

# Άνθρωποι που δεν προλαβαίνουν να εκφραστούν

Ορθοδοξία / Κοινωνικά θέματα

Πρωτοπρεσβύτερος Θεμιστοκλής Μουρτζανός, Δρ. Θεολογίας



Ένα από τα σημεία που προβληματίζουν στις ανθρώπινες σχέσεις σήμερα είναι ότι δεν προλαβαίνουμε να εκφράσουμε τα θετικά, τα καλά συναισθήματά μας. Κάποτε δεν θέλουμε. Συνήθως είμαστε απορροφημένοι ο καθένας στο πρόγραμμά του, στις υποχρεώσεις του, στους στόχους του που δεν μένει χρόνος για τον άλλον, χρόνος και ποσοτικός και ποιοτικός. Συνήθως ο άλλος είναι αφορμή γκρίνιας, έκφρασης της αρνητικότητάς μας, της ανάγκης μας να εκτονωθούμε από το άγχος της ημέρας ή το άγχος της ζωής. Δεν σκεφτόμαστε την ανάγκη του να ακούσει έναν καλό λόγο, να μοιραστούμε μία καλή είδηση, μία καλή σκέψη μαζί του, αλλά μένουμε στην δική μας ανάγκη να μην κρατήσουμε μέσα μας ό,τι θεωρούμε ως μας ταλαιπωρεί.



Κάποτε όμως τρέχουμε τόσο πολύ ή είναι ο νους μας απορροφημένος από τα δικά μας, ώστε ούτε θέλουμε ούτε προλαβαίνουμε να εκφραστούμε. Η αγάπη δίδεται στα πεταχτά, με ένα μίζερο αγκάλιασμα ή ένα φιλί βιαστικό. Δικαιολογούμαστε αν οι γονείς μας δεν ήταν εκφραστικοί. Δικαιολογούμαστε ότι είμαστε κουρασμένοι. Δικαιολογούμαστε ότι ούτε και ο άλλος έχει διάθεση, λαχτάρα να μοιραστεί. Προτιμούμε την μοναχικότητά μας μπροστά στην οθόνη του κινητού, τα like του Facebook, τις σειρές και τις ταινίες της συνδρομητικής. Άφθονες αφορμές και προφάσεις για να μην χρειαστεί να ακούσουμε, να δούμε, να μοιραστούμε. Κάποτε συνειδητές επιλογές, για να μη χρειαστεί να τσακωθούμε, αφού νιώθουμε πως όσα μας χωρίζουν είναι περισσότερα από αυτά που μας ενώνουν.

Μία βόλτα στο μετρό ή στο λεωφορείο της μεγάλης πόλης ή ένα περπάτημα στους μεγάλους δρόμους θα μας πείσει ακόμη περισσότερο. Παλαιότερα οι άνθρωποι διάβαζαν ή περπατούσαν απολαμβάνοντας την θέα. Σήμερα μιλούν στο κινητό ή ακούνε μουσική. Είναι απορροφημένοι σε μία διαδικασία στην οποία ο γύρω χώρος τους δεν τους ενδιαφέρει, ούτε και το τοπίο. Και μια δημιουργική δραστηριότητα δηλωτική της κοινωνικότητας, που ήταν η ανάγνωση της εφημερίδας ή του βιβλίου, έχει αντικατασταθεί με την δραστηριότητα του κλεισίματος στον εαυτό.

Και γιατί ν' αλλάξουμε; Αφού έτσι είναι η πραγματικότητα.

Οι άνθρωποι που δεν προλαβαίνουν να εκφραστούν παραμένουν στον κόσμο τους. Δεν συνειδητοποιούν τον μαρασμό των συναισθημάτων τους, ούτε και τις

προσδοκίες των άλλων έναντί τους που σβήνουν. Αφήνουμε την αγάπη όταν δεν εκφραζόμαστε. Ξεχνάμε ότι υπάρχουν οι άλλοι που μας αγαπούνε και θέλουν από μας έναν λόγο, μία ματιά, λίγο χρόνο. Ότι η εργασία δεν καλύπτει το βασικό κενό της ύπαρξης που είναι η απουσία κοινωνίας. Ότι ο εαυτός μας βρίσκει πληρότητα και ξεκουράζεται όταν μοιράζεται χρόνο, δραστηριότητα, λόγο με τους άλλους. Το ζευγάρι μεταξύ τους. Οι γονείς προς τα παιδιά. Όταν μπορούμε να συζητήσουμε ακόμη και προβλήματα, όταν γελάσουμε και χαρούμε με ένα καλό που μας συνέβη, όταν αφήσουμε κατά μέρος τον εγκλωβισμό στα προβλήματα και την μοναχικότητα.

Φόβο δηλώνει η αδυναμία μας να εκφραστούμε. Η επιλογή μας να μη έχουμε χρόνο. Να μην θέλουμε και να μην μπορούμε. Φόβο ότι ο εαυτός μας δεν είναι έτοιμος να αναλάβει την ευθύνη της συναισθηματικής προσέγγισης των άλλων, της σχέσης που έχει τους σταυρούς της, αλλά και την χαρά του μοιράσματος. Ας βγούμε από τον φόβο κι ας αναζητήσουμε ευκαιρίες. Χωρίς δικαιολογίες, ας τις δημιουργήσουμε. Από την καρδιά μας!

**[themistoklismourtzanos.blogspot.com](http://themistoklismourtzanos.blogspot.com)**

**<http://bit.ly/2Zi6NsZ>**