

## Szlachetne zdrowie – dlaczego wzrasta ilość chorób psychicznych ?

‘Szlachetne zdrowie nikt się nie dowie jako smakujesz aż się zepsujesz’ (Jan Kochanowski). Tę frazskę znają wszyscy, a wielu i coraz liczniejsi poznają głęboki sens tej frazki na własnym bolesnym doświadczeniu – bo zdrowie naszego społeczeństwa podupada. Coraz więcej jest chorób nerwowych; nerwic i chorób psychicznych – w ostatnich latach ilość tych chorób zwłaszcza u Ludzi młodych wzrasta. Niedawno jeden z dzienników alarmował, że gwałtownie wzrasta ilość chorób psychicznych w Małopolscy wśród młodzieży. Tryb życia, odżywiania i sposób spędzania wolnego czasu oraz życie duchowe, rodzinne i środowiskowe decydują o stanie zdrowia psychicznego.

Najważniejsza jest rodzina – w zdrowej rodzinie, w której panuje wzajemna miłość, szacunek oraz dyscyplina można wychować zdrowego człowieka. A jak się dziś mają rodziny ? Rodzice są zapracowani i przemęczeni – często zupełnie wypaleni zawodowo – i wracając do domu po prostu już nie mają czasu dla swych dzieci. Pocięchy żyją więc samopas; wychowują się same, w grupie przyjaciół, przed komputerem, przy wideo, na ulicy – a na pomoc rodziców coraz ciężiej im liczyć – są pozostawione same sobie. Podobno ojcowie poświęcają swym pociechom średnio dziennie tyle czasu ile zajmuje wypalenie papierosa. Upada więc autorytet ojca jakiegoś wymęczonego mebla, który wtacza się do domu i ma siły tylko na zjedzenie i spędzenie czasu przed telewizorem. Upada autorytet ojca upada i matki co niesie za sobą bardzo duży stres dla dziecka – bo każde dziecko bez wyjątku chce aby rodzice poświęcili mu więcej czasu – aby z nim spędzali wolny czas, rozmawiali, razem się bawili - tak było jest i będzie – dzieci zawsze tego chciały i zawsze tego będą chciały. Atakowane przez informacje płynące ze wszystkich stron i bardzo złe wzorce jakie serwują media nasączone przemocą, brutalnością, seksem bez miłości nasze dzieci tracą grunt pod nogami – chwije się w ich psychice świat idealny, a rodzi się świat wynaturzony i brutalny. W efekcie ci słabsi psychicznie – bardziej wrażliwi, a często i bardziej uduchowieni zaczynają cierpieć – i szybko wchodzą w sferę cierpienia psychicznych. Nie zmienia tego cierpienia kulejąca rodzina, nie zmieniają media, nie zmienia i szkoła. W szkole uczeń trafia na niemoc nauczycieli, którzy zasypani puchnącymi programami nasączonymi wciąż rosnącą wiedzą i biurokracją nie poświęcają czasu na poznanie i zrozumienie osobowości dziecka tylko mają jedynie czas na to aby koncentrować się na wtłaczaniu dzieciom wiedzy do główek i na wypełnianiu coraz większej ilości papierków. Autorytet nauczyciela wtedy upada – bo traci się zupełnie osobowy kontakt z uczniem – nauczyciel staje się wtedy tak samo obcy jak rodzice nie mający czasu dla dziecka. W powiązaniu z rosnącymi prawami uczniów i malejącymi prawami nauczycieli ci drudzy stają się bezradni i bezsilni wobec narastającej w szkołach fali przemocy, narkomani, prostytutki. Kuratorium, a często i dyrektorzy wyszukują winy u nauczycieli chroniąc uczniów. Sztuczna to jest ochrona tak sztuczna jak dotkliwy jest brak autorytetu ojca w rodzinie. Młody człowiek musi się na kimś wzorować – najlepiej na kimś o silnym charakterze i dużej charyzmie. A gdy ojciec czy matka nie są autorytetem ani nie jest autorytetem nauczyciel czy ksiądz wtedy młody człowiek szuka autorytetów wśród rówieśników, w gazetach, filmach – i nie znajduje – a jeśli znajduje to o takim poziomie, że lepiej aby ich nie znalazł. Co sobą dziś reprezentują te młodzieżowe ‘autorytety’ promowane przez media – z nielicznymi wyjątkami nic nie reprezentują – a wciągają jedynie młodzież w coraz większe bagno pustki. Za tym idzie chaos w życiu młodych ludzi, upadek wartości, wejście na drogę narkomanii, nikotynizmu, pijaństwa, agresji, prostytutki. Przez pewien czas jest dobrze w takim stanie – to nawet rajcuje i podnieca. Ale szybko przychodzi dołek i ci silni i nowocześni szybko dołączają do tych nadwrażliwych – i wszyscy zaczynają cierpieć na podobne schorzenie – na wypalenie psychiczne i duchowe, na nerwice i choroby psychiczne. No cóż. Nikt nam nie zorganizował życia społecznego; tej potwornej biurokracji, w której

wykonuje się mnóstwo zbędnej roboty, tej pogoni za wciąż nowymi i nowymi towarami bo towar ceni się wyżej niż człowieka niż swe własne dzieci, tej kastowości, w której pracodawca wysysie zdrowie i życie z pracownika, tych wszechobecnych mediów karmiących nas mnóstwem chłamu, niezdrową i coraz bardziej sztuczną żywnością wyniszczającą nasze życie, chemią i proszkami zapisywanymi na każdą nawet bzdurną dolegliwość. Sami to sobie zapewniliśmy i teraz wpędzamy w taki sam stresujący i potwornie zabiegany tryb życia nasze dzieci. Nie będą nam za to wdzięczne. Sam fakt, że nie potrafimy ich uwolnić od zgubnych skutków cywilizacji pokazuje w jakim kierunku dziś zdążamy. Nie należy się więc dziwić faktowi, że ilość chorób psychicznych wśród młodzieży wzrasta. Im później dostrzeżemy, że zgubny styl życia, pracy i wypoczynku działa na nas destrukcyjnie przed tym większymi problemami staniemy. Bo skutek będzie taki, że mało kto będzie zdrowy i normalny – że nerwice, choroby psychiczne, wypalenie zawodowe i chroniczne zmęczenie całkowicie zadominują w naszym życiu. Źle się nam organizuje życie nie dając możliwości aby jedna osoba w rodzinie zarobiła na utrzymanie wszystkich jej członków, a druga zajęła się wychowaniem dzieci i domem – i z tego powodu mało kto ma czas dla swych dzieci. Źle się nam organizuje życie zmuszając nas do stawiania czoła niesamowitej wręcz biurokracji – ogromnej ilości zbędnych przepisów, procedur, uzgodnień – czemuś co przy obecnej technice można by było maksymalnie uprościć. Gdy się do tego weźmie pod uwagę rosnącą liczbę rodzin rozdzielonych bo któreś z rodziców jest zmuszone jechać za chlebem za granicę dopełnia się obraz złego stanu opieki rodziców i nauczycieli nad naszą młodzieżą.

Nie dziwny się, że dzieci zapadają na nerwice i choroby psychiczne jeśli są zaniedbane przez rodziców, źle traktowane przez szkołę, brutalnie wychowywane przez media, zmuszone do przeżywania agresji nie tylko w szkole i na ulicy ale i na ekranach telewizorów, w prasie, w grach komputerowych. To prawda, że ilość chorych nerwowo wciąż rośnie. Kto to zatrzyma ? Czy ten rząd, który wcale nie zmienił polityki lecz idzie w kierunku ślepego naśladownictwa zachodu – zachodniego, zdegenerowanego, konsumpcyjnego i niezdrowego stylu życia. Przecież nie ułatwia się nam dziś życia. Zaniedbanie młodzieży to nasza tragedia narodowa. Odchodzenie młodzieży od wartości duchowych to jeszcze większa tragedia. Choroby nerwowe – w tym psychiczne - można łagodzić nie tylko dzięki spokojnemu trybowi życia ale przede wszystkim dzięki duchowości. Dlatego zamiast kierować młodzież na drogę rozbojów i klubów rozrywki trzeba się postarać skierować młodzież ku wartościom duchowym – w kierunku odnowy w Duchu Świętym – gdy modlitwa zamienia się w śpiew ku chwale Bożej. Nadchodzi wiek mistyki – i oby nadszedł. Aby nadszedł z jak najmniejszym bólem konieczne jest takie przygotowywanie ludzi aby jak najmniej ciemności na nich spadało – a choroby nerwowe i psychiczne są właśnie takim atakiem ciemności na człowieka – w dzisiejszych czasach ten atak jest bardzo intensywny – stąd narastająca fala chorób psychicznych i nerwowych. Jedni znoszą to łatwiej i są jeszcze w stanie funkcjonować jakoś w społeczeństwie. Inni znoszą to z wielkim trudem – i ich funkcjonowanie w społeczeństwie staje się wtedy problematyczne. Tym sposobem rosną zastępy ludzi niezdolnych do pracy. Leki są w stanie przynieść doraźną ulgę. Dopóki działają ulga jest, gdy przestają działać potęguje się lęk, a objawy choroby często są jeszcze silniejsze bo osłabiony chemią organizm ma coraz mniej sił aby się obronić. Pojawia się konsekwencja długotrwałego używania silnych leków bo niszczą organizm prowadząc do schorzeń organów zaatakowanych przez chemię – a w konsekwencji prowadzą również do bezpłodności. Dopóki nie zmieni się młodzieży warunków w jakich są wychowywani, w jakich muszą się uczyć, wypoczywać i bawić oraz nie stworzy warunków do spontanicznej modlitwy faszeringowanie lekami nic nie pomoże. Będzie jedynie nieść za sobą coraz gorszy stan zdrowia. Co jest charakterystyczne – że w społeczeństwach rozwiniętych, technokratyzowanych i konsumpcyjnych gdy coraz więcej jest pracy biurowej, a coraz mniej fizycznej, gdy powszechny jest stres i pośpiech, gdy zwiększa się ilość zażywanych leków, a żywność nie jest naturalna tylko coraz bardziej

sztuczna ilość chorób psychicznych wzrasta. Czyżby rządy tych krajów tego nie zauważały ? – a może nie chcą zauważać ? Natomiast w społeczeństwach żyjących blisko natury, zajętych pracą fizyczną, naturalnie i zdrowo się odżywiających, zachowujących duchowość ilość tych chorób jest o wiele mniejsza. I to także daje się zauważyć ! Spokojny tryb życia i zdrowe odżywianie oraz zachowanie wartości duchowych są decydujące dla zachowania nie tylko zdrowia fizycznego ale również psychicznego. Ten kto w tym kraju przywróci równowagę w tym zakresie będzie błogosławiony. Ten kto uratuje naszą młodzież od popadania w choroby nerwowe i psychiczne uratuje jednocześnie naszą ojczyznę.