

**Βασίλης Χολέβας**  
**Νομικός - Παιδαγωγός**  
**Θεσσαλονίκη**

**ΟΙ ΣΚΕΨΕΙΣ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΑΣ ΚΑΙ**  
**ΠΩΣ ΞΕΠΕΡΝΙΟΥΝΤΑΙ**

## **Εισαγωγή**

Υπάρχουν μεγάλα και σοβαρότατα προβλήματα, τα οποία προτιμάμε να μην αναλύουμε ή να μην κάνουμε προτάσεις για διέξοδο, συνήθως για δύο λόγους : πρώτον, είναι οδυνηρά θέματα και τ' αποφεύγουμε και δεύτερον είναι δύσκολο να βρεις λύσεις ή να προτείνεις. Ένα τέτοιο θέμα είναι η αυτοκτονία. Επώδυνο και δύσκολο θέμα. Κι όμως, πιστεύω ότι δεν πρέπει να αποφεύγουμε να τα φέρουμε στην επιφάνεια, να ρίξουμε άπλετο φως, (αν μπορούμε βέβαια), και να τοποθετηθούμε στο πρόβλημα.

### **Η αυτοκτονία και τα αίτιά της**

Αυτοκτονία είναι η δολοφονία του εαυτού σου. Δολοφονία, γιατί υπάρχει μορφή δόλου, είναι προσχεδιασμένη και εσκεμμένη. Η αυτοκτονία σήμερα έχει πάρει μορφή επιδημίας σε πολλές χώρες. Τα επίσημα στοιχεία των κρατών, παρότι είναι φοβερά, είναι πολύ μικρότερα από την πραγματικότητα. Σε κάθε δηλωμένη αυτοκτονία, ίσως αντιστοιχεί και μία αδήλωτη. Ποιος από εμάς θα δήλωνε σαν αυτοκτονία το θάνατο συγγενούς του ; είναι ντροπή! Έτσι, μόνο αν δεν καλύπτεται αλλιώς ο θάνατος, δηλώνεται σαν αυτοκτονία.

Πρώτη χώρα στον κόσμο (λίγοι το ξέρουν) σε αυτοκτονίες, είναι η Ιαπωνία. Όχι, τώρα μόνο, αλλά από χιλιάδες χρόνια. Εκεί η αυτοκτονία έχει άλλη έννοια και συμβολισμό απ' ότι σε μας τους άλλους. Σήμερα όμως, νομίζω ότι και στην Ιαπωνία έχει την

ίδια έννοια και σημασία με εμάς : αδιέξοδο, απόγνωση, ψυχολογικά προβλήματα κ.λ.π. Οι Βορειοευρωπαίοι έρχονται δεύτεροι σε αυτοκτονίες (Σουηδία, Φιλανδία, Δανία κ.λ.π.). Το παράξενο είναι ότι ενώ όλοι νομίζουμε ότι στην Ελλάδα του γαλάζιου ουρανού και του ήλιου, οι αυτοκτονίες είναι λίγες, είναι πλάνη. Είναι και εδώ ανησυχητικός ο αριθμός αυτοκτονιών.

Σε μια άλλη έρευνα πάλι, οι Νεοζηλανδοί έρχονται πρώτοι σε αυτοκτονίες. Εν πάσει περιπτώσει δεν έχει ιδιαίτερη σημασία αυτό. Τα αίτια είναι που μας ενδιαφέρουν. Γιατί έχει πέσει επιδημία αυτοκτονιών στον κόσμο ; Γιατί γίνεσαι αυτόχειρας σήμερα ;

Πριν ψάξουμε την απάντηση, να πούμε ότι οι αυτοκτονίες σήμερα, σ' όλο τον κόσμο, έχουν αυξηθεί πάρα πολύ. Σε μερικές χώρες το θέμα έφθασε στο Κοινοβούλιο, αλλά δεν έγινε τίποτα. Υπάρχουν χώρες που μαστίζονται κυριολεκτικά από τις αυτοκτονίες, (Γερμανία, Γαλλία κ.λ.π.). Πρόσφατα μάλιστα (μέσα στο 2000), ανακοινώθηκαν τρομακτικές στατιστικές για αυτοκτονίες στη Γαλλία, που έχει θορυβηθεί από το κύμα αυτοκτονιών που σαρώνει τη χώρα. Άρα ψάχνοντας τα αίτια, θα πρέπει να βρούμε και τι έχει αλλάξει σήμερα, ώστε να μιλάμε για «κύμα αυτοκτονιών».

Κατ'αρχήν σήμερα είναι σε φοβερή έξαρση τα ψυχολογικά προβλήματα, προβλήματα που δεν είχε ο άνθρωπος πριν το 1960. Άλλωστε αν δούμε στα ψιλά των εφημερίδων, όταν ανακοινώνεται μια αυτοκτονία, καταλήγει η ανακοίνωση : ο αυτόχειρας έπασχε από ψυχολογικά προβλήματα.

Πρώτη αιτία αυτοκτονιών σ' όλο τον κόσμο, αυτό όλοι το ξέρουμε, είναι τα ψυχολογικά προβλήματα του σύγχρονου αν-

θρώπου. Τι σημαίνει ψυχολογικά προβλήματα ; η σχιζοφρένεια, οι ανίατες ψυχώσεις ; Όχι, δεν εννοούμε αυτά τα «ψυχιατρικά» προβλήματα, εννοούμε τα ψυχικά αδιέξοδα, τις έμμονες ιδέες των νευρωτικών που πολλές φορές είναι απίστευτα βασανιστικές, τα διαζύγια, οι θάνατοι προσφιλών προσώπων, επαγγελματικές χρεοκοπίες, αφόρητη μοναξιά, μελαγχολία, συνήθη ως πολύ βαριά, ερωτικές απογοητεύσεις και πάει λέγοντας. Δηλαδή ψυχολογικά προβλήματα, σημαίνει ότι το μυαλό είναι φυσιολογικό, το άτομο δεν μπορεί να ξεπεράσει τα προβλήματα, ενώ στις ψυχώσεις (σχιζοφρένεια κ.λ.π.), εκεί το μυαλό είναι αποσυγκροτημένο.

### **Απόπειρες αυτοκτονίας**

Ευτυχώς, δεν καταλήγει συνήθως το άτομο στην αυτοκτονία. Κάτι γίνεται και την τελευταία στιγμή σώζεται. Έτσι μιλάμε για απόπειρα αυτοκτονίας.

Έχει παρατηρηθεί όμως, ότι όταν ένας κάνει μια απόπειρα, είναι πιο εύκολο να κάνει και δεύτερη. Έχει δηλαδή σπάσει πια το προστατευτικό φράγμα του ενστίκτου αυτοσυντήρησης. Άλλη παρατήρηση είναι ότι οι γυναίκες κάνουν περισσότερες απόπειρες αυτοκτονίας και όχι αυτοκτονίες, ενώ ο άνδρας καταλήγει πιο εύκολα στο θάνατο, γιατί οι μέθοδοι που χρησιμοποιεί είναι πιο αποτελεσματικές. Θα φανεί παράξενο, αλλά υπάρχει μία κατηγορία αυτοκτονιών, όπου σπανίζουν οι απόπειρες : οι παιδικές αυτοκτονίες που κι αυτές κάνουν θραύση : μόνο στην Ελβετία πέρυσσι αυτοκτόνησαν 300 παιδιά (εξαιτίας διαζυγίων γονέων κ.λ.π. συνήθως). Αυτό συμβαίνει διότι το μικρό παιδί, αν ξεκινήσει τη

διαδικασία, δεν ξέρει να προστατευθεί, να ζητήσει βοήθεια ή πώς να σωθεί.

### **Αυτοκτονίες στο στρατό**

Είναι σχετικά αρκετές. Άλλωστε το Υπουργείο Εθνικής Άμυνας, έχει ομολογήσει επίσημα για υψηλό (σχετικά πάντα), αριθμό αυτοκτονιών στον Ελληνικό Στρατό. Εδώ μάλιστα ισχύει η ίδια κατάρα που αναφέραμε πριν. Δεν έχουμε απόπειρες, έχουμε αυτοκτονίες. Ο φαντάρος στη σκοπιά, (εκεί γίνονται οι αυτοκτονίες, στη σκοπιά τη νύχτα), έχει χρόνο να τοποθετήσει κατάλληλα την κάννη, ώστε να επέλθει το μοιραίο. Και εδώ τα αίτια επισήμως είναι ψυχολογικά προβλήματα των συγκεκριμένων στρατιωτών, αδυναμία προσαρμογής στις στρατιωτικές συνθήκες κ.λ.π. Ένας λόγος που αυξήθηκαν οι άδειες στο στρατό είναι και αυτός. Ανώτατοι αξιωματικοί του στρατού όμως, αναφέρουν ότι τα ψυχολογικά προβλήματα προϋπήρχαν του στρατού και επιδεινώθηκαν με τη στράτευση. Πιστεύω ότι αυτό είναι αλήθεια, όχι δικαιολογία του Γ.Ε.Σ.

### **Ομαδικές ή μαζικές αυτοκτονίες**

Συνήθως σε «περίεργες» αιρέσεις γίνονται οι ομαδικές αυτοκτονίες, κάτω από την πίεση του αρχηγού της. Μαζικές είχαμε στο Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο, όπου χιλιάδες στρατιώτες και αξιωματικοί της Ιαπωνίας, αυτοκτονούσαν με χαρακίρι σε μια νύχτα, (χαρακίρι σημαίνει : βυθίζω το σπαθί μόνος μου στην κοιλιά).

Έτσι στη νήσο Οκινάουα βρέθηκαν 8.000 Ιάπωνες που έκαναν χαρακίρι. Στη νήσο Ιβοζίμα άλλοι 10.000 Ιάπωνες στρατιώτες και αξιωματικοί έκαναν χαρακίρι (είχαν καταλάβει ότι έχασαν τη μάχη και από μία «περίεργη αξιοπρέπεια» αυτοκτονούσαν).

### **Μία βαθύτερη προσέγγιση της αυτοκτονίας**

Οι περισσότεροι από εμάς ξέρουμε ότι στην αυτοκτονία το άτομο επιζητεί λύτρωση με το θάνατο, γενικά επιδιώκει αποκλειστικά το θάνατο. Πρόκειται για πλάνη. Σε πολλές αυτοκτονίες, ναι, είναι αυτό. Σε άλλες όμως, το άτομο δεν επιδιώκει ακριβώς το θάνατο, αλλά διάφορα πράγματα : π.χ. να «διαμαρτυρηθεί» με έντονο και εντυπωσιακό τρόπο για όσα του συμβαίνουν, να εκδικηθεί τη ζωή του λόγω των πολλών ατυχιών, να εκδικηθεί την κοινωνία που πιστεύει ότι τον περιφρόνησε, να ζητήσει την αγάπη και το ενδιαφέρον των γύρω του, γι' αυτό και πολλές φορές ενώ δεν μπλοφάρει, δεν τα δίνει όλα για όλα ώστε να πεθάνει, π.χ. παίρνει δύο κουτιά χάπια, δεν παίρνει όμως 4 ενώ υπήρχαν στο συρτάρι. Να πεθάνει προσπαθεί, αλλά αφήνει και ένα παραθυράκι πολύ μικρό να γλιτώσει. Συμφοιτητής της μου στη Νομική, μου εξομολογήθηκε ότι σε δύο απόπειρες που έκανε με πολλά χάπια, κατά βάθος δεν ήθελε να πεθάνει και τις δύο φορές. Να διαμαρτυρηθεί στο περιβάλλον του το οικογενειακό με ένα θάνατο επεδίωκε, αλλά κατά βάθος ήθελε να ζήσει.

Τα παραπάνω είναι ευχάριστα διότι έτσι εξηγείται ότι οι απόπειρες είναι πολύ περισσότερες από τις αυτοκτονίες. Εδώ δεν αναφέρομαι στις «ψευδείς απόπειρες» γυναικών που το κά-

νουν για να φέρουν πίσω τον σύντροφό τους («απόπειρες γάμου» τις ονομάζουν κάποιοι γιατροί). Πιστεύω όμως ότι εκείνοι που πραγματικά επιδιώκουν μόνο το θάνατο, είναι οι πάσχοντες από βαριά κατάθλιψη, αυτοί δεν θέλουν να ζήσουν όντως, αφού η ζωή τους φαίνεται επίγεια κόλαση.

### **Το κράτος απέναντι στους αυτοκτονούντες**

Στη Γερμανία 20.000 άτομα αυτοκτονούν ετησίως και 200.000 είναι οι απόπειρες. Αγαπημένος τρόπος αυτοκτονίας εκεί, είναι να πέφτουν στις γραμμές του Μετρό, όταν πλησιάζει το τραίνο. Ήμουν στον ηλεκτρικό του Μονάχου και βλέποντας μια παράξενη αφίσα, ρωτώ το φίλο μου που ήξερε Γερμανικά τι λέει και μου τη διάβασε : «παρακαλούμε, μην επιλέγετε το Μετρό για αυτοκτονία. Συνήθως δεν πεθαίνετε, αλλά μένετε ανάπηροι». Έφριξα ! Του λέω του φίλου μου, γιατί το έγραψαν αυτό και μου είπε : γίνονται πολλές αυτοκτονίες στο Μετρό, οπότε το κράτος μετά δίνει άδεια στο μηχανοδηγό για ψυχική οδύνη και μάλιστα τον πληρώνει αδρά για τον ίδιο λόγο. Γι' αυτό, λοιπόν, τους στέλνει αλλού να αυτοκτονήσουν ! Πάνω από όλα δηλαδή μήπως και δε λειτουργήσει τέλεια το κράτος.

Ειπώθηκε κάποτε να επιβάλλεται τιμωρία (έως και φυλάκιση) σ'αυτόν που κάνει απόπειρα, γιατί διαταράσσει την ησυχία και αναστατώνει τους άλλους. Φρίξον ήλιε !!!

Πάνω απ'όλα η κρατική μηχανή και μετά η ανθρωπιά και ο οίκτος. Ευτυχώς στην Ελλάδα δεν λειτουργούμε έτσι, αν και εδώ ακούσθηκαν ανάλογες προτάσεις, δηλαδή να πληρώνει αποζημίωση για ηθική βλάβη ο υποψήφιος αυτόχειρας κ.λ.π.

Για να είμαστε όμως δίκαιοι, πρέπει να δούμε και μια άλλη πλευρά. Θυμάμαι μια νύχτα στο Ιπποκράτειο Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης όπου είχα πάει για μια ενόχληση, «είχαν έρθει 8 κορίτσια μέσα σε μια νύχτα για απόπειρα αυτοκτονίας και τα 8 για συναισθηματικούς λόγους». Ένας γιατρός αγανακτισμένος (και δικαιολογημένα άλλωστε), τον ακούω να λέει σε δύο από αυτές σε έντονο ύφος : «ακούστε κορίτσια, μ'αυτές τις απόπειρες σας, το ξέρετε ότι αφήσαμε ανθρώπους με εμφράγματα και πνευμονικά οιδήματα για να σώσουμε εσάς, που τα προκαλείτε μόνες σας; τι φταίνει οι άλλοι ασθενείς να πληρώνουν τα δικά σας τα σπασμένα;». Θυμάμαι ότι συμφώνησα μέσα μου με το γιατρό εκείνο. Είχε δίκιο. Και σίγουρα απ' τα 8 κορίτσια τα μισά ίσως να έκαναν απόπειρα για επιστροφή του φίλου τους, απασχολώντας όμως το Νοσοκομείο με το λίγο νυκτερινό προσωπικό.

### **Μπορεί ο υποψήφιος αυτόχειρας να νικήσει τις σκέψεις περί αυτοκτονίας ;**

Δύσκολο αλλά μπορεί. Αρκεί να θέλει να δει πιο καθαρά και νηφάλια τα πράγματα. Κατ' αρχήν σε ένα συνέδριο ιατρικό με θέμα την αυτοκτονία, ειπώθηκε κάτι σοφό : αν ο αυτόχειρας που «κατέληξε», είχε λίγο περισσότερη υπομονή, αν περίμενε λίγο ακόμα, τα προβλήματά του θα λύνονταν. Μάλιστα αυτό θα συνέβαινε σε ποσοστό 95% των αυτόχειρων. Άρα λύσεις υπάρχουν, σ'όλα τα προβλήματα, αλλά πρέπει κανείς να περιμένει. Το δε 5% που δεν θα λύνονταν το πρόβλημά του, αναφέρονταν σε ανίατες νόσους (προχωρημένους καρκίνους με αφόρητους πόνους



κ.λ.π.). Ο αυτόχειρας όμως δεν έχει υπομονή άλλη. Έτσι λέει ο ίδιος. Κι όμως έχει μέσα του, αλλά δεν το ξέρει. Πάντοτε τονίζω τη σοφή φράση : «δεν υπάρχει πρόβλημα σ' αυτό τον κόσμο, χωρίς τη λύση του». Λύση όμως δεν εννοούμε τη «μαγική», αλλά αυτή που έρχεται μετά από αγώνα και προσπάθεια. Νομίζω (δεν έχω φυσικά στοιχεία), ότι οι περισσότεροι από εμάς σε κάποια στιγμή της ζωής μας, έστω για 15" σκεφθήκαμε την αυτοκτονία σαν λύση σε ένα πρόβλημα, αλλά αμέσως την απορρίψαμε γιατί καταλάβαμε ότι δεν λύνει κανένα πρόβλημα.

Πράγματι, ο αυτόχειρας δεν λύνει το πρόβλημα, το παίρνει μαζί του στην αιωνιότητα. Ποιος του είπε ότι με το θάνατο απαλλάσσεται από το πρόβλημά του ή έστω λυτρώνεται από την «κολασμένη ζωή» ; Αυτό είναι ένα θέμα που σηκώνει μεγάλη συζήτηση, διότι μη ξεχνάμε ότι η Εκκλησία μας θεωρεί τον αυτοκτονούντα ως ήδη κολασμένο και δεν τον κηδεύει, όχι γιατί είναι μεγάλη αμαρτία η αυτοκτονία (έτσι νομίζει ο λαός), αλλά γιατί θεολογικά ο αυτόχειρας θεωρείται αμετανόητος, άπιστος στην αγάπη του Θεού κ.λ.π. Γι' αυτό αν εξελιχθεί σε απόπειρα, συγχωρείται κανονικά. Επειδή έχει ευκαιρία μετάνοιας. Άρα δε συγχωρεί την αυτοκτονία η Εκκλησία επειδή τη θεωρεί αμετανοησία τελική και όχι μεγάλη αμαρτία. Η δολοφονία ενός ανθρώπου είναι μεγαλύτερη αμαρτία, αλλά μπορεί να μετανόησε ο δολοφόνος, γι' αυτό τον κηδεύει η εκκλησία. Βέβαια, η τελική κρίση ανήκει στο Θεό.

Θα απορούν πολλοί άνθρωποι, ποια τέλος πάντων είναι αυτά τα ψυχολογικά προβλήματα που οδηγούν σε αυτοκτονία. Είναι διάφορες έμμονες ιδέες που έρχονται με ισχυρό καταναγκασμό, δεν μπορεί ν' απαλλαγεί το άτομο απ' αυτές και επειδή

η ζωή του γίνεται κόλαση, αποφασίζει «δυναμική» λύση. Η επόμενη ερώτηση του απλού ανθρώπου, σίγουρα θα είναι : μα τι είδους έμμονες ιδέες έχει, τι του λένε αυτές οι ιδέες ; Μπορεί να του μπήκε έμμονη ιδέα ότι είναι βαριά άρρωστος, (ας του λένε οι γιατροί ότι είναι υγιέστατος), μπορεί να του μπήκε ιδέα ότι του έκαναν μάγια και γι' αυτό όλα του πάνε στραβά, μπορεί να πιστεύει ότι είναι ένα τίποτα, ένας αποτυχημένος που δεν αξίζει τίποτα, ούτε ακόμα και να ζει. Μπορεί ακόμα να έχει «ενοχική συνείδηση», να έχει ενοχές για πράγματα, για τα οποία δε φταίει, αλλά είναι πολύ ευαίσθητος και βασανίζεται από ψευδείς ενοχές (η ενοχική συνείδηση, είναι νευρωτικό σύμπτωμα). Ιδέες ότι κανείς δεν τον αγαπά, όλοι τον επιβουλεύονται κ.λ.π. Είναι τόσες οι έμμονες ιδέες που θέλουμε ένα μεγάλο κατάλογο για να τις αναφέρουμε (και πάλι δε θα τις αναφέρουμε όλες).

Οικογενειακά προβλήματα (διαζύγιο, ανάπηρο παιδί, υποψίες για απιστία του συζύγου του, πραγματική ή φανταστική, πολύχρονη ανεργία που τον κάνει να νιώθει άχρηστος στην οικογένειά του, ασθένεια ανίατη δική του, που τον κάνει να νιώθει βάρος στην οικογένεια κ.λ.π.). Και τα είδη των οικογενειακών προβλημάτων είναι ατελείωτα, ο φυσιολογικός άνθρωπος τα ξεπερνά, στον ευαίσθητο όμως μπορεί να του εξελιχθούν σε ψυχολογικά προβλήματα (από οικογενειακά) και να μη μπορεί να τ' αντέξει.

Στις φυλακές επίσης έχουμε συχνές αυτοκτονίες, ο κόσμος νομίζει ότι αυτές εκεί γίνονται λόγω του εγκλεισμού, αλλά οι ειδικοί λένε ότι οι περισσότεροι απ' αυτούς αυτοκτονούν λόγω αφό-

ρητων τύψεων και ενοχών για ό,τι έκαναν, (συνήθως όταν δολοφονούν στενά τους πρόσωπα).

Παραδόξως, εν καιρώ πολέμου, οι αυτοκτονίες μειώνονται αισθητά (ίσως γιατί η προσοχή συγκεντρώνεται στον πόλεμο και όχι στο εσωτερικό του ανθρώπου και γιατί τα προβλήματα επιβίωσης, δεν αφήνουν χρόνο και χώρο για ψυχολογικά προβλήματα.

**Συμπέρασμα :** όταν διαβάζουμε «αυτοκτόνησε λόγω ψυχολογικών προβλημάτων», ας έχουμε υπόψιν ότι αυτά είναι ατελείωτα σε αριθμό. Εδώ βέβαια να πούμε ότι αφόρητα ψυχολογικά προβλήματα που οδηγούν κάποιους σε αυτοχειρία, για άλλους είναι «αστεία», ούτε που θα τα έδιναν σημασία. Αυτό άλλωστε σημαίνει και ψυχολογικό πρόβλημα : γιγαντιοποίηση ενός προβλήματος και δώσιμο σ'αυτό διαστάσεις που δεν τις έχει.

**Σκέψεις θετικές, που πρέπει να κάνει ο υποψήφιος αυτόχειρας για ν' απαλλαγεί από τη «μοιραία πράξη»**

Πρέπει ν' αναπτύξει τον στενό ορίζοντα της σκέψης του και να κρίνει αλλιώς πράγματα και γεγονότα. Ν' αρχίσει να φιλοσοφεί αισιόδοξα : έτσι είναι αυτή η ζωή, είναι όλο προβλήματα και τραγωδίες, οι περισσότεροι άνθρωποι περνούν τέτοια προβλήματα αλλά τα ξεπερνούν, κάνουν υπομονή και συνεχίζουν τη ζωή. Π.χ. οι περισσότεροι χάνουν ένα στενό συγγενικό τους πρόσωπο, αλλά δεν «πεθαίνουν» μαζί του. Δεν είναι ο μόνος που βασανίζεται. Εκατομμύρια άνθρωποι στον κόσμο, βασανίζονται πολύ περισσότερο απ' αυτόν, έχουν πολλά αδιέξοδα, αλλά ελπί-

ζουν, χαίρονται, δεν το παίρνουν κατάκαρδα. Η ζωή είναι όμορφη ακόμα και με τις τραγωδίες που δημιουργεί.

Εξάλλου να σκέπτεται, ότι ό,τι πρόβλημα και να έχει, η ζωή είναι τόσο σύντομη, μα τόσο σύντομη, που δεν κρατάνε για πάντα οι τραγωδίες, τα αδιέξοδα, τα προβλήματα. Σε λίγο θα βγούμε από τη φυλακή του σώματος και ελεύθερες οι ψυχές μας θα πετάξουν για το Δημιουργό μας «ένθα ουκ έστι πόνος, ου στεναγμός». Κι αν ακόμα δεν μπορεί να ξεπεράσει το πρόβλημά του, ας συζητήσει μ' αυτό, ας συμφιλιωθεί μαζί του κι ας ζήσει μαζί του, έστω μια δυστυχισμένη ζωή για ένα διάστημα. Μετά «πάντα κάτι γίνεται, πάντα κάτι έκτακτο συμβαίνει, μη αναμενόμενο» και ξεπερνά το πρόβλημά του. Ας θυμηθεί ότι σ'όλο τον κόσμο, ειδικά Νότια Αμερική και Αφρική, η φτώχεια, οι αρρώστιες, η πείνα, η δίψα, οι θάνατοι προσφιλών ανθρώπων και μικρών παιδιών βρίσκονται σε απίστευτη έξαρση κι όμως δεν λυγίζουν. Πέθανε ένα στενό πρόσωπό του και δεν μπορεί να ξεπεράσει το θάνατό του; Ας σκεφθεί πόσοι γονείς, ειδικά στην Αφρική, χάνουν κάθε μέρα τα παιδιά τους από ασιλία κ.λ.π. και όμως συνεχίζουν τον ανήφορο του «Γολγοθά της ζωής».

Η κοπελίτσα των 17 ή 16 ετών ή και 15, παίρνει χάπια γιατί την άφησε ο Γιώργος ή ο Νίκος, τι θάκανε αν την άφηνε το παιδί της ξεψυχώντας στην αγκαλιά της από αβιταμίνωση ; κι όμως αυτό είναι καθημερινό φαινόμενο στην άτυχη μαύρη ήπειρο. Ίσως ντραπεί για τον εαυτό της, αν κάνει τέτοιες σκέψεις.

Θα τονίσω και το εξής : ο ίδιος ο άνθρωπος όταν υποψιάζεται «ναρκοπέδιο», ας φεύγει μακριά, ας μην προκαλεί τους κινδύνους. Π.χ. όταν ένας δανείζεται από τοκογλύφο ή παίζει όλες

τις οικονομίες μιας ζωής στο Χρηματιστήριο χωρίς να γνωρίζει από Χρηματιστήριο ή μια γυναίκα τα φτιάχνει με ένα ωραίο άνδρα, αλλά αλήτη, βάζουν σε κίνδυνο όλοι αυτοί τον εαυτό τους. Όλοι αυτοί ίσως αύριο να είναι οι νέοι αυτόχειρες. Δεν φταίει η «μαύρη μας η τύχη» για ανοησίες δικές μας.

Αλλά κι αν ακόμα γίνει η ανόητη και άφρων πράξη, πρέπει το άτομο να μη γκρεμίζεται ψυχικά, αλλά να συνεχίζει τη ζωή του και τότε ένα μεγάλο μέρος του κακού που τον βρήκε, θα διορθωθεί. Πάντοτε υπάρχει παρηγοριά για όποιο μεγάλο κακό και αν σε κτυπήσει. Έχασες όλη σου την περιουσία στο καζίνο ή στα χαρτιά; Σκέψου ότι έτσι κι αλλιώς, όλοι κάποτε θα φύγουμε απ' αυτόν τον «μάταιο κόσμο», χωρίς να πάρουμε δραχμή μαζί μας. Άρα, λοιπόν, όλα θα χαθούν μια μέρα, σε σένα συνέβη νωρίτερα, αυτό ήταν όλο. Γυμνοί βγήκαμε απ' την κοιλιά της μάνας μας και γυμνοί θα φύγουμε όπως λέει και η Αγία Γραφή.

Ο υποψήφιος αυτόχειρας πιθανότατα να σκεφθεί : όλα αυτά είναι παρήγορα λόγια και τίποτα περισσότερο. Όχι, φίλε μου, κάνεις λάθος. Έτσι είναι η ζωή. Αυτό είναι το παιγνίδι και αυτοί είναι οι κανόνες του. Δεν είναι παρήγορα λόγια, είναι οι κανόνες του παιγνιδιού της ζωής. Ίσως σκεφθεί : και γιατί στους άλλους δεν συνέβη αυτό το κακό που συνέβη σε μένα ; Εξάλλου, αν θέλεις να είσαι δίκαιος, σκέψου ότι το «κακό» που σε βρήκε, δεν βρήκε και αυτούς, ρωτάς όμως τι άγνωστες σε σένα τραγωδίες αντιμετώπισαν που εσύ δεν τις ξέρεις, γιατί ο κόσμος κρύβει τα βάσανά του ; Μήπως είσαι εγωιστής και εσύ θέλεις νασαι ο μόνος στον πλανήτη που δεν θα αντιμετωπίσει έστω και μία τραγωδία ;

Έχω συζητήσει μερικές φορές με άτομα που έπασχαν από νευρωτική κατάθλιψη. Πραγματικά, είναι δύσκολο να πεισθεί να αγωνιστεί. Θέλει επίμονη συζήτηση και υπομονή όταν συζητάς μαζί του. Αλλά πρέπει να συνειδητοποιήσουν ότι η ζωή του ανθρώπου είναι ένας Γολγοθάς αλλά με διαλείμματα και ευχάριστες συγκινήσεις. Ας μη θέλουν όλα να είναι εύκολα. Είναι εγωισμός αυτό. Όλοι οι άνθρωποι σήμερα αντιμετωπίζουμε σοβαρά προβλήματα και αδιέξοδα. Αλλά δεν αφήνουμε τα προβλήματα «να μας πάρουν από κάτω».

Πολλοί αυτόχειρες οδηγούνται στο «μοιραίο» από υπερβολικό εγωισμό. «Ακούω στην τηλεόραση ότι ο τάδε γνωστός ηθοποιός αυτοκτόνησε γιατί δεν του έδιναν πια πρωταγωνιστικό ρόλο όπως παλιά, ή δεν τον καλούσαν στην Τηλεόραση να παίξει όπως παλιά. Τον «ξέχασαν». Μα είναι φυσικό, εσύ δοξάσθηκες, έγινες γνωστός, τόσοι άλλοι χιλιάδες ηθοποιοί άγνωστοι, να μη γίνουν κι αυτοί ελάχιστα έστω γνωστοί;» Όλα δικά σου ; Για πάντα πρωταγωνιστής εσύ, ακόμα και στα γεράματά σου ;

Κάποιος έγραψε : οι αυτόχειρες πάνω απ' όλα δεν είναι ρεαλιστές, να δεχθούν τη ζωή όπως είναι με τα καλά και με τα κακά της. Το «συνυπογράφω» : δεν είναι ρεαλιστές.

Διάβασα κάπου ότι ο πρωταγωνιστής της ταινίας «Τιτανικός» έκανε απόπειρα αυτοκτονίας γιατί δεν έδωσαν σ'αυτόν το Όσκαρ αλλά στην πρωταγωνίστρια. Κέρδισε εκατομμύρια απ' την ταινία, έγινε διάσημος και τελικά για ένα Όσκαρ έκανε απόπειρα... Εκνευριστικές περιπτώσεις αυτοχειρίας ή απόπειρας. Τέτοιοι είναι πολλοί, ειδικά στον καλλιτεχνικό χώρο.

## **Η απειλή της αυτοκτονίας ως εκβιασμός**

Πολλά άτομα (κυρίως γυναίκες), όταν πρόκειται να χάσουν ή να επαναφέρουν το σύντροφό τους, φθάνουν στην απαράδεκτη απειλή : αν φύγεις, στο υπόσχομαι θ' αυτοκτονήσω. Στις περισσότερες περιπτώσεις μπλοφάρει. Αλλά ο άλλος έρχεται σε τρομερό αδιέξοδο : αν μπλοφάρει, εντάξει, αν όμως όχι, θα έχω τύψεις στην υπόλοιπη ζωή μου σκέπτεται. Τι κάνω ; εδώ ο καθένας αντιδρά ανάλογα με την προσωπικότητά του και τον τρόπο που βλέπει και κρίνει τα πράγματα. Πρόκειται πάντως για απάνθρωπο, εγκληματικό εκβιασμό.

## **Ένας ύπουλος και παράξενος κίνδυνος**

Στη διεθνή βιβλιογραφία αναφέρεται ένας ύπουλος κίνδυνος στην περίπτωση του καταθλιπτικού ατόμου. Όταν βρίσκεται σε βαριά κατάθλιψη, δε βρίσκει δυνάμεις για ν' αυτοκτονήσει, αλλά μόλις συνέρχεται λίγο, τότε αυτοκτονεί. Το αναφέρω αυτό για να το έχουμε υπόψιν αν έχουμε στην οικογένειά μας καταθλιπτικό άτομο.

## **Η αυτοκτονία ως εθισμός ή ως EXTREM SPORT**

Έχω ακούσει για ανθρώπους που έχουν κάνει όχι μία, όχι δύο αλλά 7 ή και 8 απόπειρες αυτοκτονίας. Τι να πω! Πρέπει να τους έγινε εθισμός ή να την βλέπουν σαν εξτρίμ σπορ και να απολαμβάνουν μια αλλόκοτη ηδονή κάνοντας τέτοιες ασταμάτητες απόπειρες. Ηδονή που φυσικά δε νιώθει και η μάνα ή ο πατέρας ή τ' αδέρφια τους, που θα έχουν σπάσει τα νεύρα τους από τις

συνεχείς εντάσεις και αγωνία. Αυτοί βέβαια δεν το βλέπουν καθόλου σαν εξτρίμ σπορ.

### **Το μέλλον των αυτοκτονιών**

Αν κρίνω ότι ο κόσμος όλο και περισσότερα προβλήματα αντιμετωπίζει και η ζωή όλο και πιο δύσκολη γίνεται, φοβάμαι για το μέγεθος των αριθμών στο μέλλον. Γι' αυτό κάτι πρέπει να γίνει. Μια σχετική αγωγή, να μαθαίνουμε από το Γυμνάσιο ακόμα στα παιδιά, ότι η αυτοκτονία δεν είναι λύση, αντίθετα, ο αυτοκτονών παίρνει όλα τα προβλήματα στην αιωνιότητα άλυτα.

### **Ηρωισμός ή δειλία ;**

Μερικοί υποστηρίζουν ότι η αυτοκτονία είναι πράξη τόλμης και θάρρους γιατί δεν μπορεί να το κάνει ο καθένας. Θέλει τόλμη για να ξεπεράσεις το ένστικτο της αυτοσυντήρησης που είναι πανίσχυρο. Ούτε λίγο ούτε πολύ μου θυμίζουν το στίχο του Κάλβου (λίγο παραφρασμένο) «θέλει αρετή και τόλμη η αυτοκτονία!».

Ε, όχι, η αυτοκτονία είναι 100% πράξη δειλίας και ανικανότητας να ξεπεράσεις τα εμπόδια της ζωής. Όσο για την τόλμη που επικαλούνται κάποιοι φιλόσοφοι σύγχρονοι, φιλόσοφοι της υποκουλτούρας, δεν πρόκειται για τόλμη, γιατί όταν το άτομο είναι σε απόγνωση και κατάθλιψη, το εύκολο γι' αυτό το άτομο είναι να πηδήσει απ' το μπαλκόνι. Το δύσκολο και τολμηρό, είναι να πει : όχι, μπαίνω πάλι στο δωμάτιο και θα προσπαθήσω να λύσω το πρόβλημά μου κι αν δεν μπορέσω μόνος μου, θα επι-



σκεφθώ δύο τρεις καλούς φίλους να το συζητήσω μαζί τους, ίσως μου βρουν τη λύση αυτοί.

Αυτό θάθελα να το τονίσω ιδιαίτερα, όσο αφορά τις μαθητικές αυτοκτονίες. Αρκετοί μαθητές και κυρίως μαθήτριες, προσχωρούν στην υποκοουλτούρα της αυτοκτονίας που λέει ότι είναι τολμηρή και ηρωική πράξη, διότι περιφρονείς το σύστημα και τον κόσμο της αδικίας. Τον φτύνεις ! Έχουν γραφεί και βιβλία φιλοσόφων για την τόλμη της αυτοκτονίας, αναρχοφιλοσόφων του προηγούμενου αιώνα, αλλά και τώρα όλο και κάποιος τέτοιος εμφανίζεται, με εγκληματική επίδραση στους νέους. Σ' όποιον φυσιολογικό άνθρωπο κάνεις την ερώτηση : είναι τόλμη ή δειλία; όλοι θ' απαντήσουν : δειλία 100%. Κι έχουν δίκιο. Η αυτοκτονία είναι η προβολή της δειλίας, το χειρότερο αποτέλεσμα της δειλίας.

## **Επίλογος**

Η σύγχρονη μάστιγα της κοινωνίας μας, (αν και γεμίσαμε πια από μάστιγες), η αυτοκτονία, απειλεί όλες τις ηλικίες, (και η γεροντική αυτοκτονία κάνει θραύση). Στο μέλλον νομίζω ότι θά-ναι χειρότερα τα πράγματα. Ας μάθουμε στο νέο άνθρωπο ότι οι γενναίοι δεν φοβούνται ούτε ψυχολογικά προβλήματα ούτε τ' αδιέξοδα της ζωής. Για τους γενναίους αυτά όλα είναι ευκαιρίες για ηρωικές πράξεις. Οι δειλοί όμως, οι μη σκληραγωγημένοι άνθρωποι, δεν αντέχον τις εντάσεις, τα σοβαρά προβλήματα της

ζωής και κάνουν το ίδιο που κάνουν και στον πόλεμο : λιποταξία εν ώρα μάχης. Εν καιρώ πολέμου η ποινή είναι θάνατος με απόφαση του Στρατοδικείου, τι σύμπτωση, και εν καιρώ ειρήνης η λιποταξία (αυτοκτονία) εν ώρα μάχης, είναι πάλι θάνατος. Ας προβληματισθεί πάνω σ' όλα αυτά ο άνθρωπος που κάνει «μαύρες σκέψεις» και είμαι σίγουρος ότι θα νικήσει και θα διώξει μακριά αυτές τις σκέψεις για πάντα.