

Η ΜΟΝΑΞΙΑ ΚΑΝΕΙ ΠΙΟ ΣΥΝΤΟΜΗ ΤΗ ΖΩΗ

“Ο Θεός κατοικίζει εις οικογένειαν τους μεμονωμένους” (ψλμ 68:6)

Η μοναξιά ροκανίζει τη ζωή των ανθρώπων, όπως επιβεβαιώνουν δύο νέες αμερικανικές επιστημονικές έρευνες, που δείχνουν ότι όσοι ζουν μόνοι τους και αισθάνονται μοναξιά έχουν αυξημένες πιθανότητες να πεθάνουν από καρδιά ή από άλλη αιτία⁽¹⁾.

Η πρώτη μελέτη διαπίστωσε ότι όσοι άνθρωποι ζουν μόνοι τους είναι πιο πιθανό να πεθάνουν από καρδιαγγειακό πρόβλημα. Η δεύτερη κατέληξε στο συμπέρασμα ότι τα άτομα άνω των 60 ετών κινδυνεύουν περισσότερο από μία γενικότερη κατάπτωση των λειτουργιών και ικανοτήτων τους ή και από θάνατο, όταν είναι μόνοι τους ή αισθάνονται έτσι. Και οι δύο έρευνες δημοσιεύθηκαν στο περιοδικό του Αμερικανικού Ιατρικού Συλλόγου «Archives of Internal Medicine».

Μία βασική αιτία για τις επιπτώσεις της μοναξιάς, κατά τους ερευνητές, είναι ότι επιφέρει κατάθλιψη σε μικρότερο ή μεγαλύτερο βαθμό και αυτό σημαίνει ότι ο μοναχικός άνθρωπος σταδιακά παύει να ενδιαφέρεται για την κατάσταση της υγείας του.

Σύμφωνα με προηγούμενες επιδημιολογικές έρευνες, η μοναξιά και η απομόνωση από τις κοινωνικές σχέσεις επιδρά στην ορμονική λειτουργία και δημιουργεί συναισθηματικό στρες.

Οι τελευταίες αυτές μελέτες έρχονται να επιβεβαιώσουν προηγούμενες, σύμφωνα με τις οποίες η μοναξιά αυξάνει την πίεση του αίματος⁽²⁾ αλλά και την πιθανότητα εμφάνισης επιθετικού καρκίνου⁽³⁾.

Η μοναξιά είναι ένα θλιβερό συναίσθημα απομόνωσης από τους άλλους ανθρώπους, που συνοδεύεται συνήθως από ψυχική κούραση, πικρία ή ακόμη και απόγνωση. Μοναξιά μπορεί κάποιος να βιώσει ακόμη και όταν βρίσκεται μέσα στο πλήθος, στην παρέα του ή στην οικογένειά του, αν αισθάνεται ότι οι άλλοι τριγύρω δεν τον ακούνε, δεν τον κατανοούν ή δεν τον αγαπούν.

Θαυμάζουμε πραγματικά το Λόγο του Θεού που εξαγγέλλει μέσα στον κήπο της Εδέμ ότι **“Δεν είναι καλόν να ήναι ο άνθρωπος μόνος...”** (Γένεσις 2:18). Ο Δαβίδ κράζει στον Κύριο : **“Επίβλεψον επ’ εμέ και ελέησόν με, διότι μεμονωμένος και τεθλιμμένος είμαι”**. (ψλμ 25:16).

Σήμερα στην Καινή Διαθήκη ο Κύριος μας προσθέτει μέσα στην

εκκλησία Του. Διαβάζουμε στο βιβλίο των Πράξεων των Αποστόλων: “Εκείνοι λοιπόν μετά χαράς δεχθέντες τον λόγον αυτού εβαπτίσθησαν, και προσετέθησαν εν εκείνη τη ημέρα έως τρεις χιλιάδες ψυχαί. Και ενέμενον εν τη διδαχή των αποστόλων και εν τη κοινωνία και εν τη κλάσει του άρτου και εν ταις προσευχαίς. Κατέλαβε δε πάσαν ψυχήν φόβος, και πολλά τεράστια και σημεία εγίνοντο διά των αποστόλων. Και πάντες οι πιστεύοντες ήσαν ομού και είχαν τα πάντα κοινά, και τα κτήματα και τα υπάρχοντα αυτών επώλουν και διεμοίραζον αυτά εις πάντας, καθ’ ην έκαστος είχε χρείαν. Και καθ’ ημέραν εμμένοντες ομοθυμαδόν εν τω ιερώ και κόπτοντες τον άρτον κατ’ οίκους, μετελάμβανον την τροφήν εν αγαλλιάσει και απλότητι καρδίας, δοξολογούντες τον Θεόν και ευρίσκοντες χάριν ενώπιον όλου του λαού. Ο δε Κύριος προσέθετε καθ’ ημέραν εις την εκκλησίαν τους σωζομένους.” (Πράξεις 2: 41-47)

Στην πραγματική εκκλησία του Χριστού κανείς δεν πρέπει να αισθάνεται μοναξιά. Ένας λόγος παρηγοριάς, μία επίσκεψη, η κατά το δυνατόν κάλυψη των βασικών αναγκών των πτωχών αδελφών είναι τρόποι μέσα από τους οποίους η αγάπη του Θεού βρίσκει τρόπους να εκφραστεί προς δόξα Θεού.

Σε ένα κόσμο ζοφερό, το Ευαγγέλιο του Χριστού έχει τη μοναδική λύση. Είμαστε καλεσμένοι όλοι. Ας σπεύσουμε...

“εκείνο, το οποίον είδομεν και ηκούσαμεν, απαγγέλλομεν προς εσάς· διά να έχητε και σεις κοινωνίαν μεθ’ ημών· και η κοινωνία δε ημών είναι μετά του Πατρός και μετά του Υιού αυτού Ιησού Χριστού. Και ταύτα γράφομεν προς εσάς, διά να ήναι πλήρης η χαρά σας.” (Α’ Ιωάννου 1:3-4).

Αλέκος Περάκης

Πηγή: Εφημερίδα «Χριστιανισμός», φύλλο Σεπτεμβρίου 2012

1. <http://www.kathimerini.gr> 19/06/2012
2. HealthyLiving.gr 20/09/2010
3. HealthyLiving.gr 04/10/2010