

Τις προάλλες κατευθυνόμουν προς το Penrith και διαπίστωνα ότι παρόλο που οδηγούσα με την ταχύτητα που ανέγραφαν οι πινακίδες, όλα τα αυτοκίνητα δίπλα μου προσπερνούσαν με ιλιγγιώδη ταχύτητα. Αυτό φυσικά με έκανε από τη μια μεν να αναρωτηθώ πώς όλοι αυτοί οι οδηγοί ξέφευγαν τους ...αυστηρούς υποτίθεται κανόνες κυκλοφορίας του Σύνδευ (αφού συνεχώς ενημέρωναν για κάμερες που κατέγραφαν την ταχύτητα), από την άλλη όμως με υποχρέωνε να πατώ κι εγώ περισσότερο γκάζι!

Το γεγονός αυτό με έβαλε σε σκέ-

ΘΕΣΕΙΣ + ΑΝΤΙΘΕΣΕΙΣ

με την Άννα Αρσένη

σκολη φάση στη ζωή τους ή αυτούς που βρίσκονται σε κατάθλιψη ή δεν αισθάνονται ψυχικά ή σωματικά καλά. Όμως είναι βέβαιο, ότι έχουμε περισσότερες ευκαιρίες να αισθανόμαστε καλά όταν βρισκόμαστε γύρω από άτομα που η ενέργεια και η ζωή τους βρίσκεται στη "γρήγορη λω-

φρανίζεται ως τεμπέλικό, σκνό, με ελλιπή νοημοσύνη που αρχίζουν πλέον να είναι τα μόνιμα χαρακτηριστικά του...

Κάθε αποτυχία θα πρέπει να την θεωρούμε ως συμπτωματικό συμβάν. Μόνο αν το αξιολογήσουμε έτσι θα επιθυμήσουμε έντονα τη ρεβάνς... Ο

Όταν απολαμβάνεις την στιγμή...



Όταν μοιράζεσαι το χαμόγελο...



Και επειδή οι ...ψυχολόγοι συνιστούν ότι τα ανέκδοτα ανεβάζουν την αισιοδοξία στα ύψη... απολαύστε το!!!

“Χαίρε, αυγή μυστικής ημέρας”

ψεις, πιο βαθιές! Έκανα ένα συσχετισμό με μια κατάσταση εντελώς διαφορετική όπως για παράδειγμα όταν βρισκόμαστε σε μοτιλιάρισμα! Όλοι οι οδηγοί κινούνται σχετικά σιγά. Σε αυτή την περίπτωση, είναι πολύ δύσκολο -σχεδόν αδύνατο- να οδηγήσει κανείς γρήγορα.

Η μια σκέψη έφερε την άλλη και πολύ σύντομα διαπίστωνα ότι οι ίδιες αρχές εφαρμόζονται και σε πολλούς τομείς της ίδιας μας της ζωής.

Εάν για παράδειγμα περιστοιχίζομαστε από αρνητικά, απαισιόδοξα άτομα που δεν έχουν πάθος για ζωή, προσωπικότητα, ενέργεια, αισθανόμαστε κι εμείς ότι μια αρνητική δύναμη μας τραβά προς τα πίσω, μας ...ελαττώνει ταχύτητα. Εάν ζούμε και εργαζόμαστε ανάμεσα σε άτομα θετικά, που διαθέτουν έμπνευση, ενέργεια είναι αδύνατο να μην ακολουθήσουμε κι εμείς το πάθος και τον ενθουσιασμό τους... Είναι αδύνατο να μην ...αυξήσουμε την ταχύτητά μας!

Οι ψυχολόγοι υποστηρίζουν ότι ευχάριστα και επιτυχημένα άτομα περιστοιχίζονται από άτομα που ανήκουν στην ίδια κατηγορία. Ανθρώπους χαρούμενους που έχουν σκέψεις θετικές απέναντι στη ζωή, που δεν διστάζουν να χαμογελούν και να έχουν πάθος και εμπιστοσύνη να πάνε μπροστά.

Αν για παράδειγμα στο χώρο εργασίας μας περιστοιχίζομαστε από 'θετικά' άτομα που έχουν ιδέες, ενδιαφέροντα, καλή διάθεση, ενέργεια, είναι σίγουρο ότι θα προσπαθήσουμε -υποσυνείδητα- να υιοθετήσουμε την ίδια διάθεση. Αν μπορούμε σε ένα χώρο που τα άτομα είναι γενικά απαισιόδοξα, κουρασμένα, αδιάφορα, είναι βέβαιο ότι μέσα σε μια ώρα θα αισθανόμαστε ψυχολογικά ...ράκος!

Αυτό φυσικά δεν σημαίνει ότι θα πρέπει να εγκαταλείψουμε ή να αγνοήσουμε μέλη της οικογένειας ή φίλους που βρίσκονται σε ανάγκη. Άτομα που ίσως να περνούν μια δύ-

ρίδα κυκλοφορίας". Με αυτό τον όρο φυσικά δεν εννοώ αυτούς που ζουν μια "γρήγορη ζωή". Αναφέρομαι σε άτομα που ζουν τη ζωή τους έχοντας θέσει στόχους, που έχουν κάποιο σκοπό. Άτομα που έχουν καλές συνήθειες, σκέφτονται θετικά, δημιουργούν καλές σχέσεις και ευχαριστηούνται την ζωή τους...

Είναι πολύ σημαντικό να είμαστε αισιόδοξοι. Η αισιοδοξία βοηθά στο να αντιμετωπίζουμε αντιξοότητες και να προσπαθούμε με πείσμα να βρούμε λύση και να ξεπερνάμε τα εμπόδια. Αν αισθανόμαστε 'αρνητικά', απαισιόδοξα, είναι σίγουρο ότι κινδυνεύουμε να χάσουμε κάθε ευκαιρία αφού είμαστε εντελώς ανίσχυροι.

Θυμάμαι πριν αρκετά χρόνια μου είχε κάνει εντύπωση μια 'ατάκα' που είχαν πει σε μια από τις πολύ πετυχημένες εκπομπές της δεκαετίας του '80.

Έχετε λοιπόν κάποιος το ερώτημα "τί είναι η ζωή". Και συνεχίζει το μονόλογό του... "μια σκάλα είναι. Όποιος είναι στο κάτω το σκαλί τρώει καρπαζιά και σωμαίνει κι όποιος είναι στην κορυφή λύνει και δένει!"

Όταν το πρωτοάκουσα αυτό, γέλασα και το είχα για καιρό υιοθετήσει σαν σλόγκαν. Διαπιστώνω όμως αρκετά χρόνια μετά ότι αυτή η 'ατάκα' είναι η πραγματικότητα της ζωής. Πρέπει οπωσδήποτε ο κάθε άνθρωπος να βγει από την απάθεια και την παθητικότητα και να περάσει στο απέναντι άκρο που βρίσκεται η εμπιστοσύνη, ο ενθουσιασμός, η αποφασιστικότητα. Η διαφορά μεταξύ τους είναι ουσιώδης για τη ζωή μας! Εκεί κρύβεται το μυστικό της επιτυχίας! Στην αισιοδοξία που έχει τη δύναμη να μετατρέπει τις προκλήσεις της ζωής σε επιτυχίες... Η απαισιόδοξη τις μετατρέπει μόνο σε παγίδες! Η απαισιόδοξη εμποδίζει τον άνθρωπο να προσπαθεί, να επιμένει, να ρισκάρει. Η εικόνα που έχει ο κάθε άνθρωπος κλονίζεται, η απόδοση πέφτει κατακόρυφα. Το άτομο εμ-

Σάμ Λέβενσον είπε: "Μη κοιτάξεις το ρολόι, κάνε ό,τι κάνει. Προχώρα".

Καιρός λοιπόν να αρχίσουμε να "εκτιμάμε" τη ζωή σε όλο της το μεγαλείο! Άλλωστε είναι τόσο λίγη... Μάθαμε να χαμηλώνουμε το κεφάλι και να αφήνουμε τα σημάδια των καθημερινών μας προβλημάτων να διαγράφονται καθαρά στο πρόσωπό μας! Η Σούζαν Τζ. Μπισσονέτ έγραψε: "Ένας αισιόδοξος είναι η ανθρώπινη προσωποποίηση της άνοιξης." Ας βγάλουμε λοιπόν τον χειμώνα από τη ζωή μας... Έχει τόση μοναξιά, τόσο κρύο. Ας προσπαθήσουμε τουλάχιστον να υποδεχτούμε την Άνοιξη για να ανθίσει η ζωή μας...

Θα δανειστώ την καλημέρα μιας γιαγιάς που ξύπναγε κάθε πρωί την εγγονή της με την φράση: "Χαίρε, αυγή μυστικής ημέρας".

Να θυμάστε ότι ο κόσμος είναι πιο υποφερτός:

Όταν κοιτάς το πέλαγος με την ματιά του Ρίτσου...



Όταν νιώθεις την σιγουριά της μάνας...



Ο ΑΙΣΙΟΔΟΞΟΣ

Ο Μήτσος εκνεύριζε συνέχεια τους φίλους του με την άπειρη αισιοδοξία του.

Όσο άσχημη και αν ήταν η κατάσταση, πάντα θα έλεγε 'Ε, λοιπόν, θα μπορούσε να είναι χειρότερα'.

Για να του δώσουν να καταλάβει ότι είναι ενοχλητικό, οι φίλοι του αποφάσισαν να επινοήσουν μια κατάσταση τόσο μαύρη, τόσο καταθλιπτική, στην οποία ούτε ο Μήτσος θα έβρισκε ελπίδα.

Τον πλησιάζουν ένα βράδυ στο μπαρ, και ένας από αυτούς του λέει:

- 'Μήτσο! Άκουσες τι συνέβη στον Γιώργο;

Όταν γύρισε χθες το βράδυ σπίτι του, βρήκε τη γυναίκα του στο κρεβάτι με άλλον άντρα, τους πυροβόλησε και τους δύο, και μετά αυτοκτόνησε!'

- 'Πολύ άσχημο', είπε ο Μήτσος, 'αλλά θα μπορούσε να είναι χειρότερα...'

- 'Μα πώς;!' αναρωτήθηκε ο εκνευρισμένος φίλος του.

'Πώς θα μπορούσε να είναι χειρότερα;...'

- 'Αν είχε γίνει προχτές', απάντησε ο Μήτσος, 'θα ήμουν νεκρός τώρα...'



Έβελυν Τσαβάλας
0413 989 007



PLATINUM
choice
HOME LOANS

HOME LOANS

ΘΕΛΕΤΕ ΔΑΝΕΙΟ; Τα λόγια είναι περιττά

Ελάτε να τα πούμε από κοντά!!!

102 Silver St., Marrickville • Τηλ: 9554 7730



Σταύρος Οικονομίδης
0408 171 417