

## Γνωρίζατε ότι με το πλύσιμο των χεριών αυτών και οι ενοχές;



Λιγότερες ενοχές έχει

κάποιος, όταν μετά από μία ανήθικη πράξη πλύνει τα χέρια του. Σε αυτό τουλάχιστον το συμπέρασμα κατέληξαν αμερικανοί επιστήμονες, μετά από έρευνα. Η ψυχολογική επίπτωση που έχει το πλύσιμο των χεριών μελετήθηκε επιστημονικά για πρώτη φορά το 2006, όταν η καθηγήτρια Κέιτι Λίλιενκβιστ του Πανεπιστημίου Μπρίνγκαμ Γιάνγκ είχε αποδείξει ότι ένα απλό καθάρισμα των χεριών μπορεί να κάνει κάποιον να νιώσει λιγότερο ένοχος για κάποια πράξη του. Σύμφωνα με την Δρ Λίλιενκβιστ, «η καθαριότητα, γενικότερα, φαίνεται να απελευθερώνει ψυχολογικά τους ανθρώπους».

Η νέα έρευνα, του ψυχολόγου Σπάικ Λι από το Πανεπιστήμιο του Μίσιγκαν, δείχνει ότι ένα καλό πλύσιμο των χεριών μπορεί να απομακρύνει όχι μόνο τις αμαρτίες παλαιότερες πράξεων, αλλά και τα αισθήματα τύψεων ή αμφιβολιών σχετικά με καθημερινές απλές επιλογές του τύπου «έκανα καλά που διάλεξα το Παρίσι αντί για το Λονδίνο για τις διακοπές μου;» ή «μήπως δεν έπρεπε να αγοράσω αυτή την BMW αλλά την Mercedes;». Σύμφωνα με τον Λι, πλένοντας τα χέρια τους οι άνθρωποι μπορούν να εστιάσουν καλύτερα στις θετικές πλευρές οποιασδήποτε επιλογής τους και να ανακουφιστούν. Υποσυνείδητα όμως.

Τα πειράματα του δρος Λι έδειξαν ότι πολλοί άνθρωποι βασανίζονται από αμφιβολίες μετά από κάποια απόφασή τους, φαινόμενο που ονομάζεται επιστημονικά «γνωσιακή δυσαρμονία». Όταν όμως πλένουν τα χέρια τους αμέσως

μετά, το συναίσθημα αυτό υποχωρεί αισθητά ή και εξαφανίζεται, αν και δεν είναι σαφές πόση διάρκεια έχει η επίδραση. Άλλα πειράματα κατέδειξαν ότι το πλύσιμο των χεριών λειτουργεί και όταν γίνεται, όχι μετά αλλά πριν από μια επιλογή (όπως ακριβώς έκανε ο Πόντιος Πιλάτος πριν παραδώσει τον Χριστό για να σταυρωθεί). Ο δρ Λι διαπίστωσε ότι οι άνθρωποι που πλένουν τα χέρια τους καλά πριν από μια σημαντική απόφαση, νιώθουν πιο ελεύθεροι στη επιλογή τους και έχουν λιγότερους ενδοιασμούς.

Προηγούμενες έρευνες έχουν καταδείξει ότι όταν οι άνθρωποι κάνουν μια επιλογή, αισθάνονται την ψυχολογική ανάγκη να υποστηρίξουν αυτή την επιλογή τους στη συνέχεια. Κάτι που έχουν ήδη επιλέξει (π.χ. ένα αγαθό που αγόρασαν) τους φαίνεται πιο ελκυστικό από ό,τι τους φαινόταν πριν το αγοράσουν κι ένα αγαθό που έχουν απορρίψει, τους φαίνεται πιο λιγότερο ελκυστικό. Όμως αυτή η τάση δεν υπάρχει πια, όταν ο άνθρωπος πλένει τα χέρια του, οπότε απελευθερώνεται από την «καταναγκαστική» ώθησή του να δικαιολογήσει εκ των υστέρων την απόφασή του. Εδώ και αιώνες η καθαριότητα έχει σχετιστεί με την ηθική και η σύγχρονη επιστήμη επιβεβαιώνει πια αυτή τη σχέση.

Οι άνθρωποι που έχουν κάνει κάτι ανήθικο (ή τουλάχιστον έτσι νομίζουν) αισθάνονται λιγότερες ενοχές, όταν στη συνέχεια πλένονται, ενώ άλλα πειράματα έχουν δείξει ότι τα καθαρά και αρωματισμένα δωμάτια βγάζουν τον καλύτερο εαυτό των ανθρώπων και τους παρακινούν να είναι πιο γενναιόδωροι. Η νέα μελέτη, σύμφωνα με τους ερευνητές, δείχνει ότι όπως η καθαριότητα μπορεί να «σβήσει» τα ίχνη της παλαιάς ανήθικης συμπεριφοράς, έτσι και το πλύσιμο των χεριών μπορεί να απαλείψει την ανάγκη κάποιου να δικαιολογήσει τις επιλογές του. Η μελέτη δημοσιεύεται στο Science.

**Πηγές:** [perierga.gr-ikypros.com](http://perierga.gr-ikypros.com)