

Έρχονται στιγμές στη ζωή μας που δυσκολευόμαστε αρκετά να αντιμετωπίσουμε καθημερινά προβλήματα με ...αξιοπρέπεια. Διότι η αξιοπρέπεια επιβάλλει να το 'ράψουμε' και να φύγουμε από μια κατάσταση σιωπηλιά, δίχως να βρίσουμε, δίχως να φωνάξουμε, δίχως να σπάσουμε... Μόνη διέξοδος η φυγή! Προσπαθούμε να αποδράσουμε από όλους κι όλα! Κι όμως, γυρνώντας πίσω στην καθημερινότητα, το πρόβλημα είναι εκεί και μας περιμένει...

Ένας έξυπνος τρόπος να χειριστεί κανείς 'με αξιοπρέπεια' τα προβλήματά του, είναι η εργασιοθεραπεία. Παρόλα αυτά όμως, κατά τη διάρκεια του μεροκάματου, έρχονται στιγμές που οι σκέψεις σε κάνουν να φουντώνεις, να θυμώνεις, να ιδρώνεις... Το περιβάλλον, ο χώρος είναι αυτά που συγκρατούν τα χαλινάρια της οργής και συνεχίζεις για να γυρίσεις σπίτι ψυχολογικά εξαντλημένος για να μετριάσεις την οργή σου με διάφορα ενημερωτικά βιβλία για τη διαχείριση του θυμού και της οργής. Για τον εγωισμό που τσαλαπατήθηκε, για τα λόγια που δεν ειπώθηκαν, για τον αυτοσεβασμό που ισοπεδώθηκε...

"Ψυχραιμία" συνιστούν οι ειδικοί, γνωστοί και φίλοι και συ απλά κουνάς το κεφάλι προσπαθώντας να καταπιείς άλλη μια δύσκολη μέρα, άλλο ένα δύσκολο κεφάλαιο στη ζωή!

Θέλει χρόνο να ξεθυμάνει ο θυμός για να προχωρήσεις παρακάτω. Θέλει κουράγιο να θάψεις την τάση που έχεις να βρίσεις, να φωνάξεις, να σπάσεις! Η αξιοπρέπεια σου δεν σου το επιτρέπει...

Η ζωή σου μοιάζει να σκορπά... Όλα δείχνουν να πηγαίνουν στραβά, από το κακό στο χειρότερο. Ψυχραιμία... Ψυχραιμία και ένα βήμα προς τα πίσω. Να σκεφτείς, να αναλογιστείς για να μπορείς να κολλήσεις τα κομματάκια του παζλ και να μπορέσεις και πάλι να αναπνεύσεις ελεύθερα. Δίχως αυτό το καθημερινό σφίξιμο που σε πλακώνει

ΘΕΣΕΙΣ + ΑΝΤΙΘΕΣΕΙΣ

με την Άννα Αρσένη



που δεν γέλασα διαβάζοντάς τη. Κι αυτό γιατί τη διάβασα μετά από διάστημα 15 ολόκληρων χρόνων και δυστυχώς τα πράγματα δεν είναι όπως τότε...

Σαν παιδιά είμαστε όλοι αντιδραστικοί, ελεύθεροι, δεν σηκώνουμε μύγα στο σπαθί. Σαν ενήλικες και οικογενειάρχες, καταπίνουμε και παραβλέπουμε πράγματα και καταστάσεις που στο παρελθόν θα είχαμε σίγουρα γυρίσει την πλάτη δίχως δεύτερη σκέψη... Το τρακτέρ ήταν η μεταφορική έννοια που κάποτε δεν είχα καν αντιληφθεί... Είναι κάθε άνθρωπος που κα-

Να φουντώνω με την ανησυχία μου για εκείνο και για το άλλο. Να παίζω με το μυαλό μου διάφορες σκηνές με διαφορετικό ντεκόρ... Το τοπίο είναι ακόμα θολό. Οι σκέψεις σκόρπιες...

Αποφάσισα να βρω λίγη ηρεμία με μια βόλτα στη θάλασσα... Μάταιο όμως. Στα βάθος του ορίζοντα είδα το χρώμα της να αλλάζει, να σκουραίνει... Σημάδι πως έρχεται καταιγίδα!

Απολαύστε το ανέκδοτο:

Είναι 3 φίλοι αραχτοί σε ένα μπαράκι και τα πίνουν

κουβέντα στη κουβέντα, φτάνει η συζήτηση στο πόσο εγωιστές είναι οι άντρες.

Μιλάει ο πρώτος ...

- Εγώ ρε παιδιά είμαι πολύ εγωιστής, επειδή ένα πρωί η γυναίκα δεν μου έφτιαξε καφέ, έκανα να της μιλήσω μια ολόκληρη εβδομάδα.

-Σιγά ρε, λέει ο δεύτερος, εγωισμός

Εγωϊσμός ή αξιοπρέπεια;

και σου δημιουργεί διαρκώς μια τάση φυγής!

Διάβασα κάπου ότι η ζωή είναι ένας αγώνας. Δεν έχει σημασία το αποτέλεσμα αλλά η αξιοπρέπεια με την οποία δίνεις αυτό τον αγώνα!

Θυμήθηκα τα παιδικά μου χρόνια και νοστάλησα τότε που έτρεχα ανέμελα και χαλαρά. Σύγκρινα τον εαυτό μου σήμερα και απόρησα με το πόσα επέτρεψα στον εαυτό μου να 'καταπιεί'. Ένα ξαδελφάκι μου κάποτε μου είχε γράψει σε ένα ημερολογιάκι που κρατούσα με ευχές και απόψεις φίλων: "Μην λυπηθείς για ότι πέρασε εκτός αν ήταν τρακτέρ και σε πάτησε".

Η αλήθεια, τότε γέλασα. Σήμερα, καθώς αναπολούσα ξεφυλίζοντας το ημερολόγιο, στάθηκα σε αυτή ακριβώς την αφιέρωση. Ήταν η πρώτη φορά

θημερινά μας ισοπεδώνει σε σημείο τέτοιο που να χάνουμε πάσα ιδέα για τον εαυτό μας...

Τελικά είναι ο εγωϊσμός μας που 'νοσει' από κάθε προβληματική κατάσταση και δυστυχώς δεν υπάρχει κερδισμένος ή χαμένος από μια εγωϊστική συμπεριφορά. Η ζωή είναι πολύ μικρή για να ξοδεύεται έτσι. Οι πραγματικά έξυπνοι άνθρωποι το αντιλαμβάνονται νωρίς. Οι υπόλοιποι καταντάμε σαν τα μηρυκαστικά. Αναμασάμε τα προβλήματα καθημερινά και στο τέλος φθειρόμαστε.

"Έχεις ένα ολόκληρο Σαββατοκύριακο" μου είπε ένας γνωστός "να ανασκουμπωθείς και να γεμίσεις τις μπαταρίες σου"... Ήρθε το ευλογημένο Σαββατοκύριακο και το μόνο που έκανα ήταν να τρώγομαι με τις σκέψεις.

είναι αυτός;

-Εγώ επειδή μου έφτιαξε μακαρονάδα με σάλτσα και όχι με κιμά ένα μήνα κοιμόμουν στον καναπέ του σαλονιού.

Ο τρίτος χαμογελούσε ...με το ύφος του "μεγάλου άντρα".

-Άντε ρε, λέει κάποια στιγμή ο τρίτος της παρέας...

...που είστε εσείς εγωιστές...

-Εγωιστής είμαι εγώ, που επειδή τη μέρα του γάμου η γυναίκα μου, μου πάτησε το πόδι στην εκκλησία, τόσα χρόνια γάμου και δεν την έχω αγγίξει ... ποτέ!!!

Καλά ρε μας δουλεύεις? ρωτούν οι άλλοι.

Και τα παιδιά πως τα έχεις κάνει?

-Το πιστεύετε πως από εγωισμό δεν ρώτησα ποτέ;



Εντυπωσίασε ο Ψαραντώνης

Σε μια ασφυκτικά γεμάτη αίθουσα και μπροστά σε ένα κοινό Ελληνικής και Αυστραλιανής καταγωγής ο λυράρης από την ξακουστή οικογένεια των Ξ υλούρηδων και φημισμένος τραγουδιστής Ψαραντώνης γοήτευσε το κοινό του, το οποίο απλόχερα τον καταχειροκροτούσε και σιγοτραγουδούσε μαζί του καθ' όλη την διάρκεια της συναυλίας του. Τον συνόδευε ο γνωστός Ψαρογιώργης στο λαούτο. Η συναυλία έλαβε χώρα στο Joan Southerland Performing Arts Centre στο Penrith την Παρασκευή 16 Ιανουαρίου.