Η συγχώρεση, ίσως η πιο καινοτόμος λύση κατά του εκφοβισμού (Μαρία Α. Στυλιανού, Κοινωνιολόγος)

Categories : ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Date : 13 Ιανουαρίου, 2020

Ὁ **ἐκφοβισμός**, μιὰ λέξη ποὺ κρύβει μία ὀδυνηρὴ κοινωνικὴ πραγματικότητα ἀφοῦ συμπυκνώνει μία γκάμα ἀπὸ συμπεριφορὲς ποὺ θίγουν τὸ ἀνθρώπινο πρόσωπο καὶ πλήττουν τὴν ἀξιοπρέπειά του. Πάνω ἀπὸ ὅλα ὅμως, θίγουν τὸν ἄνθρωπο ἐκεῖνον ποὺ χρησιμοποιεῖ ἠθελημένα (ἢ καὶ ἀσυνείδητα) ἐκφοβιστικὲς μεθόδους μέσῳ τῆς συμπεριφορᾶς του γιὰ νὰ ἀνταπεξέλθει στὶς διάφορες προκλήσεις τῆς ζωῆς.

Τὸ παρὸν ἄρθρο δὲν ἔχει σκοπὸ νὰ ἐπεκταθεῖ στὸ τί εἶναι ἐκφοβισμός, ποιοί παράγοντες τὸν δημιουργοῦν καὶ τὸν συντηροῦν, ἀλλὰ στὸ νὰ προτείνει μία λύση ποὺ ἴσως νὰ ἀκούγεται πρωτότυπη καὶ πολλὲς φορὲς «ἀκατόρθωτη» γιὰ τὸν σύγχρονο ἄνθρωπο. **Τὴν συγχώρεση**.

***

Τί εἶναι ὅμως συγχώρεση;

Ἡ συγχώρεση ἴσως νὰ εἶναι ἡ πιὸ ὄμορφη, ἡ πιὸ «ῥηξικέλευθη», ἡ πιὸ «καινοτόμος» λύση στὸ σοβαρὸ κοινωνικὸ πρόβλημα τοῦ ἐκφοβισμοῦ, σὲ μιὰ ἐποχὴ ὅπου οἱ ἀρετές, τὰ ἰδανικά, τὸ ἦθος, ἡ ἠθική, ἔχουν πέρα γιὰ πέρα ὑποτιμηθεῖ καὶ ἀλλοτριωθεῖ ὡς πρὸς τὴν ἀξία καὶ τὸ περιεχόμενό τους.

Κι ὅμως, **ἡ συγχώρεση κρύβει μέσα της τὸ λησμονημένο ἀλλὰ ποθητὸ θαῦμα. Τὴν θεραπεία τῆς ψυχῆς μας καὶ τῶν διαπροσωπικῶν μας σχέσεων ποὺ νοσοῦν.** Κι αὐτὸ γιατὶ ἡ συγχώρεση εἶναι μία **ἀγαπητικὴ κίνηση τῆς ψυχῆς μας**

ὡς πρὸς τὸ πρόσωπο ποὺ μᾶς ἀδίκησε μὲ τὴν ἀπρεπή, ἐπιθετική, προσβλητική, ταπεινωτικὴ συμπεριφορά του.

Ἡ συγχώρεση εἶναι βάλσαμο ποὺ τὸ προσφέρουμε πρῶτα ὡς ἀληθινὸ δῶρο στὴν δική μας ψυχὴ **γιὰ νὰ ἀπελευθερωθεῖ ἀπὸ ὅλα τὰ ἀρνητικὰ συναισθήματα τοῦ θυμοῦ, τῆς ὀργῆς, τῆς ἐκδικητικότητας, τῆς θλίψης, τῆς ἀπογοήτευσης, τῆς ἀπελπισίας, τῆς ἀπόγνωσης** ποὺ προκλήθηκαν στὴν καρδιά μας ἀπὸ ἕναν ἐκφοβισμό, μιὰ ἐπιθετικότητα, μιὰ ἀδικία.

Ἡ συγχώρεση γίνεται ταυτόχρονα ἕνα **δῶρο στὸν ἴδιο τὸν ἄνθρωπο** ποὺ εἶναι οὕτως ἢ ἄλλως ταλαίπωρος καὶ αὐτὸς ἀπὸ τὰ δικά του τραύματα, ψυχικὰ βαρίδια καὶ ψυχικὲς ἐπιβαρύνσεις τοῦ δικοῦ του παρελθόντος, τῆς βιολογικῆς του κληρονομικότητας ἀλλὰ καὶ τοῦ δυσλειτουργικοῦ του, πολὺ πιθανόν, κοινωνικοῦ πλαισίου.

Συγχώρεση δὲν σημαίνει σὲ καμμία περίπτωση ὅτι ἀποδεχόμαστε τὴν ἐπιβλαβὴ πράξη καὶ συμπεριφορὰ τοῦ «ἐκφοβιστὴ» ὡς φυσιολογικὴ καὶ κοινωνικὰ ἀποδεκτὴ ἢ ἀρεστή. Συγχώρεση δὲν σημαίνει κατ’ ἀνάγκη συμφιλίωση μὲ τὸ πρόσωπο ποὺ μᾶς ἔβλαψε, ἐὰν δὲν μπορεῖ νὰ ἐπέλθει μιὰ ἀποκατάσταση τῆς διαπροσωπικῆς σχέσης κατὰ ἕναν ὑγιὴ καὶ λειτουργικὸ τρόπο, ἐὰν τὸ ψυχικὸ τραῦμα ποὺ προκλήθηκε ἀπὸ μιὰ ἐκφοβιστικὴ συμπεριφορὰ δὲν ἐπουλώθηκε, ἐὰν ἡ σκιὰ τοῦ ἐκφοβισμοῦ εἶναι πάντα παροῦσα (ἀκόμα καὶ μετὰ ἀπὸ μιὰ συγγνώμη ἢ ἀπολογία) καὶ ὑπάρχει ὁ κίνδυνος νὰ συντηρηθεῖ ἐπὶ μακρὸν ὁ ἐκφοβισμὸς σὲ ὁποιαδήποτέ του μορφή.

***

Τὰ ὀφέλη τῆς συγχώρεσης

Ἡ συγχώρεση στὸν πλησίον ποὺ μᾶς ἔβλαψε ἐφ’ ὅσον γίνει μυστικὰ καὶ καρδιακά, στὴν καρδιά μας, πάντοτε μὲ τὴν βοήθεια τοῦ Θεοῦ, γίνεται τὸ πιὸ ὄμορφο δῶρο ἀπὸ ὅλα τὰ δῶρα σὲ μᾶς τοὺς ἴδιους γιατὶ **μαθαίνουμε νὰ ἀγαπᾶμε ἀληθινά, γιατὶ ὡριμάζουμε πνευματικὰ καὶ ψυχικά, γιατὶ μαθαίνουμε νὰ ταπεινωνόμαστε**, νὰ βλέπουμε κατάματα ὅτι τὰ ἀνθρώπινα μέτρα καὶ ὅρια ἔχουν πτώσεις καὶ ἀναβάσεις μαζί, γιατὶ **μαθαίνουμε νὰ διαχωρίζουμε τὸ πρόσωπο ἀπὸ τὴν πράξη**, γιατὶ **διακρίνουμε ὅτι μέσα στὸν κάθε ἄνθρωπο συνυπάρχει τὸ φῶς καὶ τὸ σκοτάδι** σὲ μιὰ συνεχὴ πάλη ἐπικράτησης καὶ τέλος-τέλος, μαθαίνουμε νὰ ἐπιλέγουμε συνειδητά, νὰ δίνουμε τὸ γιατρικὸ τῆς ἀγάπης καὶ καλοσύνης στὴν κουρασμένη ἀνθρωπότητα ποὺ διψᾶ γιὰ ἀγάπη ἀλλά, προσφέρει ἀντ’ αὐτοῦ πολλὲς φορὲς «ὄξος καὶ χολή».

Ἄς κάνουμε λοιπὸν μιὰ ἀρχή, στὸ ἐδῶ καὶ τώρα, μαθαίνοντας νὰ ἀγαπᾶμε καὶ νὰ συγχωρᾶμε οὐσιαστικά, γιατὶ **ἡ ὀμορφιὰ (ἡ ἀγάπη καὶ ἡ εὐσπλαγχνία) θὰ**

σώσει τὸν κόσμο, ὅπως κάποτε σοφὰ μᾶς «συμβούλευσε», ὁ Ῥῶσος συγγραφέας μὲ τὴν ποιητικὴ ψυχή, Ντοστογιέφσκι…

Ἂς τὸν ἀκούσουμε λοιπὸν καὶ ἄς ἀγκαλιάσουμε τὴν ἀδύναμη εὐθραυστότητα τοῦ σύγχρονου κατακερματισμένου ἀνθρώπου ποὺ θέλει σήμερα παρὰ ποτὲ ἄλλοτε, νὰ ἀγαπήσει καὶ νὰ ἀγαπηθεῖ καί, συνεπῶς, νὰ ἐξέλθει ἀπὸ τὰ ψηλὰ τείχη τῆς ναρκισσιστικῆς του ἀτομικότητας καὶ ἀνυπόφορης μοναξιᾶς, μὰ δὲν γνωρίζει τὸ πῶς…

(Πηγή: pemptousia.gr*)*