

Υπερβολική σοφία

Τι πρέπει άραγε να κάνω, πώς πρέπει να ζήσω, ποιος πρέπει να γίνω; Τέτοιες ερωτήσεις κάνουμε πολλοί από εμάς – κι έτσι όπως είναι η σύγχρονη ζωή, δεν χρειάζεται να πάμε και πολύ μακριά για να βρούμε τις απαντήσεις. Η σοφία είναι στις μέρες μας τόσο φτηνή και άφθονη που μας κατακλύζει από σελίδες ημερολογίων, φακελάκια τσαγιού, καπάκια μπουκαλιών και μαζικά μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου που προωθούνται σε μας από καλοπροαίρετους φίλους. Είναι σαν να ζούμε κατά κάποιο τρόπο στη *Βιβλιοθήκη της Βαβέλ* του Χόρχε Λουίς Μπόρχες: μια άπειρη βιβλιοθήκη της οποίας τα βιβλία περιέχουν όλους τους πιθανούς συνδυασμούς γραμμάτων, και άρα περιέχουν κάπου και μια εξήγηση για τον λόγο ύπαρξης της βιβλιοθήκης και για τον τρόπο χρήσης της. Μα οι βιβλιοθηκάριοι του Μπόρχες υποψιάζονται πως δεν θα βρουν ποτέ τους το συγκεκριμένο βιβλίο μέσα σε όλες αυτές τις απέραντες εκτάσεις ασυναρτησίας.

Οι δικές μας προοπτικές είναι καλύτερες. Λίγες μόνο από τις δυνητικές μας πηγές σοφίας περιέχουν ανοησίες, ενώ πολλές λένε την απόλυτη αλήθεια. Ωστόσο, επειδή και η δική μας βιβλιοθήκη είναι ουσιαστικά άπειρη (κανένας δεν μπορεί να διαβάσει ποτέ παραπάνω από ένα πολύ μικρό κομμάτι της), αντιμετωπίζουμε το παράδοξο της αφθονίας: η ποσότητα υπονομεύει την ποιότητα του εγχειρήματός μας. Με μια τόσο μεγάλη και υπέροχη βιβλιοθήκη να απλώνεται μπροστά μας, συχνά κάποια βιβλία τα διαβάζουμε στα πεταχτά ή διαβάζουμε μόνο τις κριτικές που έχουν γραφτεί γι' αυτά. Μπορεί και να έχουμε ήδη συναντήσει την Υπέρτατη Ιδέα, τη γνώση εκείνη που θα μας είχε μεταμορφώσει αν την είχαμε γευτεί, αν την είχαμε νιώσει βαθιά μέσα μας και την είχαμε εφαρμόσει στη ζωή μας.

Αυτό είναι ένα βιβλίο για δέκα Μεγάλες Ιδέες. Κάθε του κεφάλαιο είναι μια προσπάθεια να έρθουμε σε επαφή με μια ιδέα που έχουν ανακαλύψει πολλοί πολιτισμοί του κόσμου – να την αμφισβητήσουμε υπό το πρίσμα όσων γνωρίζουμε από την επιστημονική έρευνα και να αποσπάσουμε από αυτήν τα διδάγματα που εξακολουθούν να ισχύουν στη σύγχρονη ζωή.

Είμαι κοινωνικός ψυχολόγος. Κάνω πειράματα προσπαθώντας να κατανοήσω ένα μικρό ψήγμα της κοινωνικής ζωής του ανθρώπου· η μικρή γωνίτσα που ερευνώ είναι η ηθική και τα ηθικά συναισθήματα. Είμαι επίσης καθηγήτριάς. Διδάσκω σε ένα μεγάλο πλήθος φοιτητών στο Πανεπιστήμιο της Βιρτζίνια το μάθημα της εισαγωγής στην ψυχολογία, στο πλαίσιο του οποίου προσπαθώ

να εξηγήσω όλο το πεδίο της ψυχολογίας μέσα σε είκοσι τέσσερις διαλέξεις. Πρέπει να παρουσιάσω χιλιάδες ευρήματα της έρευνας που καλύπτουν ένα μεγάλο εύρος αντικειμένων, από τη δομή του αμφιβληστροειδούς μέχρι τον μηχανισμό της αγάπης, κι έπειτα να ελπίζω ότι οι φοιτητές μου θα κατανοήσουν και θα εμπεδώσουν όλες αυτές τις γνώσεις. Καθώς πάλευα να ανταποκριθώ σ' αυτή την πρόκληση την πρώτη χρονιά που δίδασκα, συνειδητοποίησα ότι πολλές ιδέες εμφανίζονταν στις διαλέξεις ξανά και ξανά, και ότι συχνά ήταν ιδέες που είχαν διατυπωθεί γλαφυρά από στοχαστές του παρελθόντος. Αν ήθελα να συνοψίσω την άποψη ότι τα συναισθήματά μας, οι αντιδράσεις μας στα γεγονότα και κάποιες ψυχικές παθήσεις προκαλούνται από τα διανοητικά φίλτρα μέσα από τα οποία βλέπουμε τον κόσμο, δεν θα μπορούσα να το πω πιο συνοπτικά από τον Σαίξπηρ: «Δεν υπάρχει τίποτα καλό ή κακό, η σκέψη το κάνει τέτοιο».¹ Άρχισα να χρησιμοποιώ τέτοια παραθέματα για να βοηθήσω τους φοιτητές μου να θυμούνται τις μεγάλες ιδέες της ψυχολογίας, κι άρχισα να αναρωτιέμαι πόσες τέτοιες ιδέες άραγε υπάρχουν.

Για να το ανακαλύψω διάβασα δεκάδες έργα αρχαίας σοφίας, που προέρχονταν κυρίως από τις τρεις σημαντικές ζώνες κλασικής σκέψης της υψηλίου: την Ινδία (για παράδειγμα, τις Ουπανισάδες, την Μπάγκαβατ Γκίτα, τα αποφθέγματα του Βούδα), την Κίνα (τα Ανάλεκτα του Κομφούκιου, το Τάο Τε Τσινγκ, τα γραπτά του Μέγκιου και άλλων φιλοσόφων) και τους πολιτισμούς της Μεσογείου (την Παλαιά και την Καινή Διαθήκη, τους Έλληνες και τους Ρωμαίους φιλοσόφους, το Κοράνι). Διάβασα επίσης διάφορα άλλα έργα φιλοσοφίας και λογοτεχνίας που γράφτηκαν τα τελευταία πεντακόσια χρόνια. Κάθε φορά που έβρισκα έναν ψυχολογικό ισχυρισμό – μια πρόταση που αφορούσε τη φύση του ανθρώπου ή τον τρόπο λειτουργίας του νου ή της καρδιάς – τον κατέγραφα. Όποτε έβρισκα μια ιδέα που είχε εκφραστεί σε διάφορους τόπους και διάφορες περιόδους τη θεωρούσα μια δυνάμει Μεγάλη Ιδέα. Αντί όμως να καταγράψω μηχανικά τις δέκα πιο διαδεδομένες διαχρονικά ψυχολογικές ιδέες της ανθρωπότητας, έκρινα ότι η συνοχή ήταν πιο σημαντική από τη συχνότητα. Θέλησα να γράψω για μια ομάδα ιδεών που συνδέονται αρμονικά μεταξύ τους, που η καθεμιά τους οικοδομείται πάνω στην άλλη και όλες μαζί διηγούνται μια ιστορία για το πώς μπορεί ο άνθρωπος να βρει ευτυχία και νόημα στη ζωή.

Αυτός ακριβώς είναι ο στόχος του νέου κλάδου της θετικής ψυχολογίας² με τον οποίο ασχολούμαι:³ να βοηθήσει τους ανθρώπους να βρουν ευτυχία και νόημα. Το θέμα επομένως αυτού του βιβλίου είναι κατά κάποιο τρόπο οι ρίζες της θετικής ψυχολογίας στην αρχαία σοφία και οι εφαρμογές της σήμερα. Οι περισσότερες έρευνες που θα παρουσιάσω έχουν γίνει από επιστήμονες που δεν θα αυτοχαρακτηρίζονταν θετικοί ψυχολόγοι. Ωστόσο, έχω βασιστεί σε δέκα αρχαίες ιδέες και σε μια μεγάλη ποικιλία ευρημάτων της σύγχρονης

έρευνας για να αφηγηθώ την καλύτερη ιστορία που μπορώ να συνθέσω για τους λόγους που οι άνθρωποι ακμάζουμε και προοδεύουμε, και για τα εμπόδια που στήνουμε στον δρόμο μας και μπλοκάρουν την ευημερία μας.

Η ιστορία ξεκινά με μια περιγραφή του τρόπου λειτουργίας του νου. Φυσικά, δεν πρόκειται για μια ολοκληρωμένη περιγραφή αλλά μόνο για δύο αρχαίες αλήθειες που πρέπει να κατανοήσουμε προκειμένου να μπορέσουμε να αξιολογήσουμε τη σύγχρονη ψυχολογία για να βελτιώσουμε τη ζωή μας. Η πρώτη αλήθεια αποτελεί τη θεμελιώδη ιδέα αυτού του βιβλίου: ο νους είναι διαιρεμένος σε μέρη που μερικές φορές συγκρούονται μεταξύ τους. Σαν αναβάτης στη ράχη ενός ελέφαντα, το συνειδητό μέρος του νου, αυτό που συλλογίζεται, ασκεί μόνο περιορισμένο έλεγχο σε ό,τι κάνει ο ελέφαντας. Σήμερα γνωρίζουμε τα αίτια αυτών των διαιρέσεων, καθώς και κάποιους τρόπους με τους οποίους ο αναβάτης και ο ελέφαντας μπορούν να βοηθηθούν να εργαστούν καλύτερα ως ομάδα. Η δεύτερη ιδέα είναι εκείνη του Σαίξπηρ για τη «σκέψη που το κάνει τέτοιο». (Η, όπως το έθεσε ο Βούδας, «η ζωή μας είναι το δημιουργήμα του νου μας».) Σήμερα, όμως, μπορούμε να βελτιώσουμε αυτή την αρχαία ιδέα εξηγώντας γιατί ο νους των περισσότερων ανθρώπων έχει τη μεροληπτική τάση να βλέπει απειλές και να κατατρώχεται από αχρείαστες ανησυχίες. Μπορούμε επίσης να κάνουμε κάποια πράγματα για να αλλάξουμε αυτή την τάση χρησιμοποιώντας τρεις τεχνικές που αυξάνουν την ευτυχία – μία αρχαία και δύο εντελώς πρόσφατες.

Το δεύτερο βήμα στην ιστορία είναι να δώσουμε μια περιγραφή της κοινωνικής μας ζωής. Και πάλι, δεν πρόκειται για μια ολοκληρωμένη περιγραφή, αλλά μόνο για δύο αλήθειες οι οποίες, αν και πολύ γνωστές, δεν εκτιμώνται όσο θα έπρεπε. Η μία είναι ο Χρυσός Κανόνας. Η ανταπόδοση είναι το πιο σημαντικό εργαλείο για να συμβιώνουμε με τους άλλους – θα σας δείξω πώς μπορείτε χρησιμοποιώντας την να λύνετε προβλήματα που αντιμετωπίζετε στη ζωή σας, αλλά και να αποφεύγετε να πέσετε θύμα εκμετάλλευσης από αυτούς που τη χρησιμοποιούν εναντίον σας. Η ανταπόδοση, όμως, είναι κάτι περισσότερο από εργαλείο. Είναι μια ένδειξη του ποιο είμαστε εμείς οι άνθρωποι και του τι έχουμε ανάγκη, μια ένδειξη που θα φανεί σημαντική για να κατανοήσουμε το τέλος της μεγαλύτερης ιστορίας. Η δεύτερη αλήθεια σε αυτό το μέρος της ιστορίας είναι ότι όλοι μας είμαστε, εκ φύσεως, υποκριτές – γι' αυτό μας είναι τόσο δύσκολο να ακολουθήσουμε πιστά τον Χρυσό Κανόνα. Πρόσφατες έρευνες στην ψυχολογία έχουν αποκαλύψει τους νοητικούς μηχανισμούς που μας κάνουν τόσο καλούς στο να βλέπουμε το «κάρφος» στο μάτι των αδελφών μας και τόσο κακούς στο να βλέπουμε την «δοκόν» στο δικό μας. Αν γνωρίζουμε τι σκαρώνει ο νους μας και γιατί βλέπουμε με τόση ευκολία τον κόσμο μέσα από έναν παραμορφωτικό φακό του καλού και του κακού, τότε μπορούμε να λάβουμε κάποια μέτρα για να αμβλύνουμε τον ηθικό ναρκισσισμό μας.

Με τον τρόπο αυτό μπορούμε να μειώσουμε τη συχνότητα των συγκρούσεών μας με τους άλλους, οι οποίοι είναι εξίσου πεπεισμένοι για το δίκιο τους.

Σε αυτό το σημείο της ιστορίας είμαστε πλέον έτοιμοι να θέσουμε το ερώτημα: Από πού πηγάζει η ευτυχία; Υπάρχουν αρκετές διαφορετικές μεταξύ τους «υποθέσεις ευτυχίας». Μία υπόθεση είναι ότι η ευτυχία πηγάζει από την απόκτηση αυτών που επιθυμούμε. Όλοι μας όμως ξέρουμε –το επιβεβαιώνουν άλλωστε και οι έρευνες– ότι αυτού του είδους η ευτυχία είναι βραχύβια. Σύμφωνα με μια πιο ελπιδοφόρα υπόθεση, η ευτυχία πηγάζει από μέσα μας και δεν μπορούμε να την αποκτήσουμε κάνοντας τον κόσμο να συμμορφωθεί με τις επιθυμίες μας. Αυτή η άποψη ήταν ευρέως διαδεδομένη στον αρχαίο κόσμο: τόσο ο Βούδας στην Ινδία όσο και οι στωικοί φιλόσοφοι στην αρχαία Ελλάδα και την αρχαία Ρώμη συμβούλευαν τους ανθρώπους να εξαλείψουν τους συναισθηματικούς τους δεσμούς με πρόσωπα και γεγονότα, παράγοντες που είναι πάντα απρόβλεπτοι και ανεξέλεγκτοι, και να καλλιεργήσουν μια στάση αποδοχής. Αυτή η αρχαία ιδέα είναι άξια σεβασμού· σίγουρα το να αλλάξουμε τον νου μας είναι συνθήως πιο αποτελεσματική αντίδραση στην απογοήτευση από το να αλλάξουμε τον κόσμο. Ωστόσο, θα σας παρουσιάσω στοιχεία που δείχνουν ότι αυτή η δεύτερη εκδοχή της υπόθεσης της ευτυχίας είναι λανθασμένη. Πρόσφατες έρευνες καταδεικνύουν ότι υπάρχουν κάποια πράγματα για τα οποία αξίζει να αγωνιστούμε· υπάρχουν εξωτερικές συνθήκες ζωής που μπορούν να μας κάνουν σταθερά πιο ευτυχισμένους. Μία από αυτές τις συνθήκες είναι η σύνδεσή μας με άλλους ανθρώπους: οι δεσμοί που αναπτύσσουμε –και που έχουμε ανάγκη να αναπτύσσουμε– με άλλους. Θα σας παρουσιάσω έρευνες που δείχνουν από πού πηγάζει η αγάπη, γιατί η παθιασμένη φλόγα του έρωτα πάντοτε σβήνει, και ποιο είδος αγάπης είναι η «αληθινή» αγάπη. Θα υποδείξω ότι η υπόθεση ευτυχίας που μας πρόσφεραν ο Βούδας και οι στωικοί πρέπει να τροποποιηθεί: η ευτυχία πηγάζει από μέσα, πηγάζει όμως και από έξω. Αν θέλουμε να βρούμε τη σωστή ισορροπία, χρειαζόμαστε την καθοδήγηση τόσο της αρχαίας σοφίας όσο και της σύγχρονης επιστήμης.

Το επόμενο βήμα σ' αυτή την ιστορία σχετικά με την ευδοκίμηση του ανθρώπου είναι να εξετάσουμε τις συνθήκες που ευνοούν την εξέλιξη και την ανάπτυξή του. Όλοι μας έχουμε ακούσει πως ό,τι δεν σε σκοτώνει σε κάνει πιο δυνατό, αυτή όμως είναι μια επικίνδυνη υπεραπλούστευση. Πολλά από αυτά που δεν μας σκοτώνουν μπορούν να μας καταστρέψουν για όλη μας τη ζωή. Πρόσφατες έρευνες σχετικά με τη «μετατραυματική ανάπτυξη» αποκάλυπτουν πότε και γιατί οι άνθρωποι αναπτύσσονται μέσα από τις αντιξοότητες, αλλά και τι μπορούμε να κάνουμε προκειμένου να προετοιμαστούμε για τις τραυματικές εμπειρίες ή να τις ξεπεράσουμε αφότου συμβούν. Όλοι μας έχουμε επίσης ακούσει επανειλημμένα την παρότρυνση να καλλιεργήσουμε την αρετή μέσα μας, διότι η αρετή είναι η ίδια η ανταμοιβή της, αλλά κι αυτό

είναι μια υπεραπλούστευση. Θα σας δείξω πώς οι έννοιες της αρετής και της ηθικής έχουν διαφοροποιηθεί και συρρικνωθεί στο πέρασμα των αιώνων, και για ποιο λόγο οι αρχαίες ιδέες περί αρετής και ηθικής ανάπτυξης ενδέχεται να προσφέρουν μια ελπιδοφόρα προοπτική και για τη δική μας εποχή. Θα σας δείξω επίσης με ποιο τρόπο η θετική ψυχολογία αρχίζει να εκπληρώνει αυτές τις υποσχέσεις, προσφέροντάς μας έναν τρόπο να «διαγνώσουμε» και να αναπτύξουμε τις προσωπικές μας αρετές και τις ιδιαίτερες ικανότητές μας.

Το τέλος της ιστορίας αφορά το ερώτημα του νοήματος: Γιατί κάποιιο άνθρωποι βρίσκουν νόημα και σκοπό στη ζωή τους και νιώθουν ολοκληρωμένοι, ενώ κάποιιο άλλοι όχι; Αρχικά θα αναπτύξω την πολιτισμικά διαδεδομένη άποψη ότι υπάρχει μια κατακόρυφη, πνευματική διάσταση στην ανθρώπινη ύπαρξη. Είτε αποκαλείται αρχοντιά, αρετή ή θεϊκότητα, και ανεξάρτητα από το εάν υπάρχει ή όχι Θεός, οι άνθρωποι *όντως* αντιλαμβάνονται κάποια ιερότητα, αγιότητα ή άρρητη καλοσύνη στους άλλους, καθώς και στη φύση. Θα σας παρουσιάσω τη δική μου έρευνα πάνω στα ηθικά συναισθήματα της αποστροφής, της ανάτασης και του δέους προκειμένου να εξηγήσω πώς λειτουργεί αυτή η κατακόρυφη διάσταση και γιατί είναι τόσο σημαντική για να κατανοήσουμε τον θρησκευτικό φονταμενταλισμό, τη σύγκρουση ανάμεσα σε διαφορετικές πολιτικές κουλτούρες και την ανθρώπινη αναζήτηση νοήματος. Θα εξετάσω επίσης τι εννοούν οι άνθρωποι όταν ρωτούν «ποιο είναι το νόημα της ζωής;», και θα δώσω μια απάντηση σε αυτό το ερώτημα – μια απάντηση που αντλεί μεν στοιχεία από αρχαίες ιδέες σχετικά με την ύπαρξη σκοπού, αλλά επεκτείνεται πέρα από τις αρχαίες αυτές ιδέες, ή όποιες άλλες έχετε ενδεχομένως συναντήσει, χρησιμοποιώντας αποτελέσματα πολύ πρόσφατων ερευνών. Στην πορεία αυτή, θα αναθεωρήσω την υπόθεση της ευτυχίας για μια τελευταία φορά. Αν και θα μπορούσα να διατυπώσω και εδώ συνοπτικά την τελική αυτή εκδοχή, ωστόσο δεν θα μπορούσα να την εξηγήσω σε αυτή τη μικρή εισαγωγή χωρίς να την υποβαθμίσω. Λόγια σοφίας, το νόημα της ζωής, ίσως ακόμη και η απάντηση που αναζητούσαν οι βιβλιοθηκάριοι του Μπόρχες – μπορεί όλα αυτά να μας κατακλύζουν καθημερινά, αλλά για να μας προσφέρουν κάτι ουσιαστικό θα πρέπει να τα γνωρίσουμε, να ασχοληθούμε μαζί τους, να τα αμφισβητήσουμε, να τα βελτιώσουμε και να τα συνδέσουμε με τη ζωή μας. Αυτός είναι ο στόχος μου σε αυτό το βιβλίο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

Ο διαιρεμένος εαυτός

Διότι ό,τι επιθυμεί η σάρκα είναι αντίθετο προς το Πνεύμα, και ό,τι επιθυμεί το Πνεύμα είναι αντίθετο προς τη σάρκα. Διότι αυτά είναι αντίθετα το ένα προς το άλλο, ώστε να μην πράττετε εκείνα που επιθυμείτε.

ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΠΑΥΛΟΣ, ΕΠΙΣΤΟΛΗ ΠΡΟΣ ΓΑΛΑΤΑΣ 5:17¹

Κι αν οδηγεί το Πάθος, άσε τη Λογική να κρατάει τα Ηνία.

ΜΠΕΝΤΖΑΜΙΝ ΦΡΑΝΚΛΙΝ²

Έκανα ιππασία για πρώτη φορά το 1991 στο Εθνικό Πάρκο της οροσειράς Great Smoky Mountains, στη Βόρεια Καρολίνα. Όταν ήμουν μικρός είχα κάνει βόλτες με άλογο που το οδηγούσε με κοντό σχοινί κάποιος νεαρός, αλλά αυτή ήταν η πρώτη φορά που ήμουν μόνο εγώ και το άλογο, χωρίς κανένα σχοινί. Δεν ήμουν μόνος μου –ήταν άλλοι οχτώ άνθρωποι καβάλα σε οχτώ άλογα, και ο ένας από αυτούς ήταν δασοφύλακας– κι έτσι η βόλτα δεν ήταν ιδιαίτερα απαιτητική. Υπήρξε όμως μια δύσκολη στιγμή. Προχωρούσαμε σε δυάδες κατά μήκος ενός μονοπατιού σε μια απόκρημνη βουνοπλαγιά, και το δικό μου άλογο ήταν στην εξωτερική πλευρά του μονοπατιού, περίπου ένα μέτρο από το χείλος του γκρεμού. Σε κάποιο σημείο το μονοπάτι έκανε μια απότομη στροφή αριστερά, και συνειδητοποίησα ότι το άλογό μου πήγαινε κατευθείαν προς τον γκρεμό. Πάγωσα. Ήξερα ότι έπρεπε να το οδηγήσω προς τα αριστερά, αλλά στα αριστερά μου ήταν ένα άλλο άλογο και δεν ήθελα να πέσω πάνω του. Θα μπορούσα να φωνάξω βοήθεια, ή να ουρλιάξω «Πρόσεξε!», αλλά κάποιο μέρος του εαυτού μου προτίμησε τον κίνδυνο να πέσω στον γκρεμό από τη βεβαιότητα να φανώ χαζός. Κι έτσι απλώς πάγωσα. Δεν έκανα απολύτως τίποτα στα πέντε κρίσιμα δευτερόλεπτα στα οποία το άλογό μου και το άλογο στα αριστερά μου έστριψαν από μόνα τους αριστερά, ήρεμα και ωραία.

Όταν ο πανικός μου άρχισε να καταλαγιάζει, έβαλα τα γέλια με τον γελοίο φόβο μου. Το άλογο ήξερε ακριβώς τι έκανε. Είχε διανύσει αυτό το μονοπάτι εκατοντάδες φορές στο παρελθόν και, όπως ακριβώς κι εγώ, δεν είχε καμία όρεξη να πάει κουτρουβαλώντας προς τον θάνατό του. Δεν χρειαζόταν να του πω εγώ τι να κάνει· άλλωστε, τις λιγοστές φορές που είχα προσπαθήσει να το κάνω δεν είχε δείξει να πολυνοιάζεται. Ο λόγος που είχα εκτιμήσει τόσο λάθος την κατάσταση ήταν ότι είχα περάσει τα δέκα τελευταία χρόνια της ζωής μου οδηγώντας αυτοκίνητα, όχι άλογα. Τα αυτοκίνητα πέφτουν σε γκρεμούς αν δεν τους πεις να μην το κάνουν.

Η ανθρώπινη σκέψη βασίζεται στη μεταφορά. Κατανοούμε καινούργια ή περίπλοκα πράγματα συσχετίζοντάς τα με άλλα που μας είναι ήδη γνωστά.³ Για παράδειγμα, είναι δύσκολο να συλλογιστούμε για τη ζωή γενικά και αόριστα, αν όμως χρησιμοποιήσουμε τη μεταφορά «η ζωή είναι ένα ταξίδι», η μεταφορά αυτή μας οδηγεί σε κάποια συμπεράσματα: Πρέπει να μελετήσουμε την περιοχή που θα διανύσουμε, να επιλέξουμε κατεύθυνση, να βρούμε καλή συντροφιά για το ταξίδι και να απολαύσουμε τη διαδρομή, γιατί στο τέλος της μπορεί και να μην υπάρχει τίποτα. Το να συλλογιστούμε για τον νου είναι επίσης δύσκολο – αλλά από τη στιγμή που θα διαλέξουμε μια μεταφορά, αυτή θα καθοδηγήσει τη σκέψη μας. Σε όλη τη διάρκεια της καταγεγραμμένης ιστορίας οι άνθρωποι έζησαν μαζί με ζώα και προσπάθησαν να τα έχουν υπό τον έλεγχό τους· έτσι τα ζώα αυτά εντάχθηκαν στις αρχαίες μεταφορές. Ο Βούδας, για παράδειγμα, παρομοίασε τον νου μ' έναν άγριο ελέφαντα:

Άλλοτε ο νους μου περιπλανιόταν όπου τον οδηγούσε η εγωιστική επιθυμία, η λαγνεία ή η απόλαυση. Σήμερα ο ίδιος αυτός νους δεν περιπλανιέται πια αλλά βρίσκεται υπό την αρμονία του ελέγχου, όπως ένας άγριος ελέφαντας βρίσκεται υπό τον έλεγχο του εκπαιδευτή.⁴

Ο Πλάτωνας χρησιμοποίησε μια παρόμοια μεταφορά: ο εαυτός (ή η ψυχή) είναι ένα άρμα του οποίου τα ηνία τα κρατά το ατάραχο, έλλογο μέρος του νου. Ο ηνίοχος του Πλάτωνα είχε να κουμαντάρει δύο άλογα:

Το άλογο που είναι στη δεξιά θέση, την πιο τιμητική, έχει σώμα σπητό και καλοδεμένο, ψηλό αυχένα και μύτη κυρτή· ... είναι φιλότιμο, συνετό και σεμνό, αγαπάει την αληθινή γνώμη, δε χρειάζεται χτυπήματα, αλλά χαλινάρι του είναι μόνο η διαταγή και ο λόγος. Το άλλο άλογο έχει σώμα στραβό και κακοσχηματισμένο ... ρέπει προς την ύβρη και την αλαζονεία, είναι κουφό, έχει τριχωτά αυτιά, και πολύ δύσκολα υπακούει στο μαστίγιο και τη βουκέντρα.⁵

Κατά τον Πλάτωνα, κάποια από τα συναισθήματα και τα πάθη είναι καλά (η αγάπη για την τιμή, για παράδειγμα) και συμβάλλουν στην καθοδήγηση

του εαυτού προς τη σωστή κατεύθυνση, άλλα όμως είναι κακά (για παράδειγμα, οι επιθυμίες και οι πόθοι). Στόχος της πλατωνικής εκπαίδευσης ήταν να βοηθήσει τον ηνίοχο να αποκτήσει πλήρη έλεγχο πάνω στα δύο άλογα. Ένα συναφές μοντέλο μάς έδωσε και ο Ζίγκμουντ Φρόυντ 2300 χρόνια αργότερα.⁶ Σύμφωνα με τον Φρόυντ, ο νους είναι διαιρεμένος σε τρία μέρη: το εγώ (τον συνειδητό, έλλογο εαυτό), το υπερεγώ (τη συνείδηση, μια ενίοτε πολύ αυστηρή δέσμευση προς τους κανόνες της κοινωνίας) και το εκείνο (την επιθυμία για απόλαυση, πολλή απόλαυση, το συντομότερο δυνατόν). Στη μεταφορά που χρησιμοποιώ όταν κάνω μάθημα για τον Φρόυντ σκέφτομαι τον νου σαν ένα μόνιπο (μια άμαξα της βικτωριανής εποχής), όπου ο οδηγός (το εγώ) προσπαθεί απεγνωσμένα να κοντρολάρει ένα πεινασμένο, φιλήδονο και απείθαρχο άλογο (το εκείνο), ενώ ταυτόχρονα ο πατέρας του οδηγού (το υπερεγώ) κάθεται πίσω και κάνει κήρυγμα στον οδηγό για τα λάθη του. Κατά τον Φρόυντ, ο στόχος της ψυχανάλυσης ήταν η απόδραση από αυτή την αξιοθρήνητη κατάσταση μέσω της ενδυνάμωσης του εγώ, ώστε αυτό να αποκτήσει περισσότερο έλεγχο πάνω στο εκείνο και να ανεξαρτητοποιηθεί περισσότερο από το υπερεγώ.

Ο Φρόυντ, ο Πλάτωνας και ο Βούδας έζησαν και οι τρεις σε κόσμους όπου υπήρχαν πολλά εξημερωμένα ζώα. Η προσπάθεια που χρειαζόταν για να επιβάλει κανείς τη θέλησή του σε ένα πλάσμα πολύ μεγαλύτερό του ήταν κάτι γνώριμο σ' αυτούς. Με την πάροδο όμως του 20ού αιώνα, τα άλογα αντικαταστάθηκαν από αυτοκίνητα και η τεχνολογία προσέφερε στον άνθρωπο μεγαλύτερο έλεγχο από ποτέ πάνω στον υλικό του κόσμο. Όταν οι άνθρωποι αναζήτησαν μεταφορές, είδαν τον νου σαν οδηγό ενός αυτοκινήτου ή σαν πρόγραμμα υπολογιστή. Αυτό μας έδωσε τη δυνατότητα να ξεχάσουμε εντελώς τα περί ασυνειδήτου του Φρόυντ και να διερευνήσουμε απλώς τους μηχανισμούς της σκέψης και της λήψης αποφάσεων. Αυτό ακριβώς έκαναν οι κοινωνικοί επιστήμονες στο τελευταίο τρίτο του αιώνα: Οι κοινωνικοί ψυχολόγοι δημιούργησαν θεωρίες «επεξεργασίας πληροφοριών» για να εξηγήσουν τα πάντα, από την προκατάληψη μέχρι τη φιλία, και οι οικονομολόγοι δημιούργησαν μοντέλα «ορθολογικής επιλογής» για να εξηγήσουν γιατί οι άνθρωποι κάνουν αυτά που κάνουν. Οι κοινωνικές επιστήμες άρχισαν να συγκλίνουν συνολικά στην άποψη ότι οι άνθρωποι είναι ορθολογικά υποκείμενα που θέτουν στόχους και επιδιώκουν με νοήμονα τρόπο την εκπλήρωσή τους, χρησιμοποιώντας τις πληροφορίες και τα μέσα που διαθέτουν.

Αφού είναι όμως έτσι, γιατί οι άνθρωποι εξακολουθούν να κάνουν ανοησίες; Γιατί αποτυγχάνουν να ελέγξουν τον εαυτό τους και συνεχίζουν να κάνουν πράγματα που ξέρουν ότι δεν τους ωφελούν; Εγώ ο ίδιος, για παράδειγμα, μπορώ εύκολα να επιστρατεύσω τη δύναμη της θέλησης που απαιτείται για να αγνοήσω όλα τα γλυκά που περιλαμβάνει το μενού. Αν όμως σερβι-

ριστεί στο τραπέζι κάποιο γλυκό, δεν μπορώ να του αντισταθώ. Ενώ παίρνω την απόφαση να συγκεντρωθώ σε μια εργασία και να μη σηκωθώ προτού την τελειώσω, πιάνω τον εαυτό μου να πηγαίνει στην κουζίνα ή να χασομεράει με άλλους τρόπους. Μπορώ να πάρω την απόφαση να σηκωθώ στις 6:00 το πρωί για να γράψω· ωστόσο, αφού κλείσω το ξυπνητήρι οι επανειλημμένες διαταγές που δίνω στον εαυτό μου να σηκωθεί από το κρεβάτι δεν έχουν κανένα αποτέλεσμα, και τότε καταλαβαίνω τι εννοούσε ο Πλάτωνας όταν έλεγε πως το κακό άλογο είναι κουφό. Οι καταστάσεις όμως όπου άρχισα πραγματικά να καταλαβαίνω το μέγεθος της ανημπόριας μου σχετίζονταν με πιο σημαντικές αποφάσεις για τη ζωή μου, που αφορούσαν αισθηματικές σχέσεις. Αν και ήξερα ακριβώς τι έπρεπε να κάνω, ωστόσο, ακόμη και τη στιγμή που έλεγα στους φίλους μου ότι θα το κάνω, ένα μέρος του εαυτού μου υποψιαζόταν πως δεν θα το κάνω. Αισθήματα ενοχής, πόθου ή φόβου απέβαιναν συχνά ισχυρότερα από τη λογική. (Από την άλλη, ήμουν πολύ καλός στο να κάνω κήρυγμα σε φίλους μου που βρίσκονταν σε παρόμοιες καταστάσεις για το τι είναι σωστό γι' αυτούς.) Ο Ρωμαίος ποιητής Οβίδιος είχε συλλάβει τέλεια την κατάσταση μου. Στο έργο του *Μεταμορφώσεις*, η Μήδεια είναι διχασμένη ανάμεσα στην αγάπη της για τον Ιάσονα και το καθήκον της προς τον πατέρα της. Λέει θρηνώντας:

Άγομαι και φέρομαι από μια παράξενη, πρωτόγνωρη δύναμη. Η επιθυμία και η λογική με τραβάνε σε διαφορετικές κατευθύνσεις. Βλέπω τον σωστό δρόμο και τον επικροτώ, αλλά ακολουθώ τον λανθασμένο.⁷

Οι σύγχρονες θεωρίες περί ορθολογικής επιλογής και επεξεργασίας της πληροφορίας δεν ερμηνεύουν επαρκώς την αδυναμία της θέλησης. Οι παλαιότερες μεταφορές με τη χειραγώγηση ζώων λειτουργούν εξαιρετικά. Στην εικόνα που έφτιαξα στον νου μου για μένα καθώς απορούσα με την αδυναμία μου, είμαι αναβάτης στη ράχη ενός ελέφαντα. Κρατάω τα ηνία στα χέρια μου και τραβώντας τα προς τη μία ή την άλλη κατεύθυνση μπορώ να πω στον ελέφαντα να στρίψει, να σταματήσει ή να προχωρήσει. Μπορώ να καθοδηγώ τα πράγματα, μόνο όμως όταν ο ελέφαντας δεν έχει δικές του επιθυμίες. Όταν ο ελέφαντας θέλει πραγματικά να κάνει κάτι, τότε δεν μπορώ να αναμετρηθώ μαζί του.

Χρησιμοποιώ αυτή τη μεταφορά για να καθοδηγώ τη σκέψη μου εδώ και δέκα χρόνια, και όταν άρχισα να γράφω αυτό το βιβλίο σκέφτηκα ότι η εικόνα ενός αναβάτη πάνω σε έναν ελέφαντα θα ήταν χρήσιμη σε αυτό το πρώτο κεφάλαιο, σχετικά με τον διαιρεμένο εαυτό. Όπως αποδείχτηκε, όμως, η συγκεκριμένη μεταφορά είναι χρήσιμη για όλα τα κεφάλαια του βιβλίου. Αν θέλουμε να κατανοήσουμε τις πιο σημαντικές ιδέες της ψυχολογίας, θα πρέπει να καταλάβουμε τον τρόπο με τον οποίο ο νους μας είναι διαιρεμένος σε μέ-

ρη που μερικές φορές αντιμάχονται μεταξύ τους. Θεωρούμε ότι μέσα σε κάθε σώμα υπάρχει ένα άτομο, αλλά κατά κάποιο τρόπο ο καθένας από εμάς μοιάζει περισσότερο με μια επιτροπή που έχει συγκροτηθεί για να εκτελέσει κάποια εργασία, αλλά της οποίας τα μέλη διαπιστώνουν συχνά ότι υπηρετούν αντίθετους σκοπούς. Ο νους μας είναι διαιρεμένος κατά τέσσερις τρόπους. Αν και ο τέταρτος από αυτούς είναι ο πιο σημαντικός, γιατί αντιστοιχεί ακριβέστερα προς τον αναβάτη και τον ελέφαντα, οι τρεις πρώτοι συμβάλλουν επίσης στις εμπειρίες πειρασμού, αδυναμίας και εσωτερικής σύγκρουσης που βιώνουμε.

Πρώτη διαίρεση: Νους - Σώμα

Μερικές φορές λέμε ότι το σώμα έχει έναν δικό του νου, αλλά ο Γάλλος φιλόσοφος Μισέλ ντε Μονταίν προχώρησε ένα βήμα παραπέρα και υπέδειξε ότι κάθε μέρος του σώματος έχει τα δικά του συναισθήματα και το δικό του πρόγραμμα δράσης. Ο Μονταίν έβρισκε πιο συναρπαστική από όλα την ανεξαρτησία του πέους:

Εύστοχα επισημαίνουμε την ασυδοσία και ανυπακοή αυτού του μέλους, το οποίο προβάλλει τόσο άκαιρα όταν εμείς δεν θέλουμε, και τόσο άκαιρα μας απογοητεύει όταν το χρειαζόμαστε περισσότερο. Ανταγωνίζεται αταρχικά για εξουσία με τη βούλησή μας.⁸

Ο Μονταίν επισήμανε επίσης τους τρόπους με τους οποίους οι εκφράσεις του προσώπου μας προδίδουν τις μύχιες σκέψεις μας: οι τρίχες μας σηκώνονται, η καρδιά μας φτερουγίζει, η γλώσσα μας δένεται κόμπος και το έντερο και οι πρωκτικοί μας σφιγκτήρες υφίστανται «αυτόνομα διαστολές και συστολές, ανεξάρτητα από τις δικές μας επιθυμίες ή ακόμη και αντίθετα σε αυτές». Σήμερα γνωρίζουμε ότι ορισμένες από αυτές τις αντιδράσεις οφείλονται στο αυτόνομο νευρικό σύστημα – το δίκτυο νεύρων που ελέγχει τα όργανα και τους αδένες του σώματός μας, το οποίο είναι απόλυτα ανεξάρτητο από κάθε εκούσιο ή εμπρόθετο έλεγχο. Το τελευταίο όμως στοιχείο στη λίστα του Μονταίν (το έντερο) αντανακλά τη λειτουργία ενός δεύτερου εγκεφάλου. Το έντερό μας διατρέχεται από ένα τεράστιο πλέγμα που αποτελείται από περισσότερους από 100 εκατομμύρια νευρώνες. Οι νευρώνες αυτοί είναι υπεύθυνοι για όλους τους υπολογισμούς που απαιτούνται για τη λειτουργία του χημικού διυλιστηρίου που επεξεργάζεται την τροφή και αποσπά από αυτή τις θρεπτικές ουσίες.⁹ Αυτός ο εντερικός εγκέφαλος μοιάζει με ένα τοπικό διοικητικό κέντρο που ρυθμίζει διαδικασίες με τις οποίες δεν χρειάζεται να ασχοληθεί ο καθαυτό εγκέφαλος. Συνεπώς, θα περίμενε ίσως κανείς ότι αυτός ο εντερικός εγκέφαλος λαμβάνει εντολές από τον καθαυτό εγκέφαλο και κάνει αυτό που του λένε. Ο εντερικός εγκέφαλος, όμως, έχει υψηλό βαθμό αυτονομίας

και συνεχίζει να λειτουργεί καλά ακόμη κι αν το πνευμονογαστρικό νεύρο, το οποίο συνδέει τους δύο εγκεφάλους, έχει αποκοπεί.

Ο εντερικός εγκέφαλος εκδηλώνει την ανεξαρτησία του με πολλούς τρόπους: Προκαλεί σύνδρομο ευερέθιστου εντέρου όταν «αποφασίζει» να το εκκενώσει από το περιεχόμενό του. Πυροδοτεί μια κατάσταση άγχους στον καθαυτό εγκέφαλο όταν ανιχνεύει μολύνσεις στην κοιλιακή χώρα, κάνοντάς μας να ενεργούμε πιο προσεκτικά, όπως ενδείκνυται όταν είμαστε άρρωστοι.¹⁰ Αντιδρά επίσης με αναπάντεχους τρόπους σε οτιδήποτε επηρεάζει τους κύριους νευροδιαβιβαστές του, όπως είναι η ακετυλοχολίνη και η σεροτονίνη. Έτσι, πολλές από τις αρχικές παρενέργειες του Prozac και άλλων εκλεκτικών αναστολέων επαναπρόσληψης σεροτονίνης περιλαμβάνουν ναυτία και μεταβολές στη λειτουργία του εντέρου. Η προσπάθεια να βελτιωθεί η λειτουργία του καθαυτού εγκεφάλου μπορεί να επηρεάσει άμεσα τη λειτουργία του εντερικού. Η ανεξαρτησία του εντερικού εγκεφάλου, σε συνδυασμό με την αυτόνομη φύση των μεταβολών στα γεννητικά όργανα, συνέβαλε πιθανότατα στη δημιουργία των αρχαίων ινδικών θεωριών σύμφωνα με τις οποίες στην κοιλιακή χώρα βρίσκονται τα τρία κατώτερα τσάκρα – τα ενεργειακά κέντρα που αντιστοιχούν στο κόλον/πρωκτό, στα γεννητικά όργανα και στην κοιλιά. Λέγεται μάλιστα ότι το τσάκρα της κοιλιάς είναι η πηγή των ενδόμυχων αισθημάτων και των διαισθήσεων, δηλαδή των ιδεών που μοιάζουν να έρχονται από κάπου έξω από τον νου μας. Όταν ο Απόστολος Παύλος θρηνούσε για τη μάχη του σώματος εναντίον του Πνεύματος, αναφερόταν σίγουρα σε κάποιες από τις διαιρέσεις και τα παθήματα που είχε βιώσει ο Μονταίν.

Δεύτερη διαίρεση: Αριστερό - Δεξί

Τη δεκαετία του 1960 ανακαλύφθηκε κατά τύχη μια δεύτερη διαίρεση, όταν ένας χειρουργός άρχισε να κόβει ανθρώπινους εγκεφάλους στα δύο. Ο χειρουργός αυτός, ονόματι Τζο Μπόγκεν, είχε σοβαρό λόγο να το κάνει: Προσπαθούσε να βοηθήσει ανθρώπους που η ζωή τους είχε καταστραφεί λόγω συχνών και γενικευμένων επιληπτικών κρίσεων. Ο ανθρώπινος εγκέφαλος αποτελείται από δύο ξεχωριστά ημισφαίρια που συνδέονται μεταξύ τους με μια μεγάλη δέσμη νευρικών ινών, το λεγόμενο μεσολόβιο. Οι επιληπτικές κρίσεις ξεκινούν πάντοτε από ένα σημείο του εγκεφάλου και επεκτείνονται στον περιβάλλοντα εγκεφαλικό ιστό. Αν η επιληπτική κρίση περάσει το μεσολόβιο, μπορεί να εξαπλωθεί σε όλο τον εγκέφαλο· όταν συμβεί αυτό το άτομο χάνει τις αισθήσεις του, πέφτει κάτω και αρχίζει να σφαδάζει ασυγκράτητα. Όπως ακριβώς ένας στρατηγός μπορεί να ανατίναζε μια γέφυρα για να εμποδίσει τον εχθρό να τη διαβεί, έτσι και ο Μπόγκεν θέλησε να κόψει το μεσολόβιο για να εμποδίσει την επέκταση των επιληπτικών κρίσεων.

Εκ πρώτης όψεως, μια τέτοια κίνηση φαίνεται παρανοϊκή. Το μεσολόβιο είναι η μεγαλύτερη μεμονωμένη δέσμη νευρικών ινών σε όλο το σώμα, και επομένως πρέπει να κάνει σημαντική δουλειά. Και όντως κάνει: επιτρέπει στα δύο μισά του εγκεφάλου να επικοινωνούν μεταξύ τους και να συντονίζουν τη δραστηριότητά τους. Ωστόσο, έρευνες που είχαν γίνει σε ζώα είχαν δείξει ότι μέσα σε λίγες εβδομάδες μετά την εγχείρηση αυτά επανέρχονταν σχεδόν στη φυσιολογική τους κατάσταση. Έτσι ο Μπόγκεν θέλησε να δοκιμάσει την τύχη του και με ανθρώπους, και τα αποτελέσματα ήταν θετικά. Η ένταση των επιληπτικών κρίσεων μειώθηκε δραστικά.

Υπήρχε όμως στ' αλήθεια μηδενική απώλεια ικανοτήτων; Για να απαντήσει σε αυτό το ερώτημα, η χειρουργική ομάδα κάλεσε έναν νεαρό ψυχολόγο, τον Μάικλ Γκαζάνιγκα, ο οποίος ανέλαβε να διερευνήσει τις επιπτώσεις αυτής της εγχείρησης «διαίρεσης εγκεφάλου» (split-brain). Ο Γκαζάνιγκα εκμεταλλεύτηκε το γεγονός ότι ο εγκέφαλος επιμερίζει το έργο της επεξεργασίας του κόσμου στα δυο του ημισφαίρια, το αριστερό και το δεξί. Το αριστερό ημισφαίριο λαμβάνει πληροφορίες από το δεξί ήμισυ του κόσμου (δηλαδή, δέχεται νευρικά σήματα που διαβιβάζονται από το δεξί χέρι και το δεξί πόδι, το δεξί αυτί, και το αριστερό ήμισυ του αμφιβληστροειδούς κάθε ματιού, το οποίο δέχεται φως από το δεξί ήμισυ του οπτικού πεδίου) και στέλνει εντολές για να κινηθούν τα άκρα της δεξιάς πλευράς του σώματος. Το δεξί ημισφαίριο είναι από αυτή την άποψη το κατοπτρικό είδωλο του αριστερού, καθώς δέχεται πληροφορίες από το αριστερό ήμισυ του κόσμου και ελέγχει την κίνηση στην αριστερή πλευρά του σώματος. Κανένας δεν γνωρίζει για ποιο λόγο τα σήματα διασταυρώνονται με αυτό τον τρόπο σε όλα τα σπονδυλωτά, αλλά έτσι έχουν τα πράγματα. Κατά τα λοιπά, όμως, τα δύο ημισφαίρια ειδικεύονται σε διαφορετικές εργασίες το καθένα. Το αριστερό ημισφαίριο ειδικεύεται στη γλωσσική επεξεργασία και στις αναλυτικές εργασίες· όσον αφορά τις οπτικές λειτουργίες, είναι καλύτερο στο να διακρίνει λεπτομέρειες. Το δεξί ημισφαίριο είναι καλύτερο στην επεξεργασία μοτίβων στον χώρο, μεταξύ των οποίων το σημαντικότερο όλων, το πρόσωπο. (Αυτές οι διαφορές οδήγησαν στη διαδεδομένη και υπεραπλουστευτική άποψη που θέλει «κυρίαρχο το δεξί ημισφαίριο» στους καλλιτέχνες και «κυρίαρχο το αριστερό ημισφαίριο» στους επιστήμονες.)

Ο Γκαζάνιγκα χρησιμοποίησε τον εγκεφαλικό καταμερισμό εργασίας για να παρουσιάσει πληροφορίες σε κάθε μισό του εγκεφάλου ξεχωριστά. Ζήτησε από τους ασθενείς του να εστιάσουν το βλέμμα σε ένα σημείο πάνω σε μια οθόνη, και μετά πρόβαλε αστραπιαία μια λέξη ή την εικόνα ενός αντικειμένου ακριβώς στα δεξιά ή ακριβώς στα αριστερά αυτού του σημείου, τόσο γρήγορα που ο ασθενής δεν προλάβαινε να μετακινήσει το βλέμμα του. Αν προβαλλόταν η εικόνα ενός καπέλου στα δεξιά του σημείου, τότε η εικόνα αυτή

καταγραφόταν στο αριστερό ήμισυ κάθε αμφιβληστροειδούς (αφού είχε περάσει πρώτα μέσα από τον κερατοειδή χιτώνα και είχε αναστραφεί), το οποίο στη συνέχεια έστειλε τη σχετική νευρική πληροφορία στις περιοχές οπτικής επεξεργασίας του αριστερού ημισφαιρίου. Μετά ο Γκαζάνιγκα ρωτούσε: «Τι είδατε;». Καθώς το αριστερό ημισφαίριο έχει πλήρεις γλωσσικές ικανότητες, ο ασθενής έλεγε γρήγορα και άνετα: «Ένα καπέλο». Αν η εικόνα του καπέλου προβαλλόταν στα αριστερά του σημείου, η εικόνα διαβιβαζόταν μόνο στο δεξί ημισφαίριο, το οποίο δεν ελέγχει την ομιλία. Όταν ο Γκαζάνιγκα ρωτούσε: «Τι είδατε;», ο ασθενής, αποκρινόμενος από το αριστερό ημισφαίριο, απαντούσε: «Τίποτα». Όταν όμως ο Γκαζάνιγκα ζητούσε από τον ασθενή να χρησιμοποιήσει το αριστερό του χέρι για να δείξει τη σωστή εικόνα σε μια κάρτα με πολλές εικόνες, εκείνος έδειχνε το καπέλο. Μολονότι το δεξί ημισφαίριο είχε όντως δει το καπέλο, εντούτοις δεν ανέφερε λεκτικά τι είχε δει διότι δεν είχε πρόσβαση στα γλωσσικά κέντρα του αριστερού. Ήταν λες και στο δεξί ημισφαίριο είχε παγιδευτεί μια άλλη, ξεχωριστή νοημοσύνη, με μοναδική συσκευή εξόδου το αριστερό χέρι.¹¹

Τα πράγματα έγιναν ακόμη πιο παράξενα όταν ο Γκαζάνιγκα πρόβαλε διαφορετικές εικόνες στα δύο ημισφαίρια. Σε μια συγκεκριμένη περίπτωση πρόβαλε στα δεξιά μια εικόνα με το νύχι ενός κοτόπουλου και στα αριστερά ένα σπίτι και ένα αυτοκίνητο καλυμμένα με χιόνι. Κατόπιν έδειξε στον ασθενή μια σειρά εικόνων και του ζήτησε να δείξει εκείνη που «ταίριαζε» με ό,τι είχε δει. Το δεξί χέρι του ασθενούς έδειξε την εικόνα ενός κοτόπουλου (που ταίριαζε με το νύχι του κοτόπουλου που είχε δει το αριστερό ημισφαίριο), αλλά το αριστερό χέρι έδειξε την εικόνα ενός φτυαριού (που ταίριαζε με το σκηνικό του χιονιού που είχε παρουσιαστεί στο δεξί ημισφαίριο). Όταν ζητήθηκε από τον ασθενή να αιτιολογήσει τις δύο απαντήσεις του, εκείνος δεν είπε κάτι του τύπου: «Δεν έχω ιδέα γιατί το αριστερό μου χέρι δείχνει ένα φτυάρι· θα πρέπει να αφορά κάτι που έδειξες στο δεξί τμήμα του εγκεφάλου μου». Αντ' αυτού το αριστερό ημισφαίριο επινόησε στη στιγμή μια ευλογοφανή ιστορία. Ο ασθενής, χωρίς κανένα δισταγμό, είπε: «Α, αυτό είναι εύκολο. Το νύχι του κοτόπουλου ταιριάζει με το κοτόπουλο και το φτυάρι χρειάζεται για να καθαρίσουμε το κοτέτσο».¹²

Αυτό το εύρημα, ότι δηλαδή οι άνθρωποι κατασκευάζουν με ευκολία λόγους για να εξηγήσουν την ίδια τους τη συμπεριφορά, λέγεται «ψευδομνήμη». Η ψευδομνήμη είναι τόσο συχνή σε ασθενείς που έχουν υποστεί διαίρεση εγκεφάλου και άλλες εγκεφαλικές βλάβες, που ο Γκαζάνιγκα αποκαλεί τα κέντρα της γλώσσας στην αριστερή πλευρά του εγκεφάλου «ερμηνευτική μονάδα», δουλειά της οποίας είναι να παρέχει έναν διαρκή σχολιασμό των όσων κάνει ο εαυτός, ακόμη κι αν η μονάδα αυτή δεν έχει πρόσβαση στα πραγματικά αίτια ή κίνητρα της συμπεριφοράς του εαυτού. Για παράδειγμα, αν προβληθεί

στο δεξί ημισφαίριο η λέξη «περπάτα», ο ασθενής μπορεί να σηκωθεί και να απομακρυνθεί. Όταν ερωτηθεί γιατί σηκώθηκε, μπορεί να απαντήσει: «Πάω να πάρω ένα αναψυκτικό». Η ερμηνευτική μονάδα είναι καλή στο να επινοεί εξηγήσεις, αλλά δεν γνωρίζει ότι το κάνει.

Η επιστήμη έχει κάνει ακόμη πιο αλλόκοτες ανακαλύψεις. Σε κάποιους ασθενείς με διαιρεμένο εγκέφαλο ή άλλους που έχουν υποστεί βλάβη στο μεσολόβιο, το δεξί ημισφαίριο φαίνεται να μάχεται ενεργά το αριστερό, μια κατάσταση γνωστή ως «σύνδρομο του ξένου χεριού». Σε αυτές τις περιπτώσεις το ένα χέρι (συνήθως το αριστερό) ενεργεί αυτόνομα και μοιάζει να ακολουθεί το δικό του πρόγραμμα δράσης. Το ξένο χέρι μπορεί να σηκώσει το τηλέφωνο που χτυπάει, αλλά να αρνηθεί να το δώσει στο άλλο χέρι ή να το φέρει στο αυτί. Το χέρι απορρίπτει επιλογές που έκανε το άτομο μόλις πριν από λίγο, βάζοντας για παράδειγμα πίσω στο ράφι ένα μπλουζάκι που το άλλο χέρι είχε μόλις πάρει από εκεί. Το ξένο χέρι αρπάζει το άλλο χέρι από τον καρπό και προσπαθεί να το εμποδίσει να εκτελέσει τα συνειδητά σχέδια του ατόμου. Μερικές φορές, μάλιστα, πιάνει τον λαιμό του ατόμου και προσπαθεί να το στραγγαλίσει.¹³

Αυτού του είδους οι δραματικές διαιρέσεις του νου οφείλονται σε σπάνιες διαιρέσεις του εγκεφάλου. Αν και οι φυσιολογικοί άνθρωποι δεν έχουν διαιρεμένο εγκέφαλο, οι σχετικές μελέτες υπήρξαν σημαντικές για την ψυχολογία επειδή κατέδειξαν με τέτοιο τρομακτικό τρόπο ότι ο νους αποτελεί μια συνομοσπονδία μονάδων που είναι σε θέση να λειτουργούν ανεξάρτητα η μία από την άλλη, έχοντας σε κάποιες περιπτώσεις ακόμη και αντίθετες επιδιώξεις. Οι μελέτες για τη διαίρεση του εγκεφάλου είναι σημαντικές για το βιβλίο αυτό διότι δείχνουν με τόσο δραματικό τρόπο ότι μία από αυτές τις μονάδες είναι καλή στο να επινοεί πειστικές εξηγήσεις για τη συμπεριφορά μας, ακόμη κι όταν δεν έχει γνώση των αιτίων της. Η «ερμηνευτική μονάδα» του Γκαζάνιγκα είναι ουσιαστικά ο αναβάτης. Θα έχετε την ευκαιρία να τον δείτε να πλάθει ψευδομνήμες σε αρκετά από τα κεφάλαια που ακολουθούν.

Τρίτη διαίρεση: Νέο - Παλιό

Αν ζείτε σε ένα σχετικά καινούργιο σπίτι στα προάστια, κατά πάσα πιθανότητα το σπίτι αυτό χτίστηκε μέσα σε λιγότερο από έναν χρόνο, και τα δωμάτιά του σχεδιάστηκαν από έναν αρχιτέκτονα που προσπάθησε να τα κάνει να καλύπτουν τις ανάγκες των ανθρώπων. Από την άλλη, τα σπίτια στον δρόμο που μένω εγώ χτίστηκαν όλα τους γύρω στο 1900, και από τότε έχουν επεκταθεί στις πίσω αυλές τους. Οι ισόγειες βεράντες αρχικά προεκτάθηκαν, μετά περικλείστηκαν με τοίχους, μετά έγιναν κουζίνες. Πάνω από αυτές τις προεκτάσεις

χτίστηκαν επιπλέον υπνοδωμάτια, μετά στα νέα αυτά δωμάτια τρύπωσαν μπάνια. Με παρόμοιο τρόπο διευρύνθηκε και ο εγκέφαλος των σπονδυλωτών, με κατεύθυνση όμως προς τα μπροστά. Στην αρχή ο εγκέφαλος είχε μόνο τρία «δωμάτια», ή συστάδες νευρώνων: τον ρομβοειδή εγκέφαλο (ο οποίος συνδέεται με τη σπονδυλική στήλη), τον μέσο εγκέφαλο και τον πρόσθιο εγκέφαλο (που συνδέεται με τα αισθητήρια όργανα της μπροστινής πλευράς του ζώου). Με την πάροδο του χρόνου, καθώς αναπτύσσονταν εξελικτικά πιο σύνθετα σώματα και συμπεριφορές, ο εγκέφαλος συνέχισε να αναπτύσσει το μπροστινό του τμήμα, αντίθετα προς τη σπονδυλική στήλη, διευρύνοντας τον πρόσθιο εγκέφαλο περισσότερο από κάθε άλλο τμήμα. Ο πρόσθιος εγκέφαλος των πρώτων θηλαστικών ανέπτυξε ένα νέο εξωτερικό κέλυφος, που περιελάμβανε τον υποθάλαμο (ο οποίος ειδικεύεται στον συντονισμό βασικών παρορμήσεων και κινήτρων συμπεριφοράς), τον ιπόκαμπο (με ειδικευση στη μνήμη), και την αμυγδαλή (με ειδικευση στη συναισθηματική μάθηση και ανταπόκριση). Για τις συγκεκριμένες δομές χρησιμοποιείται μερικές φορές ο όρος «μεταιχμιακό σύστημα».

Καθώς τα θηλαστικά μεγάλωναν σε μέγεθος και διαφοροποιούνταν ως προς τη συμπεριφορά τους (μετά την εξαφάνιση των δεινοσαύρων), η αναδιαμόρφωση συνεχίστηκε. Στα πιο κοινωνικά θηλαστικά, ειδικά στα πρωτεύοντα, αναπτύχθηκε ένα νέο στρώμα νευρικού ιστού που επεκτάθηκε και περιέβαλε το παλιό μεταιχμιακό σύστημα. Ο νεοφλοιός είναι η χαρακτηριστική φαιά ουσία του ανθρώπινου εγκέφαλου. Το μπροστινό τμήμα του νεοφλοιού παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον, διότι κάποια μέρη του δεν φαίνεται να είναι αφιερωμένα σε συγκεκριμένες εργασίες (όπως, για παράδειγμα, η κίνηση ενός δαχτύλου ή η επεξεργασία του ήχου). Αντ' αυτού, το τμήμα αυτό μπορεί να δημιουργεί νέους συσχετισμούς και να επιδίδεται στη σκέψη, τον σχεδιασμό και τη λήψη αποφάσεων – δηλαδή σε νοητικές διεργασίες που μπορούν να απελευθερώσουν έναν οργανισμό από το να αποκρίνεται μόνο στην κατάσταση που αντιμετωπίζει εκείνη τη στιγμή.

Αυτή η ανάπτυξη του μετωπιαίου φλοιού φαίνεται να μας προσφέρει μια ελπιδοφόρα εξήγηση για τις διαιρέσεις του νου που βιώνουμε. Ίσως ο μετωπιαίος φλοιός να είναι η έδρα της λογικής, ο ηνίοχος του Πλάτωνα και το Πνεύμα του Απ. Παύλου. Και έχει αναλάβει τον έλεγχο, αν και όχι στην εντέλεια, τον οποίο πριν ασκούσε το πιο πρωτόγονο μεταιχμιακό σύστημα – το κακό άλογο του Πλάτωνα, η σάρκα του Απ. Παύλου. Μπορούμε να πούμε ότι η εξήγηση αυτή είναι το «προμηθεϊκό» σενάριο της ανθρώπινης εξέλιξης, με βάση τον χαρακτήρα της ελληνικής μυθολογίας που έκλεψε τη φωτιά από τους θεούς και την έδωσε στους ανθρώπους. Σε αυτό το σενάριο, οι πρόγονοί μας δεν ήταν παρά θηρία που τα κυβερνούσαν τα πρωτόγονα συναισθήματα και οι παρορμήσεις του μεταιχμιακού συστήματος, μέχρι που έλαβαν το