# Το αντίδοτο του ψυχικού πόνου (μοναχός Μωυσής Αγιορείτης)

**Categories :** ΚΟΙΝΩΝΙΑ

**Date :** 27 Φεβρουαρίου, 2011

**Ενώ η εποχή μας χαρακτηρίζεται από την υπεραφθονία και την υπερκατανάλωση -η οικονομική κρίση έβαλε λίγο φρένο-, την υψηλή τεχνολογία, την πρόοδο της επιστήμης, τις πολλές ανέσεις και υλικές απολαύσεις, παρατηρείται σοβαρή έξαρση ψυχολογικών προβλημάτων, βλέπει κανείς γκρίζα πρόσωπα, νευρικά, ταραγμένα, φοβισμένα, αγχωμένα, θλιμμένα και στεναχωρημένα.**

Ακόμη και οι νέοι ταλαιπωρούνται από έντονα προβλήματα, εσωτερικές συγκρούσεις, ψυχικά άφωτα αδιέξοδα και αβάσταχτα κενά.

Νέες ωραίες, νέοι μορφωμένοι και πλούσιοι αγέλαστοι, κατηφείς και απαισιόδοξοι. Μια εποχή κατακτήσεων, αποκαλύψεων, κερδών και επιτυχιών, που όμως οι άνθρωποί της αισθάνονται στερημένοι, δίχως ψυχική υγεία, γαλήνη και χαρά. Συχνά τα πρότυπα των νέων μας είναι μελαγχολικοί τύποι της σκληρής μουσικής, της ξέφρενης και ταραγμένης. Μερικές φορές μάλιστα νομίζεις ότι τους αρέσει να καλλιεργούν τη θλίψη και την απαισιοδοξία. Αντί η μουσική να ευφραίνει και να ανασταίνει την ψυχή, την καθηλώνει στον πικρό πεσιμισμό. Είναι της μόδας τα μελαγχολικά πρόσωπα.

Η προκλητική ένδυση των νέων, η ολονύκτια πρόχειρη διασκέδαση, ο παρασυρμός στη φοβερή μάστιγα των ναρκωτικών, η μεγάλη κατανάλωση αλκοολούχων ποτών, η πολύωρη νοσηρή εξάρτηση στο διαδίκτυο και άλλα πολλά παρόμοια οξύνουν το πρόβλημα και καθόλου δεν το θεραπεύουν. Σαν να θέλουν σώνει και καλά μερικοί να καταστρέψουν την υγεία τους, να συντομεύσουν τη ζωή τους, να μη τους ενδιαφέρει διόλου το μέλλον. Οι στατιστικές είναι λίαν λυπηρές. Σε όλο τον κόσμο 340.000.000 άνθρωποι υποφέρουν σήμερα από σοβαρά προβλήματα ψυχικής υγείας. Σε Ευρώπη και Αμερική η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας αναφέρει πως περίπου ο μισός πληθυσμός πάσχει από κατάθλιψη, μελαγχολία και την ελαφρότερη δυσθυμία.

Παρατηρεί λοιπόν κάποιος σήμερα ειλικρινά και με πόνο πως ούτε η νεότητα, ούτε η ωραιότητα, ούτε η δόξα της επιτυχίας και της ανόδου, ούτε τα πολλά χρήματα και τα πανάκριβα ενδύματα δίνουν πάντοτε την αναμενόμενη χαρά και την πολυπόθητη

ευτυχία. Εν τούτοις, μήπως η συνεχώς παρουσιαζόμενη κατήφεια θέλει να επηρεάσει τους πάντες, ώστε να πλουτίζουν οι βιομηχανίες ψυχοφαρμάκων; Η υπερβολική αθυμία, λέγουν οι άγιοι πατέρες της εκκλησίας μας, είναι το πονηρό πνεύμα της λύπης, που οδηγεί στην κατάθλιψη και τη μελαγχολία. Εύστοχα ειπώθηκε πως η κατάσταση της θλίψης μπορεί κάποτε νοσηρά να γίνει ευχάριστη, μια μορφή ήπιου σαδομαζοχισμού. Η συνήθεια αυτής της σύγχρονης κοινωνίας εκφράζει και δηλώνει τη μεγάλη απογοήτευση, που προέρχεται από την έλλειψη αξιών και τον ατομικισμό.

Μπορεί ο κάθε άνθρωπος, αν αγωνιστεί και θέλει πραγματικά, να απορρίψει από τη ζωή του άμεσα ό,τι δεν του δίνει αληθινή αισιοδοξία, χαρά και ευχαρίστηση. Έτσι ο άνθρωπος θα έχει ηρεμία, ησυχία και γαλήνη. Η συνείδησή του θα είναι αναπαυμένη, η ζωή του ατάραχη, ακόμη και ο ύπνος του γλυκός. Ο ποιητής Τ. Έλιοτ λέγει: «Κάνοντας κάτι χρήσιμο, λέγοντας κάτι ορθό, ατενίζοντας κάτι πραγματικά ωραίο, αρκούν για να ομορφύνουν τη ζωή σου». Ο Ντοστογιέφσκι έλεγε «η ομορφιά θα σώσει τον κόσμο». Είναι γεγονός πως το κακό, το πονηρό, το αισχρό προκαλεί και δελεάζει, όμως το καλό, το αγαθό, το ιερό και ωραίο είναι που πάντοτε θέλγει πραγματικά και συγκινεί βαθύτατα.

**Η ελληνορθόδοξη παράδοση έχει δύναμη, αντοχή, νόημα, πίστη, παρηγοριά και ελπίδα. Η προσπάθεια ορισμένων να ξεριζώσουν από τις καρδιές των ανθρώπων αυτή την πλούσια και ζωηφόρα παράδοση το μόνο που θα καταφέρει θα είναι να αυξήσει τους θλιμμένους, τους απαρηγόρητους, τους ανέλπιδους.** Η παράδοση αυτή γέννησε εκλεκτές μορφές αγίων και ηρώων. **Ήλθε ο καιρός για μια ουσιαστική αναζήτηση, προς επανασύνδεση με την ιστορία, την παράδοση και τη συνέχειά της. Ώρα ευπρόσδεκτη, κατάλληλη και απαραίτητη για μια καινούργια ανακάλυψη της παραδόσεώς μας και της δυνατής βεβαιότητος που προσφέρει στην απόγνωση, στην κατήφεια, στην κατάθλιψη και στη μελαγχολία. Να το αντίδοτο του πολλού ψυχικού πόνου των καιρών μας. Είναι ανάγκη σύντομα να το αναζητήσουμε προς θεραπεία. Δεν παίρνει άλλο μια ανοημάτιστη και μαύρη ζωή.** Δεν είναι έτσι; Είμαι υπερβολικός και παρωχημένος;

*(Πηγή: "Μακεδονία" 27/2/2011)*