ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ Γ. ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΔΗΣ
Ψυχολόγος M.Sc.

# ΜΙΚΡΗ ΑΝΑΣΑ

Ένα βιβλίο
για τον πόνο και
την ελπίδα



ΨΥΧΟΓΙΟΣ

ΤΙΤΛΟΣ ΒΙΒΛΙΟΥ: **Μικρή ανάσα. Ένα βιβλίο για τον πόνο και την ελπίδα**
ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ: Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ – ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΟΥ: Κυριακή Κάσση
ΜΑΚΕΤΑ ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ: Βίκυ Αυδή
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Ελένη Σταυροπούλου

© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024
© Εικόνας εξωφύλλου: Nadzeya Pakhomava/Shutterstock
© ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

Πρώτη έκδοση: Οκτώβριος 2024, 8.000 αντίτυπα

ISBN 978-618-01-5835-9

***Τυπώθηκε στην Ευρωπαϊκή Ένωση, σε χαρτί ελεύθερο χημικών ουσιών, προερχόμενο αποκλειστικά και μόνο από δάση που καλλιεργούνται για την παραγωγή χαρτιού.***

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Ελληνικού Νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής αδείας του εκδότη κατά οποιονδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, διανομή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση, παρουσίαση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.

**ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε.** | **PSICHOGIOS PUBLICATIONS S.A.**
*Από το 1979* | *Publishers since 1979*
Έδρα: | Head Office:
Τατοΐου 121, 144 52 Μεταμόρφωση | 121, Tatoiou Str., 144 52 Metamorfossi, Greece
Βιβλιοπωλείο: | Bookstore:
Εμμ. Μπενάκη 13-15, 106 78 Αθήνα | 13-15, Emm. Benaki Str., 106 78 Athens, Greece
Τηλ.: 2102804800 | Tel.: 2102804800

e-mail: info@psichogios.gr
**psichogios.gr**

© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ Γ. ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΔΗΣ
Ψυχολόγος M.Sc.

# ΜΙΚΡΗ ΑΝΑΣΑ

Ένα βιβλίο
για τον πόνο
και την ελπίδα

© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

## ΑΛΛΑ ΕΡΓΑ ΤΟΥ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ

• *Πριν νυχτώσει* (Εκδόσεις Εν πλω, 2017)
• *Από καρδιάς…* (Εκδόσεις Εν πλω, 2018)
• *Πάλι απ᾽ την αρχή* (Εκδόσεις Εν πλω, 2019)
• *Πες μου έναν λόγο για να ζω* (Εκδόσεις Εν πλω, 2021)
• *Όλα είναι σκέψεις* (Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ, 2022)
• *Μαζί. Ένα βιβλίο για τον γάμο και τις σχέσεις*
(Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ, 2023)

---

Τα στοιχεία των ανθρώπων με τους οποίους συνεργαστήκαμε στο γραφείο έχουν παραποιηθεί ώστε να μην υπάρχει δυνατότητα ταύτισης. Τους φίλους μου ίσως και να μπορείς να τους αναγνωρίσεις· συμφώνησαν να είναι μέρος αυτού του βιβλίου, και τους ευχαριστώ από καρδιάς. Αν ποτέ ανταμώσετε, δώσ᾽ τους χαιρετίσματα και πιείτε ένα ποτηράκι παρέα και για μένα.

© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

# Αντί προλόγου

Να που ανταμώνουμε ξανά.

Χαίρομαι που κρατάς ακόμα ένα βιβλίο μου στα χέρια σου.

Χαίρομαι αλήθεια.

Παρόλο που αυτό το βιβλίο εύχομαι να μην υπήρχε λόγος να γραφτεί ποτέ.

Είναι ένα βιβλίο για τον πόνο. Ένα βιβλίο για την απώλεια. Ένα βιβλίο για το πένθος.

Ένα βιβλίο για τον σταυρό…

Για τον σταυρό που καθένας μας κουβαλάει στην πλάτη, άλλος πιο βαρύ και άλλος ελαφρύτερο.

Δεν έχω σκοπό να σου μαυρίσω την ψυχή.

Όχι.

Ούτε να σε κάνω να νιώσεις απελπισία.

Κάθε άλλο.

Θέλω, όταν τελειώσεις το βιβλίο, να έχεις γεύση από Ανάσταση. Το εύχομαι πραγματικά…

Θα δείξει.

Αν με έχεις ξαναδιαβάσει, θα ξέρεις πως τα βιβλία μου δεν είναι επιστημονικά εγχειρίδια.

Υπάρχουν συνάδελφοι εξαιρετικοί, των οποίων τα βιβλία πραγματικά αξίζουν να τα θαυμάζεις για την επιστημονικότητά τους.

Εγώ σου γράφω απλά.

Καθημερινά.

Από καρδιάς.

Ψυχολογία, ορθόδοξη παράδοση και κλινική εμπειρία.



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

Αυτά τα τρία πράγματα συνδυάζονται μέσα στα βιβλία μου.
Εύχομαι πραγματικά να το ευχαριστηθείς.
Στον αγώνα καλή δύναμη και η Παναγιά μαζί μας.

Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης,
Σιδηρόκαστρο Σερρών, Μακεδονία,
Αύγουστος 2024



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

# Μεγάλη Πέμπτη βράδυ

Μεγάλη Πέμπτη βράδυ. Σιδηρόκαστρο. Ευαγγελίστρια. Η εκκλησία. Περασμένα πια μεσάνυχτα.

Η ακολουθία έχει τελειώσει από ώρα.

Τα σπίτια γύρω από τον ναό, με τα φώτα στα μπαλκόνια ανοιχτά, μαρτυρούν ότι απόψε η νύχτα είναι διαφορετική. Μαρτυρούν πως απόψε όλοι πενθούν. Ξενυχτάνε.

Στην αυλή της εκκλησίας, τρεις τέσσερις παρέες νεαρών κάθονται στα παγκάκια και συζητούν. Δυο τρία από τα παιδιά, με ένα τσιγάρο αναμμένο, ασυναίσθητα κρυμμένο μες στη χούφτα τους από σεβασμό στους μεγαλύτερους. Ντρέπονται, φαίνεται, να τους βλέπουν να καπνίζουν…

Κόσμος πάει και έρχεται από εκκλησία σε εκκλησία.

Έτσι κάνουν στα χωριά.

Μεγάλη Πέμπτη βράδυ κανένας δεν κοιμάται.

Μέσα στον πρόναο, στα κεριά, χαμός.

Φώτα, προβολείς, κουτιά, ψαλίδια, όλα απλωμένα χάμω ακατάστατα…

Κυρίες ανεβασμένες πάνω σε σκάλες και καρέκλες στολίζουν τον Επιτάφιο. Άλλες κόβουν και ετοιμάζουν λουλούδια. Άλλες σερβίρουν μέσα και έξω σε όποιον έρχεται καφέ, λουκούμια και νηστίσιμα κουλουράκια. Όλοι κάτι κάνουν…

Πιο μέσα στον ναό, όλα σκοτεινά. Ήσυχα.

Λες και υπάρχει ένα πέπλο, μια κουρτίνα, που τον απομονώνει από όλα όσα συμβαίνουν εκτός του. Και μήτε ήχοι μήτε φώτα περνούν.



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

Καθισμένες μέσα στον ναό λιγοστές γυναίκες, καμιά δεκαπενταριά. Στα χέρια τους κρατούν κάτι παλιά χαρτιά, κιτρινισμένα…

Μερικά έχουν ψαλτοτράγουδα. Άλλα προσευχές. Και άλλα μοιρολόγια της Μεγαλοβδομάδας. Γιαγιάδες τα έδωσαν σε κόρες και εκείνες στις δικές τους εγγονές… Και κάπως έτσι έφτασαν στο τώρα.

Και ενώ όλα αυτά συμβαίνουν μπροστά, στο κέντρο, μοναχός, πάνω στον Σταυρό, στέκεται Αυτός. Ο Ένας.

Τα χέρια του είναι ανοιχτά. Με τρύπες στις παλάμες, με ζωγραφισμένα τα αίματα…

«Ξέρεις γιατί σταυρώθηκε με ανοιχτά τα χέρια;» έλεγε ο παπα-Ανανίας ο Κουστένης. «Διότι ο Χριστός είναι μια μεγάλη αγκαλιά. Μια αγκαλιά που τους χωράει όλους».

Ανοιχτά τα χέρια, τρυπημένη η πλευρά και γερμένο το κεφάλι του με ένα ακάνθινο στεφάνι επάνω καρφωμένο.

Μπροστά στα πόδια Του, στεφάνια με γαρίφαλα.

Και πάνω από αυτά, πετσέτες. Πολλές πετσέτες. Κάτασπρες. Λευκές. Τις φέρνει ο κόσμος από το απόγευμα νωρίς.

Είναι καλός ο κόσμος. Καλοπροαίρετος.

Θέλει να δείξει κάπως την αγάπη του. Θέλει να πει: «Χριστέ μου, εγώ σε αγαπώ», και ψάχνει να βρει τον τρόπο.

Ανάμεσα στις γυναίκες που κάθονται εκεί είναι και η κυρα-Λένη. Γυναίκα ηλικιωμένη. Από τις παλιές. Παρά τα περασμένα χρόνια της, έχει μια αρχοντιά το παρουσιαστικό της.

Οι άλλες γυναίκες την ακούν που τους μιλά. Τους λέει ιστορίες από τον *Συναξαριστή* και από την Παλαιά Διαθήκη. Τους λέει για τις συνήθειες που είχαν οι άνθρωποι τη Μεγάλη Εβδομάδα παλιά… Για τις κορδέλες που έβαζαν τη Μεγάλη Πέμπτη στα μπαλκόνια τους και για το «Ημίωρο»* που έκαναν τη Μεγάλη Παρασκευή το μεσημέρι…

* Κάθε Μεγάλη Παρασκευή μεσημέρι, γύρω στις δύο, μαζεύονταν γυναίκες του χωριού σε ένα δωμάτιο με κλειστές τις κουρτίνες και, αφού έκαναν προσευχή, διάβαζαν για μισή ώρα κείμενα που αναφέρονταν στη Μεγαλο-



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

Κάθε χρόνο πάω για λίγο και κάθομαι εκεί κοντά τους και τις ακούω να μιλάνε…

Από μικρό παιδί μού άρεσαν πολύ αυτές οι ιστορίες.

Φέτος, ήταν μεγάλη η κούραση που ένιωθα, λόγω της πολλής δουλειάς… «Θα πάω απλώς να προσκυνήσω…» είπα, «και θα φύγω για το σπίτι μου. Άλλωστε, πρέπει να καθίσω μαζί με τα μικρά, για να ανεβεί η Πόπη –η γυναίκα μου– να στολίσει τον Επιτάφιο πάνω στον Αϊ-Γιώργη».

Καθώς πλησίασα, άκουσα την κυρα-Λένη να λέει στις γυναίκες κάτι για τον παπα-Ευσέβιο.

Σου έχω πει και στα άλλα βιβλία μου γι᾽ αυτόν.

Άγιος άνθρωπος. Δικός μας. Εδώ.

Πατέρας Ευσέβιος Βίττης.

Καλόγερος, μόνος του ζούσε πάνω στο βουνό. Και είχε αφιερώσει όλη του τη ζωή στους απλούς και ταπεινούς ανθρώπους του Σιδηρόκαστρου, και όχι μόνο.

Κοντοστάθηκα.

*Θέλω να ακούσω*, σκέφτηκα.

Έσπρωξα μια καρεκλίτσα προς τα πίσω απαλά, κάθισα και έστησα αυτί.

«Πάνε χρόνια, κορίτσια, που έγινε αυτό που θα σας πω. Ήμουνα τότε στην πρώτη νιότη. Λίγα χρόνια από τότες που είχα παντρευτεί και είχα φέρει στον κόσμο τα δύο από τα έξι παιδιά μου.

»Είχα μια ταραχή μέσα μου. Δεν ένιωθα καλά. Κάτι με έτρωγε, αλλά δεν μπορούσα να καταλάβω τι ήταν.

»Με τούτα και με εκείνα, βρέθηκα στον γέροντα. Τον παπα-Ευσέβιο.

»Και του είπα τον προβληματισμό μου.

»"Γέροντα, δε νιώθω και πολύ καλά. Σαν κάτι να με τρώει…"

---

βδομάδα, πριν συνεχίσουν τη γύρα για να προσκυνήσουν τους Επιταφίους στις εκκλησίες του χωριού.



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

»“Ελένη μου”, μου απάντησε. “Κάνε προσευχή. Αυτό να κάνεις. Προσευχή. Όχι όμως για σένα. Να κάνεις προσευχή για τους ανθρώπους που πονάνε. Να κάνεις προσευχή για τους ανθρώπους που έχουν προβλήματα. Να κάνεις προσευχή για τους ανθρώπους που σηκώνουν βαρύ σταυρό στην πλάτη”.

»Ήθελε με αυτόν τον τρόπο να με κάνει να βγω από το εγώ μου και να δω και λίγο παραπέρα. Να δω λίγο τον συνάνθρωπο. Πού μυαλό όμως τότε εγώ; Πού να το καταλάβω… Γυρνάω λοιπόν η αθεόφοβη και του λέω του γέροντα κατάμουτρα: “Μα καλά, γέροντα, ποιος πονάει; Ποιος έχει προβλήματα; Όλοι μια χαρά είναι…”

»Ο γέροντας με κοίταξε έκπληκτος κατάματα.

»“Ποιος πονάει, βρε Ελένη μου; Αλήθεια; Δεν υπάρχει κόσμος που πονάει;”

»Η έκπληξή του αυτή δεν κράτησε πολύ… Κατάλαβε την απαιδευσιά μου.

»Έκλεισε τα μάτια, μαλάκωσε το πρόσωπο, νομίζω για να μη με στενοχωρήσει, και μου είπε: “Εντάξει, Ελένη μου… Αφού δεν ξέρεις κανέναν άνθρωπο που να πονά, εσύ να κάνεις προσευχή κάθε μέρα για τα παιδάκια που πεινάνε στην Αφρική… Αυτά τουλάχιστον το ξέρεις πως πονάνε…”»

Έμεινα καθισμένος ακόμα λίγα λεπτά στην καρέκλα μου.

Οι ομιλίες τελείωσαν και οι γυναίκες ξεκίνησαν όλες μαζί να σιγοψέλνουν μια παράκληση.

*Ποιος* δεν πονάει *είναι το σωστό ερώτημα*, σκέφτηκα. Πριν από μερικά χρόνια, μπορεί και εγώ να είχα ακριβώς την ίδια άποψη με την κυρα-Λένη.

Σήμερα, όμως…

Σήμερα όχι.

Σήμερα, αλήθεια, ψάχνω να βρω άνθρωπο που δεν πονά.

Ψάχνω και, άμα τον βρίσκω, αλήθεια, χαίρομαι πολύ, γιατί νιώθω ότι αναπνέω και εγώ λίγη από τη χαρά του.

Πονάει ο κόσμος.



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

Πονά πολύ.

«Πάσα κεφαλή και θλίψις»,* που λέει και ο δεσπότης.

Κοίταξα το ρολόι μου. Η ώρα είχε περάσει. Με περίμενε η Πόπη. Κούμπωσα το παλτό μου και βγήκα. Κρύο. Ο ουρανός γεμάτος με αστέρια. Καθαρός. Έπρεπε να βιαστώ.

Μεγάλη Παρασκευή ξημέρωνε σε λίγο…

* Μητροπολίτης Μόρφου Νεόφυτος.



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

# Το μυστήριο του πόνου

Δεν πλαστήκαμε για να πονάμε οι άνθρωποι. Όχι. Ούτε για να πεθαίνουμε. Ούτε για να πενθούμε.

Πλαστήκαμε για να ζούμε αιώνια, σε κοινωνία μεταξύ μας.

Και όμως, μετά την πτώση, εκεί με την Εύα και τον Αδάμ, όλο αυτό άλλαξε.

Και, μαζί με τη γνώση του καλού και του κακού, ήρθε και ο θάνατος. Ο πόνος. Τα προβλήματα. Σαν φυσικό επακόλουθο και όχι σαν τιμωρία.

Λένε ότι ο Θεός είναι κακός.

«Γιατί αλλιώς να επιτρέπει να παθαίνουμε διάφορα οι άνθρωποι;»

Αυτοί που το λένε, όμως, δεν έχουν συνειδητοποιήσει ακόμα το εξής:

Το πόσο μεγάλο δώρο είναι το αυτεξούσιο.

Το πόσο μεγάλο δώρο είναι η ελευθερία.

Ναι. Ο Θεός μάς έπλασε καλά. Χωρίς προβλήματα. Και ελεύθερους.

Όμως, μας έδωσε και τη δυνατότητα της επιλογής. Να επιλέξουμε αν θα μείνουμε στην κατάσταση αυτή ή αν θέλουμε να φύγουμε από κοντά Του.

Και αυτό είναι αγάπη. Η απόλυτή της έκφραση.

*Σε αγαπώ, σου λέω τι είναι καλό και τι κακό, σου λέω τι να κάνεις και τι να προσέξεις, αλλά εσύ κάνε ό,τι θες. Είσαι ελεύθερος. Και σου δίνω τέτοια ελευθερία που, αν θες, μπορείς και να με σταυρώσεις.*

Ποιος από μας, τους δήθεν προοδευτικούς, αντέχουμε να δώσουμε τέτοια αγάπη στα παιδιά μας;



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

Ποιος από μας αντέχει να τον φτύνει το παιδί του και αυτός να σιωπά;

Ποιος από μας αντέχει να συγχωρεί ξανά και ξανά και πάλι από την αρχή τα όποια λάθη, απλώς με μια συγγνώμη;

Ποιος από μας, ενώ έχει ετοιμάσει περιουσία για τα παιδιά του, δέχεται αγόγγυστα αυτά να τα απορρίψουν όλα και να φύγουν και να κόψουν την όποια επικοινωνία;

Ας είμαστε ειλικρινείς.

Κανείς.

Εμείς ξέρουμε από μούτρα, από φωνές, από απειλές και μαραζώματα. Αυτά κάνουμε εμείς.

Ακόμα και αν δεν πούμε τίποτα, ακόμα και αν αφήσουμε ελεύθερους αυτούς που αγαπάμε, δεν μπορούμε να σταθούμε αρχοντικά απέναντι στην απόρριψη.

Αρρωσταίνουμε. Μας τρώει το παράπονο. Και μέσα σε αυτή την πίκρα, χάνουμε τον εαυτό μας.

Ο Θεός όμως δεν είναι έτσι.

Σε αφήνει. Σε αφήνει να κάνεις ό,τι θες. Και είναι εκεί και περιμένει.

Όχι με όπλο στη γωνία πάνω από το κεφάλι σου.

Όχι.

Σε περιμένει με τα χέρια ανοιχτά. Για να γυρίσεις όποτε εσύ θελήσεις. Αν θες. Δε σε πιέζει. Ελεύθερα.

Επιλέξαμε λοιπόν να φύγουμε από τον Θεό. Επιλέξαμε να γνωρίσουμε το κακό. Μαζί με αυτό, όμως, ήρθε και ο πόνος. Και ο θάνατος. Όχι σαν τιμωρία. Αλλά σαν επακόλουθο. Σαν μια δικλίδα ασφαλείας.

Για να μη γίνει αθάνατο το κακό. Και να μην υποφέρει ο άνθρωπος αιώνια.

Αλλά για να υπάρχει ένα τέρμα. Ένα στοπ. Ένα σημείο στο οποίο όλα τα άσχημα πλέον σταματάνε… Και από εκεί και πέρα ανακαινίζονται τα πάντα.



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

Φαντάσου έναν κόσμο όπου οι βιαστές και οι παιδεραστές θα ζούσαν αιώνια.

Φαντάσου έναν κόσμο όπου όσοι ενσυνείδητα αδικούν θα μπορούσαν να το κάνουν δίχως τέλος.

Δε θα ήταν παράδεισος ένας κόσμος χωρίς θάνατο. Θα ήταν κόλαση. Μια κόλαση επί Γης.

Ένα βασανιστήριο χωρίς έλεος και τέλος.

«Μα δεν το διάλεξα εγώ», μπορεί να ισχυριστεί κάποιος, «η Εύα ήταν… Ο Αδάμ…»

Και αυτοί τα ίδια είπαν… «Το φίδι…»

Και από αυτό και μόνο φαίνεται η ανωριμότητά μας. Πάντα κάποιος άλλος φταίει. Παρ' όλα αυτά κάνουμε απερίσκεπτα χρήση της όποιας ελευθερίας μας και του αυτεξούσιου.

Τέτοιοι είμαστε οι άνθρωποι. Ακριβοί στο πίτουρο και φθηνοί στο στάρι.

Φιλοσοφούμε με γεμάτες τις κοιλιές και αναρωτιόμαστε πού είναι ο Θεός την ώρα που αδικούμε τους διπλανούς μας.

Αλλά ακόμα και αν δεν αδικούμε κάποιον… και πάλι. Είμαστε όλοι μέτοχοι στο κακό. Όλοι μας έχουμε μερίδιο ευθύνης. Γιατί, αν ήμασταν άγιοι, το σκοτάδι δε θα άντεχε γύρω μας λεπτό. Θα εξαφανιζόταν.

Πονάμε οι άνθρωποι. Και πεθαίνουμε. Και θα πονάμε και θα πεθαίνουμε μέχρι το τέλος των ημερών τούτου εδώ του κόσμου.

Ο πόνος, ο θάνατος, όμως, είναι μυστήρια. Μυστήρια του Θεού. Κατανοούμε ένα κομμάτι τους, αλλά όχι όλο.

Είναι όπως ο ήλιος.

Τον βλέπουμε, αλλά όχι το σύνολο της επιφάνειάς του.

Νιώθουμε τη ζέστη του, αλλά δεν μπορούμε να αντέξουμε το μέγεθος της θερμότητάς του.

Τον πλησιάζουμε μέχρι ενός σημείου, τον φωτογραφίζουμε, αλλά κανείς μας δεν μπορεί να δει τι κρύβει μέσα στα ίδια του τα σπλάχνα.



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

Μυστήριο είναι ο πόνος.

Μέγα μυστήριο.

Δεν ανακαλύπτεται. Αποκαλύπτεται. Στους ταπεινούς. Στους καλοπροαίρετους. Σιγά σιγά.

Μυστήριο είναι ο πόνος και ο θάνατος.

Μυστήριο που πολλές φορές μπορεί να σε εκπλήξει…



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

# Αλλάζει ο άνθρωπος;

Αλλάζει ο άνθρωπος;
Αλλάζει.

Όχι εύκολα. Αυτό είναι το μόνο σίγουρο.

Όμως, αλλάζει.

Απλώς χρειάζεται πολλή αγάπη ή πολύς πόνος για να συμβεί.

Και καλή προαίρεση.

Να είναι η ψυχή του ανθρώπου ένα καλό χωράφι.

Και ας έχει πέτρες και αγριόχορτα. Δεν πειράζει. Με ένα καλό όργωμα και ένα καλό καθάρισμα θα είναι έτοιμο να καρποφορήσει. Θα είναι έτοιμο για την έκπληξη. Έτοιμο για το θαύμα…

Τον Βασίλη τον ήξερα από παλιά. Από μικρό παιδί. Συνάδελφοι με τον πατέρα μου στα ελικόπτερα.

Άνθρωπος σκληρός. Τραχύς. Χωρίς λεπτότητα. Μόνιμα εριστικός.

Ακόμα και η εξωτερική του εμφάνιση ήταν τρομαχτική· γιγάντιος, γυμνασμένος, θαρρείς πέτρινος, με ένα πρόσωπο μόνιμα σκοτεινό και θυμωμένο.

Κάθε φορά που βρισκόσουν στον ίδιο χώρο με αυτόν, θα τον άκουγες είτε να βρίζει ασύστολα, είτε να φωνάζει χωρίς να υπάρχει κανένας απολύτως λόγος. Δεν έκανε διακρίσεις. Όχι. Μιλούσε άσχημα σε όλους, σε φίλους, σε συναδέλφους, σε μικρά παιδιά. Μιλούσε άσχημα ακόμα και στην Ελπίδα, την ίδια του τη σύζυγο, που όλοι απορούσαμε πώς τον άντεχε.

Βασικά, το περίεργο ήταν το πώς αυτοί οι δύο έσμιξαν εξαρχής.

Δυο άνθρωποι εκ διαμέτρου αντίθετοι.

Ο Βασίλης, ένα θηρίο ανήμερο, και η Ελπίδα, μια λεπτεπίλεπτη



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

ψυχή, με χίλια δυο χαρίσματα, ευγενική, έξυπνη, με φοβερή αίσθηση του χιούμορ. Ίσως αυτό το τελευταίο να ήταν και ο λόγος που τον άντεχε… Δεν ξέρω. Ντρεπόμουν, να πω την αλήθεια μου, να τη ρωτήσω.

Τα χρόνια περνούσαν και ο Βασίλης γινόταν ολοένα και χειρότερος.

Ολοένα και αγρίευε. Γινόταν ολοένα και πιο προσβλητικός. Ολοένα και πιο αγροίκος…

Σιγά σιγά οι φίλοι του τον έκαναν πέρα. Οι συνάδελφοι κρατούσαν αποστάσεις. Και αυτός, αντί να απορεί τι συνέβαινε, συνέχιζε τον χαβά του.

Πέντε παιδιά έφεραν στον κόσμο με την Ελπίδα του. Με το τελευταίο να έχει αυτισμό. Ο Λευτεράκης. Ο βενιαμίν. Ο πιο μικρός από όλους.

Τα χρόνια πέρασαν. Βγήκε στη σύνταξη ο Βασίλης. Και αποσύρθηκαν οικογενειακώς σε ένα μεγάλο και πανέμορφο νησί του Αιγαίου.

Είχα να τους δω καιρό.

Και αυτόν και την Ελπίδα και όλα τα παιδιά.

Ώσπου μια μέρα χτύπησε το τηλέφωνό μου και ήταν ο Βασίλης.

«Λευτεράκο μου, τι κάνεις;»

«Καλά, κύριε Βασίλη. Εσύ; Χρόνια και ζαμάνια…»

Μου είπε πως δύο από τα παιδιά του είχαν περάσει σε πανεπιστήμιο στη Θεσσαλονίκη. Και πως, με την ευκαιρία αυτή, ήθελε να έρθει να μου κάνει μια επίσκεψη, να με ρωτήσει κάποια πράγματα για τον Λευτεράκη.

«Δεν είμαι ειδικός σε αυτά», του είπα. «Αλλά θα χαρώ πολύ να έρθεις να σε δω».

Και είπαμε να πιούμε έναν καφέ στο γραφείο μου στην Αριστοτέλους.

Έφτασε ο καιρός, και να σου τον. Ο Βασίλης να μου χτυπάει την πόρτα.



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

Ανοίγω και τι να δω;

Έναν άνθρωπο χαμογελαστό, ήρεμο, με φωτεινό πρόσωπο. Συνέχιζε να είναι τεράστιος, ναι, αλλά αυτή η εικόνα δε θύμιζε σε τίποτα τον παλιό, βλοσυρό Βασίλη.

Αγκαλιαστήκαμε, φιληθήκαμε, φτιάξαμε καφέ και καθίσαμε να τα πούμε.

Καθώς μιλούσε, τον παρατηρούσα σχολαστικά. Ο τόνος της φωνής του, οι κινήσεις του, το βλέμμα του. Όλα ειρηνικά. Χαιρόσουν να μιλάς μαζί του.

Κάποια στιγμή δεν άντεξα.

«Κύριε Βασίλη», του είπα. «Άλλαξες».

Χαμογέλασε.

«Ναι, Λευτεράκο μου. Το ξέρω…»

«Μα πώς;» τον ρώτησα.

«Ο Λευτέρης μου και η Παναγία», είπε σχεδόν δακρύζοντας, δείχνοντάς μου παράλληλα τη μεγάλη εικόνα της Παναγίας της Γερόντισσας που έχω κρεμασμένη πάνω από το γραφείο.

«Λευτέρη… Δεν πήγαινα καλά. Με θυμάσαι. Ήμουν ένα πραγματικό αγρίμι. Όταν γεννήθηκε ο Λευτέρης, στην αρχή δεν το καταλάβαμε. Μου έλεγε η Ελπίδα πως κάτι δεν πήγαινε καλά, αλλά εγώ δεν την άκουγα, όπως άλλωστε έκανα σε όλα.

»Καθώς μεγάλωνε όμως ο μικρός, έγινε πια ξεκάθαρο. Αυτισμός. Δεν μπορούσα πια να το αρνηθώ. Κατέρρευσα.

»Ένιωσα ότι έχανα το έδαφος κάτω από τα πόδια μου.

»Για πρώτη φορά έπειτα από χρόνια, έκλαψα.

»Δεν ξέρω πώς, αλλά πήγα σε ένα ξωκλήσι στο νησί, έπεσα στα γόνατα μπροστά από μια εικόνα της Παναγίας και έκλαψα σαν μικρό παιδί.

»Έκλαψα, έκλαψα, έκλαψα…

»Έκλαψα μέχρι που ένιωσα να αδειάζουν τα μέσα μου. Έκλαψα σαν να ήμουν ξανά στην αγκαλιά της μαμάς μου.

»Από εκείνη την ημέρα, κάτι άλλαξε μέσα μου.



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

»Σαν να γκρεμίστηκε κάτι. Σαν να μαλάκωσε κάτι.

»Λες και ήμουν τυφλός και είδα ξαφνικά.

»Και ντράπηκα. Ντράπηκα πολύ, Λευτέρη.

»Ντράπηκα που είδα "γυμνό" τον εαυτό μου.

»Γύρισα στο σπίτι και ζήτησα συγγνώμη στη γυναίκα μου. Άρχισα να προσπαθώ να είμαι πιο ευγενικός με τους ανθρώπους γύρω μου. Ήταν άβολο στην αρχή. Γι' αυτούς. Γιατί δε με είχαν συνηθίσει έτσι. Αλλά, ξέρεις, εμένα μου άρεσε. Ήταν λες και είχα μια δεύτερη ευκαιρία.

»Άρχισα να πηγαίνω στην εκκλησία με την Ελπίδα. Έψαξα και βρήκα έναν παπά, για να εξομολογούμαι.

»Σταμάτησα να βγαίνω όλη την ώρα μόνος μου, όπως έκανα. Τώρα βγαίνουμε με τη γυναίκα μου μαζί και περπατάμε.

»Είναι καλή η γυναίκα μου, Λευτέρη. Άξια.

»Εγώ της έβγαλα την ψυχή όλα αυτά τα χρόνια.

»Αρρώστησε. Έβγαλε κακιά αρρώστια. Τώρα είναι καλά. Τώρα την προσέχω».

Είχα μείνει να τον ακούω αποσβολωμένος. Ο Βασίλης, εκείνος ο αγριάνθρωπος, να κάθεται και να μου λέει αυτά τα πράγματα… Δεν το περίμενα ποτέ μου.

«Και ο Λευτέρης;» τον ρώτησα. «Πώς το διαχειρίστηκες;».

«Α… Άκου να σου πω. Ο Λευτέρης δεν είναι δικό μου παιδί.

»Ο Λευτέρης είναι του Χριστού. Από τα αγαπημένα Του. Και μου τον εμπιστεύτηκε για να του τον μεγαλώσω…»

Αλλάζει ο άνθρωπος. Αλλάζει, αλλά χρειάζεται πολύς πόνος ή πολλή αγάπη για να συμβεί αυτό.

Ο Βασίλης πόνεσε. Πόνεσε πολύ. Και αυτός ο πόνος, αυτός ο «θάνατος» στάθηκε αφορμή για την Ανάστασή του.

Η ώρα πέρασε. Ήρθε η Ελπίδα και τον πήρε από το γραφείο για να πάνε κάτω στην παραλία να πιουν έναν καφέ.

Βγήκα στο μπαλκόνι και τους χάζευα καθώς κατηφόριζαν την Αριστοτέλους.



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

Καθώς περπατούσαν, ο Βασίλης κρατούσε το χέρι της Ελπίδας τρυφερά. Κάποια στιγμή κοντοστάθηκε και έσκυψε και τη φίλησε στο κεφάλι…

Ο Βασίλης…

Εκείνος ο αγριάνθρωπος.

Ο Βασίλης.

Αλλάζει ο άνθρωπος… Απλώς χρειάζεται θέληση, αγάπη, πόνος και Χριστός για να πετύχει…



© Ελευθέριος Γ. Ελευθεριάδης, 2024 / ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2024

Άνθρωπο χωρίς σταυρό δε γνώρισα.

Άλλον με σταυρό μεγάλο και άλλον με σταυρό μικρό.

Άλλον με σταυρό βαρύ και άλλον με ελαφρύτερο...

Κάποιοι τον κουβαλούν αγόγγυστα. Κάποιοι δακρύζουν στα κρυφά. Κάποιοι από τον δρόμο καμιά φορά κουράζονται και ξαποσταίνουν.

Άλλοι τον κουβαλούν στους ώμους. Άλλοι στην πλάτη.

Και άλλοι αγκαλιά. Σφιχτά. Σχεδόν ερωτικά...

Και κάποιοι άλλοι τον σέρνουν τον σταυρό τους...

Πάντως όλοι κάτι κουβαλούν. Όλοι κάτι έχουν.

Το θέμα είναι να μην παραιτηθείς. Το θέμα είναι να μην πετάξεις τον σταυρό σου. Να σε βρει το τέλος, το πέρασμα, και τα χέρια σου να κρατάνε ακόμα τον σταυρό. Τον σταυρό που σου έχει λάχει. Αυτό είναι το θέμα.

Και αν καμιά φορά φτάνεις στο αμήν, σήκωνε ψηλά τα μάτια.

Μεγάλος σταυρός, μεγάλη Ανάσταση, αδελφέ μου.

Μεγάλος σταυρός, μεγάλη Ανάσταση...

***Μέχρι να έρθει η Ανάσταση, λοιπόν,***
***ας είναι το βιβλίο αυτό μια μικρή ανάσα...***

ISBN: 978-618-01-5835-9
9 786180 158359
ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ: 30781

Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ
psichogios.gr