

Ανδρουσοπούλου, Α. (1995). Εμείς και τα προβλήματά μας. Εμείς και οι αγαπημένοι μας: Το τέλος της ζωής. *Συνεργασία*, 22, 62-63.

## **Εμείς και οι αγαπημένοι μας: Το τέλος της ζωής**

Θα ξέρετε ίσως ότι όλοι οι ζωντανοί οργανισμοί, δηλαδή τα φυτά, τα ζώα και οι άνθρωποι, κάνουν έναν κύκλο, τον κύκλο της ζωής. Γεννιούνται, ζευγαρώνουν, κάνουν απογόνους - παιδιά δηλαδή - και σιγά σιγά, όταν γεράσουν πολύ, πεθαίνουν. Τότε λέμε πως συμπλήρωσαν τον κύκλο της ζωής.

Υπάρχουν βέβαια και μερικές εξαιρέσεις. Όσοι από σας είχατε κάποτε ένα λουλούδι σε μια γλάστρα που μαράθηκε γρήγορα ή ένα κατοικίδιο ζώακι - καναρίνι, χρυσόψαρο, γατάκι ή σκυλάκι - που πέθανε πριν γεράσει, θα ξέρετε ότι καμιά φορά οι ζωντανοί οργανισμοί πεθαίνουν όχι μόνον όταν γεράσουν αλλά και πριν, συνήθως από κάποια αρρώστια ή ατύχημα. Ένα λουλούδι μπορεί να αρρωστήσει και να μαραθεί προτού προλάβει καλά καλά να ανθίσει και κι ένα γατάκι μπορεί να σκοτωθεί, αν κατά λάθος το πατήσει ένα αυτοκίνητο. Το ίδιο μπορεί να συμβεί σε μερικές περιπτώσεις και με τους ανθρώπους. Ενώ οι περισσότεροι πεθαίνουν όταν γεράσουν, κάποιο μπορεί να πεθάνουν πιο νέοι από κάποια βαριά ασθένεια ή ένα σοβαρό ατύχημα.

Ο θάνατος πάντως είναι κάτι φυσιολογικό, είναι δηλαδή κάτι που συμβαίνει σε όλα τα φυτά, τα ζώα και τους ανθρώπους. Φυσιολογικά είναι όμως και τα συναισθήματα που νιώθουμε όταν κάτι ή κάποιος που αγαπήσαμε πολύ πεθάνει. Τα συναισθήματα αυτά μοιάζουν με εκείνα που έχουμε όποτε χάνουμε κάτι που αγαπάμε., Γι' αυτό καμιά φορά οι μεγάλοι λένε: «αυτός έχασε τη γυναίκα του ή «αυτή έχασε το παιδί της».

Σκεφτείτε πώς αισθανθήκατε όταν κάποτε χάλασε το αγαπημένο σας παιχνίδι, ή το κατοικίδιο ζώακι σας το έσκασε από το σπίτι ή το κλουβί του. Πρώτα πρώτα θα προσπαθούσατε να φτιάξετε το παιχνίδι ή θα ψάχνατε παντού για το ζώακι σας. Με άλλα λόγια θα δυσκολευόσασταν να πιστέψετε πώς το παιχνίδι σας χάλασε ή το ζώακι σας χάθηκε. Μπορεί βέβαια τελικά να κατορθώνατε να επισκευάσετε το παιχνίδι ή να ξαναβρείτε το ζώακι σας. Μπορεί όμως και όχι. Τότε θα θυμώνατε και ίσως να τα βάζατε και με τους άλλους. Μπορεί να θυμώνατε με κάποιο παιδί που σας χάλασε το παιχνίδι σας, ή με το ζώακι σας που το έσκασε και δε σκέφτηκε πόσο θα σας στενοχωρούσε. Μετά μπορεί να τα βάζατε και με τον εαυτό σας και να σκεφτόσασταν πως δεν έπρεπε να είχατε αφήσει κανέναν να παίξει με το παιχνίδι σας ή πως θα έπρεπε να προσέχατε το ζώακι σας περισσότερο. Και ίσως ακόμα να δίνατε και κρυφές υποσχέσεις στον εαυτό σας, δηλαδή πως αν

μπορούσατε να ξαναφτιάξετε το παιχνίδι ή να ξαναβρείτε το ζωάκι, δε θα κάνατε ποτέ πια το ίδιο λάθος. Σιγά σιγά, κι αν παρ' όλες σας τις προσπάθειες δεν καταφέρνατε τίποτε, θα λυπόσασταν και θα κλαίγατε. Μπορεί και να στενοχωριόσασταν πιο πολύ όποτε σκεφτόσασταν πως το συγκεκριμένο παιχνίδι σάς θύμιζε μια όμορφη στιγμή - ίσως ο μπαμπάς να το είχε φέρει από κάποιο ταξίδι. Ή όποτε σκεφτόσασταν όλα εκείνα τα σχέδια που είχατε για το ζωάκι σας - μπορεί να είχατε προγραμματίσει να το πάρετε μαζί στις διακοπές ή να του φτιάξετε καινούριο σπιτάκι. Με τον καιρό θα δεχόσασταν πως ό,τι έγινε έγινε. Η στενοχώρια σας θα λιγόστευε ώσπου θα έσβηνε σιγά σιγά. Αυτό δε σημαίνει πως θα ξεχνούσατε ποτέ ούτε το αγαπημένο σας παιχνίδι, ούτε βέβαια το ζωάκι σας.

Έτσι κάπως αισθανόμαστε όταν χάνουμε κάτι που αγαπάμε. Τα συναισθήματα που έχει κανείς όταν κάτι ή κάποιος που αγαπούσε πολύ πεθάνει είναι παρόμοια αλλά πολύ πιο έντονα και δυνατά, ιδίως αν είναι άνθρωπος αυτός που πέθανε και μάλιστα μέλος της οικογένειάς του

Είναι φυσικό εμείς τα παιδιά να θέλουμε να μάθουμε τι συμβαίνει όταν κάποιος πεθαίνει, γι' αυτό και είναι καλό να ρωτάμε τους μεγάλους. Όμως πολλές από τις απορίες μας ούτε οι μεγάλοι μπορούν να τις λύσουν. Και πώς θα μπορούσαν άλλωστε, αφού είπαμε ότι όποιος πεθαίνει δε γυρνά κοντά μας και επομένως δεν μπορούμε να μάθουμε για το θάνατο από πρώτο χέρι. Αυτό που μπορούν να μας πουν οι γονείς μας είναι τι νομίζουν ή τι πιστεύουν ότι συμβαίνει.

Εκείνα που συνήθως ρωτούμε εμείς τα παιδιά είναι πού βρίσκεται τώρα' ή «μας βλέπει;». Οι μεγάλοι μπορεί να απαντήσουν ότι «κοιμήθηκε για πάντα» ή ότι «πήγε στον ουρανό» ή ότι «μας βλέπει από ψηλά» ή ότι «ησύχασε». Με αυτούς τους τρόπους οι μεγάλοι προσπαθούν να μας εξηγήσουν όσο πιο καλά μπορούν ότι:

- α) Ο θάνατος είναι κάτι οριστικό, δεν αλλάζει («κοιμήθηκε για πάντα»).
- β) Το ζωάκι ο άνθρωπος που πέθανε δε θα βρίσκεται ανάμεσά μας όπως πριν («πήγε στον ουρανό»).
- γ) Εμείς δε θα τον ξεχάσουμε ποτέ, θα τον έχουμε πάντα στην καρδιά μας και θα αισθανόμαστε σαν να ήταν κοντά μας («μας βλέπει από ψηλά»).
- δ) Το ζωάκι ή ο άνθρωπος που πέθανε δεν αισθάνεται πόνο, ούτε μοναξιά («ησύχασε»).

Είπαμε προηγουμένως ότι όταν κάτι ή κάποιος που αγαπούσαμε πολύ πεθάνει, αισθανόμαστε λύπη, όπως όταν χάνουμε κάτι πολύτιμο. Η λύπη αυτή σιγά σιγά περνάει και τότε οι αναμνήσεις που έχουμε για εκείνον που πέθανε μας γεμίζουν χαρά όποτε τις φέρνουμε στο νου μας.

Η λύπη περνά πιο γρήγορα όταν τη μοιραζόμαστε με όσους μας αγαπούν, την οικογένειά μας και τους φίλους μας. Τη λύπη μπορούμε να τη μοιραστήσουμε όταν μιλάμε στους άλλους για το πόσο στενοχωρημένοι είμαστε

και δεν προσπαθούμε να την κρύψουμε. Όταν αφήνουμε τους άλλους να μας παρηγορήσουν και να μας φροντίσουν. Ας θυμόμαστε πάντα πως όταν οι άνθρωποι μοιράζονται εκείνο που νιώθουν, είτε χαρά είναι αυτό είτε λύπη, έρχονται πιο κοντά ο ένας στον άλλον, κι έτσι προχωρούν μαζί πιο ξένοιαστοι στον κύκλο της ζωής.