη των μετωπιαίων λοβών του εγκεφάλου είναι αυτή στην οποία οφείλεται κυρίως η εξέλιξη του ανθρώπου. Στους λοβούς αυτούς οφείλουμε την κριτική μας ικανότητα και εκεί λαμβάνει χώρα η επεξεργασία των πληροφοριών – η σκέψη.

Ευχαριστίες

Όπως και στα προηγούμενα βιβλία μου, έτσι και σε αυτό εδώ δεν υπάρχει τρόπος να ευχαριστήσω αρκετά τους εκατοντάδες ανθρώπους που με βοήθησαν στη διάρκεια της συγγραφής του. Επομένως, όπως συνήθως, οφείλω να ευχαριστήσω τους ίδιους ανθρώπους-κλειδιά που βρίσκονται πάντοτε στο πλευρό μου, χρόνο τον χρόνο, βιβλίο το βιβλίο: τον Gail Puterbaugh, τη Susan Poitras, τη Valerie Duffu· τον ατζέντη μου, Jonathan Dolger, τους βασικούς επιμελητές μου, Fred Hills και Burton Beals· και τον άνθρωπο που βρίσκεται στο πλάι μου περισσότερο από οποιονδήποτε άλλο, τη διαρκώς εξελισσόμενη σύζυγό μου εδώ και 37 χρόνια, Λίλι.

Όμως το βιβλίο που κρατάτε στα χέρια σας δεν είναι από τα συνηθισμένα βιβλία μου, και υπάρχει ένας άνθρωπος τον οποίο πρέπει να αναφέρω ξεχωριστά επειδή τον εκτιμώ ιδιαίτερα. Καθώς το μεγαλύτερο μέρος των θεμάτων του βιβλίου κυοφορούνταν μέσα μου για πάρα πολύ καιρό, είχα ανάγκη από μια εξειδικευμένη βοήθεια για να διακρίνω το δάσος και όχι μόνο τα δέντρα. Ο κατάλληλος άνθρωπος γι' αυτή τη δουλειά έπρεπε να διαθέτει εξειδικευμένες γνώσεις στα διαφορετικά γνωστικά πεδία της ψυχολογίας, της θεολογίας και της επιμέλειας κειμένων. Πραγματικά, χρειάστηκε να περιμένω σχεδόν έναν χρόνο έως ότου η τύχη φέρει αυτόν τον κατάλληλο άνθρωπο

στην πόρτα μου. Το άτομο αυτό ήταν η Fannie LeFlore. Ήταν απόλαυση για μένα να συνεργαστώ με έναν άνθρωπο που έχει τόσο τακτ, χιούμορ, ανθρωπιά, ευαισθησία και ευφυΐα. Σ' ευχαριστώ, Fannie. Δεν θα τα είχα καταφέρει χωρίς εσένα.