



«Ένας άνθρωπος έπεσε από τον 5ο όροφο εμπορικού καταστήματος». Η είδηση μας σοκάρει, μας προκαλεί λύπη και ένα αίσθημα συμπόνιας. «Ο 38χρονος ήταν σχιζοφρενής». Η ασθένειά του μας προσφέρει μια εύκολη και άμεση εξήγηση του γεγονότος. Μας προστατεύει, συγκεκριμενοποιώντας την αμηχανία που προκαλεί ένας εξεπιλογής θάνατος.

Αποδίδοντας την αυτοκτονία στην ψυχική του διαταραχή διαιωνίζουμε πάγια διαστρεβλωμένες αντιλήψεις, ομαδοποιώντας ανθρώπους, χωρίς να λαμβάνουμε υπόψιν ότι ο καθένας μας αποτελεί μια ξεχωριστή οντότητα. Παράλληλα, διατηρούμε αποστάσεις ασφαλείας, εφησυχάζομενοι πως μια τέτοια κατάσταση δε μας αφορά.

Οι ταμπέλες οδηγούν στην ψύχωση

Ωστόσο, στις μέρες μας η είδηση προκαλεί πιο έντονους κραδασμούς. Αγγίζει συνθήκες οικονομικής κρίσης και εξαθλίωσης που πλέον αφορούν όλους. Η εστίαση στην ταμπέλα του σχιζοφρενούς ίσως και να μην αρκεί πλέον για να μας ανακουφίσει. Γιατί αυτός ο άνθρωπος εγκλωβίστηκε σε ταμπέλες που όλοι μπορούμε να αναγνωρίσουμε τον εαυτό μας. Του άνδρα που πρέπει να φαίνεται σκληρός. Του εργαζόμενου που πρέπει να είναι αποδοτικός. Του συναισθηματικά πιεσμένου ανθρώπου που πέρασε το κατώφλι της ψύχωσης.

Η απώλεια εργασίας μπορεί να οδηγήσει σε απώλεια ταυτότητας

Αυτός ο άνθρωπος εργαζόταν ασταμάτητα, εξαντλητικά πριν προβεί στη μοιραία επιλογή

του. Εγκλωβίστηκε μέσα από την ταύτιση της εικόνας του εαυτού του με την ιδιότητα του εργαζόμενου. Όπως, αντίστοιχα, ένας άνεργος μπορεί να νιώθει νεκρωμένος σε όλα τα επίπεδα της ζωής του, συνδέοντας την απουσία εργασίας με την απώλεια της ταυτότητάς του. Σα να διαγράφονται αυτομάτως όλες οι πτυχές και οι ικανότητές του.

Ίσως όλοι μας να αναγνωρίζουμε μέσα μας πως, προκειμένου να διατηρήσουμε την αίσθηση ασφάλειας και σταθερότητας που προσφέρει η εξασφάλιση εργασίας, μπορούμε να υπομείνουμε πολύ περισσότερα από όσα θα φανταζόμασταν. Πόσα, όμως, μπορεί να αντέξει ο ανθρώπινος ψυχισμός προκειμένου να διασφαλίσει την αξιοπρέπεια στη ζωή του μέσω της διατήρησης της εργασίας του; Ίσως χρειάζεται να μην υποτιμούμε τις δυνατότητές μας, φοβούμενοι πως θα χάσουμε τη δουλειά μας. Γιατί είναι πιθανόν να χάσουμε τον εαυτό μας.

### Η ενσυναίσθηση στην ψυχική διαταραχή

Διαπιστώνουμε διαρκώς πως οι διαχωριστικές νοητές γραμμές μεταξύ υγιούς και παθολογικού έχουν αρχίσει να μη λειτουργούν προστατευτικά. Είναι πιο οικείο και εύκολο να οχυρωθούμε ακόμα περισσότερο με ταμπέλες, αποδίδοντας το «κακό» σε μια ψυχική διαταραχή. Λυπούμαστε για λίγο, στο άκουσμα της είδησης και το ξεχνάμε, με το αίσθημα της συμπόνιας που λειτουργεί ανακουφιστικά, δίνοντας μας τη ψευδαίσθηση ότι είμαστε «άνθρωποι». Από την άλλη, μπορούμε να δώσουμε περισσότερο χρόνο σε αυτό το γεγονός. Να σκεφτούμε πως μπορεί να συμβεί ανά πάσα στιγμή στον καθένα μας. Να αναρωτηθούμε πώς θα ήταν να διανύαμε μια αντίστοιχη πορεία. Να συναισθανθούμε. Να μη σταθούμε σε απλοποιητικές συνδέσεις («ήταν τρελός γι' αυτό αυτοκτόνησε»).

Η επιλογή του εμπορικού καταστήματος σαν χώρο για να τερματίσει τη ζωή του αυτός ο άνθρωπος, μας αφήνει εκτεθειμένους μπροστά στην αντίθεση της ζωντανίας των καταναλωτών μέσω των εφημερων απολαύσεων και του θανάτου. Άραγε, το ηχηρό μήνυμα της αυτοκτονίας για πόσο μπορεί να διασάλευσε την κανονικότητα του εμπορικού κέντρου; Πόση δυσφορία προκάλεσε η αποτύπωση της ζοφερής πραγματικότητάς μας με έναν τόσο έντονο τρόπο; Για πόσο ακόμα μπορούν να λειτουργούν παρηγορητικά για όλους εμάς οι ανακουφίσεις ενός εμπορικού καταστήματος; Ίσως χρειάζεται να σταματήσουμε να «ψωνίζουμε» με ευκολία στιγμιστικές αντιλήψεις. Στρέφοντας το βλέμμα μας στο να δώσουμε χώρο στη σκέψη και το συναίσθημά μας δημιουργούμε τις δυνατότητες να λειτουργούμε με λιγότερο εγκλωβιστικό τρόπο για εμάς και τους γύρω μας.

[ΠΗΓΗ](#)