

Αργολίδος Νεκτάριος: «Μου είπαν ότι έχεις έντονο άγχος ... ».

Μητροπολίτης Αργολίδος Νεκτάριος.



Αγαπητό μου παιδί,

Μου είπαν ότι έχεις έντονο άγχος καθώς ευρίσκεσαι στο τελικό στάδιο πριν τις εξετάσεις. Ότι έχεις μεταπτώσεις στη συναισθηματική σου κατάσταση. Άλλοτε νιώθεις ήσυχος και σίγουρος και άλλοτε τα βλέπεις μαύρα, δύσκολα, ακατόρθωτα και νιώθεις τις προσπάθειές σου περιττές.

Ότι άλλοτε κάνεις αστεία, λες και δεν υπάρχει πρόβλημα, και άλλοτε το πιο μικρό αστείο που θα σου κάνουν είναι ικανό να σε κάνει να θέλεις να διαλύσεις τα πάντα. Μαθαίνω ότι οι δικοί σου προσπαθούν να σου συμπαρασταθούν και άλλοτε τα καταφέρνουν, άλλοτε πάλι καταφέρνουν το αντίθετο, καθώς ανησυχώντας οι ίδιοι, προσπαθούν να σε πείσουν να μην ανησυχείς.

Καθώς σε κοιτάζουν με βλέμμα πικραμένο ή φοβισμένο, όπως όταν έχει αρρωστήσει ένα προσφιές τους πρόσωπο. Όταν

διαβάζεις πολύ, σου λένε ότι πρέπει να βγεις έξω, να ξεσκάσεις, αλλά όταν βγαίνεις έξω, σε κοιτάζουν ανήσυχα μήπως και έχεις παραιτηθεί.

Σκέφθηκα λοιπόν να σου γράψω δύο λόγια που μπορούν να σε βοηθήσουν. Άλλωστε από τον ίδιο δρόμο περάσαμε και εμείς κάποτε. Δοκιμάσαμε τις ίδιες αγωνίες, ανησυχίες και προβληματισμούς.

Λοιπόν θα είμαι ξεκάθαρος, όπως πρέπει να είσαι, όταν αναφέρεσαι στη ζωή. Το άγχος, η αγωνία, η ανησυχία, η ανασφάλεια, η αποσταθεροποίηση, η ξενοιασιά, ο εκνευρισμός, ο φόβος, όλα αυτά τελοσπάντων, όχι μόνο δεν είναι αρνητικά στοιχεία στην πορεία σου, αλλά αντιθέτως αποτελούν αποδείξεις ότι είσαι ζωντανός, υγιής και υπεύθυνος.

Ένας υγιής άνθρωπος, όταν βρίσκεται σε μία εσωτερική διεργασία, όταν θέτει στόχους, όταν δίνει εξετάσεις, όταν ανοίγεται, τότε είναι φυσιολογικό να αναρωτιέται. Είναι η ανάληψη της ευθύνης της ελευθερίας του που τον δυσκολεύει.

Είναι ωραίο το να έχεις ένα σκοπό και να τον παλεύεις. Τότε είσαι και νιώθεις ζωντανός.

Στη διάρκεια του αγώνα, αν είσαι φυσιολογικός, θα αναρωτηθείς για το εάν θα τα καταφέρεις. Θα αναρωτηθείς και για το αν αξίζει τόσος κόπος. Για το εάν είναι αυτός που σου ταιριάζει ή ακόμα και αν στην πραγματικότητα είναι δικός σου στόχος ή κάποιιο άλλοι σου τον έχουν επιβάλει άμεσα ή έμμεσα.

Όμως όλα αυτά δεν είναι αδυναμία. Δεν αποτελούν προδοσία. Είναι η ευκαιρία του να επαναδιαβεβαιώσεις και να επανα-

προσδιορίσεις το στόχο σου. Είναι το τίμημα της ελευθερίας. Και όταν ακόμη κλείνεις τα αυτιά σου και δεν ασχολείσαι με τέτοια ερωτήματα και αυτό υγεία είναι, καθώς γνωρίζεις ότι η επίτευξη του συγκεκριμένου στόχου δεν θα σημαίνει τον τελικό προσδιορισμό, αλλά αντίθετα θα σου επιτρέψει να θέσεις και άλλους στόχους στη συνέχεια.

Ένας αθλητής που τρέχει 100 μ., δεν προλαβαίνει να σκεφτεί. Συγκεντρώνεται, παίρνει μία ανάσα και τρέχει δίχως να γυρίσει να δει δίπλα του ή μέσα του τι συμβαίνει.

Ένας μαραθωνοδρόμος όμως, καθώς τρέχει, σκέφτεται, ξανασκέφτεται, ιδρώνει, εξαντλείται, αναρωτιέται για τις δυνάμεις του, για την επάρκεια της προπόνησης του, για τις δυνατότητες των αντιπάλων του, για το εάν θα πρέπει τώρα ή αργότερα να δώσει όλες του τις δυνάμεις. Αναρωτιέται ακόμα και για το εάν το να τρέχεις μαραθώνιο είναι η καλύτερη επιλογή ή αν έπρεπε να ασχολείται με κάτι άλλο. Και καθώς αναρωτιέται, τρέχει. Και δεν πρόκειται βέβαια για κάποιον αδύναμο άνθρωπο, γιατί τότε δεν θα μπορούσε να τρέχει μαραθώνιο.

Είναι η μακρά επίπονη και απαιτητική διαδικασία του Μαραθωνίου που θέτει τα ερωτήματα. Και εσύ καλό μου παιδί δεν τρέχεις 100 μέτρα. Μαραθώνιο τρέχεις και σου αξίζει το χειροκρότημά μου, όπως και να νιώθεις.

Σου εύχομαι να πετύχεις, αλλά όχι μόνο σε μία σχολή ή σε μία καλή σχολή, αλλά σε κάτι περισσότερο. Στο να υπερασπίζεις τις επιλογές σου και ταυτόχρονα να τις διευρύνεις.

Οι προσευχές μου θα σε συνοδεύουν τούτες τις δύσκολες μέρες, για να γράψεις όσο γίνεται καλύτερα. Και όχι μόνον αυτό, αλλά και κάτι ακόμη πιο σημαντικό:

Για να αξιοποιήσεις κατά τον καλύτερο τρόπο όχι μόνον τις όποιες επιτυχίες σου, αλλά και αυτές ακόμη τις όποιες αποτυχίες σου.

**Με πολλή αγάπη.
† Ο Αργολίδος Νεκτάριος**

Πηγή : <https://www.pemptousia.gr/>