

Τι γίνεται όταν ;

Όταν η ψυχική ασθένεια "εισβάλλει" στην οικογενειακή εστία ;

Πόσο είναι έτοιμη να καλωσορίσει αυτή την νέα ασθένεια με τη νέα επίσης συμπτωματολογία που φέρει ;

Δεν είναι πυρετός,

δεν είναι δέκατα,

δεν είναι πόνολαιμος,

δεν είναι κεφαλαλγία,

δεν είναι απλώς μια αδιαθεσία.

Είναι απόσυρση, είναι απομόνωση, είναι κλάματα, είναι ακραία θλίψη, είναι αποσύνδεση από τη ζωή.

Μπορεί επίσης να είναι έντονη παρορμητικότητα, μπορεί να είναι ώρες αυπνίας και συνάμα ακούραστης υπερδιέγερσης,συμμετοχής σε ακραίες συμπεριφορές που θέτουν σε κίνδυνο τη σωματική ακεραιότητα.

Μπορεί ακόμα να είναι φωνές προειδοποίησης, φωνές ενημέρωσης, φωνές καθοδήγησης, αλλά και μορφές που ξαφνικά γίνονται ορατοί από έναν και είναι αρκετό ώστε να επηρεάσουν όλη την οικογένεια.

Τι γίνεται όταν το αλκοόλ αποτελεί την αρχή για την έναρξη της ημέρας αλλά και την δύση για μια σύντομη καληνύχτα που θα επανέλθει ξανά με ένα ποτήρι στο χέρι ; Όταν η τροφή αποτελεί αδιάφορος πλούτος και όλα εστιάζονται σε ένα μπουκάλι αλκοόλ ;

Επιπλέον τι γίνεται όταν το βάρος στο στήθος βαραίνει ολοένα και περισσότερο , όταν η εφίδρωση στα χέρια μοιάζει με βρύση που ασταμάτητα "ποτίζει"νερό τα χέρια ;

Τι γίνεται όταν η απομόνωση στο σαλόνι του σπιτιού μοιάζει η αποκλειστική ασφάλεια καθότι η αλληλεπίδραση με τους φίλους μοιάζει επικίνδυνη και τρομακτικά καχύποπτη;

Τι γίνεται όταν συμβαίνουν όλα αυτά ,αλλά ως δια μαγείας μετατρέπονται σε ένα όλα καλά;

Και άραγε τι σημαίνει όλα καλά;

Συνηθίζω να λέω πως καλά σημαίνει η αναγνώριση και η αναφορά τόσο των ευχάριστων στιγμών αλλά και η αναγνώριση των δυσκολιών.

Το καλά ωστόσο αποτελεί μια εύκολη , άμεση και γρήγορη απάντηση σε μια συζήτηση που γρήγορα θέλει κανείς να τερματίσει και αυτό γιατί ;

Διότι η έκθεση μοιάζει τρομερά απειλητική .

Εδώ προκύπτει ένα ερώτημα ωστόσο :

Πως μπορεί να είναι απειλητική η έκθεση όταν αντικρίσει βλέμμα κατανόησης, τρυφερότητας και νοιαξίματος ; Βλέμματος που μπορεί να "αγκαλιάσει" αυτό το κρυφό σύμπτωμα και να υπάρξει

ανακούφιση ;

Μπορεί να υπάρξει απειλητική όταν η έκθεση είναι απόρροια χρόνιας κρυψώνας που πια δεν αντέχει τα σκοτάδια και εκρύνεται ,αλλά και μειωμένης θετικής απόκρισης όταν προβάλλεται σε βλέμματα χαμηλής ευαισθησίας στη δυσκολία , όπου μια διαφορετική συμπεριφορά αποτελεί αφορμή για γέλωτες και ειρωνεία.

Τι γίνεται όταν πια κανείς δεν μπορεί να μιλήσει για όσα τον βαραίνουν ; Για όσα ο ίδιος έχει μάθει πως πρέπει να αγνοεί ;

Τι θα γίνει όμως όταν αγκαλιάσουμε και φροντίσουμε τη ψυχική μας υγεία με το παραμικρό σύμπτωμα κατά τον ίδιο τρόπο και φροντίδα που η κομπρέσα τοποθετείται στο μέτωπο μας ;

Δυσκολίες, συμπτώματα και μια δυσνόητη τάση να αποκρύπτονται όλα. Μην τυχόν γίνει φανερό. Αναρωτιέμαι τι να μην γίνει φανερό ; Η δυσκολία, ο πόνος, η δυσφορία ; Αφού αυτά οδηγούν στην ίαση της ψυχής και στη συμμετοχή σε μια ζωή που στην υπογραφή της θα φέρει το όνομα μας.