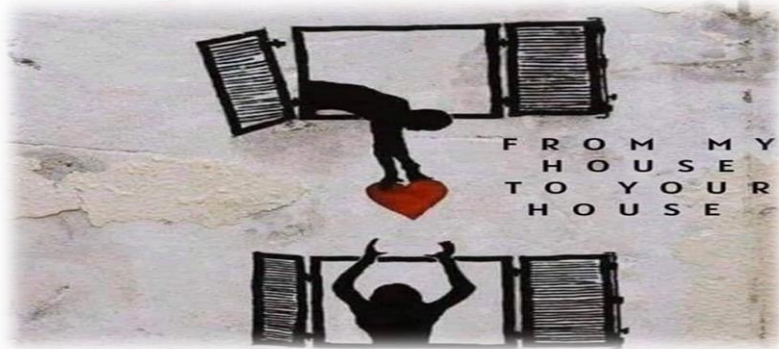


## Το Πάσχα ΑΛΛ-ΓΙΟΣ



Για τους Έλληνες ο θεσμός της οικογένειας και οι οικογενειακοί δεσμοί ήταν και εξακολουθούν να είναι ζωτικής σημασίας καθώς η ύπαρξή τους διαδραμάτισε πρωταρχικό ρόλο σε κρίσιμες για τη χώρα μας στιγμές. Για τους Έλληνες, ως άτομα και ως μέλη μιας ευρύτερης κοινωνίας οι οικογενειακοί δεσμοί υπήρξαν το σίγουρο, το ασφαλές, το ακλόνητο σημείο αναφοράς.

Δεσμοί οι οποίοι ενισχύονται και επαναπροσδιορίζονται μέσα από τη σύνδεση, μέσα από το μοίρασμα, μέσα από τα καλέσματα και τις μεγάλες μας γιορτές. Ονομαστικές γιορτές, εθνικές γιορτές, γιορτές επετείων και τις άλλες τις πιο σημαντικές, τις πιο οικογενειακά «επίσημες», τις πιο ζεστές και συμβολικές γιορτές όπως είναι τα Χριστούγεννα και το Πάσχα. Εκεί, με έναν τρόπο ενώνεται όλος ο κόσμος, ορθόδοξοι και καθολικοί Χριστιανοί, Μουσουλμάνοι και άθεοι. Για όλους τους ανθρώπους το μήνυμα που πρεσβεύουν αυτές οι γιορτές είναι η *αγάπη* και η αγάπη είναι καθολική και ζωτικής σημασίας για όλους, πέρα από πίστη και δόγματα.

Για τους Έλληνες το Πάσχα χαρακτηρίζεται από μια σειρά εθίμων, από τελετουργικά και από μοναδικές οικογενειακές παραδόσεις. Για όλους εμάς το Πάσχα αποτελεί μέρος της παράδοσης μας, κομμάτι της οικογενειακής μας ταυτότητας. Η οικογενειακή ταυτότητα που προσφέρει τη σφραγίδα της μοναδικότητας, του ανήκειν και που βοηθά στη διατήρηση και ενίσχυση των οικογενειακών δεσμών. Μία ταυτότητα που τον τελευταίο χρόνο κλυδωνίζεται λόγω της κρίσιμης κατάστασης της πανδημίας. Και φέτος, το Πάσχα μας, φαίνεται πως θα είναι διαφορετικό. Μπορεί τα διαμερίσματα των πολυκατοικιών να κατοικούνται τον τελευταίο χρόνο από μεμονωμένα μέλη, συγκεκριμένων ηλικιών, ουσιαστικά όμως ζούμε σε σπίτια χωρίς τοίχους, που περικλείουν και συνδέουν με έναν ιδιαίτερο τρόπο την ευρεία οικογένεια, που μας συνδέουν με τους παππούδες και τις γιαγιάδες μας, με τα αδέρφια μας και με όσους είναι μακριά μας.

Το δούναι και λαβείν με τους δικούς μας ανθρώπους, η σύνδεση μας με αυτούς, ξεπερνά τοίχους και δρόμους, θάλασσες και βουνά, απαγορεύσεις και ιούς. Το δούναι και λαβείν, υλικό και συναισθηματικό, μπορεί να παραμείνει ισχυρό ακόμα και σε αυτή τη δύσκολη χρονική στιγμή για τη χώρα μας. Παρατηρώ αυτόν τον χρόνο τους τρόπους, που όλοι μας έχουμε εφεύρει ή που πάντα ξέραμε για να δείχνουμε την αγάπη μας και το νοιάξιμο στους δικούς μας ανθρώπους. Ένας από αυτούς τους τρόπους, είναι το τάπερ, αυτό το σύμβολο της βαθιάς σχέσης και σύνδεσης με τους δικούς μας, μετακινείται με αυτοκίνητα, μηχανές,

πατίνα, αφήνεται στις πόρτες των παππούδων μας, των ευάλωτων ανθρώπων μας. Δεν κρύβει μέσα του μόνο τροφή για βρώση, κρύβει την τροφή της ψυχής, της καρδιάς των δεσμών μας, κρύβει την παρηγοριά, το σ' αγαπάω, σε σκέφτομαι, μου λείπεις, θα περάσει!

Για τα παιδιά προσχολικής και σχολικής ηλικίας τα έθιμα και τα τελετουργικά είναι υψίστης σημασίας καθώς συμβάλλουν στη διατήρηση της αίσθησης της σιγουριάς και της συνέπειας, που στην παρούσα χρονική στιγμή κλονίζονται σημαντικά. Θα σας πρότεινα όσο μπορείτε να τα διατηρήσετε και φέτος ζωντανά. Μπορείτε να διαβάσετε παιδικά βιβλία για το Πάσχα, να κάνετε κατασκευές μαζί τους, να τα παροτρύνετε να διηγηθούν μαζί σας το πιο όμορφο Πάσχα που θυμούνται με την οικογένεια σας. Για τα μικρότερα παιδιά τα πασχαλινά ζώα όπως π.χ. το κουνέλι, το αρνί το κοτοπουλάκι έχουν τον δικό τους συμβολισμό. Το κουνέλι συμβολίζει την αφθονία, το αρνί την αθωότητα και το κοτοπουλάκι τη νέα ζωή. Μιλήστε γι' αυτές τις έννοιες, ζωγραφίστε μαζί τους και φτιάξτε το «πασχαλινό τάπερ» για τους παππούδες και τις γιαγιάδες τους.

Για του εφήβους, το Πάσχα και οι οικογενειακές παραδόσεις αποτελούν τη σύνδεση και τη συνέχεια της παιδικής τους ηλικία. Η παρουσία των οικογενειακών παραδόσεων βοηθάει τον έφηβο να επαναπροσδιορίσει τις σχέσεις του με την οικογένειά του. Ακόμα και γι' αυτόν που μπορεί να περνάει κάποιες δυσκολίες του δίνει μία ακόμα ευκαιρία να επανασυνδεθεί με τους γονείς, με τους παππούδες του, να ξαναιώσει την οικογενειακή ζεστασιά και να θυμηθεί τις χαρές της παιδικής ηλικίας. Θα σας καλούσα να τους αφουγκραστείτε με *υπομονή* και *αυθεντικότητα*. Μοιραστείτε αναμνήσεις από προηγούμενες οικογενειακές στιγμές, ξεφυλλίστε οικογενειακά άλμπουμ φωτογραφιών, μιλήστε για το βαθύτερο μήνυμα της γιορτής του Πάσχα, που περιλαμβάνει την ανθρώπινη προσπάθεια, την πίστη για έναν ανώτερο στόχο και σκοπό, όπως αυτός ορίζεται από τον καθένα στη ζωή του. Συζητήστε μαζί τους για τους δικούς τους στόχους, τα δικά τους «μαρτύρια», τις δικές τους «θυσίες» και για τις δικές τους *Αναστάσεις*.

Για τους ηλικιωμένους, γιορτές όπως είναι το Πάσχα είναι μια ευκαιρία να πλησιάσουν πιο κοντά με τα εγγόνια τους, να τους μεταδώσουν λίγη απ' τη σοφία και την εμπειρία που έχουν αποκομίσει απ' τη ζωή τους και να βοηθήσουν με αυτόν τον τρόπο στην ενδυνάμωση των οικογενειακών σχέσεων και δεσμών. Για τους ηλικιωμένους, και όχι μόνο, το Πάσχα είναι πιθανόν να συνδέεται και με προσωπικές απώλειες και πένθος. Είναι η χρονική περίοδος, που όσο καμία άλλη, μας φέρνει πιο «κοντά» σε ανθρώπους μας που δεν βρίσκονται στη ζωή, είναι ένα αντάμωμα, ένας φόρος τιμής και μια υπόσχεση, η υπόσχεση της Ανάστασης, της επιστροφής, της επανένωσης. Θα σας καλούσα να μιλήσετε μαζί τους για ανθρώπους που λείπουν, που δεν είναι στη ζωή. Το μοίρασμα είναι πάντα ανακουφιστικό!

Για όλους εμάς του ενήλικες, θα πρότεινα να εκμεταλλευτούμε τις μέρες που έρχονται σαν μια ευκαιρία για αναστοχασμό των δικών μας επιθυμιών και αναγκών, των δικών μας παθών. Ας κάνουμε τον απολογισμό πάνω στις δικές μας θυσίες για τους προσωπικούς και κοινούς στόχους μας. Αυτός ο ιός που ήρθε, σαν έναν άλλον Υιό, με έναν μοναδικό τρόπο, μας ενώνει παγκόσμια όλους και μας καλεί πέρα από κάθε πίστη να θυσιάσουμε τα μέχρι πρότινος δεδομένα μας για μία μελλοντική, πιο ουσιαστική, πιο φωτεινή πανανθρώπινη σύνδεσή μας. Είναι σημαντικό να θυμόμαστε μέσα στον πανικό του τελευταίου χρόνου την

ανθεκτικότητα και την προσαρμοστικότητα των οικογενειακών δεσμών, που για ακόμα μια φορά, όπως και σε προηγούμενες περιόδους εθνικών και κοινωνικών κρίσεων, λειτουργεί ως δίχτυ προστασίας και ασφάλειας.

Ετοιμάστε λοιπόν τα «πασχαλινά τάπερ» σας και μοιράστε αγάπη, στον εαυτό σας, στα παιδιά σας, στους γονείς, τους φίλους και τους αγνώστους.

*«...Διότι επείνασα και μου edώσατε να φάγω, edίψασα και με εποτίσατε, ήμουν ξένος που δεν είχα τόπον να μείνω και με επήρατε στο σπίτι σας. Ήμουν γυμνός και με ενεδύσατε, αρρώστησα και με επισκεφθήκατε, εις την φυλακήν ήμουν και ήλθατε να με ιδήτε.» Τότε θα απευθυνθούν προς Αυτόν οι δίκαιοι και θα πούν: Κύριε, πότε σε είδαμε πεινασμένο και σε εθρέψαμε ή διψασμένον και σου edώσαμε νερο; Πότε δε σε είδαμεν ξένον και σε περιμαζέψαμε ή γυμνόν και σε ενεδύσαμε; Πότε δε σε είδαμε ασθενή ή φυλακισμένον και ήλθαμε εις επίσκεψίν σου; Και θα αποκριθή εις αυτούς ο Βασιλεύς· Ἄληθινά σας λέγω, κάθε τι που εκάματε δια να εξυπηρετήσετε ένα από τους αδελφούς μου, που φαίνονται άσημοι και ελάχιστοι εις την κοινωνίαν, το εκάματε εις εμέ..»*

(Κατά Ματθαίον, 25:35)

Σας εύχομαι ένα ευλογημένο Πάσχα και ας είναι και φέτος, **αλλ-ΙΟΣ**.

Με εκτίμηση,

Ελευθέριος Μ. Κομπατσιάρης, Ψυχολόγος MSc,

Συστημικός Οικογενειακός Ψυχοθεραπευτής