

Πέμπτη συνάντηση Σχολής Γονέων Ιεράς Μητροπόλεως Δράμας

Μητροπολιτικό Έργο / Ι.Μ. Δράμας



Την Κυριακή, 15 Φεβρουαρίου 2026, πραγματοποιήθηκε η πέμπτη -για τη φετινή εκκλησιαστική χρονιά- συνάντηση της Σχολής Γονέων της Ιεράς Μητροπόλεως Δράμας.

Καλεσμένος ομιλητής αυτή τη φορά ο ψυχολόγος Ελευθεριάδης Ελευθέριος και θέμα του: «Πόνος , απώλεια και πένθος». Στην εξαιρετική ομιλία του, ο κ. Ελευθεριάδης, εστίασε σε 5 σημεία, τα οποία και ζήτησε από τους ακροατές να κρατήσουν στη μνήμη τους. Χρησιμοποίησε μάλιστα αληθινές ιστορίες/περιστατικά ως παραδείγματα για να εντυπωθούν καλύτερα στο μυαλό τους.

Το πρώτο σημείο ήταν ο ορισμός της λέξης «πόνος» ως «μυστηρίου», του οποίου μόνο ένα κομμάτι μπορούμε να κατανοήσουμε κι όχι ολόκληρο. Γι' αυτό και συμβούλεψε να

μιλάμε μόνο για τον προσωπικό μας πόνο και ποτέ για τον πόνο ή στον πόνο του άλλου. Εκεί, θα πρέπει «να κρατάμε», όπως χαρακτηριστικά είπε, «το στόμα μας κλειστό», δείχνοντας απόλυτο σεβασμό. Ανατρέχοντας στην ιστορία του Αδάμ και της Εύας, χαρακτήρισε τον πόνο ως «ίδιον μεταπτωτικό, όχι ως τιμωρία αλλά ως επακόλουθο μιας κακής επιλογής, μιας κακής χρήσης του αυτεξουσίου μας».



Στη συνέχεια αναφέρθηκε σε φράσεις που συχνά χρησιμοποιούμε για να παρηγορήσουμε κάποιον που πονά και που μπορεί να έχουν το ακριβώς αντίθετο αποτέλεσμα. Φράσεις όπως «έτσι ήθελε ο Θεός», «είναι για καλό» κ.λ.π. Κι αυτό το σημείο είχε επίσης ως σκοπό να αποτρέψει από το να μιλάμε στον πόνο του άλλου. Παρουσία – σιωπή – προσευχή είναι η ενδεδειγμένη στάση στον πόνο.

Το τρίτο σημείο ήταν η διαπίστωση ότι ο πόνος φτάνει τον άνθρωπο στα όριά του. Γι' αυτό και δεν πρέπει ούτε να ξαφνιαζόμαστε με τις αντιδράσεις των άλλων όταν πονάνε, ούτε να απογοητευόμαστε και να είμαστε αυστηροί με τις δικές μας αντιδράσεις στον πόνο.



Χρειάζεται κατανόηση, διάκριση, καρδιακή και όχι γνωσιολογική προσέγγιση του πόνου. Ο ομιλητής επεσήμανε -ως τέταρτο σημείο- ότι διαφέρει η πηγή, ο λόγος για τον οποίο πονά ο κάθε άνθρωπος, αλλά είναι κοινός ο τρόπος με τον οποίο εκφράζεται το πένθος μέσα από πέντε στάδια: άρνηση, θυμό, διαπραγμάτευση, κατάθλιψη, αποδοχή. Από τα στάδια αυτά, το πρώτο, η άρνηση, είναι το μικρότερο σε διάρκεια. Ο θυμός, η διαπραγμάτευση και η κατάθλιψη (μη κλινική αλλά

αντιδραστική κατάσταση) συνήθως συνυπάρχουν και εναλλάσσονται. Το δυσκολότερο στάδιο είναι η διαπραγμάτευση, τόνισε ο κ. Ελευθεριάδης.

Το πέμπτο και τελευταίο σημείο ήταν η απάντηση στο ερώτημα αν περνάει ποτέ ο πόνος. Η απάντηση ήταν καταφατική. Ναι, περνάει, αλλά αυτό που δεν περνάει είναι η απώλεια. Παρομοίωσε την απώλεια με το καμένο δάσος, στο οποίο πάντα θα υπάρχει το καμένο έδαφος, αλλά πάνω του θα μπορείς να πατήσεις για να προχωρήσεις. Δουλειά του ψυχολόγου είναι να βοηθήσει τον άνθρωπο που βιώνει τον πόνο να περάσει αυτά τα πέντε στάδια χωρίς να εμφανίσει κάποια ψυχοπαθολογία. Δουλειά του πνευματικού είναι να δείξει στον άνθρωπο που πονά ότι υπάρχει ελπίδα, ότι Χριστός Ανέστη!

