

## Η έκφραση των αρνητικών αισθημάτων

/ Γενικά Θέματα



«Σε πολλές κοινωνίες -αν όχι σε όλες- τα παιδιά μαθαίνουν από μικρά ότι “οι άνδρες δεν κλαίνε”. Η εξωτερίκευση συναισθημάτων θλίψης μέσω του κλάματος θεωρείται “ντροπή” και... “γυναικεία συμπεριφορά”. Μήπως όμως αυτή η καταπίεση οδηγεί σε δυσάρεστα αποτελέσματα;

Όπως δείχνει το παρακάτω βίντεο (ινδικής παραγωγής), από το γέννησή του, ένας άνδρας μαθαίνει “να μην κλαίει”. Βρέφος ακόμα, στην αγκαλιά του πατέρα του, ακούει: “όχι, όχι, μην κλαις, οι άνδρες δεν κλαίνε”. Το μωράκι μεγαλώνει και γίνεται παιδάκι και όλο αυτό το διάστημα έρχεται αντιμέτωπο με καταστάσεις, που το κάνουν να κλαίει. Πάντα όμως κάποιος του λέει: “Μην κλαις, οι άνδρες δεν κλαίνε”.

Στο τέλος, ο πρωταγωνιστής έχει γίνει πλέον άνδρας. Σε κοντινό πλάνο, φαίνεται το πρόσωπό του σφιγμένο, γεμάτο οργή και ένταση και τα μάτια του κατακόκκινα και βουρκωμένα, αλλά δεν αφήνει το δάκρυ να κυλήσει.

Όταν το πλάνο ανοίγει, αποκαλύπτεται όλη η σκληρή αλήθεια...».

Τα πιο πάνω είναι τα σχόλια που προηγούνται του βίντεο, που υπάρχει στο

<http://babyradio.gr/otan-gonis-mathenoun-sta-agoria-oti-antres-den-klene-dite-apotelesma-vinteo/>

Η έκφραση των αρνητικών αισθημάτων γίνεται μέσο εκτόνωσης που απαλλάσσει

τον άνθρωπο από εσωτερική καταπίεση. Η αντίληψη ότι η εκκλησία θεωρεί αμαρτία μια τέτοια έκφραση, καταπιέζει ακόμα περισσότερο και οδηγεί σε μια υποκριτική συμπεριφορά, ξένη προς το Ορθόδοξο ήθος.

Το «ὀργίζεσθε καὶ μὴν ἁμαρτάνετε» (Εφεσ.4,26) περιορίζει την ανεξέλεγκτη έκφραση των αρνητικών αισθημάτων για να μην καταπατά τον άλλο με τρόπο εγωιστικό και αυθαίρετο. Το να πει όμως κανείς την αγανάκτησή του, το θυμό και την απογοήτευσή του, όχι μόνο αμαρτία δεν είναι αλλά είναι και υγιής συμπεριφορά.

Αν και ο Χριστός είπε «ὅστις σε ῥαπίσει ἐπὶ τὴν δεξιάν σου σιαγόνα, στρέψον αὐτῷ καὶ τὴν ἄλλη» (Ματθ.5,39) εντούτοις μπροστά στον Αρχιερέα του Ιουδαϊκού συνεδρίου, όταν ο στρατιώτης τον κτύπησε, διαμαρτυρήθηκε λέγοντάς του «αν εἶπα κάτι κακό πες ποιο ἦταν αὐτό· αν ὁμως μίλησα σωστά, γιατί με χτυπάς;» (Ιω. 18,23)

Η Ορθόδοξη εκκλησία, στοιχώντας στο πνεύμα της αγίας Γραφής και των αγίων Πατέρων, μπορεί να βοηθήσει τα μέλη της που αποδέχονται το πνεύμα αυτό να ζήσουν φυσιολογικά, χωρίς καταπίεσεις και νευρώσεις που στερούν τη χαρά και την ειρήνη. Γιατί, εκτός από την έκφραση των αρνητικών αισθημάτων, που είναι αναγκαία, με τη θεραπευτική αγωγή που προτείνει, τα μυστήρια και τη χάρη της, οδηγεί στη μεταμόρφωση του ανθρώπου, με όλα τα θετικά της, όπως τα βλέπουμε να πραγματώνονται στους αγίους της.

Τότε η σιωπή απέναντι στα όποια αρνητικά παρουσιάζονται, δεν είναι ούτε καταπίεση ούτε ένδειξη αδυναμίας, αλλά η δύναμη που πηγάζει από την άλλη θεώρηση: να μπορείς, με τη βοήθεια του Θεού, να απαντάς στη βία, στην αδικία και στην εκμετάλλευση, με την αγάπη που «καλύπτει πλήθος αμαρτιών» (Ιακ. 5,20). Τότε μεταβαίνεις «από το κατά φύσιν στο υπέρ φύσιν» και ζεις τη χαρά του ουρανού!

π. Ανδρέα Αγαθοκλέους

**Πηγή:** [isagiastriados.com](http://isagiastriados.com)