31/10/2022

Ένας διάλογος με θέμα τις εξαρτήσεις στο «ΕΝΟΡΙΑ εν δράσει…»

/ Ενορίες

Συζήτηση με την ευκαιρία της κυκλοφορίας του βιβλίου των εκδόσεων «Αρχονταρίκι» με τίτλο «ΜΙΛΩΝΤΑΣ ΓΙΑ ΠΑΘΗ ΚΑΙ ΕΞΑΡΤΗΣΕΙΣ», πραγματοποιήθηκε την Κυριακή 30 Οκτωβρίου 2022, στο πλαίσιο του προγράμματος «ΕΝΟΡΙΑ εν δράσει…», του Ιερού Ναού Ευαγγελιστρίας Πειραιώς.

Ο κ. **Ηλίας Λιαμής**, Δρ. Θεολογίας, μουσικολόγος και συγγραφέας, φιλοξένησε τον **Πρωτοπρεσβύτερο π. Θεμιστοκλή Μουρτζανό, Γενικό Αρχιερατικό Επίτροπο της Ιεράς Μητροπόλεως Κερκύρας, θεολόγο, εκπαιδευτικό και συγγραφέα, την κα Αθηνά Λινού, καθηγήτρια Επιδημιολογίας και Πρόεδρο του Ινστιτούτου Prolepsis, τον κ. Δημήτρη Κούκη, ψυχολόγο και ψυχοθεραπευτή και τον κ. Μιχάλη Χαντά, νομικό και θεολόγο**.

Η συνάντηση πραγματοποιήθηκε σε συνεργασία με το διαδικτυακό τηλεοπτικό

κανάλι **Pemptousia TV** και την εκπομπή **«Ό,τι Καλόν»**.

Η εκδήλωση μεταδόθηκε από το κανάλι του **«ΕΝΟΡΙΑ εν δράσει…»** στο YouTube.

Το βιβλίο, αποτελεί έναν συλλογικό τόμο και το θέμα της συζήτησης, **«Μπορώ και χωρίς…»**, αποτελεί τον υπότιτλο του βιβλίου και εκφράζει την αγωνία των ανθρώπων, που βρίσκονται εξαρτημένοι και παγιδευμένοι. Και βέβαια η εξάρτηση δεν αφορά μόνο τις ουσίες ή το αλκοόλ, στα οποία συχνά γίνεται αναφορά.

Η ανθρώπινη ελευθερία είναι πάρα πολύ εύθραυστη, βάλλεται πανταχόθεν. Και η λέξη «μπορώ» προσφέρει κουράγιο και διαβεβαιώνει ότι η απόκτηση της ελευθερίας ξανά, μπορεί να επιτευχθεί.

Το βιβλίο περιλαμβάνει μία ευρεία θεματολογία με κινδύνους εξάρτησης, και όλοι οι συμμετέχοντες στην συζήτηση, συμπεριλαμβάνονται στους πολλούς συγγραφείς της έκδοσης.

Πρωτ. Θεμιστοκλής Μουρτζανός

Ο **π. Θεμιστοκλής**, συμμετέχει στον τόμο, αναλύοντας και καταγράφοντας ένα εξαιρετικά πρωτότυπο θέμα, ως αφορμή και κίνδυνο εξάρτησης, την έννοια της «τεχνικής».

«Έχουμε παρασυρθεί από έναν τρόπο τεχνικής στη ζωή μας, και χωρίς να το καταλαβαίνουμε, έχουμε παραδοθεί στον «τρόπο», την «τέχνη». Και δεν αναφερόμαστε στην τέχνη με την έννοια της δημιουργικότητας, αλλά με την εστίαση σε αυτό που φαίνεται και όχι στο ουσιώδες.
Η τεχνική έχει πολλές διαστάσεις, όπως επί παραδείγματι στην επικοινωνία, όπου δεν δίνεται έμφαση στην σχέση, αλλά στο μήνυμα, αυτό που κάποιος θέλει να περάσει στον άλλον. Άλλη διαδεδομένη διάσταση, εμφανίζεται στον έρωτα, όπου από την σεξουαλικότητα μέχρι τον τρόπο της επικοινωνίας, όλα μπαίνουν στην λογική της συνταγής.
Και εδώ παρουσιάζεται ο κίνδυνος, να εντοπίσει κάποιος την χαρά στην απόλαυση και να περιοριστεί στην τεχνική, τον τρόπο που αξιοποιεί κάποια πράγματα για να έρθει σε επικοινωνία με τον άλλον, χωρίς όμως να μπει στην ψυχή του και να αφήσει τον άλλον να μπει στην δική του.
«Η τεχνική γίνεται εξάρτηση, γιατί μέσα από αυτόν τον τρόπο γεννιέται μία αυτάρκεια, η οποία γίνεται παγίδα. Αν κάποιος κάνει σχέσεις με τους άλλους, επικοινωνώντας με τεχνικές το μήνυμα του, ότι είναι διαθέσιμος, αλλά δεν μπορεί όμως να μπει στην αγάπη, που είναι το νόημα της ζωής, τότε μέσα στην αυτάρκεια που του δίνει η αποδοχή της τεχνικής του, δεν θα μπορέσει να κάνει το επόμενο

βήμα, δηλαδή να ζήσει την πραγματικότητα.»

Δεν αρνείται κανείς την τεχνική, τόνισε ο **π. Θεμιστοκλής**, αλλά το θέμα είναι αν μέσα στην αυτάρκεια της, χάνει κάποιος την ελευθερία του. Και κινδυνεύει, εξαρτημένος από την γοητεία της τεχνικής, να χάσει την ελευθερία της καρδιάς του, την δυνατότητα να αγαπά, να μοιράζεται, ακόμα και να κάνει λάθη.

«Ο Χριστός απέρριψε την αυτάρκεια, στα πρόσωπα των φαρισαίων αλλά και των ισχυρών κάθε εποχής, γιατί ο μεγαλύτερος κίνδυνους εκείνου που εξουσιάζει, είναι ότι αισθάνεται αυτάρκης με αποτέλεσμα ποτέ να μην κάνει το αληθινό βήμα προς τον άλλον, ούτε και το βήμα της μετάνοιας.»

Αθηνά Λινού

Το κείμενο της **κας Λινού** στο βιβλίο, αγγίζει την καθημερινότητα, επικεντρωμένο στο θέμα της διατροφής, ως αφορμή να μιλήσει κανείς για ανθρώπινες σχέσεις και τρόπο ζωής.

Στον χώρο της διατροφής, υπάρχει μία μόνιμη παγκόσμια αγωνία, σημείωσε η κα Λινού, γιατί έχει εξαλειφθεί η επικοινωνία, η έγνοια και η φροντίδα, κυρίως για το

περιβάλλον.

Αν αυτή τη στιγμή ζούμε όλα τα χρόνια νοσήματα, τόνισε, είναι γιατί δεν σεβαστήκαμε την κατανόηση των πραγμάτων που μας περιβάλλουν, δεν σεβαστήκαμε την φτώχεια, την πείνα και τις ανάγκες των ανθρώπων.

«Και αντικαταστήσαμε την οικογενειακή φροντίδα της διατροφής μετατρέποντας την σε ένα προϊόν που το αγοράζεις και το φτιάχνει κάποιος άλλος, χωρίς να επιλέγεις τα συστατικά και χωρίς να προσδιορίζεις τα χαρακτηριστικά του.
Αυτό που μας ανησυχεί στο χώρο της υγείας, είναι ότι αυτό προκαλεί επώδυνη σωματική νόσο, πέραν της ψυχικής. Υπάρχουν νοσήματα που οφείλονται και στο πολύ ή λίγο φαγητό, και στη θεοποίηση της διατροφής».

Συνεχίζοντας η **κα Λινού** σημείωσε πως δεν σεβόμαστε την παράδοση μας και τις γνώσεις προηγούμενων γενεών, το περιβάλλον, το σώμα μας, οπότε όλα αυτά είναι μία μορφή εγωκεντρισμού και γι’ αυτό είναι εξάρτηση.

Υπάρχουν ψυχιατρικές νόσοι, όπου ο άνθρωπος δίνει στην τροφή τέτοια αξία, που θεωρεί ότι μία μορφή τροφής μπορεί να τον σκοτώσει, κι έτσι σκοτώνει τον εαυτό του με αυτόν τον τρόπο, ή εμφανίζεται ακόμη και η εξάρτηση από τις ποσότητες.

Γι’ αυτό και επεσήμανε ότι:
«Το να εκτιμάς την ικανότητα ενός ανθρώπου να φτιάξει ένα φαγητό, την θυσία που απαιτεί και την αγάπη που έχει μέσα, είναι κάτι πολύ διαφορετικό.»

Δημήτρης Κούκης

Ο **κ. Κούκης,** συμμετέχει στον τόμο με ένα κείμενο που αφορά τις τοξικές σχέσεις ανθρώπων, που εμμένουν σε συνταγές συνύπαρξης, επικοινωνίας και σχέσεων με τους άλλους, παρόλο που επανειλημμένα έχει αποδειχθεί ότι είναι μη λειτουργικές.

«Στις πολλές αποτυχημένες σχέσεις που είναι πανομοιότυπες, μόλις ξεκινήσουμε να δούμε ποια είναι η προσωπική μας ευθύνη σε όλο αυτό, ανακαλύπτουμε αιφνιδιασμένοι ότι και οι εμείς συμβαδίζουμε με μία τοξικότητα, παράγουμε τοξικότητα ή την επιτρέπουμε και την ανεχόμαστε.
Οπότε σαν έναν παζλ, κουμπώνουμε άριστα στο να δημιουργήσουμε αυτό που καταδικάζουμε και καταγγέλλουμε.»

Ο πόνος από την τοξικότητα γίνεται κάτι εξαρτησιογόνο και οι τοξικές σχέσεις παράγουν ψυχοσωματικά προβλήματα που μπορούν να οδηγήσουν ακόμη και στον θάνατο.

Και όπως τόνισε ο **κ. Κούκης**, καταγγέλλουμε τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουμε στη σχέση μας, με μεγάλη ευκολία διακρίνουμε τις δυσλειτουργίες σε αυτή τη

σχέση, με ακόμη μεγαλύτερη ευκολία συμβουλεύουμε άλλους να χωρίσουν για να απεμπλακούν, αλλά έχουμε πλήρη δυσκολία να γνωρίσουμε βασικά στοιχεία της δικής μας σχέσης ή ζωής.

Επεσήμανε ότι υπάρχει μία μεγάλη προσωπική ανασφάλεια στους ανθρώπους που εμπλέκονται σε τοξικές σχέσεις και υπάρχει μεγάλη ανοχή στη συναισθηματική χειραγώγηση.

Δηλαδή θεωρούν, και είναι ένας μεγάλος μύθος, ότι η ανοχή, η υπομονή, η κατανόηση σε δυσλειτουργικές συμπεριφορές, θα οδηγήσει σε αλλαγή και προσδοκούν ότι ο άλλος θα αλλάξει επειδή του το ζητούν και επιμένουν.
Σημείωσε μάλιστα, με αφορμή και περιστατικά που βλέπουν συχνά το φως της δημοσιότητας, ότι πάντοτε υπήρχε έντονη ενδοοικογενειακή βία και γυναικοκτονίες, απλώς σήμερα προβάλλονται περισσότερο.

«Οι άντρες που εμπλέκονται σε τοξικές σχέσεις είναι βαθιά ανασφαλείς και φοβικοί και για να καλύψουν την αγωνία τους να ελέγξουν το περιβάλλον, επιδιώκουν με μεγάλη προσπάθεια να χειραγωγήσουν τη σύντροφο τους και να έχουν πλήρη έλεγχο. Μόλις η σύντροφος αντιδράσει και αποτύχει η προσπάθεια ελέγχου, κάποιες φορές δυστυχώς ο άντρας αφού δεν μπορεί να ελέγξει τη σχέση, ελέγχει τη ζωή της και τότε έχουμε γυναικοκτονία.»

Μιχάλης Χαντάς

Ο **κ. Χαντάς** επέλεξε να γράψει στον τόμο για την εξάρτηση μέσα από τις ευκολίες της ζωής. Όντας ο ίδιος τυφλός, το κείμενο έχει προσωπικό χαρακτήρα, όπου περιγράφει όλη την περιπέτεια του με το θέμα της όρασης του και πάνω σε αυτό μιλάει για την εξάρτηση από την ευκολία.

Όπως είπε, στην εποχή μας όλα έχουν οπτικοποιηθεί, όπως φαίνεται από την επικοινωνία κυρίων των νέων ανθρώπων. Η όραση είναι μία αίσθηση που έδωσε ο Θεός βασικότατη για τη ζωή του ανθρώπου και η έλλειψη της είναι ένα πλήγμα.

Η απώλεια της, συνέβη σε ένα πολύ κομβικό σημείο της ζωής του **κ. Χαντά**, την περίοδο των εισαγωγικών εξετάσεων για το πανεπιστήμιο. Μετά το αρχικό σοκ, σκεπτόμενος βαθύτερα ότι εντάσσεται κι αυτό στο σχέδιο του Θεού που δεν ποτέ δεν θέλει να κάνει κακό στον άνθρωπο, προσπάθησε να προσαρμοστεί στη νέα κατάσταση.

Το αντιμετώπισε ως πρόκληση για αγώνα και πρόσκληση να πλησιάσει τον Θεό, ώστε να αντλήσει δύναμη από Εκείνον. Με ιδιαίτερους τρόπους συνέχισε τις σπουδές του, ξεπερνώντας τις δυσκολίες με έρωτα για τη ζωή.

«Η όραση είναι ένα σημαντικότατο αγαθό, όμως μπορεί να ζήσει κανείς και να δημιουργήσει, και χωρίς αυτήν. Δεν πρέπει να περιμένει την αντιμετώπιση των προβλημάτων της καθημερινότητας του από τρίτους, φορείς ή πρόσωπα, αλλά από τον ίδιο.
Το πρόβλημα δεν σημαίνει απαραίτητα κάτι κακό. Πρέπει να ερωτευθούμε τη ζωή για να ζήσουμε μαζί της αγκαλιά και να δημιουργήσουμε, είναι δώρο Θεού. Αν στις δυσκολίες δειλιάσουμε, σημαίνει ότι παραιτούμαστε.»

Η ευκολία είναι ροπή του ανθρώπου, μας έλκει και είναι και το δόγμα της κοινωνίας. Στο κείμενο του ο **κ. Χαντάς** απομυθοποιεί την ευκολία και αποδαιμονοποιεί την δυσκολία.

Και το αποτέλεσμα που θα έχει κάποιος στον προσωπικό του αγώνα, έχοντας δυσκολευθεί και αγωνιστεί, έχει ένα κομμάτι από τον ίδιον. Και το σημείο στο οποίο θα φτάσει, θα είναι κατάκτηση δική του, με την βοήθεια του Θεού.

Ο επίλογος της εκδήλωσης ήταν πως όλα καταλήγουν στο ότι ανά πάσα στιγμή, από εμάς εξαρτάται η ποιότητα της ζωής μας και η απελευθέρωση από ότι μας συνθλίβει, αλλά και η εγρήγορση γιατί διαρκώς έχουμε κάτι που πρέπει να του αντισταθούμε σθεναρά.

(Του Σταμάτη Μιχαλακόπουλου / Ι. Ν. Ευαγγελιστρίας Πειραιώς)