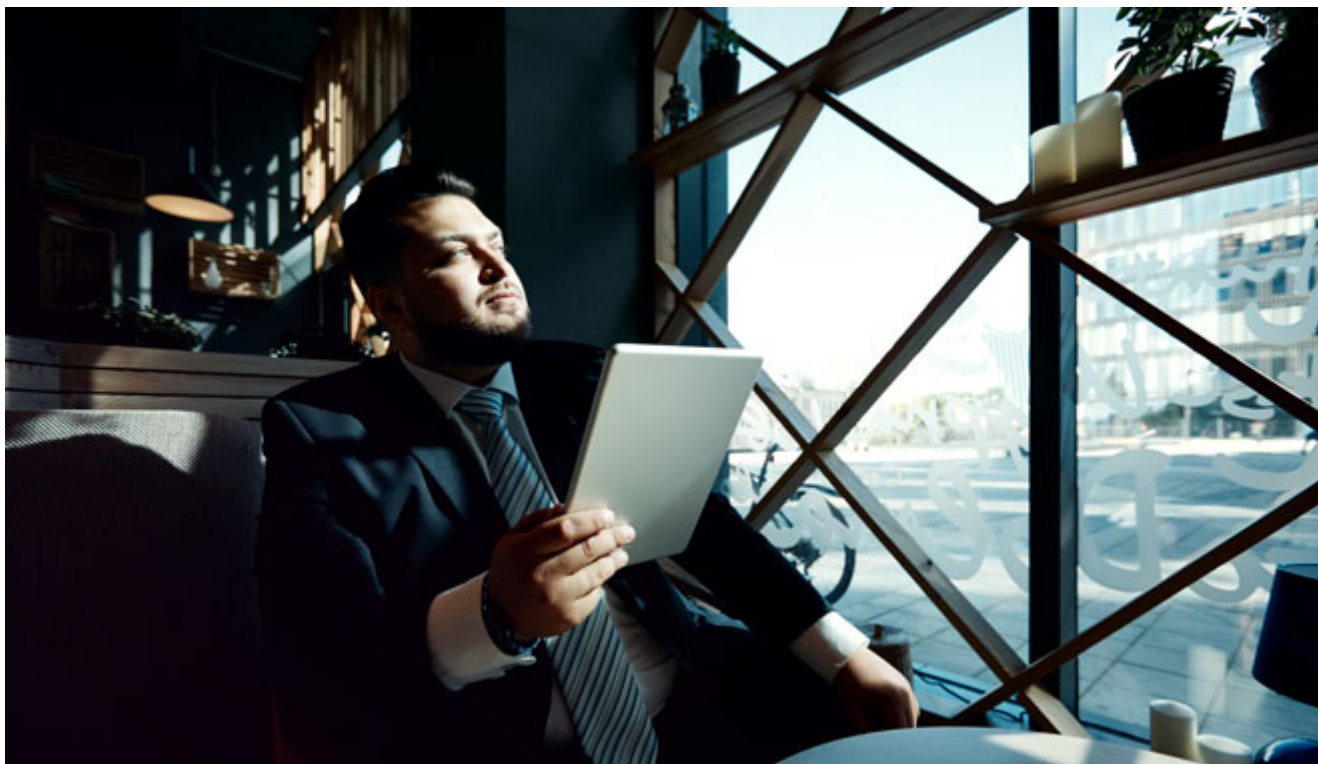


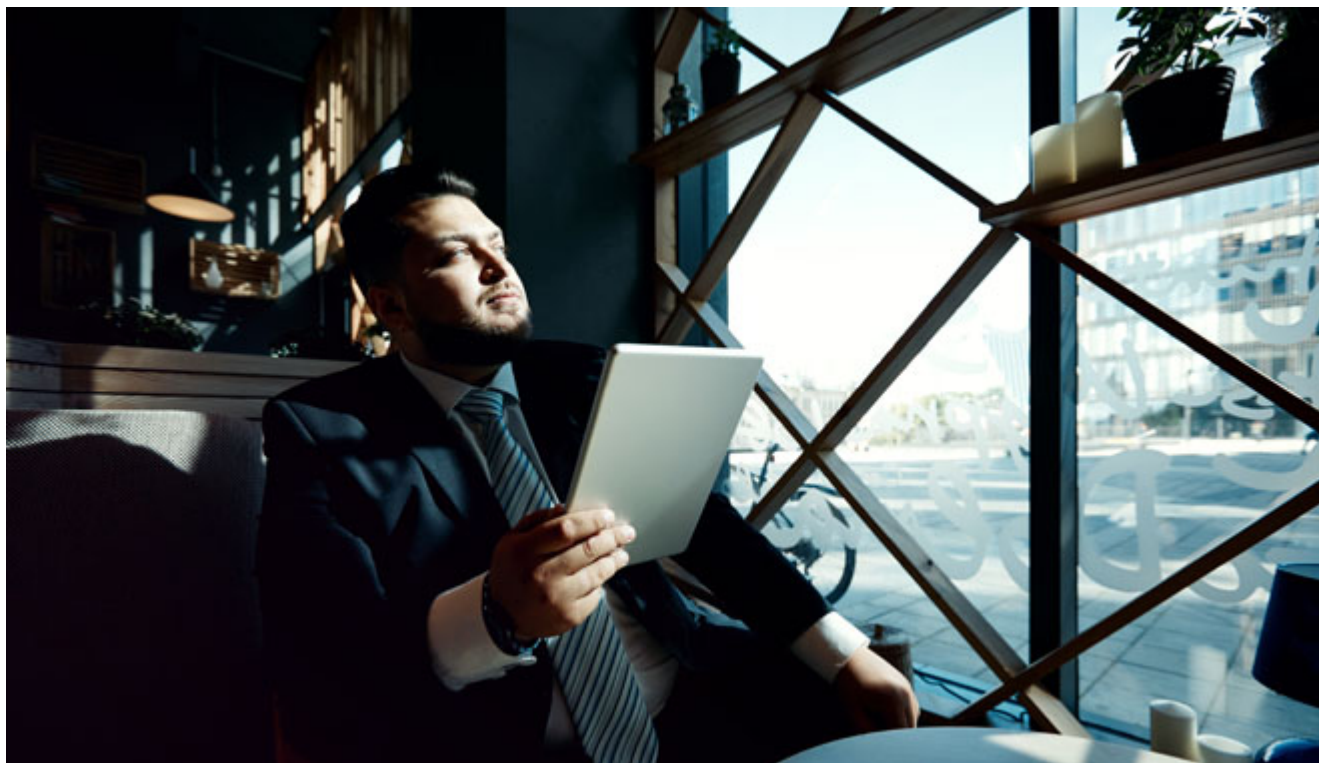
24 Φεβρουαρίου 2017

Υπομονή: χαρακτηριστικό όσων δεν παρασύρονται...

Επιστήμες / Ψυχολογία - Ψυχιατρική

Δρ. Δημήτριος Καραγιάννης, Παιδοψυχίατρος - Ψυχοθεραπευτής





Portrait of mature handsome businessman using digital tablet 4g app working in a coffee shop, adult man thinking and looking out the window

Επομένως η άσκηση της υπομονής δεν αναφέρεται σ' ένα απλό ξεπέρασμα της δύσκολης στιγμής, αλλά σε μια δυναμική άσκησης, ενδυνάμωσης και ελευθερίας. Η υπομονή δηλαδή αναπαριστάται με τη κοπιαστική άνοδο σε μια κορυφή, που προσφέρει μια πανοραμική θέαση.

Υπομονή δε σημαίνει την αποδοχή του κλουβιού που αφαιρεί την ελευθερία του πετάγματος, αλλά τη μακρόχρονη και απαιτητική επεξεργασία των όρων που επιτρέπουν την πτήση.

Η υπομονή στα πλαίσια της σχέσης ενός ζευγαριού δε σημαίνει την ισόβια αναγκαστική αποδοχή του συντρόφου, την ισοπεδωτική συνύπαρξη. Αναπαριστά τη δυναμική της ανάπτυξης των δυνατοτήτων του εαυτού, που δεν τερματίζονται στη δημιουργία μιας προσωρινής καταναλωτικής σχέσης. Τη διαρκή εξέλιξη και των συντρόφων και της σχέσης.

Στα πλαίσια αυτά η υπομονή μεταβάλλει τον μοιραίο φαύλο κύκλο, όπου η γοητεία από αυτόν που ερωτεύτηκες εκπίπτει σε απογοήτευση, σε βίωση μιας ερωτικής δημιουργικής πορείας, όπου η γοητεία σχετίζεται με τη διαρκή αναζήτηση της υπερβάσης των εμπλοκών που προκαλούν την απογοήτευση.

Καθοριστικός παράγοντας γνησιότητας της υπομονής είναι η ελευθερία της επιλογής της. Δίχως ελευθερία, η υπομονή είναι ένας βράχος που σε λιώνει δίχως

να μπορείς να αντιδράσεις. Δίχως ελευθερία, η περιπέτεια της ζωής γίνεται αβάστακτο βασανιστήριο και η υπομονή ισοδυναμεί με τα δεσμά που σε καθηλώνουν.

Η υπομονή είναι χαρακτηριστικό γνώρισμα των ανθρώπων που είναι σίγουροι για τις επιλογές τους. Που δεν παρασύρονται από εύκολους ενθουσιασμούς και γι αυτό και δεν απογοητεύονται και εύκολα. Η υπομονή δηλαδή είναι η σιγουριά που επιτρέπει τη διάρκεια και την αποτελεσματικότητα, τη στιγμή που οι ανυπόμονοι θα έχουν χάσει τον ενθουσιασμό τους και θα έχουν εγκαταλείψει τον αγώνα.

Η υπομονή που χαρακτηρίζει τον Ιώβ δεν είναι μια παθητική στάση από ένα αδύναμο ανθρωπάκι που αντέχει τα πράγματα όπως του έρχονται, γιατί δεν έχει μάθει να αξιοποιεί τις ικανότητές του.

Η υπομονή του Ιώβ είναι η συνειδητή στάση ενός δημιουργικού, εργατικού και ικανού ανθρώπου που στέκεται υπεύθυνα απέναντι στη ζωή. Διαθέτει την ωριμότητα να γνωρίζει ότι μπορεί με τις ικανότητές του να επιτύχει πολλά, αλλά δε μπορεί να ορίζει τα πάντα. Μην υποκύπτοντας στον πειρασμό της ψευδούς παντοδυναμίας στους καιρούς της επιτυχίας, δεν παραδίδεται και στη συνεπαγόμενη απελπισία στους καιρούς της καταστροφής.

Η υπομονή του Ιώβ αναπαριστά το πεδίο όπου οι σχέσεις, τα γεγονότα, τα υλικά αγαθά και οι ικανότητες βρίσκουν το μέτρο που τους αντιστοιχεί. Γι' αυτό ο Ιώβ μπορεί -συ θεώ- και πάλι να δημιουργήσει τα πάντα από την αρχή.

Το παρόν κείμενο είναι το τρίτο και τελευταίο μέρος του άρθρου του Δρ. Δημήτρη Καραγιάννη, Παιδοψυχίατρου - Ψυχοθεραπευτή, με τίτλο «Η ΔΥΝΑΜΙΚΗ ΤΗΣ ΥΠΕΡΒΑΣΗΣ ΤΟΥ ΜΟΙΡΑΙΟΥ»

Διαβάστε το προηγούμενο μέρος του άρθρου [εδώ](#)

<http://bit.ly/2mi1gPI>