

Πράξη σύνθεσης  
Θυμός για τη μη αναγνώριση από τον πατέρα μου  
Θυμός για τη μη στοργή από τη μάνα μου  
Θυμός για τη μη αναγνώριση από την κοινωνία  
Θυμός για τη μη πειστική θρησκεία  
Θυμός για τη μη αναγνώριση και τη μη στοργή από τη γυναίκα μου  
Θυμός για τη μη υποστήριξη από τον εαυτό μου  
Θυμός που πηγάζει από το φόβο του να μη μείνουν τα παιδιά μου χωρίς πατέρα  
Όλοι αυτοί οι θυμοί ενώθηκαν σε έναν  
Σε μια στιγμή  
Σε μια πράξη σύνθεσης

Ύστερα αντίστροφα

Για να αντέξω το δικαιολογημένο πλέον θυμό μου για τον εαυτό μου και την πράξη μου, άρχισα την αποσύνθεση  
Ο μεγάλος θυμός άρχισε να μην αναγνωρίζει τον εαυτό του και να αναλύεται στους πολλούς μικρότερους, που κάποτε τον είχαν δημιουργήσει  
Και να'μαι τώρα πάλι, μετά από έναν τεράστιο ασύλληπτο κύκλο, στο ίδιο ακριβώς σημείο  
Θυμώνω για τη μάνα μου και για τον πατέρα μου  
Θυμώνω για την θρησκεία και την κοινωνία  
Θυμώνω ακόμα με την γυναίκα μου κι ας μην υπάρχει πια  
κι ας είμαι εγώ ο λόγος  
Θυμώνω για χίλια μικρότερα καθημερινά θέματα, που διογκώνονται -ή ακόμα και εφευρίσκονται- για να καλύψουν τον ένα μεγάλο θυμό  
Το φοβερό είναι ότι αυτός ο θυμός προϋπήρχε της πράξης!  
Κι ενώ θεωρητικά, όλη αυτή η διαδικασία φαινομενικά έχει σκοπό να προστατεύσει την ύπαρξη, κατατεμαχίζοντας το τεράστιο βάρος που ξεπερνά την αντοχή μου σε πολλά μικρότερα, στην πράξη αποτελεί μία παραίτηση  
Παραίτηση στον θυμό  
Όλη μέρα είμαι κυριευμένος  
Μες στα νεύρα  
Αισθάνομαι ότι αυτό δεν είναι φυσιολογικό  
Έχει αρχίσει να μου στρίβει

Κάποια στιγμή αυτό θα πρέπει να τελειώσει  
με τον ένα ή τον άλλον τρόπο  
Με πράξη ειρηνική ή πολεμική,  
θα πρέπει αυτή η κατάσταση να τελειώσει  
Πρέπει κάποια στιγμή να τολμήσω να στρέψω αυτόν τον θυμό ενάντια στον εαυτό του  
Πρέπει  
Όμως φοβάμαι

ΥΓΡ. Δύο πρόσθετες χρήσιμες σκέψεις:

-του Μπουκάι: Θυμός είναι πάντοτε η άρνηση της πραγματικότητας

-του Γκάντι: Ρίζα του θυμού είναι πάντοτε ο φόβος

Φόβος για την αλήθεια

Φόβος για τον εαυτό μου