

## ΟΙ ΗΠΙΕΣ ΑΡΕΤΕΣ (ΣΥΓΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ) #1

Ζούμε σε μια εποχή ολιστικής υπερβολής! Υπερβολική ελευθερία στις απολαύσεις και δράσεις μας. Υπερβολική άνεση και χαλαρότητα στις σχέσεις μας. Ισότητα εκτεταμένη μέχρι ισοπέδωσης. Ζούμε σε «μαζική κοινωνία» μέσα σε χαοτικές συνθήκες και με συνέπειες εξίσου υπερβολικές. Μας πλημμυρίζει το στρες, το άγχος, οι αμφιβολίες, η σύγχυση και θλίψη, ακόμη, και ο φόβος, η αγωνία μέχρι σημείου απελπισίας. **Και το χειρότερο αναδύεται μια απάθεια και ακηδία. «Δεν διορθώνεται με τίποτα»!** Μακάρι να είχαμε μια σίγουρη λύση έτοιμη.

**Ζούμε σε μια ιστορική περίοδο, κατά την οποία η ασύλληπτη επιστημονική πρόοδος αντισταθμίζεται από την έκπτωση των παραδοσιακών και ηθικών αξιών.** Η πιο σπουδαία προσπάθεια είναι η δημιουργία μιας διακριτής προσωπικότητας (ανθρώπινης οντότητας). Η πιο συναρπαστική δημιουργική δραστηριότητα, γιατί μας παρέχει τη μεγαλύτερη ανταμοιβή. Την προσωπικότητά μας κανένας δεν μπορεί να μας την αφαιρέσει. Το μόνο απρόσβλητο κτήμα μας, ως άνθρωποι, και την οποία εξακολουθούμε να καλλιεργούμε μέχρι την τελευταία μέρα της ζωής μας. Αυτή η δια βίου επιδίωξη συγκρότησης προσωπικότητας, μπορεί να διατηρήσει τη ζωή γοητευτική έως το τέλος της. **Με αυτή την ασχολία δε νιώθουμε ποτέ ανία ή ακηδία.** Ο ενθουσιασμός, η εμπιστοσύνη, ο οραματισμός είναι τα χρυσά κλειδιά για μια ολοκληρωμένη προσωπικότητα. Κοντολογίς, η ολιστική καλλιέργεια του τρόπου σκέπτεσθαι, συναισθάνεσθαι και πράττειν, ως άνθρωπος - πρόσωπο με αρετές.

**Αρετή**, με την ολιστική της έννοια, σημαίνει βούληση και πράξη του αγαθού. Ειδικότερα για τον άνθρωπο, ως πρόσωπο, σημαίνει τη ψυχική δύναμη για ανθρωπιά. Προϋποθέτει μια βούληση που αποκτάται με υπομονή και επιμονή, χωρίς την οποία κάθε ηθική πράξη θα ήταν αδύνατη. **Ητοι αρετές είναι οι πραγματοποιούμενες ηθικές αξίες μας.**

Ένα ολόγραμμα αξιών και αρετών συνιστά το καταπίστευμα του Ανθρώπου στην ιστορική του διαδρομή. Συνήθως θεωρούμε, ως μοναδικές τις «ισχυρές», επιμέρους αρετές: Η τετρακτύς των Αρχαίων Προγόνων μας! Την ανδρεία (θάρρος, ευψυχία, ψυχικό σθένος), τη φρόνηση, τη σωφροσύνη (εγκράτεια), και τη δικαιοσύνη. Ιστορικά έχει καλλιεργηθεί μεγάλος αριθμός επιμέρους αρετών. Ουσιαστικά οι αρετές μας είναι όσες και τα αντίστοιχα ελαττώματά μας, καθόσον οι αρετές αντιτίθενται σε κάθε έλλειψη και πλεονασμό ενέργειάς μας.

Γνωρίσαμε ένα μεγάλο πλήθος κρίσιμων αρετών, όπως: αυτοεκτίμηση, ευγένεια, γενναιοδωρία, ευγνωμοσύνη, μεγαθυμία, φιλαλήθεια, εμπιστοσύνη, ελπίδα.....

Υπάρχουν και αρκετές αρετές που χαρακτηρίζονται, ως ήπιες, αλλά από αυτές τις ελάχιστονες αρετές αναδύεται μια σπουδαία δύναμη, που συμβάλλει καιρία στη καλλιέργεια της Αρετής. **Τις ονομάζουμε ήπιες, αλλά η σημασία τους είναι τεράστια στην καλλιέργεια της Κοινωνίας και του ατόμου ειδικά.**

### Χαμόγελο (μειδίσμα)

Είναι ξάφνιασμα, ίσως, το να κατατάσσεις ένα απλό χαμόγελο στο επίπεδο της ...Αρετής! Και όμως το χαμόγελο συνιστά μία αξιόλογη αξία και μάλιστα στη γενική περίπτωση πραγματώνεται σε σπουδαία αρετή. Η φράση: «**πείτε του με ένα χαμόγελο**»!>! συνιστά μία διατύπωση με πολύ βαθύτερο νόημα από αυτό που δείχνει επιφανειακά.

**Με ένα χαμόγελο στα χείλη μας η ψυχή μας γίνεται χαρούμενη και ακτινοβολεί μια ξεχωριστή υπέροχη λάμψη!** Αυτό φαίνεται στο πρόσωπό μας που φωτίζεται και εκπέμπει ειλικρίνεια και καλοσύνη. Το πρόσωπό μας πλαταίνει φωτεινά με ένα ελάχιστο χαμόγελο. Κοντολογίς, με το χαμόγελο γίνεται πολύ πιο φιλική η υποδοχή του άλλου αλλά και της ζωής ολόκληρης! Το μάτι μας δεν είναι σκοτεινό αλλά σπινθηροβόλο! Τα χείλη μας δεν είναι τσιτωμένα ή σφιγτά και συνοφρυωμένα, αλλά χαλαρά και ελαφρώς ανοικτά. Η όλη όψη μας δεν είναι σκυθρωπή, αλλά καθαρή. Το χαμόγελο δεν είναι γελοίο. Το χαμόγελο είναι πέρα και πιο πάνω από το γέλιο.

Το γέλιο είναι μια έκπληξη απωθημένης ενέργειας. Μια έκρηξη που συνήθως χλευάζει και πιθανόν πληγώνει κάποιον. **Το χαμόγελο συγκρατεί. Διατηρεί την ενέργεια της ζωής αντί να την**

**διασπαθίζει.** Τη διαδίδει και τη χαίρεται ενδόμυχα. Δεν περιπαίζει επομένως εις βάρος του άλλου. Χαμογελάμε; αυτό σημαίνει ότι αποδραματοποιούμε το θυμό μας, εάν υπάρχει.

Θα επιθυμούσαμε ο άλλος να αντιδρά καλύτερα, να υπερβαίνει τον εαυτό του και όχι να υπολείπεται αυτού που θα μπορούσε να είναι. Προσπαθούμε να τον προστατεύσουμε να μην τον πληγώσουμε. Τον προστατεύουμε ερήμην του! Το χαμόγελο είναι, ίσως, μια ήπια επίπληξη που αντιτίθεται χωρίς να υποβιβάζει. Υιοθετώντας το, υπερβαίνει κάθε επιθετικότητα. Ανυψωνόμαστε, εξυψώνοντας στον άλλον. Δεν είμαστε υπεράνω όλων, με το πρόσχημα ότι ο άλλος υπολείπεται όλων των περιστάσεων.

**Το χαμόγελο υπό αυτή την έννοια, ταυτίζεται με την ίδια την ηθική.** Ανάμεσα στη σιωπή και τη βία, είναι ο σωστός τόνος. Ο τόνος αυτός είναι ο **τόνος της αγάπης των ανθρώπων προς τους ανθρώπους.** Πρόκειται για μια μορφή απόσπασης, ρήξεις χωρίς βία. **Ο σοφός αναπαρίσταται πάντοτε με χαμογελαστό τρόπο. Ο Βούδας χαμογελά.** Βλέπει τα πάντα από την οπτική γωνία της ανώτατης συνείδησης. Φροντίζει να μην τροφοδοτεί τα ανθρώπινα πάθη με το δικό του πάθος.

**Ας διατηρούμε το χαμόγελο παρακαλώ.** Υπάρχουν δύο τρόποι να ζει κανείς: χωρίς χαμόγελο ή με χαμόγελο. Το να ζούμε χωρίς χαμόγελο σημαίνει ότι περιορίζουμε τη ζωή να είναι απλώς η ζωή. Με άλλα λόγια συντριβούμε τη ζωή μέσα στη ζωή. Είναι η ίδια η αγριότητα και πίσω από την αγριότητα είναι ήδη ο θάνατος! Τι είναι ο θάνατος, αν όχι το γεγονός ότι όταν τα πράγματα δεν είναι ζωντανά δεν είναι αυτά που είναι; **Είναι κενά. Απελπιστικά μονότονα!** Μια ζωή χωρίς χαμόγελο είναι μια ζωή χωρίς ζωή. Μια ζωή με χαμόγελο είναι μια ζωή γεμάτη ζωή. Δεν συντριβούμε τη ζωή μέσα στη ζωή. Απομακρυνόμαστε απλά από την αγριότητα. Ένα λουλούδι είναι **ωσάν χαμόγελο της γης της φύσης.** Ολόκληρη η ζωή γίνεται χαμόγελο. Μια θαυματουργή απόσταση μπαίνει ανάμεσα σε μας και τον κόσμο για να απαλλάξει τον κόσμο από το βάρος του, όπως υπάρχει η ποίηση που είναι το **χαμόγελο της γλώσσας** υπάρχει και το **χαμόγελο που είναι η ποίηση του κόσμου**

**Η ποίηση είναι το χαμόγελο της γλώσσας.** Η ζωγραφική εκφράζει τη ζωή, το χαμόγελο εκφράζει την **ανθρωπινότητα!** Η ζωγραφιά είναι το **χαμόγελο της φύσης και της ζωής**

Όταν η ψυχή μας είναι χαρούμενη φαίνεται στο πρόσωπό μας, που λάμπει με ένα πλατύ χαμόγελο, ωσάν να υποδέχεται τον άλλον ή και την ίδια τη ζωή. Τα χείλη μας δεν είναι συνοφρυωμένα και σφιχτά, αλλά χαλαρά και μισάνοιχτα. Η ματιά μας λαμπυρίζει. Δεν είμαστε σκυθρωποί. Το χαμόγελο δεν είναι γέλιο, αλλά **κάτι πολύ παραπάνω.** Το γέλιο είναι μια έκρηξη, που ίσως, χλευάζει και πληγώνει. Το χαμόγελο συγκρατεί την ενέργεια της ζωής και την εξακτινώνει. Αυτό εκδηλώνει ότι αποδραματοποιούμε τον θυμό, υπερβαίνουμε τον εαυτό μας, και ίσως, τον ταπεινώνουμε δημόσια. Συνιστά μια ανύψωση του άλλου και του εαυτού μας συγχρόνως. Ήτοι, θέτουμε τον εαυτό μας σε ίση μοίρα με τον άλλον, άρα ταυτίζεται με την ηθική στάση. **Είναι ένας τόνος της αγάπης. Μια ρήξη και απομάκρυνση από τη βία και το μίσος.**

**Η ζωή μας δίχως χαμόγελο είναι απλή επιβίωση. Μια ζωή χωρίς χαμόγελο είναι μια ζωή χωρίς ζωή!** Με το χαμόγελο η ζωή γίνεται πληρέστερη, γιατί αποκτά υψηλότερο νόημα. **Ολόκληρη η ζωή γίνεται χαμόγελο. Γίνεται ποίηση του κόσμου. Μια ποίηση στην απόλυτη ευχέρεια του καθενός μας.** Αρκεί να μάθει να χαμογελάει κανείς. **Το χαμόγελο εκφράζει την ανθρωπινότητά μας.**

Τα όσα έχουν ειπωθεί, από επώνυμους και ανώνυμους για το χαμόγελο είναι άπειρα:

- *Δεν υπάρχει τίποτα πραγματικά όμορφο, όσο το χαμόγελο του συνανθρώπου σου.*
- *Ένα ζεστό χαμόγελο είναι μια λιακάδα μέσα στο σπίτι το καταχειμώνα.*
- *Ζεστό χαμόγελο είναι η διεθνής γλώσσα της καλοσύνης.*
- *Ένα χαμόγελο δεν στοιχίζει τίποτα, κι όμως είναι πολύτιμο.*
- *Ό,τι θέλεις θα το πάρεις ευκολότερα με το χαμόγελο παρά με το σπαθί σου Σαίξπηρ*
- *Όταν όλοι νομίζουν πως όλα είναι άσχημα, εγώ πάντα χαμογελάω. Είναι ό,τι καλύτερο για να αντιμετωπίσεις τη ζωή.*
- *Τα βρέφη δεν μπορούν να μιλήσουν. Χαμογελούν, όμως.*
- *Το χαμόγελο είναι η γέφυρα που ενώνει. Χαμογελάτε, είναι μεταδοτικό!*

### **Χιούμορ(ευφυολόγημα)**

**Μα είναι αρετή το χιούμορ** (< humor= χυμός, υγρό..); Και όμως, απαιτείται δύναμη ψυχική για την έκφρασή του και μάλιστα **αποβλέπει σε καλό σκοπό**. Όταν το ευφυολόγημα λέγεται **στην ώρα του είναι, όντως, ωραίο!** Δεν μας ευχαριστεί, **αλλά μάς προφυλάσσει. Εκεί έγκειται η σπουδαιότητά του**. Συνιστά αγένεια το να έχει κάποιος ένα περισπούδαστο ύφος. Μάλλον είναι γελοίο το να παίρνει κάποιος πολύ σοβαρά, πάντα, τον εαυτό του, γιατί ελλοχεύει, ίσως, αυταπάτη και φανατισμός.

Το χιούμορ **αναδύεται από την αρμονική σύνθεση αλήθειας, γενναιότητας, γλυκύτητας, μεγαθυμίας και ευγένειας**. Η έλλειψή του δεν επηρεάζει σοβαρά την ηθική εκτίμηση, αλλά ένας **Άγιος χωρίς χιούμορ δεν θα ήταν ολοκληρωμένος και ένας σοφός θα ήταν ελλιπής**. Το χιούμορ είναι συνώνυμο με το πνεύμα, την ύπατη ανθρώπινη ανάδυση. **Δεν αξίζει η αγάπη χωρίς χαρά ούτε η χαρά, χωρίς χιούμορ**.

Το χιούμορ, όπως και το χαμόγελο, καθιστά τα πράγματα **λιγότερο τραγικά!** Αμβλύνει την απελπιστική κατάσταση. **Δεν ταυτίζεται με την ειρωνεία**, η οποία, εάν και ενίοτε, είναι χρήσιμη, όπως κάθε «όπλο», σαφώς δεν είναι αρετή, γιατί δεν αποσκοπεί στο αγαθό, καθόσον πηγάζει από μίσος. **Η ειρωνεία γελάει σε βάρος του άλλου, ενώ το χιούμορ, συνήθως, γελάει με τον εαυτό του**.

**Υπερβολή, όμως, του χιούμορ, συνήθως, το καταστρέφει**, γιατί συνιστά δείγμα **ναρκισσισμού. Ενώ εν μέτρω έκφραση οδηγεί στην ταπεινοφροσύνη**.

Μπορούμε να αστειευτούμε με τα πάντα: την αποτυχία, τον θάνατο, την αρρώστια, τα βασανιστήρια... ώστε να αναδύεται λίγη χαρά, γλυκύτητα και ελαφράδα. **Το χιούμορ έχει διακριτή αξία, γιατί μετουσιώνει τη θλίψη σε χαρά, το μίσος σε αγάπη, την απογοήτευση σε κωμικό, την απελπισία σε ευθυμία**. Αφοπλίζει τη σοβαρότητα, τα δόγματα, την προσβολή ... «*Με περισσότερο καρκίνο από δικό μου πεθαίνεις!!!*» (Γούντι Άλεν)!.. Είναι «**το χαμόγελο της λογικής**»... Ενεργεί, ως εάν **αδελφικός χαιρετισμός και συνιστά αίσθημα τρυφερότητας, ενώ η ειρωνεία είναι εκδήλωση περιφρονητικής και εχθρικής εναντίωσης**.

Το ευφυολόγημα **δίνει διέξοδο και δεν είναι ούτε σοβαρότητα, ούτε επιπολαιότητα**. Είναι **μια ποιοτική μεσότητα**, ίσως, αμφίβολη, αλλά αποκαλύπτει το μάταιο σε κάθε σοβαρό και το σοβαρό σε κάθε επιπόλαιο. Γι' αυτό χαρακτηρίζεται, **ως αρετή**.

**Ήτοι ο άνθρωπος με το χιούμορ γελάει καθώς πρέπει, ούτε περισσότερο ούτε λιγότερο, όταν πρέπει και με ό,τι πρέπει...** Είναι **μια χαρωπή απογοήτευση, που πλησιάζει την πνευματική διαύγεια και την καλή πίστη μας και ως χαρά πλησιάζει την αγάπη**.

**Εδώ φαίνεται το μεγαλείο της αρετής που λέγεται ευφυολόγημα (χιούμορ).**

**Συνέχεια στο επόμενο**

Δημήτρης Μπάκας  
05 Απρ.. 2024