

Η ΑΞΙΑ ΤΟΥ ΘΑΝΑΤΟΥ ΣΤΗ ΖΩΗ Το παιδί αντιμέτωπο με ένα χρόνια πρόβλημα υγείας.

Ευγενία Γεωργαντά, Psy.D.
Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια*

Ίσως τελικά ο κύριος τίτλος της ομιλίας αυτής θα μπορούσε να είναι «η μοναξιά της σιωπής» μια και μέσα από μια συνεχή εσωτερική διεργασία αλλά και ανταλλαγή με την φίλη και συνάδελφο Ηρώ η αρχική μου παρουσίαση άλλαξε επανειλημμένα. Κατ' αρχήν θα ήθελα να την ευχαριστήσω για αυτή την πρόσκληση και για την ευκαιρία που μου έδωσε να ξαναδουλέψω ένα τόσο σημαντικό θέμα. Πρέπει να ομολογήσω ότι όταν αποδέχτηκα την πρόσκληση δεν μπορούσα να φανταστώ το μέγεθος της αγωνίας που θα μου προκαλούσε. Αν και ποτέ, συνειδητά τουλάχιστον, δεν ένοιωσα ντροπή ή φόβο στο να αποκαλύψω την ταυτότητα μου σαν μια «θαλασσαιμική» (όπως είναι ο σύγχρονος όρος της ιατρικής). Εντούτοις η σημερινή δημόσια έκθεση του εαυτού μου και της ιδιαιτερότητας μου αυτής με γέμισε με αγωνία. Αγωνία για το τι θα πω και πως αυτό θα ακουστεί. Πως θα το εισπράξετε όλοι εσείς.

Όταν μιλάμε για το παιδί που μεγαλώνει με ένα χρόνια πρόβλημα υγείας, μιλάμε για ένα διπλό θρήνο. Πενθούν τόσο οι γονείς όσο και το ίδιο το παιδί. Πενθούν και οι δύο, κρυφά ο ένας από τον άλλο γιατί και οι δυο φοβούνται να μην πληγώσουν και στεναχωρήσουν τον άλλο. Έτσι δημιουργείται αυτή η «συνωμοσία σιωπής» που περιγράφεται σε μελέτες οικογενειών που έχουν παιδιά με μεσογειακή αναιμία.(Tsiantis, et.al., 1982) Για να πάρουμε όμως τα πράγματα από την αρχή. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι η στιγμή της διάγνωσης μιας νόσου είναι η στιγμή που η ζωή αλλάζει για πάντα (Georganda, E.T., 1988). Δεν υπάρχει άτομο ή οικογένεια που να μην περιγράφει την στιγμή αυτή σαν την χειρότερη της ζωής τους. Τίποτα δεν είναι πιο τραγικό και αποκαρδιωτικό από το να ακούσεις ότι το παιδί σου πάσχει από μια χρόνια ασθένεια που είναι γενετικά μεταβιβαζόμενη και για την οποία κατά κάποιο τρόπο είσαι εσύ υπεύθυνος που την μετέδωσες στο παιδί σου. Τα παλιά χρόνια, αλλά δυστυχώς στις περισσότερες περιπτώσεις ακόμα και σήμερα, οι γονείς αλλά και γενικότερα οι περισσότεροι ασθενείς που λαμβάνουν τα νέα μιας διάγνωσης παραμένουν αβοήθητοι για την αντιμετώπιση της.

Από την προσωπική μου εμπειρία θα μπορούσα να πω ότι πολύ γρήγορα κατάλαβα ότι όταν το σώμα νοσεί αναπόφευκτα νοσεί και η ψυχή και βέβαια όταν νοσεί η ψυχή νοσεί και το σώμα. Αν δεν αντιμετωπίσουμε τις ψυχικές

*Παρουσίαση στο συνέδριο της Εταιρείας Συμβουλευτικής, Σχολή Μωραίτη, Αθήνα (1998)

πληγές που δημιουργεί μια ασθένεια η σωματική μας υγεία ποτέ δεν θα υπάρξει τόσο καλή όσο θα μπορούσε να είναι αν είχαμε κοιτάξει και τις ψυχικές ανάγκες του αρρώστου. Ο θρήνος και το πένθος για την απώλεια της υγείας είναι κάτι που παραγνωρίζεται κατάφορα από τον ιατρικό κόσμο. Κανείς δεν ασχολείται για το πώς νοιώθει το άτομο που νοσεί. Όλοι ενδιαφέρονται για το πώς θα πάψει να νοσεί ή αν δεν μπορεί να πάψει να νοσεί για το πώς θα επιβιώσει. Η επιβίωση όμως δεν μπορεί να είναι αυτοσκοπός γιατί για να επιβιώσει κανείς αλλά κυρίως για να ζήσει καλά πρέπει να θέλει να ζήσει. Δυστυχώς συνήθως οι γιατροί κοιτάνε το σώμα και όχι αυτό που κατοικεί μέσα σε αυτό. Αυτό ήταν πάντα ένα παράπονο που είχα σαν παιδί. Ότι δεν έβλεπαν εμένα αλλά το σώμα μου. Ότι οι ψυχικές μου ανάγκες και οι ανάγκες που είχα σε ψυχολογικό επίπεδο ήταν πάντα τελευταίες ή και ανύπαρκτες.

Πριν σαράντα και κάτι χρόνια, λοιπόν οι γονείς μου άκουσαν για πρώτη φορά την λέξη μεσογειακή αναιμία. Τα χρόνια εκείνα αυτό ήταν συνώνυμο μιας καταδίκης. Όχι μόνο γιατί η νόσος εθεωρείτο θανατηφόρα αλλά λόγω και της κοινωνικής απομόνωσης που συχνά αντιμετώπιζαν οι οικογένειες λόγω της άγνοιας και των προκαταλήψεων που επικρατούσαν. Βέβαια θα ήταν αστείο να μιλήσουμε για ψυχική υποστήριξη την εποχή εκείνη από ψυχολόγους ή άλλο ειδικευμένο προσωπικό. Ήταν απλά θέμα καλής τύχης το να έχει κανείς γιατρούς που ήταν ευαίσθητοποιημένοι και διατεθειμένοι να ασχοληθούν με τις ευρύτερες ανάγκες των γονιών και των παιδιών τους. Όπως είναι όμως φυσικό τα ερωτήματα ήταν αμέτρητα και η ανασφάλεια για το μέλλον τεράστια. Όχι μόνο γιατί τα περισσότερα παιδιά δεν ζούσαν μετά την εφηβεία αλλά και αν ζούσαν τι θα μπορούσε να ελπίζει κανείς από ένα άτομο που θα μπαινόβγαινε συνέχεια στα νοσοκομεία και που πολύ δύσκολα θα γινόταν αποδεκτό και θα μπορούσε να αποκατασταθεί τόσο επαγγελματικά όσο και ερωτικά;

Θυμάμαι όμως την περίοδο μεταξύ 1965 και 1968 που, όπως αναφέρει και ο πατέρας μου στις λεπτομερείς σημειώσεις που κράταγε για την εξέλιξη της υγείας μου, έκανα αλληπάλληλες αντιδράσεις στις μεταγγίσεις αίματος. Ένας από τους λόγους φαντάζομαι που ήταν αμφιλεγόμενος ο δρόμος των συχνών μεταγγίσεων ήταν και η έλλειψη επαρκούς γνώσης της σωστής διαδικασίας διασταύρωσης του αίματος του αιμοδότη με το αίμα του λήπτη. Βλέπεται εκτός από την γνωστή ομάδα αίματος Α,Β,Ο κ.τ.λ. και τους ρέζους υπάρχουν και πολλά άλλα αντισώματα τα οποία βρίσκονται στο αίμα. Αυτά τα αντισώματα τότε δεν ήταν γνωστά ή τέλος πάντων δεν ήταν πλήρης η γνώση και η διαδικασία της διασταύρωσης, δηλαδή του ταιριάσματος του αίματος δότη-λήπτη με αποτέλεσμα την δημιουργία αντιδράσεων κατά την διάρκεια της μετάγγισης κυρίως, αλλά καμιά φορά και μετά. Οι αντιδράσεις αυτές σήμαιναν έντονη ταχυκαρδία, ρίγη που πολλές φορές έφταναν σε ανεξέλεγκτο σημείο με αποτέλεσμα σπασμούς, την αύξηση της θερμοκρασίας στους 40,41 βαθμούς, πόνους στα κοκάλια και μία γενική κακουχία. Πολλές φορές ο γιατρός αναγκαζόταν να διακόψει την μετάγγιση.

Όπως προανέφερα αυτές οι αντιδράσεις ήταν ένα σύνηθες φαινόμενο για αρκετά χρόνια και επαναλαμβάνονταν σχεδόν σε κάθε μετάγγιση, δηλαδή ανά 150ήμερο/20ήμερο. Θυμάμαι όμως μια συγκεκριμένη φορά όταν ήμουν 8

ετών. Ήταν μια από εκείνες τις πολύ έντονες αντιδράσεις που με έκαναν να ξεσπώ σε ένα βουβό κλάμα. Τα δάκρυα έτρεχαν ποτάμι και η καρδιά μου ήταν σφιγμένη από αγωνία. Θυμάμαι τον πατέρα μου, που πάντα άφηνε την δουλειά του για να είναι μαζί μας τις δύσκολες εκείνες μέρες των μεταγίσεων, να με πλησιάζει και να μου πιάνει το χέρι. Ήθελε να με βοηθήσει, ήταν ολοφάνερο. Με χαϊδεψε και με ρώτησε με όση ψυχραιμία είχε: «Τι έχεις κοριτσάκι μου;» και του απάντησα μέσα από ένα αναφιλητό: «Φοβάμαι ότι θα πεθάνω». Δεν ήταν η πρώτη φορά βέβαια που το φοβόμουν, που το ένοιωθα να με πλησιάζει, ούτε και η τελευταία. Ήταν όμως η πρώτη και η τελευταία φορά που μπόρεσα να το ψελλίσω στους αγαπημένους μου γονείς. Είδα την έκφραση του πόνου και της ανημποριάς. Ήθελε αλλά δεν μπορούσε να κάνει κάτι ή να ακούσει κάτι σχετικά με τον φόβο μου αυτό. Είναι βέβαια σκληρό και δύσκολο για τους γονείς να συζητάνε κάτι τέτοιο με το παιδί τους και για αυτό χρειάζεται η παρουσία εξειδικευμένου προσωπικού στις μονάδες χρόνιων νοσημάτων. Έκτοτε δεν θέλησα να ξαναδημιουργήσω τέτοιο πόνο στα αγαπημένα μου πρόσωπα. Έτσι σιγά-σιγά χτίζονται τα τείχη της σιωπής που δημιουργεί η δυσκολία μας στην αντιμετώπιση του θανάτου.

Οι εμπειρίες μου αυτές με τον θάνατο τότε αλλά και μετέπειτα με οδήγησαν στην επίγνωση της μοναξιάς μου στη ζωή αυτή. Όπως λένε και οι υπαρξιστές την στιγμή του θανάτου διαπιστώνουμε πως είμαστε πραγματικά μόνοι γιατί εκείνη την στιγμή παρά την παρουσία αγαπημένων προσώπων τριγύρω μας μόνοι μας θα πεθάνουμε και μόνοι μας χρειάζεται να αντιμετωπίσουμε αυτό που έρχεται να μας βρει. Έτσι στην ηλικία των 8 ετών κατάλαβα (όχι νοητικά αλλά σε ένα βαθύτερο επίπεδο) ότι έπρεπε να μάθω να τα αντιμετωπίζω όλα μόνη μου. Ότι παρά την παρουσία αυτών που με αγαπούν δεν μπορώ να σωθώ από εκείνους. Από τότε άρχισα να πιστεύω και στην παρουσία ενός καλού «φύλακα αγγέλου» που με συντροφεύει σε αυτές τις δύσκολες στιγμές. Αναγνωρίζω βέβαια τώρα πια ότι αν εκτός από τον φύλακα άγγελο μου υπήρχε και κάποιος ευαισθητοποιημένος άνθρωπος κοντά μου που θα μπορούσε να με βοηθήσει να εκφράσω και με λόγια, αλλά και συμβολικά μέσα από το αγαπημένο μου παιχνίδι με τις κούκλες, που ήταν βέβαια γιατρός, αλλά και τις ζωγραφιές μου αυτά που ένοιωθα και που ταλαιπωρούσαν την παιδική μου ψυχή, η μετέπειτα ζωή μου θα μπορούσε να ήταν λιγότερο δύσκολη από ότι ήταν.

Πιστεύοντας όμως στο ρητό ουδέν κακό αμιγές καλού, θα έλεγα ότι μέσα από αυτές τις δυσκολίες ξύπνησε μέσα μου η δύναμη, που όλοι έχουμε και δεν γνωρίζουμε, για να τα βγάζουμε πέρα με δύσκολες καταστάσεις. Αυτή η δύναμη με ώθησε για να φτάσω μέχρις εδώ. Το κλειδί πιστεύω της εξελικτικής μου πορείας ήταν η συμφιλίωση μου με όλα αυτά που με πονάνε και δεν μ' αρέσουν και η αποδοχή των 4 βασικών υπαρξιακών θεμάτων που βρίσκονται στη ρίζα της ύπαρξης μας και των δυσκολιών μας, όπως αναφέρει και ο Yalom (1980) στο βιβλίο του Υπαρξιστική Ψυχοθεραπεία. Μέσα λοιπόν από την προσωπική διαδρομή που έχω διανύσει έχω καταλήξει στο συμπέρασμα ότι ο θάνατος είναι το κλειδί για μια καλύτερη ζωή. Αν και κάτι για το οποίο σπάνια μιλάμε θα μπορούσε να μας βοηθήσει πάρα πολύ. Όταν μάθει κανείς να κοιτά τον θάνατο στα μάτια και να μην φοβάται, τουλάχιστον να μιλήσει για αυτό, τότε είναι έτοιμος να ξεπεράσει κάθε εμπόδιο που εμφανίζεται στην προσωπική του εξέλιξη. Όταν βέβαια μιλάμε για ξεπέραςμα εμποδίων δεν

εννοούμε το «αλόγιστο του ατρόμητου» που πολλές φορές βλέπουμε σαν μια προσπάθεια απόδειξης της αξίας μας. Το να αφηφούμε και να ρισκάρουμε χωρίς επίγνωση του κινδύνου δεν έχει νόημα και αξία. Αντίθετα το σημαντικό είναι μέσα από την πλήρη επίγνωση του κινδύνου που η θνητότητα μας, μας επιβάλλει να οδηγηθούμε στην αποφυγή άσκοπων και παράτολμων καταστάσεων που αποσκοπούν μόνο και μόνο στο να αποδείξουμε την δύναμη και υπεροχή μας στους άλλους. Τέτοιες ενέργειες αποσκοπούν μόνο στη διεύρυνση της persona – του πως δηλαδή φαινόμαστε - και δεν έχουν καμία σχέση με το που πραγματικά είμαστε συναισθηματικά. Δηλαδή το πόσο πραγματικά δυνατοί είμαστε σε ψυχικό επίπεδο. Η δύναμη αυτή έρχεται μέσα από την επίγνωση του φθαρτού του σώματος μας. Έρχεται δηλαδή μέσα από την βαθιά γνώση του θανάτου.

Όταν νοιώσουμε ότι είμαστε ένα τίποτα που ο θάνατος μπορεί να καταστρέψει σε ένα μόνο κλάσμα του δευτερολέπτου, συνειδητοποιούμε ότι αν όλα αρχίζουν και τελειώνουν στο υλικό επίπεδο δεν υπάρχει κανένα ουσιαστικό νόημα στη ζωή που να μην καταστρέφεται από το θάνατο. Αν σε ένα κλάσμα του δευτερολέπτου αυτό που είμαι μπορεί να καταστραφεί, αναπόφευκτα οδηγούμε στην ταπεινότητα και την επίγνωση του πραγματικού μεγέθους του ΕΓΩ αλλά και του υλικού μας κόσμου. Έτσι συνειδητοποιούμε ότι χωρίς την ύπαρξη μιας πνευματικής διάστασης στη ζωή αυτό που ζούμε στο υλικό επίπεδο είναι ένα τίποτα. Αν δεν δεχτούμε την ύπαρξη του άφθαρτου στοιχείου—αυτού δηλαδή που δεν καταστρέφεται από την φυσική φθορά των γηρατειών, της αρρώστιας και του θανάτου—η ζωή μας είναι κενή και χωρίς νόημα. Γιατί όπως έλεγε και ο Tolstoy (1929): «Τι θα έρθει από αυτό που κάνω σήμερα και που μπορεί να κάνω αύριο; Ποιο το όφελος από όλη μου την ζωή; Γιατί να ζω; Γιατί να εύχομαι για κάτι; Γιατί να κάνω κάτι; Υπάρχει κανένα νόημα στη ζωή μου που δε θα καταστραφεί από τον αναπόφευκτο θάνατο που με περιμένει;» (σελ. 20) Αν όλα είναι υλικά και φθαρτά από το θάνατο τότε όλα είναι μάταια γιατί αποσκοπούν μόνο στην ηδονιστική απόλαυση του τώρα που την επόμενη στιγμή καταστρέφεται. Έτσι αύριο δεν υπάρχει τίποτα και κανείς χρειάζεται να αρχίσει από την αρχή να κτίζει—όπως το γιοφύρι της Άρτας.

Σαφώς η επίγνωση του θανάτου μας φέρνει σε επαφή και με την αξία του τώρα. Ένα τώρα που πρέπει να ζήσουμε και να χαρούμε αλλιώς δεν έχει νόημα να ζούμε. Αλλά και χωρίς ΝΟΗΜΑ για αυτό που κάνουμε πάλι δεν αξίζει να ζούμε γιατί η συμπεριφορά μας δεν έχει κανένα αντίκτυπο—πέφτει στο κενό. Η πράξη της δημιουργίας πηγάζει, τουλάχιστον κατά ένα μεγάλο μέρος, από την ανάγκη μας για αθανασία. Κάτι που πάλι βέβαια είναι δημιουργία του θανάτου. Η ζωή λοιπόν χωρίς την παρουσία του θανάτου θα ήταν φτωχή γιατί δεν θα είχαμε αυτό το τέλος που μας ωθεί στο να επιδιώξουμε και να ολοκληρώσουμε κάτι πριν η προθεσμία περάσει. Η παρουσία λοιπόν του θανάτου στη ζωή μας μας οδηγεί στο να αναλογιστούμε τι κάνουμε κατά την διάρκεια της. Έτσι μπορούμε να φτάσουμε και σε ένα ποιο αυθεντικό τρόπο ύπαρξης, όπως αναφέρει ο Heidegger(1929), όπου ζούμε την κάθε στιγμή σαν να είναι η τελευταία αλλά και κυρίως σαν εμείς να είμαστε αυτοί που την ζούμε και αποφασίζουμε για την πορεία της. Ταυτόχρονα μας οδηγεί και στην αναγνώριση της αξίας του πνευματικού δρόμου και κατ' επέκταση μας φέρνει σε επαφή με κάποιες ανώτερες αρχές λειτουργίας.

Παρατηρείται λοιπόν το περίεργο φαινόμενο του ενώ δρούμε σαν να είμαστε εγωιστές—σκεφτόμενοι δηλαδή τι είναι σημαντικό για μας και για την ύπαρξη μας—ταυτόχρονα να είμαστε λιγότερο εγωιστές γιατί αναγνωρίζουμε ότι αυτό που αποκαλούμε εγώ είναι ένα τίποτα σε σχέση με το σύμπαν. Έτσι βλέπουμε σιγά-σιγά την δημιουργία μιας ισορροπίας ανάμεσα στο τώρα και στο μέλλον και ανάμεσα στο εγώ και το εμείς.

Εκτός από αυτές τις θεραπευτικές ιδιότητες του θανάτου, η ύπαρξη της μας οδηγεί αναπόφευκτα στη συνειδητοποίηση της μοναξιάς μας. Θα μου πείτε καλό είναι αυτό; Ναι για πολλούς λόγους. Κατ' αρχήν αναγνωρίζουμε ότι αφού την στιγμή που πεθαίνουμε είναι το δικό μας ταπεινό εγώ που πεθαίνει και αφήνει πίσω του όλους και όλα αυτά που αγάπησε και μόχθησε για να πετύχει, εμείς είμαστε και αυτοί που ζούμε τώρα. Αυτό σημαίνει ότι, ο,τι αποφεύγουμε να κάνουμε σήμερα με διάφορες αιτιολογίες, όπως το να μην στεναχωρήσουμε κάποιους που αγαπάμε, είναι δική μας επιλογή. Η ζωή μας, μας ανήκει είμαστε ελεύθεροι να επιλέξουμε την πορεία που θα ακολουθήσει. Είμαστε ελεύθεροι αλλά και υπεύθυνοι να αποφασίσουμε τι θέλουμε και που πάμε. Αυτή η ευθύνη μας τρομάζει και συχνά μένουμε αναποφάσιστοι ή ρίχνουμε το βάρος της ευθύνης στους άλλους. Επίσης η δυσκολία μας αυτή να αποδεχτούμε την ευθύνη που έχουμε για την δική μας ζωή συχνά μπαίνει εμπόδιο και στην ελευθερία των άλλων που πρέπει να ζήσουν και εκείνοι την δική τους ζωή.

Αυτή η ελευθερία και υπευθυνότητα με την οποία χρειάζεται να βλέπουμε την ζωή και την ύπαρξη μας δεν σημαίνει, όπως λένε και οι Ευρωπαίοι υπαρξιστές, ότι δεν υπάρχουν και δεδομένα στην ύπαρξη μας τα οποία χρειάζεται να αποδεχτούμε, όπως για παράδειγμα το ότι γεννήθηκα με μια χρόνια ασθένεια, που δεν αλλάζει και που χρειάζεται να την δούμε και να την αποδεχτούμε σαν ένα μέρος του όλου. Όμως ακόμα και μέσα σε αυτά τα όρια, σε αυτά τα δεδομένα έχουμε περιθώριο ελεύθερης βούλησης. Όπως λει και ο Victor Frankl(1963) η επιλογή είναι στη στάση που εμείς παίρνουμε απέναντι σε αυτές τις προτετελεσμένες καταστάσεις.

Καταλήγοντας θα μπορούσα να πω ότι μη έχοντας την πολυτέλεια του να μπορώ να αρνηθώ τον θάνατο μου έμαθα πολλά πράγματα για την ζωή μου. Βέβαια η βοήθεια ανθρώπων που δεν θα φοβόντουσαν να μιλήσουν μαζί μου για το θέμα αυτό θα ήταν ιδιαίτερα βοηθητική. Παρόλο λοιπόν που είναι σκληρό και δύσκολο να φανταστούμε την στιγμή του θανάτου μας, είναι ταυτόχρονα και σημαντικό να μην αποφεύγουμε μια τέτοια συνειδητοποίηση. Στο βαθμό που έχουμε προσπαθήσει να προετοιμαστούμε για αυτό το ενδεχόμενο (που άλλωστε είναι το μόνο βέβαιο της αβέβαιης ύπαρξης μας) τόσο πιο πλούσια θα είναι η ζωή μας. Θα είναι πιο μεστή και πιο γεμάτη από όλα αυτά που θα έχουμε τολμήσει. Ο φόβος του θανάτου, ο φόβος του άγνωστου, ο φόβος της αλλαγής, ο φόβος της μεταμόρφωσης μας σε κάτι που δεν γνωρίζουμε μας σταματάει από το να αλλάζουμε ακόμα και καταστάσεις ή συνθήκες που είναι επώδυνες και μη υγιείς για μας και την ζωή μας. Συχνά η ζωή μας, από τον φόβο της αλλαγής γίνεται στεγνή από εμπειρίες και περιορισμένη στα στενά πλαίσια αυτού που μας κάνει να νοιώθουμε ασφάλεια. Ασφάλεια που μας προστατεύει από το άγνωστο, από το ξαφνικό, από το στενάχωρο, από το θάνατο. Είναι όμως μια ουτοπία η

πεποίθησή μας αυτή ότι αν δεν ρισκάρουμε δεν κινδυνεύουμε γιατί το ρίσκο του να παραμείνουμε ίδιοι και απόλυτα άκαμπτοι είναι ένα άλλο είδος θανάτου που γίνεται εν ζωή. Όταν πλέον τίποτα δεν μπορούμε να ευχαριστηθούμε και να ζήσουμε από τον φόβο του «τι θα φέρει η επόμενη στιγμή».

Συνοψίζοντας λοιπόν θα μπορούσαμε να πούμε ότι από τα τέσσερα βασικά υπαρξιακά θέματα που αναφέρει ο Yalom (Γεωργαντά, 1999) ως την πηγή όλων των εσωτερικών μας συγκρούσεων, τον θάνατο, την μοναξιά, την ελευθερία, και την έλλειψη νοήματος στη ζωή, ο θάνατος αποτελεί την αφετηρία για μια αυξημένη συνειδητότητα των άλλων τριών. Η επίγνωση του βέβαιου τέλους της ύπαρξης μας μας κάνει να αναλογιστούμε το ότι είμαστε μόνοι και χρειάζεται να αναλάβουμε να κουμαντάρουμε το πλοίο της ζωής μας. Αρχικά το ταξίδι είναι δύσκολο και επώδυνο. Σιγά-σιγά όμως αρχίζουμε να αναρωτιόμαστε για το ποιες είναι οι ανάγκες μας και οι δυνατότητες μας. Ψάχνουμε να ανακαλύψουμε τι θέλουμε από την ζωή μας και προς ποια κατεύθυνση θέλουμε να πάει. Όλο και ποιο πολύ αναλαμβάνουμε την ευθύνη των πράξεων μας και αναγνωρίζουμε ότι ενώ είμαστε εξαιρετικά σημαντικοί για μας, είμαστε ένα τίποτα για το αθάνατο σύμπαν. Έτσι μαθαίνουμε να φροντίζουμε και να αγαπάμε τον εαυτό μας όπως τον πλησίον μας—όταν βέβαια η αγάπη επικρατεί της ανάγκης μας για δύναμη και επιβεβαίωση. Τέλος μας βάζει να αναρωτηθούμε για το βαθύτερο νόημα της ζωής και για το αν υπάρχει κάποιος λόγος για τον οποίο κάνουμε όλα όσα κάνουμε. Έτσι, όπως λένε οι υπαρξιστές, ενώ η φυσικότητα του θανάτου μας καταστρέφει, η ιδέα του θανάτου μας σώζει.

Υπάρχει μόνο ένα κενό στην υπαρξιστική θεωρία όπως αναπτύχθηκε από ορισμένους σύγχρονους φιλόσοφους και ψυχολόγους. Αυτό της έλλειψης του «Θεού» της έλλειψης μιας ανώτερης δύναμης. Όσοι έχουν έρθει κοντά στο θάνατο και έχουν δουλέψει με αυτόν προσωπικά, πιστεύω ότι θα αναγνωρίσουν την αξία που έχει αυτό που ονόμασα σαν παιδί «φύλακας άγγελος» που μας συντροφεύει στις δύσκολες στιγμές. Αυτή νομίζω η πίστη μας είναι που έχει κλονιστεί στον σύγχρονο πολιτισμό που ανέπτυξε την κλωνοποίηση και πίστεψε ότι όλα αρχίζουν και τελειώνουν με τον άνθρωπο.

Βιβλιογραφία

Frankl, V. (1967) Psychotherapy and Existentialism, N.Y.: Touchstone Books.

Georganda, E.T.(1988) Thalassemia and the Adolescent: An Investigation of Chronic Illness, Individuals and Systems. Family Systems Medicine, Vol.6, No.2.,150-161

Γεωργαντά, Ευγενία.(1999) Υπαρξιστική Ψυχοθεραπεία στο Σύγχρονες Ψυχοθεραπείες στην Ελλάδα Επ. Π. Ασημάκης, Αθήνα: Ινστιτούτο Προσωπικής Ανάπτυξης University of Indianapolis Athens Press, 237-257.

Tolstoy, L. (1929) My Confession, My Religion, The Gospel in Brief. N.Y.: Charles Scribner.

Tsiantis, J., Xypolita-Tsantili, D., & Papadaku-Lagoyianni, S. Family reactions and their management in a parent's group with beta-thalassemia. Archives of Disease in Childhood, 1982, 57, (11), 860-863.

Yalom, I. (1980). Existential Psychotherapy. N.Y.: Basic Books