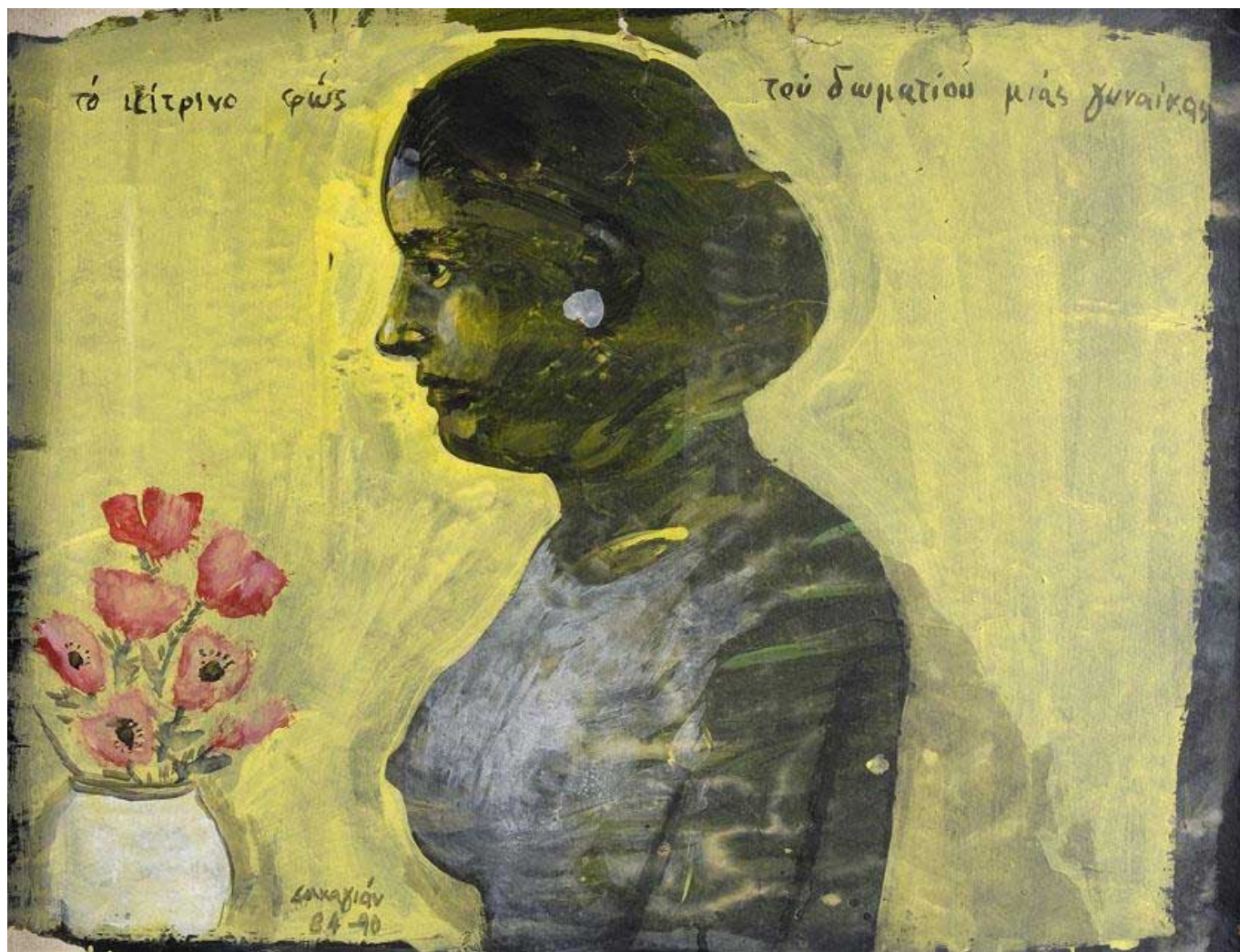


Διαβάζοντας Αριστοτέλη, τρώγοντας μαντλέν: Συνήθεια, εικονιστικός εαυτός και γαστρονομία



Ζωγραφική: Εδουάρδος Σακαγιάν

Θεοφάνης Τάσης

Διαβάζοντας Αριστοτέλη, τρώγοντας μαντλέν:
Συνήθεια, εικονιστικός εαυτός και
γαστρονομία

- [Κείμενα](#)

Ο Ντοστογιέφσκι έλεγε ότι το δεύτερο μισό της ζωής ενός ανθρώπου δεν αποτελείται παρά από τις συνήθειες που απέκτησε στο πρώτο. Για μια αναστοχαστική επιμέλεια εαυτού, η βασικότερη τεχνική, επειδή χρησιμεύει στην εκμάθηση των υπολοίπων, είναι η συνήθεια. Ο Αριστοτέλης αναγνωρίζοντας τη σημασία της την θεωρούσε ως δεύτερη φύση μας, ορίζοντας συγχρόνως την αρετή ως *έξιν λόγου αληθούς*. Η συνήθεια λοιπόν αφορά τόσο τη ζωή, δηλαδή τις σωματικές ανάγκες του ανθρώπου, όσο και τον βίο, δηλαδή, τη νοηματοδότηση αυτών και της ελευθερίας. Αποκτάται μέσω της συστηματικής επανάληψης μιας χειρονομίας, μιας πράξης ή μιας συγκεκριμένης διανοητικής κατάστασης, με στόχο αυτές να πραγματοποιούνται, όποτε απαιτείται, δίχως σκέψη και προσπάθεια. Χάρη στη συνήθεια το άχθος της πληθωριστικής ελευθερίας στην εικονιστική κοινωνία γίνεται μικρότερο. Δεν απαιτείται να σκεφτόμαστε κάθε μέρα για όλες τις επιλογές που τίθενται. Πολλές μικρές κινήσεις γίνονται ασυναίσθητα. Το σώμα γνωρίζει πώς να σηκωθεί από το κρεβάτι και να κατευθυνθεί προς το μπάνιο. Κλειδιά, πορτοφόλι, κινητό τηλέφωνο βρίσκουν τον δρόμο τους στην τσάντα και τα κορδόνια θαρρείς πως δένονται από μόνα τους. Ο καθένας από εμάς έχει τον δικό του τρόπο στην καθημερινότητα να κλείνει την πόρτα του σπιτιού του, να βάζει μπρος το αυτοκίνητο, να χαιρετά γνωστούς και αγνώστους. Πολλές συνήθειες σχηματίζονται από μόνες τους, χωρίς να τις έχουμε επιλέξει συνειδητά. Αφηνόμαστε σε αυτές επειδή καθιστούν το περιβάλλον μας οικείο και τον κόσμο πιο φιλόξενο. Ασυνείδητα υιοθετούμε χειρονομίες, στάσεις σώματος, τρόπους εκφοράς του λόγου και εκφράσεις, τρόπους του σκέπτεσθαι, ιδέες ή συμπεριφορές απέναντι σε άλλους.

Αλλά μέσα στις συνήθειες κρύβονται και θεμελιώνονται αθέατες σε εμάς προκαταλήψεις, προτιμήσεις και σχέσεις εξουσίας. Εγγεγραμμένες στο σώμα αναπαράγονται ως ιός που μοιάζει να μην προξενεί συμπτώματα στον ξενιστή του. Επιπλέον, υπάρχουν συνήθειες βλαβερές που είτε αναγνωρίζονται ως τέτοιες είτε όχι. Ενίοτε θέλουμε να τις αλλάξουμε, αλλά δεν μπορούμε, άλλοτε δεν θέλουμε να τις αλλάξουμε επιλέγοντας να επωμιστούμε αγόγγυστα ή μεμψιμοιρώντας τις συνέπειες. Όλοι έχουμε τις συνήθειές μας. Στο πλαίσιο μιας αναστοχαστικής επιμέλειας του εαυτού, σημαντικές είναι οι συνήθειες που επιλέγουμε συνειδητά ν' αποκτήσουμε, όπως επίσης εκείνες που επιθυμούμε να διατηρήσουμε ως έχουν ή αν αποκτήθηκαν ασυναίσθητα, είτε να τις τροποποιήσουμε σύμφωνα με τις τρέχουσες ανάγκες και προτιμήσεις είτε να τις εγκαταλείψουμε όταν κάτι τέτοιο δεν είναι επιθυμητό ή επιτεύξιμο.

Το να είμαστε αυτόνομοι σημαίνει όχι απλώς να διαυγάζουμε το ασυνείδητο ή τον εαυτό μας, αλλά επιπλέον το να είμαστε σε θέση να κρίνουμε, να επιλέγουμε, όπως επίσης να διαμορφώνουμε ρητά τις συνήθειές μας με βάση την προαίρεση. Δύσκολα μπορούμε να υποτιμήσουμε τη σημασία της συνήθειας, διότι οι συνήθειες γίνονται οι αξίες μας, ο χαρακτήρας μας και τελικά, όπως πίστευε ο Gandhi, το πεπρωμένο μας. Με άλλα λόγια η συνοχή του εαυτού με όλες τις αντιφάσεις, τις αδυναμίες και τις ιδιαιτερότητες εξασφαλίζεται εν πολλοίς από τις συνήθειες.

Υπάρχουν συνήθειες εσωτερικευμένες εξ απαλών ονύχων ασυνείδητα είτε συνήθειες ρητής επιλογής που αποκτήθηκαν στην ωριμότητα με μεγάλη προσπάθεια. Αμφότερες μπορούν να χαρακτηριστούν ως πυρηνικές, επειδή δίχως αυτές δεν θα ήμασταν αυτοί που είμαστε. Αυτές οι συνήθειες αλλάζουν δύσκολα, με ισχυρή θέληση, υπομονή, επιμονή όπως επίσης μακροχρόνια αφοσιωμένη άσκηση, διότι αν αλλάζαν άκοπα εμείς οι ίδιοι θα αλλάζαμε αβίαστα, ώστε θα ήταν σαν να μην είχαμε εαυτό. Στους αντίποδες των πυρηνικών συνηθειών βρίσκονται εκείνες οι οποίες εξυπηρετούν τρέχουσες ανάγκες ή αποκτήθηκαν για να λειτουργήσουμε σε συγκεκριμένες συνθήκες, όπως π.χ. οι συνήθειες που αποκτούμε σε έναν

τόπο διακοπών. Μια αναστοχαστική τέχνη του βίου επιχειρεί από τη μια να ενισχύσει τις πυρηνικές συνήθειες που εκτιμούμε ώστε να αισθανόμαστε σταθερότητα και από την άλλη να υιοθετεί πλήθος περιφερειακών και βραχυχρόνιων συνηθειών, ώστε να είμαστε ευπροσάρμοστοι στις μεταβλητές συνθήκες της εικονιστικής κοινωνίας. Προφανώς, αν κριθεί αναγκαίο ή επιθυμητό μπορούμε είτε ν' αλλάξουμε πυρηνικές συνήθειες είτε να καταστήσουμε πυρηνική μια περιφερειακή συνήθεια.

Για τον Αριστοτέλη η ευδαιμονία του ατόμου προϋποθέτει τη συνήθεια επειδή είναι αναγκαία για την ενάρετη πράξη. Ανεξάρτητα από το αν η αρετή οδηγεί στην κατάκτηση της ευτυχίας, με τη συνήθεια διαμορφώνουμε τη ζωή μας περιορίζοντας την αβεβαιότητα στην καθημερινότητα και δημιουργούμε τον εαυτό μας. Ωστόσο, όσο σημαντικές και αν είναι οι συνήθειες, είναι δυνατόν να εγκλωβιστούμε σ' αυτές όταν υποτιμούμε τη δύναμή τους. Ακόμα και αν καθιστούν τον κόσμο πιο φιλόξενο και την καθημερινότητα ευκολότερη, συγχρόνως αμβλύνουν τη δεκτικότητά μας απέναντι στο διαφορετικό ή το νέο. Έτσι επαναπαυόμαστε νωχελικά στον καθησυχαστικό ρυθμό τους ώσπου ανεπαίσθητα μεταλλάσσουν την καθημερινότητα σε ρουτίνα, σε μια μηχανική διαδικασία κενή από εκπλήξεις και συγκινήσεις. Επιπλέον, είναι δυνατόν να καλλιεργεί κανείς όχι απλώς βλαβερές συνήθειες, αλλά ακόμη να συνηθίζει στον πόνο και τη δυστυχία τόσο του ιδίου όσο και των άλλων, έτσι ώστε να μην αγωνίζεται εναντίον τους όταν η ανακούφιση είναι εφικτή. Η συνήθεια προκρίνει την επανάληψη έναντι της δημιουργίας, αδιάφορη ως προς τις συνέπειες της πρώτης· έτσι ο Victor Hugo δεν διστάζει να τη χαρακτηρίσει ως «εκτροφείο λαθών», ενώ ο Thomas Fielding επισημαίνει ότι παρά το ότι οδηγεί σε πολλά λάθη δεν δικαιολογεί κανένα. Τέλος, η συνήθεια δύναται να καταλήξει στην ψυχική αφλογιστία, τη νωθρότητα, ακόμη και την απάθεια.

Σε μια αναστοχαστική τέχνη του βίου είναι σημαντικό από τη μια να καλλιεργούμε συνήθειες και από την άλλη να πειραματιζόμαστε με αυτές ή με νέες. Μπορούμε λοιπόν ορισμένες να τις υιοθετούμε για σύντομο χρόνο και ύστερα να τις αποβάλλουμε. Παράλληλα, μπορούμε να μην πνίγουμε πάντοτε τον αυθορμητισμό μας, διατηρώντας έτσι μια ελευθερία που αποτρέπει την παγίδευση στα πλοκάμια της συνήθειας. Σκέπτομαι τον αυθορμητισμό εδώ όχι αντιδιαστέλλοντάς τον στην περίσκεψη, αλλά ως τη δυνατότητα απεγκλωβισμού από τη μέγγενη της συνήθειας, δηλαδή ως την ψυχική ικανότητα υπέρβασης της αδράνειας που προξενεί και του αισθήματος κορεσμού που επιφέρει. Προφανώς η συνήθεια χρωματίζει, δίχως όμως να προκαθορίζει, τον αυθορμητισμό, διότι αυτός θρέφεται από τη φαντασία και την επιθυμία, διατηρώντας τοιουτοτρόπως μιαν απαραίτητη απροσδιοριστία ώστε ν' αποτελεί συστατικό της αμεριμνησίας. Αν και ο αυθορμητισμός είναι δυνατόν κατά περιόδους να εξασθενεί ή ακόμη και ν' ατονεί κατά τη διάρκεια του βίου, δεν εξαλείφεται ποτέ, με την έκφρασή του να συγκαθορίζεται από την ένταση των κινήτρων, τη συγκυρία και την επιμέρους ψυχική κατάσταση. Ασκώντας τη φρόνηση, η οποία σύμφωνα με τον Αριστοτέλη επιτρέπει τον προσδιορισμό της αρετής ως μεσότητας, μπορούμε να τον τιθασεύουμε οριοθετώντας την αμεριμνησία. Μπορούμε επίσης να εκλεπτύνουμε την ευαισθησία παράλληλα με την διανοητική περιέργεια, ισορροπώντας μεταξύ της σταθερότητας που προσφέρει η συνήθεια και της ευελιξίας που χαρακτηρίζει την έλλειψη ή ύπαρξη χαλαρών συνηθειών, ώστε να είμαστε δεκτικοί στο ν' αποζητούμε και να βιώνουμε καινούργιες εμπειρίες και μορφές ηδονής στην καθημερινότητα. Παρά τους κινδύνους της συνήθειας, η δημιουργία συνηθειών επιτρέπει ν' ανταποκριθούμε στις απαιτήσεις μιας νέας συνθήκης όπως την εγκατάσταση σε μια ξένη χώρα, τη διαβίωση κατά τη διάρκεια μιας πανδημίας ή ενός πολέμου. Αντίστοιχα, η εγκατάλειψη συνηθειών οι οποίες μας επιβλήθηκαν π.χ. κατά τη διάρκεια της στρατιωτικής θητείας, μιας νοσηλείας ή μιας φυλάκισης συνιστούν μια αναγκαία προϋπόθεση για μια επανεκκίνηση του βίου. Επιπροσθέτως, οι συνήθειες ενδυναμώνουν την εμπειρία της

σωματικότητας, επιτρέποντας στον ενσώματο εαυτό να επαναδιεκδικήσει μερικώς το απολεσθέν στον ψηφιακό εαυτό πολύτιμο έδαφος αυτοσυνειδησίας.

Λόγω του ψηφιακού εαυτού είμαστε παρόντες απουσιάζοντας και απουσιάζουμε παρόντες. Ο ψηφιακός εαυτός πολλαπλασιάζει, αλλά και διαιρεί την εμπειρία του ενσώματου εαυτού. Ο εικονιστικός εαυτός ως υβρίδιο ενσώματου και ψηφιακού εαυτού τήκεται στην πληθωριστική ελευθερία. Στην τήξη αντιστέκονται οι σωματικές ανάγκες και εξ αυτών μόνο η θρέψη ικανοποιείται δημοσίως ούσα ορατή. Ικανοποιείται δε πρωτίστως μέσω των αισθήσεων της γεύσης και της όσφρησης. Ως εκ τούτου ο κοινωνικός χαρακτήρας της είναι ισχυρότερος συγκριτικά με εκείνον των υπολοίπων σωματικών αναγκών, οι οποίες συντελούνται κυρίως στην ιδιωτική σφαίρα, παραμένοντας αόρατες από εξωτερικούς παρατηρητές. Δεν κοιμόμαστε, συνουσιαζόμαστε ή αφοδεύουμε σε κοινή θέα, ωστόσο γευματίζουμε μόνοι, κατά ζεύγη ή ομαδικά, δημόσια, υπό τα βλέμματα των άλλων. Όταν γευματίζουμε με περισσότερους από έναν, οι συνδαιτημόνες κατά τη διάρκεια του γεύματος βρισκόμαστε συνήθως, όπως στις απαρχές της ανθρωπότητας, καθισμένοι στο ίδιο επίπεδο σε κλειστή διάταξη, σπανιότερα όπως οι προγονοί μας γύρω από μια φωτιά, συχνότερα γύρω από ένα τραπέζι ή καταγής, με εδέσματα τοποθετημένα μπροστά μας. Το γεύμα λαμβάνει χώρα μεταξύ λίγο έως πολύ ίσων ή δυνάμει ίσων, όπου οι τυχόν ανισότητες εκφράζονται ανάμεσα σε άλλα στις θέσεις που καταλαμβάνονται, στη σειρά και στον τρόπο σερβιρίσματος, όπως επίσης στις προπόσεις. Στο τι, πότε, πώς μαγειρεύεται ένα έδεσμα και από ποιους, με ποιον τρόπο καταναλώνεται εκφράζεται τόσο ο πολιτικός, όσο επίσης και ο ηθικός χαρακτήρας της γαστρονομίας –αμφότεροι σχετικοποιούν τη θρεπτική αξία με αναφορά την οικολογική ισορροπία του πλανήτη, τις εργασιακές συνθήκες/απολαβές των παραγωγών και την οδύνη που προκαλείται στα ζώα– όπως και στο ότι συζητούμε κατά τη διάρκεια του γεύματος νοσηματοδοτώντας την ικανοποίηση της σωματικής ανάγκης. Στην εικονιστική κοινωνία, όπου επικρατεί η αίσθηση της όρασης, οι γαστρονομικοί χώροι αποτελούν ένα καίριο τμήμα της αποικιζόμενης από την ιδιωτική δημόσιας σφαίρας, όπου επιτελείται όχι απλώς η νοσηματοδότηση της θρέψης, αλλά επίσης η εν πολλοίς αμέριμνη αναζήτηση και δια βίου εκτύλιξη της ταυτότητας. Είμαστε και αυτό που τρώμε. Στο τι, πώς, πού, πότε και με ποιους τρώμε δημόσια αντανακλάται σε έναν βαθμό ποιοι είμαστε και ποιοι θέλουμε να γίνουμε ή πώς θέλουμε να μας βλέπουν οι άλλοι.

Οι χώροι της γαστρονομίας ορίζουν τόπους, δηλαδή μεστούς νοήματος χώρους, όπου διαπλάθεται ο βίος μέσω επαγγελματικών, φιλικών, οικογενειακών, πολιτικών και προσωπικών συναντήσεων. Αποτελούν τόπους σωματικής απόλαυσης και εύφορης εγγύτητας, αδιανόητους δίχως την ενσώματη παρουσία. Η δια ζώσης επικοινωνία κατά τη διάρκεια ενός γεύματος, συχνά κερματισμένη από την ανταλλαγή ψηφιακών μηνυμάτων, αλλά επίσης και από τη φωτογράφιση συμμετεχόντων, στιγμιοτύπων και εδεσμάτων προκειμένου να κοινοποιηθούν στα κοινωνικά μέσα δικτύωσης προξενώντας νυγμούς φθόνου, δεν είναι αποκλειστικά λεκτική ώστε να μπορεί ν' αντικατασταθεί από την τηλεπαρουσία. Ένα γεύμα περιλαμβάνει διερευνητικά, καθησυχαστικά ή τρυφερά αγγίγματα, αμοιβαία, ενίοτε ανιδιοτελή, άλλοτε επιδεικτικά κεράσματα, το μοίρασμα φαγητού από το πιάτο, το να ψωμίζουμε στοργικά έναν ερωτικό σύντροφο, έναν φίλο ή ένα παιδί. Περιλαμβάνει ακόμη του εύθυμο ή σκωπτικό σχολιασμό των όσων συμβαίνουν στον φυσικό και κοινωνικό περίγυρο π.χ. της εξυπηρέτησης, των γειτονικών τραπεζιών και όσων διαδραματίζονται τριγύρω ή του τοπίου. Μπορεί να συνοδεύεται από ευφραντική μουσική ή να καταλήγει ενίοτε σε τραγούδι και χορό. Ένα ομαδικό γεύμα είτε στην ιδιωτική είτε στη δημόσια σφαίρα συνιστά μια φυσαλίδα κοινωνικού χρόνου όπου συγχρονίζονται οι ενσώματοι βίοι των συνδαιτημόνων, δημιουργώντας βραχύβιες ή ανεξίτηλες αναμνήσεις με την ακρίβεια του συγχρονισμού να συγκαθορίζει την ένταση και τη διάρκειά τους. Η γαστρονομία δημιουργεί με βάση την

αδυσώπητη ανάγκη του σώματος ένα πολύτιμο κοινό εδώ και τώρα, γαιώδες μα συνάμα υπερβατικό, υπό προϋποθέσεις αξιομνημόνευτο, εντούτοις ιαματικό, το οποίο υπερβαίνει την χαμαίζηλη ικανοποίησή της ευωδιάζοντας ανθρωπιά. Μάς υπενθυμίζει ότι ο ενσώματος εαυτός βιώνει την ύπαρξη με έναν τρόπο αυτοπαγή, δίχως ασυλία στη θνητότητα, με ενδογενή ροπή στη φθορά, πιθανώς εσαεί απροσπέλαστο σε μια τεχνητή νοημοσύνη η οποία θα αδυνατεί να επιδοθεί στην αναζήτηση του χαμένου χρόνου με αφορμή τη γεύση μιας μαντλέν ή να ριγήσει διαβάζοντας «έχεις μια γεύση τρικυμίας στα χείλη».

- [Θεοφάνης Τάσης](#), [Τεύχος1](#)