

## Πράξη συμφιλίωσης

Κάτι γίνεται  
 Εδώ και έναν μήνα περίπου  
 Έβαλα το Νίτσε στο ράφι  
 Μαζί του και τους -απολύτως δίκαιους- θυμούς του  
 Βαρέθηκα να ζω μέσα στα νεύρα  
 για την κοινωνία, τη θρησκεία,  
 τον πατέρα μου, τη μάνα μου,  
 τον εαυτό μου  
 Κοίταξα τα χρόνια που μου απομένουν και σκέφτηκα:  
 «Βρε άθλιε,  
 εσύ θα πεθάνεις γκρινιάζοντας»  
 Και δε μου ταιριάζει τέτοιος θάνατος  
 Πολεμώντας ναι  
 Γκρινιάζοντας όχι  
 Έκανα λοιπόν το πρώτο βήμα  
 Είπα «Ως εδώ. Αρκετά»  
 Θύμωσα με το θυμό μου

Κοίταξα τα χρόνια που έχουν περάσει  
 Προσπάθησα να αναλύσω τον λόγο και τον τρόπο, που έχω εγκλωβιστεί σε αυτήν την  
 συναισθηματική φυλακή του θυμού  
 Όντως, έχω δεχτεί κάποιες ατυχίες – αδικίες  
 Όντως, υπήρχαν λόγοι, που δημιούργησαν πόνους και φόβους, που με τη σειρά τους  
 μεταμφιέστηκαν σε θυμούς  
 Έκτοτε, έχουν περάσει 30 χρόνια, στα οποία εγώ προσπαθώ να αποδεικνύω ότι είμαι το θύμα  
 Όχι μόνο ότι ήμουν  
 Ότι είμαι  
 Και με τον τρόπο αυτόν συντηρώ τον θυμό, βιώνοντας ξανά και ξανά τις ατυχίες - αδικίες της  
 παιδικής μου ηλικίας  
 Και με τον τρόπο αυτόν, εγκλωβίζω τον εαυτό μου σε μία ιδιότυπη κυκλική φυλακή χρόνου και  
 συναισθήματος,  
 αφαιρώντας μου το δικαίωμα να προχωρήσω  
 ζώντας νέα χρόνια  
 ζώντας νέα συναισθήματα

Μα κάποια στιγμή κουράστηκα  
 Βαρέθηκα  
 Βαρέθηκα να στοχεύω σε αυτοκαταστροφικές νίκες, όπως εκείνες της εύρεσης -ή και δημιουργίας-  
 αποδείξεων ότι δίκαια θεωρώ ότι όχι απλώς αδικήθηκα κάποτε, αλλά ότι ακόμα συνεχίζω να  
 αδικούμαι  
 Ακόμα και στο βαθμό που κάτι τέτοιο ισχύει, πρέπει να μην το εισπράττω προσωπικά  
 Το πρόβλημα στην αδικία το έχει αυτός που την διαπράττει  
 Προβληματική είναι η μάνα ή η κοινωνία που δεν μπορεί να αγκαλιάσει και να αναγνωρίσει το παιδί  
 της

Κι εγώ, δεν μπορούσα να αναγνωρίσω αυτή την αλήθεια

Ερμηνεύοντας την αδικία ως προσωπική προσβολή, μία ζωή ανήγαγα τα προβλήματα των άλλων σε δικά μου

Ακόμα και στο βαθμό λοιπόν που κάποιες αδικίες συνεχίζουν να υφίστανται, η αλλαγή είναι εφικτή μόνο μέσω της παραδειγματικής αντίθετης συμπεριφοράς και όχι μέσω της αντιπαράθεσης και της γκρίνιας

«Ότι πιστεύεις ότι σου στερούν οι άνθρωποι -έπαινο, εκτίμηση, βοήθεια, στοργική φροντίδα κ.λπ.- δίνε το σ' αυτούς. Έπειτα, λίγο αργότερα από τότε που άρχισες να δίνεις, θα αρχίσεις να λαβαίνεις. Δεν μπορείς να λάβεις αυτό που δε δίνεις»

Αυτή τη συμβουλή (του Έκχαρντ Τολλ) προσπαθώ να ακολουθώ ένα μήνα τώρα

Έχω αφήσει ανοικτή την καρδιά μου

Και με χαρά ανακαλύπτω ότι ανοικτή δε σημαίνει εκτεθειμένη

Στην πραγματικότητα, ο μόνος τρόπος να προφυλαχτεί μία καρδιά είναι να μείνει ανοικτή

Αλλιώς σκληραίνει και κινδυνεύει να σταματήσει

να δίνει

να ζει

Κι αν ακόμα δεν επιστρέψει σε εμένα η στοργή και η αγάπη, θα έχω καταφέρει να είμαι ηρεμότερος και πιο κοντά στον άξονα του εαυτού μου

Είμαι καλός και τρυφερός

Είναι αδιανόητο να επιτρέπω στις όποιες παλιές -ή συνεχιζόμενες- άσχημες συμπεριφορές των άλλων να μου στερούν τη δυνατότητα εκδήλωσης αυτών των ευγενών χαρακτηριστικών μου, που στην πραγματικότητα αποτελούν χαρακτηριστικά όλων των ανθρώπων, που όμως συνήθως μένουν αφανή εξ' αιτίας των δικών τους αντίστοιχων φυλακών

Συμφιλίωση

Μία σιωπηλή συγχώρεση των παλιών αδικιών, που εκδηλώνεται με την πράξη της ανθρώπινης προσέγγισης

Μία ηχηρή παραχώρηση του παρόντος και του μέλλοντος σε εμένα και στους συνανθρώπους μου, προς νέα δημιουργία

Μακάρι κάποτε

αντίστοιχα

να πράξω και με τον εαυτό μου

Έστω λιγάκι