

Ομιλία της κυρίας Χρύσας Λεχουρίτη, Ψυχολόγου-Παιγνιοθεραπέυτριας. Εκφωνήθηκε στον Καθεδρικό Ναό της Μαρτυρικής πόλης των Καλαβρύτων στις 14-08-2018.



Μνημόσυνο Καλαβρυτινής Μάνας 14/8/2018

Ψυχικό τραύμα και ψυχική ανθεκτικότητα της Καλαβρυτινής μάνας μετά από την “εκτέλεση” της 13/12/1943. Η εστίαση της στην δυνατότητα και την προοπτική μέσα στην κρίση.

Την 13/12/43 όλα άλλαξαν στα Καλάβρυτα. Ο πληθυσμός της πόλης, η ροή, η κανονικότητα της ζωής άλλαξαν δραματικά διότι τα φονικά χέρια των γερμανών κατακτητών σκότωσαν τους αμάχους. Χάθηκε ο γιός, ο σύζυγος, ο αδερφός, ο πατέρας. Πίσω έμεινε εκείνη, να φροντίσει τα πάντα. Η Καλαβρυτινή γυναίκα και μάνα. Για πολλούς από εμάς η ηρωίδα. Και αυτό γιατί η λέξη ηρωίδα χρησιμοποιείται για να περιγράψει κάποια που κατέχει ικανότητες και δυνάμεις μεγαλύτερες από εκείνες που κατέχει η μέση γυναίκα και αυτές δεν είναι μόνον σωματικές αλλά και διανοητικές ή ψυχικές. Αυτή λοιπόν η γυναίκα κλήθηκε να αντιμετωπίσει μια μεγάλη κρίση που περιείχε πολλές απώλειες αγαπημένων προσώπων, την τραυματική δική της εμπειρία μέσα στο καιόμενο δημοτικό σχολείο μαζί με τα παιδιά της και έπειτα τον αγώνα επιβίωσης που είχε σαν συνέπεια αυτή η δραματική αλλαγή την ζωή της. Είχα την τύχη να γνωρίσω πολλές Καλαβρυτινές μάνες και μέσα από τις αφηγήσεις τους κατέληξα πως δικαιούνται αυτό τον τίτλο καθώς υπερέβαλαν εαυτό. Θαρρώ πως χωρίς και οι ίδιες να το ξέρουν διέφεραν από το μέσο άνθρωπο στον τρόπο που αντιμετώπισαν την κρίση, δηλαδή την αποτρόπαιη πράξη της εκτέλεσης των δικών τους ανθρώπων. Οι ίδιες ήταν ταπεινές και δεν τις ενδιέφεραν οι τίτλοι, τα εύσημα και τα μεγαλόσχημα λόγια. Τα εύσημα τα είχαν δώσει αυτές στον εαυτό τους κερδίζοντας την μάχη της επιβίωσης.

Μια τέτοια ηρωίδα Καλαβρυτινή μάνα ήταν και η αγαπημένη μου γιαγιά. Η Βασιλική Δαρμογιάννη -Ζησιμοπούλου. Ήταν η γυναίκα εκείνη που με τα ροζιασμένα από τη δουλειά χέρια της μου έπλεκε τις πλεξούδες για να πάω

σχολείο...Αργότερα μου είπε πως με αυτά τα ίδια χέρια είχε σκάψει το χώμα για να βάλει μέσα στον μονάκριβο γιό της, τον άντρα της και τα αδέρφια της. Μεγαλώνοντας, με έπαιρνε μαζί της στις επισκέψεις της στα σπίτια συγγενών και ομοιοπαθούς των φιλενάδων της και το βλέμμα μου έπεφτε στις φωτογραφίες των "σκοτωμένων". Στα παιδικά μάτια μου έμοιαζε πολύ βαρύ πως σχεδόν σε κάθε σπίτι υπήρχε μια τέτοια φωτογραφία, ένας σκοτωμένος και αναρωτιόμουν με την αφέλεια ενός παιδιού "μα τι μπορεί να έφταιξαν όλοι αυτοί οι άνθρωποι?", "είναι όλο αυτό αληθινό?", "δεν είναι μόνο η γιαγιά μου που πενθεί?"

Θυμάμαι την γιαγιά μου να κλαίει και να μου διηγείται την καθημερινότητα της πριν και μετά από την εκτέλεση. Η εκτέλεση ήταν το σημείο που άλλαξαν όλα, ήταν το ορόσημο (ένα ορόσημο που δεν ήταν μόνο χρονικό, ένα ορόσημο που είχε χαραχθεί στην καρδιά). Μέσα από τις αφηγήσεις της καταλάβαινα πως κάθε μέρα της μετά την καταστροφή ήταν ένας μεγάλος αγώνας. Κάθε μέρα της ήταν ποτισμένη με δάκρυα... Ήξερα ποιούς δρόμους έπαιρνε, ποιές σκέψεις έκανε, ποιά συναισθήματα ένιωθε..Είχα μάθει τόσα πολλά για όλα όσα της είχαν συμβεί. Όλα αυτά κινητοποίησαν μέσα μου αναζητήσεις. Όλες σχεδόν απαντήθηκαν την πρώτη φορά που παρέστη με το σχολείο μου στο χώρο της εκτέλεσης στην επέτειο της 13/12 .Το άκουσμα του προσκλητηρίου πεσόντων με συγκλόνησε και ταυτίστηκα με τον πόνο αυτών των γυναικών. Μπορούσα πολύ καλά να καταλάβω την οδύνη, τη λύπη και το στεναγμό τους.

Μέσα λοιπόν από την σχέση με την γιαγιά μου, τα συγγενικά της πρόσωπα και τις αφηγήσεις τους έμαθα ποιά ήταν η ζωή πριν και ποιά μετά την καταστροφή. Στην πρότερη κατάσταση, όλα έμοιαζαν αρκετά σταθμισμένα και είχαν μια κανονικότητα, μια σταθερή δουλειά, τα συνήθη θέματα μιας οικογένειας, γυναίκες και άντρες σε παραγωγική ηλικία με τις δυνατότητες να είναι μπροστά τους. Είχαν οράματα, σχέδια για την οικογένεια τους, ζούσαν, γλεντούσαν με τα όποια μέσα διέθεταν..Στις 13 όλα αυτά ξαφνικά σταμάτησαν..Οι άνθρωποι χάθηκαν...άντρες και κάποια παιδιά .Πόσο άδικο....εκεί που φαινόταν να υπάρχει ένα πλάνο ζωής..... "χάσαμε τους ανθρώπους μας, μας σκοτώσανε "όπως έλεγαν οι μάνες..Ο χρόνος σταμάτησε..Όλα άλλαξαν...τίποτα ίδιο...Ήρθε η αποσταθεροποίηση...

Αυτές οι γυναίκες ήρθαν αντιμέτωπες με πολλά συναισθήματα: ήρθαν αντιμέτωπες με το πένθος.

Η Elizabeth Kubler Ross (σπουδαία ψυχολόγος) έχοντας μελετήσει τα στάδια του πένθους λέει πως :

- ο άνθρωπος που βιώνει την απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου αρχικά αντιδρά με άρνηση της πραγματικότητας.
- ακολουθεί το στάδιο όπου η άρνηση αρχίζει σιγά-σιγά να δίνει τη θέση της στη συνειδητοποίηση. Εκεί οι άνθρωποι δυσκολεύονται να εξωτερικεύσουν την οδύνη τους κι τους είναι πιο εύκολα να μετατρέπουν τη λύπη τους σε θυμό.
- Στη συνέχεια, περνά στο στάδιο της διαπραγματεύσης όπου κατακλύζεται

από συναισθήματα απελπισίας και αδυναμίας. Προσπαθεί να αναβάλει το αναπόφευκτο και να προστατευτεί από την οδυνηρή πραγματικότητα. Στην προσπάθειά του να αντιδράσει σε όλα αυτά τα βαριά και δύσκολα που του συμβαίνουν, αντιδρά με την επανάκτηση του ελέγχου. Σ' αυτή τη φάση, το άτομο ίσως αρχίσει να σκέφτεται όλα όσα θα μπορούσε να είχε κάνει διαφορετικά προκειμένου να αλλάξει το αποτέλεσμα. Η γιαγιά μου σκεφτόταν πως θα έπρεπε να είχε επιμείνει περισσότερο στο γιό της ώστε να ντυθεί με γυναικεία ρούχα και να τον πάρει μαζί της στο σχολείο.

- Ακολουθεί το στάδιο της κατάθλιψης. Σ' αυτό η απώλεια που βιώνει το άτομο είναι πια τοποθετημένη σε ρεαλιστικό πλαίσιο. Ο οριστικός χαρακτήρας της έχει πλέον γίνει αντιληπτός απ' το άτομο που πενθεί κι αυτό οδηγεί μοιραία στο στάδιο της βαθιάς κατάθλιψης. Βιώνοντας τον πόνο περισσότερο από ποτέ, το άτομο ίσως παρουσιάσει σημάδια παραίτησης, διαταραχές στον ύπνο, απώλεια όρεξης για φαγητό κ.λπ.)

- Τελευταίο είναι το στάδιο της αποδοχής. Δεν καταφέρνουν όλοι να φτάσουν στο τελευταίο στάδιο, και ο χρόνος που χρειάζεται ο καθένας για να φτάσει στη γραμμή τερματισμού ποικίλλει. Ιδίως εάν ο θάνατος που βιώνεται είναι ξαφνικός και πρόωρος, είναι πολύ πιθανό το άτομο να «κολλήσει» για καιρό στο στάδιο του θυμού ή της άρνησης. Όσοι φτάνουν στη φάση της αποδοχής, πάντως, συνεχίζουν να θυμούνται τον άνθρωπο που έχασαν, αλλά νιώθουν πιο ήρεμοι και αισιόδοξοι από πριν.

Αυτά είναι τα στάδια του πένθους που περάσανε οι γυναίκες και τα παιδιά τους μετά την καταστροφή. Κάποιοι κατάφεραν να φτάσουν μέχρι την αποδοχή όπου και είναι το στάδιο της ηρεμίας και της αισιοδοξίας...το άνοιγμα στη νέα ζωή.

Σημαντική ήταν η βοήθεια από φορείς που προσέτρεξαν να συνδράμουν τις μάνες και τα ορφανά τους. Δυστυχώς όμως όπως συμβαίνει σε κάθε περίπτωση πολέμου και μαζικών εκτελέσεων είχε χαθεί σε μεγάλο βαθμό η εμπιστοσύνη προς τον έξω κόσμο. Σε αυτές τις περιπτώσεις οι άνθρωποι ψάχνουν να βρουν σημεία σύνδεσης μεταξύ τους και να βασιστούν στους ήδη υπάρχοντες δεσμούς. Για αυτό το λόγο αυτές οι γυναίκες έστησαν μια δική τους εσωτερική αλυσίδα αλληλοβοήθειας και αλληλοϋποστήριξης- ακούμπησαν τις ελπίδες τους με περισσότερη πίστη μεταξύ τους- καθώς και με συγγενείς και φίλους από διπλανά χωριά και πόλεις.

Αναζητούσαν καθαρότητα και αυθεντικότητα και σε καμία περίπτωση δεν θα συγχωρούσαν στον εαυτό τους ένα λάθος στην κρίση τους. Το δίχως άλλο είχαν να βασιστούν στην δική τους αλήθεια και τον προσωπικό τους μόχθο. Έτσι αναζήτησαν και το τελευταίο απόθεμα δύναμης και ήξεραν πολύ καλά πως αν έψαχναν βαθιά μέσα σου θα έβρισκαν πολλά κρυμμένα αποθέματα δύναμης. Το κακό είχε φοβερές συνέπειες, έχασαν δικούς και φίλους, έφερε πόνο και θυμό. Δεν υπήρχε άλλος δρόμος από το να πορευτούν με ό,τι της έπειθε πως ήταν καλό, ήταν

αληθινό, άξιζε την εμπιστοσύνη τους. Αν και ήταν πολύ επιφυλακτικές με όλους και όλα..

Επικεντρώθηκαν στην οικογένεια τους και στο μέγλωμα των παιδιών τους .Δεν τις απασχολούσε τι έκαναν οι άλλοι γύρω τους. Ο βασικότερος στόχος τους ήταν “να αναστήσουν τα παιδιά τους” όπως έλεγαν. Και αυτό γιατί προφανώς θεωρούσαν πως τα παιδιά και το μέλλον τους είχε θαφτεί μαζί με τους δικούς τους που χάθηκαν. Χρειαζόταν επιπλέον δύναμη να τους ξαναδώσουν πνοή και να τα κάνουν να πιστέψουν πως κάπου αχνοφαινόταν ένα φως. Περιορίσαν τις δικές τους δυνατότητες και έδωσαν βάρος στα παιδιά . Είχαν την ανάγκη να δουν το χαμόγελο στα πρόσωπα τους.. Αυτό για εκείνες θα σήμαινε πως “τα είχαν καταφέρει”. Εστίασαν στην δυνατότητα και στην προοπτική. Πως θα χτίσουν ελπίδες και χαμόγελα μέσα από τα συντρίμια... Και αυτό ήταν μια πολλή δύσκολη και απαιτητική δουλειά....

Η Καλαβρυτινή μάνα ήρθε αντιμέτωπη με μια εξαιρετικά δύσκολη κατάσταση κρίσης. Αυτή η κρίση είχε μεγάλες απώλειες ανθρώπων, απειλή της ζωής της και της επιβίωση των παιδιών της. Ήταν μπροστά σε μια εξαιρετικά μεγάλη αναστάτωση που αντίστοιχη της δεν είχε ζήσει μέχρι τώρα. Ζούσε τη δραματικότερη αλλαγή της ζωής της. Είχε να αντιμετωπίσει μια σειρά από αλλαγές αλλά κυρίως πολύ δύσκολες συναισθηματικές καταστάσεις. Ένοιωθε απελπισία, απόγνωση, αφόρητο πόνο, και πολλές φορές σκέφτηκε πως δεν θα τα καταφέρει. Αυτά είναι τα συναισθήματα που βιώνουν όλοι οι άνθρωποι που καλούνται να αντεπεξέλθουν σε αντίστοιχες καταστάσεις κρίσεων. Σε αυτές τις καταστάσεις η ζωή του ανθρώπου αλλάζει δραματικά και για να μπορέσει να αντεπεξέλθει απαιτείται ένας πολύπλευρος επαναπροσδιορισμός ώστε τα πράγματα να γίνουν διαχειρίσιμα. Βασικό κομμάτι αυτού του επαναπροσδιορισμού είναι η προσαρμοστικότητα στην νέα κατάσταση, που δεν είναι εύκολη για όλους

Οι ειδικοί ψυχικής υγείας ονομάζουμε αυτή τη δυναμική διαδικασία της θετικής προσαρμογής στην τραυματική εμπειρία, ψυχική ανθεκτικότητα. Οι Καλαβρυτινές μάνες παρά τις εξαιρετικά δυσοίωνες συνθήκες κατάφεραν να κερδίσουν τη μάχη ενάντια στο τραύμα και να βρουν από αυτή ψυχικά ανθεκτικές. Αυτό έγινε γιατί ενεπλάκησαν δυναμικά στον αγώνα επιβίωσης, έδωσαν χρόνο και χώρο στην προσαρμοστικότητα και επαναπροσδιόρισαν έγκαιρα το πλάνο της ζωής τους. Αναμφισβήτητα χρειάστηκε πολύ χρόνος προσαρμογής, μεγάλη ευελιξία και διευρυμένο φάσμα αντίληψης. Όπως λέει και ένας φιλόσοφος “θυμήθηκαν να ζήσουν” παρά τις δοκιμασίες και τα χτυπήματα της μοίρας.

Πολλοί διερωτώνται πως αυτές οι μανάδες κατάφεραν να μεγαλώσουν ψυχικά υγιή παιδιά και πως τελικά αυτά τα παιδιά ανταπεξήλθαν στα δύσκολα της ζωής φέροντας μια τόσο τραυματική εμπειρία.

Σαφώς την μεγαλύτερη δουλειά την έκανε η μάνα με την σταθερότητα και την

φροντίδα της παρόλο που και η ίδια ήταν το ίδιο τραυματισμένη. Άπειρες είναι οι έρευνες που εστιάζουν στην ύπαρξη αυτής της σταθερής φιγούρας στη ζωή του παιδιού και στη σημασία της σταθερής σχέσης με ένα προστατευτικό ενήλικα ως βασικές προϋποθέσεις για την προαγωγή της ψυχικής του υγείας. Παρέμεινε εκεί δίνοντας ασφάλεια, τρυφερότητα και πασχίζοντας να αφουγκραστεί κάθε ανάγκη του παιδιού της. Στόχος της ζωής της ήταν να δυναμώσει την ύπαρξη του και να το βοηθήσει να βρει νόημα στην νέα του ζωή.

Από την άλλη, τα ίδια τα παιδιά κλήθηκαν να κινηθούν δυναμικά προς τη ζωή και να κινητοποιήσουν τους δικούς τους μηχανισμούς δράσης παρόλο που ένοιωθαν ανασφάλεια, άγχος, ντροπή, φόβο, ενοχές. Η βιβλιογραφία αναφέρει πως σε αντίστοιχες περιπτώσεις κρίσεων τα παιδιά που τα κατάφεραν, που βγήκαν από την τραυματική εμπειρία ψυχικά ανθεκτικά:

- Δημιούργησαν σχέσεις και υποστηρικτικά δίκτυα μεταξύ τους
- Δέχθηκαν το γεγονός ότι τα προβλήματα και οι δυσκολίες είναι μέρος της ζωής
- Ανέπτυξαν ρεαλιστικούς στόχους και κινήθηκαν προς αυτούς.
- Έβαλαν στις πραγματικές τους διαστάσεις τις όποιες δυσκολίες
- Πίστεψαν πως οι δύσκολες καταστάσεις κρύβουν και ευκαιρία για αλλαγή
- Καλλιέργησαν μια θετική άποψη του εαυτού τους
- Φρόντισαν τον εαυτό σου και έδωσαν προσοχή στα συναισθήματά τους και στις ανάγκες τους
- Διδάχθηκαν από το παρελθόν
- Απέφυγαν να βλέπουν τις κρίσεις ως προβλήματα ανυπέρβλητα
- Έμαθαν να ψάχνουν και να βρίσκουν τους κατάλληλους ανθρώπους, υπηρεσίες και δομές που θα τα βοηθήσουν στη λύση του προβλήματος τους.

Το βίωμα αυτών των γυναικών και ο τρόπος που αντιμετώπισαν τις δυσκολίες είναι για όλους εμάς ένα δυνατό μήνυμα ζωής. Είναι ένα μοναδικό παράδειγμα ψυχικής ανθεκτικότητας σε κατάσταση κρίσης. Επιπρόσθετα μοναδικό παράδειγμα σταθερότητα της μητρικής φιγούρας δίπλα στο παιδί που βιώνει μια δυνατή τραυματική εμπειρία και χρειάζεται ασφάλεια και ηρεμία.

Αν και όλα γύρω τους καταστράφηκαν εκείνες προσαρμόστηκαν, αναζήτησαν εκ νέου νόημα ζωής και κατάφεραν να μεταδώσουν την επιθυμία τους για ζωή και στα παιδιά τους. Ήταν συμπονετικές, αυθεντικές και τρυφερές παρόλο που χτυπήθηκαν ανελέητα και απάνθρωπα από την μοίρα. Πλήγηκαν άδικα και δεν θα ήθελαν ποτέ στον κόσμο να ζήσει άλλος πόνο σαν τον δικό τους. Εμείς τα εγγόνια τους ζήσαμε μαζί τους όμορφα χρόνια, χρόνια με πολύ συναίσθημα και αγάπη. Χαιρόμασταν να τις κάνουμε να γελάνε και να τις κλείνουμε στην αγκαλιά μας.

Ο τρόπος που έζησαν θα μπορούσε να αποδοθεί με τα λόγια του ψυχοθεραπευτή Ιρβιν Γιάλομ "Είμαστε υπεύθυνοι για την δική μας ζωή. Σημαίνει ότι μπορούμε να την αλλάξουμε".

