

ΜΙΑ ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΘΕΩΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΥ  
ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΑ.

ΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΕΣ:

ΓΕΩΡΓΙΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ  
ΚΟΥΜΠΟΥΡΗ ΑΓΓΕΛΙΚΗ

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ:

ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΘΑΝΟΣ  
ΕΠΙΚΟΥΡΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΛΗΨΗ ΤΟΥ ΠΤΥΧΙΟΥ ΣΤΗΝ  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΑΠΟ ΤΟ ΤΜΗΜΑ ΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ  
ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΤΗΣ ΣΧΟΛΗΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ  
ΠΡΟΝΟΙΑΣ ΤΟΥ ΑΝΩΤΑΤΟΥ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ  
ΙΔΡΥΜΑΤΟΣ (Α.Τ.Ε.Ι.) ΠΑΤΡΑΣ.

ΠΑΤΡΑ, ΜΑΙΟΣ 2004.



ΑΡΙΘΜΟΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ	4042
---------------------	------

Η ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΓΚΡΙΣΗ  
ΤΗΣ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΥΠΟΓΡΑΦΗ

ΥΠΟΓΡΑΦΗ

ΥΠΟΓΡΑΦΗ

+

Εμπρός λοιπόν, καρδιά μου,  
αποχαιρέτα  
και βρες την υγεία σου.  
(ΧΕΡΜΑΝ ΕΣΣΕ)

## ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ

Έχοντας ολοκληρώσει την πτυχιακή μας εργασία, θα θέλαμε στο σημείο αυτό να ευχαριστήσουμε όλους εκείνους που μας βοήθησαν στην ολοκλήρωσή της. Πιο συγκεκριμένα:

- Τον υπεύθυνο καθηγητή της πτυχιακή μας εργασίας, κύριο Θάνο Παπαδημητρίου ( Επίκουρο καθηγητή της Κοινωνιολογίας)
- Την καθηγήτρια Λυδάκη Άννα, Λέκτορ στο Πάντειο Πανεπιστήμιο Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών, τμήμα Κοινωνιολογίας.
- Την φοιτήτρια Κοινωνιολογίας της Παντείου, κυρία Πασπάτη Αικατερίνη.
- Τη βιβλιοθήκη του Α.Τ.Ε.Ι. Πάτρας.
- Τη Δημοτική βιβλιοθήκη Πατρών.
- Τη Δημοτική βιβλιοθήκη Ελευσίνας.
- Το Εθνικό Κέντρο Τεκμηρίωσης.
- Το Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών.

Τέλος τους γονείς μας για την ηθική και υλική τους υποστήριξη.

**Η ΕΡΓΑΣΙΑ ΑΥΤΗ ΑΦΙΕΡΩΝΕΤΑΙ  
ΣΤΗ ΜΝΗΜΗ ΤΗΣ ΓΙΑΓΙΑΣ  
ΚΑΤΕΡΙΝΑΣ.**

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΜΕΛΕΤΗΣ.

Μέσα από αυτή τη βιβλιογραφική έρευνα, γίνεται μια συστηματική προσπάθεια θεωρητικής προσέγγισης του θέματος.

Βασικός σκοπός της έρευνας αυτής είναι η καταγραφή των εκφάνσεων του πένθους στην Ελληνική κοινωνία, λαμβάνοντας ως βασικές παραμέτρους, το πένθος στην Ελληνική κοινωνία, τις διαστάσεις του, την πένθιμη περίοδο σαν ολότητα, την εξελικτική της πορεία, το χειρισμό της, την θεραπευτική αξία του μοιρολογιού και τέλος τη χρησιμότητα του ρόλου των νεκρικών εθίμων.

Πιο συγκεκριμένα στην πρώτη θεματική ενότητα της μελέτης, γίνεται μια ιστορική αναδρομή του φαινομένου του πένθους, ξεκινώντας από την μυθολογία και φθάνοντας έως και την Βυζαντινή εποχή. Έπειτα καταγράφεται το φαινόμενο του πένθους στην Ελληνική κοινωνία σαν μια πραγματικότητα. Και αναφερόμαστε σε:

- Στις αστικές εκβιομηχανισμένες περιοχές.
- Στην Ελληνική περιφέρεια.
- Στον άνδρα και την γυναίκα.
- Στο παιδί σε κατάσταση πένθους.

Ενώ στο τέλος αυτής της θεματικής ενότητας παρατίθενται οι διαστάσεις του.

Στην επόμενη γίνεται αναφορά στη διάρκεια της πένθιμης περιόδου, στα στάδια της, στα συμπτώματα και σε άλλες λειτουργίες-εκφάνσεις του.

Έπειτα καταγράφεται η εξελικτική του πορεία και οι θεραπευτικές παρεμβάσεις με πενθούντες.

Τέλος στην Τρίτη θεματική ενότητα, αναφέρεται η θεραπευτική αξία του μοιρολογιού και η παρουσία του στην Ελληνική κοινωνία.

Η ενότητα αυτή ολοκληρώνεται με την ανάδειξη του ρόλου και της χρησιμότητας των νεκρικών εθίμων και με την καταγραφή ορισμένων από αυτών.

Για την συλλογή των ανωτέρων δεδομένων, έγινε βιβλιογραφική μελέτη-έρευνα από συγγραφείς, ερευνητές, λαογράφους, κοινωνιολόγους και συγγραφείς ιερείς.

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

- ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ	2
- ΑΦΙΕΡΩΣΗ	3
- ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΜΕΛΕΤΗΣ	4

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ.

<b>1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ.</b>	11
1.1 ΕΙΣΑΓΩΓΗ.	11
1.2 ΟΡΙΣΜΟΙ ΕΝΝΟΙΩΝ.	13
<b>2. ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΘΕΩΡΗΣΗ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ.</b>	18
2.1 Πένθος και Μυθολογία.	19
2.2 Το πένθος στα Ομηρικά έπη.	20
2.3 Το πένθος στην αρχαία Ελλάδα.	21
2.4 Το πένθος στη Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία.	23
2.5 Το πένθος στη Βυζαντινή εποχή.	23
<b>3. ΤΟ ΠΕΝΘΟΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΑ.</b>	25
3.1 Το πένθος στις αστικές εκβιομηχανισμένες περιοχές.	26
3.2 Το πένθος στην Ελληνική περιφέρεια.	29
3.3 Η κοινοτική αλληλεγγύη στην Ελληνική περιφέρεια.	31
3.4 Πένθος και γυναίκα.	33
Α) Αμφίεση της πενθούσας γυναίκας.	34



B) Η αποστολή της γυναίκας στο πένθος.	35
Γ) Η θέση της χήρας γυναίκας στην Ελληνική κοινωνία.	36
3.5 Το παιδί σε κατάσταση πένθους.	39

#### **4. ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ.**

4.1 Η ανθρωπολογική διάσταση του πένθους.	41
4.2 Η κοινωνική διάσταση του πένθους.	42
4.3 Η ψυχολογική διάσταση του πένθους.	44
ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 1	47
4.4 Η θρησκευτική διάσταση του πένθους.	48
4.5 Το πένθος και η χριστιανική πίστη.	50

#### **5. ΠΕΝΘΙΜΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ.**

5.1 Διάρκεια πένθιμης περιόδου.	52
5.2 Η πένθιμη περίοδος ανάλογα με το είδος του θανάτου.	54
A) Αναμενόμενος θάνατος.	54
B) Απροσδόκητος θάνατος.	56
Γ) Σιωπηλός και γυμνός θάνατος.	57
Δ) Άδικος θάνατος.	57
E) Καλός θάνατος.	58
5.3 Κατανομή του πένθους.	59
5.4 Στάδια της πένθιμης περιόδου.	60
A) Το στάδιο του συγκλονισμού-πανικού.	66

B) Το στάδιο της συγκρατήσεως.	68
Γ) Τα ο στάδιο της οδύνης και η ψυχολογική οπισθοδρόμηση.	69
Δ) Το στάδιο της ανάρρωσης και της προσαρμογής.	71
5.5 Συμπτώματα πένθους.	72
A) Ομαλά συμπτώματα.	72
B) Παθολογικά συμπτώματα.	75
• Καθυστερημένη αντίδραση.	75
• Διαστρεβλωμένες αντιδράσεις.	76
5.6 Αμυντικοί μηχανισμοί που λειτουργούν στο πένθος.	80
5.7 Χαρακτηριστικά αντιδράσεων πενθούντων.	82
5.8 Εξωτερικές εκδηλώσεις πένθους.	84
<b>6. ΕΞΕΛΙΚΤΙΚΗ ΠΟΡΕΙΑ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ.</b>	86
6.1 Προϋποθέσεις ομαλής εξέλιξης του πένθους.	86
6.2 Παράγοντες που επηρεάζουν την εξελικτική πορεία του πένθους.	91
6.3 Συνέπειες της μη εκδήλωσης του πένθους για το άτομο και την κοινωνία.	98
6.4 Η σημασία της εξωτερίκευσης του πένθους.	100
<b>7. ΧΕΙΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ.</b>	101
7.1 Θεραπευτικές παρεμβάσεις με πενθούντες.	102
<b>ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 2</b>	107
7.2 Παρεμβατικές στρατηγικές στο πένθος.	108
7.3 Επαγγελματίες συμπαραστάτες του πένθους.	110

A) Ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού.	110
B) Ο ρόλος του ψυχολόγου.	115
Γ) Ο ρόλος του ψυχιάτρου.	116
Δ) Ο ρόλος του ιερέα.	116
7.4 Η χρήση των καταπραϋντικών φαρμάκων.	117
7.5 Πως θα πρέπει να αντιμετωπίζει τον πένθοντα το οικογενειακό και το κοινωνικό περιβάλλον.	119
7.6 Η συμβολή του πένθους στην ψυχολογική ωρίμανση του ατόμου.	121
<b>8. ΤΟ ΜΟΙΡΟΛΟΙ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΑ.</b>	123
8.1 Εισαγωγή στο μοιρολόι.	123
8.2 Θεραπευτική αξία του μοιρολογιού.	125
8.3 Οι φάσεις του πένθους στο τελετουργικό με μοιρολόι	127
ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 3	128
8.4 Η τελετουργία του μοιρολογιού.	129
ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 4	132
8.5 Περιεχόμενο και θεματολογία του μοιρολογιού.	133
8.6 Διαχωρισμός μοιρολογιού ανά Ελληνικές περιοχές.	144
8.7 Τα χαρακτηριστικά του ελληνικού μοιρολογιού.	148
8.8 Γυναίκα και μοιρολόι.	149
8.9 Το μοιρολόι σήμερα.	151

<b>9. ΝΕΚΡΙΚΑ ΕΘΙΜΑ.</b>	153
9.1 Ο ρόλος και η χρησιμότητα των νεκρικών εθίμων.	153
9.2 Πρόθεση και εκφορά του νεκρού.	155
9.3 Από τη νεκρώσιμη ακολουθία μέχρι και την ταφή του νεκρού.	157
9.4 Η φροντίδα του νεκρού μετά τον ενταφιασμό.	160
ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 5.	162
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.	165

# 1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

## 1.1 ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η εργασία αυτή αφιερώνεται εξ' ολοκλήρου στα συναισθήματα που προκαλεί το πένθος μετά από μια απώλεια, χαμό, τα οποία τις περισσότερες φορές τα αναστέλλουμε, τα καταπιέζουμε, τα απωθούμε γιατί μας δημιουργούν φόβο.

Το πένθος και η θλίψη που αυτό προκαλεί, εμφανίζεται με διάφορες μορφές. Είναι ένα συναίσθημα που γεννιέται μαζί μας, καθώς εμφανίζεται για πρώτη φορά στην κραυγή της γέννησης.

Πενθούμε επίσης, όταν ολοκληρωθεί ο κύκλος της ζωής μας και είμαστε υποχρεωμένοι να αποχαιρετίσουμε την ζωή. Το συναίσθημα αυτό είναι πάντα παρόν και σπάνια απομακρύνεται από την ζωή μας, εκτός από τις καταστάσεις εκείνες, κατά τις οποίες βρισκόμαστε σε απώλεια συνείδησης.

Στην σημερινή πραγματικότητα υπάρχει η εξής αντιφατική κατάσταση:

Από την μια μεριά η ανικανότητα να πενθούμε και από την άλλη η αναγκαιότητα να συναναστρεφόμαστε με το πένθος και τη θλίψη.

Άραγε θα διερωτόταν κανείς, γιατί τα συναισθήματα, τα οποία προκαλεί το πένθος, βρίσκουν τέτοιας μεταχείρισης; Γιατί οι περισσότεροι άνθρωποι δεν θέλουν να ξέρουν τίποτα για αυτό; Τι θα γινόταν αν μεταχειριζόμαστε και το συναίσθημα της χαράς τόσο υποτιμητικά, όσο και το πένθος;

Τα συναισθήματα δεν χωρίζονται το ένα από το άλλο. Είναι όλα μέρος μιας και μόνης πηγής ενέργειας. Μπορούμε τον υγιή συναισθηματικό κόσμο, να τον φανταστούμε σαν ένα άγαλμα της κλασικής αρχαιότητας,

σαν ένα τέλειο ανθρώπινο σώμα, σαν μια δημιουργική σύνθεση όλων των μερών του. Όλα τα συναισθήματα υπάρχουν σαν σύνθεση, σαν μια αρμονική κατάσταση.(Κανακάκης, 1989)

Με την εκπόνηση λοιπόν της εργασίας αυτής, αποσκοπούμε αφενός στο να καταγράψουμε το φαινόμενο του πένθους στην Ελληνική κοινωνία, όπως αυτό βιώνεται, και αφετέρου να αναδείξουμε την σημαντικότητα της ολοκληρωμένης βίωσης του και των συναισθημάτων που αυτό προκαλεί.

## 1.2 ΘΡΙΣΜΟΙ ΕΝΝΟΙΩΝ

### ΠΕΝΘΟΣ:

- Πένθος, είναι η ανεκπλήρωτη επιθυμία ενός ανθρώπου για ανταπόκριση από το αντικείμενο της αγάπης του, που ακολουθεί το θάνατο. Ψυχολογικά το πένθος είναι ένας σημαντικός τύπος της γενικής κατηγορίας των τραυματικών αποστερητικών καταστάσεων.(Φάρος, 1989)

- Ο Lindemann (1944) πιστεύει ότι το πένθος ή η ξαφνική διακοπή μίας σχέσης , παρουσιάζει ξεχωριστό ενδιαφέρον από πλευράς ψυχικής υγείας, επειδή συχνά συγκαταλέγεται μεταξύ των ψυχο-γεννητικών παραγόντων στις ψυχοσωματικές διαταραχές. Έτσι λοιπόν ορίζει το πένθος ως εξής:

- Ένα συγκεκριμένο σύνδρομο με ψυχολογικά και σωματικά συμπτώματα.
- Το σύνδρομο αυτό μπορεί να παρουσιαστεί αμέσως μετά την επίτευξη ενός κρίσιμου γεγονότος, μπορεί να καθυστερήσει να εμφανιστεί, μπορεί να εκδηλωθεί σε υπερβολικό βαθμό ή και να απουσιάζει φαινομενικά.
- Στη θέση του τυπικού συνδρόμου, μπορεί να παρουσιαστούν διαστρεβλωμένες αντιδράσεις, κάθε μια από τις οποίες αντιπροσωπεύει μια ειδική πλευρά του συνδρόμου.
- Με τον κατάλληλο χειρισμό, οι διαστρεβλωμένες αντιδράσεις μπορεί να μετατραπούν σε ομαλές αντιδράσεις πένθους, που οδηγούν τελικά στη φυσιολογική λήξη του.

- Ο Freud ορίζει το πένθος ως εξής:

Πένθος, είναι η αντίδραση στην απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου ή στην απώλεια μιας αφηρημένης ιδέας στην οποία πιστεύαμε αλλά χάθηκε και αντικαταστάθηκε από κάποια άλλη, όπως για παράδειγμα η πατρίδα, η ελευθερία ή ένα ιδανικό.(Ισκα Σάλτζμπεργκερ-Ουίτενμπεργκ, 1995)

- Σε λήμμα της εγκυκλοπαίδειας 'Ελευθερουδάκης', ο Πολίτης (1962), ορίζει το πένθος ως εξής:

Με τη λέξη πένθος εννοούμε όχι μόνο το συναίσθημα της θλίψης και της λύπης, το οποίο νιώθει κάποιος άνθρωπος με την απώλεια ενός προσώπου, αλλά και όλα τα πολυποίκιλα έθιμα που συνοδεύουν και ακολουθούν το πένθος σε όλη την διάρκεια του.

## **ΘΛΙΨΗ:**

Η θλίψη, είναι μια φυσική παγκόσμια αντίδραση σε μια δραστική διακοπή του κανονικού τρόπου ζωής των ανθρώπων, που έχει σαν χαρακτηριστικά της, στοιχεία ορισμένων παθολογικών καταστάσεων, όπως η μελαγχολία, δηλαδή μια κατάσταση οδύνης, απώλεια κάθε ενδιαφέροντος του πενθούντος για τον εξωτερικό κόσμο και για τις συνηθισμένες του δραστηριότητες και συγκέντρωση της προσοχής του , στην ανταπόκριση του στην απώλεια του αγαπημένου του προσώπου. Η θλίψη διαφέρει από τη μελαγχολία, αφενός επειδή ο πενθών γνωρίζει τι έχει χάσει και αφετέρου επειδή στη θλίψη δεν υπάρχει τίποτα ασυνείδητο σχετικά με την απώλεια.(Φάρος, 1989)



## **ΜΟΙΡΟΛΟΙ:**

Μοιρολόι σημαίνει “προ-λέγω τη μοίρα κάποιου”, είναι μια αυτοσχέδια σύνθεση τονισμένων οκτασύλλαβων στίχων, που συχνά εστιάζονται σε βιογραφικό περιεχόμενο. Τα μοιρολόγια διαφοροποιούνται από την επίσημη εκκλησιαστική λειτουργία. Θεωρούνται τυπικά και χαρακτηριστικά του λόγου των γυναικών, αν και είναι γνωστό, πως μερικοί άνδρες στο παρελθόν έχουν συνθέσει μοιρολόγια σε εξαιρετικές περιστάσεις. (Σερεμετάκη, 1994)

- Τα μοιρολόγια μπορούν επίσης να οριστούν και ως έμμετρο θρηνητικό στιχούργημα που αναφέρεται στο θάνατο κάποιου αγαπητού προσώπου.(Βασική παγκόσμια εγκυκλοπαίδεια ,τόμος 15 ,1989)

## **ΘΡΗΝΟΣ:**

- Θρήνος, είναι το χρονικό εκείνο διάστημα, κατά το οποίο ο πενθών έρχεται σε επαφή με την απώλεια ενός αγαπημένου του προσώπου. (Πιντέρης, 1982)

- Θρήνος, είναι η βαθμιαία εκδήλωση λύπης για συμφορά, μεγάλο κακό που πλήττει ένα άτομο ή μια ομάδα ατόμων και η οποία εκδηλώνεται ιδιαίτερα με το μοιρολόι. (Εγκυκλοπαίδεια Υδρία, τόμος 27, 1978)

## **ΕΘΙΜΟ:**

- Ως έθιμο, ορίζεται η συνήθεια της κοινωνικής ζωής, η οποία διαμορφώθηκε από την παράδοση. Ένας άγραφος κανόνας δικαίου. (Τεγόπουλος Φυτράκης, 1995)
- Επιπλέον, ως έθιμο ορίζεται κάθε πράξη και ενέργεια ομαδική που έχει χαρακτήρα ηθικού αναγκασμού και που γίνεται για εκπλήρωση κοινωνικής ή θρησκευτικής ενέργειας. Στη τήρηση των εθίμων δεν υπάρχει φυσικός καταναγκασμός αλλά μάλλον ηθικός. Τα έθιμα είναι κοινωνικά και θρησκευτικά. Είναι ένας άγραφος κανόνας δικαίου, που δεν αναγνωρίζεται με τον γραπτό λόγο, αλλά που επιβάλλεται εξαιτίας της μακράς και ομοιόμορφης εφαρμογής του από την κοινωνία.(Βασική παγκόσμια Εγκυκλοπαίδεια, τόμος 7, 1980)
- Τέλος σύμφωνα με μια άλλη προσέγγιση, έθιμα είναι τα ήθη, δηλαδή νοοτροπίες, αντιλήψεις, κλίσεις, που επικρατούν σε μια δεδομένη χρονική εποχή, όταν παίρνουν μια ορισμένη, σταθερά επαναλαμβανόμενη τελεστική μορφή. Η επανάληψη αυτή σχηματίζει και την παράδοσή τους. (Μερακλής, 1998)

## **ΚΟΙΝΩΝΙΑ:**

- Με την ευρύτερη έννοια του όρου κοινωνία είναι, το σύνολο, των ιστορικά διαμορφωμένων κοινής δράσης, των ανθρώπων. Με την στενή έννοια είναι, ο ιστορικά συγκεκριμένος τύπος κοινωνικού συστήματος (π.χ. καπιταλιστικό σύστημα), η καθορισμένη μορφή κοινωνικών σχέσεων. Οι κοινωνικές σχέσεις εκφράζουν τους πολύμορφους δεσμούς ανάμεσα στις κοινωνικές ομάδες, τις τάξεις, τα έθνη, καθώς και ανάμεσα σε αυτές τις

ομάδες, κ.λ.π. στο προτσές της οικονομικής, κοινωνικής, πολιτικής και πολιτιστικής δράσης τους. Καθορίζουν τις ουσιαστικές πτυχές των διαπροσωπικών σχέσεων των ανθρώπων που συνδέονται άμεσα με τη ζωή και τη δράση τους.

Πραγματική επιστημονική θεωρία της κοινωνίας δημιούργησαν οι θεμελιωτές του Μαρξισμού-λενινισμού.(Κασιούρας, 1995)

- Σύμφωνα με τον Τσαούση (1998), η κοινωνία είναι μια πραγματικότητα στην οποία ο άνθρωπος μετέχει και με την οποία βρίσκεται σε μια σχέση βιώματος και δημιουργίας.

Τα βασικά γνωρίσματα της κοινωνίας είναι:

Η καθολικότητα, η αυτοτέλεια, η διάρκεια, η οργάνωση και η συλλογική ταυτότητα.

Τέλος σύμφωνα με τα παραπάνω, 'η κοινωνία', ορίζεται ως ένα καθολικό, αυτοτελές και οργανωμένο σύνολο ανθρώπων που έχει τη δική του ταυτότητα και συνέχεια στο χρόνο.

## 2. ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΘΕΩΡΗΣΗ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ

Μπροστά στις δυσκολίες που έχουμε σήμερα, να βιώσουμε και να εκφράσουμε τη λύπη μας για μια απώλεια, δικαιολογείται η ερώτηση, αν υπήρχαν παλαιότερα εποχές που οι άνθρωποι μπορούσαν να πενθήσουν 'σωστά'.

Από τους προϊστορικούς χρόνους μέχρι και σήμερα, η λύπη των ανθρώπων για την απώλεια πέρασε από διάφορες φάσεις εξέλιξης. Υπήρχαν εποχές που οι άνθρωποι έβρισκαν υποστήριξη στη λύπη τους, και άλλες πάλι στις οποίες παρεμποδίζονταν να την εκφράσουν. Υπήρχαν και αιώνες κατά τους οποίους μάλιστα οι τρόποι έκφρασης του πένθους, απέκτησαν υπερβολική ισχύ, επειδή έτσι το απαιτούσε η κοινωνία.

Σημαντικό είναι να ξέρουμε, ότι οι άνθρωποι της αρχαιότητας όχι μόνο παρέδιδαν τον εαυτό τους στο πένθος και στο πόνο της απώλειας, αλλά επιπλέον δεν δίσταζαν να εκδηλώσουν το πένθος τους μπροστά και μαζί με άλλους. Αυτό τους βοηθούσε να ελαττώσουν το φόβο τους μπροστά στο θάνατο και στο κάτω κόσμο, να ζουν την απώλεια σαν μια πραγματικότητα και να τολμούν τον αποχωρισμό.

Οι γραπτές πηγές, από τη ποίηση, τη φιλοσοφία και τα ανασκαφικά ευρήματα, επιτρέπουν να σχηματίσουμε μια ακριβή εικόνα για την σχέση των ανθρώπων με το πένθος και τη λύπη της απώλειας και του αποχωρισμού.(Κανακάκης, 1989)

## 2.1 ΠΕΝΘΟΣ ΚΑΙ ΜΥΘΟΛΟΓΙΑ

Η περιγραφή του Ελληνικού κάτω κόσμου, είναι πολύ κατάλληλη για να μας δώσει να καταλάβουμε καλύτερα, αφενός το δικαίωμα του ανθρώπου της αρχαιότητας για πένθος, κλάμα, θρήνο και διαμαρτυρία, και αφετέρου την τελική αποδοχή του αναπόδραστου της μοίρας του.

Ο κάτω κόσμος της Ελληνικής μυθολογίας, έτσι όπως περιγράφεται με ‘φοβερές’, θεότητες όπως, ο Άδης, ο Θάνατος, ο Χάρωντας, το Σκότος, προκαλούσαν τον έντονο φόβο των ανθρώπων, αφού Άδης σήμαινε πλήρη εξαφάνιση, έλλειψη κάθε σκοπού, ατέλειωτη θλίψη, άθλια ζωή, μια εξολόθρευση, μια κατάργηση δηλαδή και μια αιώνια παύση του Εγώ. Το γεγονός ότι ο θνητός ήξερε ότι υπήρχε πεπρωμένο και θάνατος, τον έκανε να φθάνει σε μια συνειδητοποίηση του δικού του πεπρωμένου. Ήταν εύκολο για τον καθένα να σκεφθεί ότι η ζωή του ήταν εναρμονισμένη με το πεπρωμένο του. Αυτές οι αμετάκλητες διανομές, που τις κρατούσε στα χέρια της η Μοίρα, εμπόδιζαν τους ανθρώπους να διαμαρτύρονται για το πεπρωμένο τους και να κλαίνε για το τερματισμό της ζωής τους. Επίσης, εμπόδιζαν ν’ απαλλαχτούν οι άνθρωποι από τη μαύρη θλίψη του θανάτου.

Η απόλυτη, λοιπόν υπεροχή του αρνητικού στοιχείου του Άδη, ανάγκαζε τους ανθρώπους να μην χάνονται σε ψεύτικες ελπίδες και αυταπάτες, ενώ ταυτόχρονα ήταν και η αιτία που εκδηλωνόταν με σφοδρότατο τρόπο το πένθος και η θλίψη τους. (Κανακάκης, 1989)

Ενώ, ο θρήνος για την μοίρα του νεκρού και ο τελετουργικός θρήνος ήταν το βασικό μέρος της όλης τελετουργίας του θανάτου και θεωρούνταν πολύ κακό να ‘φύγει’ κάποιος ‘άκλαυτος’. (Λυδάκη, 2003)

## 2.2 ΤΟ ΠΕΝΘΟΣ ΣΤΑ ΟΜΗΡΙΚΑ ΕΠΗ

Χαρακτηριστικές είναι οι ομηρικές σκηνές πένθους. Ο πόνος της απώλειας έβρισκε μια δικλείδα ασφαλείας με τον ήχο των φωνών και με εκφραστικότερες χειρονομίες. Οι γυναίκες ξεφώνιζαν και θρηνούσαν με ολόκληρο το κορμί τους, αλλά και οι άνδρες συμμετείχαν με την ίδια ένταση. Οι γυναίκες ξερίζωναν τα μαλλιά τους και έσκιζαν τα ρούχα τους για να εκδηλώσουν το πόνο τους. Οι άνδρες άφηναν να μεγαλώσουν τα γένια τους σαν ένδειξη του πόνου και του πένθους τους.

Τόσο οι γυναίκες όσο και οι άνδρες αντιδρούσαν στην απώλεια με άρνηση της τροφής για πολλές μέρες. Χτυπούσαν το στήθος τους και κατέσχιζαν το πρόσωπό τους. Οι γυναίκες γύμνωναν τους μαστούς τους έπεφταν καταγής, πασπαλιζόνταν με σκόνη και έσκυβαν ώρες πολλές πάνω από το πεθαμένο σώμα. Τους θρήνους για το νεκρό, τους τραγουδούσαν στα ομηρικά έπη κυρίως οι γυναίκες. Στην Ηλιάδα περιλαμβάνονται θρήνοι για τρεις σημαντικούς ήρωες. Τον Έκτορα, τον Αχιλλέα και τον Πάτροκλο. Η γυναίκα του η Ανδρομάχη, η μητέρα του η Εκάβη και η κουνιάδα του η Ελένη. (Κανακάκης, 1989)

Πρώτη η Ανδρομάχη η χιονοβράχιονη κινάει το μοιρολόγι:

‘Άντρα μου, εχάθης και στα νιάτα σου, κι εμένα αφήνεις χήρα στο σπίτι μέσα, κι ένα ανήλικο, μικρό παιδάκι ο γιος μας’

Τέτοια θρηνώντας έλεε, κι έκλαιγαν μαζί της κι οι γυναίκες. Κι η Εκάβη αναμεσό τους κίνησε πικρό το μοιρολόγι:

‘Έχτορα εσύ, που απ’ όλους πιότερο τους γιους μου σε αγαπούσα.....’

Έτσι τον έκλαιε, κι όλοι γύρα της αλάγιαστα εθρινούσαν. Κι η Ελένη αναμεσό τους κίνησε στερνή το μοιρολόγι:

‘Έχτορα εσύ, που απ’ τ’ αντράδέρφια μου πότερο απ’ όλους αγαπούσα.....’ (Ομήρου Ηλιάδα, μετάφραση Νίκου Καζαντζάκη)

## 2.3 ΤΟ ΠΕΝΘΟΣ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ.

Στην αρχαία Ελλάδα η διάρκεια της περιόδου του πένθους, ήταν στα διάφορα χωρία και τις πόλεις διαφορετική.

Το πιο σύντομο πένθος το είχαν οι Σπαρτιάτες, έντεκα ημέρες. Αντίθετα στην Αθήνα το πένθος μπορούσε να διαρκέσει ένα μήνα, ενώ στη Μικρά Ασία, επιτρεπόταν να πενθούν οι άνδρες τρεις μήνες και οι γυναίκες τέσσερις μήνες, και να τριγυρνούν με μαύρα φορέματα, απεριποίητες και αχτένιστες.

Τέτοιου είδους αντιδράσεις στη θλίψη της απώλειας, που φαίνονταν υπερβολικές και που μας έχουν παραδοθεί από ιστορικούς, δεν άρεσαν πάντοτε και παντού. Από σπουδαίους νομοθέτες όπως, ο Σόλων, ο Λυκούργος, εκδόθηκαν νόμοι για την παύση της άσκησης αυτών των βάρβαρων εθίμων.

Ο επιτάφιος λόγος αρχικά τιμούσε τη μνήμη των νεκρών του πολέμου και ασχολούνταν με την πολιτειακή θεσμοποίηση των νεκρών, μια διαδικασία που έρχονταν σε άμεση σύγκρουση με τις οικογενειακές διεκδικήσεις, ιδιαίτερα όταν οι διεκδικήσεις αυτές συσχετιζόνταν με μια αριστοκρατία εχθρική προς τους θεσμούς της Αθηναϊκής Δημοκρατίας. Η

κατηγορία, όπως εκφράζεται στον Επιτάφιο λόγο του Θουκυδίδη, ότι το υπερβολικό πένθος αποτελούσε εγωιστική ενέργεια εκ μέρους των επιζώντων των συγγενών, γιατί τους έφερνε σε προνομιακότερη θέση από τους νεκρούς και αποτελούσε επομένως χυδαία επίδειξη, είναι μια κατηγορία που αντηχεί διαμέσου των αιώνων από μια ποικιλία θεσμικών λόγων, από το δίκαιο του Σόλωνα ως τη Βυζαντινή εκκλησία.(Σερεμετάκη, 1994)

Στους αρχαίους χρόνους το πένθος και οι θρήνοι του θανάτου και της θλίψης κατείχαν σημαντική θέση στην κοινωνία και ονομάζονταν ‘θρήνος’, ‘γός’, ‘κομιός’, ‘εγκώμιο’, ‘επιτάφιος’, σήμερα ονομάζονται μοιρολόγια. Οι σημερινές γυναίκες που θρηνούν οι ‘μοιρολογίστρες’, όπως τις ονομάζουν στην Ελλάδα, ίσως παραπέμπουν στις περίφημες προκατόχους τους, της αρχαιότητας.(Κανακάκης, 1989)

Μαρτυρίες για πένθιμους θρήνους βρίσκουμε και στο Θουκυδίδη, το μεγάλο ιστορικό της αρχαιότητας. Στο έργο του για τον Πελοποννησιακό πόλεμο αναφέρει:

‘Λαμβάνει δε μέρος εις την εκφοράν οιοσδήποτε θέλει, είτε πολίτης Αθηναίος είτε ξένος είναι, εμφανίζονται δε δια να λάβουν μέρος εις τον ενταφιασμόν των οικείων των, κλαίουσαι δια την απώλειαν αυτών.  
(Θουκυδίδη Περικλέους Επιτάφιος, Σπυρόπουλος Η, 2000)



## 2.4 ΤΟ ΠΕΝΘΟΣ ΣΤΗ ΡΩΜΑΪΚΗ ΑΥΤΟΚΡΑΤΟΡΙΑ

Ο Ρωμαίος ιστορικός Τάκιτος διηγείται στο έργο του 'Germania' ότι ο Γερμανικός λαός, δεν εγκαταλείπει τον εαυτό του στο πόνο και ότι δεν άφηγε ποτέ το θρήνο και το πένθος να γίνει πάρα πολύ έντονο. Αντίθετα οι πολιτισμένοι λαοί του Νότου εξωτέρικευαν το πόνο του πένθους και με τον τρόπο αυτό τακτοποιούσαν τη θλίψη τους. Οι λαοί του Βορρά όμως, συγκρατούσαν το κλάμα, το θρήνο και τη διαμαρτυρία, με αποτέλεσμα να πρέπει να περάσει πολύ καιρός για να μπορέσουν να βρουν το πένθος και η θλίψη καταπράυνση. (Κανακάκης, 1989)

## 2.5 ΤΟ ΠΕΝΘΟΣ ΣΤΗ ΒΥΖΑΝΤΙΝΗ ΕΠΟΧΗ

Οι χριστιανικές εκκλησίες διακήρυξαν ήδη από πολύ νωρίς, τις αντιρρήσεις τους εναντίον των ειδωλολατρικών εθίμων. Οι πατέρες της χριστιανικής εκκλησίας, Ιωάννης Χρυσόστομος, Γρηγόριος Νανζιανζηνός, και ο Βασίλειος ο Μέγας, στράφηκαν εναντίον των υπερβολών στα έθιμα και στο τρόπο εκδήλωσης του πένθους. (Φάρος, 1989)

Έτσι αν και η Βυζαντινή εκκλησία έκανε πολλές παραχωρήσεις στις προ χριστιανικές τελετουργικές πρακτικές, πήρε αρνητική θέση έναντι της προφορικής θρηνητικής παράδοσης και του καθαρσιακού της δράματος. Η εκκλησία καταδίκασε τακτικά το υπερβολικό πένθος ως άσεμνο, και σε κάποιες περιπτώσεις το κατήγγειλε ως βλάσφημο. Η αυτοπροκαλούμενη βία των γυναικών καταδικαζόταν, ιδιαίτερα ως επιθυμία των γυναικών να

παρατείνουν απρεπείς σχέσεις των ζωντανών με τους νεκρούς. Ο πόθος για τους νεκρούς στο Βυζαντινό λόγο, καταπολεμούνταν με απαγορευτικές στρατηγικές οι οποίες, όπως στην κλασική Ελληνική Πολιτεία, βασίζονταν στο θεσμικό πρόγραμμα του χωρισμού των ζωντανών από τους νεκρούς.

Το φέρετρο ήταν κατασκεύασμα της εκκλησίας, υλική έκφραση της συμβολικής επένδυσης της εκκλησίας στη συγκάλυψη και τον περιορισμό των νεκρών.(Σερεμετάκη, 1994)

### 3. ΤΟ ΠΕΝΘΟΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Για να μελετήσουμε και να καταγράψουμε τον τρόπο με τον οποίο η σύγχρονη ελληνική κοινωνία αντιμετωπίζει το πένθος, χρειάζεται κατά την άποψη μας, να γίνει στο σημείο αυτό ένας διαχωρισμός, ανάμεσα στις αστικές εκβιομηχανισμένες περιοχές και στις μικρές επαρχιακές πόλεις και χωριά. Και αυτό γιατί, ο τρόπος με τον οποίο οι άνθρωποι βιώνουν το πένθος τους, αλλά και ο τρόπος με τον οποίο, αντιμετωπίζουν ένα πενθούντα, έχει να κάνει σε πολύ μεγάλο βαθμό, με τον τρόπο της κοινωνικής ζωής των ανθρώπων, την καθημερινότητά τους, τους βιορυθμούς τους και γενικά με το επίπεδο των σχέσεων που έχουν με τους συνανθρώπους τους.

Η θλίψη της απώλειας και η εκδήλωση του πένθους, είναι ένα πολύ σύνθετο κοινωνικό-ανθρώπινο φαινόμενο. Για να κατανοήσουμε αυτή τη συνθετότητα, θα πρέπει να δούμε το πένθος στις σχέσεις του προς πολλές διαστάσεις του ανθρώπου, της κοινωνίας, και του πολιτισμού.

### 3.1 ΤΟ ΠΕΝΘΟΣ ΣΤΙΣ ΑΣΤΙΚΕΣ ΕΚΒΙΟΜΗΧΑΝΙΣΜΕΝΕΣ ΠΕΡΙΟΧΕΣ

Παρόλη τη μέριμνα της θρησκείας και της φιλοσοφίας, οι σχέσεις της νεωτερικότητας μας κοινωνίας με το θάνατο είναι πολύ διαταραγμένες.

Ο θάνατος ήταν πάντα ένα μεγάλο σκάνδαλο. Εμφανιζόταν πάντα σε ακατάλληλη στιγμή, ένας αδέξιος, απρόσκλητος επισκέπτης. Ο θάνατος δεν περιλαμβάνεται στα σχέδια του σύγχρονου ανθρώπου. Το πένθος δρα συγκαλυμμένα, απωθημένα. Δεν ταιριάζει με τη σκέψη της ευημερίας και με το όνειρο για μια ευτυχία χωρίς τέλος.

Η θεοποίηση της επιστήμης, η παντοδυναμία της τεχνολογίας και η ελπίδα για ένα όρκο επιβίωσης εκατό ως το άπειρο, είναι τα νέα είδωλα απέναντι στο θάνατο.

Η περιφρόνηση του γεγονότος, ότι το να ζει και να πεθάνει κανείς, δηλαδή η γέννηση και ο θάνατος, συνανήκουν σαν μια φυσική ενότητα, έχει μοιραίες επιδράσεις στη σημερινή και μελλοντική μας ζωή, όπως φόβο για τη ζωή, αποξένωση από αυτήν, απομάκρυνση από τη φύση, ανασφάλεια, φόβο για το μέλλον, απάθεια. (Κανακάκης, 1989)

Το πένθος στις αστικές κοινωνίες είναι σιωπηλό, ενώ οι άνθρωποι που ζουν σε αυτές τις κοινωνίες έχουν την τάση να εξαφανίζουν τους νεκρούς από τη ζωή τους και να μην μιλούν για το θάνατο, θαρρείς έτσι θα τον εξορκίσουν. Ενώ αντίθετα δεν υπάρχει περίπτωση ο κάτοικος των μεγαλουπόλεων να ανοίξει μια εφημερίδα χωρίς να διαβάσει κάτι σχετικό με το θάνατο. Φαίνεται ότι μόνο ως ανάγνωσμα ή ως θέαμα στα Μ.Μ.Ε μπορεί να εμφανιστεί. Άλλοτε ως σκηνή από ταινία καταστροφής ή θρίλερ

και άλλοτε ως μελόδραμα. Ο πρώτος είναι εκείνος ο βίαιος, εκείνος που όλο και συχνότερα βλέπουμε να επέρχεται μαζικά, και ενώ –τι ειρωνεία- με την επιστήμη κερδίζουμε συνεχώς χρόνια ζωής. Ο δεύτερος αφορά κάποιο διάσημο. Σε καμιά περίπτωση δεν πρόκειται για εξημερωμένο θάνατο, όπως εκείνον που σχετίζεται με την ζωή και που αποτελεί μέρος αυτής. Είναι ένας θάνατος, τον οποίο συχνά παρακολουθεί ο άνθρωπος των μεγαλουπόλεων από τις οθόνες της τηλεόρασης, χωρίς να τον αφορά αποτελώντας μέρος της εικονικής πραγματικότητας στην οποία συνηθίζει να ζει. Στις μέρες μας πρώτα στις Ηνωμένες πολιτείες και μετά στην Ευρώπη έχει δημιουργηθεί το ‘taboo’ που καθιστά το θάνατο νέα κατηγορία του άσεμνου.(Λυδάκη, 2003)

Όταν ένας άνθρωπος πενθεί σε μια μεγαλούπολη, ανακαλύπτει πολύ γρήγορα, ότι είναι ουσιαστικά μόνος του στη δυσκολία του και ότι πολύ λίγοι άνθρωποι ξέρουν πώς να βοηθήσουν.

Ο πενθών βομβαρδίζεται από ένα πλήθος από συμβουλές, οι οποίες των συγχύζουν παρά τον βοηθούν. Και αυτό γιατί στις τεχνοκρατικές κοινωνίες, οι άνθρωποι είναι τόσο απροπάρασκευοι για να βοηθήσουν τους πενθούντες, όσο είναι απροπάρασκευοι να πενθήσουν οι ίδιοι.

Στις κοινωνίες που επικρατεί ο δυτικός πολιτισμός, δηλαδή στις εκβιομηχανισμένες πόλεις, και με τα συγκεκριμένα κοινωνικά πρότυπα που επικρατούν, οι άνθρωποι πρέπει να είναι δυνατοί και οι πενθούντες παροτρύνονται να είναι δυνατοί και γενναίοι, ακόμη και αν αυτό τους προκαλεί κακό, αφού είναι ανθυγιεινό να αποφεύγει και να συγκαλύπτει ο άνθρωπος τον πόνο.

Ο πενθών είναι ανεπιθύμητος γιατί στις αστικές κοινωνίες ο θάνατος έχει γίνει ‘taboo’ και έτσι επειδή το πένθος και η θλίψη του πενθούντα θυμίζει

το θάνατο, γίνεται και αυτός μέρος του 'taboo'. Έτσι οι άνθρωποι κάτω από την πίεση των δικών τους φόβων απομακρύνονται, από τον πενθούντα την ώρα ακριβώς που τους χρειάζεται πιο πολύ.

Έτσι στις κοινωνίες, τις οποίες χαρακτηρίζει η αποξένωση και η απομόνωση, η ένταση, η διάρκεια και η συνολική κατάσταση του πένθους, είναι τόσο απροσδιόριστη, με αποτέλεσμα ο πενθών να μην μπορεί να καταλάβει και να εκτιμήσει αρκετά τι έχει χάσει, ούτε ποια άποψη της απώλειας χρειάζεται άμεση αντιμετώπιση.

Αφού λοιπόν ο πενθών δεν μπορεί να εκτιμήσει σε πιο βαθμό ο κόσμος έχει κάποιο νόημα για αυτόν μέσω του νεκρού, η απώλεια υπερεκτιμάται και υπερφορτίζεται, έτσι που ο πενθών να έχει την εντύπωση, ότι έχει χάσει όλες του τις σχέσεις με τον κόσμο και με τους άλλους ανθρώπους. (Φάρος, 1989)

Συμπερασματικά τέλος καταλήγουμε, ότι το πένθος στα μεγάλα αστικά κέντρα, τείνει να μετατραπεί σε μια εσωτερική κατάσταση, ενώ τα συναισθήματα λύπης και πόνου θάβονται στο βαθμό της κοινωνικής αποδοχής. Η κατάργηση των εθίμων και των τελετών λειτουργεί αρνητικά στην ομαλή εξέλιξη και ολοκλήρωση πένθιμης περιόδου.

### 3.2 ΤΟ ΠΕΝΘΟΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ

Σε αντιδιαστολή της απομόνωσης και περιθωριοποίησης του πενθούντα ως προς το υπόλοιπο κοινωνικό σύνολο στις μεγάλες αστικές περιοχές, στην ελληνική περιφέρεια είναι έκδηλη η έννοια του 'μαζέματος'. Η κίνηση του 'μαζέματος' δηλώνει την επιστροφή των σκόρπιων στοιχείων του γένους σε ένα τοπογραφικό κέντρο που εγγράφεται από το γεγονός του θανάτου. (Σερεμετάκη, 1994)

Με κυρίαρχο στοιχείο την θρησκευτικότητα, η οποία συνδυάζει τα αρχαία και χριστιανικά στοιχεία, η εκδήλωση του πένθους στην ελληνική περιφέρεια είναι έκδηλη. Ο νεκρός ακόμη και μετά το θάνατο έχει 'λειτουργικό' ρόλο στη διαδικασία του πένθους. Ο πενθών αισθάνεται τη ψυχή του νεκρού να τριγυρίζει στο οικογενειακό περιβάλλον γεμάτη νοσταλγία για τη ζωή.

Οι φροντίδες που παίρνουν οι πενθούντες για το νεκρό, από τη στιγμή του θανάτου ως και τα μνημόσυνα, είναι έργο αλληλεγγύης και αμοιβαιότητας, ανάμεσα σε ζωντανούς και νεκρούς. Η εκδήλωση του πένθους και η φροντίδα για τον νεκρό, είναι μια μεσολάβηση προς το θεό για να 'αναπαυθεί', ο νεκρός τους.

Έκδηλη είναι και η ηθική επιταγή να τιμηθεί όπως πρέπει ο νεκρός, από τους ζωντανούς συγγενείς, τόσο για την ανάπαυση του, όσο και για να μην κινδυνεύει η οικογένεια και η κοινωνία από τον ίδιο τον νεκρό που 'βλάπτει και εκδικείται'. (Λουκάτος, 1992)

Στην Ελληνική περιφέρεια και ιδιαίτερα στις αγροτικές περιοχές ο θάνατος δεν αποβάλλεται από τη ζωή. Ζωή και θάνατος δεν είναι δυνατόν

να διαχωριστούν και η δυαδικότητα αυτή είναι εμφανής στις αγροτικές κοινωνίες. Το πένθος, κάθε πένθος αφορά τη ζωή όλων που σπείδουν στο σπίτι που χτυπήθηκε και συμμετέχουν στις τελετές. Σε μια παραδοσιακή κοινωνία ο θάνατος αποτελεί μέρος της ζωής και δεν υπάρχει λόγος να τον κρύβουν ή να μην μιλούν για αυτόν.

Έτσι ενώ στον σύγχρονο κόσμο όλοι προσπαθούν να αποσπαστούν από μια θλίψη με την προτροπή να ασχοληθούν οι πενθούντες με κάτι άλλο για να ξεχάσουν το πρόβλημα, στην παραδοσιακή κοινωνία ξέρουν καλά ότι το καμουφλάρισμα του προβλήματος και η επιφανειακή ηρεμία και στωικότητα δεν αποτελούν λύση.(Λυδάκη, 2003)

Η επιδίωξη λοιπόν της φροντίδας του νεκρού, η προστασία της οικογένειας και η προσέλευση του κόσμου δείχνει και ανανεώνει την κοινωνική αλληλεγγύη και παράλληλα εκφράζει μια θεμιτή, απαραίτητη για την συνοχή της κοινωνίας συναλλαγή. *‘είναι καλό να πηγαίνεις στα λείψανα, γιατί σε όσους ποθαμένους πας, τόσοι ζωντανοί θα ‘ρτουν και στο δικό σου μνήμα.’* Το ‘δώσε μου για να σου δώσω’ αποτελεί κανόνα και συνέχει τους ανθρώπους της ελληνικής περιφέρειας.(Mos, 1979)



### 3.3 Η ΚΟΙΝΟΤΙΚΗ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ

Η έννοια του κοινοτισμού συμβαδίζει με τον όρο της Ελληνικότητας και συγχρόνως αποτελεί στοιχείο διαχρονικότητας.

Στην πορεία της Ελληνικής ιστορίας, εκδηλωνόταν πάντα η πίστη στη ύπαρξη της κοινότητας, ως μόνιμο και παράλληλα σταθερά εξελισσόμενο στοιχείο της Ελληνικής πραγματικότητας. (Παπαρηγόπουλος, 1992)

Αν σταθούμε στα στοιχεία που δίνει η μορφή της παραδοσιακής κοινότητας, σε όλες τις εκφάνσεις της, στο πλήθος των Ελληνικών πληθυσμών, διαπιστώνει κανείς μια βίωση της συντροφικής ομάδας και μια παράλληλη έκφραση σφαιρικής επένδυσης των γεγονότων. Η θέση του γεγονότος μέσα σε μια κοινότητα μας επιτρέπει την ανάλυση της στο μικροεπίπεδο και στην περίπτωση της παραδοσιακής της μορφής, καταλήγει να συμπεράνει ότι: οτιδήποτε συμβαίνει στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων, είναι συγχρόνως και ατομικό και κοινοτικό, κοινωνικό γεγονός. Η γέννηση, ο γάμος και τέλος ο θάνατος, αλλά και το πένθος ως έκφραση αυτού, σαν γεγονότα αποτελούν τόσο σταθμό στην οικογενειακή ζωή, αλλά κυρίως διαμοιράζονται την σημαντικότητα τους με γνήσια ιδέα κοινωνικής συμμετοχής και αλληλεγγύης.

Έτσι η έννοια του κοινοτισμού και της κοινωνικής αλληλεγγύης εκφράζεται με δύο παράλληλους τρόπους. Από την μια μεριά με ένα 'εμείς', που εκφράζει την αμοιβαία διεϊσδυση του μέρους (ατόμου ή ομάδας) και του συνόλου. Η μονάδα μετέχει στην ολότητα και η ολότητα στην μονάδα. Και από την άλλη μεριά εκφράζεται με αυτό που ονομάζουμε

‘διαπροσωπικές σχέσεις’, ο κοινοτισμός σε αυτή την περίπτωση απορρέει από την μερική αντιπαράθεση των ατόμων μέσα από την αμοιβαία αναγνώριση τους, στην προς αλλήλους δράση τους. (Τσαούσης, 1998)

Το ατομικό και το συλλογικό λοιπόν, τονίζει ο Γεωργιάς (1995), βρίσκονται σε μια διαρκή αλληλεπίδραση. Το αξιολογικό είναι σε αυτή την αμφίδρομη σχέση, ότι ζητούμενο δεν είναι μόνο η σωματική παρουσία, αλλά και η πρακτική αλληλοβοήθεια. Μπορούμε να μιλούμε έτσι για μια γνήσια στάση των μελών απέναντι στην κοινότητα, δηλαδή, τα μέλη της παραδοσιακής κοινότητας, γνωρίζουν το τι συμβαίνει, συμμετέχουν συναισθηματικά σε ό,τι συμβαίνει και κυρίως δραστηριοποιούνται ενεργά.

### 3.4 ΠΕΝΘΟΣ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΑ

Η θέση και η αποστολή της γυναίκας σε ολόκληρη την διάρκεια του πένθους, τελετουργικής και συναισθηματικής, έχει ξεχωριστή και κυρίαρχη σημασία, τόσο για τον θεσμικό της ρόλο στο πένθος, όσο και σε αντιδιαστολή με τον ρόλο των ανδρών.

Οι άνδρες κατά την διάρκεια της τελετουργίας της κηδείας, η οποία σηματοδοτεί και την έναρξη του πένθους, συγκεντρώνονται σε μικρές σκόρπιες ομάδες έξω από το σπίτι και την εκκλησία, όπου γίνεται το κλάμα, δημιουργώντας ένα κοινωνικό χώρο, ανάλογο του καφενείου. Μέσα πάλι οι γυναίκες πλάι στο πτώμα, κρατούν κυριολεκτικά το κέντρο της τελετουργίας στα χέρια τους και στη φωνή τους. Το κέντρο διατηρείται παρά τη σωματική και τη συναισθηματική εξάντληση και τη διαπροσωπική σύγκρουση.

Ακόμη και όταν οι άνδρες μπαίνουν στη τελετουργία για να υποβάλλουν τα σέβη τους στο πτώμα, δεν επιδιώκουν καμιά σχέση με το κέντρο της τελετουργίας. Οι άνδρες μπαίνουν για λίγο και φεύγουν, δείχνοντας έτσι μια 'αξιοπρεπή', αυτοσυγκράτηση. Δεν υπάρχει καμιά αλληλεπίδραση με τις πενθούσες (μοιρολογίστρες). Υπάρχουν διχοτομίες των αισθήσεων και του σώματος που οργανώνουν τις σχέσεις των φύλλων προς τους νεκρούς. Η ανδρική ματιά εδώ συνοψίζει μια ιεραρχική σχέση. (Σερεμιετάκη, 1994)

## Α) ΑΜΦΙΕΣΗ ΤΗΣ ΠΕΝΘΟΥΣΑΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ

Το βαρύ πένθος ανάμεσα στις γυναίκες σηματοδοτείται, από το μαύρο μαντήλι που φορούν καθημερινά στο πρόσωπο , αποκαλύπτοντας μόνο τα μάτια. Η γυναίκα, η οποία φορά το μαντήλι με αυτό τον τρόπο, λέγεται ‘μπουμπουλωμένη’, και με αυτό το τρόπο υποδηλώνει ότι βρίσκεται σε μια κατάσταση ακραίας αταξίας και ως τέτοια μεταφέρει μαζί της μια μολύνουσα αύρα.

Το τι κάνει μια γυναίκα με το μαντήλι της και τελικά με το υπόλοιπο σώμα της, τη στιγμή του θανάτου δηλώνει την ένταση της σχέσης με το νεκρό, την ένταση της αναστάτωσης της. Η γυναίκα, η οποία τραβά το μαντήλι από το κεφάλι της και το κατεβάζει στους ώμους της , επιδεικνύει ένα επίπεδο αναστάτωσης, ενώ η γυναίκα που το βγάζει τελείως από το κεφάλι της, σηματοδοτεί ένα βαθύτερο επίπεδο πένθους. Μια γυναίκα που απαλλάσσεται από το μαντήλι , τραβώντας τα μαλλιά της, επιδεικνύει βαθιά σημεία του πόνου. (Σερεμετάκη, 1994)

Στις μέρες μας κυρίως σαν εξωτερική ένδειξη του πένθους κυριαρχεί το μαύρο χρώμα στα ρούχα, για τις γυναίκες, ενώ στους άνδρες κυριαρχεί το μαύρο περιβραχιόνιο ή η μαύρη ταινία στο πέτο του σακακιού και μαύρη γραβάτα.(Βασική Παγκόσμια Εγκυκλοπαίδεια, τόμος 19, 1980)

## **B) Η ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΤΗΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ ΣΤΟ ΠΕΝΘΟΣ.**

Οι γυναίκες εκτός από το θρήνο, έχουν και την αποστολή να παρέχουν στο νεκρό μια τελευταία υπηρεσία. Τον φιλούν για να τον αποχαιρετίσουν, του κλείνουν τα μάτια και το στόμα.

Κατά την τελετουργική προετοιμασία για την ταφή, πλένουν πρώτα το σώμα του νεκρού με ζεστό νερό και του φορούν από πάνω ένα λευκό σάβανο ή ρούχα του ίδιου του νεκρού.

Έπειτα τοποθετείται το πώμα μέσα σε ένα φέρετρο κοντά στην εξώπορτα. Τα πόδια είναι στραμμένα προς την έξοδο, ενώ το κεφάλι του νεκρού, το στηρίζουν πάνω σε ένα μαξιλάρι και το στολίζουν φιλόστοργα με λουλούδια. Δίπλα στο φέρετρο τοποθετούν δοχεία με αγιασμό και μύρο, τότε είναι και η ώρα να αρχίσει ο θρήνος.

Έπειτα από μια μέρα γίνεται η κηδεία. Οι ηλικιωμένες γυναίκες, τις οποίες αφήνει πίσω του ο νεκρός, καθώς και οι υπόλοιποι συγγενείς, τον συνοδεύουν στην εκκλησία. Οι γυναίκες φορούν μαύρα ρούχα και προσφέρουν τα τελευταία δώρα στο νεκρό. (Σερεμετάκη, 1994)

## Γ) Η ΘΕΣΗ ΤΗΣ ΧΙΡΑΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ

Ο θάνατος του μοναδικού ή τελευταίου αρσενικού κληρονόμου ενός σπιτιού, αποτελεί συγχρόνως αναφορά στο 'κλείσιμο' ενός νοικοκυριού, τον κοινωνικό θάνατο, δηλαδή ενός σπιτιού.

Η θέση της χήρας μέσα στο πεθερικό της γένος, μετά το θάνατο του συζύγου της, είναι πολύ προβληματική και συχνά υποβαθμίζεται.

Η πεθερά αποπειράται να ένα υποκατάστατο γάμο ανάμεσα στη σύζυγο και στο νεκρό γιο της μέσω του θρήνου, της θλίψης και του πόνου. Υπαινίσσεται ότι αυτό είναι το είδος του θρήνου που ταιριάζει σε μια σύζυγο. Δηλώνει επίσης η πεθερά, ότι δεν μπορεί να αποχωριστεί τη νύφη της, προσπαθώντας να την ενσωματώσει με αυτόν τον τρόπο σε μια επιγαμική σχέση.

Από την άλλη πλευρά η κοινωνία θεωρεί τον έντονο θρήνο από τις χήρες ως απρεπή και ως ανικανοποίητο πόθο για τον νεκρό. Η κατηγορία του πόθου της επιθυμίας για τους άνδρες νεκρούς, υποβάλλεται σε μια βαθιά σημασιολογική μεταβολή από τις εξ' αίματος συγγενείς, μέχρι τις εξ' αγχιστείας. Η μεταβολή αυτή περιλαμβάνει τον μετασχηματισμό της ηθικής της κοινής ουσίας από περιποίηση και φροντίδα σε σεξουαλικό πόθο.

Η γυναίκα χήρα, το να αποδεχθεί υποκατάστατη συζυγική σχέση με τον νεκρό σύζυγο, μέσω του παρατεταμένου πένθους, σημαίνει να υποστεί ένα είδος κοινωνικού θανάτου. Αυτό περιλαμβάνει περιορισμούς, συγκεκριμένο κώδικα ένδυσης και φυσικά όχι άλλο γάμο τουλάχιστον για το εγγύς μέλλον. (Σερεμετάκη, 1994)

Η Μαντζιάφου (1986), τονίζει ότι όσο αφορά στη χήρα μητέρα, μετά το θάνατο του συζύγου της, είναι υποχρεωμένη να τηρήσει μια συγκεκριμένη συμπεριφορά απέναντι στους συγγενείς και στο κοινωνικό περίγυρο συνολικά και να αποδείξει σε αυτούς ότι πράγματι έχει πληγεί από το θάνατο του συντρόφου της. Πρέπει να κλειστεί στο σπίτι της να περιορίσει στο αναγκαίο τους εξόδους της, να συγκεντρώσει τέλος την προσοχή και φροντίδα της στα παιδιά της.

Ο θάνατος του συζύγου αλλάζει την ζωή των χήρων γυναικών, κλείνονται στο σπίτι, μηδενίζουν τις επιθυμίες τους, τις προσωπικές δραστηριότητες τους, ενώ χάνουν παράλληλα σε μεγάλο βαθμό την οικονομική και κοινωνική τους ανεξαρτησία. Αναγκάζονται λοιπόν να δεθούν περισσότερο με την πατρική τους οικογένεια ή την οικογένεια του συζύγου, παλινδρομώντας έτσι στην εξάρτηση και χάνοντας την αυτονομία τους.

Τα πράγματα είναι εντελώς διαφορετικά όταν πρόκειται για χήρο άνδρα. Οι χήροι και μετά το θάνατο της συζύγου, θα συνεχίσουν την έντονη κοινωνική ζωή τους γιατί τώρα πρέπει περισσότερο από ποτέ να στηρίξουν την οικογένεια τους και αυτό θα το πετύχουν συναναστρεφόμενοι και δεχόμενοι την βοήθεια, που απλόχερα τους προσφέρει το κοινωνικό περιβάλλον. Θα αντιμετωπίσουν ωστόσο άλλα προβλήματα, όπως απειρία στην ανατροφή των παιδιών, παρόλα αυτά όμως δεν θα εκτεθούν τόσο πολύ στην κοινωνική μοναξιά, ώστε να απομονωθούν στο σπίτι και να εγκαταλείψουν τις επιθυμίες και τις δραστηριότητες τους.

Συχνά ο χήρος πατέρας ξαναπαντρεύεται για να επιτευχθεί ο κοινωνικός καταμερισμός των ρόλων, σύμφωνα με τον οποίο η οικιακή ευθύνη και η ανατροφή των παιδιών είναι αρμοδιότητες του γυναικείου φύλλου.(Μαντζιάφου, 1986).

Συμπερασματικά η θέση της χήρας στις μικρές κοινωνίες είναι δύσκολη, γιατί χάνει το κύρος που είχε σαν παντρεμένη γυναίκα και αυτό θλίβει ακόμη περισσότερο. Το γεγονός αυτό μαρτυρούν και λογοτεχνικές μαρτυρίες, οι οποίες αναφέρονται στη ζωή και στη θέση της χήρας στην ελληνική κοινωνία. Χαρακτηριστικά παραδείγματα είναι τα έργα του Νίκου Καζαντζάκη 'Βίος και πολιτεία του Αλέξη Ζορμπά' και 'ο Χριστός ξανασταυρώνεται'.(Λυδάκη, 2003)



### 3.5 ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΕ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΕΝΘΟΥΣ

Το φοβερότερο πράγμα που μπορεί να συμβεί σε ένα παιδί, είναι ο θάνατος ενός γονιού. Τα περισσότερα παιδιά νοιώθουν σαν να έχει φθάσει η συντέλεια του κόσμου, σαν να έχει τελειώσει η δική τους ζωή.

Έντονη είναι η εναλλαγή συναισθημάτων, την οποία βιώνει ένα παιδί σε περίπτωση απώλειας ενός γονιού. Τον έντονο πόνο διαδέχεται η δυσπιστία και η άρνηση ότι πέθανε ο γονιός, έπειτα τα γεγονότα που επακολουθούν (π.χ. κηδεία), αναγκάζουν το παιδί να συνειδητοποιήσει την αλήθεια, ενώ παράλληλα νοιώθει τρόμο και θυμό. Καθώς οι μέρες περνούν το παιδί νοιώθει ανακούφιση διαπιστώνοντας ότι αυτά τα συναισθήματα τα νοιώθουν και άλλοι. (Lesan, 1982)

Εκτός από τα έντονα συναισθήματα μετά από μια απροσδόκητη απώλεια, το παιδί ακολουθεί κάποιες συγκεκριμένες φάσεις κατά την διάρκεια του πένθους.

- Φάση της διαμαρτυρίας, όπου το αποστερημένο παιδί παλεύει, είτε στην πραγματικότητα, είτε στη σκέψη και στο συναίσθημα, να επαναποκτήσει το χαμένο πρόσωπο το οποίο κατηγορεί για εγκατάλειψη.
- Στη διάρκεια της φάσης της διαμαρτυρίας και της επόμενης φάσης, που είναι η φάση της απόγνωσης, τα συναισθήματα είναι αμφιθυμικά, ενώ η διάθεση και η δραστηριότητα ποικίλουν από άμεση προσδοκία για επιστροφή του χαμένου προσώπου, εκφρασμένη με θυμωμένη απάντηση, μέχρι απόγνωση εκφρασμένη με καθήλωση.

Ενώ η εναλλαγή της ελπίδας και της απόγνωσης μπορεί να συνεχιστεί για καιρό, το παιδί αναπτύσσει σταδιακά κάποιο μέτρο συναισθηματικής αποδέσμευσης, από το χαμένο πρόσωπο. (Bowlby, 1995)

Για να μπορέσει ένα παιδί να κάνει τη μεταλλαγή ενός πένθους διάφοροι όροι είναι απαραίτητοι:

- Μια σχέση με τον άλλον όπου η αμφιρρέπεια δεν εξουδετερώνει την αγάπη.
- Μια σχέση που να μην προκαλεί ταύτιση με τον νεκρό.
- Την αποδοχή της έννοιας του θανάτου.
- Την απουσία της αναζωπύρωσης ενός προηγούμενου πένθους.

Αν ο θάνατος του γονιού συμβεί, ακριβώς την εποχή που γίνεται η διαδικασία της ταύτισης μαζί του, το παιδί μπορεί να συνεχίσει την εξέλιξη του, χάρη στη παρουσία του χαμένου γονιού μέσα στην αγάπη και στα λόγια αυτού που μένει κοντά του.

Μπορεί ακόμη να δεχθεί βοήθεια από ένα υποκατάστατο που παρατείνει τη λειτουργία και το πρόσωπο του χαμένου γονιού. Για να μπορέσει το υποκατάστατο να κερδίσει αυτή τη θέση, θα πρέπει να μην υπήρχε σε σχέση αντιζηλίας με τον χαμένο γονιό. (Rambo, 1978)

## 4. ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ

### 4.1 Η ΑΝΘΡΩΠΟΛΟΓΙΚΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ

Η ανθρωπολογική διάσταση του πένθους έχει διερευνηθεί από την ανθρωπολογία και έχει διαπιστωθεί, ότι τα νεκρικά έθιμα ενός πολιτισμού και η διαδικασία του πένθους συνολικά, είναι αποτελεσματικά μέσα, με τα οποία ένας λαός βαθαίνει την αντίληψη και την κατανόηση που έχει για την ύπαρξη. Τα έθιμα, τα οποία σχετίζονται με το θάνατο και το πένθος είναι αναπόσπαστα μέρη κάθε πολιτισμού.

Κάθε κοινωνία έχει ανάγκη να αναπτύξει ένα σχέδιο θανάτου. Ακόμη και αν ένα άτομο είναι απροετοίμαστο για την πραγματικότητα του θανάτου, η κοινωνική ομάδα πρέπει να το καθοδηγήσει και να το βοηθήσει.

Η ιδιαίτερη ανθρωπολογική σημασία των νεκρικών εθίμων, καταφαίνεται από το γεγονός ότι πολύ συχνά για των αιώνων η πολιτεία και η εκκλησία ασχολήθηκαν με αυτά. Σχετικά ανάλογα μέτρα πήραν και οι Λυκούργος, Σόλων, Ιουλιανός.(Φάρος, 1989)

## 4.2 Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ.

Το πένθος έχει μια θέση στη διαδικασία, με την οποία ο θλιμμένος αλλάζει τη σχέση του με τον νεκρό. Μέρος αυτής της διαδικασίας είναι η αναγνώριση της αλλαγής που έχει γίνει, τόσο στον νεκρό, όσο και στον πενθούντα. Ο νεκρός έχει αλλάξει επειδή έχει πεθάνει. Ο πενθών έχει αλλάξει επειδή στερείται την παλιά σχέση του με τον νεκρό.

Έτσι το πένθος δεν συμβολίζει μόνο την αλλαγή της σχέσης μεταξύ του πενθούντα και του νεκρού, αλλά και μεταξύ του πενθούντα και του περιβάλλοντός του.

- Δείχνει το δρόμο που πρέπει να ακολουθήσει.
- Κατευθύνει τη σωστή έκφραση των συναισθημάτων.
- Περιορίζει το άγχος για να μπορεί ο πενθών να αντιμετωπίσει τις νέες καταστάσεις.
- Το εγκαθιστά στη νέα του θέση.
- Διακηρύσσει αυτή τη νέα θέση ,[χηρεία, ορφάνια] του πενθούντα δημόσια και
- Τον διαβεβαιώνει ότι θα ξαναγίνει δεκτός στον κόσμο και ότι η τωρινή απομόνωση είναι προσωρινή.

Το πένθος έχει επίσης μεγάλη σημασία, από την άποψη της κοινωνικής ψυχολογίας, γιατί είναι μέρος του προτύπου, το οποίο αποτελεί βάση της αλληλεπιδράσεως του ατόμου με το κοινωνικό σύνολο. Υπάρχει κάτι έντονα προσωπικό στο πόνο, το οποίο δημιουργεί ένα αίσθημα απομόνωσης από την κοινωνία.

Ολόκληρη η διάρκεια και η διαδικασία του πένθους είναι μια ιεροτελεστία, η οποία προϋποθέτει τη συμμετοχή της κοινωνικής ομάδας. Ως θρησκευτική ακολουθία που είναι συνήθως, ενώνει το θλιμμένο άτομο και την κοινωνική ομάδα, η οποία συμμετέχει στην απώλεια του με την διάσταση του υπερβατικού. Αλλά ενώνει επίσης τα άτομα με την ομάδα, γιατί η παρουσία της στην κηδεία, είναι ένδειξη της επιθυμίας της να συμμετάσχει, κατά το δυνατόν, στον πόνο και στην απώλεια της επιθυμίας της να δεχθεί τον πενθούντα με όλα του τα συναισθήματα.

Η κοινωνική ομάδα με την παρουσία της στην κηδεία, δείχνει ότι είναι έτοιμη να δεχθεί πίσω στους κόλπους της, τον πενθούντα όταν εκείνος θα είναι έτοιμος για αυτό. Η συμμετοχή της ομάδας σαν ένδειξη κοινωνικής αλληλεγγύης, είναι πηγή υποστήριξης και δύναμης για τον πενθούντα.

Με την νεκρώσιμη ακολουθία, η κοινωνική ομάδα διαδηλώνει, ότι κατανοεί τα βιώματα που προκαλεί ο θάνατος και το πένθος και θέλει συγχρόνως να υπογραμμίσει αυτές τις έννοιες, για τις οποίες πιστεύει ότι επιζούν της συμφοράς και της κρίσης του θανάτου.

Η κηδεία συμβολίζει, το σχετικά ακατάλυτο της ομάδας μπροστά στη πραγματικότητα του θανάτου. Η ομάδα αναγνωρίζει απόλυτα το γεγονός, ότι ένα από τα μέλη της έχει πεθάνει, ωστόσο, αν και η προηγούμενη σχέση της με τον νεκρό έχει διακοπεί, η ομάδα έχει επιζήσει. Έχει αλλάξει εξαιτίας του θανάτου, αλλά υπάρχει ακόμα σαν μια οντότητα με βαθύ νόημα.

Έτσι η κοινωνία με την συμμετοχή της στην όλη διαδικασία του πένθους, εκπληρώνει την αληθινή της αποστολή, η οποία είναι να μοιραστεί τη θλίψη με τον πενθούντα, αλλά δεν θα πρέπει να του επιβάλει ένα τρόπο θλίψης που δεν ταιριάζει με τα συναισθήματά του. (Φάρος, 1989)

### 4.3 ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ

Η κηδεία δημιουργεί ένα κλίμα θεραπευτικού πένθους. 'Η κηδεία είναι αναγκαία', λέει ο Lindemann, (1944), 'για την δημιουργία της ευκαιρίας, η οποία θα επιτρέψει την διεργασία της θλίψης'. 'Πρέπει να δοθεί στο πενθούντα η δυνατότητα να αντιμετωπίσει και να ξεδιαλύνει το πένθος του για να μπορέσει να βγει από αυτό συναισθηματικά σώος'.

Η κηδεία διευκολύνει τη διεργασία της θλίψης που αρχίζει με την αντιμετώπιση και την παραδοχή του θανάτου. Οι πενθούντες πρέπει να συνειδητοποιήσουν την πραγματικότητα του θανάτου. Η παραδοχή του θανάτου δεν πρέπει να είναι μόνο διανοητική αλλά και συναισθηματική.

Η αντιμετώπιση του θανάτου είναι βασικό λειτούργημα της κηδείας. Ο χωρισμός απαιτεί μια χειροπιαστή απόδειξη, για να αποφευχθεί κάθε απόπειρα αρνήσεως. Για αυτό είναι απαραίτητη η παρουσία του νεκρού στην κηδεία.

Η προετοιμασία της κηδείας ,που σηματοδοτεί την αρχή του πένθους, βοηθά τον πενθούντα να αρχίσει να αποδέχεται το γεγονός του θανάτου και να ξεκινήσει έτσι τη διεργασία της θλίψης.

Η κηδεία διευκολύνει τον πενθούντα, να αφήσει τον νεκρό και έτσι εμποδίζει την μετατόπιση της συναισθηματικής εξάρτησης του, από τους ζωντανούς στους νεκρούς.

Η ακολουθία της κηδείας συμβολίζει τη μέθοδο και την επιδίωξη της προοδευτικής απαγκιστρώσεως του πενθούντα από το νεκρό. Η διαδοχή των ενεργειών, όπως η τοποθέτηση του σώματος στο φέρετρο, ο αποχαιρετισμός, το κλείσιμο του φέρετρου και το κατέβασμα στο τάφο,

είναι βήματα, τα οποία δείχνουν το δρόμο του αποχωρισμού που πρέπει να πραγματοποιηθεί, όχι απότομα αλλά προοδευτικά.

Για αυτό, θεραπευτικοί λόγοι περισσότερο από τους θεολογικούς, συνηγορούν για την κηδεία και τον ενταφιασμό αντί της καύσης. Αυτό συμβαίνει ιδιαίτερα σε σχέση με τη σημασία που έχει η επιβεβαίωση της πραγματικότητας του θανάτου, η οποία γίνεται προοδευτικά και η θεώρηση του τάφου σαν τόπου αναμνήσεως και αναπαύσεως.

Ολόκληρη η πένθιμη διαδικασία διευκολύνει την έκφραση των συναισθημάτων του πενθούντα που εξυπηρετεί πολλούς σκοπούς. Η έκφραση των συγκεντρωμένων συναισθημάτων, είναι μια υγιής κάθαρση, η οποία απελευθερώνει, προκειμένου να γίνει εποικοδομητική χρήση της ενέργειας που έχει χρησιμοποιηθεί για την άρνηση ή την αποφυγή αυτών των συναισθημάτων.

Είναι βέβαιο ότι τα συναισθήματα που δημιουργούνται, κατά την διάρκεια της πένθιμης περιόδου, μπορούν να απωθηθούν και ακόμη να ανασταλεί η έκφραση τους για πολύ χρόνο. Όμως για να γίνει πραγματικά αποδεκτή η απώλεια, αυτά τα συναισθήματα πρέπει να έρθουν στην επιφάνεια και να αντιμετωπιστούν.

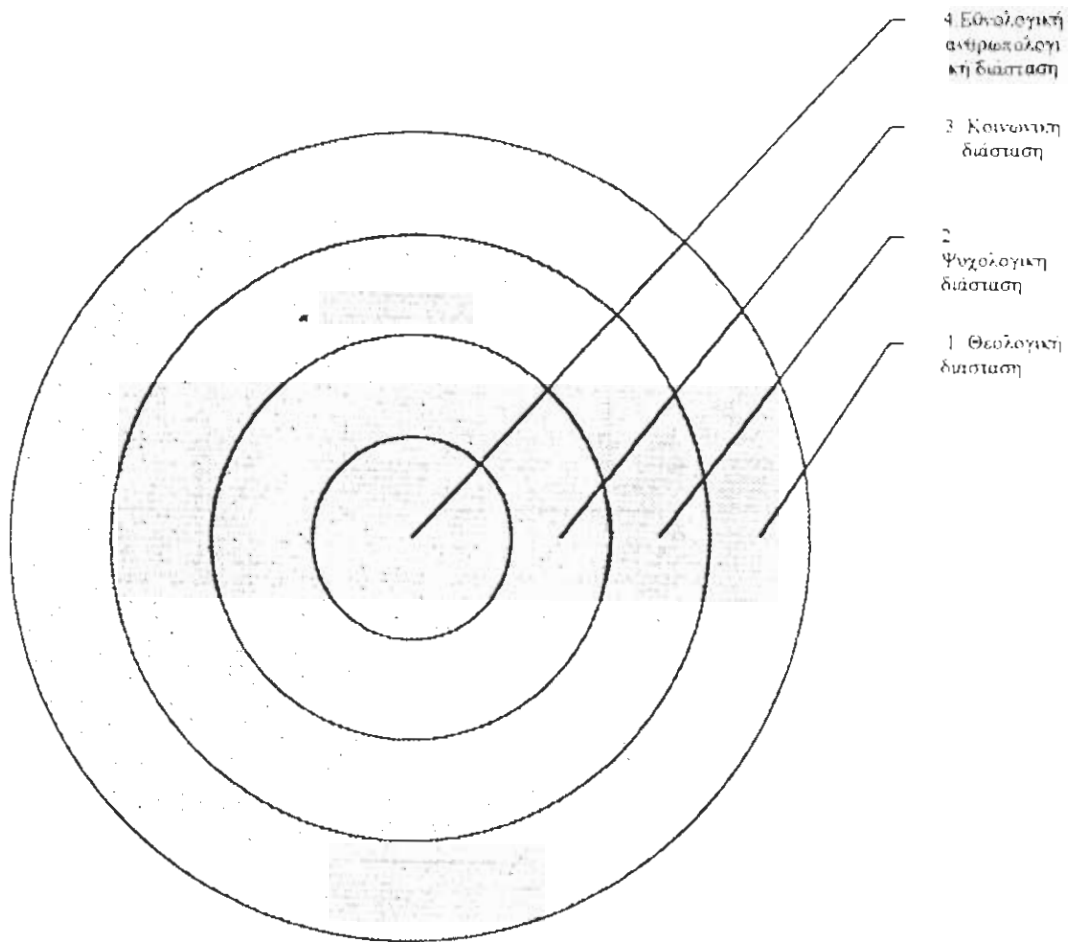
Η κηδεία με τη δημόσια αποδοχή του δικαιώματος του πενθούντα να εκφράσει τα γνήσια συναισθήματά του, μπορεί να δημιουργήσει ένα κλίμα, στο οποίο τελικά ο πενθών θα αισθανθεί ελεύθερος να εκφράσει και να αποδεχθεί τα συναισθήματά του.

Η τάση της συντόμευσης της διαδικασίας του πένθους, εκφράζει τη διάθεση της αρνήσεως του θανάτου και των συναισθημάτων που αυτός δημιουργεί.

Η κηδεία, είναι μέρος μόνο της ψυχολογικής διαδικασίας του πένθους. Ωστόσο εξαιτίας του δημόσιου χαρακτήρα της, καταλαμβάνει ένα σημαντικό μέρος. Αντιπροσωπεύει την ανταπόκριση της κοινωνίας ή της εκκλησίας στα συναισθηματικά βιώματα του πενθούντα. Έτσι δεν μπορεί να θεωρηθεί άσχετη ή αντίθετη προς την ψυχολογική διαδικασία της αποδοχής.(Φάρος, 1989)



# ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 1



- 1 Κατανόηση του θανάτου σε συνάρτηση της σχέσης του ανθρώπου με το θεό
- 2 Επιδόκιμια του συνειδησιακού επαναπροσανατολισμού με την ικανότητα της αποδοχής της πραγματικότητας και των σπουδαιότητων γι' αυτήν την πραγματικότητα
- 3 Πρόσφορα της κρισιμότητας της κεισότητας στον πειθονία και εκφραση της αλλαγής στη σχέση που τρέφει ο θάνατος
- 4 Ανταμείωση του θανάτου

(Φάρος, 1989)

## 4.4 Η ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ

Σύμφωνα με τον Lindemann (1994), οι θρησκευτικοί οργανισμοί είχαν πάντα το προβάδισμα στην αντιμετώπιση των πενθούντων. Παρηγορούν προσφέροντας το στήριγμα του δόγματος στην επιθυμία του αρρώστου να συνεχίσει την αλληλοεπίδραση με τον νεκρό, αναπτύσσοντας ακολουθίες, οι οποίες διατηρούν την επαφή του αρρώστου με τους άλλους, αντισταθμίζοντας τα αρρωστημένα συναισθήματα ενοχής του αρρώστου με τη θεία χάρη, υποσχόμενη μια ευκαιρία συναλλαγής με τον νεκρό σε μια μελλοντική επανένωση με αυτόν.

Η κηδεία, σύμφωνα με την θεολογική προσέγγιση μαρτυρά την αγάπη του θεού, τόσο για τους ζωντανούς, όσο και για τους νεκρούς, τη στιγμή ακριβώς που ο πενθών αισθάνεται την απώλεια, το φόβο, την ενοχή και την σύγχυση.

Η κηδεία διαδηλώνει τη χριστιανική ελπίδα, για τη ζωή μετά το θάνατο, για την αγάπη του θεού που στηρίζει στο πόνο και για την δύναμη που ο θεός δίνει για την αντιμετώπιση και την αποδοχή κάθε πραγματικότητας.

Κατά την θεολογική προσέγγιση, το πένθος με την δημόσια έκφανση του, την κηδεία, δίνει την ευκαιρία για μια ερμηνεία του πόνου που φέρνει η απώλεια, δίνοντας συγχρόνως νόημα σε αυτόν τον πόνο. Αν και το μέλλον δεν μπορεί να απαλλαγεί από το στοιχείο του μυστηρίου, ωστόσο διαδηλώνεται η πίστη, ότι το μέλλον, όπως και το παρόν βρίσκεται στα χέρια του θεού, στη δύναμη και στην αγάπη του.

Η αντιμετώπιση του θανάτου στηρίζεται στην ελπίδα της αναστάσεως, η οποία έχει κεντρική θέση στη χριστιανική αντιμετώπιση του θανάτου. Αν

και ο πόνος του χωρισμού δεν κατευνάζεται, ο θάνατος γίνεται ένας λιγότερο τρομερός ανταγωνιστής, όταν θεωρείται κάτω από το φως της ελπίδας για νέα ζωή.

Καθώς η κηδεία υπογραμμίζει τη χριστιανική ελπίδα, ο πενθών βλέπει το θάνατο του αγαπημένου του προσώπου σε μια προοπτική. (Φάρος, 1989)

## 4.5 ΠΕΝΘΟΣ ΚΑΙ ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΗ ΠΙΣΤΗ

Σύμφωνα με τη χριστιανική πίστη, οι πιστοί θα πρέπει να θρηνούν για τους νεκρούς τους όσο είναι προεπιβεβλημένο, με μέτρο, με λογισμό και υπομονή. Το μέτρο που απαιτείται στις χαρούμενες περιστάσεις θα πρέπει να επικρατεί και στις δυστυχίες. Δεν θα πρέπει να είναι πολύ δύσκολο, να υποφέρει τη θλίψη του θανάτου ενός αγαπητού προσώπου, εκείνος που έχει αρετή και που καταλαβαίνει την ανθρώπινη φύση και από την πείρα του από τη ζωή, αλλά και από την πνευματική του καλλιέργεια.

Η χριστιανική πίστη, διακηρύσσει ότι είναι αξιοθαύμαστο δείγμα πνευματικής ανάπτυξης, η ικανότητα ορισμένων ανθρώπων να συγκρατούν την εξωτερική εκδήλωση της θλίψης τους και να αντιμετωπίζουν με απαξία το θάνατο αγαπημένων τους προσώπων.

Εκείνος, ο οποίος θρηνεί χωρίς μέτρο, είναι σαν τον άπιστο που δεν έχει ελπίδα στην ανάσταση. Είναι σαν να θέλει να αλλάξει την τάξη της φύσης, ενώ η θλίψη του προέρχεται από παράλογο πάθος. Η υπερβολική αγάπη οδηγεί στο υπερβολικό πένθος και την απελπισία που είναι δείγματα απιστίας. Η υπερβολική θλίψη, προκαλεί σωματικές αρρώστιες, ενώ οι υπερβολικοί θρήνοι είναι αποκρουστικοί και ιερόσυλοι. Ο θρήνος και το κλάμα δεν θα πρέπει να μεταβάλλονται σε δημόσιο θέαμα. Αν ο θρήνος είναι απαραίτητος, θα πρέπει να γίνεται με κάποια ευπρέπεια.

Τέλος για την χριστιανική πίστη, δεν υπάρχει λόγος, ούτε τους νεκρούς να θρηνούμε, ούτε να χτίζουμε μνημεία ή να κάνουμε μνημόσυνα για αυτούς, οι ελεημοσύνες και οι προσευχές είναι τα καλύτερα μνημόσυνα για τους νεκρούς.(Φάρος, 1989)

Λαμβάνοντας υπόψη όλα τα παραπάνω, δημιουργεί κανείς την αίσθηση, ότι οι χριστιανικές εκκλησίες, σε ότι αφορά τα ερωτήματα για την απώλεια και την θλίψη που την ακολουθεί, παραβλέπουν κάτι που δεν θα έπρεπε να μείνει στο περιθώριο. Οι αντιπρόσωποι της, έχουν την τάση να μην αντιλαμβάνονται τα συναισθηματικά ερεθίσματα, τόσο για το ίδιο τους το άτομο, όσο και για τους πιστούς. Τυπικό επακόλουθο της κατάστασης αυτή είναι, η δημιουργία ανασφάλειας και η έλλειψη προσανατολισμού, που μπορούν, όσο αυξάνουν, να φθάσουν μέχρι τη βαθιά αμφιβολία για την ίδια τους την πίστη.

Η χριστιανική θρησκεία, με την υπόσχεση της ζωής μετά θάνατον, δίνει ένα είδος θανάτου δύο φάσεων ή μεταβατικού θανάτου. Η ελπίδα για την συνέχιση της ζωής υπάρχει στους περισσότερους πιστούς. Όταν αυτοί περιέρχονται σε μια κρίση απώλειας, η σύγκρουση είναι ήδη εκ των προτέρων, προγραμματισμένη. Η θλίψη για την απώλεια θα απωθηθεί βίαια, γιατί εξαιτίας της συνέχισης της ζωής στο υπερπέραν, δεν είναι ιδιαίτερα δικαιολογημένη. Όμως ένας που επιζεί, μένει φυσικά από την άλλη πλευρά, κοντά στους ζωντανούς, και καθώς αυτοί που ζουν νιώθουν, όπως είναι φυσικό, πόνους και έχουν φόβους, πρέπει να επιχειρούν να μην νιώθουν ούτε πόνο, ούτε φόβο. Η έλλειψη όμως συναισθημάτων είναι μια ιδιότητα για την οποία, έχουν δικαίωμα να επαίρονται, μόνο η νεκρή ύλη και οι πεθαμένοι. Η πίστη στην άλλη ζωή απαγορεύει κατά κάποιο τρόπο τη θλίψη. Αυτοί που 'χτυπήθηκαν', υπομένουν τον πόνο της απώλειας σιωπηλά, από φόβο μήπως φανούν άπιστοι, αντιμετωπίζουν δε την ανάγκη που νοιώθουν για θρήνο με σιωπή και συγκάλυψη. (Κανακάκης, 1989)

## 5. ΠΕΝΘΙΜΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ.

### 5.1 ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΕΝΘΙΜΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ

Η διάρκεια της πένθιμης περιόδου, έχει σαφή χρονική έναρξη, αλλά ακαθόριστη ολοκλήρωση.

Η πένθιμη περίοδος, ξεκινά με την αναγγελία του θανάτου στα συγγενικά και οικεία πρόσωπα του ατόμου που χάθηκε. Τα συγγενικά άτομα, από τη στιγμή της αναγγελίας, περνούν σε μια κατάσταση πένθους κατά την οποία λαμβάνουν χώρα διάφορα και ποικίλα συναισθήματα και αντιδράσεις. Έπειτα ακολουθείται μια πορεία από στάδια και φάσεις και θα προκαλούνται ανάλογα συναισθήματα μέχρι το πένθος να ολοκληρωθεί.(Ross, 1979)

Το πότε θα ολοκληρωθεί και θα φθάσει σε λύση το 'πένθος', εξαρτάται από το είδος του θανάτου, αλλά και από την ψυχοσύνθεση των πενθούντων, άλλοτε πάλι από κοινωνικό-πολιτικές συνθήκες.

Έτσι κατά την Ross (1979), όταν πρόκειται για ξαφνικό-απρόσμενο θάνατο ο απαιτούμενος χρόνος, για να ξεπερασθεί τι πένθος γίνεται μεγαλύτερος, γιατί ο θάνατος βρίσκει τους πενθούντες εντελώς απροετοίμαστους.

Σύμφωνα πάντα με το Φάρο (1989), ο πενθών ποτέ δεν απελευθερώνεται ολοκληρωτικά από τη θύμηση του νεκρού και για αυτό το πένθος δεν μπορεί να τερματιστεί ποτέ ολοκληρωτικά. Και συνεχίζει επισημαίνοντας, ότι η θλίψη και επομένως το πένθος για το θάνατο ενός

προσφιλούς μας προσώπου, δεν εξαλείφεται ποτέ ολότελα, αλλά μειώνεται και απαλώνεται με την πάροδο του χρόνου.

Η Lesan (1982), εντοπίζει μια ένδειξη ότι το πένθος τελειώνει, όταν το άτομο, το οποίο πενθεί πει ένα πραγματικό αντίο σε αυτόν που χάθηκε. Όταν αρχίζει να κάνει σχέδια για την ζωή, για το μέλλον, όταν αποδεχθεί την απώλεια, τότε το άτομο που πενθεί, εκφωνεί το αντίο στον άνθρωπο που πέθανε.

Τέλος η Ross (1982), αναφέρει ότι το πένθος ολοκληρώνεται, όταν ο πενθών, ανακτήσει την ικανότητα να δημιουργεί νέες σχέσεις και να ασχολείται με την κοινωνική σύνθεση της πραγματικότητας, αναγνωρίζοντας συγχρόνως την απουσία του χαμένου προσώπου.

Η διάρκεια του πένθους, εξαρτάται από την επιτυχία με την οποία το άτομο χειραφετείται από το δεσμό με το αγαπημένο πρόσωπο που χάθηκε, τον αποθανόντα, επαναπροσδιορίζεται στο περιβάλλον, από το οποίο λείπει ο τελευταίος και δημιουργεί νέες σχέσεις. (Lindemann, 1944)

Στην καθημερινή ζωή το τέλος ενός πένθους εμφανίζεται με πολλούς τρόπους. Η 'ειρήνη', με αυτόν που χάθηκε, παρόντα εσωτερικά, αφήνει τον συναισθηματικό, κόσμο διαθέσιμο για άλλες επενδύσεις και για την απόλαυση της ζωής. (Rambo, 1978)

## *ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΠΕΝΘΙΜΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ*

Παραπάνω, αναφέρεται ότι η έναρξη, η διάρκεια, η ένταση αλλά και η ολοκλήρωση της πένθιμης περιόδου, εξαρτάται από πολλούς παράγοντες. Οι παράγοντες αυτοί θα εξεταστούν στο παρόν κεφάλαιο, το οποίο αναφέρεται στην εξέλιξη της πένθιμης περιόδου.

### **5.2 Η ΠΕΝΘΙΜΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΕΙΔΟΣ ΤΟΥ ΘΑΝΑΤΟΥ.**

Ο θάνατος ανάλογα με τον τρόπο που θα επέλθει μπορεί, να κατηγοριοποιηθεί σε αναμενόμενο και απροσδόκητο θάνατο, ενώ κατά την λαογραφία ο θάνατος κατηγοριοποιείται σε γυμνό-σιωπηλό, άδικο και κακό θάνατο.

#### *A) ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΟΣ ΘΑΝΑΤΟΣ*

Αναμενόμενος, θεωρείται ο θάνατος εκείνος που επέρχεται σταδιακά και βαθμιαία, ακολουθώντας μια ομαλή εξελικτική πορεία, με αποτέλεσμα να αναμένεται ως φυσική εξέλιξη από τον πενθούντα.

Ο Φάρος (1989), υποστηρίζει ότι όταν ο θάνατος έρχεται βαθμιαία, τότε η διαπίστωση του θανάτου, γίνεται και αυτή βαθμιαία και έτσι η αποδοχή είναι ευκολότερη και λιγότερο οδυνηρή. Ο αναμενόμενος θάνατος με το προπαρασκευαστικό πένθος, εγκυμονεί πολύ λίγους κινδύνους για την ψυχολογική και κοινωνική προσαρμογή του πενθούντα.



Σύμφωνα με την Παπαδάτου (1986), τα άτομα που αναμένουν το θάνατο, ενός οικείου προσώπου τους και προετοιμάζονται ψυχολογικά για να δεχθούν το αναπόφευκτο του θανάτου, εισέρχονται σε μια ψυχολογική διεργασία, η οποία ονομάζεται προπαρασκευαστικός θρήνος.

Τα κύρια χαρακτηριστικά αυτής της διεργασίας είναι τα εξής:

- Προβληματισμός και συνεχής απασχόληση με τον άρρωστο που πεθαίνει.
- Σκέψεις και άγχος που αφορούν γενικότερα το θάνατο.
- Προβληματισμός σχετικά με την μελλοντική πορεία της οικογένειας.
- Προγραμματισμός για την προσαρμογή στις αναμενόμενες συνθήκες, οι οποίες θα προκύψουν και που αφορούν το άτομο που πεθαίνει.

Κατά την Rando (1988), όταν ένας θάνατος, αναμένεται ότι θα συμβεί, αν και μπορεί να θέσει στα άτομα υψηλές συναισθηματικές απαιτήσεις, ωστόσο οι πενθούντες θα το αντιμετωπίσουν ευκολότερα, αφού θα είναι κάπως προετοιμασμένοι, για το επερχόμενο γεγονός, σε σχέση με άτομα που πληροφορήθηκαν απροσδόκητα το χαμό ενός δικού τους προσώπου. Η δυσκολία στην αποδοχή του θανάτου, μετριάζεται αποφασιστικά όταν προηγηθεί του θανάτου και του αποχωρισμού προπαρασκευη.

## B) ΑΠΡΟΣΔΟΚΗΤΟΣ

Απροσδόκητος θάνατος, είναι ο θάνατος, ο οποίος επέρχεται αιφνίδια και βίαια σε μια χρονική στιγμή, κατά την οποία κανείς δεν τον αναμένει.

Σε αυτήν την περίπτωση η διαδικασία του πένθους, παίρνει εντελώς διαφορετική πορεία από την περίπτωση αναμενόμενου θανάτου. Με τον απροσδόκητο θάνατο, οι πενθούντες υπόκειντο σε μεγαλύτερη συναισθηματική διαταραχή και διακατέχονται από περισσότερο άγχος, ενώ πολλοί από αυτούς εκφράζουν συναισθήματα ενοχής και αυτοκατακρίσεως. Δηλώνουν ότι δεν τους ενδιαφέρει, το αν θα πεθάνουν τώρα, ενώ σε κάποιες περιπτώσεις, εκφράζουν συναισθήματα μνησικακίας για τον νεκρό, 'Πώς μπόρεσε να με αφήσει;'

Η γενική εικόνα, που παρουσιάζουν οι πενθούντες, είναι έντονος συγκλονισμός, τον οποίο διαδέχεται άγχος αποχωρισμού και συγκεχυμένα συναισθήματα οργής και ενοχής, παρόμοια με εκείνα που συχνά σχετίζονται με παθολογικές αντιδράσεις στο πένθος.(Φάρος, 1989).

Η Ross (1979), τονίζει, ότι η μεταθανάτια θλίψη είναι συνήθως μεγαλύτερη, όταν δεν έχει προηγηθεί προληπτική θλίψη. Έτσι το πένθος μπορεί να διαρκέσει ακόμη και χρόνια, όταν δεν προηγηθεί καμιά προπαρασκευή.

### Γ) ΣΙΩΠΗΛΟΣ ΚΑΙ ΓΥΜΝΟΣ ΘΑΝΑΤΟΣ

Σιωπηλός θάνατος είναι ο κακός θάνατος. Υπονοεί ότι ο νεκρός ήταν μόνος, χωρίς γένος, χωρίς πλήθη, χωρίς 'φανέρωση' ή θρήνο. Ο σιωπηλός θάνατος είναι δημόσια ντροπή. Ο σιωπηλός θάνατος θεωρείται γυμνός θάνατος. Η έννοια του γυμνού υποδηλώνει το απομονωμένο.

Η αντίληψη της κοινωνικοποιημένης και από-κοινωνικοποιημένης ύπαρξης, εκτείνεται από την κατηγορία της φύσης, στην κατηγορία του ατόμου που επιβιβαιώνεται από την παρουσία ή απουσία συγγενών και φίλων.

Ο γυμνός θάνατος, είναι επίσης σύμβολο φτώχειας. Η φτώχεια δεν είναι απλά η έλλειψη υλικών αγαθών, αλλά η απουσία μεγάλης προσέλευσης πενθούντων, 'πλήθους'. Η γύμνια ως αντικοινωνική και ως συνδεδεμένη με μοναχικές συνθήκες, υπονοεί το ακάλυπτο, το άστεγο, το έξω, το εγκαταλελειμμένο, το απροστάτευτο. (Σερεμετάκη, 1994)

### Δ) ΑΔΙΚΟΣ ΘΑΝΑΤΟΣ

Ως άδικος θάνατος μπορούν να χαρακτηριστούν οι εξής περιπτώσεις απώλειας αγαπημένων προσώπων:

- Άδικος θάνατος, είναι ο χαμός ενός νεαρού ατόμου, που φεύγει χωρίς να έχει ολοκληρώσει τον κύκλο της ζωής του.
- Άδικος όμως, είναι και ο θάνατος όταν ο άνθρωπος δεν έχει ολοκληρώσει και δεν έχει πετύχει τους στόχους του ή δεν έχει προλάβει να ολοκληρώσει τα καθήκοντά του απέναντι στην οικογένεια του.

- Άδικος και σκληρός, είναι ο θάνατος είναι εκείνου που πεθαίνει μακριά από τους δικούς του, μόνος του, ξενοθαμιμένος και οι συγγενείς δεν μπορούν να τον θρηνήσουν.(Λυδάκη, 2003)

Σε όλες αυτές τις περιπτώσεις άδικου θανάτου οι πενθούντες αντιδρούν ομοίως με τον απροσδόκητο θάνατο. Οι αντιδράσεις και τα συναισθήματα τους είναι οξεία και έχουν μεγάλη διάρκεια.

### Ε) ΚΑΛΟΣ ΘΑΝΑΤΟΣ

Ο καλός θάνατος, είναι ο θάνατος ηλικιωμένων ανθρώπων, οι οποίοι ζουν ως τα βαθιά γεράματα τους, μαζί με την οικογένεια τους. Ο καλός θάνατος είναι η ολοκλήρωση ενός κύκλου ζωής, εμφανίζεται αναφορικά με το χώρο του θανάτου.

Ο νεκρός 'τελειώνει', στο χώρο όπου έχει παντρευτεί και έχει φέρει στο κόσμο τα παιδιά του. Πεθαίνοντας στον ίδιο χώρο, ολοκληρώνει εκείνη την αλληλουχία. Η ίδια ιστορία του χώρου, γίνεται μια μεταφορά για την ολοκληρωμένη ζωή και τον καλό θάνατο.

Έτσι ο καλός θάνατος, αποτελεί συγχρόνως ένα δημόσιο γεγονός. Το σπίτι είναι γεμάτο πενθούντες, όπου στέκονται μάρτυρες του θανάτου.(Σερεμετάκη, 1994).

### 5.3 ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΠΕΝΘΟΥΣ

Το πένθος 'κατανέμεται' με την εξής βαρύτητα:

#### Η ένταση του πένθους αυξάνεται:

- Αν ο νεκρός ήταν νέος και μορφωμένος.
- Αν ο νεκρός ήταν νέα γυναίκα.
- Αν ο νεκρός ήταν νεογέννητο ή μικρό παιδί.

#### Η ένταση του πένθους μειώνεται:

- Αν ο νεκρός ήταν ηλικιωμένος.
- Αν ο νεκρός ήταν χρόνια-βαριά άρρωστος

Η βαρύτητα του πένθους και η συμμετοχή σε αυτό, εξαρτάται σε ένα ποσοστό και από το κοινωνικό status, του νεκρού, από την ηλικία, το φύλο και την ιεραρχική θέση του νεκρού στο βαθμό συγγένειας.

Ο παραπάνω κατάλογος, διατυπώνει:

- Τη θέση του νεκρού.
- Την ένταση του πένθους.
- Την αριθμητική συμμετοχή στο θρήνο, με βάση κατηγορίες ηλικίας και φύλου.(Σεραμετάκη, 1994).

## 5.4 ΣΤΑΔΙΑ ΠΕΝΘΙΜΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ

Για μια συστηματοποίηση της μελέτης, του περίπλοκου αυτού φαινομένου που είναι το πένθος, επιχειρείται η διάκριση διαφόρων σταδίων, στη διαδικασία του πένθους.

Η διαίρεση της διαδικασίας του πένθους στα διάφορα στάδια, αφορά κυρίως τις δυτικές κοινωνίες και είναι σαφώς γνωστό σε όλους τους ερευνητές, ότι υπάρχουν μη δυτικές κοινωνίες, στις οποίες η διαδικασία του πένθους, έχει εντελώς διαφορετική δομή.

Στον ελληνικό χώρο, υπάρχει μια διαφοροποίηση μεταξύ των κοινωνικών τάξεων, των ανθρώπων της υπαίθρου και των αστικών περιοχών.

Σε αντιδιαστολή με την αστική τάξη, τα λαϊκότερα στρώματα, βιώνουν την διαδικασία του πένθους, αναλογικά με τα στάδια και τις φάσεις του εντελώς διαφορετικά. Στους αστούς, φαίνεται να ταιριάζει περισσότερο η περιγραφή που κάνουν οι δυτικοί μελετητές. Ενώ αντίθετα, παίρνοντας για παράδειγμα την περιοχή της Μάνης, παρατηρούμε ότι η διαδικασία του πένθους εξαρτάται, από παράγοντες που διαμορφώνει με όλες της ιδιομορφίες της, η τοπική κοινωνία. Το στοιχείο του έντονου θρήνου, δηλαδή το στάδιο της οδύνης, είναι εντονότατο και παρατεταμένο, ενώ το στάδιο της αυτοσυγκράτησης ή της αναρρώσεως και επαναπροσαρμογής πιθανώς να εκλείπει.(Φάρος, 1989).

Σύμφωνα λοιπόν με τους μελετητές, το πένθος ακολουθείται από τα εξής στάδια:

Ο Bowlby (1995), κάνει λόγο για τρία στάδια:

- Το στάδιο της διαμαρτυρίας.
- Το στάδιο της αποδιοργάνωσης.
- Το στάδιο της επανοργάνωσης.

Οι B. Creiss-A Pattie διακρίνουν:

- Το στάδιο του συγκλονισμού.
- Το στάδιο της οδύνης.
- Το στάδιο της αναρρώσεως.

Ο G. Pollock διακρίνει:

- Το στάδιο του συγκλονισμού.
- Το στάδιο της αντίδρασης στη θλίψη.
- Το στάδιο της αντίδρασης του αποχωρισμού.(Φάρος, 1989).

Η Lesan (1982), περιγράφοντας τα στάδια και τις φάσεις του πένθους, που περνά ένα παιδί, όταν χάνει ένα γονιό του, διακρίνει σε:

- Το στάδιο του πόνου.
- Το στάδιο της άρνησης και δυσπιστίας για το χαμό.
- Το στάδιο της βαθμιαίας συνειδητοποίησης της απώλειας.
- Το στάδιο του φόβου.
- Το στάδιο του θυμού.
- Το στάδιο της ενοχής.
- Το στάδιο της επανασυγκρότησης.
- Το στάδιο της ανακούφισης.

Ο David Fulconer, διακρίνει τέσσερα στάδια, από τα οποία περνά ο πενθών:

- Το άμεσο στάδιο, το οποίο κρατά για μερικές ώρες μετά το θάνατο και περιλαμβάνει τις εξής αντιδράσεις:

- Τη στωική.

- Τη ζάλη.

- Τη κατάρρευση.

- Τα δάκρυα.

- Το αμέσως επόμενο στάδιο περιλαμβάνει:

- Τη συγκατάβαση.

- Την έξαρση.

- Τη διαμαρτυρία.

- Την απομόνωση.

- Τη συντριβή.

- Το μεταβατικό στάδιο, αρχίζει με την κηδεία και διαρκεί μέχρι την επάνοδο του πενθούντα, στην κανονική ζωή, περιλαμβάνει:

- Τη μεταποιητική αντίδραση.

- Τη προκλητική αντίδραση.

- Τη εξαναγκαστική αντίδραση.



- Το τελικό στάδιο της ανακατατάξεως της συμπεριφοράς, χαρακτηρίζεται σαν:

- Προβλητικό.

- Συμμετοχικό.

- Μνήμη-φαντασία.

- Απώθηση, Απομόνωση.(Φάρος,

1989).

Σύμφωνα με τον Spiegel, τα στάδια του πένθους είναι:

- Το στάδιο του συγκλονισμού.
- Το στάδιο της συγκρατήσεως.
- Το στάδιο της ψυχολογικής οπισθοδρόμησης.
- Το στάδιο της προσαρμογής.

Το στάδιο του συγκλονισμού, διαρκεί μερικές ώρες, το στάδιο της συγκρατήσεως τελειώνει με την κηδεία, το στάδιο της ψυχολογικής οπισθοδρόμησης κρατάει τέσσερις ως έξι ώρες ή έξι ως δέκα εβδομάδες. Τέλος το στάδιο της προσαρμογής τελειώνει στη περίοδο μεταξύ έξι μηνών και ενός χρόνου μετά το θάνατο.(Φάρος, 1989)

Σε μια διαφορετική προσέγγιση ο W. Oates, ξεκινά από τρία στάδια και τελικά καταλήγει να διακρίνει τις ακόλουθες έξι φάσεις στη διαδικασία του πένθους:

- I. Στη πρώτη φάση του συγκλονιστικού χτυπήματος, το άγχος δεν έχει ακόμη ενεργοποιηθεί και ο πένθων συνεχίζει την καθιερωμένη συμπεριφορά του για ένα μικρό χρονικό διάστημα.

2. Η επίδραση του συγκλονισμού δημιουργεί τη συναισθηματική αναισθητοποίηση του οργανισμού, η οποία προστατεύει το Εγώ από την εναντίον του απειλή. Είναι αρκετά συνηθισμένος αμυντικός μηχανισμός εναντίον του άγχους.
3. Απιστία και άρνηση δεν μπορούν πια να συνεχίζονται αναμφισβήτητα εν'όψη του γεγονότος. Έτσι το εγώ του πενθούντα στη προσπάθεια του να προστατευτεί, αναπτύσσει τη φαντασία.
4. Αυτό το στάδιο είναι ένα ξέσπασμα της θλίψης, είναι η ανοιχτή συναίσθηση και η έκφραση της θλίψης και η καθαρτική πράξη.
5. Μετά την βαθιά έκφραση της θλίψης, ακολουθεί ένας μετριασμός της έντασης του άγχους, καθώς ο πενθών επανέρχεται στην κανονική ρουτίνα της ζωής. Σε αυτό το στάδιο συναισθήματα εχθρότητας και ενοχής αναζητούν έκφραση και αφομοίωση με ένα ολοκληρωμένο τρόπο στη παρούσα ζωή του πενθούντα.
6. Στη τελευταία φάση ο πενθών, που έχει αισθανθεί το θάνατο ενός σημαντικού για αυτόν προσώπου, σαν μια απειλή εναντίον της δικής του ζωής, ξεπερνάει αυτή την απειλή, ενσωματώνοντας την χαμένη εικόνα του αγαπημένου προσώπου, σε αυτή την ίδια τη δική του ιδέα για τον εαυτό του.(Φάρος, 1989)

Ο Lindemann (1944), επισημαίνει τρία στάδια της πένθιμης περιόδου:

- Σοκ, δυσπιστία και άρνηση να πιστέψει ο πενθών ότι συνέβη η απώλεια.
- Οξεία θλίψη, η οποία χαρακτηρίζεται από αποδοχή της απώλειας, έλλειψη ενδιαφερόντων, αισθήματα μοναξιάς, διαταραχές ύπνου και φαγητού, έντονη ενασχόληση με το αποθανόντα.

- Επίλυση του πένθους με επαναφορά στις καθημερινές δραστηριότητες και σταδιακή μείωση της συνεχούς σκέψης του αποθανόντα.

Ο Bowlby (1961), εντοπίζει τρεις φάσεις στη διαδικασία του πένθους:

- προσπάθεια επαναφοράς του προσώπου που έφυγε.
- Αποδιοργάνωση και απελπισία.
- Επανασυγκρότηση.

Η Ross (1961), καταγράφει πέντε στάδια που περνά το άτομο για να αντιμετωπίσει το ξαφνικό θάνατο:

- Άρνηση, απομόνωση.
- Συναισθήματα θυμού και οργής.
- Παζάρεμα – διαπραγμάτευση.
- Καταθλιπτική συμπεριφορά.
- Αποδοχή του γεγονότος.

Ο Worden (1982), διαπραγματεύεται τέσσερις φάσεις του πένθους:

- Αποδοχή της πραγματικότητας όσον αφορά την απώλεια.
- Βίωμα από την πλευρά του πενθούντα, του πόνου που συνεπάγεται του πένθους.
- Προσαρμογή στο περιβάλλον, από το οποίο λείπει το αγαπημένο πρόσωπο.

- Απόσυρση συναισθηματικής ενέργειας και επανεπένδυση σε κάποια άλλη σχέση. (Σημειώσεις της Κ.Ε.Α., ΙΙΙ)

## Α) ΤΟ ΣΤΑΔΙΟ ΤΟΥ ΣΥΓΚΛΟΝΙΣΜΟΥ Ή ΠΑΝΙΚΟΥ.

Το στάδιο του συγκλονισμού, αρχίζει με την αναγγελία του θανάτου. Οι άμεσες αντιδράσεις κυμαίνονται μεταξύ ασυγκράτητων θρήνων και συγκρατημένης σιωπηρής αποδοχής. Η πρώτη αντίδραση είναι η δυσπιστία.

Μετά τις πρώτες αντιδράσεις επακολουθεί μια συζήτηση, η οποία στρέφεται γύρω από τις ερωτήσεις, ποια ήταν η αιτία, αν υπέφερε ο αποθανών, αν ο θάνατος ήταν αναπόφευκτος.

Ακολουθούν ενδείξεις ψυχολογικής οπισθοδρόμησης του πενθούντα. Μερικές φορές, ωστόσο, ο πενθών δεν δείχνει σημεία ψυχολογικής οπισθοδρόμησης, εξαιτίας του συγκλονισμού.

Στο στάδιο του συγκλονισμού παρατηρείται συχνά ψυχολογική κατάρρευση, οπότε είναι δύσκολο να μιλήσεις στον πενθούντα που φαίνεται να μην αντιλαμβάνεται τι γίνεται γύρω του και να μην είναι σε θέση να έχει ξεκάθαρες ιδέες και σκέψεις.

Στο στάδιο αυτό ο πενθών κινείται μηχανικά, ακολουθεί τυποποιημένους τρόπους συμπεριφοράς, είναι πειθήνιος γιατί είναι πολύ συγκλονισμένος και πονάει πολύ για να είναι σε θέση να διαμαρτυρηθεί, και νοιώθει έτσι μια αόριστη οργή.

Στο στάδιο του συγκλονισμού υπάρχει ένα χάσμα μεταξύ λογικής και των συναισθημάτων του πενθούντα. Αυτή η έλλειψη λογικής είναι το πιο θετικό στοιχείο της θλίψης σε αυτό το στάδιο.

Πολλοί πενθούντες, περιγράφουν τον εαυτό τους σε αυτό το στάδιο σαν 'αυτόματα' και σαν 'ρομπότ'. Αισθάνονται ψυχροί και ασυγκίνητοι. Φοβούνται πως έχουν χάσει το μυαλό τους, γιατί δεν μπορούν να σκεφτούν καθαρά και λογικά. Ωστόσο δεν υπάρχει λόγος ανησυχίας. Ο συγκλονισμός δεν είναι τρέλα.

Όταν ο πενθών βρίσκεται στο στάδιο του συγκλονισμού, δεν θα πρέπει να τον απασχολεί, τι πρέπει ή τι δεν θα πρέπει να κάνει, τι είναι σωστό και τι όχι, αντίθετα θα πρέπει να κάνει ότι αισθάνεται με ειλικρίνεια και να εκδηλώσει τα συναισθήματά του ελεύθερα. (Φάρος, 1989)

## **B) ΤΟ ΣΤΑΔΙΟ ΤΗΣ ΣΥΓΚΡΑΤΗΣΕΩΣ**

Το στάδιο της συγκράτησης, χαρακτηρίζεται από δυο μορφές συναισθηματικής χαλιναγώγησης, το κράτημα το οποίο ο πενθών επέβαλε στον εαυτό του και τη συγκράτηση που απαιτούν από αυτόν, το οικογενειακό και κοινωνικό περιβάλλον, για να εξασφαλιστεί έτσι μια καθώς πρέπει διεξαγωγή της κηδείας.

Σε αυτό το στάδιο το μέρος που παίζει η κοινωνική δραστηριότητα είναι πολύ σημαντικό. Κάθε μέσο που χρησιμοποιείται για να προσφέρει ανακούφιση στον πενθούντα, διευκολύνει την αυτοσυγκράτηση του.

Σε αυτό το στάδιο, χρησιμοποιούνται αφειδωλα ηρεμιστικά χάπια, τα οποία δημιουργούν μια πραγματικότητα στον πενθούντα εκρηκτική και τρομερά επικίνδυνη, γιατί δεν του δίνουν την ευκαιρία να λύσει μια διαδικασία αποφασιστικής σημασίας για την διεργασία της θλίψης.

Αν ο πενθών, μπορέσει να εκφράσει σε αυτό το στάδιο τα πραγματικά συναισθήματα και τις πραγματικές αντιδράσεις του, η συναισθηματική εκτόνωση θα διευκολύνει πολύ αυτό που πρόκειται να επακολουθήσει.  
(Φάρος, 1989)

## Γ) ΤΟ ΣΤΑΔΙΟ ΤΗΣ ΟΔΥΝΗΣ ΚΑΙ Η ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΟΠΙΣΘΟΔΡΟΜΗΣΗ.

Το στάδιο της οδύνης, το οποίο είναι το τρίτο κατά σειρά στάδιο της διαδικασίας του πένθους, είναι η παρατεταμένη αργή προσαρμογή, που πρέπει να κάνει ο πενθών στη ζωή του, χωρίς κάποιον που αγαπά.

Καθώς οι φίλοι και οι συγγενείς επιστρέφουν στα σπίτια τους, ο πενθών πρέπει να αντιμετωπίσει το μέλλον μόνος του. Το στάδιο της οδύνης, χαρακτηρίζεται από κύματα πόνου, τα οποία συνεχώς έρχονται και φεύγουν για να γυρίσουν πάλι έντονα και διαπεραστικά.

Το στάδιο της οδύνης, είναι το πιο έντονο από τα άλλα δύο στάδια και οι πενθούντες αντιδρούν φυσικά διαφορετικά σε αυτό το στάδιο. Πολλοί συναισθάνονται βαθιά το πόνο τους, αλλά δεν έχουν την ικανότητα να τον εκφράσουν. Άλλοι νομίζουν, ότι μόνο αν συγκρατήσουν τα συναισθήματά τους, θα μπορέσουν να ζήσουν υποφερτά. Άλλοι καταλαμβάνονται από απελπισία, και αισθάνονται κάποια ανακούφιση μόνο όταν εκφράσουν τα οδυνηρά τους συναισθήματα. Για αυτούς που εκφράζουν τα συναισθήματά τους, ο δρόμος της ανάρρωσης είναι ευκολότερος.

Πολλοί πενθούντες αποτραβιούνται από τους άλλους ανθρώπους, όταν βρίσκονται σε αυτό το στάδιο, ενώ άλλοι αναπτύσσουν υπερβολική κοινωνική δραστηριότητα. Εδώ επίσης συμβαίνουν πολλά παράδοξα. Ο πενθών μπορεί να αρνείται το γεγονός του θανάτου, στο σημείο που να φαντάζεται μια φωνή ή ένα κλειδί στην πόρτα ή μια σύντομη επιστροφή του νεκρού.

Μια άλλη συναισθηματική αντίδραση είναι, η έμμοινη ενασχόληση με λεπτομερειακές αναμνήσεις με τον νεκρό. Σε αυτό το στάδιο, μπορεί επίσης να αναπτυχθεί έντονο θρησκευτικό ενδιαφέρον.

Στο στάδιο της οδύνης παρατηρούνται και συμπτώματα ψυχολογικής οπισθοδρόμησης. Η ψυχολογική οπισθοδρόμηση δημιουργεί ένα έντονο συναισθηματισμό, ο οποίος συχνά προκαλεί απροσδόκητες και ανυπολόγιστες εκρήξεις κλάματος, παραπόνων και οργής για αιτίες και γεγονότα που για τους άλλους έχουν λίγη σημασία και που δεν συνδέονται με το θάνατο.

Η ψυχολογική οπισθοδρόμηση, δεν είναι μόνο αντίδραση σε ένα τραυματικό γεγονός, αλλά και ένα μηχανισμός αντιμετώπισης αυτού του τραυματικού γεγονότος. (Φάρος, 1989)



## Δ) ΤΟ ΣΤΑΔΙΟ ΤΗΣ ΑΝΑΡΡΩΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗΣ

Η έναρξη του σταδίου της ανάρρωσης και της προσαρμογής, διαφέρει από περίπτωση σε περίπτωση. Έρευνες μαρτυρούν ότι η ένταση της σχέσης του πενθούντα με τον νεκρό, είναι ο παράγοντας που επηρεάζει πιο πολύ την ένταση του πένθους.

Ένδειξη για την έναρξη του σταδίου της ανάρρωσης, είναι η εμφάνιση στη σκέψη του πενθούντα ιδεών και σχεδίων για μελλοντική δράση.

Στην αρχή η ανάρρωση είναι περισσότερο φιλοσοφική παρά δραστική. Ο πενθών αρχίζει να σκέφτεται ορισμένες δραστηριότητες που συχνά καθόλου πρακτικές, για αυτό και πολλοί πενθούντες διαπιστώνουν ότι η πραγματοποίηση αυτών των αρχικών σκέψεων, όπως αλλαγή εργασίας, κατοικίας είναι επικίνδυνη. Χρειάζεται υπομονή, ώστε η διάθεση της αλλαγής από μια ανάγκη φυγής, να γίνει μια γνήσια παρόρμηση.

Ο πενθών αρχίζει να σκέφτεται όνειρα που μπορεί να καταφέρει μελλοντικά. Αισθάνεται ότι έχει επιστρέψει στην κανονική ζωή, ενώ καθώς αρχίζει να αποβάλλει τα σύμβολα του πένθους, πληροφορεί το περιβάλλον του ότι εισέρχεται στο στάδιο της ανάρρωσης και της προσαρμογής. Είναι δυνατόν όμως, περιστατικά σχετικά με τον νεκρό, όπως η ονομαστική του εορτή, η ημέρα του θανάτου, μια επέτειος, που θα ξαναζωντανέψουν τα συναισθήματα κενού στον πενθούντα. (Φάρος, 1989)

## 5.5 ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΠΕΝΘΟΥΣ

Το πένθος παρουσιάζει ορισμένα συμπτώματα μερικά από τα οποία είναι φυσικά και ομαλά, ενώ άλλα είναι ένδειξη παθολογίας.

Η παρουσία των πρώτων δεν θα πρέπει να δημιουργεί καμιά ανησυχία, αντίθετα η απουσία αυτών των συμπτωμάτων είναι σημείο ανησυχητικό.

### Α) ΟΜΑΛΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΠΕΝΘΟΥΣ

Η εικόνα που παρουσιάζουν τα άτομα σε κατάσταση πένθους, είναι ομοιόμορφη σε αξιολογημένο βαθμό.

Ο Lindemann (1944), παρουσιάζει πέντε κατηγορίες ομαλών συμπτωμάτων του πένθους:

- Σωματική δυσφορία κόπωση.

- Αίσθημα σωματικής δυσφορίας παρουσιάζεται κατά κύματα διάρκειας από είκοσι λεπτά ως και μία ώρα.
- Αίσθημα σφιξίματος στο λαιμό, ασφυξία και κόψιμο της αναπνοής, έλλειψη μυϊκής δύναμης.
- Αίσθημα έντονης υποκειμενικής δυσφορίας, η οποία περιγράφεται από τον πενθούντα σαν υπερένταση και ψυχικό πόνο.

- Ενασχόληση με τον νεκρό.

Η σχέση νεκρού και αποθανόντος, δεν είναι δυνατόν να τερματιστεί με την επίτευξη του θανάτου. Είναι λοιπόν φυσιολογικό, ο πενθών να νοιώθει

έντονα την ανάγκη να ασχολείται με τον αποθανόντα, φθάνει βέβαια να μην γίνει έμμονη ενασχόληση.

- Εχθρικές αντιδράσεις.

Μετά την επίλευση του αιφνίδιου γεγονότος του θανάτου, παρουσιάζεται συχνά μια δυσάρεστη για το άτομο απώλεια θέρμης και οικειότητας, στις σχέσεις του με τους άλλους ανθρώπους. Αντιδρά με θυμό γίνεται ευέξαπτο και ενώ οι φίλοι και οι συγγενείς καταβάλλουν ιδιαίτερες προσπάθειες να του συμπαρασταθούν, το ίδιο το άτομο προτιμά να το αφήσουν ήσυχο.

Για να εξισορροπήσει λοιπόν το άτομο που πενθεί τη δυσάρεστη αίσθηση της απώλειας και του χαμού, αναπτύσσει συχνά μια εχθρική συμπεριφορά απέναντι στο νεκρό, στο θεό στους ανθρώπους γύρω του, έτσι ώστε να τους θεωρεί υπεύθυνους για την κατάσταση στην οποία βρίσκεται.

Αυτά τα συναισθήματα εχθρότητας, είναι για τον πενθούντα απροσδόκητα και ανεξήγητα, τον ενοχλούν και τα θεωρεί σαν ένδειξη ψυχικής ασθένειας. Οι ασθενείς καταβάλλουν πολλές προσπάθειες, να ελέγξουν αυτά τα συναισθήματα, ωστόσο συχνά το αποτέλεσμα είναι μια άκαμπτη και τυποποιημένη κοινωνική συμπεριφορά.

- Ενοχή.

Συχνά η πρώτη αντίδραση του πενθούντα, απέναντι στο θάνατο ενός αγαπημένου του προσώπου, είναι να επιρρίπτει ευθύνες για το χαμό του αγαπημένου προσώπου στον ίδιο του τον εαυτό, θεωρώντας τον υπεύθυνο για αυτήν την απώλεια. Το άτομο που πενθεί, ψάχνει να ανακαλύψει αποδείξεις της ενοχής του για τον θάνατο του άλλου προσώπου. Κατηγορεί τον εαυτό του για αμέλεια και μεγεθύνει υπέρμετρα και τις μικρότερες ελλείψεις του.

- Συναισθηματική αποξένωση.

Παρατηρείται επίσης στους πενθούντες μια αίσθηση μη πραγματικότητας. Νοιώθουν πως απομακρύνονται συναισθηματικά από τους άλλους ανθρώπους και τους διακατέχει η εικόνα του αποβιώσαντος, με την οποία ασχολούνται διαρκώς.

Ο Bowlby (1961), αναζητά τα ομαλά συμπτώματα του πένθους, μέσα από συγκεκριμένες ψυχολογικές αντιδράσεις, τις οποίες και συνοψίζει στους ακόλουθους πέντε τύπους:

- Η σκέψη και η συμπεριφορά κατευθύνονται προς το χαμένο αντικείμενο( ένα αίσθημα συνεχιζόμενης παρουσίας).
- Εχθρότητα, προς το χαμένο πρόσωπο, τους άλλους, και τον εαυτό του, η οποία βιώνεται σαν ενοχή και αναξιότητα.
- Εκκλήσεις για βοήθεια, συχνά με τη μορφή παράλογων απαιτήσεων, χωρίς να ξέρει τι ζητάει, οξυθυμία και αγνωμοσύνη προς εκείνους που προσπαθούν να ανταποκριθούν.
- Απελπισία και απομόνωση, αποδιοργάνωση την οποία φέρνει η πραγματικότητα της απώλειας, αδράνεια, απώλεια των οργανωμένων τρόπων δραστηριότητας, ειδικά εκείνων που έχουν κοινωνικό χαρακτήρα.
- Αναδιοργάνωση της συμπεριφοράς προσανατολισμένη προς, ένα νέο αντικείμενο.(Σημειώσεις από Κ.Ε.Α. ΙΙΙ)

## Β) ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΠΕΝΘΟΥΣ.

Οι παθολογικές αντιδράσεις αποτελούν διαστρεβλώσεις του ομαλού πένθους.

### **1. Καθυστερημένη αντίδραση.**

Η πιο έντονη και συχνή παθολογική αντίδραση, η καθυστέρηση ή η αναβολή του πένθους. Αν το τραγικό γεγονός συμβεί σε περίοδο κατά την οποία τι άτομο, αντιμετωπίζει πολύ σοβαρά ζητήματα, ή πρέπει να υποστηρίξει το ηθικό των άλλων, τότε είναι δυνατόν να αντιδράσει πολύ λίγο ή και καθόλου επί εβδομάδες και μήνες.

Οι καθυστερημένες αντιδράσεις πένθους μπορεί να συμβούν μετά από μια περίοδο, κατά την οποία το άτομο δεν έδειξε μια διαταραγμένη συμπεριφορά ή δυσφορία, αλλά παρουσίασε μια μεταβολή συμπεριφοράς, όχι αρκετά έκδηλη ή σοβαρή, για να οδηγήσει στο ψυχίατρο. (Lindemann, 1944).

Η Helene Deutsch, Φάρος (1989), υπέδειξε ότι η καθυστερημένη αντίδραση είναι ένδειξη, ότι όχι μόνο επισκιάζονται τα θετικά στοιχεία της σχέσης πενθούντα-νεκρού, αλλά ότι ενδεχομένως υπάρχει ένα συναίσθημα ενοχής σε βαθμό πολύ υψηλότερο από τον αναμενόμενο. Η ψυχαναλυτική παρατήρηση, συχνά αποκαλύπτει ότι τα νευρωτικά άτομα, αντικαθιστούν την κανονική θλίψη με μια σοβαρή κατάσταση άγχους, αυτό συμβαίνει, επειδή η απώλεια ενός συναισθηματικά σημαντικού προσώπου, αυξάνει το άγχος σε σημείο που οι νευρωτικοί μηχανισμοί δεν επαρκούν και μια οξεία προβολή άγχους γίνεται αναπόφευκτη.

## 2. Διαστρεβλωμένες αντιδράσεις.

Κατά τον Lindemann (1944), οι διαστρεβλωμένες αντιδράσεις μπορούν να ταξινομηθούν ως εξής.

- Υπερβολική δραστηριότητα, η οποία δεν συνοδεύεται από αίσθημα λύπης για την απώλεια, αλλά μάλλον από ένα αίσθημα ευφορίας. Οι δραστηριότητες είναι κάπως μεγαλόπνοες και ριψοκίνδυνες και μοιάζουν με τις δραστηριότητες του αποθανόντα.
- Εκδήλωση συμπτωμάτων που μοιάζουν με την τελευταία ασθένεια του αποθανόντα. Συνήθως δίνεται στην ασθένεια υποχονδρίαση και υστερία.
- Ταυτοποίηση ή και υστερική μετατροπή, η οποία παρουσιάζεται σαν σωματική ασθένεια ή πιο συγκεκριμένα σαν μια ομάδα ψυχοσωματικών καταστάσεων, κυρίως αιμορραγική κολίτιδα, ρευματοειδής αρθρίτιδα και άσθμα.
- Στο επίπεδο της κοινωνικής προσαρμογής, συχνά παρατηρείται μια εμφανής αλλαγή στις σχέσεις με συγγενείς και φίλους. Το άτομο γίνεται ευερέθιστο, προτιμά την ησυχία του και φοβάται ότι μπορεί να προκαλέσει την εχθρότητα των φίλων με την έλλειψη ενδιαφέροντος και την κριτική στάση που τον χαρακτηρίζει. Ακολουθεί προοδευτική απομόνωση για να αποκαταστήσει τις κοινωνικές του σχέσεις.
- Παράλληλα με το αίσθημα εχθρότητας, το οποίο χαρακτηρίζει τις κοινωνικές του σχέσεις, μπορεί επίσης να παρουσιαστεί μια βίαιη εχθρότητα εναντίον συγκεκριμένων ανθρώπων. Για παράδειγμα ο γιατρός κατηγορείται για αμέλεια και είναι χαρακτηριστικό ότι ενώ τα άτομα που παρουσιάζουν αυτό το σύμπτωμα μιλούν πολύ για τις

υποψίες τους και για τα πικρά τους συναισθήματα, ενώ δεν κάνουν καμία ενέργεια εναντίον εκείνων τους οποίους κατηγορούν.

- Πολλοί πενθούντες που αισθάνονται εχθρικά συναισθήματα, ενοχλούνται πολύ από αυτά και προσπαθούν να τα αποκρύψουν, σαν αποτέλεσμα αυτής της προσπάθειας είναι να εμφανίζουν μια πέτρινη επισημότητα. Για παράδειγμα 'κάνω μηχανικά τα καθημερινά μου έργα, πηγαίνω στις κοινωνικές εκδηλώσεις, αλλά είναι σαν να παίζω θέατρο, δεν με ενδιαφέρει τίποτα στην πραγματικότητα, δεν αισθάνομαι καμιά θερμότητα.
- Σχετικό με το προηγούμενο είναι και το σύμπτωμα της διαρκούς διακοπής όλων των καθημερινών τρόπων κοινωνικής επαφής και της αδυναμίας να συνεχίσει τους οικείους τρόπους κοινωνικής συμπεριφοράς. Το άτομο μπορεί να επιθυμεί να δείξει δραστηριότητα, αλλά δεν είναι σε θέση να αναλάβει πρωτοβουλίες δράσης, είναι πολύ ανήσυχο, υποφέρει από την αϋπνία και κατά την διάρκεια της ημέρας είναι αδρανές.
- Υπάρχουν περιπτώσεις, κατά τις οποίες το άτομο εκδηλώνει κοινωνική δραστηριότητα, αλλά οι πιο πολλές από αυτές τις δραστηριότητες θεωρούνται ότι είναι επιβλαβείς για την κοινωνική και οικονομική του υπόσταση. Τα άτομα που παρουσιάζουν αυτό το σύνδρομο, παγιδεύονται σε άστοχες οικονομικές υποθέσεις, χαρίζουν γενναιόδωρα τα υπάρχοντα τους, απομακρύνουν τις οικογένειες τους και τους φίλους τους και έτσι καταλήγουν χωρίς οικογένεια, χωρίς φίλους, χωρίς επάγγελμα, χωρίς χρήματα.
- Η κατάσταση αυτή, οδηγεί τελικά την αντίδραση του πενθούντα, να παίρνει τη μορφή της αγχώδους καταθλίψεως με ένταση, ταραχή, αϋπνία, συναισθήματα αναξιότητας, αυτοκατάκριση, ανάγκη για τιμωρία και έκδηλες ή λανθάνουσες τάσεις αυτοκτονίας.

Στα συμπτώματα αυτά προστείνονται και:

- Συνεχής απάθεια.
- Διαταραχή στην αντίληψη της πραγματικότητας.
- Ακουστικές και οπτικές παραισθήσεις.
- Αίσθηση παρουσίας του νεκρού.
- Σταθερή αποπραγματοποίηση και αποπροσωποίηση.
- Άρνηση του θανάτου και συναισθηματική νέκρωση για ότι τον υπενθυμίζει.
- Επιθετικά και καταστροφικά όνειρα.
- Γενική ή ειδική κατάπτωση της υγείας.
- Αυξημένο κάπνισμα.
- Κατανάλωση οινοπνεύματος και ναρκωτικών ουσιών.(Φάρος 1989)

Κατά τον Bowlby (1961), υπάρχουν διάφορα είδη ερευνών, που τονίζουν το γεγονός ότι η απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου, είναι πιθανότατα παθογενής:

- Υπάρχουν μελέτες, οι οποίες σχετίζουν ένα ψυχιατρικό σύνδρομο σχετικά οξύ όπως άγχος, καταθλιπτική νόσος ή υστερία, με μια πρόσφατη απώλεια. Σύμφωνα με αυτή την έρευνα, η κλινική εικόνα θα πρέπει να θεωρείται αποτέλεσμα πένθους που ακολούθησε παθολογική πορεία.
- Υπάρχουν τέλος μελέτες, οι οποίες σχετίζουν ένα ψυχιατρικό σύνδρομο, μάλλον χρόνιας μορφής, όπως η τάση επεισοδίων κατάθλιψης με μια απώλεια στην εφηβική ηλικία του πενθούντος.

Η παρουσία αυτών των συμπτωμάτων είναι βέβαιη ένδειξη, για το ότι το άτομο έχει ανάγκη ειδικής αγωγής και ότι θα πρέπει να παραπεμφθεί σε



ειδικούς θεραπευτές, οι οποίοι έχουν εκπαιδευτεί ανάλογα στη διεργασία της θλίψης και του πένθους.(Φάρος, 1989)

## 5.6 ΟΙ ΑΜΥΝΤΙΚΟΙ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΙ ΠΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥΝ ΣΤΟ ΠΕΝΘΟΣ

Όταν η διεργασία του πένθους, δεν είναι δυνατή, ο πένθων για να αντιμετωπίσει τη θλίψη, χρησιμοποιεί και ενεργοποιεί τους ακόλουθους αμυντικούς μηχανισμούς.

### - Ψυχολογική οπισθοδρόμηση.

Η ψυχολογική οπισθοδρόμηση φέρνει τον ενήλικα πίσω στο νηπιακό άγχος. Ο ενήλικας δεν είναι πια παιδί αλλά ένα μέρος του παιδιού, παραμένει σε κάθε ενήλικα. Ο ενήλικας που αντιμετωπίζει το θάνατο ενός σημαντικού για αυτόν προσώπου, έχει αυτήν την εμπειρία της ανικανότητας, για να την χρησιμοποιήσει στο να ικανοποιήσει την επιθυμία, της διατήρησης της φυσικής παρουσίας του νεκρού. Έτσι δημιουργείται το ίδιο το άγχος του χωρισμού, το αίσθημα της ανικανότητας, στην αντιμετώπιση μιας απειλής κατά του Εγώ.(Φάρος, 1989)

### - Απώθηση -άρνηση.

Η απώθηση της απώλειας, προκαλεί μια ακύρωση της προηγούμενης σχέσεις και συγχρόνως τη διατήρησή της. Αυτό χαρακτηρίζει τους καταναγκαστικούς μηχανισμούς άμυνας.(Rambo, 1978)

### - Αντιστροφή συναισθημάτων.

Μια σχέση αγάπης γίνεται μίσος, 'δεν τον αγαπώ τον μισώ'. Μια επιθετική σχέση γίνεται αιώνια αγάπη, 'δεν θέλω το κακό του'.

Η ακύρωση του θεσμού ή η αντιστροφή συναισθημάτων για τον νεκρό αποφεύγουν την επώδυνη διεργασία του πένθους, η οποία κατά κάποιο τρόπο δεν πραγματοποιείται.(Rambo, 1978)

#### - Ταύτιση

Ένας μηχανισμός, ο οποίος έρχεται να γεμίσει την απώλεια είναι η ταύτιση, με το χαμένο πρόσωπο. Αυτή η ταύτιση είναι προσωρινή και διαρκεί, όσο διαρκεί και το χρονικό διάστημα του πένθους. Παρατηρείται μάλιστα και το γεγονός, ο πένθων να παίρνει ορισμένα χαρακτηριστικά του νεκρού και να τα αποδίδει στον εαυτό του προσωρινά.(Rambo, 1978)

## 5.7 ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΩΝ ΠΕΝΘΟΥΝΤΩΝ.

Σύμφωνα με την Lesan (1982), κάθε ένας άνθρωπος, έχει τον δικό του τρόπο για να εκφράσει τον πόνο του, χωρίς πάντοτε το άμεσο περιβάλλον να κατανοεί και να αποδέχεται τους ιδιαίτερους αυτούς τρόπους. Σύμφωνα πάντα με την ίδια συγγραφέα, δεν υπάρχει σωστός και λαθεμένος τρόπος για να αισθανόμαστε, εκείνο που έχει σημασία, είναι κάθε άνθρωπος να βρει πιο είναι το καλύτερο για αυτόν.

Έτσι, οι αντιδράσεις απέναντι στο πένθος είναι αρκετές και ποικίλουν ανάλογα με την ψυχοσύνθεση του κάθε ανθρώπου.

Ο Φάρος (1989), αναφέρει ότι μερικοί πενθούντες αισθάνονται έντονα την ανάγκη να επικοινωνήσουν με τον νεκρό τους, τον ξαναζωντανεύουν στη φαντασία τους, τον βλέπουν μπροστά τους, του μιλάνε, ενώ αντίθετα κάποιοι αποφεύγουν τέτοιου είδους πράξεις γιατί αισθάνονται, ότι αναζωπυρώνεται το αίσθημα της μοναξιάς που αισθάνονται.

Κατά τον Lindemann (1944), υπάρχει μια ομοιομορφία στην εικόνα που παρουσιάζουν τα άτομα σε κατάσταση πένθους. Αίσθημα σωματικής δυσφορίας, σφιξίματος στο λαιμό, έντονη τάση για αναστεναγμό, αίσθημα κενού στο στομάχι, έλλειψη μυϊκής δύναμης. Παρατηρείται επίσης σε όλους μια αίσθηση, μη πραγματικότητας. Νοιώθουν ότι απομακρύνονται συναισθηματικά από τους άλλους ανθρώπους, ενώ τους κατέχει η εικόνα του αποβιώσαντος, με την οποία απασχολούνται διαρκώς.

Τα τέσσερα γενικά χαρακτηριστικά των αντιδράσεων των πενθούντων, σύμφωνα με τον Freud (1917), θα μπορούσαν να συνοψιστούν στα εξής:

- Βαθιά και οδυνηρή αποθάρρυνση.
- Έλλειψη ενδιαφέροντος για τον έξω κόσμο.
- Απώλεια ικανότητας για αγάπη.
- Περιορισμός δραστηριοτήτων μέσω της απόσυρσης από κάθε δραστηριότητα, η οποία δεν συνδέεται με τον αποθανόντα.(Ισκα Σάλτζμπεργκερ ουιτένμπεργκ, 1995)

Τέλος η Lesan (1982), αναφέρει, ότι μερικοί άνθρωποι έχουν ανάγκη να κάνουν μόνοι τους, μακρινούς περιπάτους. Άλλοι πάλι θέλουν να έχουν γύρω τους πολύ κόσμο. Μερικοί έχουν ανάγκη από μεγάλη ησυχία. Άλλοι έχουν ανάγκη από δυνατοί μουσική. Για παράδειγμα ένας άνθρωπος μπορεί να θέλει να ξανακοιτάει όλα τα άλμπουμ με τις φωτογραφίες της οικογένειας, ενώ κάποιος άλλος θα θελήσει να τα βάλλει στο ψηλότερο ράφι της βιβλιοθήκης του για πολύ καιρό.

## 5.8 ΕΞΩΤΕΡΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΠΕΝΘΟΥΣ.

Οι εξωτερικές εκδηλώσεις πένθους, όπως το μαύρο χρώμα της εξωτερικής περιβολής των πενθούντων, η αλλαγή της εμφάνισης τους (γενειάδα) ή και η ετήσια διάρκεια του πένθους, έχουν καθιερωθεί από τους αρχαίους χρόνους. Εκτός από το μαύρο χρώμα της περιβολής στις εκδηλώσεις του πένθους περιλαμβάνονται, η διακοπή των εορταστικών επισκέψεων, και των εορταστικών εκδηλώσεων και η μη συμμετοχή σε διασκεδάσεις.

Στο πένθος μετέχουν οι φίλοι και οι συγγενείς με συχνές παραμυθητικές επισκέψεις, με την συμφιλίωση αν υπήρχε κάποια διαμάχη μεταξύ αυτών και των πενθούντων, και με την προσφορά γλυκισμάτων, κυρίως κατά τις μεγάλες εορτές, αφού οι πενθούντες δεν επιτρέπεται να φτιάξουν γλυκίσματα.

Οι εξωτερικές εκδηλώσεις του πένθους, που αναπτύχθηκαν δια μέσου των αιώνων, είναι μια πολύτιμη έκφραση συσσωρευμένης σοφίας και πείρας και επιτυγχάνουν τα εξής:

- Πρώτον με τις εξωτερικές εκδηλώσεις το πένθος δεν μένει 'μέσα' αλλά βγαίνει 'έξω'. Έτσι αντί να είναι εσωτερική η θλίψη και το πένθος, εξωτερικεύεται. Οι εξωτερικές υπομνήσεις κάνουν αισθητή τη θλίψη που έχει δημιουργήσει το πένθος και δεν επιτρέπουν έτσι την 'άρνηση του και επομένως την απώθηση του στο υποσυνείδητο.
- Δεύτερον οι εξωτερικές εκδηλώσεις του πένθους, πληροφορούν για την ψυχολογική κατάσταση του πενθούντα και έτσι έχουν την δυνατότητα να αισθανθούν και να εκφράσουν τη συμπάθεια τους για αυτήν.

- Τρίτον οι εξωτερικές εκδηλώσεις του πένθους εξυπηρετούν ένα πολύ υψηλό κοινωνικό σκοπό, γιατί κάνουν το θάνατο ορατό και έτσι βοηθούν τον άνθρωπο, να μην αποβάλλει την ανθρωπιά του και να τον συγκρατούν από μια ψυχολογική οπισθοδρόμηση στο χώρο της νηπιακής φαντασίας. Όταν ο άνθρωπος ξεχνάει το θάνατο, ζει σε μια κατάσταση ψευδαισθήσεων και ονείρου.

Συμπερασματικά οι εξωτερικές εκδηλώσεις του πένθους εξυπηρετούν ένα ειδικότερο κοινωνικό σκοπό, να προπαρασκευάσουν δηλαδή τους ανθρώπους για την αντιμετώπιση του θανάτου και του πένθους. Στις κοινωνίες, όπου ο θάνατος είναι αθέατος, επειδή λείπουν οι εξωτερικές υπομνήσεις του, όταν επέλθει βρίσκει τους ανθρώπους εντελώς απροετοίμαστους να τον αντιμετωπίσουν, ανίκανους για το τι είναι αυτό που τους συμβαίνει και για το τι μπορούν και τι δεν μπορούν ή δεν πρέπει να κάνουν ή να πουν.

Είναι βέβαιο ωστόσο, ότι οι εξωτερικές εκδηλώσεις του πένθους δεν είναι πάντοτε γνήσιες, αλλά καταλήγουν υποκριτική κοινωνική συμβατικότητα. Αναμφισβήτητα η μη γνήσια συναισθηματική έκφραση είναι αντιαισθητική και φυσικά είναι κακή χρήση ενός θεσμού.(Φάρος, 1989)

## 6. ΕΞΕΛΙΚΤΙΚΗ ΠΟΡΕΙΑ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ.

### 6.1 ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΗΣ ΟΜΑΛΗΣ ΕΞΕΛΙΞΗΣ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ.

Για να πετύχει ο πενθών την ομαλή εξέλιξη της διαδικασίας του πένθους, απαιτούνται τα εξής:

#### 1. Έκφραση της θλίψης.

Είναι πολύ σημαντικό, να τεθεί σε κίνηση η διαδικασία του πένθους, δηλαδή ο πενθών να μην σαν να μην συμβαίνει τίποτα και να μην αρνείται το θάνατο, να μην συγκρατεί με ένα καταναγκαστικό τρόπο τα συναισθήματα του.

#### 2. Οργάνωση.

Ο πενθών βρίσκεται σε ένα συναισθηματικό χάος. Δεν είναι σε θέση να εκτιμήσει την απώλεια και έχει βιώματα, τα οποία δεν ξέρει πώς να τα αντιμετωπίσει. Η απώλεια έχει επηρεάσει σε διαφορετικά επίπεδα τη σχέση του με το νεκρό και το κοινωνικό περιβάλλον και χρειάζεται ένα επαναπροσδιορισμό, οποίος πρέπει να αρχίσει με μια διευκρίνιση της σχέσης του με τον νεκρό, προτού ακόμη πάρει οποιασδήποτε πρακτικές αποφάσεις.

#### 3. Αποδοχή της πραγματικότητας.

Η αναγνώριση και η αποδοχή της πραγματικότητας του θανάτου είναι μια αναπότρεπτη αναγκαιότητα. Ο πενθών περνά από στάδια αντιμετώπισεως και αρνήσεως της απώλειας. Και αυτό γιατί μόνο



σταδιακά και προοδευτικά μπορεί να την δεχθεί. Πάντα το κοινωνικό περιβάλλον, μπορεί να προσφέρει στον πενθούντα την επιβεβαίωση της απώλειας.

#### 4. Η απόφαση του πενθούντα για επιβίωση.

Όσο περισσότερο συνειδητοποιεί ο πενθών την απώλεια, τόσο περισσότερο διερωτάται αν αξίζει να ζει. Στο στάδιο της οδύνης δεν είναι ξεκάθαρο αν επικρατεί το ένστικτο της ζωής ή το ένστικτο του θανάτου. Μερικές φορές αυτή η σύγχυση μονιμοποιείται και οδηγεί τον πενθούντα σε παθολογική αντιμετώπιση της απώλειας, αλλά τις περισσότερες φορές με την βοήθεια του κοινωνικού περιβάλλοντος επικρατεί η θέληση της επιβίωσης.

#### 5. Έκφραση μη αποδεκτών συναισθημάτων και επιθυμιών.

Ο πενθών έχει ορισμένα αρνητικά συναισθήματα, τα οποία πρέπει να εκφράσει σε ένα ουδέτερο τρίτο πρόσωπο, γιατί αλλιώς ή θα τα απωθήσει σε μια αδικαιολόγητη αποθέωση του νεκρού ή θα τα στρέψει ενάντια στον ίδιο του τον εαυτό με διάφορες μορφές αυτοτιμωρίας.

#### 6. Αξιολόγηση της απώλειας.

Το επόμενο βήμα στη διαδικασία του πένθους είναι η αξιολόγηση της απώλειας και των δυνατοτήτων αντικατάστασής του νεκρού. Συχνά τρομάζει ο πενθών, είτε διαπιστώνοντας πόσο αναντικατάστατος είναι ο νεκρός, είτε διαπιστώνοντας πόσο λίγο εξαρτιόταν από αυτόν.

#### 7. Ενσωμάτωση του νεκρού.

— Η ομαλή διαδικασία του πένθους πλησιάζει προς το τέλος της, όταν ο πενθών επιτυγχάνει να αποκαταστήσει τον εσωτερικό και τον εξωτερικό του κόσμο, του οποίου ο νεκρός γίνεται ένα αδιάσπαστο μέρος.

#### 8. Ευκαιρία νέου προσανατολισμού.

Η σχέση που έχει ένα άτομο με τον σύζυγο ή με ένα παιδί, καθορίζει σε μεγάλο βαθμό τον τρόπο ζωής του. Ο θάνατος δίνει την ευκαιρία για ένα επαναπροσανατολισμό στη ζωή του, αν επιτύχει την απελευθέρωση του από το νεκρό (Φάρος, 1989)

Τέλος για να εξελιχθεί ομαλά το πένθος, ο πενθών θα πρέπει να κατορθώσει τα εξής:

- Να αποδεχθεί τον πόνο που του δημιούργησε η απώλεια.
- Να επανεξετάσει τη σχέση του με τον νεκρό και να εξοικειωθεί με τις εναλλαγές στη μορφή και στον τόνο των συναισθηματικών του φορτίσεων.
- Να εκφράσει λύπη για την απώλεια.
- Να εκφράσει με λόγια τα συναισθήματα ενοχής και να βρει γύρω του πρόσωπα, τα οποία θα χρησιμοποιήσει ως πρότυπα για να αποκτήσει καινούργιους τρόπους συμπεριφοράς. (Rando 1984)

Κατά την Rando (1984), η έκφραση των συναισθημάτων θυμού και λύπης που συνοδεύουν το θάνατο κάποιου αγαπημένου προσώπου, είναι ένα σημαντικό κομμάτι για την επιτυχή αντιμετώπιση του πένθους, αυτό όμως δεν είναι αρκετό χωρίς τη σημασία της γνωσιακής και ενδόψυχης διεργασίας του πένθους. Απαραίτητη λοιπόν είναι μια σειρά από γνωσιακές και ενδόψυχες διαδικασίες, οι οποίες είναι οι εξής:

A. Αναγνώριση και κατανόηση της θανάτου.

B. Αντίληψη του πόνου και αντίδραση στον αποχωρισμό.

Γ. Προσαρμογή στο νέο τρόπο ζωής, χωρίς να ξεχνιέται ο παλιός.

A. Αναγνώριση και κατανόηση του θανάτου.

- Αναγνώριση του θανάτου.

Όταν ο πενθών πρέπει να συνειδητοποιήσει ότι ο θάνατος έχει συμβεί, είναι αναγκαίο να έρθει σε επαφή και να δει το σώμα του νεκρού. Αυτό απελευθερώνει τη φυσική ορμή του πενθούντος, να αρνηθεί ότι το αγαπημένο του πρόσωπο έχει πεθάνει.

Οι άνθρωποι ζητούν συχνά στοιχεία θανάτου, πριν αρχίσουν να θρηνούν. Αν δεν υπάρχουν αυτά, τότε μπορεί να αναβάλλουν τη θλίψη τους με την ελπίδα ότι το πρόσωπο μπορεί να είναι ζωντανό ή ότι δεν υπάρχει λόγος να θρηνούν, αφού δεν υπάρχει πτώμα.

- Κατανόηση του θανάτου.

Οι πενθούντες αντιμετωπίζουν δυσκολίες και προβλήματα κατά την περίοδο του πένθους, αν δεν μπορούν και δεν είναι σε θέση να δώσουν εξηγήσεις και αιτίες για το γεγονός του θανάτου.

B. Αντίληψη του πόνου και αντίδραση στον αποχωρισμό.

- Αντίληψη του πόνου.

Κάποιος ο οποίος πενθεί, μπορεί να προσπαθεί να επιβραδύνει τον πόνο ή να τον αρνηθεί ή πάλι μπορεί να απομακρύνει τον εαυτό του από τα συναισθήματα του, μπορεί επίσης να συγκεντρώνει το ενδιαφέρον του

στον πόνο των άλλων, έτσι ώστε να περνά ο δικός του απαρατήρητος. Όλες αυτές είναι αντιδράσεις, οι οποίες μπορεί να επιφέρουν κάποιο θετικό αποτέλεσμα για κάποιο χρονικό διάστημα, αλλά αυτό δεν αρκεί.

- Αντίδραση στον χωρισμό.

Απαραίτητο στοιχείο για την ομαλή εξέλιξη της πορείας του πένθους είναι, να μάθει ο πενθών να ζει και να επιβιώνει ομαλά, χωρίς το άτομο που χάθηκε.

Γ. Προσαρμογή στο νέο τρόπο ζωής, χωρίς να ξεχνιέται ο παλιός.

- Ανάπτυξη μιας νέας σχέσης με τον αποθανόντα.

- δημιουργία μιας νέας ταυτότητας.

- Επανεπένδυση της συναισθηματικής ενέργειας του πενθούνα.

## 6.2 ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗΝ ΕΞΕΛΙΚΤΙΚΗ ΠΟΡΕΙΑ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ.

Όπως έχει ήδη αναφερθεί προηγουμένα, οι άνθρωποι ανάλογα με την ψυχοσύνθεση τους, αντιδρούν διαφορετικά στα στάδια και τις φάσεις του πένθους. Έτσι υπάρχουν αντιδράσεις πένθους, οι οποίες εγκαθίστανται με ένταση αμέσως μετά το θάνατο και εξασθενούν μετά από πολλούς μήνες. Σε άλλους πάλι ανθρώπους, η πορεία της αντίδρασης είναι εύκολη και ήπια και χρονικά σύντομη. Υπάρχει αντίδραση που η εμφάνιση της καθυστερεί, με αποτέλεσμα όμως να είναι σφοδρότερη. Μερικοί άνθρωποι μπορούν για πολλά χρόνια να σέρνουν μαζί τους ένα αόρατο πένθος, ώστε να εκδηλωθεί αυτό κάποτε σαν σωματική και ψυχική ασθένεια.

Αν η εξελικτική πορεία του πένθους θα είναι χρόνια ή υπερβολικά παρατεταμένη αποφασίζεται από τους παράγοντες που την επηρεάζουν. Παρακάτω παρατείνονται διάφοροι παράγοντες που επηρεάζουν την έναρξη, την πορεία και της δυνατότητες επεξεργασίας του πένθους.(Κανακάκης, 1989)

- Ο πολιτιστικός κύκλος.

Ο πολιτιστικός κύκλος από τον οποίο προέρχεται ο πενθών και μέσα στον οποίο ζει, είναι ένας σημαντικός παράγοντας με πολλές επιδράσεις. Υπάρχουν πολιτισμοί, οι οποίοι όχι μόνο επιτρέπουν την εκδήλωση σφοδρών συναισθημάτων απώλειας, αλλά την υπαγορεύουν και στηρίζουν τον πενθούντα κατά την διάρκεια της πένθιμης περιόδου.

- Η εθνικότητα.

Η εθνικότητα είναι συνυπεύθυνη, στην περίπτωση που οι άνθρωποι οφείλουν να αυτοκυριαρχούνται και να δικαιολογούν τα συναισθήματα πένθους. Πρόκειται για τις 'αρσενικές κοινωνίες', οι οποίες είναι διαμορφωμένες με πρότυπο τον άνδρα.

- Η θρησκεία.

Η θρησκεία είναι ένας ιδιαίτερα πολύπλοκος παράγοντας, ο οποίος μπορεί να επηρεάσει την όλη διαδικασία του πένθους θετικά αλλά και αρνητικά. Συχνά οι προσδοκίες της θρησκείας για την συμπεριφορά του πενθούντα δεν επιτρέπουν εκδήλωση οργής, θυμού και λύπης. Στην αντίθετη περίπτωση ο πενθών δίνει την εντύπωση, ότι δεν είναι όσο πρέπει πιστός. Το αποτέλεσμα μιας τέτοιας κατάστασης είναι μια αποτυχημένη πορεία του πένθους, ένας πόνος δίχως τέλος.

- Η προσωπικότητα του πενθούντα.

Η προσωπικότητα του πενθούντα, επηρεάζει την αντίδραση του στο πένθος με τρόπο υποκειμενικό. Ρόλο παίζει, το πώς το άτομο από έμαθε προγενέστερα να κατανικάει το πόνο του, η τοποθέτηση του απέναντι στο θάνατο, το τι εντέλει πιστεύει για τον εαυτό του και τι προσδοκά.

- Η ποιότητα της σχέσης.

Η ποιότητα της σχέσης που επικρατούσε μεταξύ του πενθούντα και του ατόμου που χάθηκε, είναι καθοριστική για την εκδήλωση του πένθους. Αν ήταν μια σχέση ισχυρής εξάρτησης ή μια αμφιταλαντευόμενη σχέση και συνεπώς συνδεδεμένη με συναισθήματα ενοχής, τότε το πένθος δεν αντιμετωπίζεται ούτε εύκολα ούτε δύσκολα. Βασικό επίσης είναι, ότι το άτομο που χάθηκε ήταν μέλος της οικογένειας, φίλος, συγγενείς, το τι ρόλο

είχε παίξει στη ζωή του πενθούντα, αν ήταν δηλαδή αναντικατάστατος σύντροφος, αν έδινε στον πενθούντα την αίσθηση της σιγουριάς.

- Το είδος του θανάτου.

Το είδος του θανάτου αναφέρεται στο, αν ο θάνατος ήταν ένα απροσδόκητο γεγονός που συνέβη ξαφνικά χωρίς να το υπολογίσει κανείς, ή αν ήταν ένα αναμενόμενο γεγονός που συνέβη εξαιτίας μια βαριάς χρόνιας αρρώστιας.

Το πένθος σε ξαφνικές απώλειες αντιμετωπίζεται δυσκολότερα, αφού μάλιστα ένας αιφνίδιος θάνατος έχει πιο πολλές συνέπειες οικονομικές, οργανωτικές, οι οποίες δεν είναι εύκολο να αντιμετωπιστούν άμεσα. Σημασία έχει επίσης το αν ο θάνατος επήλθε στο εξωτερικό, κάπου μακριά έτσι που κανείς να μην μπόρεσε να δει από κοντά τον νεκρό και να διαπιστώσει αν ήταν ένας βίαιος θάνατος, αν βρέθηκε ή όχι το σώμα, αν οφειλόταν σε ατύχημα, σε αυτοκτονία ή κάποια καταστροφή (ναυάγιο σεισμό).

- Προγενέστερες απώλειες.

Προγενέστερες απώλειες για τις οποίες δεν έχει γίνει η επεξεργασία τους και από τις οποίες το άτομο έχει αποκτήσει κακές εμπειρίες για το πένθος. Είναι παράγοντες που επηρεάζουν πολύ ένα τωρινό πένθος. Έτσι ο πενθών αισθάνεται να απειλείται από μια υπερπλημμύρα που ξεσπά εξαιτίας προγενέστερων αρνητικών εμπειριών.

- Η κατάσταση υγείας του πενθούντος.

Κατά την ώρα της απώλειας η κατάσταση της υγείας του πενθούντα παίζει ένα ιδιαίτερο ρόλο για την επιτυχία της πορείας του πένθους. Ένα άτομο αδύναμο άρρωστο ή ηλικιωμένο μπορεί δύσκολα να εκτεθεί σε

σφοδρές συγκινησιακές καταστάσεις, τις οποίες προϋποθέτει το πένθος. Αλλά και άλλες σωματικές βλάβες που προέρχονται από τη χρήση αλκοόλ, τα ναρκωτικά και τα ηρεμιστικά χάπια, δυσκολεύουν τη διαδρομή του πένθους. Η χρονική διάρκεια παρατείνεται για ακαθόριστο διάστημα και το πένθος χρονίζει.

- Το κοινωνικό περιβάλλον.

Το κοινωνικό περιβάλλον που αποτελείται από συγγενείς, φίλους και θεσμούς που έχουν έργο να προσφέρουν βοήθεια, αποτελεί σημαντικό παράγοντα για την 'συνοδεία' του πενθούντα στη σκοτεινή του πορεία. Όταν ο πενθών έχει την έγκριση, την ενίσχυση, την στήριξη του περιβάλλοντος του, βρίσκει κατανόηση για την απελπισία που του προκαλεί το πένθος, βιώνει τη δοκιμασία ευκολότερα. Επιβαρυντικό για τον πενθούντα είναι όταν το κοινωνικό περιβάλλον παρεμποδίζει την εκδήλωση του πένθους.

Άλλες παράλληλες κρίσεις όπως, οικονομικές δυσκολίες που προκύπτουν απότομα για τις οποίες το άτομο δεν είναι ικανό να αντιμετωπίσει και που αποτελούν για αυτό υπερβολικές απαιτήσεις, συντελούν στη δύσκολη αντιμετώπιση του πένθους.

- Η ηλικία και το φύλο.

Η ηλικία και το φύλο, μπορεί να έχουν επίδραση μόνο σε σχέση με άλλους παράγοντες. Νεότερα άτομα γυναικείου φύλου έχουν κατά κανόνα τις μεγαλύτερες πιθανότητες να υπερνικήσουν τη θλίψη.

- Η επαγγελματική θέση και η οικονομική κατάσταση.

Η επαγγελματική θέση και η οικονομική κατάσταση επηρεάζουν επίσης αισθητά την έκβαση της επεξεργασίας του πένθους. Καλή επαγγελματική



θέση και οικονομική ανεξαρτησία διευκολύνουν τη διαδικασία του πένθους. (Κανακάκης, 1989)

Το παραπάνω μοντέλο, προσπαθεί να λάβει υπόψη του, όλους εκείνους τους παράγοντες, οι οποίοι αποδίδουν στο πένθος χαρακτηρισμούς όπως, παθολογικό, χρόνιο, καθυστερημένο και συγκεκαλυμμένο.

Η Rando (1988), κατηγοριοποιεί τους παράγοντες που επηρεάζουν το πένθος ως εξής:

A. Ψυχολογικοί παράγοντες.

B. κοινωνικοί παράγοντες.

Γ. Φυσικοί παράγοντες.

Πιο αναλυτικά στους ψυχολογικούς παράγοντες περιλαμβάνονται:

- Τα χαρακτηριστικά και η σημασία της χαμένης σχέσης με κύριους άξονες τους ακόλουθους:

- τη φύση και τη σημασία της σχέσης.
- Τη ποιότητα της σχέσης.
- Το ρόλο και τις λειτουργίες του προσώπου που χάθηκε.
- Τα χαρακτηριστικά του προσώπου που χάθηκε.
- Το μέγεθος των εκκρεμοτήτων του προσώπου που χάθηκε.
- Την αντίληψη του ίδιου του πενθούντα για την ολοκλήρωση του κύκλου ζωής του προσώπου που χάθηκε.

- Τα προσωπικά στοιχεία του πενθούντος με κύριους άξονες:

- Την ικανότητα του πενθούντα να αντιμετωπίζει καταστάσεις.
- Την προσωπικότητα του.

- Την νοητική του αντίληψη.
- Το επίπεδο ωριμότητας του πενθούντα.
- Προηγούμενες εμπειρίες πένθους.
- Το κοινωνικό, εθνικό, θρησκευτικό, πολιτιστικό περιβάλλον του πενθούντα.
- Το φύλο του πενθούντα.
- Την ηλικία του πενθούντα.
- Την παρουσία άγχους ή κρίσεων στη ζωή του πενθούντα.

- Τις συγκεκριμένες συνθήκες θανάτου με κύριους άξονες:

- Το συγχρονισμό του θανάτου.
- Τις γύρω συνθήκες θανάτου (τοποθεσία, αιτία).
- Την αντίληψη του πενθούντα όσον αφορά την αποφυγή του θανάτου.
- Τη διάρκεια της ασθένειας.

Στους κοινωνικούς παράγοντες περιλαμβάνονται:

- Το κοινωνικό σύστημα και η από αυτό υποστήριξη του πενθούντα.
- Το κοινωνικό, παραδοσιακό, εθνικό και θρησκευτικό παρελθόν του πενθούντα.
- Η εκπαιδευτική, η οικονομική και η επαγγελματική θέση του πενθούντα.
- Η κηδεία ως λειτούργημα.
- Η κοινωνική αναγνώριση του θανάτου.

Στους φυσικούς παράγοντες περιλαμβάνονται:

- Ναρκωτικά, ηρεμιστικά.
- Διατροφή πενθούντος.

- Ξεκούραση και ύπνος.
- Φυσική υγεία πενθούντος.
- Φυσική κατάσταση πενθούντος.

Τέλος κατά τον Φάρο (1989), υπάρχουν ορισμένοι παράγοντες που παρεμποδίζουν την ομαλή εξέλιξη της διαδικασίας του πένθους όπως:

- Η αντίσταση στο ελεύθερο ξέσπασμα του πενθούντα.
- Η μη ανάπτυξη ικανοτήτων αντιμετώπισης του πένθους.
- Ένα παλιό μη επεξεργασμένο πένθος.
- Οι αμφιβολίες για την πραγματικότητα του θανάτου, π.χ. η αμφισβήτηση του σε περιπτώσεις κατά τις οποίες δεν βρέθηκε το πτώμα.
- Συγκρουόμενα θετικά και αρνητικά συναισθήματα για το πρόσωπο που χάθηκε.
- Κάποιοι κοινωνικοί και θρησκευτικοί παράγοντες που επιβάλλουν την ήρεμη-ήπια αντιμετώπιση του πένθους ως ένδειξη παραδειγματικής συμπεριφοράς.

## 6.3 ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΗΣ ΜΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ ΓΙΑ ΤΟ ΑΤΟΜΟ ΚΑΙ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ.

Ένα μεγάλο μέρος, που απειλεί με καταστροφή τον άνθρωπο, τις πνευματικές του αξίες και την ίδια του τη φύση, οφείλεται στην ανικανότητα μας να ‘συναναστραφούμε’ κατάλληλα με το πένθος.

Πρόκειται για ένα ατομικό στο πολλαπλάσιο του όμως κοινωνικό φαινόμενο, το οποίο κρύβει μια τεράστια κοινωνική ενέργεια. Όταν το πένθος δεν βρει ανάλογη έκφραση, μεταβάλλεται σε μια σημαντική μη αντιληπτή ενάργεια, η οποία επιδρά σιγά-σιγά και που θα έχει για το άτομο και το περιβάλλον τους δυσμενείς συνέπειες.

Το συναίσθημα της θλίψης, είναι μια συγγενής- εκ γενετής- ικανότητα που μας συνοδεύει πιστά και υπομονετικά από τη γέννηση μας ως και το θάνατο. Καθώς η ζωή μας αποτελεί μια εξελικτική διαδικασία που αφορά τη σωματική, πνευματική ανάπτυξη και ωρίμανση μας, το πένθος μας βοηθά να αποχαιρετούμε και να εγκαταλείψουμε το παλιό, για να είμαστε σε θέση να κάνουμε το επόμενο αναπτυξιακό μας βήμα.

Το πένθος σαν συναισθηματική ενέργεια, βοηθά να διαχωρίζουμε τον εαυτό μας από το νεκρό, το μη ζωντανό, το μη υπάρχον πια και να τον οριοθετούμε με καθαρότητα και σαφήνεια. Αν δεν καταλήγαμε σε μια τέτοια οριοθέτηση, θα υπήρχε ο κίνδυνος να μείνουμε ‘κολλημένοι’ σε ‘νεκρό υλικό’, πράγμα που θα είχε καταστροφικές συνέπειες.

- Συνέπειες που αφορούν το άτομο από τη συγκάλυψη του πένθους:

Το άτομο που δεν εκδηλώνει το πένθος του καθίσταται, ανίκανο να αντιμετωπίσει χωρισμούς και απώλειες, να αποκόψει τον εαυτό του από αυταπάτες. Γίνεται απαθές, σκληρό και ψυχρό και ενώ συνήθως διευθύνει και χειρίζεται άλλους ανθρώπους για να εξυπηρετήσει τις νευρώσεις του. Με φάρμακα ναρκωτικά και αλκοόλ, προσπαθεί το άτομο με τεχνητά μέσα το 'χαμένο παράδεισο' των συναισθημάτων. Τέτοια τεχνητά συναισθήματα επιτείνουν την τάση για αναισθητοποίηση. Από το σημείο που δεν θέλουμε να αισθανόμαστε, φθάνουμε στο σημείο να μην μπορούμε να αισθανόμαστε.

Το να μην θέλουμε και το να μην μπορούμε να πενθούμε είναι μια διαδικασία αδιάκοπου τραυματισμού, την οποία προξενούμε οι ίδιοι στον εαυτό μας, έτσι σβήνονται τα τελευταία μικρά φυσιολογικά ίχνη μιας υπάρχουσας ακόμα ικανότητας πένθους και φυσικά επιτυγχάνεται η παραμόρφωση της προσωπικότητας.

- Συνέπειες που αφορούν την κοινωνία από τη συγκάλυψη του πένθους:

Κάτω από τέτοιες συνθήκες συγκάλυψης δεν μπορεί πια το πένθος, σαν καθολικό κοινωνικό φαινόμενο με τις πολύπλευρες και πολυδιάστατες σχέσεις του, να αναπτυχθεί σε ότι αφορά την αλληλέγγυα και θεραπευτική του δύναμη. Η ενέργεια δεν μένει απλώς ανεκμετάλλευτη, αλλά γυρίζει στο αντίθετο. όπως ακριβώς συμβαίνει στα μεμονωμένα άτομα υπάρχουν καταστροφικές ενέργειες που η κοινωνία τις κατευθύνει εναντίον του ίδιου της του εαυτού. Καμιά ευαισθησία για τους άλλους, παραλογισμός, κοινωνική ψυχρότητα, αστόχαστες καταστρεπτικές ενέργειες (Κανακάκης, 1989).

## 6.4 Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΕΞΩΤΕΡΙΚΕΥΣΗΣ ΤΗΣ ΘΛΙΨΗΣ.

Η Ross (1979), δίνει μεγάλη έμφαση στην εξωτερίκευση των συναισθημάτων της θλίψης, τονίζοντας ότι οι θλιμμένοι που πενθούν για κάποιο δικό τους πρόσωπο που έχασαν, έχουν μέσα τους μια 'ζούγκλα' συναισθημάτων, τα οποία αν δεν εκφράσουν θα είναι αρκετά επιζήμιο. Οι πενθούντες θα πρέπει να ενθαρρύνονται να μιλούν, να εκφράζονται ελεύθερα, καθώς και να ενθαρρύνονται για συμμετοχή σε τελετουργικές διαδικασίες, οι οποίες βοηθούν στην αποβολή των δυσάρεστων συναισθημάτων που νοιώθουν. Η έκφραση της θλίψης εκτονώνει τα συναισθήματα του θλιμμένου και τον προφυλάσσει από μια καθυστερημένη αντίδραση, στην περίπτωση που δεν θα εξέφραζαν ελεύθερα τη συναισθηματική τους κατάσταση.

Η Lesan (1982), προτρέπει όσους πενθούν να εξωτερικεύσουν τα συναισθήματα τους, με οποίο τρόπο διαλέξουν οι ίδιοι και νομίζουν ότι θα τους βοηθήσει, γιατί έτσι θα νοιώσουν ανακούφιση.

Τέλος η ίδια συγγραφέας τονίζει ότι οι οικογένειες που αντιμετωπίζουν κατά πρόσωπο την απώλεια και εκτονώνουν τα συναισθήματα τους αποσυνδέονται γρηγορότερα από τον θανόντα σε σύγκριση με οικογένειες που προσπαθούν να κρύψουν τα συναισθήματα τους.

## 7. ΧΕΙΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ.

Σύμφωνα με τον Lindemann (1944), ο κατάλληλος χειρισμός του πένθους μπορεί να παρεμποδίσει μακροχρόνιες και σοβαρές αλλαγές στην κοινωνική προσαρμογή του ατόμου, καθώς επίσης και πιθανές σωματικές ασθένειες.

Όπως έχει ήδη αναφερθεί, η έκφραση του πένθους και η ανακούφιση των συναισθημάτων της θλίψης, του πόνου, της φυγής, της ενοχής και άλλων, είναι σημαντική και έχει βοηθήσει πολλούς ανθρώπους που βρίσκονται σε κατάσταση πένθους. Ωστόσο από μόνη της αυτή η έκφραση των συναισθημάτων δεν είναι αρκετή.

Σε περιπτώσεις κατά τις οποίες η εχθρότητα και η κοινωνική και η συναισθηματική αποξένωση, είναι τα πιο έκδηλα χαρακτηριστικά του πένθους και όπου δεν συντρέχουν οι ανάλογες προϋποθέσεις για μια ομαλή εξέλιξη του πένθους, απαιτούνται ειδικοί χειρισμοί.

Οι χειρισμοί αυτοί, οι οποίοι σχεδιάζονται και πραγματοποιούνται από ειδικούς επιστήμονες, έχουν σαν σκοπό την έκφραση των συναισθημάτων και ανησυχιών και το 'μοίρασμα' των εμπειριών. Οι ενέργειες που ακολουθούνται είναι συγκεκριμένες βάσει ενός σχεδίου δράσης και οι ειδικοί επιστήμονες, χρησιμοποιώντας διάφορα μέσα όπως την πολλαπλή συνέντευξη ή και την δημιουργία θεραπευτικών ομάδων, εργάζονται συμβουλευτικά, υποστηρικτικά και βοηθητικά, με σκοπό να κινητοποιήσουν και να επαναδραστηριοποιήσουν τον πενθούντα να αναλάβει δράση και να απεμπλακεί έτσι από μια παθολογική κατάσταση.

## 7.1 ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΜΕ ΠΕΝΘΟΥΝΤΕΣ.

Ο Κανακάκης (1989), καταγράφει δύο μοντέλα θεραπείας που οδηγούν στην επίλυση του πένθους:

1. Το μοντέλο αντιμετώπισης του πένθους.
2. Το διορθωμένο μοντέλο επεμβάσεων και θεραπείας.

- Το μοντέλο αντιμετώπισης του πένθους στοχεύει:

- Στην 'ελάφρυνση' της πορείας του πένθους από τα λεγόμενα αδιεκπεραίωτα ή 'μπλοκαρισμένα' στοιχεία του πένθους.
- Στην καλή αποτελεσματικότητα σε βαριές και οξείες κρίσεις πένθους.
- Στην αργή βαθμιαία επαναφορά στο φυσιολογικό ρυθμό ζωής μετά από χρόνιο ή παθολογικό πένθος.

- Το διορθωμένο μοντέλο επεμβάσεων και θεραπείας είναι δομημένο σε έξι στάδια:

- Πρώτο στάδιο: Βαθμίδα έναρξης και προπαρασκευής.

Η προπαρασκευή και η παροχή πληροφοριών πάνω σε γενικά συστήματα και σε παραδοσιακές μορφές επεξεργασίας του πένθους, είναι τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα αυτού του σταδίου. Ο πενθών αναφέρεται στην κατάσταση του, κάνει ένα 'ισολογισμό' του πένθους του. Σε αυτό το πρώτο στάδιο θεραπείας ο πενθών εξασκείται σε ότι αφορά την αναγνώριση της ταυτότητας του και με τελετουργικά μέσα βιώνει τον



σύνδεσμο, την από κοινού ζωή με τους άλλους, την αλληλεγγύη και την γνωριμία.

- Δεύτερο στάδιο: Βαθμίδα της άσκησης και του πειραματισμού.

Σε αυτό το στάδιο γίνεται προσπάθεια να κινητοποιηθούν οι αισθήσεις και να εξασκηθεί το σώμα, δηλαδή η αναπνοή, η φωνή, η κίνηση. Ο πενθών συνειδητοποιεί την πολλαπλότητα του συναισθήματος του, τις ανάγκες του και τις ελλείψεις του. Αρχίζει η αναζήτηση δυνάμεων που όλοι οι άνθρωποι διαθέτουμε και ενός κοινωνικού πλέγματος στήριξης του πενθούντα. Ασκήσεις για χαλάρωση, για έκφραση της επιθετικότητας και γενικά εκφραστικότητα, αποδεικνύονται αποτελεσματικές.

- Τρίτο στάδιο: Βαθμίδα της δημιουργικής έκφρασης και της δραματοποίησης της θλίψης.

Υπάρχουν πολλές δραστηριότητες μέσω των οποίων μπορεί η δημιουργική δράση να βρει το δρόμο της. Το εσωτερικό δράμα του πένθους οδηγείται προς τα έξω.

Αυτό επιτυγχάνεται με την επιστράτευση πολλών μέσων έκφρασης όπως, μουσική, ζωγραφική, πηλός, στιχουργία, παραμύθια, δραματικές παραστάσεις, παιγνίδι ρόλων και θέατρο σκιών. Έτσι η αρνητική ενέργεια του πένθους μεταβάλλεται σε θετική ενέργεια. Το χάος του πόνου, της απώλειας, μπορεί κάτω από την προστασία της τέχνης να φθάσει στην μεταμόρφωση.

- Τέταρτο στάδιο: Βαθμίδα της αντιμετώπισης καταστάσεων και της λήψης των αποφάσεων.

Ο πόνος της απώλειας και του χωρισμού γίνεται αποδεκτός, του ανοίγεται ο δρόμος και οδηγείται στην έκφραση. Ο πενθών στέκεται

απέναντι στην απόφαση του αποχαιρετισμού και της απελευθέρωσης. Όταν αποφασιστεί από τον πενθούντα η αποκοπή και ο αποχαιρετισμός τότε έχουμε μία διακήρυξη, ένα 'μανιφέστο του πένθους'.

- Πέμπτο στάδιο: Τελική φάση θεραπείας.

Η έναρξη αυτής της βαθμίδας, γίνεται με μια φάση στοχασμού, την οποία ακολουθούν συσχετισμοί. Επίσης εκδηλώνονται επιθυμίες και ανάγκες.

Σε μια συμβολική δράση 'διαμερίζεται', μοιράζεται η ενέργεια και μαθαίνει κανείς, πως η από κοινού αντιμετώπιση και γενικότερα η από κοινού ζωή είναι πηγή δύναμης. Το τελετουργικό του χορού συμβολίζει το χορό προς τη ζωή.

- Έκτο στάδιο: Βαθμίδα της λήξης του πένθους.

Επιβεβαιώνεται η πρόοδος που τα άτομα σημείωσαν, ενώ βιώνονται συμπληρωματικά τα 'υπολείμματα' του πένθους, για να συνειδητοποιήσουν οι πενθούντες σε ποια κατάσταση βρίσκονται και για να διαπιστώσουν αν χρειάζονται ακόμα υποστήριξη.

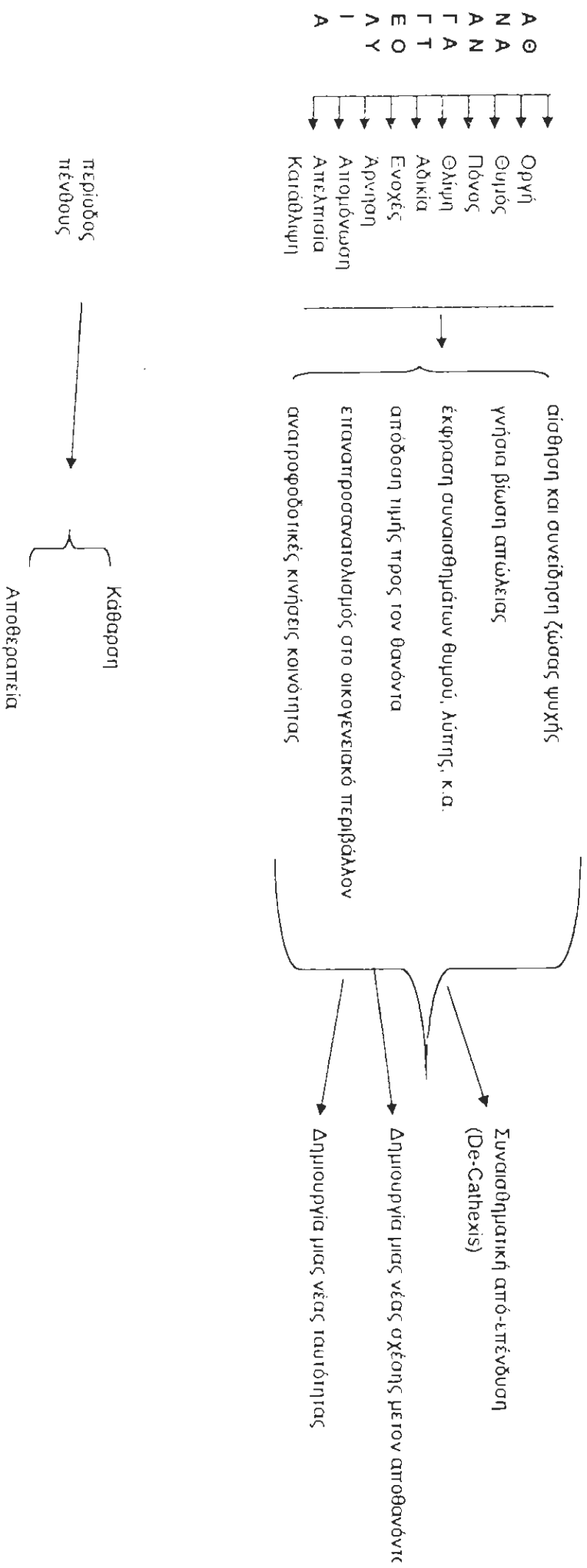
Η θεραπευτική παρέμβαση της Rando(1984), με τους πενθούντες συνίσταται κυρίως στη συνειδητοποίηση της γνωσιακής και ενδόψυχης πλευράς της διεργασίας του πένθους. Έτσι για την επίλυση του πένθους είναι απαραίτητη μια σειρά από γνωσιακές και ενδόψυχες διεργασίες. Αυτές είναι:

1. De-cathexis [συναισθηματική από-επένδυση].
2. Δημιουργία μιας νέας σχέσης με τον αποθανόντα.
3. Δημιουργία μιας νέας ταυτότητας.

- Η συναισθηματική αποεπένδυση: είναι μια βασική ενδόψυχη διεργασία, η οποία πρέπει να ολοκληρωθεί για να μπορέσει ο πενθών να ξεπεράσει την απώλεια με επιτυχία και να διατηρήσει ανέπαφη τη συναισθηματική ενέργεια για να επενδύσει σε μεταγενέστερες σχέσεις.
- Δημιουργία νέας σχέσεις με τον αποθανόντα: Ο θάνατος ενός αγαπημένου προσώπου χωρίζει τον πενθούντα από τον εκλιπόντα. Αυτό όμως δεν σημαίνει και το τέλος της σχέσεις τους. Καθώς η ζωή του πενθούντα επανασυγκροτείται με την απουσία του αποθανόντος, δημιουργείται μια καινούργια σχέση βασισμένη κυρίως στην εμπειρία του παρελθόντος, σε μνήμες και αναμνήσεις. Ο πενθών θα πρέπει να αποφασίσει πως θα είναι αυτή η καινούργια σχέση με το αγαπημένο πρόσωπο που έφυγε. Ο αποθανών θα πρέπει να μείνει στη μνήμη σαν κάποιος που υπήρξε έζησε και πέθανε. Μια ξεκάθαρη ρεαλιστική εικόνα του αποθανόντος, χρειάζεται να σχηματιστεί στο μυαλό του πενθούντα, συμφιλιώνοντας όλες τις διαφορετικές πλευρές της προσωπικότητας του ατόμου που έφυγε, καθώς και όλες τις εμπειρίες που είχε ο πενθών με το άτομο αυτό. Είναι σημαντικό επίσης για τον πενθούντα να αποφασίσει συνειδητά ποια κομμάτια της παλιάς ζωής και της σχέσης του, θα πρέπει να διατηρήσει και ποια να εγκαταλείψει.
- Δημιουργία νέας ταυτότητας: Ο πενθών θα πρέπει να καταλάβει ότι η μεγάλη αυτή απώλεια του αγαπημένου του προσώπου, του έχει αλλάξει την προσωπικότητα. Ένα κομμάτι του πενθούντα, χάνεται μαζί με το άτομο που έφυγε και που ήταν συναισθηματικά δεμένο μαζί του. Είναι σημαντικό επίσης, το άτομο να συνειδητοποιήσει ότι διέρχεται, ένα μεταβατικό στάδιο καθώς σχηματίζει τη νέα ταυτότητα, μετατρέποντας το 'εμείς' σε 'εγώ'.

Παρακάτω σε μια προσπάθεια να σχηματοποιήσουμε τη διεργασία του πένθους από την αναγγελία του θανάτου ως και τη λήξη του, παραθέτουμε ένα σχετικό διάγραμμα.

# ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 2



## 7.2 ΠΑΡΕΜΒΑΤΙΚΕΣ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΣΤΟ ΠΕΝΘΟΣ.

Σύμφωνα με τη Rando(1984), η παρεμβατική στρατηγική στο πένθος, θα πρέπει να περιλαμβάνει τις ακόλουθες αρχές:

- Δημιουργία θετικής σχέσης και αξιολόγησης του πενθούντος, με σκοπό το σχεδιασμό κατάλληλων παρεμβάσεων για την συγκεκριμένη περίπτωση.
- Προσέγγιση του πενθούντος. Η προσέγγιση και η παρουσία του θεραπευτή γίνεται αισθητή με συγκεκριμένους πρακτικούς τρόπους παροχής βοήθειας.
- Ηθική και πρακτική υποστήριξη του πενθούντα.
- Προτροπή στο πενθούντα να θρηνήσει για την απώλεια του.
- Αποθάρρυνση του πενθούντα να μείνει μόνος του για μεγάλο χρονικό διάστημα. Τίποτα δεν είναι πιο θεραπευτικό στη διεργασία του πένθους από την υποστήριξη, την αποδοχή και την χωρίς κριτική, φροντίδα του πενθούντος.
- Διατήρηση ενός οικογενειακού συστήματος στήριξης για τον πενθούντα.
- Πριν από κάθε παρεμβατικό σχεδιασμό, απαιτείται μια ακριβή αξιολόγηση της κατάστασης στην οποία βρίσκεται ο πενθών καθώς και των παραγόντων που τον επηρεάζουν.
- Αξιολόγηση των ημιτελών φάσεων του πένθους.
- Διατήρηση ρεαλιστικής θεραπευτικής προοπτικής.
- Ενθάρρυνση της λεκτικοποίησης των συναισθημάτων και της ανάμνησης του αποθανόντος.

- Παροχή βοήθειας προς τον πενθόντα να αναγνωρίσει και να επιλύσει 'δευτερογενείς απώλειες' και 'εκκρεμότητες', που έχει αφήσει στη ζωή του στη ζωή του.
- Παροχή βοήθειας προς τον πενθόντα για να αντιμετωπίσει τη διαδικασία του πένθους και να επεξεργαστεί επίσης την έννοια της απώλειας.
- Επανεπένδυση του πενθόντα σε μια καινούργια ζωή, και σε καινούργιες σχέσεις.
- Αναγνώριση και αξιοποίηση της θεραπευτικής αξίας των τελετουργικών εκδηλώσεων.

### **7.3 ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΣΥΜΠΑΡΑΣΤΑΤΕΣ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ.**

Οι πολύπλοκες προσαρμογές που χρειάζεται να γίνουν σε μια οικογένεια μετά από το θάνατο, όπως οι αλλαγές στους ρόλους, οι ανακατατάξεις των ευθυνών και τα απαραίτητα μέτρα, τα οποία θα πρέπει να παρθούν για την επιστροφή στην κανονική ζωή, απαιτούν παρεμβάσεις από επαγγελματίες, οι οποίοι είναι εκπαιδευμένοι να βοηθούν οικογένειες και άτομα να αντιμετωπίζουν προβλήματα από την καθημερινή ζωή. Τέτοιοι επαγγελματίες είναι. Ο κοινωνικός λειτουργός, ο ψυχολόγος, ο ψυχίατρος και ο ιερέας με τον ανάλογο πολιτισμικό και θεσμικό ρόλο που έχει στην κοινωνία.(Φάρος, 1989).

#### **Α) Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ.**

Από την αρχή του πένθους με την αναγγελία της απώλειας μέχρι και την ολοκλήρωση του, ο πενθών περνώντας από όλα τα στάδια και φάσεις του πένθους, θα πρέπει να έχει την αμέριστη βοήθεια του κοινωνικού λειτουργού για να μπορέσει να ξεπεράσει τη δύσκολη αυτή περίοδο ομαλά χωρίς να δημιουργηθούν ιδιαίτερα προβλήματα. Η αντίληψη, ότι οι κοινωνικοί λειτουργοί είναι από τους επαγγελματίες εκείνους οι οποίοι μπορούν να βοηθήσουν τους πενθούντες είναι κοινά αποδεκτή.

Ωστόσο, όπως σημειώνει και ο Φάρος (1989), στην Ελλάδα η παρηγορητική αγωγή των πενθούντων γίνεται σε περιορισμένη κλίμακα. Ειδικά κέντρα υποστήριξης πενθούντων δεν υπάρχουν. Μόνο ο κοινωνικός λειτουργός του νοσοκομείου, της πρόνοιας, ή διαφόρων ψυχιατρικών



κέντρων, αναλαμβάνει συχνά περιπτώσεις πενθούντων που χρειάζονται βοήθεια και στήριξη στην δύσκολη περίοδο του πένθους.

Κατά τη Smith (1982), ο κοινωνικός λειτουργός από τη στιγμή της αναγγελίας του θανάτου, μπορεί να βοηθήσει τον πενθούντα σε πρακτικά θέματα και να τον ενθαρρύνει στην αναγνώριση του γεγονότος. Καθώς ο πενθών αρχίζει να κατανοεί την απώλεια, ο κοινωνικός λειτουργός μπορεί να βοηθήσει με πολλούς τρόπους. Ο πενθών μπορεί να είναι θυμωμένος με τον νεκρό που τον άφησε πίσω, με το θεό που επέτρεψε να συμβεί το γεγονός του θανάτου ή ακόμη και με τον ίδιο του τον εαυτό. Ο κοινωνικός λειτουργός, στο στάδιο αυτό θα πρέπει να υπομένει το θυμό του πενθούντα και να του δείξει μέσω της στάσης του και των λεγόμενων του, ότι τα συναισθήματα που έχει είναι φυσιολογικά και αποδεκτά και τέλος θα πρέπει να τον βοηθήσει να τα εξωτερικεύσει.

Στο σημείο αυτό παρατηρεί η ίδια συγγραφέας, ότι ο κοινωνικός λειτουργός θα πρέπει να αποφεύγει να διατηρεί απόσταση από τον πενθούντα με το να κάνει τυπικές ή και κενές δηλώσεις. Θα πρέπει να αναφέρει ότι βρίσκεται συνεχώς στο πλευρό του πενθούντα και ότι θα τον βοηθήσει σε κάθε δύσκολη στιγμή. Συχνά ο πενθών, ενώ αναγνωρίζει ότι ο θάνατος έχει επέλθει, αποφεύγει να δεχθεί ότι το αγαπημένο πρόσωπο του πλέον δεν ζει.

Στην περίπτωση αυτή ο κοινωνικός λειτουργός μπορεί να βοηθήσει:

- Ενθαρρύνοντας την αναγνώριση και την αποδοχή ότι ο θανών πράγματι έχει πεθάνει.
- Υποφέροντας τον πόνο και την θλίψη του πενθούντα, διατηρώντας συγχρόνως μια στάση προθυμίας και ενδιαφέροντος.

- Παροτρύνοντας τον πενθόντα να εξωτερικεύσει τα συναισθήματα θυμού, θλίψης ενοχής και άρνησης που ίσως έχει τη στιγμή αυτή.

Κατά την Ross (1979), ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού σε περιπτώσεις απροσδόκητου θανάτου είναι αρκετά δύσκολος. Ο κοινωνικός λειτουργός θα πρέπει να αφήσει ελεύθερο τον πενθόντα και να του δώσει χρόνο να βγει από το σοκ, ενώ μπορεί συγχρόνως να προσφέρει την βοήθεια του σε πρακτικά θέματα, όπως για παράδειγμα ειδοποίηση συγγενών και φίλων και άλλες επείγουσες δουλειές.

Σύμφωνα με την Λαγού- Παπαδοπούλου (1991), η παρέμβαση του κοινωνικού λειτουργού σε μια οικογένεια που αντιμετωπίζει μια περίοδο κρίσης σαν και αυτής του πένθους θα πρέπει να στοχεύει:

- Στη μείωση του άγχους, στρες, την οποία βιώνουν τα μέλη της οικογένειας κατά την περίοδο της κρίσης.
- Στη κινητοποίηση του οικογενειακού συστήματος, με τέτοιο τρόπο ώστε να οργανώσει τις δυνάμεις του και τις εσωτερικές και εξωτερικές πηγές στήριξης που διαθέτει ο πενθών, προκειμένου να μπορέσει να ανταποκριθεί στα νέα δεδομένα.
- Στη βοήθεια της οικογένειας να βρει μια νέα ισορροπία, η οποία θα συμβάλει στην ικανοποιητική λειτουργία της.

Η παρέμβαση στην κρίση θα πρέπει να ακολουθεί τις παρακάτω ενέργειες:

- Αξιολόγηση της κρίσης, η οποία αφορά:
  - Τη συλλογή πληροφοριών και γεγονότων που συντέλεσαν στην κρίση.

- Τη διερεύνηση της υποκειμενικής αντίληψης και ερμηνείας στα γεγονότα.
- Την αξιολόγηση των ικανοτήτων σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο για την επίλυση της κρίσης.
- Την διαμόρφωση σαφούς αντίληψης της εργασιμότητας της οικογένειας.

- Υποστηρικτική παρέμβαση, η οποία αφορά:

- Τη στήριξη και ενθάρρυνση για μοίρασμα συναισθημάτων-προβληματισμών-ανησυχιών.
- Τη διασαφήνιση των συναισθημάτων.
- Το καθορισμό στόχων δράσης.
- Τη κινητοποίηση υποστηρικτικού συστήματος που περιλαμβάνει τα μέλη της οικογένειας και την κοινότητα.

- Προγραμματισμός και προσαρμογή στο μέλλον, ο οποίος αφορά:

- Τη κινητοποίηση της οικογένειας να αναγνωρίσει τις ικανότητες που διαθέτει, για να αντιμετωπίσει το πένθος.
- Τις αλλαγές, οι οποίες αφορούν τα μέλη της οικογένειας, τις σχέσεις, τους ρόλους, τις αντιλήψεις, τη διαμόρφωση συνθηκών ζωής.

Συνεχίζοντας η ίδια συγγραφέας τονίζει, ότι ο κοινωνικός λειτουργός σε όλο το φάσμα της εργασίας του με τον πενθούντα και την οικογένεια του, χρησιμοποιεί την παράλληλη πολλαπλή συνέντευξη για να βοηθήσει την αλληλεπίδραση, την αλληλοενημέρωση και συναισθηματική επικοινωνία των μελών. Εκτός από αυτό ο κοινωνικός λειτουργός εργάζεται συμβουλευτικά και υποστηρικτικά, βοηθητικός ακόμη παράγοντας είναι η δημιουργία συμβουλευτικών ομάδων, οι οποίες σχηματίζονται με κριτήρια

τους ρόλους, τις ηλικίες, ακόμη και το ίδιο το γεγονός του χαμού. Σκοπός είναι το μοίρασμα των συναισθημάτων και των ανησυχιών και των ευθυνών. Ο κοινωνικός λειτουργός πριν ακόμα δουλέψει με τους πενθούντες, θα πρέπει να δουλέψει πρώτα με τον ίδιο του τον εαυτό, τα δικά του συναισθήματα απέναντι στο θάνατο, έτσι ώστε να τον αποδεχθεί και να εργαστεί πιο αποτελεσματικά.

Σύμφωνα με τον Κανακάκη (1989), ο κοινωνικός λειτουργός στην εργασία του με τους πενθούντες, θα πρέπει να εργαστεί ως εξής:

- Να έχει ξεκάθαρο, ότι ο άνθρωπος που θρηνεί για μια απώλεια δεν είναι κάτι περίεργο και παθολογικό, θα πρέπει έτσι να δίνει στον πενθούντα την αίσθηση ότι είναι παρόν και ότι είναι πρόθυμος να βοηθήσει.
- Να βοηθήσει τον πενθούντα να εκφράσει τα συναισθήματα του.
- Να δώσει στον πενθούντα να καταλάβει, ότι είναι εκεί με σκοπό να τον βοηθήσει και μόνο και για αυτό χρειάζεται την προσοχή και τη συνεργασία του.
- Να είναι αντικειμενικός και ανεπηρέαστος, όταν πρόκειται να εκτιμήσει και να διαγνώσει την κατάσταση του πενθούντα.
- Να ενεργεί έτσι ώστε ο πενθών να διαπιστώνει, ότι αποδέχεται τη θλίψη του χωρίς όρους.
- Να βοηθά στη διεκπεραίωση διαφόρων δευτερογενών ζητημάτων, έτσι ώστε ο πενθών να βρει χρόνο να αφεθεί και να εκφράσει τα συναισθήματα του.
- Να μην πλησιάζει τον πενθούντα με βιαστικό και πρόχειρο τρόπο, αλλά αφού τον αφήσει πρώτα να ξεσπάσει στο άκουσμα της αναγγελίας του θανάτου.

- Να μην αναλάβει όλες τις ευθύνες και υποχρεώσεις του πενθούντα, να μην μειώσει δηλαδή την λειτουργικότητα του κάνοντας τον να νοιώθει σαν μικρό παιδί.
- Να τονίζει ότι δεν αποτελεί βάρος, αλλά αντίθετα ότι υπάρχει μια αμφίδρομη σχέση εμπιστοσύνης και εκτίμησης.
- Να δώσει στον πενθούντα να κατανοήσει ότι δεν τον παρηγορεί απλά να αντιμετωπίσει τη θλίψη του, αλλά αντίθετα ότι τον ενισχύει στον πόνο και την κρίση που περνά.

Τέλος ο Lindemann (1944), επισημαίνει ότι ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού αποβλέπει στο να μοιραστεί τη θλίψη του πενθούντος, δηλαδή τις προσπάθειες του να απεμπλακεί από το δεσμό με τον νεκρό και να βρει καινούργιους τρόπους ικανοποιητικών σχέσεων.

## **B) Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΨΥΧΟΛΟΓΟΥ.**

Η Lesan (1982), θεωρεί τη βοήθεια του ψυχολόγου πολύ σημαντική. Η βοήθεια του ψυχολόγου, ενός εκπαιδευμένου επαγγελματία, ο οποίος είναι γνώστης των ψυχοδυναμικών της θλίψης, είναι αμέριστη αφού διευκολύνει τα άτομα που βρίσκονται σε ψυχολογική αναστάτωση, λόγω πένθους να ανακαλύψουν και να ξεκαθαρίσουν τα συναισθήματά τους, με τέτοιο τρόπο ώστε να μπορέσουν να κινητοποιηθούν και να αντιμετωπίσουν την κατάσταση πιο ελισταμένα.

### **Γ) Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΨΥΧΙΑΤΡΟΥ.**

Οι ψυχίατροι είναι οι κατεξοχήν ειδικοί σε ότι αφορά τα ψυχοδυναμικά της θλίψης και του πένθους. Είναι επίσης ειδικοί όσον αφορά τους πενθούντες, οι οποίοι παρουσιάζουν παθολογικά συμπτώματα του πένθους. Ο ρόλος του είναι κυρίως θεραπευτικός και στοχεύει, στην ομαλή επανένταξη του πενθούντα στην κοινωνία.(Φάρος, 1989)

### **Δ) Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΙΕΡΕΑ.**

Ο ιερέας σαν θεσμός αλλά και σαν πρόσωπο έχει την δυνατότητα από την κοινωνική σύμβαση να επισκέπτεται απρόσκλητος τους πενθούντες με ένα παρηγορητικό και παραμυθητικό ρόλο.

Σύμφωνα με τον Φάρο (1989), αν ο ιερέας είναι ευαίσθητος στις ανάγκες των άλλων, θα μπορέσει να βρει τον τρόπο με τον οποίο θα συμπαρασταθεί καλύτερα στον πενθούντα. Ο ρόλος του ιερέα στη θεραπεία της θλίψης εξαρτάται πάρα πολύ από το είδος των σχέσεων, των οποίων είχε με τον πενθούντα πριν από το θάνατο.

Για να μπορέσει ο ιερέας να βοηθήσει, πρέπει να έχει συμφιλιωθεί με την ύπαρξη του, με το παρελθόν του και τις δυνατότητες του και πρέπει να έχει ορισμένες δεξιότητες, οι οποίες θα βελτιώνονται και θα εμπλουτίζονται από την καθημερινότητα.

## 7.4 Η ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΚΑΤΑΠΡΑΪΝΤΙΚΩΝ ΦΑΡΜΑΚΩΝ

Είναι συχνό το φαινόμενο, κατά το οποίο γιατροί να δίνουν καταπραΰντικά φάρμακα στους πενθούντες, αμέσως μόλις δουν τα πρώτα σημάδια ανησυχίας.

Τα καταπραΰντικά φάρμακα, όπως αναφέρει ο Μάνος (1988), χορηγούνται για να ανακουφίσουν από το άγχος, την ανησυχία, τον εκνευρισμό, την ένταση και την αϋπνία. Πολύ συχνά έχει παρατηρηθεί το φαινόμενο, σύμφωνα με το οποίο πολλοί πενθούντες κάτω από την επίδραση των φαρμάκων αυτών, ούτε να σκεφθούν καθαρά μπορούν, ούτε να αισθανθούν.

Η Ross (1979), δηλώνει απερίφραστα ότι οι πενθούντες δεν πρέπει να κάνουν χρήση καταπραΰντικών φαρμάκων, αλλά θα πρέπει να αφήνονται ελεύθεροι ως προς τον τρόπο και την ένταση έκφρασης των συναισθημάτων τους.

Η Rando (1988), αναφέρει ότι αν γενικά χρησιμοποιούνται φαρμακευτικές ουσίες, για να εμποδίσουν την συνειδητοποίηση του πόνου της απώλειας, που αμέσως μετά το θάνατο ενός προσώπου είναι φυσικό να νιώσει ο πενθών, αυτό θεωρείται μη θεραπευτικό.

Είναι ανάγκη, συνεχίζει η ίδια συγγραφέας να νιώσει ο πενθών τον πόνο για την απώλεια και να εκφράσει τα συναισθήματα του σε μια χρονική στιγμή που η κοινωνική υποστήριξη είναι διαθέσιμη. Γιατί αν μετατεθεί ο πόνος για αργότερα ίσως ο πενθών να αφεθεί να θρηνησει πλέον μόνος του χωρίς την κοινωνική υποστήριξη που θα είχε την αρχική περίοδο, κατά την έναρξη του πένθους.

Παρόλα αυτά συνεχίζει η ίδια συγγραφέας, σε κάποιες περιπτώσεις η χρήση φαρμάκων είναι αναγκαία για την επανάκτηση ενέργειας, η οποία θα είναι απαραίτητη για να αντιμετωπισθεί επιτυχώς η θλίψη και ο πόνος.

Έτσι η χωρίς διάκριση και επιστημονική θεμελίωση χορήγηση και χρήση ηρεμιστικών, καταπραϋντικών και άλλων φαρμάκων, μπορεί να αμβλύνει την αιχμή της θλίψης και να εμποδίσει τον πενθούντα να κάνει τα πρώτα βήματα στη διαδικασία της θεραπείας, δηλαδή τη ξεκάθαρη διαπίστωση της πραγματικότητας του θανάτου.



## 7.5 ΠΩΣ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΕΙ ΤΟΝ ΠΕΝΘΟΥΝΤΑ ΤΟ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ.

Είναι σαφές πλέον ότι το άμεσο οικογενειακό και το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον του πενθούντα, έχει ιδιαίτερα σημαντικό ρόλο στην ομαλή εξέλιξη ή όχι έκβαση της πένθιμης περιόδου. Οι χειρισμοί που απαιτούνται είναι ιδιαίτεροι και κρίσιμοι για την μελλοντική εξέλιξη και πορεία του ατόμου, τόσο σε σχέση με τον ίδιο του τον εαυτό, όσο και σε σχέση με το υπόλοιπο κοινωνικό σύνολο.

Σύμφωνα με τον Φάρο (1989), όσο υπερβολικές και αν είναι οι διατυπώσεις του πενθούντα, θα πρέπει να αποφευχθεί από οποιονδήποτε που συμπαραστέκεται στον πενθούντα κάθε κρίση για αυτές. Αντίθετα θα πρέπει το περιβάλλον του πενθούντα με συγκατάβαση να ανεχθεί την οργή του, είτε στρέφεται προς τους συγγενείς, είτε προς τον νεκρό, είτε προς τον θεό γιατί έτσι βοηθείται ο πενθών να δεχθεί τα συναισθήματα του χωρίς ενοχή. Αν όμως κατακριθεί για την έκφραση τέτοιων κοινωνικά 'απαράδεκτων' συναισθημάτων θα προκληθεί παράταση του πένθους, της οργής και της ενοχής, πράγμα που μπορεί να οδηγήσει σε ψυχική ή σωματική ασθένεια.

Το περιβάλλον του πενθούντα δεν θα βοηθήσει καθόλου αν δει αυτές τις εκφράσεις σαν άμεση επίθεση και αντιδράσει λέγοντας, 'δεν πρέπει να μιλάς έτσι, δεν είναι σωστό να έχεις τέτοιες σκέψεις'. Αυτή η αντεπίθεση θα δημιουργήσει φραγμούς ανάμεσα στον πενθούντα και στο περιβάλλον του γιατί εκείνος θα αισθάνεται ότι κανείς κατανοεί και έτσι θα απομονωθεί.

Συνεχίζοντας ο ίδιος συγγραφέας τονίζει, ότι το οικογενειακό και κοινωνικό περιβάλλον του πενθούντα δεν θα πρέπει ούτε να κατακρίνει, ούτε να δείχνει κατάπληξη για τις αντιδράσεις του πενθούντα, αντίθετα να αποδέχεται τα συναισθήματα του, χωρίς απαραίτητα να συμφωνεί με αυτά, στο σημείο που να τα υιοθετεί σαν τρόπους συμπεριφοράς.

Και σε αυτό το σημείο ακριβώς, χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή. Οι συμπαραστάτες του πένθους θα πρέπει να έχουν καθαρό, ότι αυτό που έχει μεγαλύτερη ανάγκη ο πενθών είναι η συναισθηματική ανταπόκριση από το περιβάλλον του και όχι μια άκρως επιθετική ή μια άκρως συγκαταβατική στάση απέναντι του. Η ειλικρινής κατανόηση των συναισθημάτων του πενθούντα από την πλευρά του περιβάλλοντος του και η ελεύθερη έκφραση όλων των συναισθημάτων του θα τερματίσουν ομαλά την πένθιμη περίοδο τόσο για τον πενθούντα, όσο και για το οικογενειακό και κοινωνικό του περιβάλλον.

## 7.6 ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΩΡΙΜΑΝΣΗ ΤΟΥ ΑΤΟΜΟΥ.

Σύμφωνα με την Ιωαννίδου- Johnson (1998), ' Η ψυχολογική ωριμότητα' ορίζεται ως μια δια βίου εξελικτική διαδικασία, μέσα από την οποία οι άνθρωποι αποχωρίζονται συναισθηματικά από την οικογένεια τους, διατηρώντας ταυτόχρονα μια στενή συναισθηματική επαφή. Έτσι επιτυγχάνεται μια κατάσταση σχετικής διαφοροποίησης, αυτονομίας ή αυθύπαρκτης ατομικότητας. Η ψυχολογική ωρίμανση είναι μια αέναη διαδικασία και χαρακτηρίζεται από τις αλλαγές που συμβαίνουν σε συγκεκριμένους τομείς ανάπτυξης.

Έτσι η ψυχολογική ωριμότητα αναφέρεται στην προσπάθεια να πραγματοποιηθεί κάποια ισορροπία, μεταξύ σύνδεσης και εξάρτησης και κάποια ισορροπία του εαυτού ή εξατομίκευση, αν αυτή η προσπάθεια επιτευχθεί από το άτομο τότε αυτό αποτελεί, ενδεικτικό στοιχείο της ψυχολογικής του ωριμότητας.

Με βάση λοιπόν τα παραπάνω ο τρόπος με τον οποίο ο πένθων θα αντιμετωπίσει την έννοια του θανάτου και την περίοδο του πένθους, έχει να κάνει με το επίπεδο της ψυχολογικής του ωρίμανσης.

Σε όλη αυτή τη διεργασία η συμβολή του πένθους σαν μια καθοριστική εμπειρία στη ζωή του κάθε ανθρώπου, είναι ιδιαίτερα σημαντικά για την ωρίμανση του. Είναι κοινά αποδεκτό ότι οι άνθρωποι μετά από μια δύσκολη και δυνατή κατάσταση πένθους, νιώθουν πιο δυνατοί, πιο ώριμοι ψυχολογικά αφού κατόρθωσαν να ξεπεράσουν μια τέτοια κατάσταση.

Σύμφωνα με τον Φάρο (1989), η διαδικασία του πένθους είναι συνώνυμη με την ανάπτυξη του εγώ. Για να αναπτυχθεί ο άνθρωπος να εγκαταλείψει τις μεγαλομανείς και απατηλές αντιλήψεις του για την παντοδυναμία του, τη μεγαλοσύνη και την ατρωσία του. Η επιτυχής ανάπτυξη του ανθρώπου καθορίζεται από το ποσοστό στο οποίο μπορεί να αλλάξει αυτές τις απατηλές αντιλήψεις, χωρίς να καταστρέψει εντελώς την αυτοεκτίμηση του. Η εμπειρία της απώλειας και ολόκληρη η διαδικασία της πένθιμης περιόδου, είναι απαραίτητα για την ανάπτυξη και ωρίμανση του ανθρώπου.

Η Lesan (1982), αναφέρει ότι οι οικογένειες που αντιμετωπίζουν το θάνατο δικών τους προσώπων γίνονται πιο δυνατές ωριμάζουν καλύτερα, ενώ ζουν με πιο ολοκληρωμένο τρόπο.

Τέλος ο Larry Smith (1984), υποστηρίζει ότι παρόλη τη σοβαρότητα που μπορεί να παρουσιάσει για το άτομο μια περίοδο κρίσης, μπορεί να συμβάλλει θετικά στην ανάπτυξη και ωρίμανση της ανθρώπινης προσωπικότητας.

## 8. ΤΟ ΜΟΙΡΟΛΟΙ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΑ.

### 8.1 ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΟ ΜΟΙΡΟΛΟΙ.

Το μοιρολόι, αποτελεί ένα στοιχείο της ελληνικής παράδοσης. Η παράδοση του μοιρολογιού είναι ήδη διαμορφωμένη και συνεχίζεται αδιάκοπη και χωρίς ουσιαστικές μεταβολές δια μέσου της αρχαιότητας, των μεσαιωνικών χρόνων, της τουρκοκρατίας και φθάνει μέχρι την εποχή μας. Το μοιρολόι είναι το μοναδικό είδος λαϊκού λόγου, το οποίο παράγεται ανόθευτο ακόμη και σήμερα, ένα είδος δημοτικού ποιητικού λόγου.(Φάρος, 1989).

Παλαιότερα το μοιρολόι ήταν απρόσωπο, γιατί και η αυτόνομη προσωπικότητα που ορίζει τη ζωή σπάνια εμφανίζεται στον παραδοσιακό κόσμο. Η μοίρα ήταν κοινή, τόσο στην ζωή όσο και στο τέλος της. Η ζωή κυλούσε συλλογικά χωρίς σημαντικές διαφορές για τον καθένα και τα μοιρολόγια διαμορφώνονταν από στόμα σε στόμα προσαρμοζόμενα στην εκάστοτε περίπτωση διατηρώντας τη βασική τους φιλοσοφία και άποψη για την μοίρα. Για αυτό και από την αρχαιότητα υπήρχαν επαγγελματίες θρηνωδοί, οι οποίοι γνώριζαν σε γενικές γραμμές πως θα θρηνήσουν για κάθε νεκρό. (Λυδάκη, 2003).

Σύμφωνα με το Μότσιο (1995), το μοιρολόι χωρίζεται σε δύο μεγάλες κατηγορίες:

1. Το καθαυτό μοιρολόι, το οποίο ακούγεται στην τελετή της παραδοσιακής κηδείας, στα μνημόσυνα και στα νεκροταφεία.
2. Στα μοιρολόγια τραγούδια, τα οποία λέγονται και αυτά σε κηδείες και μνημόσυνα, αλλά κυρίως τραγουδιούνται σε περιστάσεις λύπης.

Σε αυτά κυριαρχεί η θύμηση των νεκρών και ο πόνος που δημιουργεί η έλλειψη και η απώλεια των αγαπημένων ανθρώπων.

Ένας άλλος διαχωρισμός του μοιρολογιού είναι και ο εξής:

1. Τα μοιρολόγια που συντάσσονται πρόχειρα από τις μοιρολογίστρες που θρηνούν τον νεκρό. Τα αυτοσχέδια μοιρολόγια.
2. Τα μοιρολόγια τραγούδια που αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της δημοτικής ποίησης στη γένεση της.(Βασική παγκόσμια εγκυκλοπαίδεια, τόμος 15, 1980).

Το μοιρολόι γεννήθηκε και αναπτυσσόταν συνεχώς σε κοινωνίες, στις οποίες το μοιρο-λόγημα, αποτελούσε αναπόσπαστο και υποχρεωτικό μέρος της κηδείας και εξέφραζε το σπαραγμό για το θάνατο αγαπημένων προσώπων που ξεκινούν για το μακρινό, το τελευταίο ταξίδι. Το μοιρολόι που συνδέεται με το θρήνο για τον νεκρό, μιλάει για την ανθρώπινη μοίρα, για την περίοδο του πένθους και για τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του νεκρού.(Φάρος, 1989).

## 8.2 Η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΞΙΑ ΤΟΥ ΜΟΙΡΟΛΟΓΙΟΥ.

Το τελετουργικό με τα μοιρολόγια, προσφέρει μεγάλη βοήθεια σε όσους καταφεύγουν σε αυτά. Παρόλο που το τελετουργικό έχει μια ιστορία δύο χιλιάδων ετών, δεν έχασε τίποτε από τις ειδικές ιδιότητες και επιδράσεις του. Οι χιλιετίες διατήρησαν καλά την αποτελεσματικότητά του. Η ύπαρξη του σήμερα δεν οφείλεται σε ένα έθιμο κενό από το νόημα του που το χρησιμοποιούμε απλώς επειδή έτσι γινόταν πάντα, αλλά οφείλεται στο γεγονός ότι είναι αναντικατάστατο εξαιτίας της ειδικής υπηρεσίας που προσφέρει (Κανακάκης, 1989).

Το μοιρολόι σύμφωνα με τον Φάρο (1989), οξύνουν τα συναισθήματα και αυτός ακριβώς είναι ο σκοπός τους ψυχολογικά. Σε αυτό ,ακριβώς το στοιχείο συνίσταται η αξία τους. Το μοιρολόι είναι μοναδικό συναισθηματικό ξέσπασμα.

Το μοιρολόι λειτουργεί στον πενθούντα σαν κάθαρση, γιατί οξύνει το συναίσθημα και έτσι διευκολύνει την έκφραση των συναισθημάτων, πράγμα που εκτονώνει ψυχολογικά τον πενθούντα. Η εκτόνωση είναι οδυνηρή ίσως και ανεπιθύμητη, ωστόσο όμως η 'δηλητηρίαση' του οργανισμού από εγκλωβισμένα συναισθήματα και σκέψεις και η μεταβολή του πένθους σε νευρωτικά και σοβαρότερα συμπτώματα, είναι πολύ οδυνηρότερη ακόμα και αν αναβάλλουν για λίγο την άμεση δυσφορία. Η θεραπεία της παθολογίας που δημιουργεί η σπωθημένη θλίψη, γίνεται χρήση στη ψυχοθεραπεία μιας διαδικασίας που αποκαλείται 'διεργασία της θλίψης' και που συνίσταται σε μια αναδρομική εκτόνωση από την απωθημένη θλίψη. Η διαδικασία αυτή κρατάει συνήθως αρκετό χρόνο, στοιχίζει αρκετά χρήματα και βασικά δεν διαφέρει από το μοιρολόι, γιατί

όπως και αυτό συνίσταται σε αναπόληση και επαναβίωση παλαιών κοινών εμπειριών που είχε ο πενθών με τον νεκρό.

Σημειώνουμε τέλος ότι το μοιρολόι, είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικό στη διεργασία του πένθους και της θλίψης. Δεν ενεργεί κατασταλτικά αλλά προληπτικά, δηλαδή δεν θεραπεύει την παθολογία που η απωθημένη θλίψη δημιουργεί, αλλά προλαμβάνει την ανάπτυξη μια τέτοιας παθολογίας.

Ανακεφαλαιώνοντας είμαστε σε θέση να διαπιστώσουμε ότι η διαδικασία της επεξεργασίας του πένθους κατά το τελετουργικό με μοιρολόι, έχει τις ακόλουθες θεραπευτικές επιδράσεις:

- Θετικές μεταβολές της σωματικής και ψυχικής κατάστασης αυτών που λαμβάνουν μέρος στο τελετουργικό, τόσο βραχυπρόθεσμα, για μια μέρα, όσο και για μακρύτερα χρονικά διαστήματα, πάνω από τρία χρόνια.
- Μεταβολές στην ατομική και κοινωνική συμπεριφορά.
- Ανάκτηση της ικανότητας να δίνει κανείς νόημα στη ζωή και ανάκτηση της ενεργητικότητας.
- Εκμάθηση μιας κατάλληλης συναναστροφής με το πένθος και τη θλίψη, μέσω πρόσφορων τρόπων αντιπαράστασης με αυτή. (Κανακάκης, 1989).



### 8.3 ΟΙ ΦΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ ΣΤΟ ΤΕΛΕΤΟΥΡΓΙΚΟ ΜΕ ΜΟΙΡΟΛΟΙ.

Πολλοί ερευνητές, οι οποίοι ασχολούνται με τη θλίψη της απώλειας έχουν τη γνώμη ότι η διαδικασία του πένθους παρουσιάζει ορισμένες 'κανονικότητες', ορισμένα δηλαδή κανονικά και κοινά στοιχεία σε όλους τους ανθρώπους.

Αυτό ισχύει και για το μοιρολόι, που παρά την πολυπλοκότητα των μορφών του, αφήνει να διαφανούν στην πορεία του ορισμένα κανονικά στοιχεία. Μια προσεκτική συμμετοχή θα μπορούσε να φέρει στο φως τις ακόλουθες φάσεις ή καλύτερα κύκλους, οι οποίοι επαναλαμβάνονται μέχρι να εξαντληθεί το πένθος:

- Τη φάση της κινητοποίησης.
- Τη φάση της έμπνευσης.
- Τη φάση της δημιουργικής αυτορύθμισης.
- Τη φάση της σταθεροποίησης.
- Τη φάση της αναδιοργάνωσης ενός καινούργιου προσανατολισμού στη ζωή του πενθούντα.(Κανακάκης, 1989).

## ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 3

ΜΟΙΡΟΛΟΙ	ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ
ΕΞΩΤΕΡΙΚΕΥΣΗ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ ΔΙΑΛΟΓΟΥ	ΒΙΩΣΗ ΘΛΙΨΗΣ - ΠΟΝΟΥ
ΕΞΩΤΕΡΙΚΕΥΣΗ ΑΡΝΗΤΙΚΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ	ΑΠΟΦΥΓΗ ΑΠΩΘΗΣΗΣ ΕΞΙΔΑΝΙΚΕΥΣΗΣ ΝΕΚΡΟΥ ΚΑΙ ΑΥΤΟΤΙΜΩΡΗΤΙΚΩΝ ΤΑΣΕΩΝ
ΔΙΑΛΟΓΟΣ ΜΕ ΤΟ ΝΕΚΡΟ	ΑΠΟΦΥΓΗ ΑΡΝΗΣΗΣ ΤΗΣ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΓΕΓΟΝΟΤΩΝ ΖΩΗΣ - ΘΑΝΑΤΟΥ	ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΠΟΙΗΣΗ - ΑΠΟΔΟΧΗ - ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ
ΕΝΤΑΣΗ ΠΟΝΟΥ	ΕΚΤΟΝΩΣΗ ΑΠΩΘΗΜΕΝΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ
ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΣΧΕΣΗΣ ΜΕ ΤΟ ΝΕΚΡΟ	ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΝΕΑΣ ΣΧΕΣΗΣ ΜΕ ΤΟΝ ΝΕΚΡΟ
ΜΗ ΛΕΚΤΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΗ ΠΟΝΟΥ	ΑΝΑΚΟΥΦΙΣΗ ΑΠΟ ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ
ΜΟΥΣΙΚΗ - ΡΥΘΜΟΣ	ΑΒΙΑΣΤΟ ΞΕΣΠΑΣΜΑ

## 8.4 Η ΤΕΛΕΤΟΥΡΓΙΑ ΤΟΥ ΜΟΙΡΟΛΟΓΙΟΥ.

Σύμφωνα με τον Λιάπη (1985), ο οποίος έχει εντυπώσει στο Αρβανίτικο μοιρολόι, το τυπικό της ακολουθίας του μοιρολογιού έχει ως εξής:

Το μοιρολόι δεν αρχίζει αμέσως μετά το θάνατο. Στις πρώτες ώρες κυριαρχούν δυνατές φωνές απελπισίας και μεγάλη αναταραχή σε όλο το σπίτι. Και όταν ακόμη έχει ετοιμαστεί ο νεκρός και πάρουν τις θέσεις τους οι λυπημένοι γύρω του, πάλι δεν αρχίζει το μοιρολόι. Παρεμβάλλεται ένα μικρό χρονικό διάστημα ενοχής, κάτι σαν απορία, σαν αμηχανία.

Η έναρξη γίνεται από κάποια συγγενή, η οποία διατηρεί κάποια ψυχραιμία. Με τα πρώτα της τραγούδια θα προσπαθήσει να επιβάλλει την απαιτούμενη τάξη, γιατί όπως πιστεύεται, η ψυχή του νεκρού δεν αντέχει σε φωνές και φασαρίες.

Εδώ γύρω, μας περιμένει μια ψυχή,

Θέλει να ακούσει τις παραγγελιές.

Δεν έχει χρόνο, δεν έχει ώρα,

γιατί μας φεύγει με το βαπόρι.

Ας αρχίσει ένα μοιρολόγι,

για να του πούμε αυτά που ξέρουμε.

Πάρτε εδώ γύρω τις θέσεις σας

μη φωνάζετε, και να είστε μυαλωμένες.

Στις θέσεις γύρω από το νεκρό τηρείται κάποια σειρά. Δεξιά και αριστερά τοποθετούνται δύο σειρές καρέκλες. Προς το κεφάλι του νεκρού παίρνουν θέση, η μητέρα, η σύζυγος και οι υπόλοιποι κατά σειρά συγγενείς. Θα σχηματιστεί και μια άλλη σειρά από πίσω από όρθιες γυναίκες.

Οι άνδρες, στις κηδείες στέκονται χωριστά σε κάποιο διπλανό δωμάτιο, ή στην άλλη άκρη του σπιτιού.

Το μοιρολόι ακολουθεί τη δική του σειρά. Πρώτα μοιρολογεί μια μόνη και έπειτα ακολουθούν όλες οι άλλες μοιρολογίστρες. Οι στίχοι παρουσιάζουν μια ενότητα και εκφράζουν ένα ολόκληρο νόημα.

Κυριαρχεί το δίστιχο οκτασύλλαβο με ομοιοκαταληξία, επαναλαμβάνεται όμως πάντα ο δεύτερος στίχος, οπότε και παρατηρείται ένα δυνατό ξέσπασμα πόνου. Όλα τα δίστιχα περιέχουν ολοκληρωμένα νοήματα. Μερικές φορές η μια μοιρολογήτρα συμπληρώνει την άλλη, με αποτέλεσμα να ξεδιπλώνεται μια πραγματική βιογραφία του νεκρού.

Σχεδόν πάντοτε το μοιρολόι συνδέεται με κινήσεις των χεριών και κινήσεις του σώματος, ανάλογες με τον ρυθμό. Όλες οι μοιρολογήτρες κρατούν στο χέρι τους ένα χειρομάντηλο από τις διαγώνιες άκρες του και λέγοντας το μοιρολόι τραβάνε ρυθμικά προς τα έξω τις άκρες του. Το συγχρονισμένο αυτό ομαδικό τράβηγμα, δίνει ένα μουντό και θλιβερό ήχο, κοντά στη μουσική του μοιρολογιού.

Παρατηρείται ακόμη και η πανάρχαια κίνηση της έσχατης απελπισίας. Καθώς είναι ριγμένο στο κεφάλι το μαύρο μαντήλι, η γυναίκα τραβάει προς τα κάτω τις δυο άκρες, δεξιά και αριστερά στο ρυθμό του μοιρολογιού, με δύναμη. Αυτά τα απότομα δυνατά τραβήγματα, δημιουργούν αντίστοιχες πιέσεις στο κεφάλι, το οποίο αρχίζει να υποφέρει.

Έπειτα φθάνει η ώρα της φοβερής κίνησης, η οποία συνοδεύεται πάντοτε από μια πολύ δυνατή κραυγή πόνου και απελπισίας με τις λέξεις, ‘πω-πω τι πάθαμε.....(Λιάπης, 1985).

# ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 4

ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 4

ΓΡΑΦΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΤΕΛΕΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΟΥ ΜΟΙΡΟΛΟΓΙΟΥ ΚΑΤΑ ΤΗ ΤΕΛΕΣΗ ΤΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΚΗΔΕΙΑΣ

<p><b>ΕΘΙΜΟΤΥΠΙΚΗ ΔΙΑΤΑΞΗ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Αναγγελία θανάτου στους συγγενείς</li> <li>• Δημόρφωση σπιτιού για την υποδοχή του νεκρού</li> <li>• Επιστροφή νεκρού στο σπίτι</li> <li>• παραμονή σκηνώματος για 24 ώρες στο σπίτι</li> </ul>	<p><b>Μοιρολόι</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Η κορυφαία δίνει πρώτη το ρυθμό</li> <li>▶ Ρυθμικές κινήσεις</li> <li>▶ Κράτημα χεριών</li> <li>▶ Επικύλιση στο θρήνο</li> <li>▶ Ίδιαιτρο μοιρολόι</li> </ul>
<p><b>ΧΟΡΟΤΑΞΙΑΚΗ ΔΙΑΤΑΞΗ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Οι συγγενείς δίπλα στο νεκρό</li> <li>• Εισόδος μελών κοινότητας – γυναικών</li> <li>• Κύκλος γύρω από το νεκρό</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Αντιφώνηση και εναλλαγή στοιχών</li> <li>▶ Τραγούδια</li> <li>▶ Τόνου</li> <li>▶ Αρχή έμμετρου θρήνου</li> <li>▶ Δημιουργία θρηνητικών αυτοσχέδιασμων</li> </ul>
<p><b>ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΙΑΤΑΞΗ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Αναγγελία θανάτου στη κοινότητα</li> <li>• Κοινωνική συμμετοχή</li> <li>• Κινήσεις παρηγοριάς προς τους συγγενείς</li> <li>• Χαιρετισμός του νεκρού</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Γενίκευση του θρήνου μέσω αλληλεπιδράσεων</li> </ul>
<p><b>ΛΕΚΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΞΗ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Κραυγές</li> <li>• Ευχές παρηγοριάς</li> <li>• Αντίδραση στην απώλεια</li> <li>• Έπαινοι νεκρού</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Τελεσιποίηση γενίκευσης μνήμης νεκρού</li> <li>▶ Ολοκλήρωση θρήνου</li> </ul>
<p><b>ΜΟΥΣΙΚΗ ΔΙΑΤΑΞΗ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• βουβοί τόνοι</li> <li>• Σιωπή</li> <li>• Ρυθμός</li> <li>• Γυναικεία φωνή</li> </ul>	

## 8.5 ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΚΑΙ ΘΕΜΑΤΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΜΟΙΡΟΛΟΓΙΟΥ.

### - ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ.

Σύμφωνα με τον Οικονομίδη (1967), τα μοιρολόγια ως προς το περιεχόμενο διαχωρίζονται σε δυο κατηγορίες:

A. Τα κυρίως μοιρολόγια, δηλαδή τα θρηνώδη άσματα για τον νεκρό, στα οποία περιλαμβάνονται οι θρήνοι των ζωντανών, ενώ παρεμβάλλεται συγχρόνως πολλές φορές το άσμα του νεκρού, ο οποίος δήθεν θρηνεί για το χωρισμό του από τη ζωή και τα βάσανα που περνά στο κάτω κόσμο.

B. Τα λεγόμενα τραγούδια του χάρου και του κάτω κόσμου, τα οποία ακούγονται στην Ηπειρωτική Ελλάδα κατά τον θρήνο του νεκρού. Διακρίνονται για την αφηγηματική τους μορφή και για τα γενικότερα νοήματα, σχετικά με την ματαιότητα του βίου, τη σκληρότητα του χάρου, που επιζούν από την αρχαιότητα.

Και τα δύο αυτά είδη ακούγονται κατά την τελετή της κηδείας. Δεν μπορούν να λειτουργήσουν αυστηρά διαχωριστικά στο μοιρολόγημα και αυτό αποδεικνύεται όχι μόνο από τα συναισθήματα και τις σκέψεις που έχουν οι άνθρωποι εμπρός στο γεγονός του θανάτου, αλλά και από την ετυμολογία της ίδιας της λέξης. Ο λόγος της μοίρας.

- Τα θρηνώδη άσματα.

Τα μοιρολόγια, τα οποία απευθύνονται κατά βάση στο νεκρό, περιγράφουν την ίδια τους την ζωή και συγχρόνως περιγράφεται ο πόνος των συγγενών. Είναι αξιοσημείωτο, ότι στα ελληνικά μοιρολόγια διατυπώνονται όλες οι σχέσεις μεταξύ των ζωντανών και του προσκείμενου νεκρού. Έτσι ο έμμετρος λόγος αναφέρεται κυρίως σε πρόσωπα αλλά και σε ορισμένες περιστάσεις.

- Σε νέους, άγαμους και τέκνα.

Ο πιο γοερός θρήνος είναι για αυτούς που δεν μπορούν να χαρούν τις ομορφιές της ζωής, όπως το γάμο, για τους οποίους χρησιμοποιούνται απaráμιλλες μεταφορές και παρομοιώσεις.

Πάνε και συ, παιδάκι μου με τα αλλά τα παιδάκια,

στού παραδείσου το πλατύ, μαζεύουν λουλουδάκια.(Ιωάννου, 1977).

- σε άνδρες και γυναίκες συζύγους.

Ο ξεριζωμός του ανδρόγυνου, γίνεται επίσης αντικείμενο του έμμετρου λόγου των μοιρολογιών και κυρίως στο θάνατο του συζύγου και πατέρα, ως προστάτη της οικογένειας, ο οποίος απευθύνεται ακόμα και στη σύντροφο του με την φωνή της μοιρολογήτρας.

Αντρόγυνο εκάθουνταν σε ένα προσκεφαλίδι,

γλυκά, γλυκά κουβέντιαζε και χύνει μαύρο δάκρυ'

το ποιος κριτής, το ποιος κατής, το ποιος θα μας χωρίσει;

Χάρος αντιλογήθηκε από ψιλή ραχούλα.



Εγώ κριτής, εγώ κατής εγώ θα σας χωρίσω

(Αναγνωστόπουλος, 1984)

- Σε γονείς.

Μέσω μεταφορών και παρομοιώσεων και γύρω από συναισθήματα αμοιβαίας αγάπης και στοργής, ακούγονται και τα μοιρολόγια από τα παιδιά για τους γονείς.

Σε όλο τον κόσμο γύρισα να βρω γλυκό σταφύλι

Και πούπετα σε πύρηκα σαν του γονιού τα χείλη.

Και επειδή ήταν πιο συχνός ο θάνατος των ανδρών, η μάνα ήταν αυτή που θα έβρισκε στην άλλη ζωή το σύζυγο και των πατέρα των παιδιών της.

...θα σε ρωτήσω μάνα μου , θαλά σου πω μωρ' μάνα,

ποιόν είδες, ποιόν αντάμισες αυτού στο κάτω κόσμο;

Μάνα μ', πως σε κατάρρευσε νο δόλιος ο πατέρας νο δόλιος ο πατέρας;

- Σε αδέρφια.

Εκτός από τον μητρικό πόνο, τη χηρεία και την ορφάνια, στο μοιρολόι εκφράζεται και η σχέση μεταξύ αδελφών. Ο πεθαμένος αδελφός ή αδελφή, βρίσκονται στο επίκεντρο των θρηνητικών ασμάτων. Εξυπηρετώντας αυτή τη προσωπική σχέση μεταξύ ζωντανών και νεκρών.

Τα' αδέρφια όντες συμπερπατούν και η γη τα καμαρώνει'

Μα αλήθεια όντες χωρίζονται και η γη αναστενάζει.(Αναγνωστόπουλος,  
1984).

- Σε ηλικιωμένους.

Τους γέροντες τους θρηνούν κυρίως οι συγγενείς τους μόνο και τους μοιρολογούν αν έπαθαν πολλά βάσανα στη ζωή τους. Ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στους γέροντες που πέθαναν μέσα σε οικογενειακή ευτυχία με απογόνους και σε μεγάλη ηλικία.

Επήρε ο θεός το πλάσμα του, κι οι αγγέλοι τη ψυχή του

Κι αφήνει γεια στο σπίτι του και γεια στη γειτονιά του

Και αφήνει την ευχούλα του μες τα παιδογγόνά του.(Αναγνωστόπουλος,  
1984).

- Σε ξενιτεμένους.

Όποιοι πέθαναν στην ξενιτιά μακριά από το σπιτικό τους σπίτι, από συγγενείς και φίλους, χωρίς κανονική κηδεία και ταφή, μοιρολογούνται στο τόπο της καταγωγής τους.

Μη κλαίτε τους καλότυχους, τους καλοπεθαμένους

Οπού πέθαναν στα σπίτια τους, σε όλα τα καλά τους.

Να κλαίτε τους κακότυχους, τους καλοπεθαμένους'

Οπού πέθαναν στην ξενιτιά και στα νοσοκομεία'

Δίχως μανούλα στο πλευρό, πατέρα στο κεφάλι

‘δίχως και τα αδελφάκια τους, να τους ρωτάν τι θέλουν.

(Αναγνωστόπουλος, 1984)

- Σε ανθρώπους που είχαν ξαφνικό θάνατο.

Στους ξαφνικούς θανάτους υπάγονται τα διάφορα απρόοπτα ατυχήματα π.χ. ναυάγιο. Ο θρήνος σε αυτούς τους θανάτους διακατέχεται από οδυρμό και πόνο.

Αγνάντεψα τη θάλασσα και την παρακαλούσα’

Θάλασσα μη βουρκώνεσαι, μη βαριακυματίζεις

Τι αν βρεις καράβι το βουλιάς, κάτεργα το βυθίζεις

τι αν βρεις φρεγάτα δυνατή, κομμάτια την τσακίζεις

Και κάνεις μάνες δίχως γιους, γυναίκες δίχως άνδρες

και κάνεις και την αδελφή δίχως τους αδελφούς της.

- Σε σκοτωμένους στη μάχη και στον πόλεμο.

Το μοιρολόι δεν θα μπορούσε να μην αναφέρεται σε αυτή την ιδιαίτερη και συχνή περίπτωση, για την ιστορία των ελλήνων, στην οποία συμβαδίζει η τιμή για την πατρίδα. Σε αυτά τα μοιρολόγια αποδίδεται δόξα και τιμή στους νεκρούς, ωστόσο ο θρήνος, κυρίως της μάνας, είναι έντονος.

‘Έ τον έρμο τον πόλεμο, παιδάκι μου’ πόσες καρδιές μαραίνει, αγοράκι  
μου.

‘Ήσουν λεβέντης και άξιος παιδί μου

Κι άριστος στρατιώτης, μερακλή μου.

Μα η παντέρμη η μπάλα, κανακάρη μου  
εζήλεψε τσοι χάρες σου, καμάρι μου  
και σου βρε φλέβα τση καρδιάς, γιέ μου  
και σου κόψε τσοι χρόνους, καντηφέ μου....

...σαν ήχασα εσένα, κανακάρη μου  
παντ' άλλο μου πομένει, παλικάρι μου  
μον' η ψυχή στα κόκαλα γιε μου.

Κι εκείνη είναι ξένη, ομορφέ μου.

Το χάρο δεν φοβούμε πια παιδί μου

και ότι θελ' ας κάνει, κλαδί μου

κι ανε γυρεύει να με βρει, γιε μου

φωνάζω του επα' μια, αμοιρέ μου. (Στερογγιάννης, 1960)

## - ΘΕΜΑΤΟΛΟΓΙΑ.

Τα μοιρολόγια, όπως καταγράφηκαν από πολλούς μελετητές στα τέλη του δεκάτου ογδόου αιώνα, παρουσιάζουν ομοιότητες ως θρηνητικά άσματα. Αρχίζοντας από τη θεματολογία των στίχων, τα ελληνικά μοιρολόγια μπορούν να αναλυθούν σε τρεις τομείς. (Μότσιοις, 1995)

A. Την ίδια την ζωή των ανθρώπων, οι οποίοι είναι πια νεκροί.

B. Στο θάνατο, όχι μόνο στη προσωπική του διάσταση, αλλά και στη πιο σφαιρική του έννοια.

Γ. Στις μετά θάνατον καταστάσεις, στο φυσικό ή κυρίως στο μεταφυσικό χώρο, στον οποίο τίθενται και θέματα αθανασίας.

Με βάση αυτό το διαχωρισμό, πρέπει να επισημανθεί εξ αρχής ότι καμιά ταξινόμηση δεν μπορεί να εξαντλήσει όλο το πλούτο των σημασιολογικών και μορφολογικών εκφράσεων που παρατηρούνται.

A. Όταν τα μοιρολόγια μιλούν για τη ζωή των αποθανόντων διεκτραγωδεύεται η σχέση μεταξύ ζωντανών και νεκρών.

Είχα μια βρύση με νερό, μια αυλή μαρμαρωμένη

είχα και ένα δεντρί κι ήμουν ακουμπισμένη.

Τώρα η βρύση στέρεψε κι η αυλή ξεμαρμαρώθη

και κείνο το χρυσό δεντρί και κείνο ξεριζώθη. (Αναγνωστόπουλος, 1984).

B. Το θέμα του θανάτου γεννά τα περισσότερα μοιρολόγια, γιατί αυτός βρίσκεται στο επίκεντρο τους και αναλύεται, είτε στη διαπροσωπική σχέση ζωντανών-νεκρών είτε στην έμμετρη αναφορά του χάρου ως

προσωποποίηση του ίδιου του θανάτου. Βασικές διαστάσεις του αποτελούν:

- Η νοσταλγία της αμοιβαίας επικοινωνίας.

Να ήξερα πότε θα ρθείς από το μαύρο Άδη,  
για να σαρώσω την αυλή και να τη βολυμώσω,  
να γίνω γης να με πατάς, γιοφύρι να περάσεις,  
να γίνω και γλυκομηλιά, στο ήσκιο μου να κάτσεις,  
να ρίχνω τ' άνθη πάνω σου, τα μίλα στην ποδιά σου,  
να ρίχνω και τους κλώνους μου, να σε χαϊδολογούνε. (Οικονομίδης, 1967)

- Παραινέσεις και λόγοι του ίδιου του νεκρού.

Κλάψε με μανούλα, κλάψε με τη νύχτα με φεγγάρι,  
Όσο να βγουν τα ελάφια στις βοσκιές κι οι πέρδικες στους κάμπους.  
Και μια λαφίνα μανούλα μου, ταπεινά δεν θέλει να πάει μετ' άλλα.  
Κι όλα τα απόσκια, μάνα μ', περπατεί και τα στενά διαβαίνεις. (Μότσιος,  
1995).

- Έκφραση βαθιάς απώλειας.

Που πας, γαιτάνι να σαπής, γκόλφι μου, ν' αραχνιάσεις,  
Γαρούφαλο βενέτικο, ν' αλλαξομουδιάσεις;  
Παιδάκι μου τον πόνο σου που να τον απιθώσω;

Να τότε ρίξω τρίστρατα, τον παίρνουν τα πουλάκια'

Θα τότε βάλω στην καρδιά, να τον καταριζώσω

Να περπατώ να με πονή, να στέκω να με σφάζη. (Οικονομίδης, 1967).

- Το αναπόφευκτο και προκαθορισμένο του θανάτου.

Με γελάσανε, τα πουλιά, της άνοιξης τα' αηδόνια.

Με γελάσανε και μου πάνε δεν θα πεθάνω.

Και έφτιασα το σπιτάκι μου ψηλότερο από τα' άλλα'

με δυο με τρία πατώματα, μ' εξήντα παραθύρια.

Στο παραθύρι έκατσα, το πελαγ' αγνατεύω'

βλέπω τους κάμπους πράσινους και τα βουνά γεράνια'

βλέπω το Χάρο και έρχεται στους κάμπους καβαλάρης.

(Αναγνωστόπουλος, 1984)

- Παράπονα προς το θεό.

Το μοιρολόγι έπκιασα

Και σα ζουρλή εχούγιαξα.

Κακούργος είναι ο θεός,

που σκότωσε το ορφανό.

Με συμβουλέψασι οι δικοί,

οι φίλοι και οι χωριανοί,

για να μην βρίζου το θεό,

τ' είναι αμαρτία και κακό.

Τους αποκρίθηκα και εγώ.

Ετούτο πο' καμε ο θεός'

ανήμερα τη Σωτήρος'

πο σκότωσε το ορφανό,

δεν είναι αμαρτία και κακό. (Σερεμετάκη, 1994)

Γ. Στη περιγραφή καταστάσεων μετά το θάνατο, βασικό θέμα αποτελεί ο τόπος διαβίωσης των νεκρών. Ο κρύος και σκοτεινός κάτω κόσμος έρχεται σε αντιπαράθεση με τον επάνω κόσμο, στοιχεία τα οποία παρατηρούνται σε όλα σχεδόν τα μοιρολόγια.

Καλώς ήρθαν τα σύγνεφα και φέρνουν τον αέρα,

φέρνουν τον αδελφούλη μου μες τα δικά μου χέρια.

Και κάθομαι και τον κοιτώ, σουσούμια δεν του φέρνω.

Βλέπω κορμάκι ζάχαρη και νιάτα ζαχαράτα.

- καλώς τόνε, τον αδελφούλη μου, καλώς τον, καλώς ήρθες.

πα διάβα στο κρεβάτι σου για να μας μολοήσεις

- Τι να σας πω μανάδες και αδελφές, πολύ θα σαι πικράνω

εδώ δεν είναι γνωριμιά, δεν είναι ανταμωσύνη



εδώ είναι οι νιοι τα' απίστομα κι οι νιές χωρίς πλεξούδες

εδώ διπνάν τον κουρνιαχτό και γεύονται το χώμα.(Μότσιοις, 1995)

Ο τρόπος της σύνθεσης και της τήρησης του εθίμου, η πίστη στην εθιμοτυπία και στην αξία του θρήνου, η διατήρηση της σχέσης ζωντανών-νεκρών, η μεταφορά του φυσικού και κοινωνικού χώρου και τέλος η πρόνοια για μια μεταφυσική διέξοδο, χαρακτηρίζουν τα θρηνητικά άσματα. Μέσα στο κοινωνικό πλαίσιο ανάπτυξης τους, τα μηνύματα ζωής και θανάτου έχουν ζωτική θέση στη θεματολογική ποικιλία των μοιρολογιών. (Αναγνωστόπουλος, 1984).

## 8.6 ΔΙΑΧΩΡΙΣΜΟΣ ΜΟΙΡΟΛΟΓΙΟΥ ΣΤΙΣ ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΧΕΣ.

Το μοιρολόι είναι ένα παγκόσμιο φαινόμενο. Δεν υπάρχει λαός στον κόσμο που να μην θρήνησε για τον χαμό του αγαπημένου του προσώπου, να μην τραγούδησε στίχους γύρω από τη ζωή του, το χαμό του και να μην αναθεμάτισε την χαροντική δύναμη που τον πήρε. (Λιάπης, 1985)

Το μοιρολόι φαίνεται να κυλά και στην ψυχή των ελλήνων, οι οποίοι δημιουργούν τέχνη ενώπιον του θανάτου, προσαρμοσμένη στα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά κάθε περιοχής. Το μοιρολόι αναπτύχθηκε σε εκείνες τις ελληνικές περιοχές, οι οποίες βρίσκονταν περισσότερο κοντά στη φύση και δεν είχαν υποστεί σοβαρές επιρροές άλλων πολιτισμών και για αυτό ακριβώς το λόγο το μοιρολόι επηρεάζεται από την παράδοση των 'ανοικτών και των κλειστών' τρόπων λειτουργίας αυτών των κοινωνιών.

Σύμφωνα με τον Μότσιο (1995), η παράδοση του μοιρολογήματος στην Μάνη δεν πέρασε τα σύνορα της, το ίδιο συμβαίνει και σε άλλες περιοχές όπως στην Κρήτη για παράδειγμα. Ενώ διαπιστώνει κανείς τη χωρίς σύνορα παράδοση στην ευρύτερη περιοχή της Θεσσαλίας, της δυτικής Μακεδονίας και της Ηπείρου. Υπάρχουν και τα μοιρολόγια που λέγονται σχεδόν σε όλη την Ελλάδα.

Επομένως η έννοια της καθολικότητας στο μοιρολόι, έχει άλλοτε τοπικό χαρακτήρα και άλλοτε επεκτείνεται σε όλη την επικράτεια. Το μοιρολόι παρουσιάζει τοπογραφική ποικιλία ως προς τη μορφή, ωστόσο η λειτουργική του χρήση είναι κοινή σε όλους τους Έλληνες.

Ως μορφή και ως γνήσιο τοπικό χαρακτηριστικό τα μοιρολόγια παρουσιάζουν διαφοροποιήσεις κατά γεωγραφικές περιοχές.

Σύμφωνα με τον Λιάπη (1985), οι Αρβανίτες του Ελληνικού χώρου μοιρολογούν περισσότερο. Ο χαμός του αγαπημένου δημιουργεί το κατάλληλο κλίμα για να υμνηθούν τα βάσανα, οι αδικίες και οι κατατρεγμοί της Αρβανίτικης 'ράτσας'. Ένα χαρακτηριστικό δείγμα Αρβανίτικου μοιρολογιού που ακούγεται σε Αρβανίτικες κηδείες είναι το εξής:

Το πουλί της νύχτας φωνάζει  
και με μαχαίρι με κόβει στα δυο.  
Μας τριγουρίζει το πουλί της νύχτας  
και κρατάει στο χέρι του ένα τσεκούρι.  
Μοιρολογάει το πουλί της νύχτας  
και ζητάει να πάρει μια ψυχή.  
Το σκυλί ουρλιάζει  
βλέπει ότι έρχεται το κακό.  
Το σκυλί ουρλιάζει έξω από την πόρτα,  
φόβος και τρεμούλα με κατέχει.  
Ο αέρας φέρνει πολλές φωνές  
άκου, ήρθαν έξω από την πόρτα.  
Οι φωνές μας χτυπάνε την πόρτα,

θέλουν να μπούνε μέσα στο σπίτι.

Μην τις αφήνεις, κλείδωσε την πόρτα

και αμπάρωσε την με σιδεριά.

Άνοιξε η πόρτα με ένα φύσιγμα,

μπήκανε ψυχές που είχαν φύγει. (Μετάφραση Λιάπης, 1985)

Στην Πελοπόννησο κυριαρχεί το Μανιάτικο μοιρολόι, το οποίο πλασμένο σε στίχους οκτασύλλαβους ή δεκαπεντασύλλαβους.

Ε, Παναγιώτη μου αϊτέ,

μα πως το καταδέχεσαι,

και πάνω δεν σηκώνεσαι,

για να τους πεις ευχαριστώ,

σε όλο τον κόσμο, τον λαό,

σε φίλους και σε συγγενείς,

όπου σε δώσανε τιμή. (Σερεμετάκη, 1994)

Στην Ηπειρωτική Ελλάδα ο στίχος είναι ανομοιοκατάληκτος δεκαπεντασύλλαβος, όπως το παρακάτω μοιρολόι.

Σ'όλο τον τόπο ξαστεριά, σ'όλο τον τόπο ο ήλιος,

και στου Γιωργάκη την αυλή, καπνός και αντάρα βγαίνει,

καπνός φέρνει τα κλάματα κι αντάρα μοιρολόγια.

- Βάστα ψυχή, βάστα καρδιά σαν θέλεις σα δε θέλεις,  
τα δάκρυα τα κλάματα κι αυτά τα μοιρολόγια,  
το πώς βαστούν και τα βουνά, τα χιόνια και τους πάγους,  
βάστα και συ γυναίκα μου, τα δάκρυα και το κλάμα. (Μότσιοι, 1995)

Τα μοιρολόγια των νησιών οφείλουν να είναι ομοιοκατάληκτα και συγχρόνως παρατηρούνται και τα δίστιχα μοιρολόγια, όπως το παρακάτω της Κρήτης.

Άσκημα πα τα πρόβατα, δίχως βοσκό στα όρη,  
άσκημα πάει και ο νεκρός, δίχως το μοιρολόι. (Μότσιοι, 1995)

Χαρακτηριστικά επίσης είναι και τα μοιρολόγια της Καρπάθου, τα οποία και αυτά είναι ομοιοκατάληκτα και δεκαπεντασύλλαβα. Η Καρπαθιακή κοινωνία γνώρισε πολύ καλά τον πόνο της ξενιτιάς και για αυτό πολλά από τα μοιρολόγια αναφέρονται στην έννοια του ξεριζωμού.

Ήλεα τώρα που 'ρτες πλιο από τα ξένα μέρη,  
Πως θα ριζώσης να 'ενής δημότης εις το Απέρει.  
Μμ' εφύσηξεν ο άνεμος τα' φόρτσα δραμουντάνα

Τσ' εξερριζώθη το 'εντρό-ν από την αλιτάνα. (Λυδάκη, 2003)

Πρέπει να ξεκαθαριστεί ότι μιλώντας για το μοιρολόι, γίνεται λόγος για δημοτική και όχι για λόγια ποίηση, για προφορική και όχι γραπτή παράδοση. Η δημιουργία τους είναι βασισμένη στον αυτοσχεδιασμό, στη γνήσια έκφραση.

## 8.7 ΤΑ ΒΑΣΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΜΟΙΡΟΛΟΓΙΟΥ.

Τα βασικά χαρακτηριστικά του ελληνικού μοιρολογίου, σύμφωνα με τον Μότσιο (1995), μπορούν να κατηγοριοποιηθούν ως εξής.

- Το ελληνικό μοιρολόι, έχει μακραίωνη παράδοση ως τοπική ή γενική συνήθεια.
- Υιοθετεί την έμμετρη έκφραση (ρυθμός-μέτρο).
- Προσαρμόζεται στις τοπικές ιδιαιτερότητες, διατηρώντας γνήσιες σταθερές και καθολικές εκφάνσεις.
- Εκφράζει κάθε μορφή απώλειας από το θάνατο μέχρι και την ξενιτιά.
- Παρουσιάζει μια πλήρη και οργανωμένη εθιμοτυπία με ατομική και ομαδική εκτέλεση.
- Διακρίνεται για την πλασματικότητα του περιεχομένου του και του τρόπου εκτέλεσης του, οι στίχοι του για παράδειγμα αυτοσχεδιάζονται και δεν ακούγονται ποτέ ίδιοι.
- Συγκεντρώνει την οδύνη για το θάνατο σε μια ειδική στιγμή, διευκολύνει το ξέσπασμα αλλά και το μεθοδεύει.
- Χρησιμοποιεί λογοτεχνικά στοιχεία όπως ο διάλογος, ο οποίος ενισχύει ασυνείδητα και συνειδητά τη σχέση ζωντανών-νεκρών, ο συμβολισμός ο οποίος είναι βαθύς χαρακτηρίζεται από την προσωπική σχέση του πενθούντα με το προσκείμενο σκήνωμα του νεκρού.
- Τέλος ως στοιχείο της παράδοσης, εκφράζει με τον αμεσότερο τρόπο την διαχρονική πορεία του ελληνικού πνεύματος, στην οποία κάθε άνθρωπος μπορεί να δει τη σκέψη του, τη ψυχή του και το σώμα του, να κινητοποιούνται.

## 8.8 ΓΥΝΑΙΚΑ ΚΑΙ ΜΟΙΡΟΛΟΙ.

Το μοιρολόι γίνεται συνήθως από τις γυναίκες. Το τραγούδι της τάβλας, είναι ένα είδος ανδρικού μοιρολογιού. Οι γυναίκες που μοιρολογούν κάθονται 'κατάχαμα' ή σε χαμηλά σκαμνιά και κινούνται ρυθμικά καθώς μοιρολογούν.

Υπάρχουν οι ακόλουθοι τρόποι μοιρολογιού ,οι οποίοι είχαν αναπτυχθεί ήδη στην αρχαιότητα:

- Μια κορυφαία με ένα χορό που επαναλαμβάνει μια επωδό.
- Ένας χορός μόνος του.
- Περισσότερες από μια κορυφαίες που μοιρολογούν αντιφωνικά με ένα χορό.
- Ένας χορός χωρισμένος σε δύο ημιχόρια που μοιρολογούν αντιφωνικά.

Στη Μάνη υπάρχει μια μοιρολογήτρα, η οποία διευθύνει το μοιρολόι και μόνο με την άδειά της μπορούν οι άλλες να μοιρολογήσουν. Στη Σάμη της Κεφαλονιάς οι μοιρολογήτρες πιάνονται από τα χέρια και σχηματίζουν αλυσίδα.

Τα μοιρολόγια που συνήθως για τη ζωή, για τη νιότη για τους νέους χαμένους, γίνονται για τις που θρηνούν και μοιρολογούν μια πρόφαση. Έτσι μοιρολογούν όχι μόνο για το χαμό εκείνου που έφυγε για τον άλλο κόσμο αλλά και για τις ατέλειωτες δικές τους προσωπικές γυναικείες λύπες. Ο εκάστοτε θάνατος γίνεται αφορμή για να τραγουδήσουν τους δικούς τους προσωπικούς πόνους, για να ιστορήσουν τα βάρη της ψυχής τους τον τρόπο που μεγάλωσαν, που παντρεύτηκαν, που έκανα παιδιά, που

μεγάλωσαν τα παιδιά τους, που μέχρι τώρα έζησαν τη δύσκολη ζωή τους μέσα στον καθορισμένο οικογενειακό και κοινωνικό τους χώρο.(Φάρος, 1989 ).

Οι γυναίκες που μοιρολογούν αντιπροσωπεύουν τη βία του θανάτου μέσω του σώματός τους. Οι στάσεις τους οι χειρονομίες τους και οι γενικές εκφράσεις του προσώπου τους λειτουργούν ως σωματικά κείμενα, τα οποία επαναλαμβάνουν την εμπειρία του θανάτου, ως πέρασμα και αταξία εκ μέρους του σιωπηλού και ακίνητου, πλέον νεκρού. Μέσα από αυτήν την εικονογραφία της σωματικής αταξίας και κίνησης οι γυναίκες δεν εδραιώνουν μόνο την κοινή τους ουσία με τον νεκρό, αλλά επιβάλλονται και οι ίδιες ως εικονικοί αντιπρόσωποι του νεκρού στο κόσμο των ζωντανών. Για τις γυναίκες η σωματική μίμηση του θανάτου μέσω του μοιρολογιού, είναι μέρος μιας διαδικασίας αυξανόμενης αποκοινωνικοποίησης, μιας διαδικασίας εγκατάλειψης της κοινωνίας, όπως αποτυπώνεται στο τρόπο του μοιρολογιού.

Αυτή η σύνθεση σωματικής και ακουστικής παρουσίας ή ορατότητας αποτελεί την κεντρική παραστατική δύναμη του μοιρολογιού στη τελετουργία του θανάτου. Αυτές οι στάσεις του σώματος, οι οποίες συνδέονται με τον ερχομό του θανάτου και την τελετουργία του θανάτου, έρχονται σε οξεία αντίθεση με την σωματική εικονογραφία των γυναικών στην καθημερινή κοινωνική ζωή.(Σερεμετάκη, 1994).



## 8.9 ΤΟ ΜΟΙΡΟΛΟΙ ΣΗΜΕΡΑ.

Σύμφωνα με τον Φάρο (1989), στις μέρες μας το έθιμο του μοιρολογιού, ακμάζει ακόμη στην Μάνη, όπου τα μοιρολόγια είναι εντελώς ιδιόρρυθμα και επικρατεί μια ολόκληρη εθιμοτυπία γύρω από αυτά. Έτσι μόλις πεθάνει κανείς, είτε βρίσκεται στο χωριό, είτε είναι ξενιτεμένος, όλες οι γυναίκες του χωριού πηγαίνουν στο ‘κάθισμα’, δηλαδή στο μοιρολόι. Στη Μάνη συμμετέχουν και οι άνδρες στο μοιρολόι, σχηματίζοντας ένα ημιχόριο που μοιρολογεί με τις γυναίκες αντιφωνικά.

Σήμερα το μοιρολόι είναι απαραίτητο από κάθε άλλη φορά. Φυσικά δεν προσδοκούμε ότι οι γυναίκες της Ευρώπης θα μεταβληθούν σε ‘θρηνούσες’ και σαν μοιρολογήτρες της μέσης Μάνης, θα κάνουν τη θλίψη τους ποίημα και τραγούδι. Δεν περιμένουμε επίσης ότι θα μαδούν τα μαλλιά τους ή ότι θα ξεσκίζουν τα πρόσωπα τους. Ελπίζουμε όμως ότι αν προσέξουμε και καταλάβουμε την πορεία του τελετουργικού, όταν αναλύσουμε την ποίηση, το ρυθμό των τραγουδιών της θλίψης και παρακολουθήσουμε τη συμπεριφορά αυτών που παίρνουν μέρος, θα βρούμε ασφαλώς ορισμένα στοιχεία, τα οποία θα μπορούσαμε να μεταφέρουμε στις μεγαλουπόλεις για τους ανθρώπους του σήμερα.

Δημιουργικές ικανότητες για να εκδηλώσουμε την δική μας θλίψη, υπάρχουν παντού μέσα σε εμάς τους ίδιους και γύρω μας. Χρειαζόμαστε μόνο ένα κατάλληλο χώρο και την συγκατάθεση των άλλων για να απελευθερώσουμε τα συναισθήματά μας, για να τους εξασφαλίσουμε μια ελεύθερη ροή. Το τελετουργικό με το μοιρολόι αποδεικνύεται μια γνήσια και άδολη πηγή, από όπου μπορούμε σήμερα να λάβουμε ουσιαστικά

στοιχεία, τα οποία θα μας δώσουν την δυνατότητα να προκαλέσουμε εμπειρίες αντίστοιχες με εκείνες που αυτό προκαλεί.

Μπορούμε να στηριχθούμε στον πλούτο αυτού του εθίμου και ανάλογα με τις ανάγκες μας να καταφύγουμε σε αυτό, σαν σημαντικό και δοκιμασμένο μοντέλο. Αφού ένα τελετουργικό επέζησε για χιλιετίες, πρέπει να είναι αποτελεσματικό και αν προσπαθήσουμε να το δούμε σωστά, θα μπορούσε και σήμερα ακόμα να μας οδηγήσει στο δρόμο να διατρέξουμε το πένθος από κάποια απώλεια.(Σερεμετάκη, 1994)

Σήμερα τα μοιρολόγια, γίνονται πιο σπαρακτικά από ό,τι παλαιότερα. Η διαφορά έγκειται στο γεγονός, ενώ πιο παλιά τα μοιρολόγια ήταν απρόσωπα και αναφέρονταν γενικότερα στην ματαιότητα των εγκόσμιων και τη θλιβερή εικόνα του Άδη, σήμερα καμιά μοιρολογήτρα δεν γνωρίζει άλλα μοιρολόγια εκτός από εκείνα που συνθέτει η ίδια, ή εκτός από εκείνα που συνθέτουν για αυτή άλλες γυναίκες πιο ικανές, για να τα χρησιμοποιήσει στο θρήνο της για τον νεκρό.(Λυδάκη, 2003)

Τέλος τα μοιρολόγια σήμερα συνθέτονται για μια συγκεκριμένη περίπτωση. Είναι γεγονός ότι ο άνθρωπος γίνεται άτομο-παράγοντας, ατομικά-έργα. Παρόλα αυτά όμως μπορούμε να διακρίνουμε στα μοιρολόγια αυτά, στα οποία είναι έντονο το προσωπικό ύφος, σταθερά νοήματα που αναφέρονται σε μια συγκεκριμένη πραγματικότητα. Το προσωπικό ύφος απόρροια, βαθιάς θλίψης, μπορεί σε μια παραδοσιακή κοινωνία να μην υπερβαίνει τις ψυχικές καταστάσεις που το γέννησαν και να γίνει σπουδαίο έργο τέχνης, όμως η συλλογική ζωή διαμορφώνει λίγο ως πολύ κοινές αντιλήψεις και συναισθήματα, και οπωσδήποτε τα βασικά μοτίβα που χρησιμοποιούνται είναι επιλεγμένα από το συλλογικό ποιητικό 'λεξικό' και τις καθιερωμένες φόρμες που συνταιριάζονται με τις ιδιαίτερες συνθήκες.(Σηφάκης, 1998)

## 9. ΝΕΚΡΙΚΑ ΕΘΙΜΑ.

### 9.1 Ο ΡΟΛΟΣ ΚΑΙ Η ΧΡΗΣΙΜΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΝΕΚΡΙΚΩΝ ΕΘΙΜΩΝ.

Όσον αφορά τα νεκρικά έθιμα ο Φάρος (1989), επισημαίνει ότι πρέπει να αποβλέπουν στο να διευκολύνουν το ξέσπασμα του πένθους και των οδυνηρών συναισθημάτων και στο να δώσουν την ευκαιρία στην λυπημένη οικογένεια και στην ευρύτερη κοινωνική ομάδα, να αποκαταστήσουν τη συνοχή τους, μετά την απώλεια ενός από τα μέλη τους, για να μπορέσουν έτσι να διατηρήσουν την ικανότητα να αγαπούν και να δημιουργούν.

Η εθιμική έκφραση των συναισθημάτων έχει σχεδιαστεί έτσι ώστε να μην οδηγεί σε απόγνωση και αποχωρισμό από την κοινωνία, αλλά μάλλον να νομιμοποιεί και να κάνει ευκολότερη την επιστροφή και την επανατοποθέτηση του συναισθηματικού κεφαλαίου, στα επόμενα στάδια της ζωής.

Όταν πεθαίνει κάποιος είναι πολύ σπουδαίο εκείνοι που συνδέονται με αυτόν, να συμμετάσχουν στην επιθανάτια διαδικασία γιατί αυτό θα τους βοηθήσει αφενός στο πένθος τους και αφετέρου να συνειδητοποιήσουν την έννοια του θανάτου.

Κατά τον ίδιο συγγραφέα πάντα η συμμετοχή στην επιθανάτια διαδικασία, στον θάνατο και στην ταφή, η θέα ακόμα και η επαφή με το σώμα του νεκρού, είναι απαραίτητα για να μπορέσουν οι πενθούντες να αποδεχθούν το θάνατο του αγαπημένου τους προσώπου. Οι Ερευνητές έχουν διαπιστώσει ότι οι συγγενείς εκείνων που οι νεκροί τους χάθηκαν και που τα σώματα τους δεν βρέθηκαν, έχουν μεγαλύτερη δυσκολία να

θεραπευτούν από τη θλίψη, γιατί δεν είχαν κάτι, στο οποίο να συγκεντρώσουν την προσοχή τους και να εκφράσουν το πένθος τους, με αποτέλεσμα να οδηγούνται έτσι ευκολότερα στην άρνηση του θανάτου.

Τα λαογραφικά έθιμα του θανάτου, σύμφωνα με τον λαογράφο Λουκάτο (1992), ανάμεικτα από ειδωλολατρικές και χριστιανικές αντιλήψεις κινούνται μέσα σε τρεις σκοπούς:

- Να βοηθήσουν τον νεκρό, στη μεταβατική πορεία του από τη ζωή προς το θάνατο, να πάει χωρίς παράπονο, χωρίς παράλειψη χρέους (θρήνου, κηδείας, ταφής) και να 'ζήσει' ήρεμος με τους άλλους νεκρούς.
- Να εξασφαλίσουν από το θεό τη συγχώρεση, για κάθε αμαρτία του νεκρού, με μνημόσυνα κτλ.
- Να προστατεύσουν τους ζωντανούς από την πιθανή εχθρότητα ή εκδικητικότητα του νεκρού, όχι άλλοι θάνατοι, και να επιδιώξουν αντίθετα οικογενειακή και πλατύτερη κοινωνική προστασία. Το τελευταίο εξηγεί την γενικότερη συμμετοχή του κοινού στις κηδείες κτλ.

Το θάνατο δεν τον αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι όλων των εποχών με τον ίδιο τρόπο. Υπάρχουν άνθρωποι που ξεπέρασαν το θάνατο σε πολύ σημαντικό βαθμό και δεν εννοούμε μόνο τις λίγες εξαιρετικές ατομικά περιπτώσεις, που συναντάμε πάντα, αλλά τις περιπτώσεις που διαμορφώθηκαν μαζικά υπό την επίρεια ιστορικών συνθηκών και λαογραφικών εθίμων. Και εδώ ακριβώς έγκειται ο σπουδαίος λειτουργικός και απαραίτητος, στην διεργασία του πένθους, ρόλος των νεκρικών εθίμων.(Μερακλής, 1998)

## 9.2 ΠΡΟΘΕΣΗ ΚΑΙ ΕΚΦΟΡΑ ΤΟΥ ΝΕΚΡΟΥ.

Οι συγγενείς και οι φίλοι πρέπει να μείνουν άγρυπνοι όλη τη νύχτα, για να μείνει ευχαριστημένος ο νεκρός. Δεν επιτρέπεται να μείνει 'αφύλακτο' το λείψανο του νεκρού κατά την διάρκεια της νύχτας, γιατί η ψυχή του 'στοιχειώνεται'.

Σύμφωνα με τον Φάρο η παραπάνω λαογραφική παρατήρηση είναι πολύ σημαντική. Η ψυχολογική και ψυχιατρική έρευνα και κλινική πείρα έχει καταλήξει στο συμπέρασμα, ότι όταν ο νεκρός δεν ταφεί ψυχολογικά καλά, 'βασανίζει' ηθικά τους ζωντανούς.

Η διαφύλαξη του νεκρού κατά την διάρκεια της νύχτας είναι αρχαία συνήθεια, η οποία μαρτυρείται ήδη από την ομηρική περίοδο και αναφέρεται συχνά στα αγιολογικά κείμενα. Σε πολλά μέρη αφού σκεπάσουν τη νύχτα το νεκρό, κάθονται γύρω του και τρώνε φαγώσιμα που φέρνουν οι συγγενείς και οι φίλοι. Το μαντήλι, με το οποίο σκεπάζουν το πρόσωπο του νεκρού, το κρατούν γιατί είναι η ευχή του.

Κατά την διάρκεια του ολονύχτιου θρήνου, ο ιερέας είναι απών. Ως άνδρας και εκπρόσωπος της εκκλησίας, ο ιερέας δεν συμμετέχει στην πρόθεση του νεκρού, εκτός από τον τερματισμό της. Όταν ο θρήνος γίνεται στο σπίτι του νεκρού, ο ιερέας θα το επισκεφθεί για να ευλογήσει το σπίτι και τους κατοίκους. Η εμφάνιση του δηλώνει στους πενθούντες το τέλος του μοιρολογήματος και ότι πλησιάζει η ώρα να μεταφέρουν το πτώμα στην εκκλησία για την έναρξη της χριστιανικής ορθόδοξης τελετής.(Σερεμετάκη, 1995).

Η παράδοση αυτή της πρόθεσης και εκφοράς του νεκρού επικρίθηκε έντονα από την χριστιανική εκκλησία, αλλά και από ορισμένους λαογράφους, οι οποίοι χαρακτηρίζουν αυτά τα νεκρικά έθιμα σαν υπολείμματα αρχαίων προλήψεων και δεισιδαιμονιών.(Φάρος, 1989)

### 9.3 ΑΠΟ ΤΗ ΝΕΚΡΩΣΙΜΗ ΑΚΟΛΟΥΘΙΑ ΜΕΧΡΙ ΤΗ ΤΑΦΗ ΤΟΥ ΝΕΚΡΟΥ.

Όπως παραστατικά περιγράφει ο Φάρος (1989), το μοιρολόι και ο θρήνος των νεκρών συνεχίζονταν μέχρι το νεκροταφείο. Στο τάφο ο ιερέας κλείνοντας την νεκρώσιμο ακολουθία, ρίχνει λάδι και κρασί πάνω στο νεκρό σταυρωτά. Καλό επίσης θεωρείται να ρίχνουν λίγο χώμα και όλοι οι παριστάμενοι.

Ανάλογα με τα έθιμα κάθε περιοχής θάβονται μαζί με τον νεκρό, τρόφιμα γλυκίσματα, χρήματα και άλλα.

Κατά την ώρα της ταφής, ο βαθύτατος πόνος που αισθάνονται οι πενθούντες, εκφράζεται με μια επιθυμία συμμετοχής στο θάνατο του αγαπημένου τους προσώπου. Στις μέρες μας διάφορες φάσεις στα μοιρολόγια μαρτυρούν την ανάγκη αυτή που νιώθουν οι πενθούντες.

Μετά από την επιστροφή από το νεκροταφείο γίνονται ορισμένοι καθαρμοί, όπως το πλύσιμο του προσώπου και των χεριών, και ακολουθεί το νεκρόδειπνο. Το νεκρόδειπνο είναι σύμβολο κοινωνικής αλληλεγγύης, το οποίο γίνεται από συγγενείς και φίλους του νεκρού, οι οποίοι τρώγοντας και πίνοντας μετά το λυπηρό γεγονός του θανάτου, εκδηλώνουν ομαδικώς την συμπαράσταση τους προς τους πενθούντες και συγχρόνως την εσωτερική διάθεση για λήθη του λυπηρού αυτού γεγονότος και συνέχιση της ζωής. (Φάρος, 1989)

Αναφορικά με την τελετή της κηδείας στην ορθόδοξη χριστιανική πίστη, η Σερεμετάκη (1994), διατυπώνει τα εξής:

- Η κηδεία δεν πρέπει να συνδέεται μόνο με τον θεσμοποιημένο ρόλο της εκκλησίας, αλλά επίσης με μια ολόκληρη κλίμακα αστικοποιημένων αξιών που εκτείνονται πολύ πιο πέρα από τις τελετουργικές της λειτουργίες.
- Η κηδεία δεν είναι, παρά μια συνιστώσα της ιστορικής εκλογίκευσης του θανάτου, η οποία περιλαμβάνει τους ιατρικούς θεσμούς, τους θεσμούς κοινωνικής πρόνοιας, τα οικονομικά συστήματα και το αστικό δίκαιο.

Η ίδια η συγγραφέας συνεχίζει επισημαίνοντας για το τελετουργικό της κηδείας:

- Το κλάμα, ο θρήνος, γίνονται στην εκκλησία, η οποία είναι ασφυκτικά γεμάτη από γυναίκες που στέκονται γύρω από το φέρετρο, φράζοντας τους διαδρόμους και τις εισόδους.
- Η είσοδος του ιερέα σε αυτόν τον εκθηλυμένο χώρο καταγράφεται με μια ποικιλία θορύβων, χειρονομιών, ομιλίας και αναδιατάξεις των στάσεων και θέσεων του σώματος.
- Η είσοδος του ιερέα, η είσοδος του θεσμού της εκκλησίας στο θρήνο, δημιουργεί ένα πειθαρχικό χώρο και σημειώνει επίσης μια παράσταση οριζόμενη κατά φύλλο.

Στο τελετουργικό της ορθόδοξης εκκλησίας, η σιωπή συνήθως οργανώνει τη σχέση μεταξύ του κλήρου και του ποιμνίου, το οποίο εκφράζει την ευλάβεια, την υπακοή και την υποταγή.

Τέλος σε περιπτώσεις κατά τις οποίες η νεκρώσιμος ακολουθία και η ταφή δεν μπορούν να τελεστούν γιατί δεν υπάρχει το σώμα του νεκρού, όπως για παράδειγμα όταν κάποιος πεθαίνει στα ξένα, βάζουν στο νεκρικό κρεβάτι ένα ομοίωμά του, στο οποίο φορούν μερικά ρούχα του πεθαμένου



και απευθύνουν σε αυτό το ομοίωμα τους ίδιους θρήνους που θα απεύθυναν στο αληθινό λείψανο. Τα μοιρολόγια που λέγονται σε τέτοιου είδους περιπτώσεις έχουν κάτι πιο πένθιμο από τα άλλα. Θεωρούν χειρότερη δυστυχία, όταν χάσουν κάποιον αγαπημένο, να τον έχουν χάσει στα ξένα, να μην μπορούν να μαζέψουν τη σωρό του, για να την αποθέσουν και να την διατηρήσουν σε ιερό τόπο. (Παπαδιαμάντης, 1985)

## 9.4 Η ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΟΥ ΝΕΚΡΟΥ ΜΕΤΑ ΤΟΝ ΕΝΤΑΦΙΑΣΜΟ.

Από την εποχή που έχουμε οποιαδήποτε ιστορική πληροφορία για το ελληνικό έθνος, γνωρίζουμε ότι οι τάφοι των νεκρών έγιναν αντικείμενο πολλών φροντίδων και σεβασμού.

Ο θάνατος δεν καταργεί τη σχέση και την ανάγκη επικοινωνίας με τον νεκρό, αλλά και δεν είναι δυνατόν να συνεχιστεί αναλλοίωτη αυτή η σχέση. Για αυτό χρειάζονται μια μεταβατική διαδικασία και ορισμένα μεταβατικά μέσα, τα οποία θα κάνουν εύκολη και ομαλή την αλλαγή.

Ο τάφος, το πένθος, η ελεημοσύνη για τον νεκρό και τα μνημόσυνα, είναι τα βασικά μέσα και η διαδικασία, που ικανοποιούν την ανάγκη επικοινωνίας, αλλά ταυτόχρονα διευκολύνουν την αλλαγή της σχέσης και μέχρι ενός βαθμού μετριάζουν την ένταση της (Φάρος, 1989)

Οι τάφοι μεταβάλλονται έτσι σε μικρά κέντρα δραματικής συμπεριφοράς, σε μικρούς σκηνικούς χώρους, όπου επαναλαμβάνονται τα προδιαγραμμένα δρώμενα κι απ' όπου δεν λείπουν τα βασικά στοιχεία μιας σκηνογραφικής διάταξης:

- Τα υλικά της κατασκευής τους.
- Τα σύμβολα που ειδοποιούν για την κοινωνική προέλευση του νεκρού.
- Το ψυχικό κόσμο του ίδιου ή των συγγενών του.
- Το φύλο.
- Την ηλικία.
- Το επάγγελμα.

Τέλος το νεκροταφείο, ως μεγάλο υπαίθριο δημόσιο χώρο και εξίσου πολυσύχναστο με τις τακτές, εθιμικά ρυθμισμένες ημέρες επισκέψεων στους νεκρούς, αλλά και με τις καθαρά συναισθηματικές επαφές των ζωντανών με το χώρο, είναι η συνισταμένη δυο αντίθετων καταστάσεων. Της έντασης του πάθους και της τελετουργικής εκτόνωσης- διαμόρφωσης του. Αν είναι αλήθεια ότι το τελετουργικό είναι το κατεξοχήν λαογραφικό μέσο επικοινωνίας, και φαίνεται ότι είναι, στην περίπτωση της αντιμετώπισης του θανάτου, αυτό αναδεικνύει και τον καθοριστικό ρυθμιστικό χαρακτήρα του.(Μερακλής, 1998)

**ΚΑΙΜΑΚΟΥΜΕΝΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΝΕΚΡΙΚΩΝ ΕΘΙΜΩΝ**

1. Προγνωστικά του θανάτου :

Ήρεμος θάνατος  
Παραγγελίες και μετάληψη  
ψυχαρράνημα - παραληρήματα

2. Ο νεκρός και οι πρώτες φροντίδες :

Κλείσιμο ματιών  
Πλύσιμο σαβάνωμα - ντύσιμο  
Αναγγελία με θρηνητικές φωνές  
Πρόθεση και στολισμός  
Ο κοινός ασπασμός και τα δώρα  
Μοιρολόγια – ξενύκτισμα  
Κεράσματα παρηγοριάς  
Πένθημη εμφάνιση σπιτιού και επισκεπτών

3. Κηδεία :

Το φέρετρο, οι νεκροφόρα  
Ο παπάς στο σπίτι, η έξοδος από το σπίτι  
Η πομπή προς την εκκλησία  
Αυσιδομονίες στην έξοδο και στη διαδρομή

**4. Τάφη**

Η πομπή προς το κοιμητήριο ή το τάφο  
Ο ενταφιασμός  
Θρησκευτικές και δευτερευόντως ενέργειες

**5. Επιστροφή στο σπίτι**

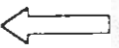
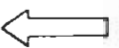
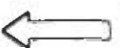
Καθαρισμός  
Κεφάλαια παρηγοριά  
Περίδωτα ή μακαρίες

**6. Μνημόσυνα**

Κάλλυβα  
Ψυχοχάρη  
Ψυχοκέρι  
Περίδωτα μέσα στο χώρο του τάφου

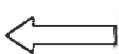
**7. Πένθος**

τρόποι εκδήλωσης και διάρκειας



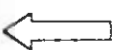
8. Ανακομιδή οστών

Στο τόπο  
Από τα ξένα  
Οι άλωτοι – δοξασίες και μέτρα



9. Τάφος

Ο σταυρός  
Η πλάκα  
Το όνομα  
Επιγράμματα  
Αιική σιχουργία  
Τιμάγια  
Εορταστές "επισκέψεις"  
Τα κεντάφια  
Οι κοινοτικές στήλες πεδόντων



10. Κοιμητήρια

Τεκμήρια κοινωνικής ιστορίας και τέχνης  
Προσανατολισμοί των τάφων  
Παρουσία κυταρισμάτων  
Δοξασίες για νυχτερινά περδάματα  
Συνήθειες άγιοι των νεκροταφείων

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.

### ΕΛΛΗΝΟΓΛΩΣΣΑ ΒΙΒΛΙΑ

1. Αγγελής Ν, 'Κρητικός λαϊκός θρήνος, μοιρολόγια και μοιρολογήτρες', Αθήνα 1960.
2. Αναγνωστόπουλος Ι, 'Ο θάνατος και ο κάτω κόσμος στη δημοτική ποίηση, εσχατολογία της δημοτικής ποίησης, εκδόσεις του ιδίου, Αθήνα 1984.
3. Γεωργιάς Δ, 'Κοινωνική Ψυχολογία, τόμος Β, εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1995.
4. Θουκυδίδη Περικλέους Επιτάφιος, Ηλίας Σ. Σπυρόπουλος, Ο.Ε.Δ.Β., Αθήνα 2004.
5. Ιωάννου Γ, 'Τα δημοτικά μας τραγούδια', εκδόσεις Ερμής, Αθήνα 1977.
6. Ιωαννίδου-Johnson Α, 'Προκατάληψη ποιος εγώ; Η δυναμική ανάμεσα στην προκατάληψη και στην ψυχολογική ωριμότητα', εκδόσεις Ελληνικά γράμματα, Αθήνα 1999.
7. Κανακάκης Γ, 'Βλέπω τα δάκρυα σου', εκδόσεις Limbro, Αθήνα 1989.
8. Κασιούρας Δ, 'Σύντομο Κοινωνικοπολιτικό Λεξικό', εκδόσεις Σύγχρονη Εποχή, Αθήνα 1995.
9. Λιάπης Β, 'Το αρβανίτικο μοιρολόι', εκδόσεις Δωδώνη, Αθήνα 1985.
10. Λουκάτος Δ, 'Εισαγωγή στην ελληνική λαογραφία' εκδόσεις , Αθήνα 1992.

- 11.Λυδάκη Α, 'Ίσκιοι και αλαφροΐσκιωτοι, λαϊκός λόγος και πολιτισμικές σημάνσεις', εκδόσεις Ελληνικά γράμματα, Αθήνα 2003.
- 12.Μερακλής Μ, 'Κοινωνική συγκρότηση, ελληνική λαογραφία', τόμος Α, εκδόσεις Οδυσσέας, Αθήνα 1998.
- 13.Μερακλής Μ, 'Ελληνική λαογραφία, ήθη και έθιμα', εκδόσεις Οδυσσέας, Αθήνα 1998.
- 14.Μάνος Ν, 'Βασικά στοιχεία κλινικής ψυχιατρικής', εκδόσεις Επιστημονικών βιβλίων και περιοδικών, Αθήνα 1997.
- 15.Μαντζιάφου-Κανελοπούλου Μ, 'Οικογένειες με ένα γονέα', εκδόσεις Κέδρος, Αθήνα 1986.
- 16.Μότσιοις Γ, 'Το ελληνικό μοιρολόι', εκδόσεις Κώδικας, Αθήνα 1995.
- 17.Ομήρου Ηλιάδα, μετάφραση Νίκου Καζαντζάκη, Ι. Θ. Κακριδή, Ο.Ε.Δ.Β., Αθήνα 2004.
- 18.Οικονομίδης Δ, 'Ο θρήνος του νεκρού εν Ελλάδι', Αθήνα 1967.
- 19.Παπαδάτου Ξ, 'Ψυχολογική προσέγγιση ατόμων με καρκίνο', εκδόσεις Φλόγα, Αθήνα 1986.
- 20.Παπαδιαμάντης Α, 'Νεκρός ταξιδιώτης', Άπαντα, τόμος Δ, εκδόσεις Δόμος, Αθήνα 1985.
- 21.Πιντέρης Ντ, 'Αντιμετωπίζοντας το χωρισμό', εκδόσεις Θυμάρι, Αθήνα 1982.
- 22.Σερεμετάκη Κ, 'Η τελευταία λέξη στις Ευρώπης τα άκρα', εκδόσεις Νέα σύνορα Λιβάνης, Αθήνα 1994.
- 23.Σημειώσεις από το μάθημα, 'Κοινωνική εργασία με άτομα III, Αλεξοπούλου Ο, Τ.Ε.Ι. Πάτρας 1999.
- 24.Σηφάκης Γ, 'Οι όροι της δημιουργικότητας του λαϊκού ποιητή-τραγουδιστή', Πανεπιστημιακές εκδόσεις Κρήτης, Ηράκλειο 1998.
- 25.Στερογιάννης Ι, 'Η θανάτη στη Κρήτη, συνήθειες και παρατηρήματα', Ηράκλειο 1960.



26. Τσαούσης Δ, 'Η κοινωνία του ανθρώπου' εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1998.
27. Φάρος Φ, 'Το πένθος' εκδόσεις Ακρίτας, Αθήνα 1989.

## **ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΑ ΜΕΤΑΦΡΑΣΜΕΝΑ.**

1. Bowlby J, 'Δημιουργία και διακοπή συναισθηματικών δεσμών', εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα 1995.
2. Lesan E, 'Μαθαίνοντας να λέμε αντίο στο γονιό, που χάνεται', εκδόσεις Θυμάρι, Αθήνα 1982.
3. Lindemann E, 'Συμπτωματολογία και χειρισμός του απροσδόκητου πένθους', εκδόσεις American Journal of Psychiatry, Η.Π.Α. 1944.
4. Mos M, 'Το δώρο. Μορφές και λειτουργίες της ανταλλαγής', εκδόσεις Καστανιώτης, Αθήνα 1979.
5. Rambo Z, 'Το παιδί και ο θάνατος', εκδόσεις Κέδρος, Αθήνα 1978.
6. Ross E, 'Θάνατος το τελικό στάδιο της εξέλιξης, εκδόσεις Ταμασσός, Αθήνα 1979.
7. Ross E, 'Αυτός που πεθαίνει', εκδόσεις Ταμασσός, Αθήνα 1979.
8. Ross E, 'Γι αυτόν που πεθαίνει', εκδόσεις Ταμασσός, Αθήνα 1982.
9. Ίσκα Σαλτζεμπεργκερ ουτενμπεργκ, 'Η αυτογνωσία από ψυχαναλυτική θεώρηση και οι ανθρώπινες σχέσεις-μια Κλαϊνική προσέγγιση', εκδόσεις Καστανιώτη, Αθήνα 1995.

## **ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΑ.**

1. Rando T, 'Grief Dying and Death, 'εκδόσεις Lexington books, U.S.A. 1984.
2. Rando T, 'Grieving how to go on living when someone goy love dies', εκδόσεις Lexington books, U.S.A. 1988.
3. Smith C, 'Social work with the dying and bereaved', εκδόσεις B.S.W.A. , London 1982.

## **ΛΕΞΙΚΑ.**

1. Τεγόπουλος- Φυτράκης, 'Μικρό Ελληνικό λεξικό, εκδόσεις Αρμονία, Αθήνα 1995.

## **ΠΕΡΙΟΔΙΚΑ.**

2. Λαγού Σ, Παπαδοπούλου Μ, 'Κοινωνική εργασία με περιπτώσεις θανάτου', περιοδικό Εκλογή, τεύχος Ιουλίου –Αυγούστου- Σεπτεμβρίου, Αθήνα 1991, σελ. 161-171.
3. Smith L, 'Αναδρομή στη θεωρία της παρέμβασης σε περιόδους κρίσης, περιοδικό Εκλογή, τεύχος Δεκεμβρίου, Αθήνα 1986, σελ. 115-155.

4. Παπαρηγόπουλος Ξ, 'Ο κοινοτισμός του Κωνσταντίνου Καραβίδα. Προβλήματα κοινοτικής θεμελίωσης', Περιοδικό Νέα Κοινωνιολογία, τεύχος 16 Φθινοπώρου, Αθήνα 1995, σελ. 27-40.

#### ΕΓΚΥΚΛΟΠΑΙΔΕΙΕΣ.

1. Βασική παγκόσμια εγκυκλοπαίδεια, τόμος 7, εκδόσεις Χάρη Πάτση, Αθήνα 1980.
2. Βασική παγκόσμια εγκυκλοπαίδεια, τόμος 15, εκδόσεις Χάρη Πάτση, Αθήνα 1989.
3. Βασική παγκόσμια εγκυκλοπαίδεια, τόμος 19, εκδόσεις Χάρη Πάτση, Αθήνα 1989.
4. Εγκυκλοπαίδεια Υδρία, τόμος 27, εκδόσεις Εταιρία ελληνικών εκδόσεων, Αθήνα 1978.
5. Εγκυκλοπαίδεια Ελευθερουδάκης, τόμος 10, εκδόσεις Νίκα και Σία, Αθήνα 1962.

