

## Τα εμπόδια και οι δυσκολίες της ζωής

Κάποτε υπήρξε ένας παντοδύναμος Βασιλιάς, ο οποίος κυβερνούσε το βασίλειό του επί δεκαετίες.

Μία μέρα ήθελε να δει τον χαρακτήρα των κατοίκων του Βασιλείου του και έτσι τους υπέβαλε σε μια δοκιμασία.

Τοποθέτησε ένα μεγάλο βράχο στη μέση του δρόμου και κρύφτηκε εκεί κοντά σε κάτι θάμνους.

Οι πρώτοι που πέρασαν ήταν μια ομάδα από τους πλουσιότερους εμπόρους με την άμαξά τους.

Αντί να κατέβουν και να μετακινήσουν το βράχο, προσπάθησαν να τον περάσουν κάνοντας το γύρο. Ταλαιπωρήθηκαν αλλά πέρασαν, κατηγορώντας τον βασιλιά, πως δεν φρόντιζε για τη σωστή συντήρηση των δρόμων.

Έπειτα από αρκετή ώρα πέρασε ένας χωρικός κουρασμένος, κουβαλώντας λαχανικά και τρόφιμα για το σπίτι του κτλ. Μόλις είδε τον βράχο κοντοστάθηκε, άφησε τα τρόφιμα στο έδαφος, έβαλε τα δυνατά του και με πολλή προσπάθεια μετακίνησε το βράχο.

Με μεγάλη του έκπληξη είδε κάτω από τον βράχο ένα πουγκί με χρήματα και ένα σημείωμα από τον ίδιο τον βασιλιά που έγραφε: Το χρυσάφι είναι η ανταμοιβή σου, επειδή μετακίνησες τον βράχο.

Και στη ζωή μας υπάρχουν εμπόδια και δυσκολίες και συχνά κοινά για όλους. Υπάρχουν άνθρωποι που "πνίγονται σε μια κουταλιά νερό" και άλλοι που βγαίνουν αλώβητοι, μέσα από τις πιο μεγάλες αντιξοότητες της σελίδας της ζωής.

Ποια είναι τα χαρακτηριστικά εκείνων που αντέχουν;

Μπορούμε άραγε να τα αποκτήσουμε και εμείς.

Είναι αναπόφευκτο σε κάποιες στιγμές της ζωής μας να βρεθούμε αντιμέτωποι με δύσκολες, δυσάρεστες καταστάσεις.

Ένας χάνει την δουλειά του, ένα παιδί ζει καθημερινά τους καυγάδες των γονιών του, μια οικογένεια χάνει το σπίτι της από σεισμό ή πυρκαγιά, μια νέα γυναίκα μαθαίνει ότι πάσχει από σοβαρή αρρώστια, κ.λπ.

Ο καθένας από αυτούς έχει να παλέψει με πολλές πρακτικές, κοινωνικές και συναισθηματικές αντιξοότητες.

Όμως δεν το κάνουν όλοι με τον ίδιο τρόπο.

Υπάρχουν κάποιοι που καταρρέουν ψυχολογικά, καταβάλλονται τόσο πολύ, από το συμβάν και από τις συνέπειες του, που για μεγάλο διάστημα, καμία φορά για όλη τη ζωή τους, χάνουν την ισορροπία τους και δυσκολεύονται πάρα πολύ να σταθούν στα πόδια τους.

Κάποιοι άλλοι, δείχνουν έπειτα από ένα διάστημα να είναι εντάξει, να μπορούν να συνεχίσουν τη ζωή τους κανονικά. Κι όμως, κάποια στιγμή αρχίζουν να έχουν προβλήματα, αναπτύσσουν ψυχολογικές ή ψυχοσωματικές διαταραχές, περνούν κατάθλιψη, παθαίνουν χρόνιες, ημικρανίες, αϋπνίες.

Είναι σαν οι τραυματικές καταστάσεις να έχουν αφήσει τα ίχνη τους, που εμφανίζονται μετά από καιρό.

Υπάρχει όμως και μια τρίτη κατηγορία. Είναι οι άνθρωποι που μοιάζουν να μην καταβάλλονται από τις αντιξοότητες και τα δυσάρεστα γεγονότα της ζωής και παραμένουν υγιείς και σταθεροί ψυχικά και σωματικά, ακόμα και αν οι συνθήκες της ζωής τους είναι δύσκολες.

Οι επιστήμονες ισχυρίζονται ότι η ανεκτικότητα δεν είναι κάτι που είτε το έχεις, είτε δεν το έχεις, αλλά κάτι που μαθαίνεται και βέβαια, όσο νωρίτερα γίνει αυτό, τόσο το καλύτερο.

Για το λόγο αυτό, είναι πολύ σημαντικό να βοηθιούνται τα παιδιά να αποκτήσουν τέτοιες δυνατότητες.

Αλλά και για κάθε ενήλικο υπάρχουν τρόποι που μπορούν να τον βοηθήσουν, να αυξήσει την ανεκτικότητά του.

Κάποιοι προτιμούμε την εύκολη λύση.

Να κατηγορούμε και ίσως να συκοφαντούμε τους άλλους. Δεν είναι στ' αλήθεια ένα άνανδρο άλλοθι;

Και από την άλλη, πόσο ωφέλιμο και για μας και για τους άλλους θα ήταν, να επιστρατεύσουμε τις δυνάμεις μας, να καταβάλουμε κόπους, την διάθεση αλληλεγγύης μας, απομακρύνοντας ή εξουδετερώνοντας κάποια εμπόδια.

Πόσο όμορφη, πόσο γαλήνια, πόσο ευτυχισμένη μπορεί να είναι η ζωή μας, όταν μόνο κατακρίνουμε, όταν μόνο πετροβολούμε, όταν μόνον διασύρουμε, όταν μόνο μειώνουμε υπολήψεις;

Πως μπορεί κανείς να γίνεται καλύτερος όταν λέει: Ας είμαι εγώ καλά και δεν με ενδιαφέρει για τους άλλους.

Η συμπαράσταση και η αλληλοβοήθεια είναι καλό να γίνουν μέρος της καθημερινότητάς μας.

Πως να απαντήσουμε, όταν χρειαστεί να μας παρέχει κάποιος βοήθεια, όταν εμείς δεν την έχουμε προσφέρει ποτέ.

Και η βοήθεια δεν είναι κατ' ανάγκη, πάντα οικονομική.

Μπορούμε να προσφέρουμε με τα λόγια μας, με μια αγκαλιά ή πολύ απλά να ακούσουμε το πρόβλημα του συνανθρώπου μας, κοιτώντας τον στα μάτια και να δείξουμε κατανόηση.

Πάντα υπάρχει ελπίδα και αισιοδοξία αρκεί να πηγάζει από μέσα μας και να πιστέψουμε στον εαυτό μας και στις δυνατότητες του τις οποίες πιθανότατα, δεν έχουμε ανακαλύψει.

Οι άνθρωποι που εμφανίζονται στη ζωή μας, διαφορετικοί σε κάθε δεδομένη στιγμή, παίζουν και αυτοί το δικό τους ρόλο.

Έρχονται να μας διδάξουν αυτά, που οι ίδιοι έχουν βιώσει και να μας προστατέψουν και συμβουλεύουν με τον τρόπο τους.

Την αλληλοβοήθεια σαν έννοια την έχουν βαθιά μέσα τους και προσπαθούν να τη μεταδώσουν με τον καλύτερο τρόπο.

Δεν είναι υπέροχος σκοπός ζωής, όσον εξαρτάται από μένα, να γίνεται η ζωή των άλλων πιο άνετη, πιο ξεκούραστη, πιο εύκολη, πιο χαρούμενη;

Λέμε κάποτε στον εαυτό μας. Δεν κάνω κακό σε κανέναν και εφησυχάζουμε.

Η υπέρβαση του "εγώ" μας κάνει οδίτες του ουρανού. Ενώ, αν πρωτίστως από τον εαυτό μου απαιτώ να είμαι συμμετοχος σε κάθε καλό, να είμαι συντελεστής του αγαθού, τότε, ίσως γίνω ένα σιωπηλό παράδειγμα και για κάποιους άλλους συνοδοιπόρους μου.

Σαν υστερόγραφο, θα ήταν αναγκαίο να πούμε πως υπάρχει και ένας άλλος ηθικός προβληματισμός από το να αφήνουμε ή να παίρνουμε τους βράχους από τον δρόμο των άλλων.

Το τραγικό θα είναι να βάζουμε εμείς βράχους στη ζωή των άλλων και να προκαλούμε πόνο και απογοήτευση, απελπισία και αποθάρρυνση.

Να προκαλούμε δάκρυα και να σβήνουμε χαμόγελα.

Αλήθεια, πόσο μπορούμε να είμαστε μέσα στο θέλημα του Θεού, αν αυτό βέβαια μας ενδιαφέρει; Ή δεν είναι τουλάχιστον θέμα ανθρωπιάς; Αλλά πόσο κάνεις μπορεί να είναι φιλόθεος, αν πρωτίστως δεν είναι φιλόθεος; Πόσο.....

Πηγή:

Μηνιαίο Ορθόδοξο Χριστιανικό Περιοδικό "Αγία Λυδία".

Σας ευχαριστώ

Δημήτριος Μητρόπουλος