

ΕΝΑ ΔΩΡΟ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΕΥΤΕΡΗ ΔΡΑΓΑΖΗ

7 αράδες που ίσως αλλάξουν τη σκέψη σου για το τέλος

αποσπάσματα από το μυθιστόρημα «Ένα τέλος για αρχή»

Διάλεξα επτά αράδες απ' το βιβλίο — αυτές που οι αναγνώστες υπογραμμίζουν πιο συχνά.

Δίπλα σε καθεμιά, άφησα μια δική μου σκέψη κι ένα ερώτημα. Όχι για να σου δώσω απαντήσεις — αλλά για να σε βοηθήσουν ν' ακούσεις τις δικές σου.

Πάρ' τες αργά. Μία τη μέρα, αν θες. Και κάθε φορά, ρώτα τον εαυτό σου: τι τελειώνει τώρα στη ζωή μου — και τι θέλει ν' αρχίσει;



ΠΡΩΤΗ

«Για να γεννηθεί, για να αρχίσει κάτι καινούργιο, πρέπει να πεθάνει το παλιό. Ένα τέλος για αρχή, κάθε φορά...»

Κάθε φορά που κάτι τελειώνει, νιώθεις πως χάνεις. Κι όμως, κοίτα πιο προσεκτικά: δεν υπάρχει καινούργια αρχή που να μην πάτησε πάνω σ' ένα τέλος. Το ένα ζει μέσα στο άλλο.

Ρώτα τον εαυτό σου: Τι τελειώνει τώρα μέσα σου — και τι προσπαθεί ν' αρχίσει;

ΔΕΥΤΕΡΗ

«Υπάρχουν σημάδια στο διάβα μας που, αν ακούσουμε το μέσα μας και επιλέξουμε να ξεβολευτούμε, τότε θα επέλθει η αλλαγή. Συνήθως αυτό δε συμβαίνει γιατί υπάρχει ο φόβος.»

Η αλλαγή σπάνια μας βρίσκει· πιο συχνά εμείς την αποφεύγουμε. Και ο λόγος έχει ένα όνομα: φόβος. Το «ξεβόλεμα» δεν είναι τιμωρία — είναι η πόρτα.

Πρώτα τον εαυτό σου: Πού σε κρατάει ο φόβος «βολεμένο», ενώ κάτι μέσα σου ζητάει να κουνηθεί;

ΤΡΙΤΗ

«Όταν έρχεσαι σε επαφή με τον θάνατο ενώ είσαι ζωντανός, κάτι αρχίζει να συμβαίνει μέσα σου. Αποκτά μια άλλη διάσταση η ζωή σου.»

Δε χρειάζεται να φοβάσαι τον θάνατο για να σε διδάξει. Αρκεί να τον κοιτάξεις κατάματα μία φορά. Τότε η ζωή σου αποκτά ξαφνικά βάρος — και αξία.

Πρώτα τον εαυτό σου: Αν το θυμόσουν πιο συχνά, τι θα άλλαζες από σήμερα;

ΤΕΤΑΡΤΗ

«Οι δύσκολες στιγμές είναι για να μας μαθαίνουν να ζούμε καλύτερα.»

Κανείς δε διαλέγει τον πόνο. Μα ο πόνος, όταν τον αφήσεις να σε περάσει αντί να τον κρύψεις, γίνεται δάσκαλος. Σου δείχνει πώς να ζεις πιο αληθινά.

Ρώτα τον εαυτό σου: Ποιον πόνο κουβαλάς αδιάβαστο — και τι θα σου έλεγε, αν τον άκουγες;

ΠΕΜΠΤΗ

«Αν μπορούσε κάθε ένας να αναλογιστεί πραγματικά, αυθεντικά ότι έχει ένα τέλος, τότε μπορεί να ζούσε την κάθε ανάσα σαν την τελευταία.»

Ζούμε σαν να έχουμε άπειρο χρόνο. Κι έτσι τον σπαταλάμε. Η επίγνωση ότι κάποτε τελειώνουμε δεν είναι θλίψη· είναι το πιο δυνατό «ξύπνα» που υπάρχει.

Ρώτα τον εαυτό σου: Αν ήταν η τελευταία σου εβδομάδα, ποιον θα έπαιρνες πρώτο τηλέφωνο;

ΕΚΤΗ

«Μη νομίζεις πως είναι εύκολο να πάρει κανείς αγάπη. Είναι δύσκολο να επιτρέψεις να σε αγαπήσουν.»

Νομίζουμε πως το δύσκολο είναι να αγαπήσουμε. Μα πιο δύσκολο είναι να αφήσουμε κάποιον να μας αγαπήσει — να μας δει όπως πραγματικά είμαστε, με τις αδυναμίες μας.

Πρώτα τον εαυτό σου: Πού κρατάς κλειστή την πόρτα, ενώ κάποιος περιμένει απ' έξω;

ΕΒΔΟΜΗ

«Αλλά ποτέ δεν είναι αργά, έτσι δε λένε;»

Πολλοί το καταλαβαίνουν αργά — ότι η ζωή ήταν πιο απλή και πιο ωραία απ' όσο νόμιζαν. Αλλά «αργά» δε σημαίνει «ποτέ». Όσο αναπνέεις, η αρχή είναι ακόμα μπροστά σου.

Πρώτα τον εαυτό σου: Τι θα ξεκινούσες σήμερα, αν σταματούσες να λες «είναι πια αργά»;

Αυτές οι εφτά αράδες είναι μόνο μια γεύση.

Η ολόκληρη ιστορία — του Άλεξ, που ξυπνά ένα πρωί κι όλοι τον θεωρούν νεκρό — σε περιμένει μέσα στο βιβλίο. Αν κάτι εδώ σε άγγιξε, το «Ένα τέλος για αρχή» θα σου κρατήσει συντροφιά.

Πάρ' το από τις Εκδόσεις Φυλάτος →

–20% με τον κωδικό **end20** — μέχρι τις 25 Ιουλίου

Λευτέρης

Λευτέρης Δραγάζης · Εταιρικός Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπευτής