

## THE HORSE: REAL RELATIONAL OBJECT AND ARCHETYPAL SYMBOL ΤΟ ΑΛΟΓΟ: ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟ ΣΧΕΣΙΑΚΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΚΑΙ ΑΡΧΕΤΥΠΙΚΟ ΣΥΜΒΟΛΟ

M. SCHEIDHACKER

Το 1986 στην αρχή της θεωρητικής μου εξερεύνησης για την ψυχοθεραπευτική χρήση του αλόγου, εστίαστηκα πριν απ' όλα στο να αναλύσω την σωματική και συναισθηματική σχέση με το άλογο, την οποία θεωρώ πολύ ιδιαίτερη. Ο P. WATZLAWICK, ο G. BATESON και ο J. HAYLEY ήτανε σημαντικές επιρροές μου. Ανακάλυψα ότι τα άλογα αντιδρούνε όχι μόνο στις προτάσεις (offers) μας για επαφή για τις οποίες είμαστε συνειδητά ενήμεροι αλλά επίσης και στα ασυνείδητα συναισθήματα και προθέσεις μας. Επομένως οι αντιδράσεις του αλόγου μπορεί να βιωθούνε και να ερμηνευτούνε σαν ένας καθρ'εφτης ασυνείδητων ψυχικών καταστάσεων. Από την άλλη μεριά, η συμπερίληψη αλόγων στο πλαίσιο της δυναμικής μιας ομάδας έχει ως αποτέλεσμα κοινωνικά-ενεργητικές συνέπειες για όλους τους συμμετέχοντες, όπως μπόρεσα να παρατηρήσω το 1986/87 στην διάρκεια της ιατρικής/θεραπευτικής μου δουλειάς στο ψυχοδυναμικό Νοσοκομείο Mengerschwaige (G. AMMON). Μόνο μετά από χρόνια αντιληφθηκα την συμβολική δύναμη του αλόγου και το αρχετυπικό του νόημα (C. G. JUNG) και άρχισα να ενοποιώ τις διαφορετικές αναλυτικές προσεγγίσεις.

Θα ήθελα να μιλήσω με περισσότερες λεπτομέρειες για τις πτυχές της ατομικής ψυχοθεραπευτικής δουλειάς με το άλογο. Εξ' ορισμού η ψυχοθεραπεία σημαίνει την αντιμετώπιση μη φυσιολογικών ψυχικών καταστάσεων και ψυχολογικών και σωματικών ασθενειών με τη χρήση κατάλληλων ψυχολογικών παρεμβάσεων: για να είμαι πιο ακριβής, εμπριέχει την συνειδητή χρησιμοποίηση της σχέσης του γιατρού ή θεραπευτή με τον ασθενή. Επομένως η θεραπεία σημαίνει πάνω απ' όλα την δουλειά στο επίπεδο της σχέσης. Αν θέλω να συμπεριλάβω ένα άλογο στην θεραπευτική διαδικασία, προκύπτει το ερώτημα αν ο άνθρωπος και το άλογο μπορούνε καν να σχετιστούνε και με ποιό τρόπο διαφέρει αυτή η σχέση από τη σχέση μεταξύ ανθρώπων.

Κατά τη γνώμη μου η κύρια διαφορά έγκειται στην καθαρά μη λεκτική επικοινωνία στην σχέση ανθρώπου – αλόγου. Το λεκτικό περιεχόμενο δεν είναι σημαντικό σε μια τέτοια σχέση, ενώ είναι ουσιαστικές οι εκφράσεις του προσώπου και οι σωματικές εκφράσεις, χειρονομίες και συναισθηματικές προθέσεις. Με την εμπειρία, το άλογο μαθαίνει να αντιλαμβάνεται τις ανθρώπινες λέξεις από τον τονισμό και τον χρωματισμό αλλά όχι από το περιεχόμενο. Αυτός ο περιορισμός σε μια μη λεκτική σχέση είναι θεμελιώδους σημασίας στην ψυχοθεραπευτική διαδικασία.

Στην αρχή της ατομικής εξέλιξης του ανθρώπου, μια καθαρά μη λεκτική επικοινωνία είναι επίσης κυρίαρχη, ειδικά μεταξύ μητέρας και παιδιού. Ατή η περίοδος, που η μητέρα και το παιδί επικοινωνούνε κυρίως σωματικά, είναι θεμελιώδους σημασίας για την ατομική ανάπτυξη. Το παιδί βιώνει τον εαυτό του σε ένα πρώιμο σχεσιακό καθρέφτισμα με την μητέρα του. Στο διάστημα αυτό το μικρό πλάσμα μπορεί να αναπτύξει μια αίσθηση των δικών του έμφυτων αναγκών και αυτών του άμεσου περιβάλλοντός του και μαθαίνει να τις διαχωρίζει μεταξύ τους. Με μια διαδικασία σταδιακής αποσύνδεσης (detachment) από τη μητέρα κατά την διάρκεια αυτών των πρώτων ετών, μπορεί να επιτευχθεί μια επιτυχημένη μετάβαση από το εξαρτημένο παιδί στο ανεξάρτητο άτομο, αλλά αυτό απαιτεί την προσφορά μη λεκτικής επικοινωνίας με κατανόηση, υποστήριξη και επιτρεπτικότητα από την μητέρα. Αυτή η σχέση πρέπει επίσης να καταφέρει να θέσει όρια και να μην 'καταβροχθίσει' το παιδί. Αν η μετάβαση σε αυτή την πρώιμη φάση της ζωής δεν διαχειριστεί επιτυχημένα αλλά σηματοδεύει από καταπατήσεις ορίων και αστάθειες, μπορεί να προκύψουνε σοβαρές βλάβες που μπορεί αργότερα να οδηγήσουνε σε ψυχολογικές δυσκολίες.

Η ψυχολογική ασθένεια συνδέεται πάντα με μια διαταραχή της ικανότητας (κάποιου ατόμου) να σχετίζεται και να επικοινωνεί. Το ονομαζόμενο φαινόμενο διπλού-δεσμού (double bind), που επεξηγείται περισσότερο αλλού (G. BATESON: διπλά και αντιφατικά μηνύματα), μπορεί να οδηγήσει σε μια απελπιστική κατάσταση. Δύο αντίθετες απαιτήσεις τοποθετούνε το άτομο που τις δέχεται σε ένα συναισθηματικό δίλημμα από το οποίο δεν μπορεί να ξεφύγει χωρίς κατηγορίες. Για να μπορεί να αντιμετωπιστεί η επακόλουθη ενοχή, είναι απαραίτητη η δύναμη του εγώ και η αν(τ)οχή στην απογοήτευση. Πάντως ένα ευαίσθητο και πολύ ευάλωτο άτομο με μικρή δύναμη του εγώ παραμένει μέσα σε αυτή την σχεσιακή παγίδα. Τα παράδοξα, τα ψέματα και η ηθικολογία έχουνε όλα ένα παρόμοιο αποτέλεσμα. Το περιεχόμενο των λέξεων που ειπώθηκαν από ένα πρόσωπο δεν είναι σύντονο (congruent: συντονισμένα, σύμφωνα) με την συναισθηματική σχεσιακή του προσφορά. Ανακύπτει μια

συναισθηματική σχεσιακή παγίδα που οδηγεί σε μια καθήλωση σε μια ανώριμη φάση της νοητικής εξέλιξης εξαιτίας των επαναλαμβανόμενων και αμετάβλητων κενών ανάμεσα στην λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία. Ως συνέπεια, οι σχέσεις βιώνονται ή ως μια συμβιωτική συγχώνευση (merging) ή είναι διαλυμένες και καταδικασμένες. Ή δεν υπάρχουν καθόλου όρια ανάμεσα στο 'εγώ' και το 'εσύ' είτε υπάρχει ένας αδιαπέραστος τοίχος.

Σε αντίθεση, η σχέση ανθρώπου αλόγου δεν περιέχει τέτοιους προδιαθεσικούς προς την ασθένεια παράγοντες αφού η σχέση παραμένει μη λεκτική με το να χρησιμοποιούνται - π.χ. χειρονομίες για να επικοινωνηθεί η πρόθεση. Το άλογο γίνεται ένα σχεσιακό αντικείμενο που παραμένει απολύτως αυθεντικό εξαιτίας του άμεσου τρόπου που αντιδρά. Ένα εσωτερικά κομματισμένο ψυχικά άρρωστο άτομο που έχει μάθει να προσεγγίζει τις σχέσεις με αμφιθυμία (ambivalence) και δυσπιστία μπορεί να βιώσει την ευθύτητα και τη σαφήνεια στην επαφή με τα ζώα. Ένα άλογο δέχεται να το αγγίζουν και να το χαϊδεύουν αν νιώθει ότι η κατάσταση και η προσωπική επαφή είναι εντάξει. Αν τέτοιες προσφορές επαφής από τον άνθρωπο βιώνονται από το άλογο ως παραβίαση, το άλογο θα θέσει ένα άμεσο όριο χωρίς να ηθικολογεί ή να επικρίνει. Θα σας δώσω ένα παράδειγμα για αυτό αργότερα. Πάντως στην ανθρώπινη αλληλεπίδραση, οι άνθρωποι επηρεάζονται συχνά από από παρεξηγημένες ηθικές αντιλήψεις και απομένως τους παίρνει πολύ καιρό να αντιληφθούν τις παραβιάσεις και επιτρέπουν να συνεχίζονται για καιρό. Τότε οι καθυστερημένες αμυντικές αντιδράσεις προκαλούν συχνά απογοήτευση και τραύματα.

Μια περαιτέρω σχεσιακή πλευρά στην ψυχοθεραπευτική δουλειά με το άλογο είναι ο πλήρης περιορισμός της στο εδώ και τώρα. Για ένα ζώο οι παρελθούσες εμπειρίες είναι σημαντικές όσον αφορά το πόση επίδραση είχαν στους ατομικούς τρόπους συμπεριφοράς μέσα από διαδικασίες επανάληψης και ενίσχυσης. Ένα ζώο δεν μαθαίνει νοητικά με την έννοια της θεωρητικής συσχέτισης παρελθόντος, παρόντος και μέλλοντος. Δεν έχει την έννοια του μέλλοντος με την έννοια του να 'κοιτάζει μπροστά' ή με το να κάνει σχέδια κατευθυνόμενα προς στόχους. Ο μόνος προσανατολισμός ενός ζώου προς το άμεσο μέλλον περιέχει ενστικτώδεις δράσεις για να εξασφαλιστεί η επιβίωση του είδους, όπως το χτίσιμο μιας φωλιάς ή η αποθήκευση τροφής.

Εξαιτίας αυτού, ένα ζώο αλληλεπιδρά με ένα αυθεντικό τρόπο σε κάθε ξεχωριστή κατάσταση, στο εδώ και τώρα και χωρίς να εξετάζει τις μελλοντικές συνέπειες των πράξεών του. Γι' αυτό οι άμεσες αντιδράσεις του αλόγου στις ανθρώπινες σχεσιακές προσφορές μπορούν να θεωρηθούν σαν ένας καθρέφτης για την αυθεντική συναισθηματική αντιστοιχία (congruence: αναλογία) ενός ατόμου. Αν ένα φυσιολογικά φιλικό άλογο απορρίπτει κάποιον, αυτό μπορεί να θεωρηθεί σαν μια έκκληση για να εξετάσει τον τρόπο προσέγγισής του. Μπορεί επίσης να δώσει ενδείξεις στο θεραπευτή που παρατηρεί ότι το άτομο παρουσιάζει μια μάσκα και δεν δρα αυθεντικά και ότι ίσως υποταγμένη επιθετικότητα ή φόβος - που δεν είχαν γίνει αντιληπτά από τον θεραπευτή - παίζουν ρόλο στον τρόπο που το άτομο αυτό κάνει επαφή. Έτσι επιπλέον του ότι τα άλογα εμπλουτίζουν τις εμπειρίες των ασθενών, οι αντιδράσεις των αλόγων είναι σημαντικοί διαγνωστικοί δείκτες για τον θεραπευτή.

Ας σας δώσω ένα παράδειγμα: Ένας πελάτης πιστεύει ότι είναι ευαίσθητος, στοργικός και την ίδια στιγμή ελεύθερος από συναισθήματα φόβου και επιθετικότητας. Αλλά το άλογο δεν αντιδρά θετικά σε μια σχεσιακή προσφορά του. Το άτομο αυτό φαντάζεται ότι είναι στοργικό και το άλογο σε αντίθεση τον σπρώχνει μακριά. Αυτό γίνεται αρκετές φορές. Προφανώς το άλογο θέλει να μείνει μόνο του, ενώ ο πελάτης δεν μπορεί να το δεχτεί αυτό γιατί στην ιδέα που έχει για τον εαυτό του είναι τόσο 'στοργικός'. Δεν αντιλαμβάνεται το πως αγνοεί τα όρια που εντελώς ξεκάθαρα του δείχνει το άλογο. Στην δική του ζωή, υπήρξαν καταπατήσεις ορίων κάτω από την μεταμφίεση της στοργικής συμπεριφοράς, τις οποίες δεν του επιτράπηκε ποτέ να αντιληφθεί ως τέτοιες. Το άλογο τον δαγκώνει γιατί δεν σταματάει. Αυτός νευριάζει, δεν καταλαβαίνει πλέον τι γίνεται και σηκώνει το χέρι του να χτυπήσει το άλογο, το οποίο με τη σειρά του του δείχνει τα πίσω του πόδια ως απειλή. Ο πελάτης φοβάται και φεύγει γεμάτος οργή. Η ετεροβαρής αυτο-εικόνα του άρχισε να ανατρέπεται σε αυτή την σύντομη συνάντησή του με τις καθαρές αντιδράσεις του αλόγου προς την απερίσκεπτα 'στοργική συμπεριφορά' του. Στην θεραπευτική διαδικασία, αυτή η εμπειρία τον βοήθησε σαν ένα άνοιγμα για να διερευνήσει νέες λεωφόρους.

Εκτός από το να είναι ένας - θα μπορούσατε να πείτε ανελέητος - σχεσιακός σύντροφος στο εδώ και τώρα, το άλογο επίσης παρέχει στους ανθρώπους ένα ανοιχτό πεδίο για την προβολή επιθυμιών,

ονείρων και φαντασιών. Αυτό αντιπροσωπεύει μια επιπλέον σημαντική πλευρά της ψυχοθεραπευτικής δουλειάς. Στο κατάλληλο πλαίσιο, για το οποίο θα πω περισσότερα αργότερα, το άλογο μπορεί να κινητοποιήσει ελεύθερους συνειρμούς και μπορεί επομένως, με όρους του S. FREUD, να ανοίξει το φράγμα προς το ασυνείδητο. Στη διαδικασία, προηγουμένως αβίωτες ή απωθημένες πτυχές της προσωπικότητας, οι ονομαζόμενες 'πτυχές της σκιάς', μπορούν να αναδειχθούν. Η 'σκιά' δεν υπονοεί απαραίτητα μια αρνητική πλευρά της προσωπικότητας αλλά χαρακτηρίζει μια πλευρά η οποία 'βρίσκεται στη σκιά', που - με άλλα λόγια - δεν είχε γίνει αντιληπτή μέχρι τώρα.

Άλλο ένα παράδειγμα: Ένας επιτυχημένος επαγγελματικά και προσωπικά πελάτης που είναι πεπεισμένος για τις νοητικές του δυνάμεις, την διαύγιά του και τις αρρενωπές του ικανότητες για την λήψη αποφάσεων, υποφέρει από τρομακτικούς, περιοδικούς πόνους στην καρδιά. Ενώ κάθεται στην ράχη του αλόγου χωρίς σέλα στη συραγωγή, αντιλαμβάνεται ότι τώρα είναι τελείως παθητικός. Αν και στην αρχή είναι ενοχλημένος, επιτρέπει σταδιακά στον εαυτό του να βιώσει την κατάσταση. Ερεθισμένος από την άμεση εγγύτητα με το άλογο που τον μεταφέρει, φαντασιώνει τον εαυτό του (να κάθεται) στα γόνατα της γιαγιάς του. Χαλαρώνει όλο και πιο πολύ και διασκεδάζει το να μεταφέρεται. Δεν είχε αναβιώσει αυτή την τρυφερή πλευρά του εαυτού του από τότε που ήταν παιδί και την είχε αποκλείσει από το φάσμα της εμπειρίας του. Ομολογεί ότι την έχασε χωρίς να είναι προηγουμένως ενήμερος για αυτό. Επίσης το συνδέει με τον πόνο στην καρδιά από τον οποίο υποφέρει.

Εξ' αιτίας της ικανότητας του να μας κινεί / κινητοποιεί σωματικά και συναισθηματικά, το άλογο μπορεί να βοηθήσει να προκληθεί η επίλυση άκαμπτων συμπεριφορών / στάσεων ή συνθηκών στη στάση του σώματος στην ψυχοθεραπευτική διαδικασία. Πάνω και πέρα απ' αυτό, το συμβολικό νόημα του αλόγου στη μυθολογία μπορεί να παίζει ρόλο σε μια βαθύτερη κατανόηση της επίδρασης του αλόγου στους ανθρώπους. Τα σύμβολα είναι ταυτόχρονα ενδείξεις (σημάδια) και αποκάλυψη. Δεν τα σκεφτόμαστε συνειδητά αλλά προέρχονται από ασυνείδητη ψυχική δραστηριότητα. Το συμβολικό περιεχόμενο θέλγει και συνειδητές και ασυνείδητες διαδικασίες. Τα σύμβολα επίσης εξαρτώνται από χρονικές αλλαγές, ανάλογα με την διορατικότητα και την εμπειρία της αναπτυσσόμενης νόησης. Διατηρούν την ζωικότητά τους με το να μην είναι ποτέ πλήρως συνειδητά αποκωδικοποιημένα (νοηματοδοτημένα). Αν ερμηνευτούν και κατανοηθούν πλήρως, σταδιακά λησμονιούνται ή υποβιβασίζονται σε απλά σημάδια / εικόνες. Η M. BAUM έκανε μια εντατική μελέτη του αλόγου ως σύμβολο. Περιγράφει το άλογο σαν ένα σύμβολο ανθρώπινων συναισθηματικών / συγκινησιακών καταστάσεων και σαν ένα διαδεδομένο θέμα στις καλές τέχνες.

Ένα σημαντικό παράδειγμα σε αυτό το πλαίσιο είναι οι κένταυροι. Είναι μισός άνθρωπος μισό άλογο που αναπτύχθηκαν σε ένα σώμα, ένα σύμβολο μιας αυθεντικής σχέσης στην οποία το εγώ (τα θέλω, οι στόχοι, οι προσπάθειές μας κλπ) και το id (το 'εκείνο': όρος του Freud για τις ασυνείδητες επιθυμίες μας), ο σκεπτόμενος άνθρωπος και το ζωώδες ένστικτο (drive: ορμή) ζούνε ακόμη σε μια αξεχώριστη αρμονική ένωση. Πάντως αυτή η συμβίωση αναπαριστά / αντιπροσωπεύει μια παλλινδρομημένη κατάσταση ύπαρξης, ασυνείδητης και χωρίς αναστοχασμό. Παρόμοια με τους κένταυρους, στην τέχνη του dressage (ιππική δεξιότητα) το άλογο και ο αναβάτης φαίνονται να είναι συνδεδεμένοι σε τέλεια αρμονία. Σε αντίθεση, όμως, σε αυτή την περίπτωση το άλογο και ο αναβάτης παραμένουν δυο ανεξάρτητα όντα που επικοινωνούν και επιρρεάζουν το ένα το άλλο. Για έναν παρατηρητή μεγάλο μέρος από αυτή την επικοινωνία περνά απαρατήρητη και μόνο το εξωτερικό αποτέλεσμα της κομψής και πανίσχυρης κίνησης του επιτρέπει να ρίξει μια ματιά στην εσωτερική εγγύτητα. Φαίνεται σαν ένας χορός όπου οι χορευτές μέσα σε μια αόρατη συναλλαγή συγκροτούν ένα όλον. Αναπτύσσεται ένα κοινό επίκεντρο γύρω από το οποίο και οι δύο χορευτές κινούνται παιχνιδιάρικα με μέγιστη συγκέντρωση και άνεση.

Η ποιότητα και η ένταση αυτής της εμπειρίας διαφέρει ατομικά. Ο αρχάριος ιππέας νιώθει μεγάλη ευχαρίστηση όταν καταφέρει να ακολουθεί τις ρυθμικές κινήσεις του αλόγου στο canter (αργός καλπασμός) και σταδιακά αισθάνεται ότι δεν τραντάζεται πλέον αλλά ταλαντεύεται στον ηχηρό ρυθμό, με όλο του το σώμα γεμάτο από την δύναμη του αλόγου. Αφήνει τον εαυτό του στην αληθινή περιπέτεια, τη γεμάτη εσωτερικούς και εξωτερικούς κινδύνους. Ο έμπειρος αναβάτης δοκιμάζει τον εαυτό του σε μια υπερπήδηση εμποδίου ή σε ένα πιο δύσκολο μάθημα ιππικής δεξιότητας. Πρόκειται πάντα για έντονα απελευθερωτικές εμπειρίες - μια χαλάρωση από εσωτερικούς περιορισμούς και φόβους, που οδηγεί σε μια αισθαντική εμπειρία. Πρόκειται επίσης για την βίωση πραγματικών ορίων, η οποία συνεισφέρει απαραίτητα στην αύξηση του επιπέδου συνειδητότητας και βοηθά την προσωπικότητα να ωριμάσει. Το

άλογο εξελίσσεται σε ένα σύμβολο της ζωώδους (ενστικτώδους) ορμής, η οποία δεν εφορμεί από το ασυνείδητο με αυθαίρετο πλέον τρόπο αλλά έχει γίνει ελεγχόμενη. Με αυτό τον τρόπο γίνεται εφικτή η συνειδητή ψυχική ζωή. Ενώ ο κένταυρος παραμένει δεμένος με την ζωώδη φύση σε συμβίωση, ο αναβάτης μαθαίνει να ελέγχει το ζώο και να μπαίνει σε αμοιβαία επικοινωνία μαζί του. Σε συμβολικό επίπεδο, το εγώ μπορεί να βιώσει τον εαυτό του σαν ξέχωρο από το *id* και αρχίζει να γίνεται συναισθάνεται τον εαυτό του.

Η μυθολογία οδηγεί στον C. G. JUNG και στα αρχέτυπά του. Αυτά αντιπροσωπεύουν μια γενετικά κληρονομημένη προδιάθεση προς συγκεκριμένους τρόπους σκέψης, ιδέες και προσανατολισμούς δράσης, που προέρχεται από εμπειρίες που είχαν οι πρόγονοί μας ή μάλλον από το σύνολο της εμπειρίας της ανθρώπινης κληρονομιάς μας. Αποθηκεύονται στο συλλογικό ασυνείδητο του κάθε ατόμου και από εκεί επηρεάζουν τα όνειρα, τις σκέψεις και τις πράξεις μας. Στην πορεία των παρατηρήσεών μου για την ανάπτυξη των ψυχοθεραπευτικών διαδικασιών, αντιλήφθηκα ότι το άλογο μπορεί να βιωθεί σαν ένα σύμβολο αυτών των αρχετυπικών εικόνων. Με αυτή τη συμβολική διάσταση του αλόγου, το προσωπικό και το συλλογικό ασυνείδητο εισχωρούνε στην θεραπευτική διαδικασία και κινητοποιούνε ένα σε βαθύτερο μάλλον επίπεδο παρά σε ένα καθαρά συνειδητά αναστοχαστικό σχεσιακό επίπεδο.

Πάντως το άλογο δεν είναι ένα αυτόνομο αρχέτυπο. Μάλλον φαίνεται πως μπορεί να εκπροσωπεί διαφορετικά αρχέτυπα, σαν ένα είδος χαμαιλέοντα, ανάλογα με την συγκεκριμένη οπτική. Ανάλογα με την ατομική φάση εξέλιξης του παρατηρητή, μπορεί να δείχνει το παιδικό-αρχέτυπο, την κρυμμένη θηλυκή πλευρά ενός άντρα (*anima*) ή την κρυμμένη αρσενική πλευρά μιας γυναίκας (*animus*), την Μεγάλη Μητέρα (μορφή κύρους ή εξουσίας) ή την σοφή γερόντισσα ή τον σοφό γέροντα. Το 'αρχέτυπο άλογο' μεταφέρει νόημα / σημασία σύμφωνα με το πραγματικό επίπεδο προσωπικής ωριμότητας του κάθε ατόμου. Παρατήρησα συχνά ότι η αρχική επαφή με το άλογο κινητοποιεί εικόνες της κρυμμένης αρσενικής ή θηλυκής πλευράς, ενώ αργότερα παίζει ρόλο η εικόνα της Μεγάλης Μητέρας. Ο αρχετυπικός συμβολισμός του αλόγου, ο οποίος κατά τη γνώμη μου είναι που βρίσκουμε τόσο εντυπωσιακό και που αιχμαλωτίζει το ενδιαφέρον μας, μπορεί να μας βοηθήσει να καταλάβουμε και να επιλύσουμε αρχετυπικές καθηλώσεις και να αποκτήσουμε βαθιές γνώσεις (*insights*: διορατικότητα) στο επίπεδο του συλλογικού ασυνείδητου.

Ο C. G. JUNG επισημαίνει έναν κίνδυνο σχετικά με την δύναμη που μπορεί να έχουν τα αρχέτυπα πάνω μας:

'Ο κύριος κίνδυνος είναι να υποταχθούμε στην εντυπωσιακή επιρροή των αρχετύπων, το οποίο είναι πολύ πιθανό να συμβεί αν κάποιος αποτύχει να φέρει τις αρχετυπικές εικόνες στην συνειδητότητα. Υπό αυτές τις συνθήκες αν υπάρχει μια προδιάθεση προς την ψύχωση, μπορεί να συμβεί οι αρχέτυπες αυτές εικόνες, που περιέχουνε ένα ορισμένο βαθμό αυτονομίας που οφείλεται στην εσωτερική τους 'θεικότητα', να απελευθερωθούνε από κάθε συνειδητό έλεγχο και να αποκτήσουνε ανεξαρτησία, να δώσουνε δηλαδή φαινόμενα κατάληψης (*possession phenomena*: όταν κάποιος φέρεται σαν να έχει καταληφθεί από κάποιο πνεύμα).' (Από 'Τα Αρχέτυπα' του C. G. JUNG, 1991, σελ. 41)

Ένα παράδειγμα: Οι νεαροί άνδρες με μια πρώιμη διαταραχή έχουνε συχνά δυσκολίες να εκφράσουν τις επιθετικές παρορμήσεις τους, που σημαίνει ότι δεν μπορούνε να διαχειριστούνε την επιθετικότητά τους εποικοδομητικά. Μπορούν να βιώσουνε τις επιθετικές πλευρές της προσωπικότητάς τους μόνο στην ψύχωση, αποκομμένες από την πραγματικότητα. Έχω συχνά υπάρξει μάρτυρας στο πως αυτοί οι άνθρωποι όταν ήπτευαν ένα άλογο χωρίς σέλα στην αρχή της θεραπείας δεν το βρήκανε – όπως αρχικά περίμενα – ωραίο, ευχάριστο και ασφαλές ακόμη και όταν η εξωτερική κατάσταση (το πλαίσιο) ήταν ασφαλής και καλά δομημένη. Φοβούνται, αλλά όχι το να πέσουνε από το άλογο, με άλλα λόγια δεν φοβούνται ένα πραγματικό κίνδυνο. Αντί γι' αυτό αναφέρουν ένα διάχυτο είδος φόβου για κάτι αλλόκοτο και απρόβλεπτο. Με την αρχή μιας ψύχωσης αυτό γίνεται πιο εμφανές. Το άλογο δεν βιώνεται σαν μια καλή και αξιόπιστη μητέρα αλλά μάλλον σαν ένα άγριο κτήνος που απειλεί να καταβροχθίσει το άτομο. Η έντονη σωματική επαφή και οι λικνιστικές κινήσεις στην πλάτη του αλόγου φαίνεται να κινητοποιούν πρώιμα συναισθήματα που φέρνουνε στο νου το αντιφατικό αρχέτυπο της Μεγάλης Μητέρας, η οποία από τη μια μεριά θρέφει και ανέχεται αλλά από την άλλη εμποδίζει την ανάπτυξη του ατόμου και απειλεί να το ανα-απορροφήσει (ξανακαταπιεί) σε μια αναστροφή της διαδικασίας της γέννησης. Μόνο ο ηρωικός αποχωρισμός από την μητέρα, ο φόνος του δράκου καθιστά ικανό το νεαρό άτομο να εξελιχθεί σε άνδρα (E. NEUMANN). Τότε μπορεί να ξαναβρεί την *libido* του (γεννητήσια, ερωτική ορμή) και την δική του

ελεύθερη ζωτικότητα. Σταδιακά, στην πορεία της θεραπευτικής διαδικασίας ο νεαρός άνδρας μαθαίνει πώς να ελέγχει το άλογο, το οποίο βίωνε αρχικά σαν ένα άγριο κτήνος. Αναπτύσσει εμπιστοσύνη στον εαυτό του και ατομικές ικανότητες οι οποίες μπορούν να γίνουν κατανοητές σαν μια συμβολική απελευθέρωση από την Μεγάλη Μητέρα. Όταν οι νεαροί άνδρες με πρώιμες διαταραχές πιάνουν τα ηνία και ελέγχουν το άλογο, βιώνουν συχνά τον εαυτό τους για πρώτη φορά σαν αληθινά αρρενωπό με μια θετική έννοια.

Σε αυτό το πλαίσιο γίνεται φανερό, όπως πολλοί συγγραφείς έχουν σκιαγραφήσει, ότι η συμπερίληψη του αλόγου στην ψυχοθεραπεία βοηθά από τη μια μεριά να προχωρήσει η θεραπευτική διαδικασία κινητοποιώντας ασυνείδητες επιθυμίες και φαντασίες και επίσης με την πανίσχυρη επίδραση των αρχετυπικών εικόνων. Από την άλλη μεριά, το άλογο σαν ένας πραγματικός σχεσιακός σύντροφος με τις άμεσες αντιδράσεις του προφυλάσσει το άτομο από το να χαθεί μέσα στο ασυνείδητο.

Πριν ολοκληρώσω επιτρέψτε μου να σκιαγραφήσω μερικές ιδέες πάνω στην πρακτική σπουδαιότητα των παραπάνω:

Η πρακτική ψυχοθεραπευτική δουλειά χρησιμοποιεί σαν οδηγό την δομή του εγώ του πελάτη. Αν δεν έχει εγκαθιδρυθεί ένα σταθερό εγώ στην παιδική ηλικία, οι θεραπευτικές παρεμβάσεις θα εστιαστούν στην ενδυνάμωση του εγώ. Εδώ μιλάμε για ανθρώπους με τις αποκαλούμενες πρώιμες διαταραχές όπως η ψύχωση, το μεταιχμιακό σύνδρομο και οι ναρκισσιστικές διαταραχές. Στην επαφή με το άλογο, η ανιπαράθεση με πραγματικές απαιτήσεις δίνει ευκαιρίες για την διαχείριση του φόβου και του κουράγιου, της επιθετικότητας και της ευαλωτότητας, της προσωπικής δύναμης και αδυναμίας. Οι ασθενείς μπορούν να μάθουν να βοηθάνε ο ένας τον άλλο σε πολύπλοκους στόχους όπως για παράδειγμα να βάλουν το χαλινόρι ή να σελώσουν το άλογο. Στην αντιμετώπιση χρόνιων σχιζοφρενών ασθενών, για παράδειγμα, το να δουλεύουν με το άλογο όσο πιο ανεξάρτητα γίνεται, μπορεί να βελτιώσει την αυτοπεποίθησή τους, την ικανότητά τους να παίρνουν αποφάσεις και την ικανότητά τους να αξιολογούν ρεαλιστικά τον εαυτό τους και τους άλλους. Φτάνουμε αυτούς τους ασθενείς γρήγορα στο σημείο που μπορούν να ιππεύουν μόνοι τους, το οποίο παίρνει μεταξύ 8 – 10 ώρες με καλά εκπαιδευμένα άλογα. Η προετοιμασία για αυτό με τον σειραγωγέα και με μια ζώνη γυμναστικής με άλογο (με τις χειρολαβές) βοηθά να εξοικειώσουμε τους ασθενείς με τις κινήσεις του αλόγου στο περπάτημα, το τροχάδι και τον αργό καλπασμό. Αυτή η παθητική μεταφορά από το άλογο αυξάνει τις παλλινδρομικές παρορμήσεις και δεν είναι χρήσιμη για ασθενείς με μια ήδη αδύναμη δομή του εγώ τους. Υπάρχει κίνδυνος να ενισχύσουμε ψυχωτικούς τρόπους βίωσης. Το άλογο αρχίζει να αντιπροσωπεύει την ζωώδη ορμή και ανεξέλεγκτες πλευρές του id, οι οποίες κινητοποιούνται σαν μια πλημμύρα ασυνείδητων συναισθημάτων με την έντονη σωματική επαφή με το ασέλωτο άλογο και μπορεί να κατακλύσουν τον ασθενή με ψυχωτικό περιεχόμενο. Επομένως η σέλα που διαχωρίζει ως ένα συμπαγές όριο ανάμεσα στα δυο άτομα (αναβάτη-άλογο) είναι σημαντική με αυτούς τους ασθενείς. Η ενεργητική ιππασία με όσο το δυνατό λιγότερη βοήθεια από άλλους ενδυναμώνει το αδύναμο εγώ και την αίσθηση ενός ξεκάθਾਰου ορίου ανάμεσα από υποκείμενο (αναβάτη) και αντικείμενο (άλογο). Το άλογο γίνεται όλο και πιο ελεγχόμενο στη πραγματικότητα (καθώς αναπτύσσεται η σχέση με τον αναβάτη) και μαζί του γίνονται επίσης πιο ελεγχόμενα τα ανεξέλεγκτα, ασυνείδητα συναισθήματα που πλημμυρίζουν το εγώ στην ψύχωση και τα οποία μπορεί το άλογο να συμβολίζει κάποιες φορές. Το εγώ κατακτά δύναμη.

Αν δεν έχετε να κάνετε με ένα δύναμο εγώ στην ψυχοθεραπευτική δουλειά αλλά μάλλον με μια σκλήλυνση ή απώθηση των συναισθημάτων, η κατάσταση πάνω στο ασέλωτο άλογο στον σειραγωγέα δίνει πολλές ευκαιρίες για άμεση συγκινησιακή κινητοποίηση και χώρο για ελεύθερους συνειρμούς. Το άλογο προσφέρει έντονες κινητικές παρορμήσεις που μεταφέρονται άμεσα στο κέντρο του αναβάτη. Για κα κάθετα ιππαστί στο άλογο (με τα πόδια ανοιχτά), ο αναβάτης πρέπει να επιτρέψει σε ένα άλλο πλάσμα – το άλογο – την επαφή με την πνευλική περιοχή του, μια πολύ προσωπική περιοχή του σώματος. Αυτή η ευκαιρία με την άμεση σωματική επαφή η οποία σαν θεραπευτική στρατηγική μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο στην ίππευση μπορεί να είναι το σημείο έναρξης για εντατική σωματική θεραπεία. Όπως αναφέρει ο W. REICH, τα μοτίβα μυϊκής έντασης (muscular tension patterns) μπορούν να γίνουν συνειδητά σαν μια έκφραση της θωράκισης του χαρακτήρα και να απελευθερωθούν / χαλαρώσουν χρησιμοποιώντας τις κινητικές παρορμήσεις - στην προκειμένη περίπτωση του αλόγου. Δεσμευμένη ενέργεια μπορεί να απελευθερωθεί και να της επιτραπεί να επιπλεύσει πάλι. Πολύ μεγάλα συναισθηματικά / συγκινησιακά ξεσπάσματα μπορεί να συνοδεύουν μια τέτοια διαδικασία, όπου τραύματα από το παρελθόν ανα-βιώνονται και γίνονται συνειδητά. Ένα σταθερό εγώ είναι απαραίτητο για

να ελέγχει αυτά τα συναισθήματα και για να αποτρέψει μια καταστροφή. Επομένως αυτό το είδος θεραπευτικής δουλειάς είναι χρήσιμο κυρίως για ασθενείς με ένα ακέραιο εγώ ή με ασθενείς που το εγώ τους έχει ενδυναμωθεί επαρκώς με τη θεραπεία. Η αποκαλυπτική σε-βάθος δουλειά στην πλάτη του αλόγου μπορεί τότε να γίνει μια συναρπαστική και αισθαντική εμπειρία κυρίως εφόσον είναι πάντα μέσα σε ένα προστατευτικό θεραπευτικό πλαίσιο.

Το άλογο προκαλεί μια φοβερή αύξηση των γενετήσιων ενστικτικών (libidinous) δυνάμεων οι οποίες δεν επιδρούνε μόνο στον ασθενή αλλά επιρρεάζουνε επίσης τον θεραπευτή με ένα ιδιαίτερο τρόπο. Τα φαινόμενα μεταβίβασης και αντιμεταβίβασης είναι θεμελιώδους σπουδαιότητας στην θεραπευτική διαδικασία και σε αυτή την περίπτωση τροποποιούνται από την δυαδική σχέση θεραπευτή-ασθενούς με τον ' τρίτο συνεργάτη-άλογο '. Ακόμη και ο S. FREUD σκιαγράφησε παραλληλισμούς ανάμεσα σε ενδοψυχικές δομές του εγώ, id και υπερεγώ και την εικόνα του αναβάτη-αλόγου και δασκάλου ιππασίας. Σε αυτό το πλαίσιο, διαφορετικές ψυχιατρικές διαταραχές εμφανίζουνε διαφορετικές παθολογικές δομές του εγώ που προκαλούνε εξίσου διαφορετική δυναμική ανάμεσα σε ασθενή, άλογο και θεραπευτή. Αυτό είναι ένα σημαντικό σημείο να το έχουμε κατά νου όταν προσπαθούμε να καταλάβουμε συγκεκριμένα μεταβιβαστικά και αντιμεταβιβαστικά συναισθήματα (M. SCHEIDHACKER).

Πιστεύω ότι έχω δείξει ότι οι δύο κύριες κατευθύνσεις στην ψυχοθεραπευτική δουλειά μπορούνε να συνδιαστούνε με ένα ιδιαίτερο τρόπο συμπεριλαμβάνοντας το άλογο στην ψυχοθεραπευτική διαδικασία. Μια προσέγγιση με τη βασισμένη σε ασκήσεις ενδυνάμωση του εγώ πάει παράλληλα με την αποκαλυπτική σε βάθος δουλειά στην κατάσταση παλλινδρόμησης και μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε προσανατολισμένες στη διαδικασία και εξατομικευμένες στρατηγικές κατάλληλες για το συγκεκριμένο ασθενή. Το άλογο είναι βοηθητικό και στις δύο περιπτώσεις ως πραγματικό σχεσιακό αντικείμενο και σαν αρχετυπικό σύμβολο.

Μετάφραση Δανιήλ Δανιλόπουλος