

ΧΙΥ. ΤΑ ΕΥΕΡΓΕΤΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ

Το θέμα στο οποίο δεν έπαψε να αναφέρεται ο Δάσκαλος, σε όλη τη διάρκεια της μαθητείας μου κοντά του, ήταν η προσφορά. «Η προσφορά», μου έλεγε, «που γίνεται μέσα από διάφορες μορφές υπηρεσίας, είναι η πραγμάτωση της διδασκαλίας μας και αποτελεί ένα σημαντικό στάδιο της εξέλιξης των μαθητών. Σαν υπηρεσία δεν νοείται η προσφορά μόνο υλικών αγαθών. Η κάλυψη οποιασδήποτε πραγματικής ανάγκης των συνανθρώπων μας είναι υπηρεσία. Αυτή μπορεί να είναι η κάλυψη της ανάγκης τους να εκθέσουν κάποιο πρόβλημά τους, και η, χωρίς ταύτιση, συμπαράστασή μας σ' αυτό, η ψυχολογική τους στήριξη κτλ.

Στην περίπτωση της ψυχολογικής στήριξης χρειάζεται προσοχή, γιατί η υπηρεσία πρέπει να ανταποκρίνεται στη βαθύτερη ανάγκη του ανθρώπου για ψυχική ισορροπία. Θα πρέπει, λοιπόν, κάθε φορά να ανακαλύπτουμε την πραγματική ανάγκη του άλλου, στο βαθμό που αυτό μπορούμε να το κατορθώσουμε, και να μην του ικανοποιούμε κάποια φαινομενική του ανάγκη. Πάντοτε, βέβαια, υπάρχει η περίπτωση του λάθους. Το πιθανό λάθος, όμως, δεν πρέπει να μας οδηγήσει στην άρνηση για προσφορά».

Τον πρώτο καιρό, κάθε φορά που αναφερόταν σ' αυτό το θέμα, δυσανασχετούσα και του απαντούσα πως σε όλη μου τη ζωή βοηθούσα και προσέφερα στους ανθρώπους ό,τι μπορούσα. Επομένως, δεν υπάρχει λόγος να χάνουμε το χρόνο μας για να μάθω να κάνω κάτι που έτσι κι αλλιώς έκανα. Πέρασε αρκετός καιρός για να καταλάβω πως είχε το λόγο του που επέμενε στην ανάπτυξη αυτού του θέματος. Αυτό που προσπαθούσε να με κάνει να καταλάβω ήταν πως η υπηρεσία που εγώ προσέφερα δεν ήταν η συνειδητή, καθαρή υπηρεσία. Εξωτερικά έτσι φαινόταν. Αλλά ασυνείδητα ό,τι έκανα δεν το έκανα μόνο από αγάπη, αλλά στο βάθος ζητούσα την αναγνώριση για να ικανοποιηθεί ο εγωισμός μου. Κι ενώ πίστευα πως αγαπώ τους ανθρώπους, πως συμπάσχω μαζί τους, έπρεπε να καταλάβω πως όλα αυτά δεν ήταν παρά η βιτρίνα του εαυτού μου, ήταν μια καθαρά συναισθηματική αντιμετώπιση και πως ο νους και η καρδιά μου συμμετείχαν πολύ λίγο σ' αυτά, γι' αυτό και ό,τι έκανα μου φαινόταν βαρύ κι ασήκωτο.

Ένα άλλο σημείο στο οποίο μου είχε επιστήσει την προσοχή ο Δάσκαλος από την αρχή σχετικά με την υπηρεσία, ήταν ο έλεγχος των δικών μας συναισθημάτων όταν προσπαθούμε να δώσουμε ψυχολογική στήριξη σε κάποιους ανθρώπους, γιατί τα συναισθήματα αυτά τα μεταδίδουμε και σ' εκείνους. Κι αν μεν αυτά είναι θετικά, η βοήθεια προς αυτούς είναι μεγάλη, γιατί, όχι μόνο θα τους τα μεταδώσουμε, αλλά και θα αφομοιώσουμε τα δικά τους αρνητικά. Αν όμως είναι αρνητικά, τότε, αντί να τους δώσουμε βοήθεια, θα τους έχουμε κάνει κακό, αφού στην ήδη άσχημη ψυχολογική τους κατάσταση θα έχουμε προσθέσει και τη δική μας. Ο Δάσκαλος έλεγε: «Βέβαια, η προσφορά θετικών συναισθημάτων είναι μία αρχή, η οποία φέρνει συνήθως ασταθή αποτελέσματα, λόγω της διττής φύσης τους. Μέσα στα χρόνια, και εφόσον θα εργάζεστε, θα μάθετε να προσφέρετε την ουσιαστικότερη μορφή υπηρεσίας, που είναι αυτή που εμπεριέχει τα στοιχεία του διανοιακού νου και της αγάπης, αδιάρρηκτα συνδεδεμένα μεταξύ τους. Αυτή η προσφορά φέρνει αποτελέσματα σταθερά, γιατί με τον τρόπο αυτό βοηθάμε και τον άλλο να περάσει πάνω από τη συναισθηματική του ταύτιση και να κατανοήσει ο ίδιος πια τη λύση του προβλήματός του. Μέχρι, όμως, να γίνει αυτό, η προσφορά από τη θέση αυτή μας βοηθά στο να μην εγκλωβιζόμαστε στον ταραγμένο συναισθηματικό κόσμο του συνομιλητή μας».

Σχετικά με τα συναισθήματα ο ψυχολόγος Carl G. Jung λέει πως αυτά είναι μεταδοτικά, μελέτες δε, που αφορούν

την αλληλεπίδραση του ψυχισμού των ατόμων, περιέγραψαν τα συναισθήματα σαν τους ιούς που μεταδίδονται από άνθρωπο σε άνθρωπο. Όπως υπάρχουν άτομα πιο επιρρεπή στους ιούς, έτσι συμβαίνει κι εδώ. Δηλαδή, έχει και η ψυχική ανοσοποιητική της σύστημα, με τη διαφορά, όμως, πως αυτό το σύστημα καλείται ο άνθρωπος να το εξασφαλίσει μόνος του δουλεύοντας συνεχώς για τον περιορισμό του εγωισμού του και την ένωσή του με όλους και όλα, γιατί η πλήρης ανοσία της ψυχής επιτυγχάνεται μόνο με την ολοκληρωτική αυτή ένωση.

Επιστήμονες μιλούν για την ευθύνη που έχουμε, όταν δεν κάνουμε τίποτα για να αλλάξουμε τη διάθεσή μας και είμαστε έρμαια του άγχους, των φόβων και όλων των άλλων αρνητικών συναισθημάτων. Στις περιπτώσεις αυτές, εκτός του ότι φθειρόμαστε οι ίδιοι, μεταφέρουμε τα συναισθήματα αυτά και στους άλλους. Έτσι, οι διαστάσεις που παίρνει στο κοινωνικό σύνολο η κακοκεφιά μας, η μελαγχολία μας, η μεμψιμοιρία μας κι όλη η κλίμακα των αρνητικών συναισθημάτων, είναι τεράστια.

Διαπιστώσεις για το πόσο επηρεάζουν τους άλλους τα συναισθήματά μας, είχα κάνει και η ίδια. Είχα προσέξει πως ο επηρεασμός μου από τις επισκέψεις μου σε ασθενείς ήταν διαφορετικός σε κάθε περίπτωση. Ήξερα, βέβαια, πως η ταραχή που με έπιανε δεν ήταν μόνο αποτέλεσμα της λύπης που ένιωθα, αλλά κυρίως του φόβου μου για πιθανή δική μου αρρώστια. Όμως η ταραχή αυτή δεν ήταν πάντα η

ίδια. Με τις παρατηρήσεις μου κατέληξα στο συμπέρασμα πως με επηρέαζε η ψυχολογική κατάσταση των ασθενών. Όταν αυτοί είχαν αποδεχθεί το πρόβλημά τους και το αντιμετώπιζαν ήρεμα, δεν επιβάρυναν την κατάστασή μου. Όταν όμως τους κατείχε φόβος για την αρρώσιά τους, τότε τα πράγματα γίνονταν και για μένα πολύ άσχημα, γιατί στο δικό μου συναίσθημα του φόβου προσέθεταν και το δικό τους. Και βέβαια κατά τον ίδιο τρόπο επηρέαζα κι εγώ εκείνους.

Ο επηρεασμός αυτός άρχισε να μειώνεται με το χρόνο και μετά από τη δουλειά που έκανα για να πάψω να φοβάμαι την αρρώστια. Σ' αυτό με βοήθησαν τα λόγια του Δασκάλου πως η αρρώστια, όπως και όλα τα αρνητικά στοιχεία της ζωής, είναι μέρος της και πως ούτως ή άλλως, όταν έχουμε ήδη αρρωστήσει, δεν μπορούμε να αποφύγουμε το πρόβλημα, αλλά μπορούμε να βοηθήσουμε στο να ξεπεραστεί γρηγορότερα. Έτσι, θ' αποφύγουμε και άλλη πιθανή αρρώστια, την οποία μπορεί να προκαλέσουμε με τη φοβία μας.

Τα λόγια αυτά τα έφερνα καθημερινά στο μυαλό μου. Δεν ήταν όμως παρά μια πρακτική άσκηση, η οποία έμενε στην επιφάνεια των πραγμάτων και, φυσικά, ανάλογη ήταν και η βελτίωση των φοβιών μου. Η πραγματική βοήθεια ήρθε με τον καιρό μέσα από τη διδασκαλία και την εργασία που έκανα σχετικά με την προσφορά και την ένωση με το σύντροφό μου. Φαίνεται πως το δυσκολότερο, αλλά και το πιο ουσιαστικό από όλα, όσο και αν αυτό δεν το καταλαβαίνουμε,

είναι να πραγματοποιηθεί αυτή η αποδοχή και η ένωση με τον άλλο μισό μας εαυτό, με την άλλη μισή μας φύση. Όταν αυτό γίνει, τότε η αποδοχή των πάντων είναι ευκολότερη, για να μην πω ότι είναι δεδομένη.

Ένα χρόνο μετά την έναρξη της μαθητείας μου, η φοβία μου για την αρρώστια είχε ελαττωθεί πάρα πολύ, χωρίς να μπορώ να πω πως είχε εξαλειφθεί, πράγμα το οποίο ίσχυε εξάλλου και για όλες τις φοβίες μου. Αυτό όμως δε με ανησυχούσε, γιατί γνώριζα τώρα πια πως, απλά, δεν είχα αποδεχθεί ολοκληρωτικά το σύντροφό μου και πως, όταν αυτό γινόταν, θα ερχόταν η απόλυτη ηρεμία μέσα μου και, γιατί όχι, και η ευδαιμονία.

Προτού κλείσω το κεφάλαιο αυτό, θα αναφέρω μερικά παραδείγματα υπηρεσίας, για να φανεί μέσα από αυτά το πώς λειτουργεί η προσφορά, η ένωση, η μείωση του εγώ, στην αντιμετώπιση των δικών μας προβλημάτων, στην ανεύρεση της δικής μας ψυχικής ισορροπίας.

Ένα παράδειγμα είναι το εξής: ήταν στην αρχή της μαθητείας μου, και ένα πρωινό σηκώθηκα από το κρεβάτι όχι πολύ αισιόδοξη, ίσως επειδή το προηγούμενο βράδυ είχα περάσει κάποια μεγαλύτερη αδιαθεσία. Παρόλα αυτά, ντύθηκα και πήγα να δω μια ηλικιωμένη κυρία. Την προηγούμενη η κόρη της, η οποία μένει απέναντι μας, μου είχε πει πως η μητέρα της βρίσκεται σε πολύ άσχημη ψυχολογική κατάσταση, φοβάται πως θα πεθάνει και κλαίει συνεχώς.

Την κυρία αυτή είχα να τη δω από την προηγούμενη χρονιά, γιατί στην Αθήνα έρχεται μόνο για δύο μήνες το χειμώνα. Τον υπόλοιπο χρόνο μένει στο χωριό. Μόλις με είδε, άρχισε να κλαίει και να μου λέει πως δεν είναι καλά και θα πεθάνει. Στην αρχή ένιωσα να ζαλίζομαι και με έλουσε κρύος ιδρώτας. Η καρδιά μου χτυπούσε τόσο δυνατά που νόμιζα ότι θα σπάσει. Προς στιγμή πίστεψα πως δε θα μπορέσω να ελέγξω την κατάσταση, αμέσως, όμως, κατάφερα να τη δω σαν κάτι δεδομένο. Έβαλα το νου μου να δουλέψει και να σκεφτεί ότι τη στιγμή αυτή κάποιος άνθρωπος χρειαζόταν τη βοήθειά μου και η βοήθεια αυτή δεν ήταν τίποτα άλλο από το να τον ακούσω και να του πω δύο παρήγορα λόγια.

Το πρώτο πράγμα που έκανα ήταν να την πάρω και να περπατήσουμε στον πολύ όμορφο κήπο του σπιτιού τους. Ο ήλιος έλαμπε και μας έκανε να νιώσουμε και οι δύο καλύτερα. Νομίζω πως όταν έφυγα, μετά από μια ώρα, την άφησα, αν όχι πολύ, τουλάχιστον λίγο καλύτερα. Της θύμισα ότι κι εγώ είχα το ίδιο πρόβλημα, ότι τώρα προσπαθούσα με την αγάπη και τη βοήθεια του Θεού να το ξεπεράσω, και ότι το ίδιο θα πρέπει να κάνει κι αυτή.

Όταν επέστρεψα στο σπίτι, ήμουν ήρεμη, είχα ξεχάσει τα δικά μου θέματα και καιρόμουν, γιατί κατάφερα με την παρέα μου και τη συζήτηση να κάνω την κυρία να νιώσει, έστω και λίγο, καλύτερα και να μου ζητήσει, όποτε έχω χρόνο, να πηγαίνω να τα λέμε λίγο. Ήταν η πρώτη φορά που κατάλαβα πως η προσφορά βοηθά στο να ξεπερνάς τα

προβλήματά σου. Μέσα μας υπάρχει ένας ανεκτίμητος θησαυρός, η αγάπη. Όταν αυτό το θησαυρό τον προσφέρουμε στους άλλους, αμέσως παίρνουμε την αμοιβή μας.

Ένα δεύτερο παράδειγμα είναι το εξής: Ένα πρωί επισκέφτηκα μια φίλη που ετοιμαζόταν να κάνει εγχείρηση. Συζητήσαμε για λίγο το πρόβλημα της, θίξαμε χίλια δύο άλλα θέματα και κατάφερα να μείνω κοντά της περισσότερο από μια ώρα. Όταν επέστρεψα σπίτι, συνειδητοποίησα πως, όση ώρα κράτησε η επίσκεψη, δεν είχα σκεφτεί τον εαυτό μου και σκεφτόμουν μόνο εκείνη και το πώς θα μπορέσω να τη στηρίξω με τη συζήτηση στο δικό της πρόβλημα. Για πρώτη φορά αγκάλισα ένα πρόβλημα υγείας με αγάπη, χωρίς να σκέφτομαι πιθανή δική μου αρρώστια. Για πρώτη φορά άφησα την ψυχή μου ν' απλωθεί συνειδητά και να αγκαλιάσει τον άλλον, γι' αυτό ένιωθα κι εγώ καλά.

Όμως, τον πρώτο καιρό, αυτού του είδους η υπηρεσία μέσα από την καρδιά και με γνώση και όχι συναισθηματικά, γινόταν σπάνια από μέρους μου. Κι ενώ τη μια στιγμή με μια απλή, συνειδητή πράξη προσφοράς ένιωθα να απελευθερώνομαι, την άλλη στιγμή γινόμουν και πάλι σκλάβο του εγωισμού μου. Έτσι, την επομένη το απόγευμα, κι ενώ περίμενα την ίδια φίλη να τα πούμε λίγο, διαπίστωσα ότι είχε αρχίσει να με πιάνει ανησυχία, η οποία, όταν εκείνη ήρθε, εξελίχθηκε σε ταραχή, ζαλάδα και το γνωστό σφίξιμο στην καρδιά. Προσπάθησα να χαλαρώσω, να βάλω το νου μου να δουλέψει, να αποδεχτώ όλα αυτά που μου συνέβαιναν,

αλλά πότε τα κατάφερνα, πότε όχι. Ο φόβος μου για την αρρώστια είχε βγει και πάλι στην επιφάνεια.

Κατά τη διάρκεια της επίσκεψης συζητήσαμε για διάφορα θέματα, εκτός από τα προβλήματα υγείας μας. Μου είπε μόνο ότι την μεθεπόμενη μέρα θα έμπαινε στο νοσοκομείο. Το θετικό ήταν ότι κατάφερα να μην πω πως δεν αισθάνομαι καλά. Και είναι θετικό γιατί, για να μπορέσω να επιβληθώ στον εαυτό μου, έκανα κάποιες σκέψεις όπως: «Πώς να μιλήσω στη φίλη μου για την ανησυχία που αισθάνομαι, αφού εκείνη αντιμετωπίζει με πραγματική ηρεμία και ψυχραιμία κι αυτό το πρόβλημά της, όπως και παλαιότερα πιο σοβαρά προβλήματα υγείας της; Για να μου περάσουν όλα αυτά, πρέπει να σταθώ, όπως και την προηγούμενη φορά, με πραγματική αγάπη στο πρόβλημά της, χωρίς να σκέφτομαι τον εαυτό μου». Οι σκέψεις αυτές δείχνουν πως είχα αρχίσει να σκέφτομαι και τους άλλους και όχι μόνο τον εαυτό μου.

Με την πρόοδο της μαθητείας μου και την εκ μέρους μου προσπάθεια για την πραγμάτωσή της, είχε αρχίσει να σταθεροποιείται και η απόφαση μου για συνειδητή υπηρέσια και, μαζί μ' αυτήν, και η υγεία μου.



Θεατρική παράσταση που διοργάνωσε ο Όμιλος Εξυπηρετητών
αντιδιετούς σε ίδρυμα για παιδιά



Ο Όμιλος διοργανώνει σε τακτά χρονικά διαστήματα
αιμοδοσία σε συνεργασία με το Λαϊκό Νοσοκομείο