

## Εθελοντισμός! εμπειρία...πνοή ζωής

Η λέξη εθελοντισμός είναι μια μεγάλη λέξη, ίσως όχι σε μέγεθος αλλά σε ουσία. Είναι μια λέξη που το άκουσμα της νιώθεις μια ζεστασιά στη ψυχή σου που τίποτα άλλο στον κόσμο δεν μπορεί να σου προσφέρει. Αυτό οφείλεται στο ότι πίσω από την λέξη εθελοντισμός κρύβεται η λέξη προσφορά! Το να έχεις την ικανότητα να προσφέρεις είναι μια ευλογία που όχι μόνο βοηθά κάποιον συνάνθρωπο σου αλλά βοηθά κι εσένα τον ίδιο.

Ο εθελοντισμός έχει πάρα πολλές πτυχές. Αρχικά, από τα πιο μικρά πράγματα, όπως να βοηθήσεις κάποιον ηλικιωμένο γείτονα να περάσει τον δρόμο που είναι κάτι μεγάλο. Όμως υπάρχουν και άλλα πολλά πράγματα που μπορείς να κάνεις, που ίσως να μην σου έρχονται στο μυαλό μα αν τα κάνεις δεν θα σου πάρουν πάνω από μία ώρα από την ζωή σου.

Αν θες να βοηθήσεις μπορείς να εγγραφείς σε κάποια εθελοντική οργάνωση ή ομάδα του περιβάλλοντος σου όπως είναι το Πρόγραμμα Εθελοντών Φοιτητών του πανεπιστημίου μας. Μέσω αυτών των ομάδων μπορείς οργανωμένα να βοηθήσεις με την συμμετοχή σου σε εκδηλώσεις που έχουν ως στόχο την στήριξη ευπαθών ομάδων όπως είναι τα παιδιά, οι ηλικιωμένοι ή οι άποροι. Το θαυμάστο είναι πως δεν χρειάζεται να κάνεις κάτι μεγάλο. **Και η πιο μικρή προσφορά είναι σημαντική.** Το να επισκεφθείς ένα γηροκομείο και να κάνεις λίγη παρέα στους παππούδες, θα προσφέρει και σε αυτούς χαρά και σίγουρα θα αποκομίσεις κι εσύ πολλά. Από προσωπική εμπειρία, όταν επισκέφθηκα ένα γηροκομείο να παίξουμε με μουσική στους παππούδες με μια ομάδα συμφοιτητών μου, έχω να πω πως εγώ κέρδισα πολύ περισσότερα από τους παππούδες παρά αυτοί από εμένα. Οι ιστορίες τους ήταν μοναδικές, η πραγματική αγάπη μεταξύ ενός ζευγαριού που απαριθμούν 50 χρόνια γάμου και ακόμη κρατάνε αδιαλείπτως ο ένας το χέρι του άλλου είναι μάθημα ζωής. Μας έμαθαν πως όταν κάτι χαλάει το φτιάχνουμε, δεν το πετάμε. Οπότε καταλαβαίνεται πως η προσφορά είναι κάτι αμψίδρομο και αμοιβαίο.

Η ευπαθής ομάδα των αρρώστων είναι αυτή που σου διδάσκει τα πιο πολλά. Μπαίνοντας σε ένα νοσοκομείο καταλαβαίνεις πόσο μεγάλο είναι το δώρο της ζωής που πολλές φορές θεωρούμε αυτονόητο. Αυτό είναι ένα μεγάλο λάθος που άθελα μας όλοι κάνουμε. Δίνουμε σημασία σε πράγματα χωρίς ουσία και αγνοούμε τα πραγματικά σημαντικά. Μόνο όταν αντικρύσεις έναν άνθρωπο που παλεύει για τη ζωή του μπορείς να το αισθανθείς αυτό. Πραγματικά λυγίζεις μπροστά στο μεγαλείο ψυχής ενός ανθρώπου που ξέρει πως αύριο ίσως δεν θα ναι εδώ κι όμως ακόμη χαμογελάει. Προσπαθεί να περάσει όσο πιο πολύ χρόνο με τα παιδιά του χωρίς όμως να τους δείχνει την στεναχώρια του. Αυτοί είναι οι πραγματικοί ήρωες. **Και είσαι πολύ τυχερός αν μέσα από μια επίσκεψη για να τους προσφέρεις κάτι μικρό, σου δοθεί η ευκαιρία να τους γνωρίσεις και να πάρεις λίγη από την δύναμη ψυχής τους.** Αυτοί οι άνθρωποι είναι συνήθως οι πιο σπουδαίοι και παρά την σωματική τους ασθένεια είναι οι πιο ψυχικά υγιείς.

Αν τώρα πάμε στην πιο ευαίσθητη και ας το πούμε πιο άδικη κατά την δική μου άποψη ομάδα. Για μένα δεν υπάρχει πιο άδικο πράγμα από το να βλέπω ένα παιδάκι να πεθαίνει. Ένα παιδάκι που δεν έχει προλάβει να ζήσει τίποτα και φεύγει τόσο άδικα. Σίγουρα ο πόνος

ενός γονιού να χάνει το παιδί του είναι αβάσταχτος, ίσως και μεγαλύτερος από όταν συμβαίνει το αντίθετο. Τα λόγια σε τέτοιες περιπτώσεις είναι περιττά οπότε εκεί δεν μπορείς να βοηθήσεις με κουβέντες. Το μόνο που μπορείς να κάνεις είναι να δώσεις λίγη χαρά στα παιδιά αυτά ώστε να ομορφαίνει η κάθε τους στιγμή. Μπορείς επίσης να βοηθήσεις στην στήριξη αυτών των παιδιών. Ό,τι μπορείς να σκεφτείς να κάνεις είναι σημαντικό.

Η συμβουλή μου είναι να μην χάνεται ευκαιρία να βοηθήσετε με όποιο τρόπο μπορείτε και όσο χρόνο διαθέτετε. Ίσως φαντάζει ασήμαντη η μία ώρα από την ζωή σας, αλλά αν είμαστε 100, αν είμαστε 1000 τότε αυτή η μία ώρα μπορεί να αλλάξει τον κόσμο. Μόνο με την προσφορά η καρδιά σας θα γεμίσει ζεστασιά και χαρά. Η προσφορά είναι κάτι που γεμίζει την καρδιά του εθελοντή και τον κάνει 3 φορές πιο ευτυχισμένο από αυτόν που δέχεται την προσφορά αυτή. Αυτό είναι συναίσθημα όπως το πνεύμα των Χριστουγέννων, μόνο αν το αισθανθείς πραγματικά μπορείς να το καταλάβεις. Είναι σπουδαίο να έχεις μια καρδιά που νιώθει μόνο όμορφα συναισθήματα και ξεχειλίζει από αγάπη για τους ανθρώπους και σπάνια βρίσκεις μια τέτοια καρδιά. Ακόμα δυσκολότερα την φτιάχνεις...

AZ φοιτήτρια 2019

