

Μετάφραση κεφαλαίου: «Η φυσιολογία του γέλιου» (1860) του Herbert Spencer. Από το βιβλίο «Illustrations of Universal Progress: A Series of Discussions», New York: D. Appleton and Company, 1880.

Τίτλος πρωτοτύπου: «The physiology of laughter».

Πηγή: <https://archive.org/details/illustrationsof00spen/page/n5/mode/2up>

Μετάφραση – Επιμέλεια - Σχολιασμός: Ελένη Κουμίδη

Σχολιασμός: Ο **Herbert Spencer** (1820 – 1903) ήταν διακεκριμένος Άγγλος φιλόσοφος, ψυχολόγος, βιολόγος, κοινωνιολόγος και ανθρωπολόγος. Ο Spencer θεωρούσε ότι η ψυχολογία είναι μία επιστήμη που διέπεται από φυσικούς νόμους με την έννοια της εξέλιξης να είναι κεντρική στο έργο του. Η ψυχική οργάνωση, για τον Spencer, συγκροτείται μέσα από ατομικές αισθήσεις, οι οποίες μέσω συνάφειας, συνδέονται με συγκεκριμένες περιοχές του εγκεφάλου. Στόχευε έτσι στην σύνδεση της Συνειρμικής Ψυχολογίας με την Φρενολογία. Ιστορικά, ο Spencer μέσω του έργου του συνέβαλε ώστε ο τομέας της Ψυχολογίας να λάβει περαιτέρω επιστημονική βάση.

Στο παρόν κείμενο, ο Spencer διερευνά την φυσιολογική και κατ' επέκταση την ψυχική αιτία του γέλιου. Τα ψυχικά φαινόμενα, για τον Spencer, έχουν την βάση τους στην φυσιολογία του ανθρώπου και ειδικότερα στο νευρικό σύστημα. Έχει εξαιρετικό ενδιαφέρον το πώς ο Spencer ορίζει την **ανθρώπινη συνείδηση** και την **διαδικασία γένεσης ιδεών και συναισθημάτων**: «Υπάρχει και μια άλλη κατεύθυνση προς την οποία οποιοδήποτε διεγερμένο τμήμα του νευρικού συστήματος μπορεί να εκτονωθεί· και μια κατεύθυνση προς την οποία συνήθως εκτονώνεται όταν η διέγερση δεν είναι ισχυρή. Μπορεί να μεταδώσει το ερέθισμα σε κάποιο άλλο τμήμα του νευρικού συστήματος. Αυτό συμβαίνει στην ήσυχη σκέψη και συναίσθημα. Η ποικίλη διαδοχή των καταστάσεων που αποτελούν την συνείδηση, προκύπτει από αυτό. Οι αισθήσεις εγείρουν ιδέες και συναισθήματα· αυτά με τη σειρά τους εγείρουν άλλες ιδέες και συναισθήματα και αυτό συμβαίνει ακατάπαυστα. Δηλαδή, η ένταση που υπάρχει σε συγκεκριμένα νεύρα ή ομάδες νεύρων, όταν μας προκαλούν ορισμένες αισθήσεις, ιδέες ή συναισθήματα, δημιουργεί μια ισοδύναμη ένταση σε κάποια άλλα νεύρα ή ομάδες νεύρων, με τα οποία υπάρχει μια σύνδεση: η ροή της ενέργειας καθώς μεταδίδεται, η μία ιδέα ή το συναίσθημα πεθαίνει παράγοντας την επόμενη». Οι αισθήσεις λοιπόν ωθούν σε μυϊκή δράση και η συνείδηση αντιλαμβάνεται την νευρική ένταση ως συναίσθημα. Το **συναίσθημα**, με όρους φυσιολογίας, όπως αναφέρει ο Spencer, ορίζεται ως η κατάσταση έντασης του νευρικού συστήματος. Η **εκτόνωση** έτσι της νευρικής ενέργειας είναι καθοριστική για την ψυχική υγεία και ειδικότερα το συναίσθημα: «Η βαθύτερη θλίψη είναι εκείνη που δεν εκδηλώνεται με βίαιο τρόπο. Γιατί; Διότι, η νευρική διέγερση που δεν εκτονώνεται μέσω μυϊκής δράσης, εκτονώνεται σε άλλες μορφές νευρικής διέγερσης - εγείρει πληθώρα απομακρυσμένων συνειρμών μελαγχολικών ιδεών και έτσι διογκώνει το σύνολο των συναισθημάτων. Οι άνθρωποι που κρύβουν τον θυμό τους συνήθως έχουν ισχυρότερα συναισθήματα εχθρότητας από εκείνους που εκρήγνυνται με δυνατή φωνή και έντονες πράξεις. Γιατί; Διότι, όπως αναφέρθηκε και πριν, το συναίσθημα αντανakλάται, συσσωρεύεται και γίνεται πιο έντονο».

Ο Spencer λοιπόν συμβάλει στην ψυχική ανάλυση του γέλιου. Ειδικότερα, το **γέλιο** ορίζεται ως το κανάλι όπου διοχετεύεται η πλεονάζουσα νευρική ένταση, ή αλλιώς το εκάστοτε συναίσθημα: ένας τρόπος δηλαδή εκτόνωσης του πλεονάζοντος συναισθήματος. Αυτός είναι και ο λόγος, θα

λέγαμε, που το γέλιο δεν είναι απαραίτητα εκδήλωση χαράς αλλά μπορεί να εκδηλώνει ποικίλα συναισθήματα, όπως λύπη, θυμό, αμηχανία, έκπληξη. Το γέλιο έτσι μπορεί να είναι ένας τρόπος ένδυσης, ένας τρόπος κάλυψης άλλων διαφορετικών συναισθημάτων. Για άλλη μια φορά, βλέπουμε πως ‘τα φαινόμενα απατούν’ ή τα ψυχικά φαινόμενα, θα έλεγα, έχουν τον τρόπο τους να κρύβονται...

Τέλος, δοκιμάζοντας να συνδέσουμε το ιστορικό αυτό κείμενο με την εποχή μας, θα ήθελα να υπογραμμίσω την *θεραπευτική αξία της ομιλίας που μέχρι και σήμερα παίζει πρωταρχικό ρόλο στην σύγχρονη ψυχοθεραπεία και ψυχανάλυση. Η ομιλία δηλαδή μπορεί να καταστεί μία δίοδος, ένα κανάλι μέσω του οποίου εκτονώνεται το εκάστοτε συναίσθημα.* Παραθέτω λοιπόν τα λόγια του Spence για τον καθημερινό σημαντικό ρόλο της ομιλίας που ενέχει στην εκτόνωση της υπάρχουσας νευρικής ενέργειας: *«Λοιπόν, είναι μέσω των οργάνων της ομιλίας που το αίσθημα μετατρέπεται σε κίνηση με τη μεγαλύτερη συχνότητα».*

Ας σημειωθεί ότι, τα κείμενα δεν συνιστούν ούτε ιατρικές οδηγίες ούτε βεβαίως ενδείκνυνται όσα περιγράφονται για εφαρμογή αλλά αφορούν οδηγίες και συνταγές των προηγούμενων αιώνων.

«Η φυσιολογία του γέλιου»

ΓΙΑΤΙ χαμογελάμε όταν ένα παιδί φοράει ένα ανδρικό καπέλο; ή τι μας κάνει να γελάμε όταν διαβάζουμε ότι ο εύσωμος Gibbon δεν μπόρεσε να σηκωθεί από τα γόνατά του αφότου έκανε μια τρυφερή δήλωση; Η συνήθης απάντηση σε τέτοια ερωτήματα είναι ότι το γέλιο διεγείρεται από την αντίληψη μιας ασυμβατότητας. Ακόμα και αν δεν υπήρχε σε αυτή την απάντηση η προφανής ιδέα ότι το γέλιο συχνά προέρχεται από υπερβολική ευχαρίστηση ή από απλή ζωηρότητα, όπως συμβαίνει μεταξύ των παιχιδιάρικων παιδιών, θα παρέμενε το πραγματικό πρόβλημα - Πώς γίνεται μια αίσθηση ασυμβατότητας να ακολουθείται από αυτές τις ιδιόμορφες σωματικές κινήσεις; Έχουν ισχυριστεί ορισμένοι ότι το γέλιο οφείλεται στην ευχαρίστηση μιας σχετικής αυτό-ανύψωσης που νιώθουμε βλέποντας την ταπείνωση των άλλων. Όμως, αυτή η θεωρία, όποιο μέρος της αλήθειας κι αν περιέχει, είναι, πρώτον, ανοιχτή στην μοιραία αντίρρηση ότι υπάρχουν διάφορες ταπεινώσεις προς τους άλλους που μας προκαλούν οτιδήποτε άλλο εκτός από γέλιο· και δεύτερον, δεν ισχύει για τις πολλές περιπτώσεις στις οποίες δεν εμπλέκεται η αξιοπρέπεια κανενός: όπως όταν γελάμε με ένα καλό λογοπαίγνιο. Προσθέστε σε αυτό ότι, όπως και το άλλο, είναι απλώς μια γενίκευση ορισμένων συνθηκών στο γέλιο και όχι μια εξήγηση των πολύ περίεργων κινήσεων που συμβαίνουν υπό αυτές τις συνθήκες. Γιατί, όταν κάποιος είναι πολύ ενθουσιασμένος ή εντυπωσιασμένος από ορισμένες απροσδόκητες αντιθέσεις ιδεών, να υπάρχει κίνηση συγκεκριμένων μυών του προσώπου και συγκεκριμένων μυών του στέρνου; Μια τέτοια απάντηση σε αυτό το ερώτημα, όσο είναι δυνατόν, μπορεί φυσικά να δοθεί μόνο από τη φυσιολογία.

Κάθε παιδί έχει προσπαθήσει να κρατήσει το πόδι του ακίνητο ενώ το γαργαλάνε και έχει αποτύχει· και πιθανότατα δεν υπάρχει σχεδόν κανένας που δεν έχει προσπαθήσει μάταια κάποια στιγμή να αποφύγει να κλείσει τα μάτια του όταν ένα χέρι έχει περάσει ξαφνικά μπροστά από τα μάτια του. Αυτά τα παραδείγματα μυϊκών κινήσεων που συμβαίνουν ανεξάρτητα από τη θέληση

ή παρά τη θέλησή μας, απεικονίζουν αυτό που οι φυσιολόγοι ονομάζουν αντανακλαστική δράση, όπως επίσης είναι το φτέρνισμα και ο βήχας. Σε αυτή την κατηγορία περιπτώσεων, όπου οι ακούσιες κινήσεις συνοδεύονται από αισθήσεις, θα πρέπει να προστεθεί και μια άλλη κατηγορία περιπτώσεων, όπου οι ακούσιες κινήσεις δεν συνοδεύονται από αισθήσεις: - για παράδειγμα, οι παλμοί της καρδιάς· οι συσπάσεις του στομάχου κατά την πέψη. Επιπλέον, η πλειοψηφία όσων έχουν μελετήσει το θέμα, υποστηρίζουν ότι η μεγαλύτερη μάζα των φαινομενικά εκούσιων πράξεων σε πλάσματα, όπως έντομα, σκουλήκια, μαλάκια, είναι τόσο καθαρά αυτόματα όσο είναι και η διαστολή ή η διάταση της ίριδας υπό τις διακυμάνσεις της ποσότητας του φωτός· και ομοίως, επεξηγούν τον νόμο, το ότι ένας ερεθισμός στο άκρο ενός προσαγωγού νεύρου μεταφέρεται σε κάποιο γαγγλιακό κέντρο και από εκεί συνήθως αντανακλάται κατά μήκος ενός απαγωγού νεύρου σε έναν ή περισσότερους μύες, τους οποίους προκαλεί να συστέλλονται.

Σε τροποποιημένη μορφή, αυτή η αρχή ισχύει και για τις εκούσιες πράξεις. Η νευρική διέγερση τείνει πάντα να προκαλεί μυϊκή κίνηση· και όταν εγερθεί σε μια ορισμένη ένταση, πάντα την προκαλεί. Βλέπουμε ότι, όχι μόνο στις αντανακλαστικές δράσεις, με ή χωρίς αίσθηση, ειδικά νεύρα, όταν εγείρονται σε κατάσταση έντασης, εκτονώνονται σε ειδικούς μύες με τους οποίους συνδέονται έμμεσα· όμως, αυτές οι εξωτερικές ενέργειες, μέσω των οποίων διαβάζουμε τα συναισθήματα των άλλων, μας δείχνουν ότι υπό οποιαδήποτε σημαντική ένταση, το όλο νευρικό σύστημα εκφορτίζεται στο μυϊκό σύστημα γενικά, με ή χωρίς την καθοδήγηση της θέλησης. Το ρίγος που προκαλείται από το κρύο υποδηλώνει ακανόνιστες μυϊκές συσπάσεις, οι οποίες, αν και στην αρχή είναι ακούσιες μόνο μερικώς, γίνονται, όταν το κρύο είναι ακραίο, σχεδόν εντελώς ακούσιες. Όταν έχεις κάψει σοβαρά το δάχτυλό σου, είναι πολύ δύσκολο να διατηρήσεις μια αξιοπρεπή ψυχραιμία: η σύσπαση του προσώπου ή η κίνηση του άκρου είναι αρκετά σίγουρο ότι θα ακολουθήσει. Αν ένας άνθρωπος λάβει καλά νέα χωρίς καμία αλλαγή στα χαρακτηριστικά ή στην κίνηση του σώματός του, συμπεραίνεται ότι δεν είναι πολύ ευχαριστημένος ή ότι έχει εξαιρετικό αυτοέλεγχο - είτε υπονοείται ότι η χαρά σχεδόν καθολικά προκαλεί σύσπαση των μυών και έτσι μεταβάλλει την έκφραση ή την στάση ή και τα δύο. Και όταν ακούμε για τα κατορθώματα δύναμης που έχουν επιδείξει οι άνθρωποι όταν η ζωή τους βρισκόταν σε κίνδυνο - όταν διαβάζουμε πώς, μέσα στην δίνη της απελπισίας, ακόμη και παράλυτοι ασθενείς έχουν ανακτήσει για κάποιο χρονικό διάστημα τη χρήση των άκρων τους· βλέπουμε ακόμη πιο καθαρά την σχέση μεταξύ νευρικών και μυϊκών διεγέρσεων. Γίνεται εμφανές ότι, όχι μόνο τα συναισθήματα και οι αισθήσεις τείνουν να παράγουν σωματικές κινήσεις, αλλά και ότι οι κινήσεις είναι έντονες ανάλογα με την ένταση των συναισθημάτων ή των αισθήσεων^{1,2}.

Ωστόσο, αυτή δεν είναι η μόνη κατεύθυνση προς την οποία εκδηλώνεται η νευρική διέγερση. Τα σπλάχνα, όπως οι μύες, μπορεί να δεχτούν τέτοια εκτόνωση. Το γεγονός ότι η καρδιά και τα αιμοφόρα αγγεία (τα οποία, πράγματι, όντας όλα συσταλτικά, μπορούν με την στενή έννοια να ταξινομηθούν στο μυϊκό σύστημα) επηρεάζονται γρήγορα από τις ηδονές και τους πόνους, μας αποδεικνύεται καθημερινά. Κάθε αίσθηση οποιασδήποτε έντασης επηρεάζει αισθητά τον σφυγμό· και το πόσο ευαίσθητη είναι η καρδιά στα συναισθήματα μαρτυρείται από τις οικείες εκφράσεις που χρησιμοποιούν την καρδιά και το συναίσθημα ως ανταλλάξιμους όρους. Ομοίως συμβαίνει και με τα πεπτικά όργανα. Χωρίς να αναλύσουμε με λεπτομέρεια τους διάφορους τρόπους με τους οποίους μπορούν να επηρεαστούν ασθενείς με δυσπεψία, καθώς και άλλοι ασθενείς, από τις

¹ Για πολυάριθμα παραδείγματα, βλ. το κείμενο με θέμα: «Καταγωγή και Λειτουργία της Μουσικής» (Σ.τ.Σ.).

² Το κείμενο: «Καταγωγή και Λειτουργία της Μουσικής» είναι του ιδίου και έχει μεταφραστεί από την Μουσικό Γιώτα Ευταξία (Σ.τ.Μ.): https://www.tar.gr/katagwgi_kai_leitoyrgia_tis_moysikis_toy_herbert_spencer_metafrasi-article-6520.html?category_id=13

ψυχικές μας καταστάσεις, αρκεί να αναφέρουμε τα αξιοσημείωτα οφέλη που προέρχονται από την χαρούμενη κοινωνία, τα ευπρόσδεκτα νέα, την αλλαγή σκηνικού, για να δείξουμε πώς το ευχάριστο συναίσθημα διεγείρει τα σπλάχνα γενικά σε μεγαλύτερη δραστηριότητα.

Υπάρχει και μια άλλη κατεύθυνση προς την οποία οποιοδήποτε διεγερμένο τμήμα του νευρικού συστήματος μπορεί να εκτονωθεί· και μια κατεύθυνση προς την οποία συνήθως εκτονώνεται όταν η διέγερση δεν είναι ισχυρή. Μπορεί να μεταδώσει το ερέθισμα σε κάποιο άλλο τμήμα του νευρικού συστήματος. Αυτό συμβαίνει στην ήσυχη σκέψη και συναίσθημα. Η ποικίλη διαδοχή των καταστάσεων που αποτελούν την συνείδηση, προκύπτει από αυτό. Οι αισθήσεις εγείρουν ιδέες και συναισθήματα· αυτά με τη σειρά τους εγείρουν άλλες ιδέες και συναισθήματα και αυτό συμβαίνει ακατάπαυστα. Δηλαδή, η ένταση που υπάρχει σε συγκεκριμένα νεύρα ή ομάδες νεύρων, όταν μας προκαλούν ορισμένες αισθήσεις, ιδέες ή συναισθήματα, δημιουργεί μια ισοδύναμη ένταση σε κάποια άλλα νεύρα ή ομάδες νεύρων, με τα οποία υπάρχει μια σύνδεση: η ροή της ενέργειας καθώς μεταδίδεται, η μία ιδέα ή το συναίσθημα πεθαίνει παράγοντας την επόμενη.

Έτσι, λοιπόν, ενώ είμαστε εντελώς αδύναμοι στο να κατανοήσουμε πώς η διέγερση ορισμένων νεύρων θα μπορούσε να δημιουργήσει μια κατάσταση που ονομάζουμε συναίσθημα – και που στην παραγωγή συνείδησης από φυσικούς παράγοντες που δρουν πάνω στη φυσική δομή, φτάνουμε σε ένα απόλυτο μυστήριο που δεν θα λυθεί ποτέ· είναι ωστόσο αρκετά πιθανό για εμάς να γνωρίσουμε μέσω παρατήρησης ποιες είναι οι επόμενες μορφές που μπορεί να λάβει αυτό το απόλυτο μυστήριο. Βλέπουμε ότι υπάρχουν τρία κανάλια κατά μήκος των οποίων τα νεύρα σε κατάσταση έντασης μπορούν να εκτονωθούν· ή μάλλον, θα έλεγα, τρεις κατηγορίες καναλιών. Μπορεί να μεταδώσουν την διέγερση σε άλλα νεύρα που δεν έχουν άμεση σύνδεση με τα σωματικά μέλη και έτσι να προκαλέσουν άλλα συναισθήματα και ιδέες· ή μπορεί να μεταδώσουν την διέγερση σε ένα ή περισσότερα κινητικά νεύρα και έτσι να προκαλέσουν μυϊκές συσπάσεις· ή μπορεί να μεταδώσουν την διέγερση των νεύρων που τροφοδοτούν τα σπλάχνα και έτσι να διεγείρουν ένα ή περισσότερα από αυτά.

Προς χάριν απλούστευσης, τα περιέγραψα ως εναλλακτικές διαδρομές, μία εκ των οποίων θα πρέπει να ακολουθήσει κάθε ροή νευρικής ώσης· ως εκ τούτου, θα μπορούσε να θεωρηθεί, ότι ένα τέτοιο ρεύμα θα περιορίζεται αποκλειστικά σε κάποιο από αυτά. Όμως, αυτό δεν ισχύει σε καμία περίπτωση. Σπανίως, αν όχι ποτέ, μπορεί να συμβεί μια κατάσταση νευρικής έντασης, η οποία γίνεται αντιληπτή στη συνείδηση ως συναίσθημα, να εκτονώνεται προς μία μόνο κατεύθυνση. Γενικά, μπορεί να παρατηρηθεί εκτόνωση προς δύο κατευθύνσεις· και, όντως είναι πιθανόν, η εκτόνωση να μην απουσιάζει ποτέ εντελώς από κανένα από τα τρία. Ωστόσο, υπάρχει ποικιλία στις αναλογίες με τις οποίες η εκτόνωση χωρίζεται σε αυτά τα διαφορετικά κανάλια υπό διαφορετικές συνθήκες. Στον άνθρωπο, στον οποίο ο φόβος τον ωθεί να τραπεί σε φυγή, η ψυχική ένταση που δημιουργείται μετατρέπεται μόνο εν μέρει σε μυϊκό ερέθισμα: απομένει ένα πλεόνασμα, το οποίο παράγει μια ταχύτατη ροή ιδεών. Η ευχάριστη κατάσταση συναισθήματος που προκαλείται, ας πούμε, από τον έπαινο, δεν εξαντλείται εξ ολοκλήρου στην πυροδότηση της επόμενης φάσης του συναισθήματος και των νέων ιδεών που συνδέονται με αυτό· αλλά ένα μέρος της διοχετεύεται στο σπλαχνικό νευρικό σύστημα, ενισχύοντας τη λειτουργία της καρδιάς και πιθανώς διευκολύνοντας την πέψη. Και εδώ ερχόμαστε αντιμέτωποι με μια κατηγορία σκέψεων και δεδομένων που ανοίγουν τον δρόμο σε μία λύση του ειδικού μας προβλήματος.

Ξεκινώντας από την αδιαμφισβήτητη παραδοχή ότι, ανά πάσα στιγμή, η υφιστάμενη ποσότητα απελευθερωμένης νευρικής ώσης, η οποία, με ανεξήγητο τρόπο, παράγει μέσα μας την κατάσταση που αποκαλούμε συναίσθημα, θα πρέπει να εκτονωθεί προς κάποια κατεύθυνση - θα πρέπει να προκαλέσει κάπου μια ισοδύναμη εκδήλωση δύναμης - προκύπτει σαφώς το ότι, εάν,

από τα διάφορα κανάλια που μπορεί να ακολουθήσει, ένα είναι εξ ολοκλήρου ή μερικώς κλειστό, τότε θα πρέπει μεγαλύτερο μέρος της ώσης να διοχετευθεί στα άλλα· ή εάν τα δύο είναι κλειστά, τότε η εκτόνωση σε αυτό που απομένει θα είναι πιο έντονη και ότι, αντιστρόφως, εάν κάτι προκαλέσει ασυνήθιστη εκροή προς μία κατεύθυνση, θα υπάρξει μειωμένη εκροή προς τις άλλες κατευθύνσεις.

Η καθημερινή εμπειρία επιβεβαιώνει αυτά τα συμπεράσματα. Συχνά παρατηρείται ότι, η καταστολή των εξωτερικών εκδηλώσεων του συναισθήματος καθιστά το συναίσθημα πιο έντονο. Η βαθύτερη θλίψη είναι εκείνη που δεν εκδηλώνεται με βίαιο τρόπο. Γιατί; Διότι, η νευρική διέγερση που δεν εκτονώνεται μέσω μυϊκής δράσης, εκτονώνεται σε άλλες μορφές νευρικής διέγερσης - εγείρει πληθώρα απομακρυσμένων συνειρμών μελαγχολικών ιδεών και έτσι διογκώνει το σύνολο των συναισθημάτων. Οι άνθρωποι που κρύβουν τον θυμό τους συνήθως έχουν ισχυρότερα συναισθήματα εχθρότητας από εκείνους που εκρήγνυνται με δυνατή φωνή και έντονες πράξεις. Γιατί; Διότι, όπως αναφέρθηκε και πριν, το συναίσθημα αντανakλάται, συσσωρεύεται και γίνεται πιο έντονο. Παρομοίως, οι άνθρωποι που, όπως αποδεικνύεται από την ικανότητά τους για αναπαράσταση, διαθέτουν τη βαθύτερη αίσθηση του κωμικού, είναι συνήθως σε θέση να πράττουν και να λένε τα πιο αστεία πράγματα με απόλυτη σοβαρότητα.

Από την άλλη πλευρά, όλοι είμαστε εξοικειωμένοι με την αλήθεια ότι, η σωματική δραστηριότητα μειώνει το συναίσθημα. Όταν βρισκόμαστε σε κατάσταση έντονου εκνευρισμού, βρίσκουμε ανακούφιση περπατώντας γρήγορα. Η υπερβολική προσπάθεια σε μια μάταιη απόπειρα επίτευξης ενός επιθυμητού στόχου μειώνει σημαντικά την ένταση της ίδιας της επιθυμίας. Όσοι αναγκάζονται να καταβάλουν προσπάθεια μετά από μια συμφορά δεν υποφέρουν τόσο πολύ όσο εκείνοι που παραμένουν αδρανείς. Αν κάποιος επιθυμεί να κατευνάσει την πνευματική υπερδιέγερση, δεν μπορεί να επιλέξει αποτελεσματικότερη μέθοδο από το τρέξιμο μέχρι εξαντλήσεως. Επιπλέον, αυτές οι περιπτώσεις, στις οποίες η παραγωγή συναισθήματος και σκέψης παρεμποδίζεται από την κατεύθυνση της νευρικής ενέργειας προς σωματικές κινήσεις, έχουν τα αντίστοιχά τους στις περιπτώσεις όπου οι σωματικές κινήσεις παρεμποδίζονται από μια υπερβολική απορρόφηση νευρικής ενέργειας σε αιφνίδιες σκέψεις και συναισθήματα. Αν, καθώς περπατάς, σου έρθει ξαφνικά μια ιδέα που εγείρει μεγάλη έκπληξη, ελπίδα ή ανησυχία, σταματάς· ή, αν κάθεται σταυροπόδι κουνώντας το πόδι σου που κρέμεται, η κίνηση διακόπτεται αμέσως. Η έντονη πνευματική δραστηριότητα εξίσου αποσπά ενέργεια από τα σπλάχνα. Η χαρά, η απογοήτευση, το άγχος ή οποιαδήποτε συναισθηματική έξαρση που φτάνει σε υψηλό βαθμό, θα καταστείλουν την όρεξη ή, αν έχει ληφθεί τροφή, θα ανακόψουν την πέψη· ακόμη και μια καθαρά διανοητική δραστηριότητα, όταν είναι υπερβολική, θα επιφέρει το ίδιο αποτέλεσμα.

Τα γεγονότα, λοιπόν, επιβεβαιώνουν πλήρως αυτά τα *a priori* συμπεράσματα, το ότι η νευρική διέγερση, που σε κάθε στιγμή είναι παρούσα στη συνείδηση ως αίσθηση, θα πρέπει να εκτονωθεί με τον έναν ή τον άλλον τρόπο· και ότι, από τις τρεις κατηγορίες των καναλιών που είναι ανοιχτά γι' αυτήν, θα πρέπει να ακολουθήσει ένα, δύο ή περισσότερα, ανάλογα με τις περιστάσεις· το ότι το κλείσιμο ή η παρεμπόδιση ενός καναλιού θα πρέπει να αυξάνει την εκτόνωση μέσω των άλλων και, αντιστρόφως, το ότι αν, για την ικανοποίηση κάποιας απαίτησης, η εκροή της νευρικής ενέργειας προς μία κατεύθυνση είναι ασυνήθιστα μεγάλη, θα πρέπει να υπάρξει αντίστοιχη μείωση της εκροής προς άλλες κατευθύνσεις. Ξεκινώντας από αυτές τις παραδοχές, ας δούμε τώρα ποια ερμηνεία μπορεί να δοθεί στα φαινόμενα του γέλιου.

Το γεγονός ότι το γέλιο αποτελεί εκδήλωση μυϊκής διέγερσης και, ως εκ τούτου, καταδεικνύει τον γενικό κανόνα σύμφωνα με τον οποίο η αίσθηση, όταν υπερβαίνει μια ορισμένη ένταση, εκτονώνεται συνήθως μέσω σωματικής δράσης, δεν χρειάζεται ιδιαίτερη επισήμανση.

Ωστόσο, αξίζει ίσως να επισημανθεί ότι, η έντονη αίσθηση σχεδόν κάθε είδους προκαλεί αυτό το αποτέλεσμα. Δεν είναι μόνο το αίσθημα του κωμικού που το προκαλεί ούτε οι διάφορες μορφές χαρούμενου συναισθήματος αποτελούν τις μόνες πρόσθετες αιτίες. Υπάρχουν επιπρόσθετα, το σαρκώδες γέλιο και το υστερικό γέλιο, το οποίο πηγάζει από ψυχική ταραχή· στα οποία θα πρέπει να προστεθούν ορισμένες αισθήσεις, όπως το γαργαλητό και, σύμφωνα με τον κ. Bain³, το κρύο και ορισμένα είδη οξέος πόνου.

Εφόσον λοιπόν, η έντονη ψυχική ή σωματική αίσθηση διαφόρων ειδών αποτελεί το γενικό αίτιο του γέλιου, θα πρέπει να επισημάνουμε ότι, οι μυϊκές κινήσεις που το συνθέτουν διακρίνονται από πολλές άλλες ως προς το ότι είναι άσκοπες. Γενικά, οι σωματικές κινήσεις που προκαλούνται από αισθήματα κατευθύνονται προς συγκεκριμένους σκοπούς· όπως όταν προσπαθούμε να ξεφύγουμε από έναν κίνδυνο ή όταν αγωνιζόμαστε να εξασφαλίσουμε μια ικανοποίηση. Όμως, οι κινήσεις του θώρακα και των άκρων που κάνουμε όταν γελάμε δεν έχουν κάποιον σκοπό. Και τώρα, ας παρατηρήσουμε ότι, αυτές οι ημισπασμωδικές συσπάσεις των μυών, μη έχοντας σκοπό, αλλά αποτελούν αποτέλεσμα μιας ανεξέλεγκτης εκτόνωσης ενέργειας, μας επιτρέπουν να διακρίνουμε την προέλευση των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών τους, το πώς συμβαίνει να επηρεάζονται πρώτα ορισμένες ομάδες μυών και, στη συνέχεια, κάποιες άλλες. Μια υπερχειλίση νευρικής ενέργειας, μη κατευθυνόμενη από κάποιο κίνητρο, προφανώς θα ακολουθήσει πρωτίστως τις πιο συνηθισμένες οδούς· και, αν αυτές δεν επαρκούν, θα διοχετευθεί στη συνέχεια στις λιγότερο συνηθισμένες. Λοιπόν, είναι μέσω των οργάνων της ομιλίας που το αίσθημα μετατρέπεται σε κίνηση με τη μεγαλύτερη συχνότητα. Οι σιαγόνες, η γλώσσα και τα χείλη ενεργοποιούνται όχι μόνο για την έκφραση έντονου εκνευρισμού ή ικανοποίησης αλλά και αυτή η μέτρια ροή ψυχικής ενέργειας που συνοδεύει τη συνηθισμένη συνομιλία βρίσκει την κύρια διέξοδό της μέσω αυτού του καναλιού· και έτσι συμβαίνει ώστε, ορισμένοι μύες γύρω από το στόμα, μικροί και ευκίνητοι, να είναι οι πρώτοι που συσπώνται υπό την επίδραση ευχάριστου συναισθήματος. Η ομάδα των μυών που, αμέσως μετά τους μύες της άρθρωσης, ενεργοποιούνται περισσότερο (ή, θα λέγαμε, τίθενται σε πρόσθετη δράση) από αισθήματα κάθε είδους, είναι αυτοί της αναπνοής. Υπό την επίδραση ευχάριστων ή επώδυνων αισθήσεων αναπνέουμε πιο γρήγορα: πιθανόν, ως συνέπεια της αυξημένης ανάγκης για οξυγονωμένο αίμα. Οι αισθήσεις που συνοδεύουν την σωματική προσπάθεια εξίσου προκαλούν την βαριά αναπνοή, η οποία εδώ αποκρίνεται ακόμη πιο φανερά στις φυσιολογικές ανάγκες. Και τα συναισθήματα επίσης, ευχάριστα και δυσάρεστα, εξίσου διεγείρουν αρχικά την αναπνοή· αν και τα τελευταία στη συνέχεια την επιβραδύνουν. Δηλαδή, από τους μυς του σώματος, οι αναπνευστικοί είναι αυτοί που εμπλέκονται πιο σταθερά από οποιουσδήποτε άλλους στις διάφορες ενέργειες προς τις οποίες μας ωθούν τα αισθήματά μας· και έτσι, όταν προκύπτει μια μη κατευθυνόμενη εκτόνωση της νευρικής ενέργειας στο μυϊκό σύστημα, αυτό που συμβαίνει είναι ότι αν η ποσότητα είναι σημαντική, προκαλείται σύσπαση όχι μόνο σε ορισμένους από τους μυς της άρθρωσης και της φώνησης αλλά και σε εκείνους που αποβάλλουν τον αέρα από τους πνεύμονες. Αν το αίσθημα που πρέπει να εκτονωθεί είναι ακόμη μεγαλύτερο σε ποσότητα, υπερβολικά μεγάλο για να βρει διέξοδο σε αυτές τις ομάδες μυών, τότε ενεργοποιείται μια άλλη ομάδα. Τα άνω άκρα τίθενται σε κίνηση. Τα παιδιά συχνά χτυπούν τα χέρια τους με χαρά· ορισμένοι ενήλικες τρίβουν τα χέρια τους· και άλλοι, βιώνοντας ακόμη εντονότερη απόλαυση, χτυπούν τα γόνατά τους και λικνίζουν το σώμα τους μπρος-πίσω. Τέλος, όταν τα άλλα κανάλια για την εκτόνωση της πλεονάζουσας νευρικής ενέργειας έχουν υπερχειλίσει, μια ακόμη ομάδα μυών, λιγότερο χρησιμοποιημένη, επηρεάζεται σπασμωδικά· το κεφάλι γέρνει προς τα πίσω και η σπονδυλική στήλη κάμπτεται προς

³ Alexander Bain (1818 – 1903): Ο Bain ήταν Σκωτσέζος φιλόσοφος και εκπαιδευτικός με σημαντικό έργο στο πεδίο της Ψυχολογίας, Γλωσσολογίας, Λογικής, Ηθικής Φιλοσοφίας και Εκπαιδευτικής Μεταρρύθμισης (Σ.τ.Μ.).

τα μέσα - παρατηρείται σε μικρό βαθμό αυτό που οι γιατροί ονομάζουν οπισθότονο. Έτσι, λοιπόν, χωρίς να ισχυριζόμαστε ότι τα φαινόμενα του γέλιου μπορούν να εξηγηθούν με αυτόν τον τρόπο σε όλες τους τις λεπτομέρειες (πράγμα που δεν ισχύει), βλέπουμε ότι, *ensemble*⁴, εναρμονίζονται με αυτές τις γενικές αρχές: δηλαδή, το ότι το αίσθημα ωθεί σε μυϊκή δράση· το ότι, όταν η μυϊκή δράση δεν καθοδηγείται από κάποιον σκοπό, οι μύες που επηρεάζονται πρώτοι είναι αυτοί που το αίσθημα διεγείρει συνηθέστερα· και ότι, καθώς αυξάνεται η ποσότητα του αισθήματος που πρόκειται να εκδηλωθεί, διεγείρει τότε έναν αυξανόμενο αριθμό μυών, σε μια διαδοχή που καθορίζεται από τη σχετική συχνότητα με την οποία αυτοί ανταποκρίνονται στις ρυθμιζόμενες επιταγές του αισθήματος.

Ωστόσο, εξακολουθεί να υφίσταται το ερώτημα με το οποίο ξεκινήσαμε. Η εξήγηση που δίνεται εδώ αφορά μόνο το γέλιο που προκαλείται από έντονη ηδονή ή πόνο: δεν αφορά το γέλιο που ακολουθεί ορισμένες αντιλήψεις περί ασυμβατότητας. Είναι ανεπαρκής η εξήγηση ότι, σε αυτές τις περιπτώσεις, το γέλιο είναι αποτέλεσμα της ευχαρίστησης που αντλούμε όταν αποφεύγουμε τον περιορισμό των σοβαρών συναισθημάτων. Το ότι αυτό αποτελεί μέρος της αιτίας είναι αλήθεια. Αναμφίβολα, πολύ συχνά, όπως αναφέρει ο κ. Bain: «είναι η εξαναγκασμένη μορφή σοβαρότητας και επισημότητας δίχως αλήθεια, που μας επιβάλλει αυτή την άκαμπτη θέση από την οποία η επαφή με το ασήμαντο ή το χυδαίο μας απαλλάσσει προκαλώντας μας έντονη ευθυμία». Και καθώς το γέλιο προκαλείται από την έκρηξη ευχάριστου αισθήματος που ακολουθεί την παύση της ψυχικής καταπόνησης, αυτό καταδεικνύει περαιτέρω τη γενική αρχή που προαναφέρθηκε. Όμως, με αυτό τον τρόπο, δεν δίνεται καμία εξήγηση για το ξέσπασμα γέλιου που ακολουθεί, όταν η σύντομη σιωπή ανάμεσα στο *andante* και το *allegro* σε κάποια συμφωνία του Beethoven διακόπτεται από ένα δυνατό φτέρνισμα. Εδώ, καθώς και σε πλήθος παρόμοιων περιπτώσεων, η ψυχική ένταση δεν είναι εξαναγκασμένη αλλά αυθόρμητη - όχι δυσάρεστη αλλά ευχάριστη· και οι επερχόμενες εντυπώσεις όπου στρέφεται η προσοχή, ενέχουν μια ικανοποίηση, από την οποία ελάχιστοι, αν όχι κανείς, επιθυμούν να ξεφύγουν. Επομένως, όταν συμβαίνει το άτυχο φτέρνισμα, δεν μπορεί η ευθυμία του κοινού να οφείλεται απλώς στην απαλλαγή από μια ενοχλητική νοητική κατάσταση: κάποια άλλη αιτία θα πρέπει να αναζητηθεί.

Θα φτάσουμε γρήγορα στον εντοπισμό αυτής της αιτίας, προχωρώντας την ανάλυσή μας ένα βήμα παραπέρα. Αρκεί να λάβουμε υπόψη την ποσότητα του αισθήματος που υπάρχει υπό τέτοιες συνθήκες και στη συνέχεια να διερωτηθούμε ποιες είναι οι συνθήκες που καθορίζουν την κατεύθυνση της εκτόνωσής του, ώστε να καταλήξουμε άμεσα σε λύση. Ας πάρουμε για παράδειγμα μια περίπτωση. Κάθεστε σε ένα θέατρο, απορροφημένοι από την εξέλιξη ενός ενδιαφέροντος δράματος. Έχει φτάσει μια στιγμή κορύφωσης που έχει εγείρει την συμπόνοια σας - ας πούμε, μια συμφιλίωση ανάμεσα στον ήρωα και την ηρωίδα, ύστερα από μια μακρόχρονη και οδυνηρή παρεξήγηση. Τα συναισθήματα που προκαλεί αυτή η σκηνή δεν ανήκουν στο είδος από το οποίο επιζητάς ανακούφιση· αλλά αποτελούν, απεναντίας, μια ευπρόσδεκτη ανακούφιση από τα πολύ ή λιγότερο οδυνηρά συναισθήματα με τα οποία βιώσατε ως θεατές στην πρωτύτερη αποξένωση. Προσθέτοντας επίσης σε αυτό, ότι τα συναισθήματα που σας έχουν εμπνεύσει, για μια στιγμή, αυτοί οι φανταστικοί χαρακτήρες, δεν είναι ασφαλώς τέτοια που θα σας έκαναν να χαρείτε για οποιαδήποτε προσβολή εναντίον τους· αλλά μάλλον τέτοια, που θα σας έκαναν να αγανακτήσετε για αυτή την προσβολή. Και τώρα, καθώς συλλογίζεστε τη συμφιλίωση συμπάσχοντας ευχάριστα, εμφανίζεται από τα παρασκήνια μια ήμερη κατσίκਾ, η οποία, αφού κοιτάξει γύρω το κοινό, πλησιάζει τους εραστές και τους μυρίζει. Δεν μπορείς παρά να συμμετάσχεις στα γέλια που προκαλεί αυτό το *απρόοπτο*. Όσο ανεξήγητη κι αν είναι αυτή η ακατανίκητη έκρηξη με βάση την υπόθεση μιας ευχαρίστησης που πηγάζει από την απαλλαγή από

⁴ Γαλλική λέξη «ensemble» στο κείμενο: σύνολο, μαζί (Σ.τ.Μ.).

έναν ψυχικό περιορισμό ή με βάση την υπόθεση μιας ευχαρίστησης που προκύπτει από τη σχετική αύξηση της αίσθησης της σπουδαιότητας του εαυτού όταν γινόμαστε μάρτυρες της ταπείνωσης των άλλων, εξηγείται εύκολα αν αναλογιστούμε τι θα πρέπει να απογίνει, σε μια τέτοια περίπτωση, το συναίσθημα που υπήρχε τη στιγμή που εκδηλώθηκε η ασυμβατότητα. Μια μεγάλη ποσότητα συναισθήματος είχε δημιουργηθεί· ή, για να το θέσουμε με όρους φυσιολογίας, ένα μεγάλο τμήμα του νευρικού συστήματος βρισκόταν σε κατάσταση έντασης. Υπήρχε επίσης μεγάλη προσμονή σχετικά με την περαιτέρω εξέλιξη της σκηνης - ένα πλήθος ασαφών, πρωτόλειων σκέψεων και συναισθημάτων, στα οποία επρόκειτο να μεταβούν οι υφιστάμενες σκέψεις και συναισθήματα. Αν δεν είχε υπάρξει διακοπή, το σύνολο των νέων ιδεών και συναισθημάτων που προκλήθηκαν στη συνέχεια, θα αρκούσε για να απορροφήσει το σύνολο της υφιστάμενης νευρικής ενέργειας. Όμως τώρα, αυτή η μεγάλη ποσότητα νευρικής ενέργειας, αντί να της επιτραπεί να εκτονωθεί παράγοντας μια αντίστοιχη ποσότητα των νέων σκέψεων και συναισθημάτων που βρίσκονταν σε πρωτόλεια φάση, ανακόπτεται ξαφνικά στη ροή της. Τα κανάλια μέσω των οποίων επρόκειτο να πραγματοποιηθεί η εκτόνωση είναι κλειστά. Το νέο κανάλι που άνοιξε - αυτό που παρέχεται από την εμφάνιση και τις κινήσεις της κατσίκας - είναι πολύ μικρό· οι ιδέες και τα συναισθήματα που προκαλούνται δεν είναι σε καμία περίπτωση αρκετά πολυάριθμα ή έντονα ώστε να εκτονώσουν τη νευρική ενέργεια που πρόκειται να εκτονωθεί. Επομένως, το πλεόνασμα θα πρέπει να εκτονωθεί προς κάποια άλλη κατεύθυνση· και, με τον τρόπο που έχει ήδη εξηγηθεί, προκύπτει μια εκροή μέσω των κινητικών νεύρων προς διάφορες ομάδες μυών, η οποία παράγει τις ημισπασμωδικές κινήσεις που ονομάζουμε γέλιο.

Η εξήγηση αυτή εναρμονίζεται πλήρως με το γεγονός ότι, όταν ανάμεσα σε διάφορα άτομα που γίνονται μάρτυρες του ίδιου κωμικού συμβάντος υπάρχουν ορισμένοι που δεν γελούν, είναι επειδή έχει εγερθεί μέσα τους ένα συναίσθημα, που δεν συμμερίζονται οι υπόλοιποι, το οποίο είναι αρκετά ισχυρό ώστε να απορροφήσει όλη την αναδυόμενη διέγερση. Ανάμεσα στους θεατές μιας άτσαλης πτώσης, αυτοί που παραμένουν σοβαροί είναι συνήθως εκείνοι στους οποίους εγείρεται ένας βαθμός συμπάθειας για τον παθόντα, αρκετά ισχυρός ώστε να λειτουργήσει ως διέξοδος για το συναίσθημα που το συμβάν είχε εκτρέψει από την προηγούμενη πορεία του. Μερικές φορές ο θυμός παίρνει τη συγκρατημένη ροή και έτσι εμποδίζει το γέλιο. Ένα καλό παράδειγμα πάνω σε αυτό, μου το έδωσε πρόσφατα ένας φίλος που είχε παρακολουθήσει τα κατορθώματα του Franconi. Ένας ακροβάτης μόλις είχε εκτελέσει ένα εντυπωσιακό άλμα πάνω από μια σειρά άλογα. Ο κλόουν, ζηλεύοντας υποτίθεται αυτή την επιτυχία, έκανε επιδεικτικές προετοιμασίες για να κάνει το ίδιο· και στη συνέχεια, αφού πήρε φόρα με τεράστια ορμή, σταμάτησε απότομα μόλις έφτασε στο πρώτο άλογο και προσποιήθηκε ότι σκουπίζει την σκόνη από τα καπούλια του. Στην πλειονότητα των θεατών προκλήθηκε ευθυμία· όμως, στον φίλο μου, από την προσμονή του επικείμενου άλματος μετέβη σε μια κατάσταση έντονης νευρικής έντασης, όπου η ακύρωση του άλματος προκάλεσε αγανάκτηση. Η εμπειρία έτσι, επιβεβαιώνει όσα υποδηλώνει η θεωρία· δηλαδή, η εκτόνωση των συγκρατημένων συναισθημάτων στο μυϊκό σύστημα συμβαίνει μόνο ελλείψει άλλων επαρκών καναλιών, ενώ δεν πραγματοποιείται εάν εγερθούν άλλα συναισθήματα ισοδύναμα σε ένταση με εκείνα που είχαν συγκρατηθεί.

Υπάρχουν διαθέσιμα ακόμη πιο αδιάψευστα στοιχεία. Αν αντιπαραβάλουμε τις ασυμβατότητες που προκαλούν γέλιο με εκείνες που δεν το προκαλούν, διαπιστώνουμε αμέσως ότι, στις περιπτώσεις που δεν είναι αστείες, η απροσδόκητη συναισθηματική κατάσταση που εγείρεται, αν και εντελώς διαφορετική ως προς το είδος, δεν είναι λιγότερη σε ποσότητα ή ένταση. Ανάμεσα στις ασυμβατότητες που μπορεί να προκαλέσουν οτιδήποτε άλλο εκτός από γέλιο, ο κ. Bain αναφέρει ως παραδείγματα: «Ένας καταπονημένος γέρος που σηκώνει βαρύ φορτίο, πέντε ψωμιά και δύο ψάρια μπροστά στο πλήθος και όλα τα δείγματα ακαταλληλότητας και τεράστιας

δυσαναλογίας· ένα όργανο ξεκούρδιστο, μια μύγα στην αλοιφή, χιόνι τον Μάη, ο Archimedes να μελετά γεωμετρία εν μέσω πολιορκίας, όλα πράγματα ασύμφωνα· λύκος με προβιά προβάτου, αθέτηση συμφωνίας και γενικώς κάθε είδους ψεύδος· το πλήθος να παίρνει τον νόμο στα χέρια του και καθετί που ενέχει αταξία· πτώμα σε γιορτή, γονική σκληρότητα, αγνωμοσύνη τέκνων και ό,τι αντίκειται στη φύση· ολόκληρος ο κατάλογος της ματαιοδοξίας που παρέθεσε ο Solomon, όλα αυτά είναι ασύμβατα, αλλά προκαλούν αισθήματα πόνου, οργής, θλίψης και αποστροφής παρά ευθυμίας». Σε αυτές τις περιπτώσεις, λοιπόν, όταν προφανώς η εντελώς διαφορετική κατάσταση συνείδησης που αιφνιδίως προκύπτει δεν είναι μικρότερη έναντι της προηγούμενης, δεν πληρούνται οι συνθήκες για το γέλιο. Όπως προαναφέρθηκε, το γέλιο φυσικώς προκύπτει μόνο όταν η συνείδηση μετατοπίζεται ασυναίσθητα από τα μεγάλα στα μικρά - μόνο όταν υπάρχει αυτό που θα μπορούσαμε να αποκαλέσουμε *φθίνουσα* ασυμβατότητα.

Και τέλος, παρατηρήστε τώρα, το γεγονός, το οποίο εξίσου μπορεί να συναχθεί *à priori* και να επιβεβαιωθεί μέσω της εμπειρίας, ότι μια *ανιούσα* ασυμβατότητα όχι μόνο αποτυγχάνει στην πρόκληση γέλιου, αλλά επιφέρει στο μυϊκό σύστημα μια επίδραση ακριβώς αντίθετου είδους. Όταν, μετά από κάτι πολύ ασήμαντο, προκύπτει απροσδόκητα κάτι πολύ σπουδαίο, εγείρεται το συναίσθημα που ονομάζουμε δέος· και αυτό το συναίσθημα συνοδεύεται όχι από διέγερση των μυών, αλλά από τη χαλάρωσή τους. Στα παιδιά και στους ανθρώπους της υπαίθρου, «το πέσιμο του σαγονιού»⁵ που συμβαίνει όταν αντικρίζουν κάτι επιβλητικό και απροσδόκητο, αποτελεί χαρακτηριστικό παράδειγμα αυτού του φαινομένου. Άνθρωποι που έχουν μείνει κατάπληκτοι από την εμφάνιση εντυπωσιακών αποτελεσμάτων που προκαλούνται από μια φαινομενικά ανεπαρκή αιτία, συχνά έχουν την εικόνα να αφήνουν ασυναίσθητα να πέσουν τα αντικείμενα που κρατούσαν στα χέρια τους. Τέτοια είναι ακριβώς τα αποτελέσματα που θα έπρεπε να αναμένονται. Μετά από μια μέση κατάσταση συνειδητότητας, απορροφώντας ακόμη και ελάχιστη νευρική ενέργεια, εγείρεται, χωρίς την παραμικρή ειδοποίηση, ένα ισχυρό συναίσθημα δέους, τρόμου ή θαυμασμού· συνοδευόμενο από την έκπληξη που προκαλεί η εμφανής έλλειψη επαρκούς αιτιώδους σχέσης. Αυτή η νέα κατάσταση συνείδησης απαιτεί πολύ περισσότερη νευρική ενέργεια από αυτή που ξαφνικά αντικαταστάθηκε· και αυτή η αυξημένη απορρόφηση νευρικής ενέργειας σε ψυχικές μεταβολές συνεπάγεται μια προσωρινή μείωση της εκροής προς άλλες κατευθύνσεις: εξού και το «πέσιμο του σαγονιού» και το πέσιμο αντικειμένων από τα χέρια.

Αξίζει να σημειωθεί μία ακόμη παρατήρηση. Ανάμεσα στα διάφορα κανάλια μέσω των οποίων μπορεί να εκτονωθεί το πλεονάζον συναίσθημα, συγκαταλέγεται και το νευρικό σύστημα των σπλάχνων. Η αιφνίδια εκροή μιας συγκρατημένης ψυχικής διέγερσης, η οποία, όπως έχουμε δει, προκύπτει φυσικώς από μια φθίνουσα ασυμβατότητα, θα πρέπει αναμφίβολα να διεγείρει όχι μόνο το μυϊκό σύστημα, όπως βλέπουμε ότι συμβαίνει, αλλά και τα εσωτερικά όργανα: η καρδιά και το στομάχι θα πρέπει επίσης να δεχθούν μέρος αυτής της εκτόνωσης. Και έτσι, φαίνεται να υπάρχει μια πολύ καλή φυσιολογική βάση για την ευρέως διαδεδομένη αντίληψη ότι το γέλιο διευκολύνει την πέψη.

Αν και, πράττοντας αυτό, μπορεί να υπερβαίνω τα όρια του παρόντος θέματος, δεν μπορώ να μην επισημάνω ότι η μέθοδος έρευνας που ακολουθείται εδώ, μάς επιτρέπει να κατανοήσουμε διάφορα φαινόμενα, πέρα από εκείνα του γέλιου. Προκειμένου να δείξω τη σημασία της ενασχόλησης με αυτό το ζήτημα, θα επισημάνω την εξήγηση που παρέχει για μια άλλη γνωστή κατηγορία γεγονότων. Όλοι γνωρίζουμε πόσο συμβαίνει γενικά μια έντονη συναισθηματική φόρτιση να διαταράσσει την λειτουργία της νόησης και να παρεμβάλλεται σημαντικά στην ικανότητα έκφρασης. Μια ομιλία που εκφωνείται με μεγάλη άνεση μπροστά σε τραπέζια και

⁵ Τα εισαγωγικά είναι προσθήκη του Μεταφραστή.

καρέκλες, δεν είναι καθόλου εύκολο να εκφωνηθεί εξίσου άνετα μπροστά σε κοινό. Και κάθε μαθητής μπορεί να βεβαιώσει ότι το τρακ που ένιωθε όταν στεκόταν μπροστά στον δάσκαλο του, του στερούσε συχνά τη δυνατότητα να επαναλάβει ένα μάθημα που είχε κανονικά μάθει. Για να εξηγήσουμε αυτό το φαινόμενο, συνήθως λέμε ότι η προσοχή διασπάται - ότι ο κατάλληλος ειρμός των ιδεών διακόπτεται από την παρείσφρηση μη συναφών ιδεών. Όμως, το ερώτημα είναι με ποιον τρόπο το ασυνήθιστο συναίσθημα προκαλεί αυτό το αποτέλεσμα· και εδώ μας δίνεται μια αρκετά προφανής απάντηση. Η επανάληψη ενός μαθήματος ή μιας προετοιμασμένης ομιλίας συνεπάγεται την εκροή μιας πολύ περιορισμένης ποσότητας νευρικής διέγερσης μέσω ενός συγκριτικά στενού καναλιού. Αυτό που θα πρέπει να γίνει είναι απλώς να ανακληθούν, με μια συγκεκριμένη σειρά, ορισμένες προκαθορισμένες ιδέες - μια διαδικασία κατά την οποία δεν χρειάζονται μεγάλες ποσότητες ψυχικής ενέργειας. Συνεπώς, όταν υπάρχει μεγάλη ποσότητα συναισθήματος που θα πρέπει να εκτονωθεί προς κάποια κατεύθυνση και όταν, όπως συμβαίνει συνήθως, η περιορισμένη σειρά διανοητικών ενεργειών που θα πρέπει να πραγματοποιηθούν δεν επαρκεί για την εκτόνωση, τότε προκύπτουν εκτονώσεις μέσω άλλων καναλιών, πέραν των προβλεπόμενων: δηλαδή, εγείρονται διάφορες ιδέες ξένες ως προς τον ειρμό της σκέψης που πρόκειται να ακολουθηθεί και αυτές τείνουν να αποκλείουν από την συνείδηση αυτές που θα έπρεπε να την απασχολούν.

Και τώρα παρατηρείστε την σημασία αυτών των σωματικών ενεργειών που εκδηλώνονται αυθόρμητα κάτω από αυτές τις συνθήκες. Ο μαθητής που λέει το μάθημά του συνήθως απασχολεί ενεργά τα δάχτυλά του - ίσως στριφογυρίζοντας μια σπασμένη πένα ή πιέζοντας τη γωνία του σακακιού του· και αν του απαγορευθεί να απασχολεί έτσι τα χέρια του, σύντομα επανέρχεται στην ίδια ή σε μια παρόμοια συνήθεια. Κυκλοφορούν πολλές ιστορίες για δημόσιους ομιλητές που είχαν ανίατες αυτόματες κινήσεις αυτού του είδους: δικηγόροι που διαρκώς τύλιγαν και ξετύλιγαν μια ταινία· τα μέλη του κοινοβουλίου που βάζουν και βγάζουν τα γυαλιά τους. Εφόσον τέτοιες κινήσεις είναι ασυνείδητες⁶, διευκολύνουν τις ψυχικές διεργασίες. Πάντως, αυτό φαίνεται να είναι ένα εύλογο συμπέρασμα, δεδομένου ότι συχνά προκύπτει σύγχυση όταν αυτές διακόπτονται: χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι η ιστορία που αφηγείται ο Sir Walter Scott⁷ για έναν συμμαθητή του, ο οποίος δεν μπορούσε πλέον να πει το μάθημά του αφού αφαιρέθηκε το κουμπί του γιλέκου του με το οποίο συνήθιζε να παίζει όσο βρισκόταν στην τάξη. Όμως, γιατί διευκολύνουν τις ψυχικές ενέργειες; Επειδή προφανώς, απορροφούν ένα μέρος της πλεονάζουσας νευρικής διέγερσης. Εάν, όπως εξηγήθηκε παραπάνω, η ποσότητα της ψυχικής ενέργειας που παράγεται είναι μεγαλύτερη από αυτή που μπορεί να βρει διέξοδο μέσω του στενού καναλιού της σκέψης που είναι ανοιχτό γι' αυτήν· και εάν, κατά συνέπεια, είναι πιθανό να προκαλέσει σύγχυση με το να διοχετεύεται βιαστικά σε άλλα κανάλια σκέψης· τότε, επιτρέποντάς της μια διέξοδο μέσω των κινητικών νεύρων προς το μυϊκό σύστημα, η πίεση μειώνεται και οι μη συναφείς ιδέες είναι λιγότερο πιθανό να εισβάλουν στη συνείδηση.

Αυτή η περαιτέρω επεξήγηση, θεωρώ ότι, δικαιώνει την θέση ότι μπορεί να επιτευχθεί κάτι αν ακολουθηθεί αυτή η μέθοδος ψυχολογικής διερεύνησης και σε άλλες περιπτώσεις. Για μια πλήρη εξήγηση των ψυχικών φαινομένων, είναι απαραίτητο να εντοπίσουμε όλες τις συνέπειες κάθε δεδομένης κατάστασης συνείδησης· και αυτό δεν μπορεί να γίνει χωρίς να μελετήσουμε τις επιδράσεις, σωματικές και ψυχικές, καθώς μεταβάλλονται ποσοτικά εις βάρος η μία της άλλης. Θα μαθαίναμε, πιθανότατα, πολλά αν, σε κάθε περίπτωση, θέταμε το ερώτημα: «Πού έχει πάει όλη η νευρική ενέργεια;»

⁶ Ο όρος «unconscious» στο κείμενο δηλώνει τις μη συνειδητές ψυχικές διεργασίες. Ενδιαφέρουσα χρήση του όρου προτού λάβει και την ψυχαναλυτική του σημασία με τον Freud (Σ.τ.Μ.).

⁷ Ο Walter Scott (1771 – 1832) ήταν Σκωτσέζος μυθιστοριογράφος, ποιητής και ιστορικός (Σ.τ.Μ.).

