

## Μη φοβάσαι τον πόνο..

/ [Γενικά Θέματα](#)



Γιατί φοβόμαστε τόσο πολύ να πονέσουμε; γιατί φοβόμαστε να πενθήσουμε; Να θρηνήσουμε απώλειες και μικρούς καθημερινούς θανάτους; Το ότι δεν έχουμε κέφι και όρεξη, δεν σημαίνει ότι έχουμε κατάθλιψη. Μπορεί να σημαίνει και υγεία ενός ψυχισμού που θέλει να πενθήσει κάτι που έχασε, κάτι που του λείπει, κάτι που δεν βρίσκει, κάτι που αναζητάει ή κάτι που τον πόνεσε και τον πλήγωσε.

Το δάκρυ δεν μας πνίγει πάντα, τις περισσότερες φορές μας λυτρώνει. Ούτε ο πόνος είναι κατάρρα, μα ευκαιρία για να συναντηθούμε με κάτι πιο δυνατό, όμορφο, υγιές, δημιουργικό και ελπιδοφόρο. Στην εκκλησία λέμε ότι τον θάνατο ακολουθεί η ανάσταση. Στη ψυχολογία αναφέρεται ότι την απώλεια διαδέχεται μια δημιουργία, και εγώ απλά και ταπεινά ως παθών και πολλάκις πεσών στα πατώματα του άδη μου λέω ότι η ζωή είναι όμορφη ακριβώς γιατί έχει εναλλαγές και ποικιλία. Ένα μόνιμο δάκρυ σίγουρα είναι κουραστικό, μα και ένα χαμόγελο «αιώνιο» είναι βαρετό. Γι αυτό ας αφήσουμε να ρέει η ζωή κι ας κυλάμε στο ποτάμι της, που είτε ράθυμα είτε ορμητικά θα μας βγάλει στην θάλασσα.

**π.λίβυος**

Πηγή: [plibyos.blogspot.gr](http://plibyos.blogspot.gr)