

**Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών
Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας – Τμήμα Ιατρικής**

Γράφοντας ή απεικονίζοντας τις στιγμές του Covid - 19



eBook

Λάρισα 2020

eBook

Γράφοντας ή απεικονίζοντας τις στιγμές του Covid - 19

ISBN 978-960-99647-4-6

Copyright Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας – Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας

Με την επιφύλαξη κάθε νόμιμου δικαιώματος. Οι απόψεις των συγγραφέων – αρθρογράφων - ποιητών δεν υποδηλώνουν απόψεις του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

Η καταχώρηση των πνευματικών δικαιωμάτων ανήκει στους δημιουργούς των κεφαλαίων και απαγορεύεται η αναδημοσίευση ή αναπαραγωγή οποιουδήποτε μέρος του παρόντος έργου με οποιοδήποτε μέσο ή τρόπο, σύμφωνα με τους Ν.100/75, Ν.2121/93 και τους λοιπούς εν γένει κανόνες Διεθνούς Δικαίου, χωρίς προηγούμενη άδεια του συγγραφέα και του εκδότη.

Η οποιαδήποτε αναπαραγωγή θα πρέπει να συνοδεύεται από την αντίστοιχη αναφορά.

Επιμέλεια eBook:

Κ.Ι. Γουργουλιάνης, π. Πρύτανης Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, Διευθυντής Πνευμονολογικής Κλινικής του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου Λάρισας, Διευθυντής του προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών Π.Φ.Υ. και Καθηγητής Πνευμονολογίας του τμήματος Ιατρικής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και του Ελληνικού Ανοικτού Πανεπιστημίου

Ι. Χ. Λαμπρόπουλος, Υπ. Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Θεσσαλίας τμήματος Ιατρικής, Υπ. Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Πατρών τμήματος Διοίκησης Επιχειρήσεων, MSc Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας τμήματος Ιατρικής Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, MSc Τραπεζικής & Χρηματοοικονομικής, BSc Λογιστικής

Καλλιτεχνική επιμέλεια eBook:

Χ. Π. Κυμπρικτσή, Φοιτήτρια 4^{ου} Έτους Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης ΑΠΘ, Θεσσαλονίκη

Αφιερωμένο

σε όλους εσάς!

Πρόλογος

Πριν από λίγους μήνες, μπήκαμε όλοι ξαφνικά στον αστερισμό του κορονοϊού. Κάθε πρόβλεψη για την έκβαση της πανδημίας φάνταζε αβέβαια και ο πανικός που ξεκίνησε διεθνώς μετά τις επίσημες ανακοινώσεις μπήκε στα σπίτια μας με τις τηλεοράσεις και το διαδίκτυο, με σφοδρότητα, συχνά παραπλανητικές ειδήσεις και πολλές τρομακτικές εικόνες. Ο κόσμος που ήταν κλεισμένος στα σπίτια του αφέθηκε στην ενημέρωση όσων «ειδικών» παρήλαυναν στις οθόνες. Η τρομολαγνεία έγινε υποστηρικτής πολύωρων τηλεοπτικών εκπομπών με σχετικές διαφημίσεις και νέα άγνωστα πρόσωπα κέρδισαν δημοσιότητα. Η πατρίδα μας περίμενε κάθε απόγευμα τις υγειονομικές ανακοινώσεις που συχνά συνοδεύονταν από συστάσεις για λήψη επιπρόσθετων μέτρων προστασίας. Κάθε κοινωνική εκδήλωση ματαιώθηκε και για τις καθημερινές συχνές δραστηριότητες χρειαζόνταν άδεια. Αυτό το διάστημα οι περισσότεροι έγιναν λοιμωξιολόγοι ή πνευμονολόγοι και ευτυχώς οι λιγότεροι συνομωσιολόγοι.

Κάποιοι, όμως όπως εσείς, που συμμετέχετε σε αυτό το ηλεκτρονικό βιβλίο, χρησιμοποιήσατε το ταλέντο σας, γράφοντας και ζωγραφίζοντας στις μέρες της καραντίνας. Σας ευχαριστώ που αυτή την πλούσια έμπνευσή σας, αποφασίσατε να τη μοιρασθείτε μαζί μας. Θα ήθελα να σας αγκαλιάσω όλους ζεστά και να σας ευχαριστήσω πάλι από καρδιάς. Οι περισσότερες όμως ευχαριστίες ανήκουν στον Γιάννη Λαμπρόπουλο, απόφοιτο του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας, και υποψήφιο διδάκτορα του Ιατρικού τμήματος του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, που είχε την έμπνευση, οργάνωσε και επιμελήθηκε αυτή την εξαιρετική έκδοση που μετά από χρόνια θα φέρνει στη μνήμη μας τους μύθους αλλά και τις πραγματικότητες που ζήσαμε απομονωμένοι αλλά τελικά όλοι μαζί την Άνοιξη του 2020.

Κ. Ι. Γουργουλιάνης
Καθηγητής Πνευμονολογίας

Γράφοντας ή απεικονίζοντας για την Covid 19

Λαμπρόπουλος Χ. Ιωάννης

Υπ. Διδάκτορας Τμήματος Ιατρικής Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

Υπ. Διδάκτορας Τμήματος Διοίκησης Επιχειρήσεων Πανεπιστημίου Πατρών

Εκ μέρους της Οργανωτικής επιτροπής σας καλωσορίζω και εγώ με την σειρά μου στο παρόν eBook το οποίο είναι συνέχεια των 3 προηγούμενων Εθνικών Διαγωνισμών Ελλάδας και Κύπρου με έναρξη των διαγωνισμών το έτος 2017.

Όλα ξεκίνησαν από μια ιδέα. Ιδέα, την οποία ο καθηγητής κος Κωνσταντίνος Γουργουλιάνης π. Πρύτανης του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, και Διευθυντής του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών καθώς και της Πνευμονολογικής Κλινικής του Πανεπιστημιακού Γενικού Λάρισας στήριξε από την πρώτη στιγμή.

Αξίζει επομένως να αναφερθεί ότι η καθιέρωση των Εθνικών Διαγωνισμών του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών «Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας» και της Πνευμονολογικής Κλινικής του Πανεπιστημιακού Γενικού Νοσοκομείου Λάρισας οφείλονται στον καθηγητή κο Κωνσταντίνο Γουργουλιάνη τον οποίο έχω την χαρά να έχω καθηγητή μου. Χαρά η οποία διακατέχει όλους τους φοιτητές του για την στήριξη και την βοήθεια που παρέχει σε κάθε βήμα.

Οι δυο πρώτοι διαγωνισμοί είχαν σαν θέμα «Απεικονίζοντας τις ημέρες Υγείας» και απευθυνόταν σε φοιτητές της Ελλάδας και της Κύπρου. Ο τρίτος σε σειρά καλλιτεχνικός διαγωνισμός, είχε θέμα «Αναπνέοντας Καθαρό Αέρα – Ακριβή μου ανάσα». Τα έργα των τριών πρώτων διαγωνισμών μπορεί να τα συναντήσουν οι ενδιαφερόμενοι στην Βιβλιοθήκη του Πανεπιστημιακού Γενικού Νοσοκομείου Λάρισας στον 3^ο Όροφο και μαζί με τα έργα θα έχουν την δυνατότητα να ενημερωθούν για την κάθε Παγκόσμια – Διεθνή ημέρα που απεικονίζεται με κείμενα των Φοιτητών της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας στα πλαίσια του μαθήματος Ιατρική Επικοινωνία.

Από την υλοποίηση των πρώτων διαγωνισμών κυκλοφορεί στο διαδίκτυο το πρώτο ηλεκτρονικό βιβλίο με τίτλο «Μαθαίνοντας για τις Ημέρες Υγείας», το οποίο

μπορεί κάποιος να διαβάσει στον ακόλουθο σύνδεσμο: <http://acare.med.uth.gr/wp-content/uploads/mathenontas-gia-tis-imeres-igias1.pdf>.

Η προσπάθεια αυτή του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών «Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας», βρίσκει αρωγούς όλους τους συμμετέχοντες τόσο των τριών πρώτων διαγωνισμών όσο και του φετινού διαγωνισμού ο οποίος στηρίχτηκε στις πρωτόγνωρες καταστάσεις της πανδημίας του νέου Κορονοϊού Covid – 19 και είχε θέμα «Γράφοντας ή απεικονίζοντας τις ημέρες του Covid – 19».

Οι συμμετοχές της φετινής πρόσκλησης, η οποία ήταν διαφορετική από τις προηγούμενες τρεις, στηρίχτηκε από κείμενα και έργα 82 συγγραφέων – αρθρογράφων – ποιητών και καλλιτεχνών, ανθρώπων διαφορετικών ηλικιών, διαφορετικού επαγγελματικού υποβάθρου με αποτέλεσμα την δημιουργία του παρόντος δωρεάν eBook το οποίο απαριθμεί 330 σελίδες οι οποίες περιλαμβάνουν κεφάλαια από 41 συγγραφείς – αρθρογράφους – ποιητές καθώς και καλλιτεχνικές δημιουργίες 41 καλλιτεχνών, ζωγράφων ερασιτεχνών οι οποίοι απάντησαν στην πρόσκληση του 4^{ου} Εθνικού Διαγωνισμού Ελλάδας και Κύπρου.

Διαβάζοντας και παρατηρώντας τα κεφάλαια που θα ακολουθήσουν, τα οποία χωρίζονται ανά συγγραφέα – αρθρογράφο – ποιητή – καλλιτέχνη, παρατηρεί κανείς την μοναδική έκφραση του κάθε ανθρώπου για τον νέο Covid – 19 ο οποίος έως και σήμερα 02 Αυγούστου 2020 απαριθμεί 17.859.763 νοσούντες και 685.179 θανόντες συνανθρώπους μας.

Στα κεφάλαια που θα διαβάζει ο αναγνώστης παρατηρεί την μοναδικότητα του κάθε ανθρώπου και συνάμα την διαφορετικότητα στην αντιμετώπιση μιας κατάστασης.

Σ' αυτό το σημείο γίνεται μια αναφορά για τον Covid – 19 και αμέσως μετά ακολουθούν οι συμμετοχές των 78 συμμετεχόντων. Να τονίσουμε οι συμμετοχές είναι με αλφαβητική σειρά επιθέτου, δεν θα μπορούσε άλλωστε να είναι κάπως διαφορετική διότι κανείς δεν μπορεί να κρίνει τα αισθήματα, βιώματα και καταστάσεις που εμπνεύστηκε ο κάθε δημιουργός για αυτή την δύσκολη παγκόσμια κατάσταση που βίωσε και βιώνει η ανθρωπότητα.

Στις 31/12/2019 εντοπίστηκαν κρούσματα πνευμονίας αγνώστου αιτιολογίας στην επαρχία Hubei, στην πόλη Wuhan της Κίνας. Στις 9/1/2020 ανακοινώθηκε από

τις υγειονομικές αρχές της Κίνας ότι ένα νέο στέλεχος κορονοϊού (Covid-19 ή 2019 - nCoV) ο οποίος προκαλεί σοβαρές αναπνευστικές λοιμώξεις σε ανθρώπους και ζώα εμφανίστηκε το Δεκέμβριο (ΕΟΔΥ, 2020).

Τα συνήθη κλινικά συμπτώματα του νέου κορονοϊού είναι κυρίως πυρετός, δυσκολία αναπνοής και βλάβες στους πνεύμονες. Οι Εθνικές αρχές της Κίνας έθεσαν τους ασθενείς σε απομόνωση χορηγώντας τους θεραπεία (WHO, 2020). Η λοίμωξη του Covid – 19 προκαλεί σοβαρή λοίμωξη της αναπνευστικής οδού και περιγράφεται η μετάδοσή του από άνθρωπο σε άνθρωπο μέσω σταγονιδίων, μολυσμένων χεριών ή επιφανειών με χρόνο επώασης 2-14 ημέρες. Η έγκαιρη διάγνωση της νόσου, η καραντίνα και οι υποστηρικτικές θεραπείες έχουν κριθεί ως οι κατάλληλες μέθοδοι για την μείωση της διασποράς καθώς και της θεραπείας των ασθενών. Τα έως τώρα δεδομένα δείχνουν ότι ο Covid – 19 εξαπλώθηκε στους ανθρώπους μέσω της μετάδοσης από άγρια ζώα τα οποία πωλούνται παράνομα στην αγορά χονδρικής της Wuhan (Zhai P., et al, 2020).

Ως κλινικά συμπτώματα είναι ο πυρετός, ο πονόλαιμος, η κόπωση, ο βήχας ή η δύσπνοια. Η διεθνής Ιατρική Επιστημονική Κοινότητα ερευνά συνεχώς τον νέο κορονοϊό και η διεθνής βιβλιογραφία καταγράφει καθημερινώς νέες επιστημονικές έρευνες.

Ο Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας στην ηλεκτρονική του σελίδα eody.gov.gr έχει αναρτήσει οδηγίες για τον νέο κορονοϊό COVID-19 όπου και μπορούν να ενημερώνονται όλοι οι πολίτες.

Εκ μέρους της Οργανωτικής Επιτροπής ένα μεγάλο ευχαριστώ σε όλους τους συμμετέχοντες του παρόντος eBook οι οποίοι είναι άξιοι θαυμασμού για τις μοναδικές στιγμές που αφιέρωσαν προκειμένου να εκδοθεί το ηλεκτρονικό βιβλίο που έχετε στα χέρια σας και ευχόμαστε να το απολαύσετε!

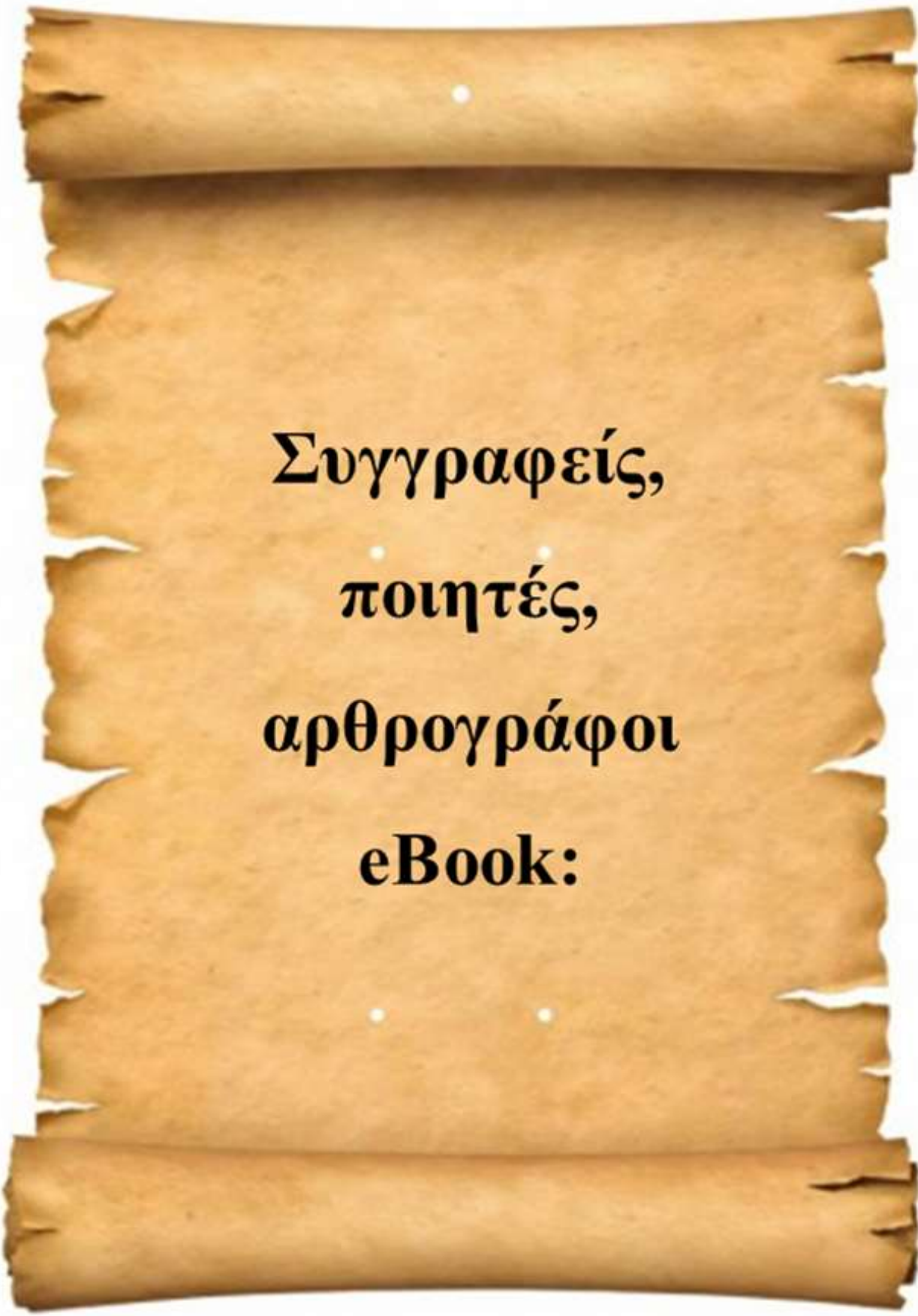
Τα θετικά μηνύματα του κάθε δημιουργού ευχόμαστε να είναι αρωγοί σε καταστάσεις οι οποίες μας αλλάζουν την καθημερινότητα.

Βιβλιογραφικές αναφορές

Zhai P., Ding Y., Wu X., Long J., Zhong Y., Li Y., (2020), The epidemiology, diagnosis and treatment of COVID-19, Int. J. Agents., 55 (5)

<https://eody.gov.gr/> (Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας)

<https://www.who.int/> (Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας)

A scroll of aged parchment with a title in Greek. The scroll is unrolled, showing a central rectangular area with a slightly wavy, torn edge. The text is centered and written in a bold, black, serif font. The parchment has a warm, yellowish-brown tone and shows signs of age, including some small dark spots and a slightly uneven texture.

**Συγγραφείς,
ποιητές,
αρθρογράφοι
eBook:**

Αλεξανδροπούλου Αλεξία, Δεμασσάι – Η Φυλή των φίλων
Βαρταμτζίδου Μαρία, Αν μου επιτρέπεις
Βούλγαρη Φωτεινή, Ένα παραμύθι για παιδιά και όχι μόνο ...
Βούλγαρη Φωτεινή, Μέρρες σιωπής ... (ένα κείμενο που αφορά στις σκέψεις των
ανθρώπων που νόσησαν και κατάφεραν να βγουν νικητές!)

Γαλλής Κωνσταντίνος, Ζώντας με τον Covid 19
Γεροστάθη Ζωή, Όταν σταμάτησε ο χρόνος ...
Γεωργάκα Μαρία, Βγαίνουμε νικητές από το σπίτι
Αλογοσκούφι Κασσάνδρα, Όρκος σιωπής
Δραγούνη Βασιλική, Είκοσι Δύο
Ζωβοΐλη Μαίρη, Ο Καραγκιόζης και ο Κορονοϊός
Θεοδωροπούλου Λευκοθέα, Εικόνες και Βιώματα από τον εγκλεισμό
Ιατρού Γεώργιος, Κωδική ονομασία Covid - 19, Η επόμενη μέρα
Καγιάννη Όλγα, Καραντίνα
Καζακλάρης Νικόλαος, Κάθαρση
Καλογεροπούλου Μαρία, Η Ελευθερία δεν Κο...μπιάζει ποτέ
Καραμπάση Έλενα, Η ζωή στην εποχή Covid-19 μ.Χ.
Καρλή Βάσω, Ραντεβού με τον ιό
Καρλή Βάσω, Μια φατσούλα βλαβερή
Κάτρη Άννα, Κορονοϊός ένας άνισος παγκόσμιος πόλεμος
Κατσουλάρη Παναγιώτα, Τούρτα σοκολάτα ... στην εποχή του Covid – 19!
Κολιού Αντιγόνη, Η ανθρώπινη ψυχή υπό τη σκιά μιας αόρατης απειλής
Κουτσώνα Αικατερίνη, Αγαπημένο μου ημερολόγιο
Κυμπρικτσή Χαρά, Ο Υιός της εξουσιαστικής πειθαρχίας
Kyrikakis Effie, από το εγώ στο εμείς
Kyrikakis Effie, και τούτη η ανηφοριά, κατηφοριά θα φέρει
Kyrikakis Effie, Να χαιρέσαι ότι αγαπάς
Kyrikakis Effie, Μια φορά γεννιέται ο άνθρωπος
Λαμπρακοπούλου Θεαέλενα, εξέλιξη ... ή απειλή εκ των έσω;
Λεοκάτα Μελίνα – Μαρία, Μια μέρα σαν όλες τις άλλες

Μακρή Νικολέτα, Στιγμές Covid
Μάνη Αναστασία, Σου είπανε να μείνεις μέσα
Μαυρουδή Μούλιου Λένα, μένω σπίτι;
Μπάφα Μίνα, Δεμασσάι – Η Φυλή των φίλων
Νικολάου Μαριάννα, Ταξιδιωτική αναδρομή
Ολυμπίου Μαρία, Αγαπημένη μου Άννα Φράνκ
Παναγιώτου Ιωάννης, 13033 [ΚΕΝΟ] Μετάβαση
Παντσάς Απόστολος, Τρόμος γραμμένος σε μονόκλωνο RNA
Πέιου Ιωάννα, Η πανδημία... στα μάτια ενός παιδιού
Πουλιώτη Σοφία, Έτσι βίωσα την πανδημία...
Τριανταφυλλίδου Μελίνα, Άχρωμη άνοιξη
Τριανταφυλλίδου Μελίνα, Συμβουλές εν μέσω καραντίνας
Τριανταφυλλίδου Μελίνα, Συλλογή Κορονοιοήματα (ποιητική συλλογή)
(Ξεσηκωθείτε, Εν καιρώ, Είμαστε εδώ, Σπίθες ζωής, Δύσκολα χρόνια, Ερήμην μας,
Εν μέσω καραντίνας, Λυγμοί, τριγμοί, Ρόδο που θα σπάσει, Ζωή φοβία, Γιατί, Οι
πόλεις των ζητιάνων, Αίμα νωπό, Άτιτλο, Στη μοίρα της οδύνης, Μακριά από σένα,
Άτιτλο, Ζητώ, Άτιτλο, Ψάξε τον Ήρωα, Μείνε ακέραιος, Στου νόστου την άκρη, Μόνο
ένα, Άτιτλο, Ασάλευτες σκιές, Μνήμες οδύνης, Άτιτλο, Άτιτλο, Καρδιές σε ομηρεία,
Άτιτλο, Ως τα ουράνια, Άτιτλο, Κενοτάφιο, Θυμάσαι έρωτά μου;, Αλήθεια ζοφερή,
Άτιτλο, Θα αντέξουμε, Βουνά παράπονα, Ήρωά μου, Πάντα εδώ, Επίγειος άγγελος)
Σουβατζής Νίκος, Πέντε δυσκολίες για να γράψει κανείς για την πανδημία
Συναδινού Κανέλλα, Παράξενη άνοιξη
Φασιλάκη Ολυμπιάδα, Τα λουλούδια της Ελπίδας
Φίλιππος Φιλίππου, Από την κόλαση στο παράδεισο εν μέσω πανδημίας
Χάντζου Ευγενία, Καινούργια Ζωή!
Χριστάκου Μαρία, Οι αληθινοί εμείς



Καλλιτέχνες
eBook:

Γερογιάννη Σταυρούλα, Ο Καλός μου εαυτός μέσα από την μοναξιά
Γκατζάρα Θεοδοσία, Εγκλωβισμένη Άνοιξη
Γκατζίκη Έφη, Η απόσταση
Γκιουλέκα Χαρίκλεια, Επικοινωνία
Δαλαμπύρα Ειρήνη, Μέρρες απόστασης
Δασκαλόπουλος Βασίλειος, Η ασφάλεια
Εκίζογλου Μαρία – Δανάη, Η επαφή
Ζαφείρης Μάριος, Ένα διαφορετικό πρωινό
Ζησοπούλου Βάια, Ανάσταση 2020
Ζησόπουλος Επαμεινώνδας, Μάθημα Αγγλικών
Ζουρνατζή Παναγιώτα – Παρασκευή, Μάθημα Πιάνου
Ιωάννου Δημήτρης, Δεμασσάι – Η Φυλή των φίλων
Κατσάρα Ηλιάνα, Δεμασσάι – Η Φυλή των φίλων
Κεσίδου Αλεξία, Παιδί τη νύχτα
Κιόρογλου Μαρία - Αναστασία, Αντιμέτωποι με τον Covid – 19
Κουκόσια Αλεξάνδρα, Η απαγορευμένη άνοιξη
Κουρκουβέλα Αικατερίνη, Γκρίζες μέρες – Ασπρόμαυρες σκέψεις
Κουτσοδόντης Λουκάς, Δεμασσάι – Η Φυλή των φίλων
Κουτσώνα Βασίλειος, Το τώρα και το πριν
Κουτσώνα Φωτεινή Όλγα, Η επικοινωνία
Κουτσώνας Χρίστος, Ο αόρατος εχθρός
Κρίσαλλη Μαριάννα, Δεμασσάι – Η Φυλή των φίλων
Λάγιου Αρετή, Summer sense of Covid-19
Λακαφώση Κατερίνα, Safe
Μαργαριτάκη Βασιλική – Σουζάνα, Μαζί θα τα καταφέρουμε
Μελισσάργου Ιωάννα, Η ζωή στην εποχή Covid-19 μ.Χ.
Μουχάκη Έλενα, Δεμασσάι – Η Φυλή των φίλων
Μπαλαμώτη Σοφία, Μια ιδέα ... Μια αφορμή
Μπίτσιος Αθανάσιος,
Μπίτσιος Αθανάσιος,

Μπούρης Βασίλης, Φοβισμένη πόλη
Παπαδόπουλος Ανέστης, Συνέπειες Κορονοϊού
Παπασπυροπούλου Κωνσταντίνα, Τα γενέθλια
Πέιου Ιωάννα, Η πανδημία... στα μάτια ενός παιδιού
Πέιος Δημήτριος, Δεμασσάι – Η Φυλή των φίλων
Πέιος Παναγιώτης, Δεμασσάι – Η Φυλή των φίλων
Πώποτα Πολυξένη, Έρημη πόλη
Ρωμανόπουλος Θανάσης, 13033 αγάπη μου
Ρωμανόπουλος Θανάσης, Ντεκιρίζουσα Ύδρα του Μόραλη με γραμματόσημο
Σακκελαρόπουλος Σταύρος – Παρασκευάς, Στιγμές του Covid 19
Σάλτα Ευφραιμία, Στιγμές Covid
Τσαρούχας Θάνος, Covid – 19
Φαραντούρη Βαλεντίνα, ΜΗΤΙΣ

Εισαγωγή

Ο κάθε ένας από τους συμμετέχοντες έδωσε ένα μοναδικό τίτλο για το έργο του.

Παρατηρώντας τους τίτλους των έργων δημιουργήθηκε το παρακάτω καλλιτεχνικό ποίημα του παρόντος eBook το οποίο μέσα από τις διαφορετικές σκέψεις διαμορφώθηκε σε ένα μοναδικό Μωσαϊκό τίτλων – Μωσαϊκό ιδεών όπου δημιουργοί του είναι όλοι οι συμμετέχοντες του παρόντος ηλεκτρονικού βιβλίου και οι οποίοι σας καλωσορίζουν και σας εύχονται καλή ανάγνωση!

Μωσαϊκό τίτλων... μωσαϊκό ιδεών

*Πέντε δυσκολίες για να γράψει κανείς για την πανδημία,
στιγμές Covid, συνέπειες Κορονοϊού, συμβουλές εν μέσω καραντίνας, ανώνυμο,
ζώντας με τον Covid 19.*

*Η απαγορευμένη άνοιξη, εγκλωβισμένη άνοιξη, άχρωμη άνοιξη,
παράξενη άνοιξη,*

Ανάσταση 2020, Ντεκιρίζουσα Ύδρα του Μόραλη με γραμματόσημο, ένα διαφορετικό πρωινό, ΜΗΤΙΣ.

*Όταν σταμάτησε ο χρόνος... μέρες απόστασης... μέρες σιωπής,
η ανθρώπινη ψυχή υπό τη σκιά μιας αόρατης απειλής,*

Μια μέρα σαν όλες τις άλλες ... σου είπαν να μείνεις μέσα, στιγμές του Covid – 19!

*Αγαπημένο μου ημερολόγιο, αγαπημένη μου Άννα Φράνκ,
έτσι βίωσα την πανδημία... ένα παραμύθι για παιδιά και όχι μόνο...*

Έρημη πόλη, φοβισμένη πόλη, καινούργια Ζωή.

Είκοσι Δυο ... εικόνες και βιώματα από τον εγκλεισμό, καραντίνα, κάθαρση.

Η απόσταση, η ασφάλεια, η επαφή, η επικοινωνία ... όρκος σιωπής, τρόμος γραμμένος σε μονόκλωνο RNA.

Γκρίζες μέρες – Ασπρόμαυρες σκέψεις, μένω σπίτι; Safe.

*Κορονοϊός ένας άνισος παγκόσμιος πόλεμος, ο υιός της εξουσιαστικής πειθαρχίας,
ο αόρατος εχθρός. Εξέλιξη ... ή απειλή εκ των έσω;*

Αν μου επιτρέπεις, 13033 αγάπη μου ... και τούτη η ανηφοριά, κατηφοριά θα φέρει,

13033 [KENO] Μετάβαση... ραντεβού με τον ιό,

Η πανδημία ... στα μάτια ενός παιδιού... μια φατσούλα βλαβερή ... παιδί τη νύχτα,

τούρτα σοκολάτα ... στην εποχή του Covid – 19!,

Μάθημα Πιάνου, μάθημα Αγγλικών, κορωνοποιήματα ,

Τα γενέθλια... Ο Καραγκιόζης και ο Κορονοϊός...

Δεμασσάι ... η φυλή των φίλων... οι αληθινοί εμείς, τα λουλούδια της Ελπίδας.

Ταξιδιωτική αναδρομή, Από την κόλαση στο παράδεισο εν μέσω πανδημίας,

Κωδική Ονομασία Covid-19 ... η επόμενη μέρα,

Η ζωή στην εποχή Covid - 19 μ.Χ.,

Ο Καλός μου εαυτός μέσα από την μοναξιά, το τώρα και το πριν, από το εγώ στο εμείς.

Μια φορά γεννιέται ο άνθρωπος, ... να χαιρέσαι ότι αγαπάς, μια ιδέα ... Μια αφορμή,

Summer sense of Covid-19... η Ελευθερία δεν Κο....μπιάζει ποτέ,

Αντιμέτωποι με τον Covid – 19... μαζί θα τα καταφέρουμε βγαίνουμε νικητές από το σπίτι.

Οι Δημιουργοί του Παρόντος eBook

Δεμασσάι

Η φυλή των φίλων



Ιδέα, Οργάνωση: Αλεξανδροπούλου Αλεξία

Κείμενα, Οργάνωση, Ιδέα: Μπάφα Μίνα

Εικονογράφηση Εξώφυλλου: Πέιος Παναγιώτης

Δημιουργοί, Εικονογράφοι, Αφορμή & Αιτία: Ιωάννου Δημήτρης, Κατσάρα Ηλιάνα, Κουτσοδόντης Λουκάς, Κρίσαλλη Μαριάννα, Μουχάκη Έλενα, Πέιος Δημήτρης

Εισαγωγικός χάρτης ανάγνωσης: Αγαπητοί και αγαπημένες, μικροί και μεγάλοι, μικρές και μεγάλες, αναγνώστες/-τριες, προτού περιπλανηθείτε στη ζούγκλα της ανάγνωσης, εγώ θα σας συμβούλευα να περιηγηθείτε πρώτα στο παρακάτω βοηθητικό κήπο – γλωσσάρι με τα εξωτικά λουλούδια –λέξεις/ σύμβολα που θα σας προϊδεάσουν για όσα καταπληκτικά πρόκειται να ακολουθήσουν.

-Δεμασσάι: μια ομάδα έξι παιδιών, συμμαθητές/-τριες από το Δημοτικό Σχολείο Τερψιθέας, αλλά και οποιαδήποτε παρέα φίλων σε όλα τα πλάτη, τα μήκη, τα ύψη και τις υπόλοιπες διαστάσεις του σύμπαντος κόσμου. Χωρίς φόβο, τρόμο και προκατάληψη αντιμετωπίζουν την πραγματικότητα με ειλικρίνεια, την αθωότητα των παιδικών τους ονείρων απορρίπτοντας την παραπληροφόρηση και τις συνέπειές της.

-Όλαταμασσάι : ομάδα ανθρώπων που πνίγονται μέσα στη δύνη της υπερπληροφόρησης της εποχής και μαζοποιούνται χάνοντας τον εαυτό τους και τις προσωπικές αποχρώσεις των επιλογών τους

-Μασσάισιδερα: ομάδα ανθρώπων που αρέσκονται στις απανταχού θεωρίες συννομοσίας, χάνοντας την κριτική τους σκέψη και την ικανότητά τους να εντοπίσουν τα πραγματικά αίτια των γεγονότων, αντιδρώντας πάντοτε με καχυποψία για όλους και για τα πάντα.

-Μασσάι : μια φυλή ανθρώπων που ζει στην Τανζανία της Αφρικής και με το όνομά της και πραγματικά στοιχεία από την καθημερινότητά της μας έδωσε την έμπνευση για να τυλίξουμε και να ξετυλίξουμε, σαν τα φίδια, μια ιστορία τρέλας που ζήσαμε όλοι/-ες τις ημέρες έξαρσης του κορωνοϊού στη χώρα μας.

-Ζούγκλα: ο φυσικός χώρος των Μασσάι, ο συμβολικός χώρος της δικής μας χαοτικής λόγω της υπερπληροφόρησης και των συνεπειών της πραγματικότητας

-Αφηγητής/-τρια: είμαι εγώ, δηλαδή εσύ, ο/η οποιο/ασδήποτε εσύ που ζεις στην ίδια ζούγκλα κι αντιμετωπίζεις τα ίδια φίδια, αλλά κι ο/η οποιο/ασδήποτε εσύ που αναζητάς το δικό σου καθρέφτη για να ανακαλύψεις τον αληθινό εαυτό σου και τον βρίσκεις τελικά στο πρόσωπο των παιδιών σου. Είσαι ο Παιδιοκαρδιοαναγνώστης της ζωής σου.

Δεμασσάι: Η φυλή των φίλων

Απ' όλα τα παιχνίδια των μικρών και των μεγάλων ανθρώπων, το πιο παλιό, το πολυμεταχειρισμένο και τελικά το πιο αγαπημένο είναι

οι λέξεις

Τι λέτε; Παίζουμε κι εμείς;

Έχω στη σκέψη μου τη λέξη ζούγκλα.

Τι είναι ζούγκλα;

Εξαρτάται από πού κάθεται και την κοιτάς

για τη φυλή των **Μασσάι**

στην Τανζανία της Αφρικής, η ζούγκλα είναι μια πολυβλαστημένη καταπράσινη ζώνη, πολυκεντημένη με όλου του παραδείσου τα πολύχρωμα φυτά και γενναιόδωρα γεμάτη με ζωντανά όπως τίγρεις, λιοντάρια, μαϊμούδες, τεμπέλικα μετέωρες αράχνες, αραχτές σαύρες και φιδίσια φίδια. Πολλά φίδια.



Όλα αυτά ζωγραφίζονται στα μάτια των Μασσαι, όταν, καθισμένοι στα μικρά τους κούτσουρα αγναντεύουν τους τόπους, όπου βόσκουν κάθε μέρα τα κοπάδια τους.

Από την άλλη μεριά του κόσμου

από τα μικρά καρεκλάκια των σχολικών θρανίων του Δημοτικού μας Σχολείου, ζούγκλα είναι κάτι άλλο: μια πυκνοκατοικημένη πολυάνθρωπη περιοχή, μια πόλη μπουκωμένη στις πολυκατοικίες, τα λεωφορεία, τα φορτηγά, τα αυτοκίνητα, τις μηχανές, τα σκουτεράκια, τα πατίνια...που στριμώνχονται σε φιδίσιους δρόμους. Πολλούς φιδίσιους δρόμους.



Όλα αυτά αντανακλούν τις ατσαλένιες επιφάνειές τους στα μάτια όλων των μικρών φίλων, όταν, καθισμένοι στις σέλες των ποδηλάτων τους αγναντεύουν τους τόπους, όπου τρέφουν τα όνειρά τους.

Όνειρό τους

(ίσως και πραγματικότητα, κάποιες φορές, δυσκολεύομαι τόσο να τα ξεχωρίσω)

είναι ότι ανήκουν κι αυτοί σε μια φυλή, μια φυλή φίλων, ας πούμε τους **Δεμασσάι**. Το όνομα τους είναι ένα στοιχείο απαραίτητο της ισορροπίας του σύμπαντος: για να ισορροπήσει το πάνω υπάρχει το κάτω, για χάρη του δεξιά υπάρχει το αριστερά, για το μέσα το έξω, για τους μακρινούς Μασσάι η διπλανή μας φυλή των Δεμασσάι.



Αυτή η φυλή των φίλων έχει όλα τα μυστικά συστατικά μιας παρέας: δικούς της κανόνες, απαράβατες συνήθειες, παραδόσεις, κώδικες επικοινωνίας. Έτσι όλα τα μέλη είναι απολύτως ισότιμα και αποτελούν μέλη του Συμβουλίου Των Μικρών (γνωστό ως Φ6).

Ας γνωριστούμε: τυχαία πρώτος το Κοκαλοφαφουτόπαιδο (στον πραγματικό κόσμο Δημήτρης), ο Αδυνατοσφαλιαριστής (ο άλλος Δημήτρης), η Αναρριχήτριαζωγράφος (η Μαριάννα), η Πρωινηλιαχτίδα (η Ηλιάνα), ο Καλοκαρδοαδύνατος μαθητής (ο Λουκάς) και η Δενξερωποιαίμαι (τελευταία και καλύτερη η Έλενα).

Μάλιστα, πριν από λίγες μέρες, χρειάστηκε εσπευσμένα να συγκληθεί το συγκεκριμένο Συμβούλιο, γιατί είχε προκύψει ένα μεγάλο θέμα, θέμα των μεγάλων

ανθρώπων. Τα παιδιά είχαν ακούσει ένα νέα φοβερό και τρομερό(ή μήπως ήταν τρομερό και φοβερό, καθώς από το ήχο που έκανε στ' αυτιά μου δε θυμάμαι ποιο συναίσθημα μου ήρθε πρώτο). Η χώρα μας, μαζί με τις άλλες χώρες του κόσμου πλήττεται από μια ασθένεια που προκαλείται από έναν ιό, της οικογένειας των κορωνοϊών, ο οποίος μεταδίδεται ταχύτατα μέσω των εκκρίσεων, προσβάλλει το αναπνευστικό σύστημα, προκαλεί σοβαρές επιπλοκές σε ανθρώπους μεγάλης κυρίως ηλικίας καθώς ,λόγω της ηλικίας τους, έχουν εξασθενημένο οργανισμό, συνήθως επιβαρυνμένο και με άλλες σοβαρές παθήσεις. Αυτή είναι η είδηση (όλα τα υπόλοιπα που ακούγονταν έμοιαζαν σκόρπιες, αντιφατικές λέξεις που ταξιδεύουν με τον αέρα, σαν τα μπόγκο επικοινωνίας στη ζούγκλα των Μασσάι)

Ας πάρουμε μια ιδέα από τον συρφετό των ανάκατων πληροφοριών:

-Άκουσα από τους μεγάλους ότι έρχεται γρήγορα.

-Ήρθε, άκουσα εγώ.

-Ήταν εδώ από καιρό και τώρα τον καταλάβανε, γιατί εξαπλώνεται παντού ανεξέλεγκτα.

-Ανεξέλεγκτα;

-Ναι, αλλά όχι. Ανεξέλεγκτα, όπως λέμε χωρίς να μπορεί οποιοσδήποτε να το ελέγξει, να κοντρολάρει τη διάδοση, να περιορίσει τα κρούσματα, σαν τον σίφωνα.

-Τον θερμοσίφωνα;

-Όχι, αλλά ναι. Σίφονας όπως λέμε ορμητικός, χωρίς να μπορεί οποιοσδήποτε να πει σε ποιον πάει, με ποιον τρόπο, από ποιον έρχεται, υπάρχουν και τόσοι συμπτωματικοί. Γι' αυτό πρέπει όλοι να φοράμε μάσκα.

-Κάσκα;

-Ναι, αλλά όχι. Μάσκα που κρύβει το πρόσωπο, όχι όλο, μόνο το στόμα, όχι μόνο το στόμα, τη μύτη καλύτερα, χειρουργική, υφασμάτινη, χάρτινη, ευφάνταστη, να μην την ακουμπάς, να τη στηρίζεις με τα λαστιχάκια που τυλίγονται πίσω από τα' αυτιά σαν τα φίδια. Πολλά φίδια. Πολλές λέξεις για τον κορωνοϊό.

-Κορωνοϊό.

-Νοϊό.

-Ναιό.

-Νο.

-Να.

-Ο.

-Α.

Όταν οι λέξεις αποκτούν μόνο φωνήεντα, γίνονται φωνές που φωνάζουν, τα γράμματα μεταμορφώνονται σε πέτρες που πετάει ο ένας στο κεφάλι του άλλου.



Ένα τέτοιο εμπόλεμο σκηνικό θα ταίριαζε σε ένα Συμβούλιο Μεγάλων, ενώ στη φυλή των μικρών φίλων, όταν οι ήχοι γίνονται ένα μεταλλικό σύννεφο που αιωρείται απειλητικό πάνω από τα κεφαλάκια τους και οι βροντές γίνονται πιο βροντερές κι από το όνομά τους, καταλαβαίνουν πως ΠΡΕΠΕΙ να αφήσουν την οχλοβοή να καταλαγιάσει τη σκόνη της, ώστε να ακούνε την ίδια τους τη σκέψη και να συγκεντρωθούν στα σημαντικά.

Τι ακούγονταν σημαντικό από όλες τις λέξεις τις σχετικές με τον κορωνοϊό: ότι προκαλεί αυτό, εκείνο, ετούτο, το άλλο και στο τέλος τον **θάνατο** !!!!!

Σε αυτό το τέλος τελείωσε και το Συμβούλιο

Του φαφουτόπαιδου του' πεσε το κόκαλό του, ο σφαλιαριστής αδυνατούσε να συνεχίσει τις σφαλιάρες, η αναρριχήτρια άρχισε να ζωγραφίζει το κενό, έδυσε η πρωινή ηλιαχτίδα, ο

καλόκαρδοαδύνατος δεν ήθελε πια να μάθει τίποτ' άλλο. Η καλύτερη της φυλής, η Δενξερωποιαείμαι, εξακολουθούσε να κοιτάζει με ένα αμήχανο χαμόγελο όλους όσους μέχρι εκείνη τη στιγμή νόμιζαν πως ήξεραν ποιοι ήταν...

-Τώρα που ακούσαμε τις φήμες, τις διαδόσεις, τις απόψεις, τις λέξεις που φυσάνε από παντού ,τι κάνουμε;

-Ας μάθουμε κάτι πιο σίγουρο κι εξακριβωμένο.

-Από ποιον;

-Από τις φυλές των ανθρώπων γύρω μας.

Έτσι οι Δεμασσάι αποφάσισαν να οργανώσουν μια διερευνητική αποστολή στις άλλες φυλές. Γεμάτη η γη από ανθρώπους, γεμάτη η ζούγκλα από φίδια (κάποιες στιγμές δυσκολεύομαι τόσο να τα ξεχωρίσω).



Με τα πολλά και τα λίγα έφτασαν στην άλλη πλευρά της ζούγκλας, όπου κατοικούσε η φυλή των **Όλαταμασσάι**. Χαρακτηριστικό τους είναι ότι ,όταν μια φήμη την πιστεύει ένας, τότε την πιστεύουν όλοι. Από εκείνη τη στιγμή κινούνται όλοι μαζί, προς την ίδια

κατεύθυνση, με τις ίδιες κινήσεις. Θυμάμαι την τελευταία φορά που τους είχαν επισκεφτεί ήταν τότε που οι ήχοι της ζούγκλας έλεγαν πως θα πέσει ένας τεράστιος κομήτης στη γη. Ήταν όλοι μαζεμένοι στην άκρη του γκρεμού, κοιτάζοντας ώρες και ώρες τον ουρανό. Πόδι αν γλίστραγε στον γκρεμό, χέρι δε θα βρισκόταν να το συγκρατήσει. Μάταια προσπαθούσε η φυλή των φίλων να τους εξηγήσει ότι δεν πρέπει να πιστεύουν σε ό,τι ακούνε και κανείς να μην αμφιβάλλει για τίποτα. Έτσι μπήκαν, έτσι βγήκαν, στα σπίτια ψυχή, τόπος πραγματικά ακατοίκητος.

Με τα λίγα και τα πολλά έφτασαν στην άλλη πλευρά της ζούγκλας, όπου κατοικούσε η φυλή των **Μασσάσιδερα**. Χαρακτηριστικό τους είναι ότι, όταν ακούνε κάτι δεν το πιστεύουν με τίποτα. Υποψιάζονται ότι διάφορα κέντρα συνωμοτούν διαρκώς εναντίον τους, ότι όλοι πάνε να τους ξεγελάσουν και να τους παγιδέψουν. Είναι εκ των προτέρων αγριεμένοι, όταν δεν έχουν με ποιον να τα βάλουν, υποψιάζονται ο ένας τον άλλον, υποψιάζονται τον εαυτό τους ακόμα. Θυμάμαι την τελευταία φορά που τους είχαν επισκεφτεί ήταν τότε που οι ήχοι της ζούγκλας έλεγαν ότι θα πέσει ένας τεράστιος κομήτης στη γη. Είχαν μαζευτεί στην άκρη του γκρεμού και κοιτάζοντας τον ουρανό έριχναν για ώρες πέτρες απλές, πέτρες λασπωμένες, βέλη απλά, βέλη δηλητηριασμένα, πέταγαν αιχμές και φαρμακερά υπονοούμενα, πιο φαρμακερά κι από τα φίδια. Πολλά φίδια. Πόδι αν γλίστραγε στον γκρεμό, κλωτσιά θα έτρωγε να πέσει μίαν ώρα αρχύτερα. Έφυγε λοιπόν η φυλή των φίλων γρήγορα, πριν να εκτοξεύσουν και εναντίον τους λέξεις κοφτερές και η γλώσσα τους τους τσακίσει κάνα κοκαλάκι.

Περπάτησαν πολύ (χωρίς ποδήλατο κουράζεσαι γρήγορα). Το Κοκαλοφαφουτόπαιδο βαρέθηκε να περιφέρει από δω κι από κει το κόκαλό του και το βρόντηξε καταγής. Όλοι σταμάτησαν.

-Τι κάνουμε τώρα; τους γαργάλισε η Πρωινήλιαχτίδα με την ερώτησή της.

-Έχει πουθενά να σκαρφαλώσουμε; πρότεινε η Αναρριχητριαζωγραφος, καθώς ξεχάστηκε και προς στιγμήν νόμιζε ότι ζούσαν στην παλιά τους, την προ κοινωνιού ζωή.

-Έχει ένα πρόβλημα να ξεπεράσουμε, ενδιαφέρεσαι; της έριξε τη σφαλιάρα του ο Αδυνατοσφαλιαριστής.

-Όμως για να τα καταφέρουμε πρέπει να στηριχθούμε στις δυνάμεις όλων μας. Μην το βάζετε κάτω! Ακούω ιδέες μικροί Δεμασσάι, ενθουσιάστηκε ο Καλοκαρδοαδύνατος που είχε μάθει πως σε κρίσιμες περιστάσεις πρέπει όλοι να είναι ενωμένοι.

- Οι Δεμασσάι ποτέ δε μένουν άπραγοι!
- Οι Δεμασσάι ποτέ δεν εγκαταλείπουν!
- Οι Δεμασσάι ποτέ δεν υποχωρούν ούτε μπροστά στο άγνωστο!
- Οι Δεμασσάι ποτέ δεν εγκλωβίζονται στη μέση της ζούγκλας!
- Οι Δεμασσάι κυνηγάνε και δεν τους κυνηγάνε!

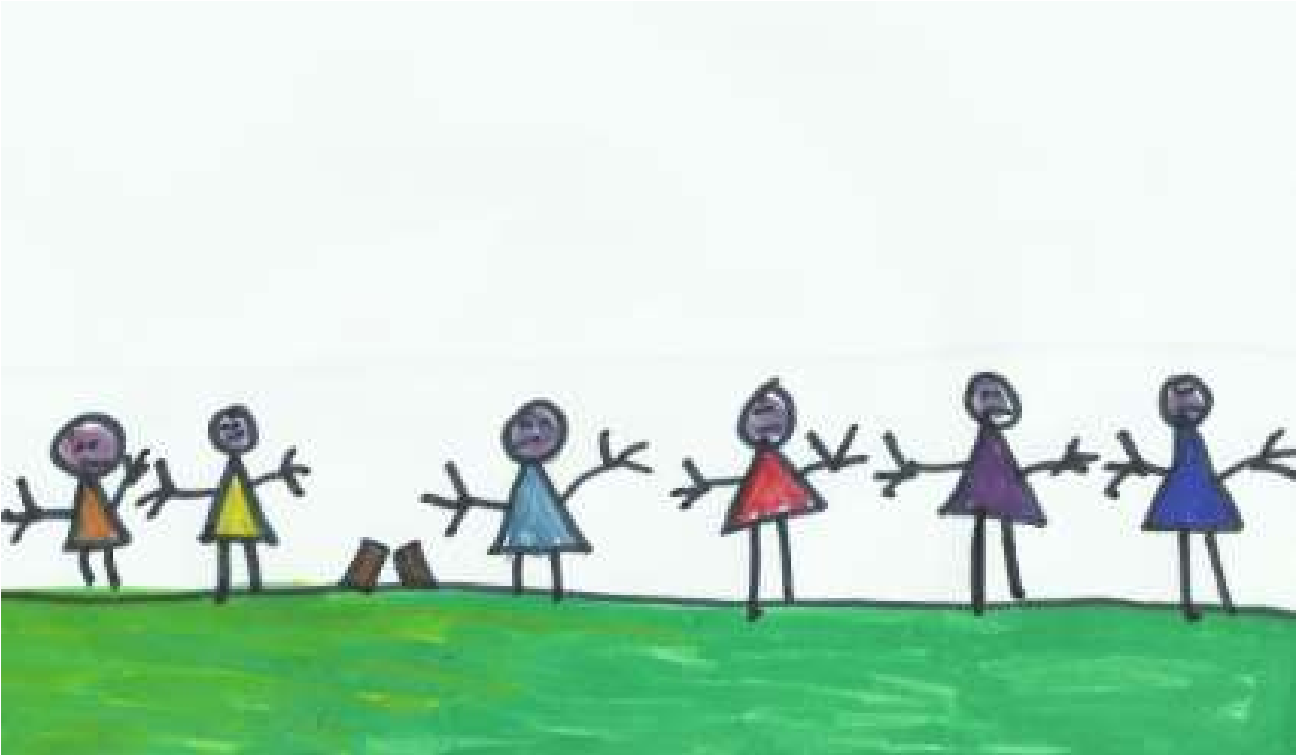
Αυτό το τελευταίο ακούστηκε τόσο πραγματικό που ακόμα και η Δεν ξέρω ποια είμαι ανακάλυψε τον κρυμμένο σαν θησαυρό Δεμασσάι εαυτό της.

- Να πάρουμε ένα πριόνι.
- Να κόψουμε ξύλα.
- Να ανάψουμε φωτιά.
- Να φτιάξουμε καλύβες.
- Να βρούμε νερό.
- Να μαζέψουμε φρούτα.
- Να πιάσουμε ζώα.
- Να εντοπίσουμε τα φίδια. Πολλά φίδια.

Οκτώ προτάσεις μπόρεσα να αρπάξω και να συγκρατήσω στις σημειώσεις μου από τη βροχή τα σχέδια, τις σκέψεις, τις ιδέες για μια δύσκολη επιβίωση σε μια φανταστική περιπέτεια σε μια παιδική ζούγκλα. Αυτοί είναι οι Δεμασσάι. Κανένας πανικός, κανένας φόβος.

Ελάτε τώρα!!! Τι νομίζατε, ότι μια παρέα μικρών παιδιών θα διατύπωναν προτάσεις για την αντιμετώπιση του κορωνοϊού;

Όχι, αλλά ναι. Μέσα από το παιχνίδι τους ανάμεσα στη ζούγκλα μιας μακρινής φυλής, τη ζούγκλα της ζωής σε μια πόλη, τη ζούγκλα των νέων δεδομένων το κορωνοϊού, τη ζούγκλα της παραπληροφόρησης κατόρθωσαν να ακούσουν τη σκέψη τους, να ανακαλύψουν τον κρυμμένο σαν θησαυρό εαυτό τους και τελικά να πιαστούν από ένα χειροποίητο χορταρένιο σκοινί, από μια γραμμή, από μια σειρά που ,αν ενώνονταν με άλλες, θα δημιουργούσαν μια επιστολή με παραλήπτη το μέλλον.



Ας διαβάσουμε την επιστολή τους

«Αγαπητοί Μεγάλοι όλων των φυλών του κόσμου.

Σας παρακαλούμε να μην αφαιρέσετε με τα δικά σας σημαντικά και να μην αφαιρείτε από εμάς τα παιδιά τη δυνατότητα να σας δώσουμε σημαντικά μαθήματα για τη ζωή. Ύστερα από ένα σύντομο ταξίδι στον τόπο των Μεγάλων καταλάβαμε ότι το μεγαλύτερο πρόβλημα δεν είναι το ίδιο το πρόβλημα, αλλά ο φόβος με τον οποίο το αντιμετωπίζουμε και η συμπεριφορά που διαμορφώνουμε εξαιτίας όλων αυτών που ακούμε.



Τι είναι φόβος;

Είναι ένας καπνός χωρίς σώμα, χωρίς ουσία.

Είναι μια οσμή, κακοσμία που μπαίνει σε όλες τις μύτες, με μάσκα ή χωρίς.

Ο φόβος δεν αλλάζει την πραγματικότητα.

Ο ήλιος είναι ήλιος. Η καταιγίδα είναι καταιγίδα. Η ώριμη μπανάνα είναι γλυκιά. Ο νυχτερινός άνεμος παγωμένος. Η δυσκολία ενός βουνού παραμένει δύσκολη με ή χωρίς φόβο.

Ο φόβος είναι το πιπέρι. Η πραγματικότητα είναι το φαγητό. Αν πασπαλίσεις το φαγητό με πιπέρι, τότε καίγεσαι πιο πολύ. **Αυτά!!!!!!!!!!!!!!»**

Στο τέλος έβαλαν όλα τα μέλη της φυλής των φίλων τις παιδικές υπογραφές τους μ' ένα ίχνος αισιοδοξίας, μια ματιά φαντασίας, ένα φιλί χρωματιστό, μια δαχτυλιά γλυκάδας, μια μουντζούρα χαμόγελου και μια γρατσουνιά ευτυχίας.



Αυτά. Θα τα διάβαζε κανείς στην επιστολή των Δεμασσάι, αν γραφόταν μια τέτοια επιστολή, αν υπήρχε μια τέτοια φυλή.

Κι αν, ίσως, υπάρχει; Κι αν, ίσως ζει μέσα στα παιδιά μας, στα παιδιά όλου του κόσμου, τα οποία έχουν άλλωστε το δικό τους αξιοθαύμαστο τρόπο να αντιμετωπίζουν την αλήθεια; Ποιος όμως ασχολείται με κρυμμένες σαν θησαυρός φυλές της καθημερινότητας; Θα χρειαζόταν ένας ατρόμητος εξερευνητής, ένας φυσιοδίφης..

-Φυσιοφίδης;

-Όχι αλλά ναι, να μελετάει τα φίδια και να ξεχωρίζει τα πονηρά από τα λούτρινα.

Όπως έλεγα.. ένας φωτορεπόρτερ ενός ξένου περιοδικού σε ειδική αποστολή να ιχνηλατήσει λίγες στιγμές από τη ζωή εκείνων που Δεμασσάι από φήμες και συνομωσίες, που Δεμασσάι από την αβεβαιότητα και τον φόβο που προκαλούν, των Δεμασσάι τα λόγια της αλήθειας(της πιο αληθινής αλήθειας που γνώρισαν οι άνθρωποι).

Αυτός ο εξερευνητής, ίσως, υπάρχει κι αφού μεγαλώσει αρκετά **«μέχρι να μάθει να σκέφτεται σαν τα παιδιά»**, ίσως, ζωγραφίσει ένα παραμύθι για την αντιμετώπιση των

συναισθημάτων των παιδιών εν μέσω της πανδημίας του κορωνοϊού, ίσως, πάρει το όνομα Παιδοκαρδιοαναγνώστης και, ίσως, αποφασίσει να ζήσει στον κόσμο τους ακόμα κι όταν το Κοκαλοφαφουτοπαιδο, ο Αδυνατοσφαλιαριστής, η Αναρριχήτριαζωγράφος, η Πρωινηλιαχτίδα, ο Καλοκαρδοαδύνατος μαθητής και η Δενξερωποιαειμαι μεγαλώσουν και διαλέξουν μια άλλη ζούγκλα για να περάσουν τις περιπέτειες της ζωής τους.

Λοιπόν, από μένα..

Αντίο μέχρι για πάντα..



Βαρταμτζίδου Μαρία

Η Βαρταμτζίδου Μαρία γεννήθηκε στη Θεσσαλονίκη το 1966. Σπούδασε στο Παιδαγωγικό Τμήμα Νηπιαγωγών ΑΠΘ κι αφού εργάστηκε επί σειρά ετών σε διάφορους αγαπημένους τόπους ανά την Ελλάδα, ζει κι εργάζεται εδώ κι αρκετά χρόνια πλέον στη γενέτειρά της που λατρεύει. Αγαπά την φύση, τη λογοτεχνία και την φωτογραφία. Ποιήματά της έχουν βραβευτεί σε λογοτεχνικούς διαγωνισμούς των *ΚΑΦΕΝΕΙΟ ΤΩΝ ΙΔΕΩΝ* (Σικελιανά)2019, *121 WORDS*(2019), *E.A.B..E* (2020), *E.Π.Ο.Κ.* (2020), *ΠΝΟΕΣ ΛΟΓΟΥ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΣ* (2020), *ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΕΝΤΥΠΟΙΣ* (2020). Έχει συμμετάσχει με λογοτεχνικά έργα της στις ομαδικές ποιητικές συλλογές *Το κρυφό σημειωματάριο των ποιητών/3*, *Πνοές του έρωτα/3*, *Με τον άνεμο και τον στίχο* των εκδ. *Πνοές Λόγου και Τέχνης*(2020), *Εγκυκλοπαίδεια Σύγχρονων Ελλήνων Λογοτεχνών* εκδ. *Κέφαλος*, *Κυπριακή Φιλολογική Πρωτοχρονιά* (2019) και *Νέα Φιλολογική Πρωτοχρονιά* (2020). Σε έντυπα και όχι μόνο λογοτεχνικά περιοδικά κι εφημερίδες, σε *Λογοτεχνικά Φύλλα της Υπερρεαλιστικής ομάδας Θεσσαλονίκης*, διαδικτυακά ραδιόφωνα όπως *Witradio*, *Ραδιόφωνο Λογοτεχνικό Βήμα* καθώς και σε ιστολόγια άλλων λογοτεχνών όπως *dimitriosgogas.blogspot.com*. Επίσης έχουν δημοσιευτεί μαζί με φωτογραφίες της σε ιστοσελίδες λογοτεχνικού περιεχομένου όπως *Περί Ου*, *tonivlio.net*, *Λόγω γραφής*, *Θεματοφύλακες Λόγω Τεχνών* Αναρτά κατά καιρούς κάποια από αυτά καθώς και καρπούς της ερασιτεχνικής ενασχόλησής της με τη λήψη φωτογραφιών και στα προσωπικά της ιστολόγια *metonlemma.blogspot.com*, *edopaizo.blogspot.com*

Αν μου επιτρέπεις

Αυτός ο ψηλός νεαρός με τα μελιά μάτια και τα μούσια ολόγυρα στο γλυκό πρόσωπό του που ερχόταν από το βάθος του δρόμου, με γνώριζε από μωρό. Όταν ήρθε στο νηπιαγωγείο ως μαθητής ήταν ένα νήπιο χαρούμενο και ζωηρό που πάντα έμπαινε με χαμόγελο στην τάξη. «Κυρία σ' αγαπώ!» μου έλεγε τρέχοντας στην αγκαλιά μου από την πρώτη μέρα, σφίγγοντας γερά τα χεράκια του γύρω από το λαιμό μου. Όμορφες στιγμές ... Μαζί γελάσαμε, παίξαμε, τον παρηγόρησα, με παρηγόρησε, ζήσαμε. Μαζί. Δεν χάσαμε ποτέ όμως την επαφή μας και στα επόμενα χρόνια, μιας και το σπίτι του βρισκόταν πολύ κοντά στο νηπιαγωγείο που ακόμη και τώρα εργάζομαι.

Και τώρα περπατούσε με γοργό βήμα, κατευθυνόμενος προς το μέρος μου, καθώς έστεκα στην είσοδο του άδειου σχολείου όπου βγήκα για να πάρω λίγο καθαρό αέρα. Ήμουν σε υπηρεσία ασφαλείας εν καιρώ κορονοϊού, και ήδη είχε περάσει ένα δίωρο μοναξιάς. Μέχρι τη στιγμή εκείνη που τον είδα και τον χαιρέτησα με υψωμένο χέρι, χαμογελώντας πλατιά. Με χαιρέτησε κι εκείνος κι επιτάχυνε το βήμα του για να έρθει κοντά μου. Και τώρα τί θα γίνει αναρωτήθηκα, θα τρέξει πάλι να πέσει στην αγκαλιά μου ή καλύτερα μάλλον να με βάλει στη δική του, αφού τώρα πια ήμουν μισή μπροστά του ή θα σταματήσει στα πρόποντα δυο μέτρα για να μου μιλήσει; Κι αν δε σταματήσει αυτός θα πρέπει εγώ να του υπενθυμίσω την αναγκαιότητα της κατάστασης; Και πώς να το κάνω, αφού αμφιταλαντεύομαι ακόμη ανάμεσα στο τί πρέπει να επικρατήσει: η σπουδαιότητα των καθιερωμένων συμπεριφορών ή η αναγκαιότητα των αλλαγών τους που μας προέκυψαν τούτη την άνοιξη;

- Κυρίααα, έρχομαι, φώναξε και ολοένα και πλησίαζε.

- Έλα Νικολή μου, έλα του απάντησα. Πρέπει γρήγορα να αποφασίσω τί θα κάνω σκέφτηκα ταραγμένη. Είχε φτάσει στα δυο μέτρα όταν σταμάτησε ξαφνικά και με κοίταξε με διερευνητικό βλέμμα. Πάντα μπορούσε να διαβάσει τα μάτια μου αυτό το παιδί! Και τώρα σίγουρα διάβασε την ταραχή, την αμφιταλάντευση, τον δισταγμό μου. Θα τον φρέναρε σίγουρα και το γεγονός πως δεν είχα ανοίξει διάπλατα τα χέρια μου για να τον δεχτώ...

- Κυρία το ήξερα πως θα 'σαι εδώ και ήρθα να σε δω, να τα πούμε λιγάκι - ήταν ολοφάνερο πως για κάποιον λόγο ήταν αναστατωμένος - και να σ' αγκαλιάσω ...αν μου επιτρέπεις... «Αν μου επιτρέπεις». Ο λόγος του σαν ξυράφι πλήγωσε τ' αυτιά μου. Και όχι μόνο αυτά. Θεέ μου, που φτάσαμε!

Σ' αυτό το παιδί όπως και σε όλα αυτά που έζησα μαζί τους τόσα χρόνια, προσπάθησα να διδάξω έμπρακτα πως η αγκαλιά έχει τέτοια δυναμική ώστε μιλά χωρίς λόγια, εξουδετερώνει το άγχος, την απογοήτευση, τον φόβο, στηρίζει τα αγαπημένα πρόσωπα στις δύσκολες στιγμές τους, γιατρεύει πληγές, επισφραγίζει και μεγεθύνει την χαρά. Είναι το καταφύγιο στο δάκρυ, η αγαλλίαση στο γέλιο μας.

Και τώρα τί; Θα του προτείνω τον αγκώνα για χαιρετισμό; Πρέπει να του πω πως θα τον στηρίξω με το βλέμμα και όχι με το χάδι μου, αν και τόσες φορές είχε πει κατά καιρούς, -χαμογελώντας και δακρύζοντας ταυτοχρόνως- πως είναι κατάπλασμα στις δυσκολίες του; Να του πω, πως επειδή νοιάζομαι θα τον κρατήσω σε απόσταση, πως επειδή τον αγαπώ δε θα τον αγκαλιάσω; Τούτη την ώρα πρέπει να ανατρέψω μπροστά του, όλα όσα με θέρμη θέλησα να του εμφυσήσω ;

Αλλάζουν οι εποχές, αυτό είναι σίγουρο. Η διατήρηση της σωματικής υγείας όλων, στις μέρες που ζούμε επιτάσσει πια την τήρηση νέων κανόνων συμπεριφοράς. Τέτοιων όμως που κάποιες φορές διαταράσσουν την ψυχική υγεία. Σώμα και ψυχή σε νέες δοκιμασίες εν έτη 2020! ...

Καλή δύναμη να έχουμε όλοι μας.

Βούλγαρη Φωτεινή

Ένα παραμύθι για παιδιά και όχι μόνο...

Κόκκινη κλωστή δεμένη, στην ανέμη τυλιγμένη, δώστης κλώτσο να γυρίσει, παραμύθι ν' αρχινήσει...

Μια φορά κι έναν καιρό, εκεί μέσα στο μεγάλο δάσος, υπήρχε μια μικρή πολιτεία. Μια όμορφη πολιτεία γεμάτη από μικρά χρωματιστά σπιτάκια, με όμορφους κήπους γεμάτους λουλούδια, όμορφους δρόμους και πλατείες, που μέσα σ αυτές έπαιζαν τα παιδιά... και τα γέλια κι οι φωνές τους αντηχούσαν σ όλο το δάσος. Οι άνθρωποι ήταν ευτυχισμένοι σ αυτήν την πολιτεία. Όλοι ξυπνούσαν το πρωί μ' ένα χαμόγελο, πήγαιναν ο καθένας στην δουλειά του, κι ύστερα το βράδυ που γυρνούσαν στα σπίτια τους μαζεύονταν σε μεγάλες παρέες και διασκέδαζαν τρώγοντας, πίνοντας και χορεύοντας, Πόσο όμορφη ήταν η ζωή σ αυτήν την μικρή πολιτεία....

Όσπου κάποια μέρα ξαφνικά ήρθε ένας άνθρωπος από μακριά και τους έφερε ένα κακό νέο. Μαζεύτηκαν όλοι στην αγορά της πόλης κι ο ξένος άρχισε να τους μιλά. Τους είπε ότι έρχονταν από πολύ πολύ μακριά, πως είχε περάσει από πολλές χώρες και χωριά και πως αυτά που είδε κι έζησε ήταν άσχημα νέα. Ένας κακός βασιλιάς με μια μεγάλη μαύρη κορώνα στο κεφάλι, σκέφθηκε να κατακτήσει όλον τον κόσμο. Έφτιαξε λοιπόν έναν στρατό από κάτι μικρά, τόσο δα κατάμαυρα στρατιωτάκια, που δεν είχαν ούτε μάτια, ούτε στόμα, ούτε μύτη αλλά είχαν ένα μεγάλο κεντρί, γεμάτο με ένα απαίσιο μαύρο υγρό και όποιον ακουμπούσαν αφήναν επάνω του αυτό το υγρό. Κι έτσι ο άνθρωπος αυτός πονούσε πολύ, καιγόταν στον πυρετό, δεν μπορούσε να αναπνεύσει και στο τέλος αβοήθητος πέθαινε. Τρόμαξαν τόσο πολύ όλοι όσοι άκουσαν τον ξένο κι αυτά που τους έλεγε. Χωρίς να μιλούν, τρομαγμένοι, έτρεξαν γρήγορα στο σπίτι του ο καθένας να φέρει τα άσχημα νέα στην οικογένεια του. Ύστερα κάθε οικογένεια έτρεξε στα χωράφια της, μάζεψαν τα ζώα τους που έβοσκαν στους αγρούς και τα έκλεισαν στους μεγάλους στάβλους τους.

Μάζεψαν σανό και τροφές να τα ταΐσουν, έκοψαν από τα περιβόλια τους όσα λαχανικά μπορούσαν και γέμισαν τις αποθήκες τους. Κι όταν τελείωσαν, μαζευτήκαν

ξανά όλοι οι άντρες στην μεγάλη πλατεία και περίμεναν τον άρχοντα της πολιτείας να τους μιλήσει. Κι ο άρχοντας ήρθε. Είχε φέρει μαζί του και όλους τους στρατηγούς. Όλους εκείνους που ήξεραν καλά από πόλεμο, εκείνους που είχαν αντιμετωπίσει τόσους και τόσους εχθρούς στο παρελθόν και πολεμώντας γενναία μαζί τους και νικώντας τους, είχαν σώσει αυτήν την μικρή πολιτεία.

Πρώτα μίλησε ο άρχοντας...

- Καλοί μου άνθρωποι, έμαθα τα νέα και είναι άσχημα. Όμως πολλές φορές στο παρελθόν έχουμε αντιμετωπίσει ένα σωρό εχθρούς. Έχουμε πολεμήσει εναντίον τους και πάντα βγήκαμε νικητές. Και καταφέραμε να κάνουμε την πόλη μας, την πιο όμορφη, την πιο ευτυχισμένη πόλη του κόσμου. Γι' αυτό και αυτή την φορά μην φοβάστε. Θα τον αντιμετωπίσουμε και αυτόν τον εχθρό. Και ενωμένοι όπως πάντα, θα νικήσουμε πάλι.

- Μα πως άρχοντα μας? Αυτός ο εχθρός όπως λένε έχει πολλούς, αμέτρητους στρατιώτες. Κι έχουν πολλά όπλα. Κι είναι και πολύ σκληροί μαχητές. Ενώ εμείς ούτε πολλά όπλα έχουμε, ούτε ασπίδες, ούτε πανοπλίες, ούτε τίποτε.

- Έχουμε πολλά, φώναξε ένας στρατηγός. Και κυρίως ξέρουμε τον τρόπο να αντιμετωπίσουμε αυτόν τον εχθρό.

- Πως? Πες μας στρατηγέ, πως?

- Λοιπόν ακούστε με. Οι στρατιώτες αυτού του κακού βασιλιά, για να επιβιώσουν και να νικήσουν πρέπει να βρουν ανθρώπους, να τους ακουμπήσουν και να ρίξουν επάνω τους αυτό το δηλητήριο που έχουν στο κεντρί τους. Αλλιώς αυτό το δηλητήριο θα μείνει μέσα τους, θα τους δηλητηριάσει και θα πεθάνουν.

- Καταλάβετε λοιπόν τι πρέπει να κάνουμε?

- Πες μας στρατηγέ...

- Μόλις μάθουμε ότι πλησιάζει ο εχθρός, τότε όλοι, όλοι μας όμως, θα κλειστούμε μέσα στα σπίτια μας. Θα αμπαρώσουμε πόρτες και παράθυρα και κανέναν, κανέναν όμως δεν θα βγει έξω. Έτσι οι στρατιώτες του θα ψάχνουν να βρουν κάποιον να δηλητηριάσουν και αφού δεν θα βρουν κανέναν, ένας ένας τους, θα πεθαίνει από το ίδιο του το δηλητήριο. Κι όταν πεθάνει και ο τελευταίος, ο κακός βασιλιάς θα καταλάβει πως εμείς είμαστε ανίκητοι. Κι έτσι θα φύγει μακριά από την πόλη μας.

- Μα καλά στρατηγέ μου είναι δυνατόν να μείνουμε κλεισμένοι στα σπίτια

μας τόσο καιρό? Τα χωράφια μας θα θέλουν πότισμα, αλλιώς θα ξεραθούν. Τα ζώα μας θα θέλουν φρέσκο χορτάρι να φάνε. Τα παιδιά μας θα πρέπει να πάνε στο σχολείο και οι γυναίκες θα πρέπει να πάνε στο ποτάμι να πλύνουν τα ασπρόρουχα.

- Τίποτε απ' αυτά δεν θα γίνει αν θέλουμε να κερδίσουμε αυτόν τον εχθρό. Είναι ο μόνος τρόπος. Τρέξτε λοιπόν όλοι να κλειστείτε στα σπίτια σας. Προστατεύστε τις οικογένειες σας. Και πιστέψτε με ... το κακό θα περάσει.

Έφυγαν όλοι λοιπόν για τα σπίτια τους. Πολλοί πείστηκαν ότι ο μόνος τρόπος να αντιμετωπίσουν τον εχθρό ήταν αυτός. Ναι, έτσι έπρεπε να κάνουν, Μάζεψαν την οικογένεια τους, κλείστηκαν στα σπίτια τους και υπομονετικά περίμεναν...

Κάποιοι άλλοι όμως, δεν πίστεψαν τον στρατηγό.

- Μα τι είναι αυτά που λέει; Να κλειστούμε μέσα και να αφήσουμε τον εχθρό να αλωνίζει στον τόπο μας; Θα βγούμε έξω με ότι όπλα έχουμε και θα τον αντιμετωπίσουμε.

Και πράγματι έτσι έκαναν. Όταν ο εχθρός ήρθε στην πόλη, όλοι οι δρόμοι ξαφνικά γέμισαν μ' αυτά τα απαίσια μαύρα ανθρωπάκια... τα τόσο άσχημα και γλοιώδη μαύρα ανθρωπάκια που έψαχναν απεγνωσμένα να βρουν κάποιον άνθρωπο και ν' αδειάσουν πάνω του το κεντρί τους. Έτρεχαν με απίστευτη ταχύτητα, γεμίζοντας δρόμους και πλατείες της μικρής μας πόλης. Και ξαφνικά, έπεσαν επάνω σ' αυτούς που δεν πίστεψαν στον στρατηγό και είχαν πάει για δουλειά στα χωράφια τους. Έπεσαν με λύσσα πάνω τους, άδειασαν το κεντρί τους και ένοιωσαν μια μοναδική ευχαρίστηση που είχαν πετύχει το σκοπό τους.

Κι αυτοί οι άμοιροι έπεσαν ο ένας μετά τον άλλον στο χώμα, ουρλιάζοντας από τους πόνους, χωρίς να μπορούν να πάρουν ανάσα... και σιγά σιγά βασανιστικά, ένας ένας πέθαινε. Τρομαγμένοι οι άνθρωποι που πίστεψαν τον στρατηγό και κλείστηκαν σπίτι τους κοιτούσαν κλεφτά από τα παράθυρά τους τι γινόταν έξω.

Και πίστεψαν τώρα πολύ περισσότερο τον στρατηγό. Έβλεπαν τα μαύρα στρατιωτάκια σαν λυσσασμένα να γυρνούν γύρω γύρω, να ψάχνουν και γι' άλλους ανθρώπους, άλλα παιδιά, άλλες γυναίκες. Κι αφού πέρασαν πολλές μέρες και δεν είχαν βρει κανέναν, άρχισαν σιγά σιγά να δηλητηριάζονται από το ίδιο τους το δηλητήριο και να πέφτουν ένας ένας νεκρός στο χώμα. Το χώμα της μικρής μας πόλης είχε γίνει μαύρο από τα πεθαμένα στρατιωτάκια και κάποια στιγμή ο κακός βασιλιάς

με την μεγάλη μαύρη κορώνα, μάζεψε όσα στρατιωτάκια είχαν απομείνει ζωντανά κι άρχισε την υποχώρηση. Άρχισε να φεύγει μακριά, να βρει άλλες πολιτείες να κατακτήσει. Όταν λοιπόν έφυγε, τότε οι άνθρωποι άρχισαν δειλά δειλά να ανοίγουν τις πόρτες και τα παράθυρα τους και να βγαίνουν στους δρόμους. Εδώ κι εκεί σκορπισμένα τα νεκρά μαύρα στρατιωτάκια.

Ένας έπεσε πάνω σ' αυτά παραπατώντας και κατά λάθος ακούμπησε στο κεντρί του. Τότε όσο δηλητήριο είχε απομείνει εκεί τον ακούμπησε κι ο άνθρωπος άρχισε να βογκάει από τον πόνο, να κόβεται η ανάσα του κι έπεσε κι εκείνος νεκρός δίπλα στα απαίσια στρατιωτάκια.

Με μεγάλη προσοχή λοιπόν μαζεύτηκαν πάλι όλοι οι άνδρες στην πλατεία της πόλης, ευχαρίστησαν τον στρατηγό που με το σχέδιο του τους έσωσε την ζωή και τον ρώτησαν τι να κάνουν για να πετάξουν μακριά από την πόλη τους αυτά τα νεκρά στρατιωτάκια.

- Λοιπόν, ακούστε με, είπε ο στρατηγός. Ο κακός βασιλιάς με την μαύρη κορώνα έφυγε και δεν πρόκειται ποτέ να ξαναγυρίσει. Αλλά ακόμα είναι κοντά μας αυτοί οι απαίσιοι στρατιώτες του, που και νεκροί ακόμα μπορούν να μας κάνουν κακό. Γι' αυτό θέλω να ζητήσω απ όλους σας να με ακούσετε προσεκτικά. Θα φορέσετε όλοι γάντια, αυτά που φοράτε όταν δουλεύετε στα κτήματα και θα δέσετε γύρω από την μύτη και το στόμα σας ένα χονδρό πανί.

- Με μεγάλη προσοχή θα πλησιάζετε τα νεκρά στρατιωτάκια κι αφού βεβαιωθείτε ότι δεν έχουν πια δηλητήριο, τότε προσεκτικά θα τα βάζετε στα μεγάλα καρότσια κι αφού μαζέψετε πολλά απ' αυτά θα πηγαίνετε να τα πετάτε σ αυτήν την μεγάλη χαράδρα στην άκρη της πόλης μας. Αφού τα μαζέψουμε όλα τότε θα βάλουμε μια μεγάλη φωτιά να τα κάψουμε κι έτσι όλα θα είναι πάλι όπως παλιά.

Είχαν όλοι πεισθεί πια για το σχέδιο του στρατηγού, έτρεξαν λοιπόν φόρεσαν γάντια και σκέπασαν το πρόσωπο τους με χονδρά πανιά, για να γλυτώσουν από την απαίσια μυρωδιά αυτών των νεκρών στρατιωτών και με μεγάλη προσοχή μάζευαν τα πτώματα από τους δρόμους. Πέρασαν μέρες πολλές και μάζευαν, μάζευαν και πήγαιναν και τα πετούσαν στην μεγάλη χαράδρα. Προσέχοντας πολύ μην ακουμπήσουν πουθενά, σε κανένα σημείο που αυτά τα απαίσια στρατιωτάκια είχαν αφήσει το δηλητήριο τους. Όταν λοιπόν καθάρισαν για τα καλά τους δρόμους της

πόλης, όταν έπλυναν τα σοκάκια και τους τοίχους των σπιτιών τους, τότε άνοιξαν πόρτες και παράθυρα.

Μαζεύτηκαν όλοι μαζί, πήγαν στην μεγάλη χαράδρα κι αφού πέταξαν μέσα εκεί γάντια και πανιά, έβαλαν μια μεγάλη φωτιά που έφτανε ως τον ουρανό. Όλα είχαν τελειώσει. Ο εχθρός είχε φύγει για τα καλά απ' την πόλη τους. Και τίποτε πια δεν απειλούσε την ζωή τους και την ζωή των παιδιών τους. Το γέλιο και η χαρά γύρισε στην μικρή πολιτεία. Οι δρόμοι γέμισαν πάλι από χαρούμενα παιδιά που έπαιζαν ξένοιαστα.

Οι κήποι γέμισαν λουλούδια και τα χωράφια με λογής λογής λαχανικά. Οι άνθρωποι μαζεύτηκαν πάλι σε μεγάλες παρέες και έτρωγαν, έπιναν και διασκεδάζαν. Και ποτέ μα ποτέ στο μέλλον δεν ξαναμίλησαν γι' αυτόν τον κακό βασιλιά με την ολόμαυρη κορώνα.

Κι έτσι ζήσαν αυτοί καλά κι εμείς καλλίτερα.

Βούλγαρη Φωτεινή

Μέρες Σιωπής

(ένα κείμενο που αφορά στις σκέψεις ανθρώπων που νόσησαν και κατάφεραν να βγουν νικητές!)

Ήμουν λοιπόν στον θάλαμο αρνητικής πίεσης. Το τεστ θετικό. Τα πρώτα συμπτώματα επιδείνωσης είχαν αρχίσει να καλπάζουν. Πυρετός πάνω από 39, πόνοι στις αρθρώσεις, δυσκολία στην αναπνοή, κούραση ... περίεργη κούραση ακόμα εδώ ... στο κρεβάτι. Παράξενα όλα αυτά, μα τω Θεώ. Προσπαθούσα να σκεφθώ πως άρχισαν όλα. Πως και από που κόλλησα; Τι ακριβώς ήταν αυτός ο ιός; Πόσο επικίνδυνος είναι; Τι θα συμβεί από δω και πέρα; Πως θα περάσουν οι ώρες, οι μέρες εδώ σ αυτό το μοναχικό δωμάτιο με μόνη συντροφιά τους ήχους από τα μηχανήματα και τις επισκέψεις των νοσοκόμων και των γιατρών. Έρχονται κάθε φορά φορώντας αυτές τις περίεργες στολές ... με φοβίζει η εικόνα τους. Πίσω από τις μάσκες τους δεν καταφέρνω ν' ακούσω καθαρά την φωνή τους, να δω τα μάτια τους, τα πρόσωπα τους ... Τους φοβάμαι και με φοβούνται. Και μια ερώτηση έρχεται συνέχεια στο μυαλό μου... «Γιατί σ' εμένα;». Μα, δυστυχώς, δεν είμαι μόνο εγώ. Εκατοντάδες άνθρωποι, θύματα, αυτού του ιού, που ακόμα δεν ξέρουμε τίποτε γι αυτόν. Ακούμε τόσα πολλά, μαθαίνουμε για κρούσματα, διασωληνώσεις, θύματα ... Ακούμε, ακούμε, ακούμε ... ένα σωρό σκόρπιες ειδήσεις ...

Θεέ μου πόσο κρύο κάνει εδώ μέσα!

Πως άλλαξε έτσι ξαφνικά η ζωή μας;

Λίγες μέρες πριν όλα ήταν αλλιώς. Η ζωή μας κυλούσε φυσιολογικά. Γραφείο, σπίτι, γυμναστήριο, σούπερ μάρκετ, φίλοι, κινηματογράφος, θέατρο κάποιες φορές, μπαράκια και κανέναν ποτό τα βράδια, κολύμπι στην θάλασσα, παρεούλες ... και ξαφνικά το τσουνάμι. Ήρθε και στο πέραςμα του τα σάρωσε όλα μεμιάς. Καραντίνα!!! Απαγόρευση εξόδου. Κλειστά μαγαζιά, θέατρα, κινηματογράφοι, σχολεία, ταβερνάκια, μπαράκια ... άδεια η πόλη. Σκοτεινή. Χωρίς ανθρώπους στις γειτονιές και στα σοκάκια. Στους μεγάλους δρόμους ... Ερημιά ... λίγα αυτοκίνητα για τις πολύ

απαραίτητες μετακινήσεις. Σιωπή παντού. Πως κατάφερε ένα τόσο απειροελάχιστα μικρό ον να κάνει έναν ολόκληρο πλανήτη να σωπάσει; Μόνο τα φώτα στα παράθυρα των σπιτιών τα βράδια, θυμίζουν πως μέσα σ' αυτήν την σιωπή ζουν άνθρωποι. Άνθρωποι φοβισμένοι, άνθρωποι ανυπεράσπιστοι μπροστά σ' έναν άγνωστο εχθρό, άοπλοι, προσπαθώντας στην αρχή να κατανοήσουν αυτό που αναποδογύρισε την ζωή τους. Κι ύστερα να ψάχνουν να βρουν τον τρόπο να προφυλαχθούν από τον αόρατο θανατηφόρο ιό ...

Και κάπου μέσα σ' όλα αυτά, εγώ να νοιώθω τα πρώτα συμπτώματα. Λίγα δέκατα στην αρχή, λίγος βήχας, και κόπωση. Υποψιασμένη, αλλά περισσότερο πολύ φοβισμένη, σχεδόν σε πανικό, έτρεξα στον γιατρό. Αυτός δεν άφησε κανένα σχεδόν περιθώριο, δεν καθυσάχασε καθόλου τους φόβους μου. Με έστειλε κατευθείαν σε νοσοκομείο για τεστ. Μαζί μ' εμένα εκεί πολλοί άνθρωποι. Όλοι με τον ίδιο φόβο στα μάτια. Μιλούσαν, γελούσαν προσπαθώντας να κρύψουν την αγωνία τους ...

Κι έτσι βρέθηκα στον θάλαμο αρνητικής πίεσης ...

Οι ώρες δεν περνούν. Οι σκέψεις έχουν στήσει τρελό χορό στο μυαλό μου. Παρελθόν και παρόν μπλέκονται τόσο περίεργα που η πραγματικότητα μοιάζει σαν ψέμα κι άλλοτε το ψέμα παίρνει σάρκα και οστά. Σχεδόν βλέπω οράματα. Όταν ανεβαίνει ο πυρετός όλα γύρω αλλάζουν σχήμα και μορφή. Ο πόνος αφόρητος. Και η δυσκολία στην αναπνοή, που ολοένα και σοβαρεύει, είναι αυτό που με τρομάζει πιο πολύ. Κάθε ανάσα ισούται με απίστευτο πόνο στα πνευμόνια μου. Λες και μαζί με τον αέρα εισπνέω σωματίδια από σπασμένο ξυράφι που κόβουν κομματάκια την σάρκα μου. Η μάσκα του οξυγόνου ανακουφίζει πολύ λίγο πια.

Απόλυτη μοναξιά ... βαριά σαν μολύβι. Τι να κάνουν τώρα άραγε οι φίλοι μου; Οι φίλοι μου ... αχ πόσο μου έλειπαν. Να μπορούσαν να είναι εδώ κοντά μου αυτήν την στιγμή. Ξέρω καλά πόσο πολύ θα το ήθελαν. Αλλά δεν γίνεται ... Σίγουρα κάποιοι θα είναι έξω από το νοσοκομείο. Θα ψάχνουν με τα μάτια τους να εντοπίσουν τον θάλαμο που βρίσκομαι. Μου στέλνουν την αγάπη τους. Και το νοιώθω. Ένα περίεργο πράγμα ... το νοιώθω ... το ξέρω ... μια περίεργη τηλεπάθεια μας συνδέει. Η αγάπη ...

Τους έχω μιλήσει μια δυο φορές στο τηλέφωνο. Προσπαθούσα να κρύψω πως αισθανόμουν. Επαναλάμβανα συνεχώς «ΟΛΑ ΚΑΛΑ» - «ΟΛΑ ΣΟΥΠΕΡ» όπως λέγαμε μεταξύ μας και γελούσαμε. Μα καταλάβαιναν πως τίποτε δεν ήταν καλά.

Λες και κατάφερναν να δουν κάποιο δάκρυ που προσπαθούσα να σταματήσω στην άκρη των ματιών μου. Κι ύστερα όταν κλείναμε το τηλέφωνο σκεφτόμουν πως και πάλι ... πάλι δεν τους είπα αυτό που ήθελα πάντα να τους πω, αλλά πάντα το άφηνα γι' αργότερα. Δεν τους είχα πει πόσο τους αγαπούσα, πόσο ανάγκη τους είχα στην ζωή μου, πόσο πολύτιμοι ήταν για μένα. Αν καταφέρω να βγω απ' αυτή την περιπέτεια το πρώτο πράγμα που θα κάνω θα είναι να πω όλα τα «σ' αγαπώ» που χρωστάω. Όλα τα «συγγνώμη» που θεώρησα αυτονόητα, να δώσω όλα τα χάρδια που δεν έδωσα, τις αγκαλιές που στέρησα απ' όσους τις είχαν ανάγκη ... Μόνο να τελειώσει αυτή η ιστορία.

Πονάω απίστευτα παντού. Σε λίγο θ ανοίξει η πόρτα. Θα έρθουν εκείνα τα συμπονετικά όντα χωρίς πρόσωπο, με τις στολές τους, να απαλύνουν τον πόνο μου, με ένα σωρό φάρμακα. Πόσο θέλω να αγγίξω το χέρι τους, να δω τα μάτια τους, να διαβάσω σ' αυτά ότι όλα θα περάσουν. Μα δεν τα βλέπω ... και φοβάμαι ακόμα πιο πολύ ...

Δεν ξέρω πόσες μέρες πέρασαν ... ο χρόνος δεν έχει πια καμμία σημασία. Κάποια στιγμή άνοιξα τα μάτια μου. Εντατική ... ! Όπως την είχα ακούσει από περιγραφές. Πόνος αφόρητος στο λαιμό μου. Σ' όλο μου το σώμα.

«Ξαναγύρισες λοιπόν. Καλώς μας ήρθες!» άκουσα την φωνή του γιατρού πίσω από την στολή του ...

«Ξαναγύρισα; Από που;»

«Σε είχαμε διασωληνώσει. Πάλεψες γερά όμως. Και τώρα να, αναπνέεις μόνη σου! Όλα θα πάνε καλά από δω και πέρα. Σε λίγο θα βγεις από δω. Θα πας σ' έναν κανονικό θάλαμο. Και γρήγορα θα βγεις και από το νοσοκομείο. Τα δύσκολα πέρασαν. Σε λίγο όλα αυτά θα είναι ένα κακό όνειρο. Ένας εφιάλτης ... ».

Έκανα μεγάλη προσπάθεια να ξεχωρίσω τις λέξεις του γιατρού μέσα από την μάσκα του. Αλλά ένοιωσα την χαρά του. Δεν είχα παλέψει μόνο εγώ. Μαζί τον είχαμε δώσει αυτόν τον αγώνα. Και μαζί τον κερδίσαμε. Το θαύμα είχε γίνει ... Ήθελα τόσο πολύ να του πω ένα «ευχαριστώ» όχι απ' αυτά τα τυπικά που σκορπάμε γύρω μας κάθε τόσο. Ένα «ευχαριστώ» μέσα απ' την καρδιά μου. Να του σφίξω το χέρι ... μα δεν γινόταν. Εκείνος όμως που έβλεπε τα μάτια μου, πρέπει να διάβασε τα πάντα σ αυτά. Και είμαι σίγουρη πως θα μου χαμογέλασε ...

Την ημέρα που βγήκα από το νοσοκομείο άνοιξα μια καινούργια πόρτα στην ζωή. Ήταν σαν να αντίκριζα τα πάντα για πρώτη φορά. Τους ανθρώπους, τα κτίρια, τ' αυτοκίνητα, το σπίτι μου ... τα πάντα.

Κοιτάχθηκα στον καθρέφτη. Πόσο είχα αλλάξει. Ήμουν ταλαιπωρημένη με ολόμαυρους κύκλους κάτω από τα μάτια. Αλλά μπορούσα να χαμογελάσω. Μπορούσα να ελπίζω. Μπορούσα να κάνω σχέδια. Μπορούσα να πω «τα λέμε αύριο» ... γιατί υπήρχε αύριο. Όλα θα πήγαιναν καλά. Λίγος χρόνος μου χρειαζόταν. Λίγος. Κι όλα θα έμπαιναν σε μια καινούργια τάξη ... Όμως εγώ είχα δώσει μια υπόσχεση μέσα σ' αυτό το κρύο, λευκό κι απρόσωπο δωμάτιο. Να πω όλα τα σ' αγαπώ που χρωστούσα. Όλες τις συγνώμες που άφησα γι' αργότερα..

Κι έπρεπε να ξεκινήσω αμέσως. Ο χρόνος ποτέ δεν είναι αρκετός και τίποτε σ' αυτή την ζωή δεν πρέπει να έχουμε δεδομένο. Ούτε καν την ίδια την ζωή. Κυρίως αυτήν ... !!! Κάθε μέρα είναι μια καινούργια, ξεχωριστή μέρα που όλα ξεκινούν απ' την αρχή με την ανατολή του ήλιου. Κι ο χρόνος που έχουμε μέχρι την δύση του είναι πολύ λίγος ... ελάχιστος. Ας τον ομορφύνουμε λοιπόν, κάθε μέρα όλο και πιο πολύ ... !!!

Γερογιάννη Σταυρούλα

Η Γερογιάννη Σταυρούλα γεννήθηκε στην Αθήνα το 1981. Είναι ζωγράφος και σχεδιαστής. Η πρώτη της επαφή με τη ζωγραφική ξεκίνησε το 2008, όταν ήταν ακόμα ερασιτέχνης. Το 2015 -2016 ξεκίνησε μαθήματα σε εργαστήριο ζωγραφικής. Παρουσίασε την πρώτη της δουλειά το 2015 με τη Συλλογή «Mirage», η οποία αποτελείται από έξι ασπρόμαυρα έργα. Το 2016 -2017 ολοκλήρωσε τη δεύτερη συλλογή της, με τίτλο «Ιστορίες και παραμύθια» που αποτελείται από έξι έγχρωμους πίνακες. Η τρίτη συλλογή της δημιουργήθηκε το 2018-2019 με τον τίτλο MUSA η οποία αποτελείται από (8) οκτώ έργα.

Η τέχνη της χαρακτηρίζεται κυρίως από έντονες ασπρόμαυρες συνθέσεις, ενώ ταυτόχρονα ισορροπεί μεταξύ χρώματος και ασπρόμαυρου σύμφωνα με θέματα και έμπνευση.

Το μεγαλύτερο μέρος της δουλειάς της είναι αφηρημένο, προέρχεται από ιδέες και διαίσθηση, ενώ μέρος της δουλειάς της ασχολείται με σύγχρονα ζητήματα, κυρίως πνευματικής και ψυχολογικής φύσης. Θεωρεί τον εαυτό της «NAÏVE» καλλιτέχνη με έντονες επιρροές Bauhaus.

Το 2018 τα έργα της "ΤΟ ΕΙΔΟΣ", "Η ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ" και "Η ΚΛΙΜΑΚΑ " απέσπασαν το 2ο Βραβείο ζωγραφικής στο Διεθνές Διαγωνισμό «INTERARTIA 2018», ενώ το 2019 βραβεύτηκαν τα έργα της «Ο ΠΙΝΟΚΙΟ», «Η ΣΤΟΧΕΥΣΗ», «ΤΟ ΑΝΘΟΣ» με το 3ο Βραβείο «INTERARTIA 2019». Η κα Γερογιάννη συμμετέχει σε δυο εκθέσεις της εταιρίας ARTWAY, στην Κύπρο και την Αθήνα για τα έτη 2019-2020.

Ο Καλός μου εαυτός μέσα από την μοναξιά



Γαλλής Κωνσταντίνος

Ο Γαλλής Κωνσταντίνος γεννήθηκε το 1935 κάπου κοντά στη Βέροια. Την χρονιά εκείνη οι γονείς του με τα πρόβατά τους ξεχειμώνιαζαν στο Κλειδί Ημαθίας. Αρχές Μαΐου φύγανε από το Κλειδί με προορισμό τα Τσεκούρια Βερμίου, ξακουστά λιβάδια. Στο δρόμο προς τα βουνά γεννήθηκε κάπου κοντά στη Βέροια, σκεφθείτε ότι ούτε η μακαρίτισσα η Μάνα του δεν θυμόταν. Του περιέγραψαν τον τόπο με τη φράση «κάπου κοντά στη Βέροια»

Τα πρώτα γράμματα τα έμαθε στο δασκαλοκάλυβο στα Τσεκούρια Βερμίου. Εκεί τότε ξεκαλοκαίριαζαν τρία τσελιγκάτα και κάθε τσελιγκάτο είχε το δάσκαλό του, που στεγάζονταν σε ένα καλύβι.

Το 1940 οι γονείς του εγκαταλείπουν το Κλειδί Ημαθίας και εγκαθίστανται στον Πέτρινο Καρδίτσας (νέος τόπος ξεχειμαδιών). Εκεί τέλειωσε το δημοτικό και στην Καρδίτσα το γυμνάσιο.

Το 1954 εισάχθηκε στη Γεωπονική Σχολή του Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης. Το 1963, προσλήφθηκε στην Αγροτική Τράπεζα Ελλάδος και το 1964 στο Δημόσιο ως γεωπόνος γεωργικών εφαρμογών στην Αρναία Χαλκιδικής. Το 1973 κατόπιν εξετάσεων φοίτησε στη Σχολή Δημόσιας Διοίκησης και αρχές του 1975 τοποθετήθηκε στη Διεύθυνση Γεωργίας Χαλκιδικής.

Το 1978 τοποθετήθηκε ως προϊστάμενος στο Κέντρο Σποροπαραγωγής Νέων Μουδανιών. Το 1980 μετατίθεται στην Υπηρεσία Εγγείων Βελτιώσεων Θεσσαλονίκης και το 1986 ανέλαβε τη διεύθυνση της Υπηρεσίας αυτής και έμεινε μέχρι συνταξιοδότησής του το 1999. Ενώ, παράλληλα με τη διεύθυνση του ανατίθεται και η προεδρία του Γενικού Οργανισμού Εγγείων Βελτιώσεων Κεντρικής Μακεδονίας. Ο κος Γαλλής ζει στον Πολύγυρο Χαλκιδικής.

Ζώντας με τον Covid 19

Πρωτόγνωρη αρρώστια, άγνωστη, κανείς δεν την γνώριζε, ούτε και οι ειδικοί. Έπιασε στον ύπνο όλον τον κόσμο. Όπου και να ταξιδέψεις μπροστά σου θα τη βρεις. Την πρωτογνώρισα εκεί κατά τις αρχές του 2020, τότε που έσκασε μύτη στη γειτονιά μας, στην Κίνα. Τώρα ίσως αναρωτηθείτε από πού και ως πού η Κίνα γειτονιά μας; Γειτονιά μας είναι όλος ο κόσμος από τη στιγμή που μπορείς να κάνεις το γύρο μέσα σε ένα εικοσιτετράωρο. Δηλαδή, για να ακριβολογούμε, ποτέ δεν την γνώρισα κι ούτε θέλω να τη γνωρίσω, να μένει, που λένε. Αλλά, να, είναι σαν τα πράγματα που είναι ευκολότερο να τα γνωρίζεις και δυσκολότερο να τα αγνοείς.

Κάπως έτσι τη γνώρισα κι εγώ.

Πάλι δίλημμα θέτω: Ο αόρατος γνωρίζετε; Όχι.

Η ασθένεια αυτή έγινε γνωστή σε μένα σαν μια γρίπη. Αρχικά τη γνώρισα ως κορωνοϊό, αργότερα ως covid – 19. Η ονομασία κορωνοϊός με ξένισε και μου δημιούργησε δυσάρεστους συνειρμούς. Συσχέτισα την ονομασία με την ελληνική λέξη κορώνα, κάτι που παραπέμπει στην κορωνίδα των ασθενειών! Και άρχισε να με απασχολεί σοβαρά, καθόσον όλοι οι ειδικοί γιατροί τόνιζαν εμφαντικά ότι ο ιός αυτός προσβάλλει ευκολότερα τις λεγόμενες ευπαθείς πληθυσμιακές ομάδες, τις οποίες αποκαλούν και ομάδες υψηλού κινδύνου και στις ομάδες αυτές περιλαμβάνεται και η τρίτη ηλικία στην οποία ανήκει η ταπεινότητά μου, δεδομένου ότι αποχαιρέτισα πρόσφατα το 85 έτος.

Αργότερα τον κορωνοϊό τον βάφτισαν covid – 19 και άρχισαν τα δελτία ειδήσεων στις τηλεοράσεις να μεταδίδουν λεπτομέρειες για την ασθένεια και μάλιστα με φόντο μόρια του ιού – 19 που έμοιαζαν με θαλάσσιες νάρκες του δεύτερου παγκόσμιου πολέμου!

Μανούλα μου, τι είναι τούτα; Αυτό ήταν, ο τρόμος φώλιασε στην ψυχή μου. Άσχημα τα πράγματα, είπα μέσα μου, και τρόμαξα περισσότερο. Ωστόσο οι μέρες κυλούσαν, ο ιός δεν φαινότανε να έχει έλθει στη χώρα μας, ώσπου ένα βράδυ εκεί κατά το τέλος Φεβρουαρίου ανακοινώθηκε ότι μια κυρία από τη Θεσσαλονίκη διαγνώσθηκε θετική στον κορωνοϊό και εισήχθη σε μονάδα αρνητικής πίεσης στο Νοσοκομείο ΑΧΕΠΑ Θεσσαλονίκης.

Είχε πάει στο Μιλάνο για μια έκθεση και έφερε το κακό και στη χώρα μας, κάτι που μου δημιούργησαν νέους συνειρμούς «Καλά, βλογημένη, τι δουλειά είχες να πας στο στόμα

του λύκου; Τόσο αφελής είσαι;» Πού να φανταστώ ο έρμος ότι σε πολύ λίγες μέρες βρήκε και άλλη πόρτα ανοικτή στην πατρίδα και μπήκε ανενόχλητη! Εκεί στην Πάτρα είχαν ξεχάσει ορθάνοικτη την πόρτα στο λιμάνι και μπουκάρισε. Από κει και πέρα βρήκε και άλλες πόρτες ανοικτές και μπήκε σαν καλός νοικοκύρης. Και σαν να μην έφταναν όλα αυτά με τον απρόσκλητο επισκέπτη, έβγαιναν και οι αρμόδιοι και μας έκαναν την καρδιά περιβόλι.

Πάρτε το απόφαση ο covid – 19 ήρθε για να μείνει και θα μείνει, πρέπει να μάθουμε να ζούμε μαζί του! Καλά, κύριοι αρμόδιοι, εύκολο το 'χετε να ζείτε με κάτι που δεν βλέπετε, κάτι αόρατο. Μπαίνοντας ο Μάρτιος, εκεί κατά το πρώτο δεκαήμερο, ήλθε και η καραντίνα. Κλειστείτε μέσα στα σπίτια σας και κλείστε καλά τις πόρτες. Τι λέτε, μωρέ, τότε πώς θα μάθουμε να ζούμε μαζί του; Αλλά απάντηση δεν πήρα. Και πως να πάρω! Κανείς δεν τον είδε. Λίγα ως τίποτα γνωρίζουμε, φώναζαν οι αρμόδιοι. Ωστόσο ήξεραν και τον εμφάνιζαν σαν μπάλες με πολλές κεραίες έτοιμες να προσκολληθούν στον πρώτο τυχόντα που θα βρισκονταν στο δρόμο της. Την επόμενη ημέρα που ανακοινώθηκε η καραντίνα, κατά τη συνήθειά μου, σηκώθηκε να πάω στο καφενείο για τον πρωινό καφέ. Στο δρόμο συναντώ τον καλό μου φίλο, Παύλο.

-Καλημέρα, Παύλε.

-Καλημέρα, Κώστα. Για πού;

-Τι θα πει για πού; Στο καφενείο. Έλα πάμε.

-Καλά, βρε Κώστα, δεν άκουσες τίποτα, δεν ξέρεις ότι όλα έκλεισαν!

-Ωχου , άκουσα μωρέ, αλλά τώρα το συνειδητοποιώ . Και τώρα τι κάνουμε;

-Τι θες να κάνουμε, γυρίζουμε στα σπίτια μας, ακόμη και οι βόλτες θα είναι μετρημένες και σε ορισμένες ώρες.

-Καλά, δεν μας έφταναν τα προβλήματά μας, τώρα έχουμε και την καραντίνα.

-Αχ βρε, κορωνοϊέ, τι μας κάνεις!

Χαμήλωσα το κεφάλι και σαν βρεγμένη γάτα γύρισα στο σπίτι .Και άντε τώρα να ζήσεις μόνος κλεισμένος χωρίς να αλλάζεις μια κουβέντα.

Και άρχισα να σκέπτομαι τι πρέπει να κάνω! Μονολογώντας σκεφτόμουν ότι κάτι έπρεπε να κάνω, αλλά τι: Σκεφτόμουν, σκεφτόμουν αλλά λύση δεν έβρισκα. Άνοιγα την τηλεόραση, χάζευα για λίγο, πάντα αφηρημένος, την έκλεινα, έκανα μια βόλτα στο δωμάτιο, έβγαινα μέχρι την βεράντα, χάζευα πάλι αφηρημένος, ξανά μέσα, αλλά τώρα καθόμουν στην άλλη πολυθρόνα και φτου από την αρχή.

Δεν παίρνει και κανένας τηλέφωνο, αναρωτήθηκα. Ε! αφού δεν παίρνει κανένας, θα πάρω εγώ. Και παίρνω το Νίκο:

-Γεια σου, Νίκο.

-Γεια σου , Κώστα.

-Νίκο, τι κάνουμε τώρα, πώς θα τη βγάλουμε; Θα μου πεις εσύ έχεις τη γυναίκα σου και αλλάζεις και καμιά κουβέντα, το πρόβλημα είναι σε μένα.

-Μην το λες, Κώστα, τι ένας τι δύο, το ίδιο είναι.

-Όχι, Νίκο, δεν είναι το ίδιο. Τέλος πάντων, είσαι να δίνουμε άδεια στον εαυτό μας κάνα δίωρο, εκεί κατά τις έντεκα και να περπατάμε;

-Είμαι, αύριο στις έντεκα μπροστά στα δικαστήρια. Και πορεία προς τον Τσουκαλά.

Ο Τσουκαλός είναι το υπερκείμενο , καταπράσινο βουνό, από τη βόρεια πλευρά του Πολυγύρου, το οποίο είναι διάσπαρτο με μονοπάτια και μια υπέροχη θέα. Από εκεί το μάτι ξεκουράζεται στον μακρινό ορίζοντα και αν η ατμόσφαιρα είναι καθαρή, μπορείς να δεις και το βουνό των θεών, τον περίφημο Όλυμπο.

Και από την ημέρα εκείνη κάθε ενδεκάτη πρωινή ανταμώνουμε και το ρίχναμε στις βόλτες. Ήταν μια καλή λύση. Και περιχαρής ανέκραξα: Πάει κι αυτό το λύσαμε! Οποία πλάνη και να η συνέχεια. Να σημειωθεί ότι πάνω ακριβώς από το σπίτι μου, μένει ο γιος μου, ο Νίκος ο Φαρμακοποιός, στο φαρμακείο του οποίου περνούσα κάποιες στιγμές τα απογεύματα. Με τον ερχομό όμως του κορονοϊού, πάνε και αυτές οι στιγμές.

Πατέρα, μου λέγει κάποια στιγμή ο γιος μου, καλά είναι να μην έρχεσαι στο φαρμακείο, το περιβάλλον είναι επικίνδυνο και είχε δίκιο. Και το πρόβλημα δεν σταμάτησε εκεί, είχε και συνέχεια. Σταμάτησαν να με επισκέπτονται τόσο τα εγγόνια μου όσο και η μάνα τους, μου έμεινε μόνο ο γιος μου και αυτός από μακριά, σύμφωνα με όσα καθημερινά μας διδάσκανε οι αρμόδιοι από την τηλεόραση. Άνοιγες την τηλεόραση και συνέχεια οι υπεύθυνοι το ίδιο βιολί, τα ίδια και τα ίδια που στο τέλος μου έγιναν βιώματα χωρίς να τα ζήσω. Κοιμόμουν τα βράδια και πρόσεχα να μην αγγίξω το πρόσωπό μου, εφιάλτης μου είχαν γίνει.

Περνούσαν οι μέρες, διάβαιναν, πήγαιναν χωρίς να τις ζω. Και χρόνος που δεν ζεις είναι χαμένος. Η μόνη διασκέδαση η πρωινή βόλτα , δηλαδή κάνα δίωρο. Άνοιγα το βιβλίο, διάβαζα λίγες γραμμές και το μυαλό πετούσε. Άρχισε ο χρόνος να χάνει την αξία του και αναρωτιόμουν : καλά τώρα ζω, υπάρχω!

Και τότε αναλάμβανε δράση το εγώ μου, η δύναμη που έκλεινα μέσα μου και

με προστάτευε από τις δύσκολες στιγμές. Αναπολούσα τα χρόνια που μικρός έφυγα από το σπίτι μου και πήγα στο γυμνάσιο να μάθω γράμματα, τότε που μακριά από τη ζεστασιά της οικογένειας τα κατάφερα. Και αυτό μου έδινε κουράγιο. Μπόρα είναι θα περάσει. Όλα γύρω μου φάνταζαν εξωπραγματικά, έφυγαν οι παλιές καλές ανθρώπινες συνήθειες, τότε που έφευγες από το σπίτι σου να πας στη δουλειά σου και ώσπου να φτάσεις μοιραζόσουν ένα σωρό χαιρετούρες, μάθαινες τα νέα, τα κουτσομπολιά.

Έφθανα στη δουλειά μου πλήρως ενημερωμένος μόνο και μόνο βαδίζοντας καμιά μισή ώρα στράτα. Τώρα όλα άλλαξαν, όλοι φάνταζαν εν δυνάμει φορείς της ασθένειας. Η σχολαστική ανθρώπινη υγιεινή έγινε βραχνάς. Άγγιζα κάτι, απολύμαινα τα χέρια με το αντισηπτικό που μονίμως κουβαλώ στην τσέπη μου. Τα πάντα προσέχω, προσπαθώ να μην κάνω περιττές κινήσεις, όλα και όλοι είναι ύποπτοι. Τα μάτια σου δεκατέσσερα, Κώστα. Και χωρίς να το θέλω οδηγήθηκα στη σκέψη: Μπήκαμε στην νέα τάξη πραγμάτων! Το λέγανε οι δημοσιολόγοι και δεν τους πίστευα! Και να που τώρα βγαίνουν αληθινοί. Αλλά πάλι δεν είναι αυτή η νέα τάξη πραγμάτων, μπόρα είναι και θα περάσει.

Ξημέρωνε, βράδιαζε πάντα τα ίδια και τα ίδια, τίποτα το νέο. Ώσπου μαθαίνουμε ότι ο ιός ήρθε και στο νομό μας. Ένας άτυχος γεωργός από την Πορταριά. Που πουλούσε ελιές στις λαϊκές Θεσσαλονίκης, τον βρήκε η αόρατη αυτή ασθένεια και τον κρεβάτωσε για τα καλά. Ήταν νέος, κάτω των πενήντα και αυτό έδινε κουράγιο τόσο στους δικούς του όσο και σε όλους τους κατοίκους του Νομού. Δεν μπορεί, νέος είναι, θα τα καταφέρει, αλλά πέθανε, δυστυχώς. Αυτό ήταν, μαζί με τη θλίψη για την απώλεια, έφερε και τον τρόμο στις καρδιές των κατοίκων. Αφού ήρθε στην Πορταριά, ένα χωριό στο κέντρο της Χαλκιδικής, θα πήγε οπωσδήποτε στα Ν. Μουδανιά, από κει θα ερχότανε στην πόλη μας, τον Πολύγυρο και μέσω αυτού θα πήγαινε σε ολόκληρο το Νομό.

Ευτυχώς τίποτα από τα παραπάνω δεν επαληθεύθηκε, όλα πήγανε κατ' ευχήν. Οι αρμόδιοι κάνανε καλά τη δουλειά τους. Το δίδυμο Τσιόδρα – Χαρδαλιά και όλοι οι άλλοι και προπαντός οι αφανείς ήρωες της πρώτης γραμμής, όλοι εκείνοι που σε καθημερινή βάση διέτρεχαν την Ελλάδα μας από την μία άκρη μέχρι την άλλη να πάρουν δείγματα της ασθένειας για να τα προωθήσουν στα εργαστήρια για ανάλυση, έκαναν καλά τη δουλειά τους σε βαθμό που είναι απορίας άξιο πώς δεν τους ξέφευγε τίποτα! Από την καρδιά μου θερμά συγχαρητήρια. Πρόβαλαν την Πατρίδα μας στα πέρατα του Κόσμου ως πρότυπο αντιμετώπισης πανδημιών. Εφεξής θα λένε, καν' το όπως οι Έλληνες.

Επί τέλους να γελάσει και το χείλι του πικραμένου. Την είχαμε ανάγκη αυτή την πρωτιά. Μετά ήρθε το Πάσχα που, ούτε το έζησα ούτε το χάρηκα, ωστόσο με παρηγορούσε ότι κανείς δεν έζησε παραδοσιακά το Πάσχα. Οι ελάχιστοι που τόλμησαν να το ζήσουν με τον παραδοσιακό τρόπο, μπουζουριάστηκαν και ησύχασαν. Οι αρμόδιοι εννοούσαν αυτά που έλεγαν και αυτό μας βγήκε σε καλό. Ιδιαίτερα για μας που διανύουμε τον λίγο χρόνο που μας έμεινε. Με τρόμαζε η ιδέα της φυγής χωρίς τους δικούς μου δίπλα μου. Θα μου πείτε η αναχώρηση από τον κόσμο τούτο δεν γίνεται παρέα, μόνος σου φεύγεις, αλλά άλλο να περιμένεις το χάρο μόνος και άλλο με τους δικούς σου. Βλέπετε όσο ζούμε θάνατος δεν υπάρχει. Ωστόσο οι εικόνες που μετέδιδαν τα δελτία από πολλές χώρες της Ευρώπης ήταν τραγικές: Ξεκληρίστηκαν οι ηλικιωμένοι σε πολλές χώρες της Ευρώπης! Έρημοι παππούδες και γιαγιάδες, δεν σας άξιζε τέτοια τύχη! Η Ελλάδίτσα μας ευτυχώς δεν ευθυγραμμίστηκε με τις σκληρές και απάνθρωπες συνήθειες των ευρωπαίων, όπου οι ηλικιωμένοι κλείνονται σε οίκους ευγηρίας (ή κακογηρίας;) και συνήθως ξεχνιούνται. Τι το ωραιότερο ο γέρος και η γιαγιά να μένουν μαζί με τα παιδιά τους! Το δικαιούνται, τους το χρωστάει η ζωή που υπηρέτησαν τόσα χρόνια να μεγαλώσουν τα παιδιά τους, να τα αποκαταστήσουν και πολλές φορές και τα παιδιά των παιδιών τους.

Ο καιρός περνούσε, διάβαινε ανεπιστρεπτί, αλλά για μένα εκείνο που μεγάλωνε ήταν η αγωνία. Μπήκε ο Μάης και μαζί με την ελευθερία στις κινήσεις έφερε και των καταστημάτων. Άνοιξαν τα καφενεία και μπορούσαμε να μαζευόμαστε και να διασκεδάζουμε με τον τρόπο μας, δηλαδή με τον τρόπο των ηλικιωμένων Πολύγυρος

Χαλκιδικής, 2-7-2020

Κωνσταντίνος Δημητρίου Γαλλής

Kdgallis@otenet.gr

Γεροστάθη Ζωή

Η Γεροστάθη Ζωή ζει στο Βόλο. Της αρέσει να πλάθει ιστορίες για μικρά παιδιά. Πιστεύει πως μέσα από αυτές μπορούν να καταλάβουν καλύτερα τον κόσμο και να τον αγαπήσουν.

Εργάζεται σαν εκπαιδευτικός στην δημόσια εκπαίδευση και έρχεται καθημερινά σε επαφή με παιδιά. Αυτό της δίνει την ευκαιρία να κατανοήσει καλύτερα τις ανάγκες τους.

Έχοντας ολοκληρώσει το μεταπτυχιακό της στο τμήμα προσχολικής Αγωγής του πανεπιστημίου Θεσσαλίας με τίτλο *«Παιδαγωγικό παιχνίδι και παιδαγωγικό υλικό στην πρώτη σχολική ηλικία»* και θεωρώντας πως μάθηση μέσα από το παιχνίδι και τις βιωματικές δράσεις είναι αποτελεσματική, βρίσκει καταφύγιο στην συγγραφή ιστοριών για να προσφέρει στα παιδιά τη δυνατότητα να κατανοήσουν ευκολότερα γεγονότα και καταστάσεις

Το κείμενο με το οποίο συμμετέχει στον διαγωνισμό είναι το πρώτο δημιούργημά της που απευθύνεται σε ενήλικες. Έχει εκδώσει ακόμη τρία παιδικά βιβλία που απευθύνονται σε παιδιά πρώτης σχολικής ηλικίας.

Ένα έμμετρο οικολογικό θεατρικό με τον τίτλο *«Μια αρκούδα ... μια φορά»* που αναφέρεται στο φαινόμενο των αρκουδιάρηδων.

Μία ιστορία με τον ευρηματικό τίτλο *«Χοπ ... τρύπωσα»* που αναφέρεται στην πρόληψη του καπνίσματος και τέλος μια ιστορία με τον τίτλο *«Αστεράκι μου»* έχει σαν θέμα της το ολοκαύτωμα των Εβραίων.

Λατρεύει τα ζώα και πιστεύει πως όλοι μαζί αν νοιαστούμε, μπορούμε να καταφέρουμε να κάνουμε τον κόσμο μας καλύτερο για τα παιδιά μας.

Όταν σταμάτησε ο χρόνος...

Ερημιά, άδειοι δρόμοι! Απουσία χαράς, ελπίδας, ονείρων! Μοναξιά και θλίψη. Μάτια κολλημένα στην οθόνη του υπολογιστή, της τηλεόρασης, του κινητού, δεν έχει σημασία. Μάτια αδειανά. Καρδιές σφιγμένες, στόματα σφαλιστά.

Τα τηλεοπτικά ανακοινωθέντα επίσημα ή ανεπίσημα διαδέχονται το ένα το άλλο. Ένας ιδιότυπος πόλεμος ξεδιπλώνεται στις οθόνες και η φρίκη ξεχειλίζει από παντού.

Σαν ταινία τρόμου με θέμα της μια πανδημία ή μήπως το τέλος του κόσμου όπως τον ξέραμε ως τα τώρα;

Οι τίτλοι των ειδήσεων βαρύγδουποι.... Στάζουν θλίψη, σπέρνουν τον φόβο, καλλιεργούν τον πανικό. Οι μέρες χάνουν το νόημά τους. Η ζωή στην αναμονή. Κλειστά μαγαζιά, κλειστές ζωές. Πρωταγωνιστές μιας ιδιότυπης μαύρης κωμωδίας με τον τίτλο «Μένουμε Σπίτι».

Η κυρά Ελευθερία μένει σπίτι, σε ένα υπόγειο στην είσοδο της πόλης. Η κυρά Ελευθερία μένει μόνη και η δουλειά της είναι να καθαρίζει σπίτια. Η κόρη της σπουδάζει στην Αθήνα και χρειάζεται χρήματα.

Ο Σπύρος στην τηλεόραση της λέει κάθε μέρα να κλειστεί σπίτι . Ο ιός δεν αστειεύεται. Κομμένες οι βόλτες στη γειτονιά. Κομμένα τα πάρε δώσε με την Μαρίκα που μένει τρία σπίτια παρακάτω, κομμένη ακόμα και η επίσκεψή της στην εκκλησία κάθε Κυριακή. Αν είναι δυνατόν!

Δεν μπορεί να το χωνέψει η κυρά Ελευθερία. Καλά να μην πάει για καφέ στη Μαρίκα, αλλά να μη μπορεί να ανάψει ένα κερί; Κλειστές οι εκκλησιές; Που ακούστηκε; Και ο παπά Κοσμάς πώς θα μοιράζει το φαϊ σε αυτούς που έχουν ανάγκη;

Τα ύστερα του κόσμου. Κάθεται μόνη και μιλάει με την Μαλλιάρη. Πάλι καλά που υπάρχει και το ζωντανό. Την κάνει να νιώθει λιγότερο μόνη. Πόσο να αντέξεις χωρίς δουλειά και με τόση μοναξιά;

Η κ. Μαριάννα της είπε να μην πάει αυτό το διάστημα για καθάρισμα στο σπίτι. «Να δούμε πως θα πάει η κατάσταση και βλέπουμε», είπε χαρωπά. Το ίδιο έγινε και με τις άλλες κυράδες που ξεβρώμιζε κάθε βδομάδα ανελλιπώς για όση ώρα αυτές

έφτιαχναν τα νύχια ή έπιναν το καφεδάκι τους. Τι ανάγκη έχουν αυτές; Αυτές έχουν τα κουμάντα τους, τις σπιταρώνες τους, τα κινητά τελευταίας τεχνολογίας για να επικοινωνούν με τα παιδιά και τις φιλενάδες τους, τα τεράστια μπαλκόνια και τους ωραίους κήπους.

Αν είχε και αυτή ένα μπαλκονάκι θα ήταν αλλιώς. Θα έβαζε το χοντρό της μπουφάν, τη μαντήλα της και θα έβγαινε να αγναντέψει το δρόμο. Όχι πως περνούσε κανένας βέβαια αλλά έτσι για λίγο, να ανασάνει βρε αδερφέ.

Κούκλα θα το 'χε το μπαλκονάκι της αν ...

Παιχνίδια του μυαλού και της καραντίνας στις ατέλειωτες ώρες της μοναξιάς. Καταπιάστηκε να συμμαζέψει την κουζίνα, να μαγειρέψει μια στάλα φαί να πάει κι ένα πιάτο στον κυρ Παναγιώτη δίπλα που τον είχε έννοια.

Ο γιος του φαντάρος στον Έβρο δεν μπορούσε να έρθει να τον αναλάβει μια και κόπηκαν οι άδειες, χωρίς σύνταξη και δουλειά, με ένα χαρτί απορίας στο χέρι περίμενε να απολυθεί το αγόρι του. Ηλεκτρολόγο τον είχε σπουδάσει ο κυρ Παναγιώτης και καμάρωνε όποτε το 'λεγε σαν γύφτικο σκεπάρνι. Να απολυθεί το παιδί να πιάσουν ένα σπίτι μαζί να έχει έναν άνθρωπο να τον γιατροπορέψει. Μέχρι τότε πήγαινε στο συσσίτιο της εκκλησίας και φύλαγε σαν τα μάτια του την σύνταξη απορίας που έπαιρνε, αλλά τώρα που κόπηκαν αυτά με τον κορωνοϊό τι θα έτρωγε ο καπερός;

Το τηλέφωνο χτύπησε ξαφνικά. Θόρυβος στριγκός, δυνατός. Σου τρυπούσε τα τύμπανα. Της έπεσε η κουτάλα απ' το χέρι από την τρομάρα. «Πρέπει να αλλάξω ήχο. Μου το λέει συνέχεια το παιδί», σκέφτηκε.

Πράγματι ο ήχος του κινητού της ήταν απότομος και δυνατός. Όποιος τον άκουγε του κοβόταν τα πόδια και πριν, όχι τώρα που όλοι μετράνε νεκρούς και περιμένουν να κολλήσουν αυτή τη φριχτή ασθένεια. «Πρέπει να τον αλλάξω οπωσδήποτε, θα μείνω στον τόπο καμιά ώρα», είπε φωναχτά και έβαλε ένα πιάτο ρεβίθια για να τα πάει δίπλα στον κυρ Παναγιώτη.

Πάτησε το κουμπί αλλά τίποτα ... το τηλέφωνο έτρεμε σαν δαιμονισμένο. Το άφησε η κυρά Ελευθερία απ τα χέρια της και διάβασε το μήνυμα στην οθόνη. «Μπα που να σκάσεις κακοχρονισμένο», είπε και διάβασε το μήνυμα - συναγερμό της πολιτικής προστασίας.

Τα πράγματα πάνε απ' το κακό στο χειρότερο σκέφτηκε. Θα αφανιστούμε όλοι και δεν θα έχουμε ένα χέρι να μας σκουπίσει το μέτωπο, να μας φροντίσει, έτσι όπως κλειστήκαμε στα καβούκια μας. Πήρε το πιάτο με τα ρεβίθια και βγήκε στο δρόμο. Φυσούσε και η υγρασία περόνιαζε τα κόκαλα. «Παλιόκαιρος», μουρμούρησε η κυρά Ελευθερία την ώρα που έσπρωχνε την σιδερένια πόρτα του γείτονα.

«Από μακριά σαν να είμαστε χολεριασμένοι», αστειεύτηκε εκείνος όταν την είδε να μπαίνει με το αχνιστό φαγητό. Άφησε το πιάτο στο τραπέζι και κάθισε στην άκρη μιας καρέκλας πέντε μέτρα μακριά απ' τον άνθρωπο.

Εμ είναι να το ρισκάρεις; Τόσα γίνονται! Και αν κολλήσουν και αν κάνουν επιπλοκές και αν χρειαστούν εντατική, και αν διασωληνωθούν, και αν ...

«Μάθαμε τόσους ιατρικούς όρους που αν ήμουν μικρότερη θα έδινα εξετάσεις να γίνω γιατρός ή νοσοκόμα» είπε προσπαθώντας να αστειευτεί αλλά το στομάχι της είχε γίνει κόμπος με όλα αυτά. «Δεν πήρε και το παιδί τηλέφωνο!»

Αγχώνεται η κυρά Ελευθερία με το παραμικρό ακόμα και στα καλά της, όχι τώρα που όλα πάνε κατά διαόλου.

«Ούτε ο δικός μου πήρε», άκουσε τον κυρ Παναγιώτη να λέει ενώ ρουφούσε μια κουταλιά ρεβίθια. «Θα πάρουν μην το σκέφτεσαι, μα σήμερα, μα αύριο θα μας βάλουν στο ημερήσιο πρόγραμμά τους τα παιδιά. Μήπως και αυτά περνάνε καλύτερα; Κλεισμένα μέσα σε τέσσερα ντουβάρια με τα μάτια κολλημένα στην οθόνη θα ξεχάσουν να περπατάνε τα πουλάκια μας».

Πήρε το πιάτο, ώρα να γυρίσει στο σπίτι της, δεν είχε καμιά όρεξη για κουβέντες να τελειώσει μόνο αυτός ο εφιάλτης, αυτό σκεφτόντανε. Τότε δεν θα βαρυγκωμούσε ποτέ, και ας μην της έφταναν τα λεφτά, και ας μην μπορούσε να γυρίσει πλευρό απ τους πόνους και ας μην την αφήναν οι γύφτοι στα παραπήγματα να κοιμηθεί σαν άνθρωπος με τα νταούλια και τους ζουρνάδες κάθε δεύτερο βράδυ. Αυτοί δεν καταλαβαίνουν τίποτα. Ούτε από καραντίνα, ούτε από κανόνες.

Να τελειώσει αυτή η φρίκη να μπει στο λεωφορείο να πάει στην κόρη της. Να της μαγειρέψει, να της καθαρίσει το σπίτι να την καμαρώσει.

Αυτές ήταν οι χαρές της, απλές, μικρές ανόθευτες.

Μόνο να περνούσε ο εφιάλτης και θα τα απολάμβανε όλα διπλά. Όταν σου λείπουν τα καθημερινά τότε καταλαβαίνεις πόσο σημαντικά ήταν.

Άκουσε να τη φωνάζουν και βγήκε στο παράθυρο της κουζίνας. Η Μαρίκα κρατώντας ένα καρβέλι ψωμί, της έγενεφε απ' το δρόμο. Βάλσαμο στη μοναξιά της η φωνή της, να μπορούσε να της πει να έρθει να πιούνε ένα καφέ, αλλά μήπως δεν έπρεπε.

«Για σένα είναι Λευτερία, το ζύμωσα το πρωί και είπα να σου φέρω ένα καρβέλι. Τι να φάμε δυο άνθρωποι μοναχοί;».

Είπαν τα τετριμμένα, σταυροκοπήθηκαν για τα παιδιά τους που η καραντίνα τα κράτησε μακριά και έδωσαν ραντεβού για αύριο. «Έτσι από μακριά να βλέπόμεστε στα πεταχτά να μη ξεχάσει ο ένας τη μορφή τα αλλουνού», αστειεύτηκε η Μαρίκα και έστριψε στη γωνιά.

Τσίμπησε μια γωνιά ψωμί και βολεύτηκε στον καναπέ. Δεν είχε όρεξη για τίποτα. Το στόμα της φαρμάκι. Άνοιξε την τηλεόραση και έπεσε πάνω σε μια ελληνική ταινία του 60. Άλλοι καιροί τότε σκέφτηκε και χάιδεψε τη Μαλλιαρή που κουλουριάστηκε δίπλα της.

Την πήρε ο ύπνος στον καναπέ. Ονειρεύτηκε την κόρη της μωρό. Γελούσε και έτρεχε γύρω γύρω από το τραπέζι. Στο πρόσωπό της χαράχτηκε ένα χαμόγελο. Ξύπνησε από τον στριγκό ήχο του τηλεφώνου πιο ήρεμη.

«Μάνα», άκουσε τη φωνή της Ελένης της και το βλέμμα της ζωντάνεψε.

«Θα έρθω μάνα. Θα βρω τρόπο να έρθω να μείνω μαζί σου. Τι να κάνω κι εδώ μονάχη». Φώτισε το πρόσωπο της Ελευθερίας. Άρχισε να κάνει σχέδια.

«Θα σου κάνω γλυκό κορίτσι μου, εκείνο το μωσαϊκό που σ' αρέσει, θα συμμαζέψω και την κάμαρή σου να τη βρεις όμορφη». Θα ...θα ...θα απόκτησε νόημα η ζωή της. Γιατί τι άλλο θέλει ο άνθρωπος πέρα απ' την ελπίδα, τη συντροφιά και την αγάπη;

«Να είμαστε καλά μάνα και σε δυο τρεις μέρες θα είμαι εκεί, της είπε και έκλεισε το τηλέφωνο». Χαμογέλασε η Ελευθερία, η καρδιά της πετάρισε, έκλεισε την τηλεόραση και άρχισε να κάνει σχέδια. Θα έρθει το κορίτσι μου, θα περπατάμε μαζί, θα μιλάμε, θα βάζω δύο πιάτα στο τραπέζι, θα της πλέξω και το κασκόλ που μου ζητούσε ...

Με τα θα στο μυαλό της και την Μαλλιαρή στην αγκαλιά της την πήρε ο ύπνος εκείνο το βράδυ. Ήταν ένας ύπνος ανάλαφρος μακριά από καραντίνες και ιούς,

μακριά από θανάτους και ανακοινωθέντα.

Το πρωί ο ήλιος έλαμπε και όλα έμοιαζαν πιο αισιόδοξα. Ανασκουμπώθηκε και άρχισε να ετοιμάζει την κάμαρη ... Η ζωή δεν σταματάει, σπρώχνει να ξεχυθεί απ τις χαραμάδες έστω και αν την φυλακίζεις. Η ζωή δεν μπαίνει σε κλουβιά, φτερουγίζει μακριά απ τον φόβο και φτιάχνει νέους πιο όμορφους κόσμους κλείνοντας την πόρτα σε όλους όσους προσπαθούν να την μουτζουρώσουν.

Η ζωή είναι ελπίδα ...

Γεωργάκα Μαρία

Βγαίνουμε νικητές από το σπίτι

Σίγουρα αυτή την εποχή έχουμε αναθεωρήσει τα δεδομένα στη ζωή μας.

Ο κορωναϊός ήταν κάτι ξαφνικό κάτι που έχει ανατρέψει την ζωή, την καθημερινότητα, τις ιδέες μας. Πάνω από όλα, το πιο δύσκολο για μένα ήταν οι απομάκρυνση από τους ανθρώπους, τους ανθρώπους που αγαπάς που θέλεις να είσαι κοντά τους που τους χρειάζεσαι. Αναγκαστικά μάθαμε να επικοινωνούμε από μακριά. Δύσκολο αλλά έπρεπε να προσαρμοστούμε στη νέα πραγματικότητα, στην πραγματικότητα της πανδημίας του κορωναϊού.

Κάθε μέρα ακούγαμε το Μένετε σπίτι, Μένετε σπίτι!

Μακριά από γονείς, αδέρφια, φίλους. Μόνοι μας και αυτοί αντίστοιχα το ίδιο. Με την αγωνία κάθε μέρα να είναι όλοι καλά, να ξημερώνουν καλά. Κάθε μέρα να λέμε:

Προσέχετε!

Μην στεναχωριέστε θα περάσει και θα είμαστε πάλι όλοι μαζί.

Να έχουμε στο μυαλό μας ότι έτσι μόνο μπορούμε να κάνουμε κάτι για να σταματήσουμε τον ιό.

Και ναι το κάνεις, όλοι μας θα το κάνουμε!

Είναι φρικτό να μην σκεφτόμαστε τους συνανθρώπους μας!

Η ζωή έχει πλέον αλλάξει. Πώς να ξεχάσω τις πρώτες μέρες τις καραντίνας στο σπίτι με τον οκτάχρονο γιό μου; Ήταν σημαντικό για μένα που δόθηκε η άδεια ειδικού σκοπού και μπορούσα να ήμουν συνεχώς δίπλα του. Έπρεπε να του εξηγώ κάθε μέρα στην αρχή για ποιον λόγο σταμάτησε το σχολείο, για ποιον λόγο δεν πηγαίνει στις δραστηριότητες του, γιατί δεν μπορεί να δει τους παπούδες του, τους φίλους, γιατί δεν μπορούμε να πηγαίνουμε στην παιδική χαρά. Για ένα μικρό παιδί είναι δύσκολο να το καταλάβει αλλά και πάνω από όλα να το αποδεχτεί.

Ευτυχώς είχαμε αυτόν το χρόνο για να συζητάμε να μου λέει τους προβληματισμούς του και εγώ να εξηγώ.

Βέβαια κάθε μέρα στην αρχή είχαμε και μία μάχη για το πώς θα περάσουμε την μέρα μας. Το παιδί μπροστά από μια οθόνη η μαμά να προσπαθεί να τον απασχολήσει με διάφορα άλλα πράγματα, άλλες δραστηριότητες.

Πότε να βρούμε την ισορροπία μας;

Ευτυχώς η συνέχεια ήταν καλύτερη ...

Η δασκάλα μας, άρχισε να στέλνει ασκήσεις του σχολείου μέσου e-mail, ο μικρός ενθουσιάστηκε!

«Θα διαβάζω και θα στέλνω e-mail είμαι πολύ τυχερός μαμά μου είπε.»

Ξεκινήσαμε λοιπόν με αυτά.

Έπειτα μαμά και γιός αρχίσαμε να παίζουμε όλα τα επιτραπέζια παιχνίδια που έχουμε στο σπίτι. Συνεχίσαμε με το κρυφτό, εκεί η αλήθεια είναι ότι κάναμε ένα σπίτι παιδότοπο, τα αγαλματάκια ακούνητα αγέλαστα (μόνο αγέλαστα) δεν μπορούσαμε να μείνουμε και βέβαια το ποδόσφαιρο το καλύτερο όλων. Ο διάδρομος του σπιτιού ήταν το γήπεδο μας, η μαμά ήταν ο Κιλιάν Εμπαπέ και ο μικρός άλλοτε ο Κριστιάνο Ρονάλντο και άλλοτε ο Νεϊμαρ. Εκεί η αδρεναλίνη απογειωνόταν!! Φωνές, φάουλ, γκολ. Ευτυχώς ο χρόνος μας είχε γεμίσει ευχάριστα! Άρχισαν και οι φίλοι του να παίρνουν τηλέφωνο και να παίζουν μαζί κάποιες στιγμές με το play station.

Το ηθικό μας ανέβαινε!

Μαζί με όλα αυτά ο μικρός μου έμαθε να κάνει και μόνος του βιντεοκλήση στους παππούδες του και κάθε μέρα τους καλούσε για να τους δει και να τους πει πως πέρασε την ημέρα του. Η Χαρά τους ήταν τεράστια ... τους έδινε δύναμη και κουράγιο σ' όλο αυτό.

Όλα αυτά σημαίνουν ότι οι προτεραιότητες μας πρέπει να αλλάξουν.

Απολαύστε τις στιγμές σας!

Πάρτε αγκαλιά τα παιδιά σας!

Πάρτε τηλέφωνο τους ανθρώπους που αγαπάτε!

Πρέπει να είμαστε θετικοί και αισιόδοξοι, αυτό θα βοηθήσει να επιστρέψουμε σιγά σιγά στην κανονική ζωή!

Γκατζάρα Θεοδοσία

Η Γκατζάρα Θεοδοσία γεννήθηκε στην Κοζάνη και έζησε για λίγα χρόνια στα Σέρβια Κοζάνης. Στη συνέχεια μετακόμισε με τους γονείς της στη Θεσσαλονίκη, όπου ζει μόνιμα. Είναι απόφοιτος του Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης του ΑΠΘ και εκπαιδευτικός Α/θμιας Εκπαίδευσης επί 26 χρόνια. Είναι κάτοχος μεταπτυχιακού Διπλώματος Ειδίκευσης (Μ.Δ.Ε.) στις Επιστήμες της Αγωγής, ΕΑΠ , Τμήμα Ανθρωπιστικών σπουδών καθώς και μεταπτυχιακού Διπλώματος Ειδίκευσης (Μ.Δ.Ε.) στη Διοίκηση και Οργάνωση Εκπαιδευτικών Μονάδων. “Master of Science in Management & Organization of Educational Units” του Διεθνούς Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης.

Διαθέτει πιστοποιητικό Ειδίκευσης στη Σχολική ψυχολογία καθώς και στην Οργάνωση και Διοίκηση της Εκπαίδευσης από το Πάντειο Πανεπιστήμιο.

Στο πεδίο των ενδιαφερόντων της εμπίπτουν δράσεις, που αφορούν την εκπαιδευτική ψυχολογία, θέματα εκπαίδευσης ενηλίκων, αξιοποίησης των τεχνολογιών της πληροφορίας και των επικοινωνιών στην εκπαίδευση, θέματα που προάγουν την Εκπαίδευση στην Ιδιότητα του Παγκόσμιου Πολίτη με χρήση Ψηφιακής Αφήγησης, περιβαλλοντική εκπαίδευση, διαφοροποιημένη διδασκαλία, θέματα Διοίκησης Εκπαιδευτικών Μονάδων καθώς και διαμόρφωσης Ευρωπαϊών πολιτών μέσω της τέχνης. Έχει υλοποιήσει καινοτόμα προγράμματα σε σχολικές μονάδες που σχετίζονται με την περιβαλλοντική εκπαίδευση, τον πολιτισμό, την αγωγή υγείας και την κοινωνική αλληλεγγύη. Έχει παρακολουθήσει πλήθος επιμορφώσεων και σεμιναρίων καθώς επίσης είναι μέλος διαφόρων επιστημονικών ενώσεων.

Μιλά Αγγλικά, διαθέτει πιστοποίηση στις νέες τεχνολογίες, πιστεύει στον εθελοντισμό και στη δια βίου μάθηση.

Συμπλέει με την αποφθεγματική φράση της Maria Montessori: «όταν το παιδί δεν μπορεί να μάθει με τον τρόπο που το διδάσκουμε, τότε πρέπει να το διδάξουμε με τον τρόπο που μπορεί να μάθει». Θεωρεί αναγκαία κάθε προσπάθεια ποιοτικής αναβάθμισης της εκπαίδευσης και σημαντική τη συμπληρωματική κατάρτιση του εκπαιδευτικού σε ειδικά παιδαγωγικά θέματα.

Είναι παντρεμένη και μητέρα δύο υπέροχων κοριτσιών, της Βίκυς που εργάζεται ως φαρμακοποιός στην Αγγλία και της Ειρήνης που θα ολοκληρώσει το μεταπτυχιακό της στη Σκωτία στην τεχνητή νοημοσύνη.

Είναι πολύ χαρούμενη που της δίδεται η ευκαιρία να συμμετάσχει για δεύτερη φορά, στον 4ο Εθνικό Διαγωνισμό του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών, Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας της Πνευμονολογικής Κλινικής του Πανεπιστημιακού Γενικού Νοσοκομείου Λάρισας. Στον 1ο Εθνικό Διαγωνισμό του ίδιου Προγράμματος, είχε λάβει την 1η θέση με ζωγραφικό έργο, επίσης.

Το έργο της «Εγκλωβισμένη άνοιξη», είναι ένα ζωγραφικό έργο (45X30, λάδι σε μουσαμά, σπάτουλα). Απεικονίζει τα συναισθήματά της κατά τη διάρκεια του εγκλεισμού όλων μας, όπου παρακολουθούσαμε από απόσταση, μια άνοιξη διαφορετική, να οργιάζει μέσα στο πλήθος των χρωμάτων των λουλουδιών, των αρωμάτων, των ήχων και της απέραντης ομορφιάς της φύσης. Όλη η πλάση αναγεννήθηκε με περισσή χάρη, αφού το μεγαλύτερο θηρίο, ο άνθρωπος, βρισκόταν εγκλωβισμένος στους τοίχους του σπιτιού του. Ο καθένας από εμάς, ίσως είχε την ευκαιρία να αναμετρηθεί με τον εαυτό του και να τον γνωρίσει καλύτερα με τα θετικά και τα αρνητικά του. Επιπρόσθετα, ίσως είχε τη δυνατότητα, να αναλογιστεί τις βλαβερές επιδράσεις που έχει πάνω στη φύση και να αλλάξει πορεία, ώστε να αφήσει στις μελλοντικές γενιές, θετικό οικολογικό αποτύπωμα.

Εγκλωβισμένη Άνοιξη



Γκατζίκη Έφη

Η απόσταση



Γκιουλέκα Χαρίκλεια

Επικοινωνία



Αλογοσκούφι Κασσάνδρα

Κασσάνδρα Αλογοσκούφι. Καταγωγή απ' το Κιάτο Κορινθίας και το Χάνι της Γραβιάς.

Ζει στη Σαλαμίνα και εργάζεται στην Αθήνα.

Σπουδές στο Τμήμα Πληροφορικής & Τηλεπικοινωνιών στο Ε.Κ.Π.Α. και στο Τμήμα Διεθνών & Ευρωπαϊκών Σπουδών στο ΠΑ.ΠΕΙ. Διατηρεί το διαδικτυακό κασσανδροκούτι: <http://cassandrasbox.wordpress.com>

Όρκος σιωπής

Αυτό που μισώ, όταν με κατακλύζουν ωραίες ιδέες και τρίβω τα χέρια με χαρά για το πώς θα τις καταγράψω μέσα στην έξαψή τους είναι ότι εκείνη τη στιγμή διαπιστώνω, ότι ξαφνικά σπάει η μύτη του μολυβιού από την ένταση που καταβάλω στα δάχτυλα και ότι η ξύστρα έχει χαθεί και έτσι καταδικάζεται η έμπνευση να γίνει ένας φωσφορούχος ατμός σαν πυγολαμπίδα που φωτίζει το κεφάλι μου -όπως το πορτατίφ- μέχρι να χάσει το ηλεκτρικό την ισχύ του.

Θα χρειαστεί να περάσουν βδομάδες μέχρι να ξύσω το μολύβι με ένα μαχαίρι ή καλύτερα να δανειστώ ένα σουγιά από τους ενοίκους της πολυκατοικίας. Γιατί η αληθινή έμπνευση δεν είναι το απλό ξύσιμο ενός μολυβιού, αντίθετα θέλουν σμίλευμα οι ιδέες πάνω στο ξύλο του νου, να χαρακώνεις και να ξύνεις τη μύτη του μαχαιριού τόσο, όσο να πιάσεις μίαν αληθινή φλέβα χρυσού ή φαντασίας και ο πίδακας να γίνει ένα πλούσιο λογοτεχνικό κείμενο για μονορούφι διάβασμα.

Αλλά και πάλι για να μου δανείσουν μαχαίρι οι γείτονες, θα είναι ιδιαίτερα σκεπτικοί ή θα αρχίσουν βροχή τις ερωτήσεις και άντε να τους εξηγήσω γιατί χρειάζομαι μια δίκοπη λεπίδα με ξύλινη λαβή, αν όχι για αυτοπροστασία ή για να κόψω τα λαχανικά στον πάγκο.

-Κατερίνα μου, με την καραντίνα τα βιβλιοπωλεία είναι κλειστά κι εγώ αν δεν έχω τα πράγματά μου, δε μπορώ με δανεικά. Ένας σουγιάς μου κάνει ή το κουζινομάχαιρό σου για να ακονίζω τα μολύβια μου σε φόρμα.

-Μα, με μολύβι βρε Μαρία μου και σουγιά; Σα να ήσουν πρόσκοπος που παλεύει να επιβιώσει με ό,τι βρει στο δάσος; Λείπει ένας υπολογιστής ή ένα κινητό για να γράψεις; Τι σόι συγγραφέας είσαι; λένε σουφρώνοντας τα χείλια σε γκριμάτσα απορίας και γέρνοντας στη ζώπορτα με την αναγκαία απόσταση ασφαλείας.

Εγώ κατσοφιασμένη πρέπει να εξηγήσω:

-Εκεί, έγκειται η γοητεία, η μαγεία και σύλληψη της δημιουργίας, όταν η αιχμηρή μύτη ενός μολυβιού γίνεται αιχμή της σκέψης και το λεπτολόγημά της μοιάζει με τον ιστό αράχνης, που πλέκει διαρκώς παρά τον άνεμο που τον καταστρέφει ή ένα ζώο που το παρασέρνει στο πέρασμά του.

Αντί γι' αυτό, ξεστομίζω ένα:

-*Ιδιοτροπίες...*

Μα πάλι το πρόβλημά παραμένει το ίδιο: Όταν έχω εκπληκτικές ιδέες, η μύτη του μολυβιού εξαφανίζεται. Όταν πάλι παραμονεύω την έμπνευση και εμφανίζομαι με πέντε καλοξυσμένα μολύβια για να την αιφνιδιάσω, τότε ξεμένω από ιδέες και διάθεση να γράψω. Απομένω με σταυρωμένα χέρια στο τραπέζι που ίδιο και απαράλλαχτο με κοιτάζει και το κοιτάζω εξήντα και βάλε μέρες καραντίνας.

Άλλες φορές κοιτάζω επανειλημμένα τις άδειες σελίδες του τετραδίου και αποφαίνομαι ότι για την ξηρασία δημιουργικότητας ευθύνεται το ίδιο το τετράδιο και υφή του χαρτιού, κι άλλες φορές με ενοχλεί το τραπέζι που κάθομαι ή η άβολη καρέκλα χωρίς μαξιλαράκι. Ύστερα, αυτό το συναίσθημα δυσφορίας και κλεισούρας επεκτείνεται στην πεποίθηση ότι για όλα φταίνε τα λάθος ρούχα που φοράω, ότι τα ρούχα μου είναι πολύ στενά ή πολύ χαλαρά, ή ότι είναι πολύ βρώμικα ή ότι είναι υπερβολικά τριζάτα και πεντακάθαρα κατευθείαν βγαλμένα από την απλώστρα και ότι η μυρωδιά του απορρυπαντικού μου τη δίνει στα νεύρα και δε μπορώ να συγκεντρωθώ να γράψω πέντε αράδες.

Άλλοτε νοιώθω να υποφέρω από αϋπνία και φοβάμαι να «κάψω» μια καλή ιδέα, λόγω της κούρασης που νοιώθω κι ότι αν τελικά καταφέρω να γράψω το κείμενο, αυτό δε θα βγει ποτέ καλό λόγω της έλλειψης ύπνου. Όταν ξυπνάω και νοιώθω ξεκούραστη, βρίσκομαι σε αμηχανία. Θέλω να γράψω, όμως με πιάνει αβάσταχτη πείνα και τυχαίνει να μην έχω τίποτα στο ψυγείο. Μέχρι να μαγειρέψω και να φάω, πάει πέταξε η ιδέα στο διπλανό μπαλκόνι με τον γείτονα να γελάει με τις ιδιοτροπίες της νευρικότητάς μου. Κι άλλοτε βρίσκω το δωμάτιο και τον καιρό τόσο παγωμένο, που τα δάχτυλά μου ξεραίνονται από τον πόνο και την ακαμψία κι αρνούνται να ζεσταθούν με λίγο γράψιμο-τρέξιμο. Αν βάλω θέρμανση, μετά τα ρούχα μου με κάνουν να ζεσταίνομαι. Νοιώθω κρυάδες και ζέστη ταυτόχρονα και χάνω τη συγκέντρωσή μου.

Μετά έρχονται περισσότερα προβλήματα και ανασφάλειες. Έλεγα πάντα, αν είχα τα φράγκα θα μπορούσα να μην εργάζομαι για να έχω όσο χρόνο χρειάζομαι για να διαβάζω και να γράφω.

Δυστυχώς, όταν εργάζομαι κι έχω λεφτά, γυρνάω απ' τη δουλειά σκοτωμένη

και με παίρνει ο ύπνος στον καναπέ την ώρα που λύνω τα κορδόνια ή στο τραπέζι, όταν δίνω σινιάλο στον εαυτό μου να ξεκινήσω λίγο γράψιμο κρατώντας ένα στραβό μολύβι για τη χαρά λίγης άναρχης αυτόματης γραφής. Δίνω την εκκίνηση και με κυριεύει κάτι σα γλάρωμα και σύντομα πέφτω σε βαθύ ύπνο -*κόμα ξεκούρασης*- και ο αναρχικός νους εν τέλει συλλαμβάνεται από το αστυνόμο σώμα με μια ροπαλιά που κάνει τα πάντα να σκοτεινιάζουν. Η επόμενη μέρα θα είναι ίδια με τη χθεσινή και η σημερινή ίδια απαράλλαχτη με τη προχθεσινοβραδινή. Φαύλος κύκλος η καλλιτεχνία για έναν ιδιωτικό υπάλληλο του κατώτατου και της εποχικής απασχόλησης.

Το χειρότερο είναι όταν μένω άνεργη, που είναι παρόμοια φάση με τη διαβουλευμένη την καραντίνα. Τότε, το μολύβι μένει στη μολυβοθήκη του πεισματικά αδιάφορο σε κάθε μου ενέργεια. Τα χαρτιά τέλεια διπλωμένα σ' ένα ντοσιέ, ώσπου να τα βγάλω για να τα κάνω προσάναμμα στο τζάκι από την απελπισία και την πίεση όχι μόνο να γράψεις ένα καλό κείμενο, αλλά να σου βγει και μάλλον αριστούργημα. Οι ιδέες θαρρείς μοιάζουν σαν αράχνες που ταλαντεύονται στον ιστό απ' το ταβάνι. Εσύ είσαι πάντα αρκετά κοντός και μικρός για να τις πιάσεις. Η ιδέα που προσδοκείς είναι πολύ μεγάλη για να πιαστεί στην φάκα της ιστορίας σου. Είναι σκέψεις φευγαλέες και άπιαστες, σαν ένα αραχνάκι που έπεσε στην κατάθλιψη της πτώσης του, κι ωστόσο μένει άπραγο και απρόσιτο στο ίδιο πάντα σημείο ψηλά στο ταβάνι σαν βασιλιάς χωρίς μυγοσκοτώστρα.

Άλλοτε όλα είναι τέλεια τριγύρω, μα ο εαυτός μου θρύψαλο. Πιάνω να γράψω κι από το τρίξιμο που κάνει το μυτερό μολύβι πάνω στο γυαλιστερό χαρτί μοιάζω σα γυαλί που συντονίζεται με το χρατς του εκκωφαντικού ήχου και σωριάζομαι σε μικροσκοπικά θρύψαλα στο πάτωμα σαν τη συναυλία στη διαπασών που έσπασε τα τζάμια όλων των παρκαρισμένων αυτοκινήτων στην οδό Γαλήνης.

Είναι φορές που το σαρακι μέσα μου γίνεται φλογερός οίστρος έμπνευσης που βάζει φωτιά στα γραπτά που μόλις γράφω για να καταντήσουν στάχτες. Μαζί με αυτά παίρνει φωτιά και το σπίτι –*φτιαγμένο όλο από μπαμπού και χαρτί*. Όλα σιγοκαίονται νωχελικά, σα μια εκκλησία που παραδίδεται στις φλόγες ενός άθεου Νέρωνα.

Καθισμένη στο τραπέζι και προσηλωμένη στις ανίερες σκέψεις περί φωτιάς και λάβρας σε ό,τι με βασανίζει και με αποκάμει, γιατί πραγματικά με' χει κουράσει αυτή η κατάσταση του να χάνω τον αυτοέλεγχο, γράφω κάποτε μεγαλόπνοα

αριστουργήματα και το φόρεμα με τον μακρύ ποδόγυρο βουτηγμένο σε αντισηπτικά και μπλε οινόπνευμα –*ψεκάζουμε ακόμα και τα κάτω άκρα, γιατί κινδυνεύουμε να κολλήσουμε από το δάπεδο σε κοινόχρηστους χώρους*- παίρνει φωτιά και λαμπαδιάζει μέσα στην πυρά της δημιουργίας. Τότε, είναι η καλύτερη στιγμή, που καταλαβαίνω τον Δημιουργό και τον εαυτό μου σαν καμένο φύλλο. Βγάζω το λάστιχο. Γεμίζω κατσαρόλες νερό. Βρέχω τα γραπτά που καίγονται και ξεπλένεται το μελάνι. Τα χαρτιά μουλιασμένα είναι για τα σκουπίδια. Θα τα στουμπώσω σε μαύρες σακούλες και θα τα κρεμάσω έξω στο τσιγκέλι για να' ρθουν να τα πάρουν οι ελάχιστοι εργαζόμενοι της covid-19 εποχής: Είναι οδοκαθαριστές, σκουπιδιάρηδες, που μας απαλλάσσουν από τις βρώμικες σκέψεις της ημέρας. Αυτοί πέρασαν το Πάσχα κάτω από τα σπίτια μας και φώναζαν:

-Χρόνια πολλά! Χρόνια πολλά, άνθρωποι!

Ο κόσμος κρυφοπαρακολουθούσε μουγγός πίσω από τις γρίλιες. Με παρόμοιο τρόπο έκανα Απόκριες, Καθαρά Δευτέρα, Μεγάλη Βδομάδα, Λαμπρή, Πασχαλιά, Πρωτομαγιά και Άγιο Πνεύμα μόνη με τον άντρα μου μέσα στο μόνο σπίτι με τα μόνα δωμάτια και τα μόνα έπιπλα. Μόνο ένα «*Χρόνια Πολλά*» αν ανταπαντούσα στους οδοκαθαριστές θα είχα κάνει μία πρώτη επαφή ανθρώπινης προσέγγισης. Ύστερα, θα ακολουθούσαν κι άλλοι πολλοί, διότι οι μάζες έχουν την τάση μίμησης κι πάντα προσμένουν το πρώτο σινιάλο ενός θαρραλέου τρελού για να βουτήξουν κι οι υπόλοιποι κατά χιλιάδες στην ίδια απλή λαχτάρα: να βροντοφωνάξουν «*Χρόνια Πολλά*» και «*Γεια*» που ήταν το ζητούμενο της πανδημίας. Τη λαχτάρα του όχλου να βγάλει μια κραυγή και να απελευθερωθεί απ' το σώμα του και κατ' επέκταση απ' το σπίτι του που είχε βαλτώσει τόσους μήνες. Αλλά του κάκου τι στραβό κεφάλι είμαστε εμείς οι άνθρωποι με προκαταλήψεις για τους ανθρώπους που εργάζονται χωμένοι μέσα στο σκουπίδι, στα μικρόβια και στα ρυπαρά υγρά. Μόνο για σιωπή είμαστε άξιοι, εμείς οι ανάξιοι.

Και το επόμενο ερώτημα που στροβίλιζε συνεχώς στο μυαλό μου ήταν τούτο:

-Πόσο θα πάρει στους ανθρώπους να γράψουν όλα τους τα βιβλία και έπειτα να σωπάσουν μια και καλή για πάντα;

Ήταν η στιγμή που οι άνθρωποι πέθαιναν μέσα στα γεράματα λόγω covid19 και έχοντας ένα υποκείμενο νόσημα, όπως καρδιά, καρκίνο ή διαβήτη κι αντί να

αφήνουν πίσω τους απογόνους, αφήναν βιβλία βαρετά και αδιάφορα ως μια κληρονομιά χωρίς αποδέκτη. Ήταν οι προσωπικές τους ιστορίες που δε θα γραφούν ποτέ, όπως τα καταδικασμένα βιβλία στις δημοτικές βιβλιοθήκες, που σκονίζονται αδιάβαστα. Οι αναγνώστες γίνονται είδος προς εξαφάνιση, ένεκα ενός νέου είδους προς επικράτηση. Είναι εκείνος ο αδιάφορος νέος που όντας φορέας του ιού δε θα φυλαχθεί από τους άλλους. Θα γυρεύει πάντα σαν τον κακό τον λύκο ένα υγιές κοπάδι προβάτων για να ξεχυθεί και να εξαπλώσει τον θάνατο της νόσου. Θα είναι ο απερίσκεπτος, που θα φτύσει για αστείο ή θα φτερνιστεί εξεπίτηδες πάνω σε μια αρμαθιά τρομαγμένους ανθρώπους έτοιμους να πέσουν στο φέρετρο χάρη σ'έναν ατέλειωτο και πονεμένο βήχα.

Πολιτείες ρημάζουν με άδειους δρόμους και κλειστά μαγαζιά. Πλανόδια σκυλιά αναζητούν νερό στο πιατάκι εις μάτην. Πλάνα δορυφορικά μιας αστικής ζωής που έπαψε έστω για λίγο να υπάρχει. Οι άνθρωποι επαναστατούν μέσα στα ασφυκτικά διαμερίσματα: μιλάνε σε οθόνες, διαβάζουν τα κινητά, γελάνε στο μικρόφωνο. Ήταν πάντοτε μικροαστοί εγκλωβισμένοι στις παλιοσυνήθειες και τώρα βρίσκονται αντιμέτωποι με την φούσκα της κοινωνικής ζωής. Η Μοναξιά κυριαρχεί μεταμορφωμένη σ' ένα αδηφάγο σπίτι που σα μαύρη τρύπα καταναλώνει μέρες και αναμνήσεις δίχως κάποια αξιοσημείωτη εξαργύρωση. Η γη πλανιέται με τις μυρμηγκότρυπες γεμάτες και τους τυφλοπόντικες ανθρώπους πίσω απ' τους δαιδαλώδεις τοίχους των πολυκατοικιών. Ανέκαθεν περιπλανιέται η γη γύρω από την φωτεινή ψευδαίσθηση του ήλιου. Δεν άφηνε όμως τροχιές ξοπίσω της στο διάστημα παρά μόνο περιστρεφόμενα φύλλα γραφομηχανής –σα μήνυμα σε μπουκάλι. Οι αράδες τον χαβά τους: από αριστερά προς τα δεξιά εκκλιπαρούν εκείνο το ζευγάρι μάτια που θα καταβρόχθιζε τα νοήματα των προτάσεων από γραμμή σε γραμμή.

~

Πλένω τα χέρια σχολαστικά και συλλογιέμαι ότι αυτό που μισούσα περισσότερο ήταν η απουσία μνήμης και η ανάγκη να κατασκευάζω νέα νοήματα για να ναι οι σκέψεις μου ολοκληρωμένες. Διάβαζα στις εφημερίδες ιστορικά γεγονότα. Στο μυαλό μου φάνταζαν ακατανόητα και μπλαζέ. Έπρεπε να σκεφτώ τις συνέπειες, τα πρωταίτια και να καλύψω τα κενά μνήμης και κατανόησης με δικές μου ερμηνείες. Η πανδημία μου ήταν αδιανόητη, την ανασκεύασα λοιπόν ως μια πραγματικότητα στα

δικά μου μέτρα.

Από ανάγκη έβγαινα στον δρόμο και ζητιάνευα με γάντια ιδέες από τους περαστικούς. Ήταν ένα περίεργο συναπάντημα αυτό μεταξύ μασκοφόρων που ασθμαίνουν βαριά.

Μέχρι που ένας άντρας μου πρόσφερε ένα μήλο χωρίς να έχει λάβει τα απαραίτητα μέτρα προστασίας.

-Θα σε χορτάσει, αλλά μπορεί να σε μολύνει με γνώση, είπε.

-Γράψε λοιπόν κάτι για τη μαμά σου, με ενθάρρυνε.

Μετά το τυχαίο αυτό γεγονός, που τολμώ να παραδεχτώ ότι πήρα το μήλο με μια χαρτοπετσέτα και το δάγκασα όλο περιέργεια, άρχισα να γράφω για τη μαμά μου ημερολόγια καταστρώματος προσπαθώντας να παραλληλίσω την κατάσταση καραντίνας με τον εγκλεισμό των ναυτών στο μπουντρούμι του καραβιού για περιορισμό μετάδοσης τύφου. Ένοιωθα τότε, τον εαυτό μου ενήλικα να βρίσκεται παράταιρα μέσα στη μήτρα της μάνας και να μη ξαναγεννιέμαι και να κάθομαι κουλουριασμένη μέσα στην φυλακή αυτή.

Κι γέμιζαν χέρια και δέρμα με εξανθήματα μιας ευγενικής ιδέας που έμεινε για καιρό αχρησιμοποίητη, ώσπου κακοφόρμισε στο σπυρί της.

Το χάραμα ο σκουπιδιάρης ξαναπέρασε στον ύπνο μου. Με καλημέρισε και ευχήθηκε να ζήσω πολύχρονη. Είχε έρθει αυτήν τη φορά με την κατοχική καρότσα για να μαζέψει τα ανθρώπινα πτώματα από όλες τις γειτονιές κι ιδίως της Λομβαρδίας και του άτυχου Μπέργκαμο και να τα κάνει περιφορά σαν επιτάφιο.

Νόμιζα ότιμίλαγε σε μένα, αλλά το βλέμμα του ήταν τυφλό τυχαία καρφωμένο πάνω μου.

-Αν θες να γίνεις καλά, κοίταξε να ξεφορτωθείς τα σκουπίδια και ιδίως τα ρούχα της μάνας σου. Αυτά σου ντύνουν το μυαλό με πεθαμένες ιδεολογίες.

-Μα είναι ότι μου έχει απομείνει, ψέλλιζα με παράπονο...

Κι έφευγε δείχνοντας ένα νεκρό κουνάβι που είχε κρεμασμένο από την καγκελαρία του φορτηγού.

-Εγώ μια ζωή κατηγορούσα τα νεκρά ζώα και ποτέ τα σκουπίδια των ανθρώπων για την αποφορά τους. Μέχρι που η φύση μου απέδειξε ότι είμαστε όλοι- αρώματα καλά και κακά- αναγκαίοι για την ανακύκλωση του κύκλου της ζωής.

Αυτά ήταν τα τελευταία λόγια του «αμόρφωτου» σκουπιδιάρη -με μεταπτυχιακό στην φιλοσοφία.

-Είδες κόσμος που χαραμίζεται μέσα στις χωματερές; αναφώνησα στον εαυτό μου και μπήκα παγωμένη στην κουζίνα. Έξω έβρεχε και φύσαγε. Έκανε κρύο. Παράταιρο φαινόμενο για μήνα Μάη. Η βρύση έσταζε εκνευριστικά και μου 'ρθε και σφράγισα τον νεροχύτη με μία τσάντα βιβλία κοινωνιολογίας.

Κι το σκουλήκι του μυαλού με ρώτησε:

-Αν τα αφήσεις να σαπίσουν στο νερό εγώ με τι θα θρέφομαι που ήμουν ο βιβλιοφάγος τόσα χρόνια;

-Φάε την φωνή μου. Θα μιλώ και θα με ακούς αχόρταγα και αυτό θα σου γεμίζει το άδειο σου στομάχι σαν τα επιδόματα ειδικού σκοπού. Τσάμπα λόγια για να αγαπιόμαστε.

Κι εκείνο ειρωνικά άρχισε να μπαινοβγαίνει απ' το τρύπιο δέρμα μου.

Όσοι δούλεψαν Ιανουάριο –Φεβρουάριο τους μήνες έξαρσης της κινέζικης πανδημίας του 2019, υπέφεραν για εβδομάδες μετά από ένα υποχόνδριο συναίσθημα ότι είχαν νοσήσει μυστικά και δεν εκδηλωνόταν στα φανερά, ούτε σαν πυρετός, ούτε σαν ξερόβηχας. Ήταν στο μυαλό τους ότι ήταν φορείς και κουβάλαγαν σε επώαση τον θάνατο. Ένα φρικτό συναίσθημα που βασάνισε και μένα και με καθήλωνε στο σπίτι αρνούμενη να κάνω χρήση των sms προειδοποίησης εξόδου.

Νεκρή από καιρό φαντασιωνόμουν ότι ξαναζώ στο Πατρικό μου στην Καλλιθέα κι ότι τρώω πίτες με τυρί και κρεμμύδι στον πέμπτο όροφο στις έξι το πρωί μετά από ξέφρενο ξενύχτι σε χορευτικά κέντρα τελικής πτώσεως.

Ήταν οι ώρες που οι πολιτικοί έβγαιναν με τις ντουντούκες απ' τα μεγάφωνα πλανόδιων αυτοκινήτων κι έταζαν να πάρουν τα παλαιά έπιπλα τα γεμάτα παιδικές αναμνήσεις για άλλα μοντέρνα αποστειρωμένα κενά νοημάτων προς χάριν ξεκαθαρίσματος του παλαιού τοπίου. Οι ειδήσεις και τα ντοκιμαντέρ έλεγαν και ξανάλεγαν: «*Τίποτα δε θα είναι ίδιο από δω και μπρος*». Ο τρόπος ο παλιός που ζούσαμε ευτυχισμένοι ο ένας πάνω στον άλλον: Οι αγκαλιές, τα χάδια, οι σπρωξιές και οι μπουνιές ήταν κάτι που θα έπρεπε να κοπεί μαχαίρι.

Για μένα αυτό ήταν η στιγμή που έδινα μια στο μπαλκόνι και φτερούγιζα σα χοντρό πουλί με κοντά φτερά. Ένα μπαλόνι αιωρείται με την φάτσα μου

παραφουσκωμένη. Έβγαινα στη γειτονιά δεμένη με μία κλωστή για να ξαναβρώ το δρόμο προς τα πίσω. Για να πραγματοποιήσω τέτοια πτήση χρειαζόμουν όλη μου την καλή ενέργεια και αυτοσυγκέντρωση. Έπρεπε καθ' όλη τη διάρκεια της καραντίνας να κάνω θετικές σκέψεις. Να σκέφτομαι αστεία και κωμικά γεγονότα. Έπρεπε να πιστεύω ότι ο άνθρωπος είναι γεννημένος να πραγματοποιεί με την φαντασία τέτοιες μικρές πτήσεις. Αρκεί να απέφευγα τις κακοτοπιές μιας ενοχλητικής ανάμνησης που θα με καθήλωνε σα βαρίδι στην ελεύθερη πτώση του Νεύτωνα.

Τότε, εξηγούσα στον εαυτό μου ότι μπορείς να περάσεις την καραντίνα ολομόναχος αρκεί να πάρεις τον όρκο της σιωπής, ωστόσο αν είσαι συγγραφέας μπορείς χωρίς να σπάσεις τον ιερό σου όρκο να γράφεις χωρίς να μιλάς για αυτά που συμβαίνουν και αυτά που δε συνέβησαν ποτέ. Κι όντως στην καραντίνα δεν έζησα τίποτα άλλο παρά την εμπειρία της απομόνωσης μέσα σε μια ασφυκτικά γεμάτη ντουλάπα με ρούχα κι εμένα πεισμένη ανάμεσα σε παλτά και παπούτσια. Τότε έπαιρνα το θάρρος και μονολογούσα στον εαυτό μου ότι μπορούσα να πω πέντε λόγια για τη μηλιά μου χωρίς να παρεξηγηθώ δημοσίως. Κι η μηλιά ήταν το καταραμένο δέντρο των πρωτόπλαστων- των πρώτων ανθρώπων- γιατί οι επόμενοι, οι δεύτεροι, τρίτοι και πάει λέγοντας άνθρωποι δεν έζησαν μια ελεύθερη ζωή από κομπορμισμούς και μαθημένες νοοτροπίες. Μια που δοκίμασαν οι πρωτόπλαστοι από το δέντρο της γνώσης, μια που η γυναίκα έμεινε έγκυος από τον άντρα της. Μια που η επιστήμη μπήκε στη ζωή μας. Μια που οι ιοί φτιάχνονται ή όχι στο εργαστήριο. Μια που τα εμβόλια ανακαλύπτονται ή όχι στα εργαστήρια της φύσης. Ούτε που θα το μάθουμε ποτέ.

Δεν έπρεπε να πάρω τον όρκο της σιωπής. Ο καημένος ο άντρας μου ήταν στο διπλανό δωμάτιο. Κι εκείνος μένει πολλές ώρες σιωπηλός. Διαρκώς διαβάζει και αναμασά τα λόγια του κόσμου. Γράφει και διαβάζει. Και με πληροφορεί ότι στην καραντίνα όλος ο κόσμος γράφει και διαβάζει και ότι δε μπορώ να αρνούμαι την φύση μου και να μη γράφω. Πρέπει λέει να βγω να γράψω έστω με τον ανορθόδοξο αυτό τρόπο και ίσως κάπως να είμαι πιο κοντά στην αλήθεια. Αυτό το συναίσθημα που χρόνια μετά μπορεί να μοιάζει με παλιό εφιάλτη.

Ο άντρας μου είναι στο διπλανό δωμάτιο. Δε νοιώθω παντέρημη. Αναθάρρησα κι το θάρρος μεταφέρθηκε στα δάχτυλα του χεριού. Και τα δάχτυλα αρέσκονται να

δίνουν ρυθμικά σινιάλα στις πόρτες και στις ξύλινες επιφάνειες. Έτσι, δημιουργήσαμε έναν μυστικό κώδικα επικοινωνίας. Όπως τα σπουργίτια που θα ροκανίσουν με το ράμφος ρυθμικά το μαδέρι στο παράθυρο. Στους δύο χτύπους σήμαινε φιλί. Στους τέσσερις χτύπους βόλτα στην ταράτσα και στους δύο γρήγορο και ένα κοφτό σήμαινε παιδί σε εννέα μήνες.

Κι έτσι ζήσαμε για μήνες που φάνταζαν χρόνια μέχρι που ήρθε η βραδινή περίπολος να μας αλλάξει για πάντα. Κι άκουγα τον άντρα μου να κλαίει με αναφιλητά γιατί δεν ήθελε να αφήσει το σπίτι μας χωρίς μια καληνύχτα. Η περίπολος όμως δεν εμφανιζόταν και το περιπολικό με ανοιχτή πόρτα και το κόκκινο φως να αναβοσβήνει μας έδωσε να καταλάβουμε ότι μας κορόιδευαν αφού κανείς δεν ήρθε για μας. Ήταν πράγματα που δεν καταλαβαίναμε σ' αυτόν τον κοροναϊό. Πόσοι πέθαιναν; Που πήγαιναν ύστερα από τον θάνατο; Πως ένοιωθαν αυτοί που έμεναν πίσω; Πόσοι θάφτηκαν ανώνυμα στο νησάκι Χαρτ σα μικρά λευκά σημάδια;

Έτσι, ανοίξαμε ένα βιβλίο Ιατρικής Παθολογίας I προσπαθώντας να αποκοιμηθούμε ανάμεσα στα φύλλα. Στην άκρη του φύλλου, θα γέμιζε με όνειρα και εφιάλτες, έτσι με διαβεβαίωνε ο άντρας μου και αυτό θα ήταν η αρχή για ένα νέο είδος καταγραφής της αυτόματης συνειρμικής γραφής.

Πριν πάμε για ύπνο αποκτήσαμε τη νέα συνήθεια να κάνουμε την προσευχή μας σα να' ταν η τελευταία.

Να και κάτι χρήσιμο που μας έμαθε η πανδημία...

Δαλαμπύρα Ειρήνη

Η Δαλαμπύρα Ειρήνη γεννήθηκε και μεγάλωσε στη Λάρισα όπου συνεχίζει να ζει και να εργάζεται, διατηρώντας γραφείο, ως μάχιμη Δικηγόρος επί της οδού Μανωλάκη 9-11 Γ Λάρισα.

Αποφοίτησε από τη Νομική Σχολή του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης και είναι εγγεγραμμένη στον Δ.Σ. Λάρισας από το 2002. Είναι μητέρα δύο παιδιών, μαθητών Λυκείου.

Με τη ζωγραφική ασχολείται ερασιτεχνικά, ζωγραφίζει από την παιδική της ηλικία. Τα θέματα των έργων της κινούνται στο χώρο της τοπιογραφίας κυρίως, με αναφορές στα ρεύματα του ρομαντισμού και του ιμπρεσιονισμού. Η δημιουργία μέσα από τη ζωγραφική αποτέλεσε για την ίδια προσωπικά τρόπο έκφρασης και επικοινωνίας πολύ περισσότερο δε στην περίοδο της απομόνωσης, της απόστασης και της αναμονής που έφερε η πανδημία.

Email. eirinidalabira@gmail.com

Μέρες απόστασης



Δασκαλόπουλος Βασίλειος

Η ασφάλεια



Δραγούνη Βασιλική

Η Δραγούνη Βασιλική γεννήθηκε στην Αθήνα. Έχει σπουδάσει Αγγλική Φιλολογία στο Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ευρωπαϊκή Συγκριτική Λογοτεχνία στο Πανεπιστήμιο της Γάνδης (Βέλγιο) και έχει μεταπτυχιακό στις Διεθνείς και Ευρωπαϊκές Σπουδές από το Πανεπιστήμιο Πειραιώς. Εργάζεται στον αεροπορικό χώρο.

Ποιήματα και διηγήματά της έχουν βραβευθεί σε Πανελλήνιους και Διεθνείς λογοτεχνικούς διαγωνισμούς και έχουν εκδοθεί σε συλλογικά έργα (ανθολογίες και ποιητικές συλλογές) καθώς και σε λογοτεχνικά περιοδικά. Ποιήματα και κείμενά της δημοσιεύονται σε λογοτεχνικές ιστοσελίδες και σε ψηφιακές εκδόσεις του διαδικτύου. Έχει εκδώσει τέσσερις ποιητικές συλλογές: "Πτήση στο Φως", "Σελήνη στον Σκορπιό", "Τοπία του Είναι" και "Από Ένστικτο", με τις Εκδόσεις Πνοές Λόγου και Τέχνης. Είναι διαχειρίστρια του λογοτεχνικού ιστολογίου artifactspirit.blogspot.com

Είκοσι Δυο

Το κτίριο 512 ήταν κοντότερο από τα περισσότερα σε μόλις είκοσι οικοδομικά τετράγωνα, αλλά ότι του έλειπε σε ύψος το αναπλήρωνε με την στιβαρή κατασκευή του. Βλέποντάς το κανείς από ψηλά, ήταν σαν μια λιτή, επίπεδη πλάκα από σκυρόδεμα. Η όψη του ήταν γκρίζα, διάτρητη από ένα πλήθος σχισμών που επέτρεπαν να διεισδύει πολύ λίγο φως και ακόμη λιγότερος αέρας. Οι άνθρωποι κινούνταν μέσα και έξω από τις περιστρεφόμενες πόρτες του σε σμήνη, κάνοντάς το να μοιάζει από μακριά σαν μια τεράστια μυρμηγκοφωλιά. Ήταν σχεδόν όλοι τους ντυμένοι με γκρίζα ρούχα σαν ένα είδος καμουφλάζ μέσα σε όλο αυτό το γκρι που επικρατούσε στην τσιμεντένια ζούγκλα.

Ένας από αυτούς περπατούσε λίγο πιο αργά από τους υπόλοιπους, ο βηματισμός του ήταν λίγο πιο δύσκαμπτος και το δέρμα του λίγο πιο ωχρό. Η διαφορά ήταν τόσο ασήμαντη, ώστε κανένας ανθρώπινος νους δεν θα μπορούσε να αναγνωρίσει κάποια παραφωνία. Ωστόσο, δεν ήταν καθόλου συμπτωματικό το γεγονός ότι η πλατεία μπροστά από το κτίριο 512 ήταν υπό επίβλεψη από Παρατηρητές και όχι από απλούς ανθρώπους. Ο Παρατηρητής νούμερο 33 εντόπισε τη διαφορά μεταξύ του ανθρώπου αυτού και των υπολοίπων που κινούνταν σε ευθυγραμμισμένες αποστάσεις μεταξύ τους και τον ταξινόμησε σε έναν φάκελο με την ετικέτα «Υπό Διερεύνηση». Όλη αυτή η αλληλουχία ενεργειών δεν πήρε παραπάνω από μισό δευτερόλεπτο, ήταν όμως αρκετό για να τον καταδικάσει σε σοβαρή αμφισβήτηση κατά την είσοδό του στο κτίριο 512.

«Johnathan Ramos, παρακαλώ αναφερθείτε στην αίθουσα 11, όροφος 22 για εξέταση». Η ηλεκτρονική γυναικεία φωνή αντηχούσε πάνω από το ηχείο καθώς ο άνδρας έμπαινε στο κτίριο μέσα από τις περιστρεφόμενες πόρτες. Πέρασε το λόμπι και κατευθύνθηκε προς έναν από τους ανελκυστήρες που επέτρεπαν στους Παρατηρητές του κτιρίου να ανεβοκατεβαίνουν τους ορόφους του. Αντέδρασε σαν να μην ήταν κάτι παραπάνω από ένα συνηθισμένο περιστατικό, η έκφρασή του δε φανέρωνε κανένα ίχνος φόβου.

Το στομάχι του αναπήδησε καθώς ο ανελκυστήρας απογειώθηκε προς τα πάνω, πριν ξεκινήσει την κάθοδό του. Δύο Παρατηρητές τον συνόδευαν. Στον τριακοστό

όροφο οι πόρτες άνοιξαν για να μπει ένας τρίτος, ο οποίος πάτησε το κουμπί με το νούμερο 22. Οι πόρτες του ανελκυστήρα άνοιξαν και ξανάκλεισαν. Ο Johnathan βρέθηκε μόνος του στον όροφο. Ο όροφος ήταν μεγάλος, με πόρτες σε κάθε πλευρά που είχαν ταμπέλες πάνω τους. Η αίθουσα 11 ήταν η έκτη πόρτα στα δεξιά. Στάθηκε απέξω και επέτρεψε στον σαρωτή να περάσει πάνω από το πρόσωπό του πριν η πόρτα ανοίξει και αποκαλύψει ένα εργαστηριακό, αποστειρωμένο δωμάτιο. Οι τοίχοι ήταν υπόλευκοι, όπως παντού στο κτίριο. Υπήρχε ένα απλό μεταλλικό γραφείο συνδεδεμένο με ένα μαύρο μικρόφωνο και μια μεταλλική καρέκλα. Ο Johnathan κάθισε και περίμενε.

Ένας ομιλητής εμφανίστηκε στην τεράστια οθόνη στο ταβάνι της αίθουσας, κάνοντάς τον να αναπηδήσει τρομαγμένος.

«Καλημέρα Johnathan Ramos, παρακαλώ παραμείνετε στη θέση σας και απαντήστε στο μικρόφωνο. Η εξέταση σας αρχίζει τώρα». Η φωνή ήταν η αρσενική εκδοχή εκείνης που τον είχε καλέσει σε αυτήν την αίθουσα και ο ίδιος αισθάνθηκε ένα ρίγος να διατρέχει τη ραχοκοκαλιά του. Παρόλα αυτά το πρόσωπό του παρέμεινε απόλυτα ανέκφραστο.

«Τι ώρα φύγατε για δουλειά σήμερα το πρωί Johnathan Ramos;» ρώτησε η φωνή και ο Johnathan έσκυψε προς το μικρόφωνο.

«Οκτώ και τέταρτο».

«Και πότε φτάσατε στην πλατεία;»

«Οκτώ και μισή.»

«Κάνατε το γύρο της πλατείας με έναν συντονισμένο και επαγγελματικό βηματισμό;»

«Ναι.»

Ένα κόκκινο φως αναβόσβησε από το ταβάνι και ο Johnathan αντιστάθηκε στην παρόρμηση να προσθέσει κάτι άλλο. Προφανώς το φως επεσήμανε ένα ψέμα. Κάτι διαφορετικό από την τελειότητα που το περιβάλλον του απαιτούσε πάνω από οτιδήποτε άλλο.

«Ξανά. Κάνατε το γύρο της πλατείας με έναν συντονισμένο και επαγγελματικό βηματισμό;»

«Από όσο είμαι σε θέση να γνωρίζω, ναι.»

Αυτή τη φορά δεν αναβόσβησε κανένα φως και η εξέταση συνεχίστηκε.

«Γιατί δεν ήσασταν συγχρονισμένος με τους υπόλοιπους;»

Ο Johnathan δεν απάντησε. Δεν είχε παρατηρήσει ότι είχε ξεφύγει από την τελειότητα που το περιβάλλον του απαιτούσε. Δεν είχε παρατηρήσει ότι πήγαινε πιο αργά σε σχέση με τους άλλους. Ήταν κάτι που δεν είχε σκεφτεί, ήταν ένα "λάθος" που μπορεί και να του κόστιζε ακριβά.

«Ξανά. Γιατί δεν ήσασταν συγχρονισμένος με τους υπόλοιπους;»

«Δεν πρόσεξα ότι είχα ξεφύγει».

«Αυτό σημαίνει ότι δεν δώσατε τη δέουσα προσοχή στους κανονισμούς;»

Ο Johnathan έγνεψε, μην τολμώντας να μιλήσει. Η οθόνη έσβησε και η πόρτα πίσω του άνοιξε διάπλατα. Σηκώθηκε αδέξια από την καρέκλα του και περπάτησε προς την ανοιχτή πόρτα. Ο όροφος ήταν άδειος, τέλειος μέσα στην απλότητά του. Ο Johnathan επιτάχυνε το βήμα του, κατευθυνόμενος προς τον ανελκυστήρα.

Το στόμα του παρέμεινε ανέκφραστο παρά το γεγονός ότι τα δόντια του χτυπούσαν από φόβο. Πάτησε το κουμπί για να καλέσει τον ανελκυστήρα. Ίσιωσε τους ώμους του και περίμενε. Καμία ένδειξη. Ο πανικός άρχισε να τον κυριεύει αλλά το αγνόησε. Πάτησε ξανά το κουμπί. Καμία ένδειξη και πάλι. Συνέχισε να περιμένει.

Από το λόμπι τρεις Διεκπεραιωτές μπήκαν στον ανελκυστήρα και πάτησαν το κουμπί με το νούμερο 22. Τα σώματα τους ήταν εγκιβωτισμένα σε Hazmat αλεξίσφαιρες στολές και τα πρόσωπά τους καλύπτονταν από χειρουργικές μάσκες. Στον όροφο 22 η πόρτα του ανελκυστήρα άνοιξε και ο Johnathan Ramos άφησε τη δική του μάσκα τελειότητας να καταρρεύσει. Κανένας από τους ορόφους 21 και 23 δεν άκουσε τις κραυγές του.

Εκίζογλου Μαρία – Δανάη

Η επαφή



Ζαφείρης Μάριος

Ένα διαφορετικό πρωινό



Ζησοπούλου Βάια

Ανάσταση 2020



Ζησόπουλος Επαμεινώνδας

Μάθημα αγγλικών



Ζουρνατζή Παναγιώτα – Παρασκευή

Μάθημα Πιάνου



Ζωβοΐλη Μαίρη

Η Ζωβοΐλη Μαίρη εργάζεται στον τομέα της Μοριακής Βιολογίας. Σπούδασε στο Εθνικό Καποδιστριακό Ίδρυμα της Ιατρικής Σχολής Αθηνών και στα ΤΕΙ Αθήνας. Μόλις αποφοίτησε από τη σχολή δημιουργικής γραφής Tabula Rasa όπου διδάχτηκε τη συγγραφή παραμυθιού. Αναμένεται σύντομα η έκδοση ενός συλλογικού έργου που περιλαμβάνει ένα παραμύθι της, ενώ συμμετείχε φέτος με δυο παραμύθια στο Λογοτεχνικό Ημερολόγιο 2020 του περιοδικού Κέφαλος και με άλλο ένα στην Κυπριακή Φιλολογική Πρωτοχρονιά.

Έχει συμμετάσχει για πρώτη φορά φέτος σε διάφορους διαγωνισμούς συγγραφής παραμυθιών και παιδικών θεατρικών έργων και κέρδισε το 3ο βραβείο παιδικής λογοτεχνίας προς τιμή του συγγραφέα Άντρου Παυλίδη που διοργανώθηκε από τον Ελληνικό Πολιτιστικό Όμιλο Κύπριων Ελλάδος. Εκτός από τη συγγραφή έχει παρακολουθήσει μαθήματα αγιογραφίας, σκίτσου και γελοιογραφίας, ζωγραφικής και παραδοσιακών χορών.

Της αρέσει το διάβασα και η μουσική. Στόχος της είναι να ασχοληθεί και με την εικονογράφηση παραμυθιών.

Ο Καραγκιόζης και ο Κορονοϊός

Χειμώνας βαρύς και ο Καραγκιόζης με τα κολλητήρια του τουρτουρίζουν από το κρύο. Λεφτά για πετρέλαιο δεν υπάρχουν ... κάπως πρέπει να ζεσταθούν.

Έτσι αρχίζουν το χορό ... Ωπα, ώπα ... πιάνονται στους ώμους και χορεύουν το γρήγορο χασάπικο μέχρι να ζεσταθούν!

-Μπράβο, μπαμπούκο, με τις ιδέες σου! Είπε ο Πιτσικόκος.

-Μπράβο και σε σας κολλητήρια μου ... Ωρέ τι παιδιά έχω εγώ...τι λεβέντες!

Ίδιοι ο πατέρας τους! Φτου μου ... μη με βασκάνω!

Το χορό τους όμως διακόπτει ένα δυνατό χτύπημα στην πόρτα.

-Τοκ, τοκ.

-Ποιος είναι βραδιάτικα; ρώτησε ο Καραγκιόζης.

-Ο Κορονοϊός!

-Ποιος υιός; Ποιανού υιός είσαι καλέ;

-Μπαμπούκο μην ανοίξεις. Μας μίλησαν στο σχολείο για αυτόν. Αν μας πλησιάσει θα αρρωστήσουμε βαριά.

-Μύγες, κουνούπια πάρτα κάτω, συμπλήρωσε ο Κοπρίτης.

-Μακάρι να ήταν για μύγες και κουνούπια ... θα ψεκάσαμε και θα τελειώναμε.

Το θέμα είναι πιο σοβαρό, είπε το Κολλητήρι, ο μεγαλύτερος γιος του Καραγκιόζη. Κινδυνεύουμε αν βγούμε έξω από το σπίτι.

-Για σταθείτε, βρε, κολλητήρια ... πρόσθεσε ο Καραγκιόζης ... και πώς θα τον εξοντώσουμε;

Δε μπορούμε να μείνουμε για πολύ εδώ μέσα.

-Μπαμπούκο εσύ ήσουν ένα φεγγάρι γιατρός, εσύ θα μας πεις.

Σκέφτηκε ο Καραγκιόζης, ξανασκέφτηκε, δεν του κατέβαινε καμία ιδέα.

-Θα ανοίξω το παλιοκούτι να ενημερωθούμε είτε τελικά.

Έτσι άνοιξε το κανάλι στις ειδήσεις και είδε τον ... Χατζηαβάτη να μιλάει:

-Άγγλοι, Γάλλοι, Πορτογάλοι, Έλληνες και Τούρκοι...ακούσατε, ακούσατε ...

Ο Κορονοϊός μας χτύπησε την πόρτα ... Κλειστείτε στα σπίτια σας. Αν βγείτε βάλτε

μάσκες, γάντια και απολυμαίνετε τα χέρια σας με οινόπνευμα. Ο ιός έχει κορώνα στο κεφάλι, το παίζει βασιλιάς θέλει να μας εξουσιάσει και να μας νικήσει ...

Ο Καραγκιόζης νευριασμένος έδωσε μια γερή γροθιά στο άδειο τραπέζι της κουζίνας.

-Όχι, δε θα παίζω τις ζωές μας κορώνα - γράμματα. Θα κάνουμε ότι λένε. Έπειτα φανερά ανήσυχος τηλεφώνησε στο μπάρμπα - Γιώργο, ο οποίος ήταν επίσης κλεισμένος στο σπίτι του.

-Μπάρμπα - Γιώργο εκπέμπω S.O.S δεν έχω προμήθειες για τα παιδιά μου, πεινάνε και ο Κορονοϊός μας χτύπησε την πόρτα πριν λίγο. Ούτε μάσκες έχω, ούτε γάντια. Είμαι ένας άνεργος πατέρας χωρίς πετρέλαιο και πολύ φοβάμαι ότι σε λίγο θα αναγκαστούμε να χορέψουμε το χορό του Ζαλόγγου:

Έχετε γεια βρυσούλες και σεις σουλιοτοπούλες...

Ο Μπάρμπα - Γιώργος θύμωσε πραγματικά με τον Κορωνοϊό που έφερε τα πάνω - κάτω, πήρε τυρί που είχε φτιάξει ο ίδιος, τραχανά και λίγο κρέας, φόρεσε το κασκόλ στο πρόσωπο του, γάντια, φουστάνελα και τσαρούχια, πήρε και μια γκλίτσα και αψηφώντας τον Κορωνοϊό και το κρύο έτρεξε για το σπίτι του Καραγκιόζη.

Στο δρόμο του συνάντησε το Μορφονιό.

-Που πας Μπάρμπα-Γιώργο τόσο βιαστικός; τον ρώτησε.

Δεν πρόλαβε να απαντήσει και μπροστά τους εμφανίστηκε ο ιός με την κορώνα.

-Βοήθεια, μανούλα μου ... είπε ο ιός βλέποντας το Μορφονιό ... ποιο είναι αυτό το τέρας;

-Ο ... Μπαντέρας! Συμπλήρωσε γελώντας ο Μπάρμπα - Γιώργος.

Ο Κορονοϊός τρόμαξε τόσο πολύ από την ασχήμια του που το έβαλε στα πόδια.

Έτσι ανενόχλητοι Μορφονιός και Μπάρμπα-Γιώργος φτάσανε στο σπίτι του Καραγκιόζη.

-Κύριοι ... άρχεται η συνεδρίαση ... είπε ο Καραγκιόζης παίρνοντας το λόγο. Να σας κεράσω όμως πρώτα ένα σφηνάκι ... νερό!

-Ε, να μη σε κακοκαρδίσουμε! Στην υγεία μας, λοιπόν, είπε ο Μπάρμπα και το κατέβασε μονομιás σαν να ήταν τσίπουρο!

Στη συνέχεια ο Καραγκιόζης τους ψιθύρισε:

-Το και το ,έτσι θα γίνουν τα πράγματα, είμαστε σύμφωνοι;

-Σύμφωνοι, φώναξαν όλοι μαζί με μια φωνή.

Την ίδια στιγμή ακούστηκε πάλι ένας δυνατός θόρυβος στην πόρτα. Αυτή τη φορά άνοιξαν, ήταν φυσικά ο Κορονοϊός. Τον περικύκλωσαν και άρχισαν να τον ψεκάζουν με ψεκαστήρια για τα φυτά γεμάτα οινόπνευμα που είχε ο Καραγκιόζης στην αποθήκη του.

Ο ιός πρώτα λιποθύμησε, έπειτα εξατμίστηκε και εξαφανίστηκε.

-Ζήτω, ζήτω, χοροπηδούσαν από τη χαρά τους τα κολλητήρια ... Τα καταφέραμε!

Ο Καραγκιόζης πήρε και πάλι το λόγο και προσκάλεσε όλους να κάτσουν ξανά στο φτωχικό του τραπέζι με τις προμήθειες του Μπάρμπα – Γιώργου ... να φάνε, να πιούνε και νηστικοί να κοιμηθούνε...

Έπειτα έκλεισε πονηρά το μάτι στα κολλητήρια και εκείνα ξεκίνησαν το χορό στο ρυθμό του Καραγκιόζη:

Ωπα, ώπα!

Μπράβο, λεβεντοκολλητήρια μου!

Ωπα, ώπα!

Θεοδωροπούλου Λευκοθέα

Η Λευκοθέα Θεοδωροπούλου έχει γεννηθεί στο Περιστέρι Αττικής.

Μεγάλωσε στο Ίλιον με άλλα τρία αδέρφια και είναι παντρεμένη και έχει αποκτήσει 4 γιους και τρία εγγόνια.

Δουλεύει ως βοηθός βρεφονηπιοκόμου σε παιδικό σταθμό και της αρέσει να τολμά σε κάθε πρόκληση δημιουργικής καλλιτεχνικής φύσης.

Εικόνες και Βιώματα από τον εγκλεισμό

Ήταν 10 Μάρτη όταν σταμάτησα τη δουλειά και δεν ήξερα αν έπρεπε να χαρώ ή όχι.

Μας είπαν ότι είναι ένας σοβαρός ιός που προήλθε από την Κίνα και έχει άσχημο αποτέλεσμα μέχρι και τη ζωή μας. Αρχισε ένας βομβαρδισμός για την ενημέρωσή μας.

Μέσα σε όλον αυτό τον πανικό το μυαλό μου πήγε σε αδιαθεσία που είχα το Γενάρη που είχε μεγάλο μέρος των συμπτωμάτων.

Πανικός!

Ταραχή!

Ο σύζυγός μου είπε ότι δεν σκέφτομαι σωστά....

Αρχισα την απολύμανση! Παντού ... με ότι μέσα!

Απομακρύνθηκα από τα παιδιά μου, το νεογέννητο εγγόνι, την ετοιμόγεννη νύφη, μα και τους γονείς μου ... !

Μην ξεχνάμε ότι ζούμε στην Ελλάδα και Ελλάδα σημαίνει οικογένεια! Όλη μέρα ένα τηλέφωνο στα χέρια, κακώς βέβαια, και βιντεοκλήση με την εγγόνα! Η νύφη γεννάει, κάποιος πρέπει να μείνει με το μεγαλύτερο παιδί πίσω, η νύφη μόνη της στο μαιευτήριο ...

Έχουμε και απαγόρευση κυκλοφορίας ... Δεν ξέρεις πως και τι ν' αντιμετωπίσεις !!!

Το μωρό γεννιέται ... το μεγαλύτερο παιδάκι δεν μπορεί να καταλάβει τι είναι αυτό πρόκειται να έρθει στο σπίτι ... περιμένει τη μεγάλη φουσκωμένη κοιλιά της μαμάς ...

Κυλάνε οι μέρες ... Απαγόρευση, περιορισμός, χαρές, λύπες και ... εκεί λοιπόν βλέπεις και καινούργια συναισθήματα να ξεπροβάλλουν από το ΕΓΩ σου!

Μ. Εβδομάδα! Η λαμπάδα της βαφτιστήρας;

Πρέπει κάτι να κάνω! Τα πάντα κλειστά!

Τέλος μια σκέψη, έγινε πράξη!

Χάρηκε!

Την περίμενε!

Ήρθε το Πάσχα. Η μισή οικογένεια μαζεμένη!

Απλά χωρίς τις φωνές των ημερών, με λίγη θεία λειτουργία μέσω της τηλεόρασης. Το ΑΓΙΟ ΦΩΣ ΗΡΘΕ πόρτα πόρτα από χέρι γείτονα, και τέλος δύο φωτοβολίδες στον ουρανό μαζί με το Χριστός Ανέστη της τηλεόρασης !!!

ΤΟ ΑΡΝΙ ΘΑ ΤΟ ΦΑΜΕ ΑΛΛΗ ΣΤΙΓΜΗ !!!

Δεν πειράζει, αν είναι για καλό! Μα είναι;

Βομβαρδισμός παραπληροφόρησης !!! 1η Μάη ... Μέσα ... Περιορισμός, μάσκες, γάντια ... και πάλι τα ίδια ... αναβολές στη ζωή μας ... ο κοινωνικός μου κύκλος να ρωτά με ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ «ΔΟΥΛΕΥΕΙΣ; ΠΛΗΡΩΝΕΣΑΙ ΚΑΝΟΝΙΚΑ»;

Κι εκεί που ως τώρα ήταν απλά ξένοι, τώρα σε ρωτά και το άμεσο περιβάλλον, αδέρφια!!! Ε, είναι κάπως!!!

Η υπηρεσία ζητά βοήθεια, κι εμείς ΑΙΧΜΑΛΩΤΟΙ των συνθηκών!!!

Μέσα, περιορισμός, μέτρα ...

Μέσα από το Facebook μπήκα με δισταγμό σε μια ομάδα! «Η τέχνη ως βίωμα» ομάδα 3. Οπλίστηκα με θάρρος, και σκέφτηκα ότι «αν δεν, δεν πειράζει». Κάθε φορά που αποχωρούσα ήθελα να ξαναμπώ! Ενθουσιασμός! Ήρθαν και φίλες! Και έκανα φίλους! Εκφράζω τις σκέψεις μου ελεύθερα ... Ξέχασα τα μέτρα ... ΜΟΥ ΑΡΕΣΕΙ ... Πολύ ενδιαφέρον!

Μέσα από απλές αναρτήσεις βγάζεις το δικό σου πιστεύω!

Ένα πιστεύω που ίσως, ως τώρα και να μη το έχεις σκεφτεί τόσο σοβαρά!

Χαίρομαι! Είμαι γεμάτη! Μπράβο στους διοργανωτές! Εκφράστηκαν για τη φύση, την τέχνη, τη μουσική, μέχρι και για ψυχολογική διάθεση!!! Θα μου λείψουν όλα αυτά, όταν τελειώσει ο κύκλος!

Ήταν πρόκληση για μένα να συμμετέχω σ αυτό το διαγωνισμό! Να γράψω τα βιώματα και τα συναισθήματα ναι και να τα μοιραστώ μαζί σας. Έτσι σήμερα που είδα την ανακοίνωση καθώς και την πρόσκληση της Ζ.Β. στην ομάδα να ζωγραφίσουμε ένα ποτάμι συναισθημάτων των ημερών, ΤΟΛΜΗΣΑ ... ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ!

Ιατρού Γεώργιος
Σύμβουλος-Ψυχοθεραπευτής
Phd(c) Ιατρικής Θεσσαλίας

Ο Γιώργος Ιατρού είναι Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας και ψυχοθεραπευτής παιδιών και ενηλίκων. Έχει σπουδάσει ψυχολογία στο τμήμα Φιλοσοφίας-Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων. Είναι κάτοχος μεταπτυχιακού διπλώματος ειδίκευσης στη Ψυχική Υγεία από το τμήμα Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Είναι υποψήφιος διδάκτωρ Ιατρικής Θεσσαλίας.

Έχει εκπαιδευθεί στη Συστημική και Οικογενειακή θεραπεία, καθώς και στη Συμβουλευτική Ψυχολογία (HND in Counseling and Psychology, UK).

Ερευνητικά του ενδιαφέροντα αποτελούν η ενσυναίσθηση και η παροχή φροντίδας, θεωρώντας αυτές τις δύο έννοιες μια στάση ζωής για τους ανθρώπους σε όλες τις εκφάνσεις της καθημερινής τους ζωής.

Εργάζεται ως Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας, υπεύθυνος σε μη κερδοσκοπικό φορέα αποκατάστασης και ειδικής αγωγής ατόμων με αναπηρίες και σε ιδιωτικό πλαίσιο, παρέχοντας υπηρεσίες συμβουλευτικής υποστήριξης σε παιδιά, εφήβους και οικογένειες στη Θεσσαλονίκη. Παράλληλα, είναι καθηγητής σε κολέγιο της Θεσσαλονίκης, στον τομέα της ψυχολογίας και ψυχοθεραπείας.

Κωδική Ονομασία Covid-19 ... η επόμενη μέρα

«Έκτακτη ενημέρωση», «στα νέα στις 19:00 με τον Νίκο Μ....», «ο κορονοϊός έφτασε στη χώρα μας», «νέο κρούσμα στη Θεσσαλονίκη», «τρόμος», «το ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό δίνουν το δικό τους αγώνα», «ΜΕΘ», «ο κύριος Τσιόδρας επικεφαλής», «και άλλο κρούσμα στη Λάρισα», «σε καραντίνα 2 χωριά του Ν. Κοζάνης», «3ο κρούσμα, 4ο, 10ο, 33ο, 66 κρούσματα στη χώρα μας», «4 νεκροί από τον κορωνοϊό στη Βόρεια Ελλάδα», «τα μαγαζιά κλείνουν στη Β. Ιταλία», «lockdown στη χώρα μας», «12 οι νεκροί, 23 νέα κρούσματα σε σύνολο 88, 12 νοσηλεύονται στις ΜΕΘ», «σοκ στην οικονομία», «ύφεση», «τα μαγαζιά κλειστά», «αντισηπτικά και γάντια υπό εξαφάνιση», «φτιάξτε μόνοι σας αντισηπτικό», «ουρές στα super market», «κατρακυλά το πετρέλαιο», «προβλέψεις για 12.000 χαμένες θέσεις εργασίας», «ο κ. Χαρδαλιάς από τη Γενική Γραμματεία Προστασίας του Πολίτη. ...».

Από τη Γενική Γραμματεία ... Προστασίας του πολίτη ... Προστασίας ... του πολίτη ...

Και εκείνη τη στιγμή, γυρίζεις το κεφάλι σου ... μακριά από τη τηλεόραση ... Και βλέπεις, μάλλον αντικρίζεις, το παιδί σου ... Είναι μόλις 2 ετών ... Μόλις έγινε 2 ετών ... Χθες, είχε τα γενέθλιά της.

Και αναρωτιέσαι για αυτό που συμβαίνει. Γύρω από σένα, έξω από σένα, μια συνθήκη πρωτόγνωρη. Ποιος μπορούσε να σου πει ποτέ ότι θα ζούσες ένα τόσο περίεργο σκηνικό, βγαλμένο μόνο μέσα από κάποια ταινία επιστημονικής φαντασίας; Μερικές χιλιάδες νεκροί στον κόσμο, μερικές χιλιάδες άρρωστοι στη χώρα σου, κάποιες δεκάδες νεκροί γύρω σου.

Και εσύ κλεισμένος σε ένα σπίτι, με τη γυναίκα και την κόρη σου. Να προσπαθήσεις να εξηγήσεις τί συμβαίνει ...

Σε ποιον να εξηγήσεις; Τι να εξηγήσεις; Πώς να το εξηγήσεις;

Πως να εξηγήσεις σε ένα 2χρονο ότι ο μπαμπάς και η μαμά βρίσκονται

συνέχεια στο σπίτι γιατί εκεί έξω *«μια ιωσούλα είναι καρδούλα μου»*;

Πώς να εξηγήσεις στο παιδί σου τον λόγο που φοράς μάσκα και γάντια για να βγεις από το σπίτι και να επιστρέψεις με το γάλα του, το οποίο χρειάζεται να καθαρίσεις πριν το βάλεις στο ψυγείο;

Πώς και γιατί να κρατήσεις τα δάκρυά σου όταν εκείνο ζητά με παράπονο τη γιαγιά του για να βγει μια βόλτα, επειδή φοβάσαι να του την προσφέρεις εσύ;

Ξαναγυρνάς να την κοιτάξεις ...

Και συνειδητοποιείς πως τίποτα από αυτά τελικά, μάλλον, δεν χρειάζεται να του εξηγήσεις ... ή έστω όχι με λεπτομέρειες, είναι πολύ μικρή δεν θα καταλάβει. Αναστενάξεις. Και προσωρινά ανακουφίζεσαι. Ξεφυσάς. Παρατηρείς τα μάτια της και συνειδητοποιείς πως δεν θα άντεχες με τίποτα να πάθει κάτι εκείνη. Αλλά ούτε και εσύ γιατί τότε θα μεγαλώσει δύσκολα. Και τότε το μυαλό σου, διαπερνά μια ακόμη σκέψη, πως δε θα ήθελες να πάθει τίποτα ούτε η γιαγιά ή ο παππούς γιατί θα της λείψουν τότε οι βόλτες. Και όσο και να σε πονά που *«προτιμά τη γιαγιά για τη βόλτα»* τόσο ανακουφίζεσαι που είστε ακόμη καλά. Και πιάνεις το κινητό.

«Έλα αγάπη μου να πάρουμε τη γιαγιά».

Και η γιαγιά απαντά με χαμόγελο. Με χαμόγελο και κραυγές ανταποδίδει και η μικρή. Και πάλι δάκρυα σου έρχονται στα μάτια, γιατί είναι από εκείνες τις στιγμές που αρχίζεις να εκτιμάς την απουσία τους, ή πιο σωστά, την παρουσία τους στη ζωή σου. Στις ζωές σας. Αλλά πώς να εξηγήσεις πάλι γιατί έχουν τόσο καιρό να έρθουν; Γιατί δεν με επισκέπτονται; Πόσο μακριά είναι τελικά η Καστοριά; Και πόσο δύσκολο είναι για μένα να μπορώ να πατήσω το *«6 I ... Γεώργιος Καλαμαριά»* και να βγω, ενώ εκείνοι δεν έχουν αυτή την επιλογή γιατί στην Καστοριά τα πράγματα δεν πήγαν καλά και είναι πιο αυστηρή η κατάσταση;

Και διαλέγεις ξανά την αγκαλιά στην κόρη σου. Θεωρώντας πως βλέποντας η γιαγιά αυτή την εικόνα θα χαρεί λιγάκι, θα ελπίσει σε κάτι καλύτερο σύντομα, θα νιώσει και θα μοιραστεί την ευτυχία της αγκαλιάς του γιου της με την εγγονή της.

Πόσο δύσκολο πράγμα η απόσταση ... η φυσική απόσταση. Πόσο δύσκολο πράγμα το να σε περιορίζουν, ακόμη και αν όντως πρόκειται για ένα αλτρουιστικό *«καλό σας»*.

Πόσος φόβος κρύβεται σε ένα κουτί που παίζει ολημερίς στη διαπασών;

Πόσος φόβος κρύβεται στο γάλα του super market, στα φρούτα του οπωροπώλη, στο κουμπί του ασανσέρ, ακόμη και στο τζιν σου, που κάθισε στο παγκάκι στην Αρετσού.

Και το ξανασκέφτεσαι. Και απαντάς στον εαυτό σου, πως καθάρισες καλά το κουτί από το γάλα, σαπούνισες δυο φορές τα φρούτα πριν τα δαγκώσει η κόρη σου, έβαλες οινόπνευμα στο χέρι σου όταν γύρισες από το ασανσέρ, αέρισες και έπλυνες το τζιν μετά την «καθισιά» σου.

Γιατί ακόμη αυτό το αίσθημα μέσα σου; *«είμαι υπερβολικός» ... «είμαι φοβητσιάρης» ... «είμαι υποχόνδριος» ... «σκέψου λογικά! Είσαι ψυχολόγος !!!» ...*

Και αυτοί οι εσωτερικοί διάλογοι ξαφνικά, αναπλαισιώνονται. Παίρνουν μια άλλη υπόσταση στο μυαλό σου, ζωντανεύουν, γίνονται πρόσωπα, αποκτούν μορφή, μετατρέπονται σε διαλόγους!

Αυτή είναι η εσωτερική απόσταση. Η εσωτερική απόσταση που είχες από την ίδια σου την ύπαρξη τόσο καιρό. Η εσωτερική φωνή που χρόνια τώρα προσπαθούσε να δηλώσει την παρουσία της αλλά η καθημερινότητά σου, δεν το επέτρεπε. Ένα άλλο σου Εγώ, που προσπαθούσε μανιωδώς να σε πλησιάσει, να σε προστατεύσει αλλά δεν είχες χρόνο για εκείνο και κάθε φορά που ερχόταν έκανες κάτι άλλο για να του ξεφύγεις! Όμως τώρα μεγάλε δεν είναι εύκολο, ήρθε και θα μείνει!

Τώρα είσαι σε 4 τοίχους, στην καλύτερη περίπτωση με την οικογένειά σου, σε μια άλλη, δύσκολα αποδεκτή στη σκέψη, μόνος σου.

Είσαι μέσα σε 4 τοίχους, με αρκετό χρόνο στη διάθεσή σου, με κάποια πράγματα που μπορείς να κάνεις.

Και σου δίνεται η ευκαιρία να αναμετρηθείς με τον εαυτό σου. Να δεις το μπόι σου. Να δεις τα καλά και τα στραβά σου. Να ζυγίσεις την αξία του χρόνου που είχες ή δεν είχες. Να εκτιμήσεις την παρουσία κάποιων γύρω σου. Να εκτιμήσεις την απουσία πολλών άλλων από τη ζωή σου. Να αλλάξεις τη σχέση σου με το χρήμα. Να ελέγξεις τις εξαρτήσεις σου. Να αγαπήσεις το σώμα σου. Να περηφανευθείς για το πνεύμα σου. Να το ενισχύσεις κιόλας. Να κοιτάξεις τον γάμο σου. Να κοιτάξεις στα μάτια τον / την σύντροφό σου. Να του / της μιλήσεις, να του/της εξομολογηθείς. Να πάρεις αγκαλιά το παιδί σου, όχι για να εξιλεωθείς επειδή δεν το παίρνεις συχνά στην κανονικότητα της καθημερινότητάς σου, αλλά για να αναπληρώσεις αυτό το κενό που

αφήνει αυτή. Για να κερδίσεις περισσότερο χρόνο μαζί του, μέσα σου. Για να βελτιώσεις τη δουλειά σου. Ή για να ξεκουραστείς. Εξάλλου το είχες ανάγκη όλο αυτό τον καιρό.

Και αν αναρωτιέσαι εάν χρειαζόταν ένας ιός για να σε κάνει να τα σκεφθείς όλα αυτά, δώσε μια ειλικρινή απάντηση: *ίσως και ναι*. Ίσως να χρειαζόταν κάτι ανώτερο από σένα, κάτι που δεν μπορούσες να ελέγξεις για να συνειδητοποιήσεις μερικά πράγματα. Ίσως να χρειαζόσουν έναν φονικό ιό, και όχι τον διευθυντή σου, τον καθηγητή σου, τον ψυχολόγο σου ή τον κολλητό σου, το ποτό και το τσιγάρο σου, για να σου πουν ότι πλέον ήρθε η στιγμή να κάνεις κάτι για τον εαυτό σου.

Ναι ... χάθηκαν πολλές ζωές ... αρρώστησαν ακόμη περισσότερες. Σώθηκαν χρήματα, έκλεισαν επιχειρήσεις, μεγάλωσαν τα χρέη και οι ζημιές. Έκλεισαν τα σχολεία, έκλεισαν τα μαγαζιά, τα αποθέματα λιγόστεψαν.

Όμως υπάρχει ακόμη ο άνθρωπος. Αυτό το προσαρμοστικό ον, αυτός ο οποίος πάντα συνέχιζε και πάντα θα συνεχίζει. Άλλες φορές για το καλύτερο άλλες πάλι όχι.

Τι έμαθα από τους 2 μήνες κοινωνικού μου αποκλεισμού;

Έμαθα λίγο καλύτερα τον εαυτό μου. Δεν άλλαξα πολύ ή πολλά. Άλλαξα μερικά και λίγα, εύκολα. Έμαθα πως κάθε πρωί μπορώ να ξυπνήσω λίγο νωρίτερα από το συνηθισμένο και να περπατήσω για μισή ώρα. Έμαθα να τρώω περισσότερο υγιεινά. Έμαθα να διαβάζω λίγο περισσότερο. Έμαθα να αγαπώ περισσότερο το σώμα και το μυαλό μου, αφιερώνοντας του 2-3 ώρες περισσότερου ύπνου. Έμαθα πόσο κοινωνικό ον είναι τελικά ο άνθρωπος. Και αυτό το έμαθα από την απουσία κοινωνικότητας. Έμαθα να αγαπώ περισσότερο τη δουλειά μου, γιατί μου έλειπαν πραγματικά οι θεραπευόμενοί μου. Έμαθα να μου λείπουν περισσότερο οι γονείς, η αδερφή μου και οι φίλοι μου. Συνειδητοποίησα πως μπορεί να μην τους έχω όποτε θέλω και υποσχέθηκα στον εαυτό μου, όταν τους έχω να συνδέομαι μαζί τους. Όχι περισσότερο, αλλά διαφορετικά. Έμαθα να συγχωρώ τα λάθη και τις διαθέσεις της γυναίκας μου. Γιατί μέσα μου προσευχόμουν να μάθει να κάνει και εκείνη το ίδιο για μένα. Και το καλύτερο; Έμαθα να αγκαλιάζω καλύτερα το παιδί μου. Πώς; Κλείνοντας τα χέρια μου στην πλάτη της. Κάνοντας τη για λίγο δική μου. Και της έμαθα να κλείνει

καλύτερα τα χεράκια της στη δική μου πλάτη. Γιατί; Για να με κάνει για λίγο δικό της. Και τα μάτια μας... για να κρατάμε για πάντα αυτή την εικόνα στη μνήμη μας... όπως αυτούς τους δυο μήνες...

Καγιάννη Όλγα

Πτυχιούχος Μαιευτικής, σπουδάστρια τμήματος ΔΙΕΚ με ειδικότητα στελέχους διοίκησης και οικονομίας στον τομέα της Υγείας.

Καραντίνα



(Ανάρτηση από Έλενα Τονικίδη, στο διαδικτυακό σεμινάριο «Η Τέχνη ως βίωμα» που διοργανώθηκε από το ΕΛ.ΚΕ.ΔΙ.Μ. υπό την επιστημονική εποπτεία των Προγραμμάτων Ψυχικής Υγείας του Πανεπιστημίου Αιγαίου.)

Οι Beatles τον Ιούνιο του 1966 όταν έφτασαν στο Τόκιο μπόκαν σε κανονική καραντίνα στο ξενοδοχείο Χίλτον για τρεις νύχτες προκειμένου να προστατευθούν από τις απειλές κατά της ζωής τους που είχαν δεχτεί. Ήταν σε μία ξένη χώρα, δεν καταλάβαιναν την γλώσσα για να παρακολουθήσουν έστω τηλεόραση, κυριολεκτικά δεν υπήρχε καμία απολύτως επαφή με τον έξω κόσμο. Εκεί οι Beatles δούλεψαν εικαστικά όλοι μαζί σε ένα

τραπέζι στο οποίο τοποθετήθηκε εικαστική επιφάνεια (ακουαρέλα) και στο κέντρο της ένα αμπαζούρ που αποτελούσε τη πηγή φωτός για τη δημιουργία τους. Ο καθένας ζωγράφιζε σε μια πλευρά του χαρτιού. Όταν τελείωσαν το έργο τους, αφαιρέθηκε το αμπαζούρ και έμεινε ένας λευκός κύκλος στον οποίο υπέγραψαν και οι τέσσερις αντίστοιχα με την πλευρά του χαρτιού που δούλεψαν. Αρχικά το έργο δημοπρατήθηκε για φιλανθρωπικούς σκοπούς. Τον 2012, το έργο διατέθηκε προς πώληση από τον οίκο δημοπρασιών PhilipWeiss στη Νέα Υόρκη και πωλήθηκε για 155.250 δολάρια. Ο τίτλος του έργου είναι: Images of a Woman.

Το έργο είναι το μοναδικό που έχει παραχθεί από το συγκρότημα.



Η καραντίνα προέρχεται από την ενετική παραλλαγή της ιταλικής φράσης *quarantagioni* (σαράντα μέρες). Οι σαράντα μέρες αναφέρονται στην υποχρεωτική περίοδο απομόνωσης των πλοίων και του πληρώματος, κατά την επιδημία της Μαύρης Πανώλης.

Η Καραντίνα, μια λέξη άγνωστη για όλους εμάς μέχρι το Μάρτιο του 2020. Ένα λήμμα στο λεξικό. Και ξαφνικά όλα άλλαξαν. Και πήραν οι λέξεις μορφή, υψώθηκαν μπροστά μας. Ο πληθυσμός σε όλο τον πλανήτη άρχισε να αντιμετωπίζει πρωτόγνωρες καταστάσεις και βιώματα. Ο γνωστός σε όλους πλέον ιός και οι επιπτώσεις του, η κυριότερη αιτία.

Η αγορά κλειστή, τα σχολεία κλειστά, οι δρόμοι κλειστοί. Ανησυχία, αγωνία, φόβος, περιέργεια, θυμός, άρνηση αρνητικά τα αρχικά συναισθήματα που μας κατακλύζουν. Και ερωτήματα αναπάντητα.

Η καραντίνα !!!

Και μετά ξαφνικά όλες αυτές οι σκέψεις μηδενίζονται και τη θέση τους παίρνουν τα θετικά συναισθήματα. Στην οικογένεια, στη γειτονιά, στους ήρωες της υγείας. Σεβασμός, αγάπη, αλληλεγγύη, φιλία, υπομονή, θάρρος, πειθαρχία. Η καραντίνα !!! Όλοι ψάχνουμε διέξοδο. Μαγειρική, παιχνίδι, διάβασμα, περπάτημα, ελεύθερος χρόνος, επικοινωνία. Η καραντίνα !!! Σκέψεις πολλές διάσπαρτες κυριαρχούν στη ζωή μας και συναισθήματα πρωτόγνωρα. Και κάποτε όλα τελειώνουν. Ή όχι; Και επανέρχονται οι ρυθμοί της ζωής. Ή όχι;

Η καραντίνα, έστω και μικρής διάρκειας ήταν πολύ δημιουργική για τους Beatles. Για μένα;

Έζησα την έννοια της καραντίνας τον 21^ο αιώνα. Τα παιδιά μου θα διηγούνται στους απογόνους τους όλα τα συμβάντα. Ο ιστορικός του μέλλοντος θα κρίνει τις επιπτώσεις θετικές ή αρνητικές Για μένα; Δε ζωγράφισα, δεν έγραψα, δεν έπαιξα, δεν μαγείρεψα. Για μένα η περίοδος αυτή της ζωής μου, μοναδική εννοείται, υπήρξε εναρκτηήριος δύναμη. Να σκεφτώ, να μιλήσω, να διαβάσω, να διαλογιστώ, να προσευχηθώ, να αλλάξω. Αυτοκριτική, αυτοσυγκράτηση, αυτοβελτίωση, αυτοσεβασμός. Επαναπροσδιορισμός. Στη ζωή μου, στην ψυχή μου, στη σκέψη μου. Είμαι πλέον πολύ διαφορετική. Και ο πίνακας της ζωής μου σίγουρα θα είναι καλύτερος χάρη στην καραντίνα !!!

Καζακλάρης Νικόλαος

Ο Καζακλάρης Νικόλαος γεννήθηκε στην Κατερίνη 18/2/2002. Πηγαίνει στην Γ' Λυκείου και προετοιμάζεται αυτόν τον καιρό για τις Πανελλήνιες εξετάσεις του. Έχει πτυχίο Αγγλικών επιπέδου Γ2 και πτυχίο Γαλλικών επιπέδου Β2. Κάνει εθελοντισμό εδώ και δύο χρόνια στο Φεστιβάλ Ολύμπου. Συμμετείχε το 2018 στην ΚΓ' σύνοδο της Βουλής των Εφήβων. Συμμετείχε στο 5ο Ευρωπαϊκό Μαθητικό Συνέδριο (Ρήγας Βελεστινλής). Έχει έπαινο συμμετοχής στον Πανελλήνιο Διαγωνισμό «Δυνατότητες και Προοπτικές Επαγγελματών» 2017, βεβαίωση συμμετοχής στην Προσομοίωση Ολομέλειας Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου 2018 και στο 4ο Συνέδριο Μαθητικής Δημοσιογραφίας, Κατερίνη 2018.

Οι Συμμετοχές του σε Λογοτεχνικούς Διαγωνισμούς είναι με 1ο Βραβείο ποίησης 5ου Λογοτεχνικού Διαγωνισμού Δήμου Βύρωνα και συμμετοχή στην έκδοση του Διαγωνισμού, 2ο Βραβείο ποίησης 1ου Πανπιερικού Λογοτεχνικού Διαγωνισμού, 3ο Βραβείο ποίησης 2ου Πανπιερικού Λογοτεχνικού Διαγωνισμού, Βραβείο συμμετοχής 37ο Πανελλαδικό (65ος Πανευρωπαϊκός διαγωνισμός της Ευρωπαϊκής ημέρας σχολείων EaS) 2018, Βραβείο συμμετοχής 38ο Πανελλαδικό (66ος Πανευρωπαϊκός Διαγωνισμός της Ευρωπαϊκής ημέρας σχολείων EaS) 2019, 3ο Βραβείο ποίησης 19ου Διαγωνισμού Ποίησης ΚΕΛΑΙΝΩ, Έπαινος ποίησης νέων 19ο Λογοτεχνικού Διαγωνισμού Ε.Τ.Ε.Π., 2ο Βραβείο ποίησης μαθητών 5ου Πανελλήνιου Διαγωνισμού Ποίησης Αρχείο Ιστορίας και Τέχνης Κοζάνης, 2ο Βραβείο ποίησης στον 7ο Παγκόσμιο Λογοτεχνικού Διαγωνισμού Ε.Π.Ο.Κ., 1ο Βραβείο ποίησης Διαγωνισμού του Συλλόγου Καθηγητών Γαλλικής Γλώσσας (Α.Ρ.Λ.Φ. Δ.Υ.) 2018, 3ο Βραβείο Γαλλοφωνίας 2018, 1ο Βραβείο Γαλλοφωνίας 2014, συμμετοχή στον Διαγωνισμό Ποίησης της UNESCO «Γλυπτών Παλιννόστησης» και στο ποιητικό Λεύκωμα του Διαγωνισμού, 3ο Βραβείο Διηγήματος Λογοτεχνικού Διαγωνισμού της Ιεράς Συνόδου για τα 400 χρόνια μνήμης του Αγίου Κοσμά του Αιτωλού, συμμετοχή στο 2ο και 3ο Διενοριακό Πρωτάθλημα Σκάκι Κατερίνης, συμμετοχή στο Διαγωνισμό του Συλλόγου Καθηγητών Γαλλικής Γλώσσας (Α.Ρ.Λ.Φ. Δ.Υ.) 2014, Διάκριση στον ποιητικό διαγωνισμό του Συνδέσμου Πολιτισμού

Ελλάδας Κύπρου, συμμετοχή στην ραδιοφωνική εκπομπή του διαγωνισμού και στην ποιητική του συλλογή και τέλος συμμετοχή στην Γιορτή της Ποίησης του λογοτεχνικού διαγωνισμού Κέφαλος και στο ποιητικό λεύκωμα του διαγωνισμού.

Κάθαρση

Εισαγωγή:

Το ακόλουθο κείμενο αποτελεί μία εξιστόρηση της περιόδου καραντίνας όπως την έζησα εγώ, από την μοναξιά, μέχρι την απόγνωση και τον εσωτερικό διάλογο - μονόλογο με τον εαυτό μου. Ακόμη καταθέτω τις σκέψεις μου σχετικά με όλη την κατάσταση που επικρατούσε στην χώρα μας και στον κόσμο όλο αυτό το διάστημα.

Κυρίως Θέμα:

Λιοντάρι σε ζούγκλα αστική,
Βασιλιάς και νικητής στις μάχες,
Όχι όμως όλες...

Έτσι και εγώ, σαν θεριό κλείστηκα στο κελί μου
Το πλέον αποστειρωμένο και πληκτικό
Και συντροφιά.... ο χειρότερος εχθρός μου.
Εγώ.

Διότι άνθρωποι θυσιάστηκαν ,
Για να απολαμβάνω εγώ την στοργή του σπιτιού μου,
Τα πρώτα παραδείγματα πόνου, τα μάλλον απαραίτητα,
Άμοιρα θύματα προς σωφρονισμό των ανυπότακτων πολλών.
Αβαρία των καλοπροαίρετων λίγων, για την ζωή των πάντων.

Και ποιος Θεός τάχατες θα με επισκεφθεί,

Στο μικρό στενό μου δωμάτιο.
Εγκαταλελειμμένος από αγγέλους και δαίμονες θρηνώ,
Αφού άνθρωπο δεν θα δω, για να γίνω κοινωνός ουράνιων πνευμάτων.

Μένω πλέον μονάχος μου,
Εκλιπαρώντας τον εαυτό μου να μην δραπετεύσει
Από την αυτοεξορία και φυλακή μου, για το καλό...
Της ψυχής ή του σώματος, δεν ξέρω.

Με αέρα λίαν φιλτραρισμένο ικανοποίησα την δίψα των ματιών μου,
Πως δεν έπεσαν οι βολβοί δεν ξέρω, το μόνο φως , το μελανό και μαύρο.
Και άφηνα τα νέα του ιού, καθώς γινόμουν και εγώ, όπως και αυτός, 19
Να εισέλθουν στην ψυχή μου, μονοφωνία, τόσο, που μου έλλειψαν οι κραυγές
Στο μικρό μου το κρανίο.

Παρηγοριά και παραμυθία ο μικρός μου εαυτός,
Αυτόν είχα, με αυτόν μάλωνα, σε αυτόν ξεσπούσα, με αυτόν κοιμόμουν
Και ζούσα,
Αφού άλλη επιλογή δεν είχα, έπρεπε αναγκαστικά να τον γνωρίσω,
Που ξέρεις, ίσως τον συμπαθούσα.

Δεν διαφέρουμε πολύ τελικά.
Εκείνο και Εγώ, Εμέ και Εγώ, το Υπέρ πάνω από όλα.
Όταν το προσκήνιο με το παρασκήνιο σμίχθηκαν σε άνομο έρωτα,
Συνεύρεση απελευθερωτική.

Έπεσαν οι βάρβαρες οι μάσκες,
Και το διηνεκές βουητό της ζωής,
Εσιώπησε.
Τώρα θα λογαριαστούμε.

Ένας διαλογισμός εσωτερικός,
Μαζί εμείς οι διό,
Για να επιτύχουμε ισορροπία,
Και πάνω από όλα, την παρελθοντική και πάντα επίκαιρη
Ανάγκη επιβίωσης.

Πως να ξορκίσουμε τον φόβο,
Να καθησυχάσουμε την μάνα μας καρδιά
Δεν θα την προδώσουμε ξανά,
Τους φίλους θα κρατήσουμε κοντά.

Και δεν μιλώ για φίλους εικονικούς,
Ψηφιοποιημένα φαντάσματα
Κακίστης ποιότητας,
Αλλά τα πλάσματα,
Που ηδονή και επαφή, είναι συνυφασμένα.

Άρα μισώ το πνεύμα , και το πνεύμα μισεί την ψυχή
Και η ψυχή το σώμα, και όλα αυτά πως λειτουργούν,
Πραγματικά δεν ξέρω και το τιμόνι ποιος κρατεί;
Μάλλον καλύτερα, τέτοια ερωτήματα για φιλοσόφους να αφεθούν,
Τους πάντα απόντες, αποχαυνωμένοι στις συμπαντικές αναζητήσεις τους...

Ξεμπέρδεσα λοιπόν, ή μάλλον ξεφορτώθηκα τις ψυχο-εσωκομματικές
διαπραγματεύσεις,
Αφού εξάλλου λείπει η αντιπολίτευση, τι αξίωμα άραγε θα δώσω;
Το σημείο τις πτώσης, στην κόψη του ξυραφιού, που φλερτάρει με την μοναξιά,
Το έμαθα, το ξέρω, ας ξαπλώσω και εγώ στην λήθη, τα προβλήματα των άλλων πιο
Γοητευτικά μοιάζουν...

Το παράθυρο ήρθε και τα άλλαξε όλα.

Τι παράθυρο να ήταν άραγε; Χώρου; Χρόνου; Χωροχρόνου;
Παράθυρο ψυχής και συναισθήματος ή κούφωμα στον κουφό κυβερνοχώρο;
Φαντασία ή ψευδαίσθηση, μια όαση κοινωνικού νερού στην ερημιά του φόβου που
Σκόρπησε ο ιός. Τόσο μικρός, Τόσο μεγαλοδύναμος.

Αυτός ο κόσμος, τι έκανε δεν ξέρω. Όσα τα αστέρια, τόσα και τα μηνύματα-
αιτήματα

Για ελευθερία : 110....

Ένας πνίχτηκε, και σκόρπησαν τα χέρια, τα χέρια που δίνουν, σε άλλες συνθήκες,
χτύπημα αδελφικό. Αλήθεια που πήγαν τα αδέλφια;

Θα σας πω εγώ που είναι τα αδέλφια μας.

Εγώ έχω μια αδελφή, που παλεύει με τέρατα
Και προσπαθεί πολύ προσεκτικά, να σώσει συνανθρώπους,
Τραβώντας τους από την ίδια φωτιά, χωρίς να ακουμπήσει ούτε
Τις στάχτες από τα ρούχα τους.

Γνωρίζω όμως και έναν άλλο αδελφό,
Δεν παλεύει με ανθρωπόμορφα τέρατα,
Αλλά με τα απομεινάρια τους, τα ρούχα τους.
Εκείνος παίρνει με θρησκευτική ευλάβεια τα σεντόνια,
Εκεί που άλλοι μαχητές έχυσαν αίμα και ψυχή για να νικήσουν ,
Και δεν έζησαν να στεφανωθούν. Τα καθαρίζει και τα προσφέρει σε
Άλλους. Άλλους αθλητές που ακολουθούν το παράδειγμα των περασμένων νικητών
Και χαμένων ίσως. Σάμπως, αυτούς δεν χειροκροτούσαν όλοι στα μπαλκόνια, ή
κάνω λάθος;

Συμπεράσματα:

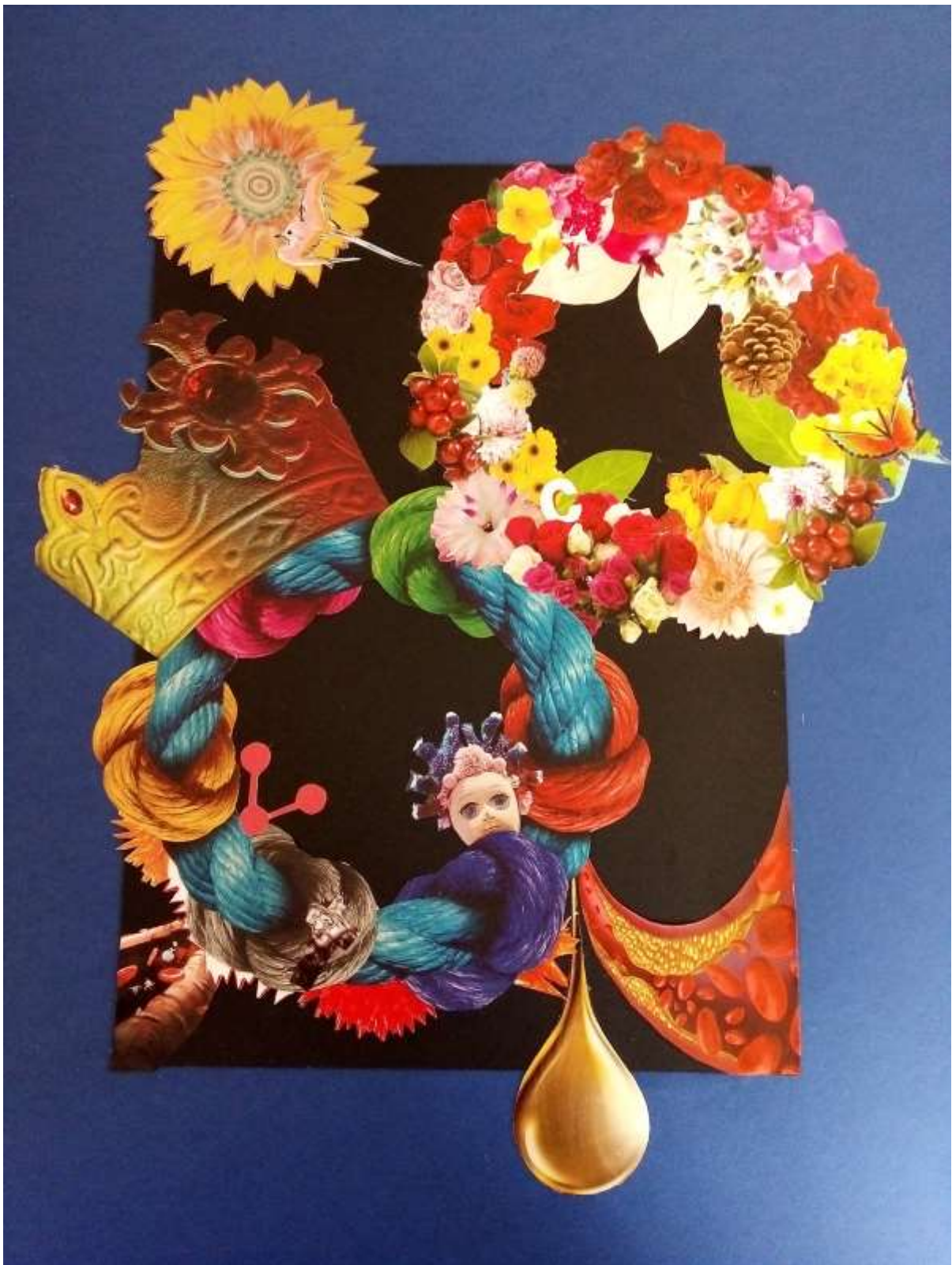
Από την πρωτόγνωρη εμπειρία μου με τον κοινωνικό αποκλεισμό και την

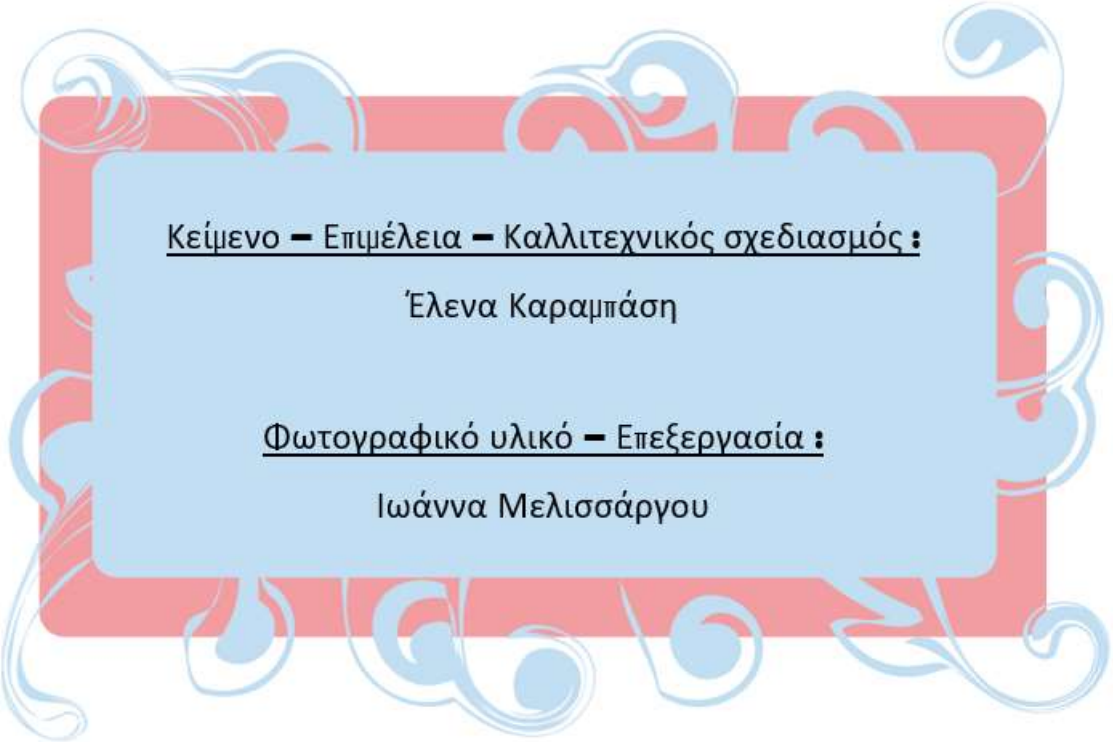
μείωση στις κοινωνικές συναναστροφές μου, είχα την ευκαιρία να συνομιλήσω με τον εαυτό μου και να τον γνωρίσω καλύτερα. Επίσης κατάλαβα πόσο σημαντική είναι η μεταξύ μας επικοινωνία τόσο για την ψυχική όσο και για την σωματική μας, θα έλεγα, υγεία. Τέλος συνειδητοποίησα το υπεράνθρωπο έργο που κάνουν οι γιατροί και όλο το ιατρικό προσωπικό κάθε πόστου, σε όλο τον κόσμο και ιδιαίτερα στην Ελλάδα, όπου, παρά τις όποιες ελλείψεις, κατάφεραν να μας βγάλουν ασπροπρόσωπους και να σώσουν, πάνω από όλα, ανεκτίμητες, ανθρώπινες ζωές.

Καλογεροπούλου Μαρία

Η Καλογεροπούλου Μαρία είναι 59 ετών. Γέννημα θρέμμα στο Περιστέρι Αττικής. Απόφοιτη μέσης εκπαίδευσης και σχολή γραφικών τεχνών. Εργάστηκε ως γραφίστας αλλά και στο τομέα των τροφίμων. Είναι παντρεμένη 30 χρόνια και έχει μια κόρη 28 ετών. Ήταν για πολλά χρόνια στο Σώμα Ελλήνων Προσκόπων. Το 2013 νόσησε από καρκίνο μαστού και έδωσε ένα τίμιο αγώνα. Τώρα είναι εθελόντρια στο Άλμα Ζωής (σύλλογος γυναικών με καρκίνο μαστού). Αγαπάει τα ταξίδια, το θέατρο και όλων των ειδών τις τέχνες. Τον ελεύθερο χρόνο της ασχολείται με το κολάζ. Το κολάζ της αρέσει γιατί της δίνει την δυνατότητα να αξιοποιεί εικόνες που στην καλύτερη των περιπτώσεων θα ήταν στην ανακύκλωση. Αλλά και γιατί κάθε εικόνα έχει να πει και κάτι ακόμα.

Η Ελευθερία δεν Κο ... μπιάζει ποτέ





Κείμενο – Επιμέλεια – Καλλιτεχνικός σχεδιασμός :

Έλενα Καραμπάση

Φωτογραφικό υλικό – Επεξεργασία :

Ιωάννα Μελισσάργου

Χαίρετε σε όλους!

Αρχικά, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, για τη δυνατότητα που δίνουν σε όλους εμάς που θέλουμε να εκφραστούμε με αυτόν τον τρόπο, καθώς και όλα τα μέλη της ομάδας που έχουν αναλάβει να φέρουν εις πέρας το διαδικαστικό κομμάτι του παρόντος διαγωνισμού.

Με το παρόν πόνημα, προσπαθήσαμε να αποτυπώσουμε τα βιώματα, αλλά και την προσωπική μας εμπειρία εν μέσω του ιού Covid – 19. Ελπίζουμε και ευχόμαστε να το απολαύσετε.

Καλή ανάγνωση!

Η ζωή στην εποχή Covid - 19 μ.Χ.

Εισαγωγή

Όπως γνωρίζουμε, η προσωπική εμπειρία, διαφέρει από άτομο σε άτομο και γι' αυτό θα ακούσει κανείς πολλές διαφορετικές εκδοχές μιας κατάστασης μέχρι να καταλήξει στο τι ισχύει πραγματικά. Αλλά ακόμα και τότε, δεν είναι σίγουρο, ότι θα έχουν ακουστεί – συνδυαστεί όλες με αντικειμενικό τρόπο.

Από την άλλη, βασιζόμενοι στην φράση, *scripta manent*, επιλέξαμε την οδό της γραφής συνδυαστικά με την τέχνη της φωτογραφίας με σκοπό, να προσπαθήσουμε να σας δώσουμε τη δική μας οπτική, για το πολύπλοκο και πολυτάραχο για όλους ζήτημα του ιού Covid – 19, το οποίο όλοι ζήσαμε. Η έλευση αυτού του ιού επέφερε ένα σοκ και πολύ τρόμο. Ήταν και παραμένει ένα φλέγον ζήτημα, που προκαλεί πολύ άγχος και αγωνία για το αύριο.



Αυτή η συναισθηματική κατάσταση επιτείνεται και από το γεγονός, ότι ζούμε στην πόλη της Αθήνας. Μια πολυσύχναστη, πολύβουη και άγρυπνη πόλη. Συνυπάρχουμε με άτομα από πολλές χώρες του κόσμου, πράγμα το οποίο μας δίνει τη δυνατότητα να ερχόμαστε σε επαφή με πολλές και διαφορετικές συμπεριφορές και

κουλτούρες. Αυτό είναι κάτι που ενισχύει την έννοια της παγκοσμιοποίησης, οπότε μας δίνεται η δυνατότητα, από τη μια, να συναναστραφούμε με περισσότερους ανθρώπους από όσους θα μπορούσαμε διά ζώσης, ενώ ταυτόχρονα ερχόμαστε αντιμέτωποι με το θέμα της ενσωμάτωσης και ένταξης αυτών των ανθρώπων στην ελληνική κοινωνία, αλλά και της ομαλής συμβίωσής μας με συνανθρώπους μας, που προέρχονται από κοντινά ή μακρινά με την Ελλάδα μέρη.

Ιός – Αποξένωση

Αρχικά, να πούμε πως ο ιός αυτός, ξεκίνησε σαν επιδημία. Δηλαδή, ως ένας ιός ο οποίος ταξίδεψε στο εσωτερικό της γενέτειρας χώρας του, αλλά στη συνέχεια επέλεξε να επισκεφθεί όλον τον κόσμο, μετατρέποντας έτσι την επιδημία σε πανδημία. Είναι μάταιο, βέβαια και ανώφελο να προσπαθήσουμε να αναλύσουμε το γιατί, διότι η ζωή μας έχει δείξει ότι σημασία έχει το παρόν.

Ο ιός αυτός λοιπόν, ξεκίνησε από τη χώρα της Κίνας. Το αξιοπερίεργο, το οποίο διαπιστώθηκε για ακόμη μια φορά, είναι το πόσο μεγάλο ρόλο παίζει η νοοτροπία ιδιαίτερα κρίσιμη κατάσταση και η οποία περιεκτικά δίνεται στην ακόλουθη πρόταση. Ότι όσο κάτι άσχημο και αρνητικό βρίσκεται μακριά μας, είμαστε ασφαλείς. Ας μιλήσουμε όμως με τα ίδια τα γεγονότα. Όταν ο ιός αυτός πλησίασε τη χώρα μας, οι περισσότεροι αρχίσαμε να ανησυχούμε. Παρακολουθώντας μάλιστα ειδήσεις, ακούγοντας συζητήσεις ή συμμετέχοντας σε αυτές, μπορούσε κανείς να παρατηρήσει μια έντονη ανησυχία που όμως παρέμενε σε ένα λογικό επίπεδο, επειδή ο ιός δεν ήταν ακόμη εδώ.



Λίγες μέρες μετά όμως, ο ιός θέλησε να περάσει και από την Ελλάδα. Τότε ήταν, που επικράτησε τρόμος. Έβλεπε κανείς τους ανθρώπους πιο αποξενωμένους από ποτέ. Έπαψαν οι θερμοί χαιρετισμοί, οι αγκαλιές, τα φιλιά, οι χειραψίες. Ο κόσμος απομακρύνθηκε. Φοβόντουσαν να πλησιάσουν ο ένας τον άλλον. Ξαφνικά, η τόσο πυκνοκατοικημένη πόλη της Αθήνας, άδειασε. Όχι γιατί κάποιοι έφυγαν (αν και το προσπάθησαν αρκετοί, δεν μπόρεσαν λόγω των έκτακτων μέτρων τα οποία ελήφθησαν) αλλά και γιατί φοβήθηκαν, ακόμη περισσότερο πλέον την ανθρώπινη επαφή.

Συνετάχθη, λοιπόν, μια ομάδα έμπειρων ανθρώπων, επιστημόνων για την αντιμετώπιση τέτοιων περιστάσεων, με την καθοδήγηση των οποίων μνηθήκαμε σε έναν καινούριο τρόπο ζωής. Μια νέα κανονικότητα, η οποία όμως επέβαλε την απομάκρυνση από όλους, προκειμένου να κρατήσουν οι περισσότεροι τις ζωές τους, αλλά και την υγεία τους πρώτα, ανέγγιχτες και αλώβητες από το πέρασμα του ιού. Ήταν απαραίτητη, αν όχι επιτακτική, μια τέτοια κίνηση, εκ μέρους της κυβέρνησης καθώς και άμεση γιατί λειτούργησε υπέρ όλων μας.

Εξάλλου, καθ' όλη τη διάρκεια της απομόνωσης ή αλλιώς καραντίνας που βιώσαμε, υπήρχε καθημερινός καταιγισμός πληροφοριών γύρω από το φλέγον ζήτημα του ιού, την υπερβολική ταχύτητα με την οποία εξαπλωνόταν ραγδαία, καθώς και

τους αναρίθμητους συνανθρώπους μας που έχασαν την ζωή τους εξαιτίας του. Αυτό από μόνο του, ήταν αγχωτικό και πιεστικό γιατί το βλέμμα όλων μας ήταν επικεντρωμένο στο θέμα αυτό. Απουσίαζε οποιοδήποτε θετικό κι ευχάριστο γεγονός που θα αποσπούσε την προσοχή μας και θα ήταν ικανό να βελτιώσει, έστω και για λίγο, την ψυχολογική μας κατάσταση.

Επόμενο ήταν, να είμαστε όλοι φοβισμένοι. Όλοι, ανεξαρτήτου ηλικίας, συζητούσαμε αυτό το θέμα. Δεν υπήρχε κάποιο άλλο ενδιαφέρον ζήτημα και όλη η προσοχή ήταν στραμμένη εκεί. Όλοι φοβισμένοι, οι δρόμοι άδειοι και αν τύχαινε να περπατάμε στον δρόμο και να συναντούσαμε κάποιον άγνωστο, φοβόμασταν και οι δύο να περάσουμε ο ένας δίπλα στον άλλον. Ο καθένας σκεφτόταν δύο φορές πριν ικανοποιήσει μια φυσική ανάγκη, αυτή του βήχα ή του φτερνίσματος. Δεδομένου ότι, αυτά ήταν τα κύρια εξωτερικά συμπτώματα του ιού, ο καθένας που άκουγε κάποιον να βήχει ή να φτερνίζεται, κοιτούσε με τρόμο. Με ορθάνοιχτα μάτια, μήπως και φέρει τον ιό. Κι αν τον έχει; Θα κολλήσω; Τι θα κάνουν οι γονείς μου; Θα αντέξουν; Αυτό ήταν..

Εξάλλου, οι μεγάλοι σε ηλικία άνθρωποι, αυτοί που έχουν ήδη περάσει τόσα... Αυτοί χτυπήθηκαν διπλά. Αλλά και οι μικρότεροι σε ηλικία φοβόντουσαν κι εκείνοι. Κι αν όχι εκείνοι, τους έκαναν οι μεγαλύτεροι να φοβούνται. Γιατί οι νέοι δε φοβούνται, αγνοούν την απειλή κινδύνου, έχουν τα νιάτα τους, δεν γνωρίζουν πολλά.



Έτσι, γύρω μας συναντάμε αποξενωμένους ανθρώπους, απομονωμένους,

κουρασμένους ψυχολογικά αλλά και σωματικά. Ήταν ένα πλήγμα όλο αυτό. Συνεχίζει να είναι. Το ευχάριστο είναι πως, μέσα σε όλο αυτό, υπάρχουν και αυτοί που έχουν διακαή πόθο και προσπαθούν με νύχια και με δόντια για μια ευτυχισμένη ζωή.

Ιός – Οικονομία

Επιπλέον, τραγικό επακόλουθο της ανωτέρω περιγραφόμενης κατά το δυνατόν, κατάστασης είναι οι αλυσιδωτές αντιδράσεις που αφορούν στον τομέα της οικονομίας. Καθώς επλήγησαν άνθρωποι που ξεκίνησαν τη ζωή τους, σε μια Ελλάδα, που προσπαθούσε να ορθοποδήσει. Σε μια Ελλάδα που δεν είχε να τους προσφέρει όσα θα τους άξιζαν, γιατί τους αξίζουν πολλά. Και ενώ κάπως όλα έστρωναν με υπομονή και επιμονή ... Αυτό ήταν ... Πέρασαμε και πάλι στην εποχή που χρειάζεται να αγωνιστούμε, να ορθοποδήσουμε, να ορθώσουμε το ανάστημά μας δειλά δειλά.



Εν τω μεταξύ, αρκετές από τις υπάρχουσες επιχειρήσεις θα προχωρήσουν, είτε σε προσωρινό, είτε σε μόνιμο κλείσιμο. Αρκετές από κάποιες άλλες θα λειτουργούν με μειωμένο προσωπικό και θα αναγκαστούν να απολύσουν κόσμο. Θα βρεθούν οι οικογένειες αυτές χωρίς χρήματα, χωρίς τη σιγουριά της ικανοποίησης των βασικών αναγκών. Και κάποιες άλλες, θα βρεθούν να επαναπροσδιορίσουν την έδρα τους, αφού πλέον όλα μπορούμε να τα ρυθμίσουμε από το σπίτι μας, εν ριπή οφθαλμού. Το τελευταίο, είναι μια αλλαγή η οποία υλοποιήθηκε και εφαρμόστηκε πλήρως κατά τη

διάρκεια της αναγκαστικής παραμονής μας στο σπίτι. Κι αυτό για να εξυπηρετούμαστε πιο εύκολα δεδομένου ότι, ναι μεν υφίσταται η απομόνωσή μας, αλλά ταυτόχρονα έτρεχαν τα έξοδα και οι υποχρεώσεις μας ως πολιτών. Ίσως ήταν και η αφορμή για να ενταχθεί αυτός ο τρόπος διεκπεραίωσης των αντίστοιχων υποχρεώσεων στην καθημερινότητά μας.

Και ενώ, δεν έχουμε εξέλθει πλήρως από αυτή την κατάσταση, συνεχίζουμε να προσπαθούμε με εντονότερο το άγχος της επιβίωσης. Χρησιμοποιείται η λέξη επιβίωση γιατί η πολυτέλεια είναι μακρινή για όσους κάποτε θα την αγγίξουν. Αλλά τα νιάτα.. Οι νέοι όμως, συνεχίζουν να προσπαθούν, έστω κι αν απογοητεύονται οι περισσότεροι από αυτούς. Βλέπετε, εμείς δε ζήσαμε τις «χρυσές» εποχές της χώρας μας. Εμείς, μεγαλώσαμε και εξελιχθήκαμε μαζί της, παρέα. Μαζί με εκείνη κι εμείς. Κι όμως, ισχύει αυτό που λένε, ο καθένας έχει τον χαρακτήρα του και όσο πιστεύει ότι αξίζει να παλέψει κανείς για κάτι, θα το κάνει. Στο σημείο αυτό, θα μας επιτρέψετε να χρησιμοποιήσουμε και μια ακόμα λαϊκή φράση, αυτήν που λέει ότι κανένας δεν πάει χαμένος. Αν κανείς παρατηρήσει τις ζωές μερικών ανθρώπων (κάτι σα δείγμα για μια έρευνα, θα μπορούσε κανείς να πει) τότε αντιλαμβάνεται ότι, όσα άσχημα πράγματα και να συμβαίνουν γύρω από κάποιον, όσο περίεργες συνθήκες κι αν βιώνει, όσο άβολο και αν είναι όλο αυτό, δεν αποτελεί ποτέ λόγο παραίτησής του από τη ζωή. Δηλαδή, όλο αυτό, δεν αποτελεί την αιτία παραίτησης των νέων από τα όνειρά τους. Όσο ουτοπικό και να σας φαίνεται, είναι αλήθεια πως υπάρχουν άνθρωποι που ονειρεύονται, υπάρχουν ακόμα ευαίσθητοι άνθρωποι, άνθρωποι που αισθάνονται ότι θα ταίριαζαν καλύτερα σε μια εποχή, η οποία θα ήταν περισσότερο συμφιλιωμένη με την ελευθερία, την πραγματική ελευθερία που εμπεριέχει δηλαδή, την έννοια της ευθύνης.



Μετά ζωή

Και ερχόμαστε τώρα σε ένα πολύ καίριο ερώτημα: Και μετά; Θα ρώταγε κάποιος. Θα ρωτήσουν οι περισσότεροι, αν όχι όλοι. Και μετά άνθρωπε συνεχίζεις, θα απαντούσε κάποιος άλλος.

Συνεχίζουμε την ακατάπαυστη προσπάθεια, ατομική και συλλογική, για μια καλύτερη ζωή. Για καλύτερες συνθήκες διαβίωσης. Ίσως αυτό που μας λείπει να είναι η πίστη. Η πίστη για το τι μπορούμε να καταφέρουμε αν αλλάξουμε κάποιες από τις μέχρι τώρα συνήθειές μας. Η πίστη στον άνθρωπο. Η πίστη σε μας.

Θα ήταν πολύ όμορφο και βολικό να γυρνούσαμε στον προηγούμενο τρόπο ζωής μας. Αυτόν που περιελάμβανε όλες εκείνες τις συνήθειες που είχαμε εντάξει στην καθημερινότητά μας. Τον τρόπο ζωής μας, τα καθήκοντα και τις υποχρεώσεις μας είτε ως άνθρωποι, ως εργαζόμενοι, ως γονείς είτε ως οτιδήποτε άλλο. Αυτό φαντάζει στην συγκεκριμένη χρονική περίοδο, κάτι σαν άπιαστο όνειρο. Αλλά άραγε είμασταν ευτυχισμένοι με αυτό που είχαμε δημιουργήσει; Μήπως αυτή η αλλαγή, όσο άβολη και να είναι, είναι η ευκαιρία που πολλοί από μας έψαχναν για να αλλάξουν αυτό που δεν παραδεχόντουσαν ούτε στον ίδιο τους τον εαυτό τους, ότι τους ενοχλούσε;



Εν τέλει, θα μπορούσαμε να υποστηρίξουμε ότι, αυτή η αλλαγή ήρθε για να μείνει. Ήρθε να γίνει η νέα μας καθημερινότητα. Συνεχώς, βλέπουμε καταστάσεις και πράγματα να αλλάζουν και να μετατρέπονται σε μίαν άλλη εκδοχή αυτού, που μέχρι τώρα μας ήταν γνώριμο. Επιπλέον, αν και τελείωσε η περίοδος της καραντίνας, υπάρχει η πιθανότητα να ξανασυμβεί στο άμεσο μέλλον, πράγμα το οποίο από μόνο του δημιουργεί μια επιπλέον ανασφάλεια σε όλους τους ανθρώπους. Γιατί η ανασφάλεια έτσι κι αλλιώς, είναι θρονιασμένη μέσα μας αφού, ακούμε συνεχώς να συμβαίνουν άσχημα πράγματα στον κόσμο, επιστροφή ασθενειών που είχαν εκλείψει, φόννοι ανθρώπων με διαφορετικό χρώμα δέρματος, πόλεμοι οικονομικοί στον βωμό της απόκτησης παραπάνω χρημάτων και εξουσίας κ. τ. λ.

Επίλογος

Συμπερασματικά, ο ιός αυτός, ήρθε να μας τονίσει την απουσία κοινωνικότητας, ζεστασιάς και ανθρωπιάς που καθημερινά επιλέγουμε να βιώνουμε. Στην περίοδο που διανύουμε, με τα τεχνολογικά μέσα να εξελίσσονται με ρυθμούς ταχύτητας φωτός, με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης να οργιάζουν και να αντικαθιστούν την προσωπική επικοινωνία και επαφή, ήρθε ο ιός να μας θυμίσει ότι στην φρενήρη προσπάθειά μας

να εξελιχθούμε, ξεχάσαμε να είμαστε άνθρωποι.

Παράλληλα, η οικονομία, η παγκόσμια αλλά και η εγχώρια, υπέστησαν ένα βαρύ πλήγμα που κάνει την ανέλιξή της να είναι, για τώρα τουλάχιστον, ένα άπιαστο όνειρο.

Εν τέλει, έζησε και η δική μας γενιά τον πόλεμο. Όχι από εκείνους που περιλαμβάνουν θανάτους και άδικες απώλειες ζωών από όπλα. Από εκείνους τους ήσυχους, που κάνουν όμως τον πιο εκκωφαντικό θόρυβο. Τους ηχηρούς βαριά στα αυτιά και στις ψυχές όλων μας.

Όμως ό, τι και να συμβαίνει, η ζωή προχωράει και μαζί με αυτήν και εμείς. Εμείς καλούμαστε να επιλέξουμε, κατά πόσο θέλουμε να προχωρήσουμε και υπό ποιες συνθήκες, προκειμένου να έχουμε ένα όμορφο αλλά και δημιουργικό πέρασμα από αυτόν τον πλανήτη. Να αφήσουμε ένα αποτύπωμα, το δικό μας σημάδι συμβολής στην εξέλιξη του είδους μας.

Και βέβαια στην προσπάθειά μας, να έρθουμε πιο κοντά, δημιουργούμε συνεχώς νέους τρόπους επικοινωνίας, παραγωγής αγαθών, διάθεσης αυτών σε παγκόσμια εμβέλεια και γενικά, κάνουμε ό, τι είναι δυνατόν για τη συνέχιση της προόδου μας. Αυτό το οποίο ξεχνάμε, είναι ότι σύμμαχος μας σε αυτό, είναι το περιβάλλον, η έννοια της βιώσιμης ανάπτυξης. Πρέπει να θυμόμαστε ότι, αν «αρρωστήσει» η μητέρα Φύση, τότε θα έρθουμε αντιμέτωποι με πολλά περισσότερα δεινά.

Εν κατακλείδι, μας δίνει η κατάσταση αυτή, τελικά την αφορμή να έρθουμε πιο κοντά; Να γίνουμε Άνθρωποι; Και θα μπορούσαμε ίσως, να δείξουμε τον απαραίτητο σεβασμό στην μητέρα Γη, που μας παρέχει ό, τι χρειαζόμαστε;



Καρλή Βάσω

Η Καρλή Βάσω γεννήθηκε στο Περιστέρι. Διαμένει μόνιμα εκεί, είναι πολύτεκνη μητέρα και εργαζόμενη. Παρακολούθησε σεμινάρια δημιουργικής γραφής και ολοκλήρωσε τα εξ αποστάσεως μαθήματα του Εθνικού Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών με θέμα «Δημιουργική Ανάγνωση και Γραφή της Πεζογραφίας».

Έχει διακριθεί με Α' μετάλλιο στο 2ο διαγωνισμό πεζογραφίας «Διοτίμα και Μούσες», Β' βραβείο με έπαινο στον 7ο Παγκόσμιο λογοτεχνικό διαγωνισμό του ΕΠΟΚ για το διήγημα με τίτλο «Απέραντη Μοναξιά», Έπαινο στον 8ο Παγκόσμιο λογοτεχνικό διαγωνισμό του ΕΠΟΚ για το διήγημα με τίτλο «Ερείπια καρδιάς», Έπαινο στον 9ο Παγκόσμιο λογοτεχνικό διαγωνισμό για το παραμύθι με τίτλο «Καλλιστεία φρούτων», Β' βραβείο στον 10ο Παγκόσμιο λογοτεχνικό διαγωνισμό για το παραμύθι με τίτλο «Μάθημα ζωής», Τιμητική διάκριση στον 1ο Πανελλήνιο διαγωνισμό πεζογραφίας «Κέφαλος» στην ιστορία flash fiction με τίτλο «Φουλ καρνέ», Γ' θέση στο διαγωνισμό διηγήματος για ιστορίες τρόμου και μυστηρίου από τις εκδόσεις «Δυάς», συμμετοχές της υπάρχουν στο 2ο διαγωνισμό ULYSSES, ποίηση χαϊκού στην Ανθολογία της Διασπορικής λογοτεχνικής στοάς, σε καλλιτεχνικά ημερολόγια, μονολόγους, ιστορίες μπονσάι. Τέλος έχει αρθρογραφήσει στα site «Εν απλότητι», «Δυναμική γυναίκα», «Εναλλακτική Δράση» και «τοβιβλίονet».

Ραντεβού με τον ιό

Το επαγγελματικό ταξίδι που ήθελε τόσο πολύ να πραγματοποιήσει, της το ανέθεσαν επιτέλους. Ήταν μια ευκαιρία ν' αλλάξει παραστάσεις, αφήνοντας πίσω το άγχος και τη βαβούρα της πόλης.

Δύο ώρες ήταν όλες και όλες, αλλά η απόλαυση της διαδρομής είχε μεγαλύτερη διάρκεια. Η αλήθεια είναι ότι της έλειπαν οι δικοί της άνθρωποι, γιατί σχεδόν ποτέ δεν είχε λείψει από κοντά τους, αλλά απ' την άλλη σκεφτόταν ότι δε θα χαλάσει και ο κόσμος.

Φτάνοντας στο μικρό ορεινό χωριό, δεν κυκλοφορούσε ψυχή. Μάλλον θα φταίει η ώρα σκέφτηκε.

Ξημερώνοντας άνοιξε το παράθυρό της να μπει φρέσκος αέρας, και μαζί την τηλεόραση.

Ο φονικός ιός σαρώνει. «Μένουμε σπίτι».

Κάτι είχε ακούσει αλλά δεν το επεξεργάστηκε καθόλου με σοβαρότητα. Τα μέτρα για την προστασία άρχισαν ν' απαριθμούνται το ένα μετά το άλλο.

Δεν ήταν δυνατόν, να της συμβαίνει κάτι τέτοιο, μονολόγησε. Αρχίζει να την πιάνει δυσφορία. Στην ιδέα και μόνο ότι θα μείνει μέσα, μόνη, κλεισμένη σε τέσσερις τοίχους, πνίγεται. Αυτή η στέρηση της ελευθερίας, της κοστίζει.

Απελπίζεται. Όλες οι αρνητικές σκέψεις γίνονται εικόνες και περνούν από μπροστά της ξανά και ξανά. Πότε θα ξαναδεί τους αγαπημένους της;

Προχωρούσε πάνω κάτω νευρική μες το μικρό δωμάτιο και συγχρόνως πανικόβλητη και φοβισμένη.

Πώς θα έμενε μόνη μαζί του; Πώς θα το άντεχε αυτό;

Δεν τον γνωρίζει. Δεν έχουν συνομιλήσει ποτέ. Δεν θέλει να τον γνωρίσει. Ανυπάκουη και αντιδραστική εκείνη μένει στην επιφάνεια των πραγμάτων γιατί δεν έχει τα κότσια ν' ανακαλύψει την αλήθεια. Φοβάται ότι τα ευρήματα που θα ανασύρει θα φρενάρουν τη ζωή της, θα την βάλουν στη διαδικασία σκέψης και οι δυσάρεστες εκπλήξεις θα της φέρουν απογοήτευση. Οι μέρες περνούν και τον αγνοεί. Ευτυχώς έχει μαζί της αρκετά απ' τα αγαπημένα της βιβλία. Τα διαβάζει και ονειρεύεται.

Ταξιδεύει. Πνέει και πάλι ένα αεράκι ελευθερίας. Χαμογελά δειλά. Στο παραθύρι βγαίνει και ρουφά τη ζεστασιά του ήλιου.

Επιτέλους μπήκε φως στο σκοτεινό δωμάτιο. Επικοινωνεί με τους δικούς της. Της λείπουν. Ίσως για πρώτη φορά νιώθει την ανάγκη να τους το πει και να το κάνει πράξη.

Οι μέρες περνούν. Σιγά σιγά αρχίζει να νιώθει λίγο καλύτερα. Η νευρικότητα που είχε υποχωρεί. Το πρόσωπό της έχει γλυκάνει. Το βλέπει στον καθρέφτη. Ποτέ δεν είχε κοιτάξει με ενδιαφέρον το πρόσωπό της. Οι ματιές της ήταν φευγαλέες, βιαστικές. Εστιάζει στα μάτια της. Το σχήμα, το χρώμα τους, όλα σε τέλεια αρμονία μεταξύ τους. Το βλέμμα της, ο τρόπος έκφρασης, όλα φάνταζαν υπέροχα πάνω της.

Ξαφνικά ακούει έναν ψίθυρο, λες και βγαίνει μέσα απ' τον καθρέφτη, λέγοντάς της πόσο όμορφη είναι. Μήπως τρελάθηκε από τον εγκλεισμό και παραλογίζεται;

Όχι, δεν είναι τρελή. Αντίθετα είναι πιο λογική και πιο καλά από ποτέ. Δε βλέπει τη στιγμή που θα τελειώσουν όλα και θα ξανανταμώσει με ανθρώπους που αγαπά.

Δε θα έχει πια προτεραιότητα η καριέρα της, αλλά ο εαυτός της. Θα του αφιερώνει χρόνο για ότι πραγματικά θέλει.

Αλήθεια, πόσο της έχει λείψει ένα οικογενειακό τραπέζι, να φάνε όλοι μαζί, αναπολώντας στιγμές.

Η μοναδική κενή θέση ήταν πάντα η δική της. Αυτή τη φορά δε θα επιτρέψει να συμβεί το ίδιο.

Όλα θ' αλλάξουν. Η ζωή της θ' αλλάξει. Αυτός ο ιός στάθηκε η αφορμή να ξαναβρεί το χαμένο της εαυτό, να βάλει στη ζωή της προτεραιότητες, ν' αναθεωρήσει πράγματα και καταστάσεις.

Τώρα είναι ζωντανή.

Ο ήχος της τηλεόρασης ξαφνικά δυναμώνει. Η καραντίνα είναι προς το παρόν παρελθόν.

Οι μετακινήσεις επιτρέπονται. Γρήγορα-γρήγορα μαζεύει τα πράγματά της και φεύγει.

Ο χρόνος με το μέρος της. Νιώθει μια απρόσμενη ζεστασιά. Ναι, βρίσκεται στην αγκαλιά της μητέρας της. Φωλιάζει μέσα της και μένει εκεί.

Η αληθινή αγάπη σκοτώνει όλα τα παράσιτα που κυκλοφορούν γύρω μας και η
ζωή ΣΥΝΕΧΙΖΕΤΑΙ ...

Καρλή Βάσω

Μια φατσούλα βλαβερή

Τα μάτια κλείνει,
καθώς το φως του ήλιου την τυφλώνει.
Μέρες έχει να τον δει
και επειδή ο νους δε φυλακίζεται
τις σκέψεις αφήνει ελεύθερες
να πετάξουν σα χελιδόνι.
Το παραθύρι είναι ανοιχτό
και μπαίνοντας στον πειρασμό
ξεγλιστρά έξω από αυτό
και σε λουλούδι μεταμορφώνεται
ολάνθιστο και ευωδιαστό.
Δεν περνούν μερικά λεπτά
και μια πλουμιστή πεταλούδα
το πλησιάζει δειλά και μήνυμα του μεταφέρει
πως τα πράγματα δεν είναι καλά.
Ιός παράξενος κυκλοφορεί,
την ατμόσφαιρα και το σύμπαν απειλεί.
- Καταλαβαίνεις τι σημαίνει αυτό;
- Ελεύθερη εγώ θα πάψω να κυκλοφορώ
και εσύ θα μαραθείς μέσα σε ένα λεπτό.
- Πω, πω, τι θα κάνουμε; Πως θα το αντιμετωπίσουμε αυτό;
- Το βρήκα. Οργάνωση θέλει και όχι πανικό.
Μικρούς, μεγάλους, θα ενημερώσουμε

πριν εξαπλωθεί το κακό.

- Σε όλους θα δίνουμε σαφείς συμβουλές:

- "Γάντια όλοι φοράτε για να είστε ασφαλείς,
μάσκα να προμηθευτείτε για να μη νοσήσει κανείς".

Με αυτό το σκεπτικό ξεκίνησαν,
το μήνυμα να μεταφέρουν, μα κουράστηκαν στη διαδρομή
και βοηθό, είπαν να φέρουν.

Πρώτο και καλύτερο, κάλεσαν τον αγέρα

- "στα σπίτια όλοι μένουμε", θα φώναζε πέρα ως πέρα.

Τις εντολές υπάκουσαν και έμειναν στα σπίτια,
οι εκκλησιές κλείσανε, κομμένα και τα ξενύχτια.

Κανένας πια δε δούλευε,

οι μαθητές δεν πήγαιναν σχολείο,

τίποτα δε θύμιζε το χθες,

μήπως ήταν όλα ένα κακόγουστο αστείο;

'Τα μέλη της οικογένειας

αντάμωσαν στο ίδιο σπίτι

και από την αρχή συστήθηκαν

λες και είχαν έρθει από άλλο πλανήτη.

Η αλήθεια είναι ότι αρχικά τους έπιασε όλους μια μελαγχολία,
αλλά σκεπτόμενοι πιο ψύχραιμα, το είδαν σαν μια καλή ευκαιρία
ξεδιπλώνοντας ο καθένας τα δικά του καλά στοιχεία.

Παίρνοντας πρώτη το λόγο η μητέρα

εξέφρασε την επιθυμία να τραγουδά νύχτα-μέρα.

Από μικρή το είχε αποθημένο

να βγει στο πάλκο και να φωνάξει στον πατέρα

"αυτό το τραγούδι είναι για σένα, αφιερωμένο".

Έπιασε λοιπόν το μικρόφωνο και άρχισε να τραγουδά,

είχε καλή φωνή, έτσι τουλάχιστον της είχαν πει.

Η αντίδραση όλων ακαριαία. Έκλεισαν τα αυτιά τους και έκαναν όλοι πέρα.

Εκείνη στεναχωρήθηκε πολύ, μα μετά από λίγο το ξέχασε και το 'ριξε στη

μαγειρική.

Όταν όλοι γεύτηκαν τις λιχουδιές που είχε φτιάξει,
συγχαρητήρια της έδωσαν και αυτή από τη χαρά της κόντευε να πετάξει.

Ο πατέρας ξαπλωμένος στον καναπέ,
είχε κλείσει τα μάτια και φώναζε «όχι, ποτέ, ποτέ».

Εφιάλτη έβλεπε με πρωταγωνιστή τον βλαβερό ιό,
να τον πλησιάζει, με σκοπό να τον μολύνει
και κακό στην οικογένειά του να κάνει.

Μη φοβάσαι του είπαν τα παιδιά, εμείς θα είμαστε μαζί σου,
μέχρι να φτιάξουν τα πράγματα οριστικά.

Τα χείλη τους χαμογελούν
τον εγκλεισμό δεν τον φοβούνται
ο κορονοϊός κάνει θαύματα
και αυτοί με την ανάμνηση θα ζούνε.

Το ολάνθιστο λουλούδι
εξαντλημένο μα ροδαλό
κάθισε να ξεκουραστεί
και καθώς τα πέταλά του τίναξε
επέστρεψε στην πραγματικότητα τη σκληρή.

Η πεταλούδα τρομαγμένη
με τσακισμένα τα φτερά
άκουσε γύρω φασαρία
και πέταξε ακόμα πιο μακριά.

Όνειρο κακό ήταν
που είδαμε και εχάθη
ο ιός δεν υπήρξε ποτέ
μα και εάν κάποτε εμφανισθεί
εμείς θα τον διαγράψουμε
μια και καλή από τον χάρτη.

Κάτρη Άννα

Η Κάτρη Άννα γεννηθείς το 1971 και καταγωγή από το την Κατούνα Ξηρομέρου Αιτωλοκαρνανίας διαμένει στο Παγκράτι Αττικής. Έχει εργαστεί με την ιδιότητα της γραμματέως σε τεχνική εταιρία και στην παρούσα φάση εργάζεται στην επιχείρηση Ελληνικές Υπεραγορές Σκλαβενίτη Α.Ε.Ε. επί 29 συναπτά έτη.

Είναι τριτοετής φοιτήτρια BSc (Hons) Business Administration (Aegean College Athens) με έμφαση στο Ανθρώπινο Δυναμικό. Κατέχει πτυχίο ελευθέρων σπουδών αισθητικής προσώπου και μακιγιάζ, γνώσεις Η/Υ και πολύ γνώση της Αγγλικής. Έχει παρακολουθήσει προγράμματα εκπαίδευσης στις Βασικές Αρχές στην Υγιεινή και Ασφάλεια των Τροφίμων (ΕΦΕΤ), Βιογραφικό και Γλώσσα του Σώματος, Ψευδοεπιστήμη Πως Και Γιατί, Δημιουργία – Λειτουργία Δισκογραφικού Label (Ανεξάρτητης – Αυτόνομης Εταιρείας), στην Ψηφιακή Εποχή. Ενδιαφέροντά της η συγγραφή κειμένων και άρθρων.

Κορονοϊός ένας άνισος παγκόσμιος πόλεμος

Η παρούσα αναφορά για τον αντίκτυπο του κορονοϊού στις σύγχρονες κοινωνίες του 21^{ου} αιώνα, αφιερώνεται με σεβασμό «σε όλους τους συναδέλφους μου (Ελληνική Εταιρεία Σκλαβενίτης), και όλους εκείνους που αγωνίστηκαν με δύναμη ψυχής στην πρώτη γραμμή της «μάχης» του κορονοϊού με στόχο μία και μόνο αποστολή, το κοινό καλό όλων των ανθρώπινων κοινωνιών».

Εισαγωγή:

Στην σύγχρονη κοινωνία του 21^{ου} αιώνα και σε ένα μεταβαλλόμενο περιβάλλον που χαρακτηρίζεται από ραγδαίες εξελίξεις, (τεχνολογία, οικονομία, ανάπτυξη διαδικτύου), καινοτομίες και πρωτοποριακά συστήματα, διαμορφώνεται και οικοδομείται κατάλληλο κοινωνικό υπόβαθρο που έγκειται σε ευνοϊκές συνθήκες προόδου και καλλιέργειας γόνιμου εδάφους, με προδιαγραφές να αναπτυχθεί και να ευδοκιμήσει η ευημερία, η οικονομική ευρωστία και η ευμάρεια των ανθρώπινων κοινωνιών σε παγκόσμια κλίμακα. Η αντιξοότητα και αστάθεια του εξωτερικού περιβάλλοντος ορίζει τους δικούς της κανόνες που εμπεριέχουν ευκαιρίες και προκλήσεις σε όλες τις εκφάνσεις της σύγχρονης ζωής και δραστηριότητας, αλλά παράλληλα, ενέχει «αόρατους» κινδύνους και απειλές που караδοκούν «άγρυπνα» στην εξελίξιμη διαδρομή της.

Μία τέτοια απειλή, «μεταλλασσόμενη» σε ένα παγκόσμιο κίνδυνο είναι η παρουσία ενός θανατηφόρου ιού και πανδημίας (του κορονοϊού), αφανίζοντας στο πέρασμά του ανθρώπινες ζωές, σαρώνοντας συστήματα και πολιτικές, εξαφανίζοντας κάθε ίχνος ασφάλειας, επιβίωσης και ανθρώπινης αξιοπρέπειας, για την επόμενη ημέρα της ανθρώπινης φύσης και δημιουργίας. Μετά την περίοδο της παγκόσμιας οικονομικής ύφεσης που συντελέστηκαν δραματικές αλλαγές σε όλο το φάσμα δομών και ανθρώπινων δραστηριοτήτων η απειλή ενός «αόρατου» εχθρού ενισχύει το αίσθημα του φόβου και της ανασφάλειας του ανθρώπου για την ακεραιότητα και την επιβίωσή του στο εγγύς μέλλον. Αδιαμφισβήτητα, το εύλογο ερώτημα που γεννιέται είναι ποιο θα είναι το μέλλον της παγκόσμιας οικονομίας, που καθιστά απαραίτητη

την υιοθέτηση καινοτόμων στρατηγικών και σχεδίων δράσης, καθώς επίσης ορθολογιστικών πολιτικών και πρακτικών αξιόπιστης διακυβέρνησης και οργανωσιακής συμπεριφοράς, που συμβάλλουν στον ανασχηματισμό γερών θεμελίων για την αξιοποίηση νέων αναδυόμενων ευκαιριών, καθώς και ένα «συνταίριασμα» των πόρων και των δυνατοτήτων των επιχειρήσεων και οργανισμών σύμφωνα με τις ανάγκες και απαιτήσεις του εξωτερικού περιβάλλοντος.

Αναμφίβολα, οι άμεσες συνέπειες της παγκόσμιας πανδημίας του κορονοϊού είναι τεράστιες σε ολόκληρο τον κόσμο ενώ ο αντίκτυπος και επιπτώσεις του κοινωνικές και οικονομικές είναι ορατές και καθοριστικές στο ανθρωπογενές περιβάλλον. Είναι γεγονός, ότι οι διαστάσεις του είναι τεράστιες (απώλειες στις ανθρώπινες ζωές ανά την υφήλιο), ενώ παράλληλα, κλονίζει την παγκόσμια οικονομία εκθέτοντας απροκάλυπτα την ανικανότητα ή αποτελεσματικότητα μέτρων των κυβερνήσεων. Εντούτοις, χρειάζεται χρόνος για να απαντηθούν ερωτήματα και να συζητηθούν ζητήματα σωστής διακυβέρνησης και αντιμετώπισης άμεσων και δραστικών μέτρων, όταν η έξαρση του ιού θα έχει σταματήσει να βρίσκεται πια στο επίκεντρο της προσοχής. Η επέλαση του ιού συνέβαλε σε έναν διαφορετικό μετασχηματισμό θετικού ή αρνητικού κλίματος και συνεπειών σε ζητήματα περιβαλλοντικά, κοινωνικά και εταιρικής διακυβέρνησης. Η παγκόσμια πανδημία ενεργοποίησε πιο έντονα την περιβαλλοντική μας συνείδηση ότι υπάρχει μία μικρή χαραμάδα ελπίδας να βγούμε αλώβητοι – από αυτό τον πόλεμο – με στοιχεία αναζωογονημένης παρόρμησης και συνειδητοποιημένης συμπεριφοράς να προστατεύσουμε ό,τι μας «περιβάλλει», υπενθυμίζοντας ότι η συνεργασία, η υπομονή και η προσαρμογή είναι τα όπλα που θα συμβάλλουν θετικά στην ανάκαμψη της πανδημίας και στην αντιμετώπιση αντίστοιχων μελλοντικών κρίσεων.

Επιπρόσθετα, αναδιαμόρφωσε έναν νέο τρόπο μάθησης «εκ νέου» της σύγχρονης επιχειρηματικότητας και της μακρόχρονης βιωσιμότητάς της στο ανταγωνιστικό πεδίο της αγοράς. Η αχαλίνωτη εξάπλωση της πρωτοφανούς παγκόσμιας υγειονομικής κρίσης «εγκυμονεί» τεράστιο κίνδυνο να μετεξελιχθεί σε μία άνευ προηγουμένου κοινωνική διαταραχή και βαθύ οικονομικό πλήγμα που θα ταλανίζει τις ανθρώπινες κοινωνίες για μεγάλο διάστημα. Ορισμένες θετικές επιπτώσεις της πανδημίας μπορεί να θεωρηθούν οι λιγότερες εκπομπές αερίων του

θερμοκηπίου (λόγω παύσης λειτουργίας εργοστασίων, μαζική μείωση αεροπορικών εισιτηρίων), η ενίσχυση προμηθειών από τις τοπικές αγορές, η στροφή των επιχειρήσεων στην αναζήτηση εναλλακτικών λύσεων από εγχώριους προμηθευτές και επιπρόσθετα, η αύξηση των «on line» αγορών που θα ενισχύσει την ανάπτυξη της διαδικτυακής αγοράς, καθώς οι επιχειρήσεις και οι οργανισμοί ενδεχομένως να επαναπροσδιορίσουν νέους τρόπους προσέγγισης αμοιβής ή άλλων λειτουργικών διοικητικών χειρισμών μέσω ηλεκτρονικών πλατφόρμων. Εξάλλου, σε βάθος χρόνου οι εκάστοτε επιχειρήσεις θα πρέπει να επανεξετάσουν πιο ορθολογιστικά και αντικειμενικά την ανθεκτικότητα και ευελιξία τους σε πιθανούς κραδασμούς αντίξοων συνθηκών και μεταβλητών βιωσιμότητας των επιχειρήσεών τους. Επίσης, συμπεριλαμβάνεται και ο παράγοντας της πολιτικής «δέσμευσης» της εκάστοτε χώρας για ενίσχυση ή ολική αναδόμηση του συστήματος υγειονομικής περίθαλψης, και μέριμνας υπό την αιγίδα κρατικής υποστήριξης ελαστικότητας συστημάτων και εφαρμογής πρωτοποριακών μεθόδων και καινοτόμου εξοπλισμού. Ασφαλώς, όταν η απειλή του ιού περιοριστεί, τα αποτελέσματα θα καταδείξουν την ανθεκτικότητα και ελαστικότητα των επιχειρήσεων καθώς και τον τρόπο διαχείρισής τους σε μελλοντικές κρίσεις και σε άμεση συνάρτηση με Περιβαλλοντικά, Κοινωνικά και Εταιρικής Διακυβέρνησης θέματα και πολιτικές.

Μετά την ύφεση της παγκόσμιας οικονομικής κρίσης, τα θεμέλια της οικονομίας ταράσσονται συθέμελα και οριστικά, καθώς τα "μέτρα", ακραίας φυσικής απόστασης και κοινωνικής απομόνωσης των πολιτών, ουσιαστικά συντελούν στην παύση λειτουργίας και ισχυρού σοκ της οικονομίας. Διακυβερνήσεις παγκοσμίως στοχεύουν σε επιβράδυνση και καταστολή μεταδοτικότητας του ιού, επιλογή όμως που σφραγίζει το απόλυτο πάγωμα της οικονομικής δραστηριότητας προκαλώντας ανυπολόγιστες οικονομικές, κοινωνικές επιπτώσεις και συνέπειες, ολοσχερείς ζημιές, και εξοντωτικές αναταράξεις και αναταραχές στο ευρύτερα κοινωνικό σύνολο. Απόρροια όλων αυτών, θα είναι σε μακροοικονομικό επίπεδο η εκθετική αύξηση της ανεργίας, το δημόσιο χρέος, οι υπερήμερες υποχρεώσεις των νοικοκυριών και επιχειρήσεων, η δραματική πτώση ζωοφόρων κλάδων της οικονομίας (τουρισμός, ναυτιλία) και περιορισμένες αντοχές του ασφαλιστικού συστήματος και περίθαλψης. Επίσης, σε μικροοικονομικό επίπεδο ο αντίκτυπος της πανδημίας ασκεί έντονη

επίδραση και επιρροή στην ψυχολογική υγεία των πολιτών καθώς «αγγίζει» ένα μεγάλο μέρος του πληθυσμού των κοινωνιών, ενισχύοντας τις εντάσεις, την ενδοοικογενειακή βία, την αύξηση ψυχικών διαταραχών, μετά - τραυματικού στρες και λοιπών αντίρροπων καταστάσεων και κοινωνικών ανωμαλιών. Επιπλέον, ο «άνισος πόλεμος» του κορονοϊού δυναμώνει επίσης, το φαινόμενο της επαναφτωχοποίησης των κοινωνικών στρωμάτων και μειώνει αισθητά τα επίπεδα αντοχής των πολιτών αφού ένας φαύλος κύκλος – κρίση μετά την κρίση – διαιωνίζεται και μοιάζει να είναι ατέρμονος και αδιέξοδος.

Σε όλη αυτή την δύσκολη «διαδρομή» της αόρατης απειλής οι αλληλεπιδράσεις του εξωτερικού περιβάλλοντος «δρουν» καθοριστικά στην αλλαγή συμπεριφοράς στο *πρόσωπο* του πολίτη - καταναλωτή μετασχηματίζοντας και υιοθετώντας διαφορετικές στάσεις και τάσεις στις καθημερινές του καταναλωτικές αγορές. Αδιαμφισβήτητα, ο «επηρεασμένος» έντονα από την πανδημία καταναλωτής, δείχνει ορατά και ξεκάθαρα ότι είναι περισσότερο συνειδητοποιημένος και επικεντρωμένος στο αγοραστικό του «καλάθι», διακατέχεται έντονα από υψηλό αίσθημα ατομικής ευθύνης και πολιτικής προστασίας, ενώ παράλληλα, οι αγορές του εστιάζονται σε αγαθά που ανταποκρίνονται πλήρως και ουσιαστικά με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας. Διαμορφώνονται λοιπόν νέες πιο παραγωγικές *κοινωνικές συμπεριφορές* όπως η ατομική υγιεινή και καθαριότητα καθώς και πρωτοφανής ωριμότητα στους κανόνες και μέτρα υγιούς συμβίωσης.

Η υπέρβαση της κρίσης αφήνει ανοιχτά πεδία για συγκρούσεις, διαφωνίες και εντάσεις τόσο στο πολιτικό προσκήνιο (συγκρουσιακή ρητορική, πολιτικός διχασμός), όσο και στο κοινωνικό χάσμα αφού η δυσοίωση πορεία της οικονομίας υποθάλλει κλίμα δυσαρέσκειας και απογοήτευσης ότι όλα εκείνα που κερδήθηκαν με αγώνα, ξαφνικά ισοπεδώθηκαν στο έλεος του κορονοϊού, άρρηκτα δεμένα με την κατάρρευση του συστήματος υγείας, τον κίνδυνο δυσλειτουργίας του τραπεζικού συστήματος, καθώς και την δημιουργία μιας νέας γενιάς «κόκκινων» δανείων δημοσιονομικής απορρύθμισης και υπέρογκων ελλειμμάτων και υπερχρεώσεων. Επιπλέον, «προβλέπεται» να σημειωθούν χρεοκοπίες αρκετών επιχειρήσεων, κάποιες από τις οποίες θα οδηγηθούν στην κρατικοποίηση, ενώ η είσοδος και η πρόσβαση στις διεθνείς αγορές δεν θα είναι απρόσκοπη. Το διεθνές εμπόριο θα υποστεί σοβαρό

πλήγμα και η ομαλή ροή της εφοδιαστικής αλυσίδας (δραστηριότητες μεταφορών, ταξίδια αναψυχής) των επιχειρήσεων θα κλονιστεί όσο ποτέ άλλοτε. Η ακολουθία νέων οικονομικών και κοινωνικών δεδομένων θα πυροδοτήσουν και θα αναδείξουν σε παγκόσμια κλίμακα – διαφορετικό πρίσμα οπτικής συμπεριφοράς, στις αντιλήψεις, πεποιθήσεις, ιδεολογικές αμφισβητήσεις και αλλαγές, ενώ επιβάλλεται οι κυβερνήσεις να δεσμευτούν ηθικά αναλαμβάνοντας δράση και ευθύνη για την ευημερία, οικονομική άνθηση και ανάπτυξη των κοινωνιών καθώς και ενίσχυση της αγοράς. Όλες οι παραπάνω «διαταρακτικές» αλλαγές θα σηματοδοτήσουν μία νέα πρόκληση στα πολιτικά και κοινωνικά δεδομένα που θα *αμφισβητηθεί αν δεν πραγματοποιηθεί* άρτια στρατηγική «τολμηρές» πολιτικές και πρακτικές συνεργασίας, αλληλεγγύης και κοινής συμπόρευσης για το κοινό καλό.

Όπως κάθε χώρα έτσι και η Ελλάδα οφείλει να καταρτίσει το δικό της στρατηγικό σχέδιο εξόδου από την κρίση της παγκόσμιας πανδημίας με όπλα αποφασιστικότητα, προνοητικότητα και ομοψυχία. Η επιστροφή της επόμενης ημέρας για όλους τους πολίτες δεν είναι εύκολη καθώς χρειάζεται χρόνος αλλά και έτοιμο σχέδιο εγρήγορσης, εναλλακτικών και ευελιξίας από την διακυβέρνηση έτσι ώστε να διατηρηθεί η ασφάλεια των πολιτών της. Η ισομερής και δίκαιη κατανομή των ευθυνών θα ενισχύσει και θα τονώσει το βαθμό κοινωνικής συνοχής που είναι απαραίτητος παράγοντας για επιτυχημένη εφαρμογή και εξασφάλιση προστασίας του πολιτεύματος και των δημοκρατικών θεσμών του. Στόχος των κυβερνήσεων παγκοσμίως είναι η αποτροπή κατάρρευσης της παγκόσμιας οικονομίας που έγκειται σε ισοπέδωση της συνολικής ζήτησης, δραματικές διαταραχές σε περίοδο ειρήνης, δυσλειτουργία και απορρύθμιση στις διεθνείς αγορές χρήματος και κεφαλαίου.

Προτάσεις:

Η διαχείριση της πολύπλοκης κατάστασης του «άνισου» αυτού παγκόσμιου πολέμου και ο τραγικός απολογισμός των αναρίθμητων πληγών της Ελλάδας *«ενδυναμώνει» τα ψυχικά της αποθέματα* και την παροτρύνει να ωθήσει και να αξιοποιήσει δυναμικά και αποφασιστικά το διεθνές της κύρος, ενθαρρύνοντάς τη να κερδίσει επάξια το χαμένο έδαφος στους καίριους και ζωτικούς τομείς της που πλήττονται σήμερα (τουρισμός, ναυτιλία, εξαγωγές). Καθώς η χώρα δίκαια έχει χτίσει

την εικόνα «ασφαλούς» χώρας πρέπει να δράξει την ευκαιρία προσέλκυσης «αδρανούς» ανθρώπινου δυναμικού (τουρίστες), προσελκύνοντάς τους με στρατηγικό σχέδιο και πολιτική, αλλά επίσης ενισχύοντας και στηρίζοντας την ευελιξία και προσαρμοστικότητα του ελληνικού εμπορίου. Ο άνισος αυτός πόλεμος θα αναδείξει ένα νέο πρόσωπο της Ελλάδας και θα αναδιαμορφώσει μία ολότελα υγιή σχέση κράτους-πολίτη, με σκοπό και όραμα τη μέγιστη ανάκαμψη, πρόοδο και ευημερία της χώρας. Η ανισότητα της αόρατης απειλής θα αποτελέσει το "ισοζύγιο" για δυναμική επανένταξη και επαναδημιουργία μια «καλής κοινωνίας», που αντιμετώπισε αυτή την πρόκληση και συνάμα απειλή δυναμικά και υπεύθυνα, παίρνοντας στρατηγική απόφαση να «ενηλικιωθεί», και να υψώσει παράστημα με αίσθημα συλλογικής αλλά και ατομικής ευθύνης. Ωστόσο, σε διεθνές επίπεδο «αιωρείται» το ερώτημα αν οι διακυβερνήσεις των κρατών έπραξαν με σύνεση και εγρήγορση στην καταπολέμηση της πανδημίας - παρέχοντας ουσιαστικό έργο και μέριμνα στους πολίτες - καθώς και το τελικό διακύβευμα που αφορά την εδραίωση της διεθνούς συνεργασίας ενισχύοντας τομείς όπως το σύστημα της υγειονομικής περίθαλψης (ελαστικότητα μεθόδων, εξειδικευμένα μηχανήματα, μεγαλύτερη πρόνοια) και επιπρόσθετα, το ερώτημα αναφορικά με ενεργές πρωτοβουλίες και δράσεις, και την εφαρμογή στοχοθετημένων, αποτελεσματικών πολιτικών και πρακτικών που αφορούν την «αιιφορία» και προστασία του περιβάλλοντος, καθώς η ανεξέλεγκτη χρήση των πόρων του, ευθύνεται άμεσα ή έμμεσα για τις επιδημίες και πανδημίες που μαστίζουν την ανθρωπότητα. Αναμφισβήτητα, τα πρώτα σημάδια του άνισου αυτού πολέμου είναι δραματικές παγκόσμιες οικονομικό - πολιτικές και κοινωνικές αλλαγές με γνώμονα μία ακολουθία απρόσμενων προκλήσεων που καλούνται να διαχειριστούν οι επιχειρήσεις και οργανισμοί, πολίτες-καταναλωτές και κράτος μαζί. Η ταχεία και αδυσώπητη εξάπλωση του ιού έχει παγκόσμιο αντίκτυπο στη φύση της κοινωνικής ευθύνης και της επιχειρηματικής δεοντολογίας μετασχηματίζοντας και ορίζοντας έναν διαφορετικό τρόπο "αντίληψης" των επιχειρήσεων στο τρέχον παγκόσμιο «γίγνεσθαι» συμβάλλοντας στη γέννηση ισχυρών επιρροών και αναδημιουργίας στους κόλπους του μάνατζμεντ και της οργανωσιακής συμπεριφοράς στο ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο. Εξαιτίας των ραγδαίων αλλαγών που συντελούνται σε παγκόσμια κλίμακα, καθίσταται ιδιαίτερα δυσδιάκριτος ο εντοπισμός «απειλών» και κινδύνων

από τους οργανισμούς και επιχειρήσεις. Μελετώντας, τις τάσεις της σύγχρονης πραγματικότητας, μία εκρηκτική αλληλουχία αλληλεπιδράσεων του εξωτερικού περιβάλλοντος επηρεάζουν έντονα και άμεσα την λειτουργία των επιχειρήσεων παγκοσμίως και προσδιορίζουν τη διαμόρφωση ευοίωνων ή δυσοίωνων συνθηκών που θα εξασφαλίσουν την αναγωγή τους στο εγγύς μέλλον. Είναι γεγονός, ότι το ελληνικό «επιχειρείν» κλυδωνίζεται συθέμελα και ενδεχομένως θα πάρει αρκετό διάστημα για επανένταξη και προσαρμογή στα καινούργια δεδομένα της ελληνικής επιχειρηματικότητας, εκρέοντας στην επιφάνεια σημάδια αδυναμίας ή δύναμης, εγρήγορσης και ετοιμότητας των επιχειρήσεων καθώς επίσης, αξίζει να τονιστεί το γεγονός, εάν πραγματοποιείται και εφαρμόζεται ορθά και με σύνεση η κατάλληλη εκπαίδευση του ανθρωπίνου δυναμικού τους (ειδικά μέτρα, και ειδική προστασία σε αντίξοες συνθήκες), και εναλλακτικού σχεδίου αντιμετώπισης των «απειλών».

Συμπεράσματα:

Εν κατακλείδι, υπάρχει σήμερα μεγάλη αβεβαιότητα για το τελικό και καθοριστικό οικονομικό και κοινωνικό κόστος της πανδημίας, που θα εξαρτηθεί από πολλούς κρίσιμους παράγοντες και συνθήκες (εποχικότητα, θερμοκρασία, κλιματικές αλλαγές, βαθμός μετάλλαξης του ιού). Εντούτοις, θα πρέπει να γίνει διάχυση του επικοινωνιακού μηνύματος που αφορά θετικό κλίμα, αισιοδοξίας, σύμπνοιας και ομοψυχίας – σε πολίτες και οργανισμούς καθώς η *ελπίδα* και η γρήγορη *προσαρμογή* αποτελούν το κλειδί στην κρίση. Πρέπει να καταστεί σαφές, η αποτροπή ανεδαφικών προσδοκιών στους πολίτες, ότι δηλαδή το κράτος μπορεί να χρηματοδοτεί τα πάντα, και να διορθώνει όλες τις ζημιές, δημιουργώντας έτσι σοβαρή άμβλυση στην ανάγκη ενίσχυσης της ατομικής, συλλογικής ευθύνης και πειθαρχίας, ενώ αντίθετα, θα πρέπει να γίνει ανατροφοδότηση του μηνύματος προσφοράς και θυσίας, ενός συνδυασμού δίκαιης κατανομής των «βαρών» αλλά και εφαρμογή τήρησης των νόμων προς την κοινωνία. Θα πρέπει να υπάρχει ειλικρίνεια και διαφάνεια απέναντι στο πρόσωπο του πολίτη, για τις ακόλουθες πραγματικές δυνατότητες και εναλλακτικές καθώς και τις τρέχουσες τάσεις, οικονομικά και κοινωνικά δεδομένα. Είναι σημαντικό, πέραν της κορύφωσης της πανδημίας να έχει καταρτιστεί ενδεδειγμένη διερεύνηση, ανάλυση και μελέτη ενός στρατηγικού ρεαλιστικού και ρηξικέλευθου σχεδίου εξόδου καθώς και

ασφαλούς «διαφυγής» όλων των μελών της κοινωνίας από την κρίση του ιού.

Επισημαίνεται ότι η πραγματοποίηση και χάραξη στρατηγικής εναλλακτικού σχεδίου και πλάνου, προϋποθέτει ρεαλισμό και αποδοχή της παρούσης κατάστασης, που σημαίνει την ολική συνεισφορά και θυσία όλων των μελών του κοινωνικού συνόλου, ότι θα υποστεί τις απώλειες με ψυχραιμία και φρόνηση, και ότι η επιστροφή και επανένταξη στην δημοσιονομική κανονικότητα και βιωσιμότητα θα είναι ιδιαίτερα σκληρή. Είναι εξαιρετικά κρίσιμο να υπάρχει ένα πλαίσιο προσέλκυσης, μετατροπών και προσέγγισης σε διάφορους τομείς και κλάδους όπως για παράδειγμα επενδύσεις στην πράσινη επιχειρηματικότητα και οικονομία, στρατηγικό πλάνο προσέλκυσης εγχώριων και ξένων επενδύσεων, βέλτιστη αξιοποίηση λειτουργικότητας λιμανιών, έμφαση στην ανάπτυξη των κοινωνικών και οικονομικών υποδομών. Επιπρόσθετα, είναι σημαντικό να στηριχθεί ο κλάδος της ελληνικής οικονομίας να υπάρξει ενδεχομένως θετική αξιοποίηση της δημόσιας υπηρεσίας, να γίνει όπου απαιτείται ψηφιακός μετασχηματισμός και εκσυγχρονισμός προς όλα τα επίπεδα και κατευθύνσεις, Είναι σαφές, ότι εάν δεν υπάρξει ένα ολοκληρωμένο εθνικό σχέδιο οικονομικές και κοινωνικές επιπτώσεις θα είναι ανυπολόγιστες οδηγώντας σε ολοσχερή καταστροφή και πτώχευση.

Επίλογος

Αντιμέτωποι σήμερα με μία πρωτόγνωρη και πολυσύνθετη κατάσταση η *αισιοδοξία* θα διαδραματίσει ουσιαστικό ρόλο και βασικό συστατικό στην υγιή εμψύχωση και τόνωση του ηθικού και της ψυχολογίας πολιτών και οργανισμών, στην σύσφιξη των κοινωνικών δεσμών, στην αναπτέρωση της ελπίδας και ταχείας προσαρμογής στις ανασχηματισμένες και μεταβαλλόμενες συνθήκες. Η έννοια της «ανίχνευσης» της «διατηρήσιμης» ελπίδας θα προσδιορίσει και θα ορίσει την δυνατότητα που έχουν οι πολίτες, και οι επιχειρήσεις μαζί (αγορά), καθώς και το κράτος να «διατηρήσουν» την ελπίδα εξόδου από την κρίση «ζωντανή». Άλλωστε, η ιστορία δείχνει ότι κάθε κρίση που ταλανίζει την ανθρωπότητα και κλονίζει τις ισορροπίες στις ανθρώπινες κοινωνίες, αναδύει στοιχεία ωριμότητας και εμπειρίας «νέων» συνειδητοποιημένων και «εκπαιδευμένων» πολιτών, με καινούργιες συμπεριφορές, κριτήρια και τάσεις, ενώ παράλληλα καθιστούν πιο ψηλά τον πήχη

των προκλήσεων του ανταγωνιστικού πεδίου της αγοράς και των επιχειρήσεων, καθώς οι μακροπρόθεσμοι στόχοι χαρακτηρίζονται πιο απαιτητικοί σε επίπεδο «αντίληψης» και αγοραστικής συμπεριφοράς. Οριοθετώντας το «Όραμα» της σύγχρονης Ελλάδας στην κρίση και με αποστολή εθνικής και ατομικής βιωσιμότητας, αγορά και κράτος έχουν ίσο μέρος ευθυνών και θυσιών επιδεικνύοντας παράδειγμα διαφάνειας, εντιμότητας, καλλιέργειας και ανιδιοτελούς προσφοράς. Τέλος, αξίζει να σημειωθεί, ότι αγορά και κράτος οφείλουν να προσπαθήσουν να καταβάλλουν προσπάθεια και τόλμη αναλαμβάνοντας δράση, δίνοντας το παρόν και εμφάνιση δυναμικής παρουσίας με στρατηγικό στόχο και σχέδιο την ανάκαμψη της ψυχολογίας και τη μεταστροφή του αρνητικού κλίματος με εξωστρέφεια, πειθαρχία και καινοτομία. Η ελληνική πραγματικότητα και το ελληνικό «επιχειρείν» στο πλαίσιο μιας παγκόσμιας πανδημίας είναι πλέον καιρός να πιστέψει στα συγκριτικά της πλεονεκτήματα και δυνάμεις, και να τα μετατρέψει σε ανταγωνιστικά πεδία «άμιλλας» εστιάζοντας στην δημιουργία αξιοπιστία υπευθυνότητα και εποικοδομητική δουλειά.

Ο «άνισος» αυτός «παγκόσμιος» πόλεμος άφησε το «αποτύπωμά» του στη σύγχρονη ζωή και καθημερινότητα όλων των πολιτών. Ίσως, κάποιοι πιστεύουν ότι η καθημερινότητα δεν άλλαξε. «Άλλαξε όμως και αλλάξαμε όλοι μαζί». Οφείλουμε στους εαυτούς μας αλλά και στο ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο και σύνολο να πορευτούμε με δύναμη, αισιοδοξία και χαμόγελο. Άλλωστε, μη ξεχνάμε ότι: *«όσο ο Άνθρωπος κυριαρχεί στη γη, δεν θα επιτρέψει ποτέ την εισβολή ξένων στοιχείων να λεηλατήσουν και να αφανίσουν την ανθρώπινη υπόστασή του και αξιοπρέπεια».*

Κατσουλάρη Παναγιώτα

Η Κατσουλάρη Παναγιώτα γεννήθηκε το 1979 στη Λάρισα όπου και μεγάλωσε, με καταγωγή και από τους δύο γονείς μου απ' τα χωριά των Ιωαννίνων. Είναι απόφοιτος της Φιλοσοφικής Σχολής του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων καθώς και του τμήματος Ιταλικής Γλώσσας και Φιλολογίας του ΑΠΘ. Συγχρόνως σπουδάζει Ποιμαντική και Κοινωνική Θεολογία στο ΑΠΘ και είναι μεταπτυχιακή φοιτήτρια στις Σπουδές στην Ορθόδοξη Θεολογία. Κατοικεί στην «πλανεύτρα» Θεσσαλονίκη όπου και διδάσκει από το 2002 ως Φιλολόγος στη δημόσια μέση εκπαίδευση. Έχει διακριθεί σε λογοτεχνικούς διαγωνισμούς όπως στον Δ' Λογοτεχνικό Διαγωνισμό «Αντώνης Σαμαράκης» στην κατηγορία επαίνου με το διήγημα με τον τίτλο «Στο βάθος της σπηλιάς ... » καθώς και από το Φιλολογικό Σύλλογο «Παρνασσό» στο ΛΑ' Λογοτεχνικό Διαγωνισμό. Έχει παρακολουθήσει σεμινάριο δημιουργικής γραφής στο ΑΠΘ καθώς και εργαστήρι της τέχνης του γραπτού λόγου στο Κέντρο Ελληνικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Harvard στο Ναύπλιο. Γνωρίζει αγγλικά, γαλλικά, ιταλικά ενώ έχει συμμετάσχει στα Summer Schools που διοργανώνει το Διεθνές Πανεπιστήμιο στη Θέρμη της Θεσσαλονίκης. Λατρεύει τα ταξίδια, τις ατέλειωτες «ποδηλατάδες» στην παραλία, τον παραδοσιακό χορό και ό, τι έχει σχέση με τη φύση. Για την ίδια η συγγραφή είναι κάτι σαν την ψυχανάλυση: «καταθέτεις ένα κομμάτι της ψυχής σου στο χαρτί και μετά το διαβάζεις και το ξαναδιαβάζεις για να δεις ποιος πραγματικά είσαι».

Τούρτα σοκολάτα ... στην εποχή του Covid – 19!

Ότι θα περνούσε τα γενέθλιά της κλεισμένη μέσα στο σπίτι χωρίς να γίνει ο καθιερωμένος τζεττζελές ούτε που το φανταζόταν η Ξανθίππη. Ήταν βλέπεις αυτή η έρμη η καραντίνα που δεν επέτρεπε ούτε μέχρι τον απέναντι φούρνο να πάει χωρίς να στείλει το καθιερωμένο πλέον sms και χωρίς να έχει πάντα μαζί της την ταυτότητα. Δε θα το βαζε όμως κάτω! Είναι δυνατόν να περιμένει να γιορτάσει χωρίς έστω μια τούρτα, ένα γλυκάκι! Και το ζαχαροπλαστείο είχε κάτι τούρτες που δεν της πολυάρεσαν, θες η γενική κατήφεια θες ότι και τα κορίτσια του ζαχαροπλαστείου ήταν κουρασμένα και απογοητευμένα για το τι μέλλει γενέσθαι, θες η ανασφάλεια θες θες ...

Αποφάσισε να μην την πάρει από κάτω και να κάνει και την έκπληξη στον αντρούλη της που την έλεγε και λίγο ανεπρόκοπη, λίγο ότι βαριέται! Όσο ήταν εκείνος στη δουλειά πετάχτηκε στο σούπερ μάρκετ με τη μαγική λίστα με τα υλικά. Φρέσκο γαλατάκι για την κρέμα, βυσσινάκια και τρούφα για το στόλισμα και αβγουλάκια για να χτυπήσει το παντεσπάνι. Και φυσικά κεράκια ή μάλλον ένα κεράκι γιατί αλλιώς έπρεπε να γεμίσει τη μισή τούρτα.

Η επιστροφή στον πάγκο της κουζίνας ήταν ολόκληρη ιεροτελεστία. Αφού απολύμανε τα πάντα, έβγαλε το μεγάλο μπολ, το μίξερ και άρχισε να χτυπάει τα υλικά για το παντεσπάνι. Το φούρνισε και μια γλυκιά ευωδία πλημμύρισε όλο το σπίτι. Ήταν βλέπεις άνοιξη και οι μυρωδιές οι εξωτερικές ήθελαν να εισβάλλουν στη γλυκιά θαλπωρή του σπιτιού. Όσο ψηνόταν η γλυκιά ζύμη, ανακάτεψε τα υλικά δημιουργώντας μια λεπτόρρευστη μους σοκολάτας που θα έκανε ακόμα και τον πιο συγκρατημένο ουρανίσκο να βυθίσει το δάχτυλο του στη βελούδινη κρέμα. Η δε σαντιγί ήταν το αποκορύφωμα, με μια κρέμα γάλακτος τόσο πυκνή που κάλυψε κάθε σπιθαμή της διώροφης δημιουργίας της. Και βέβαια σε μια τούρτα όπως λέει και ο σοφός λαός μας πρέπει να υπάρχει και το κερασάκι ή μάλλον στη συγκεκριμένη περίπτωση το βυσσινάκι, αρωματικό και ζουμερό δίνοντας μία γεύση υπόξινη που εξισορροπούσε τη γλυκύτητα της σοκολάτας που έτριψε από πάνω σε χοντρές φλούδες. Μια πανδαισία γεύσεων, αρωμάτων και χρωμάτων κατέκλυσαν τη μεγάλη

γυάλινη πιατέλα η οποία πήρε τη θέση που της άρμοζε στο μπροστινό ράφι του ψυγείου.

Περίμενε πώς και πώς τον καλό της να σβήσουνε τα κεράκια και να κεραστούν από ένα γενναίο κομμάτι, γιατί όχι και ένα δεύτερο. Η καραντίνα όπως και κάθε άλλη δύσκολη στιγμή πάντα έλεγε ότι θέλει καλοπέραση. Και βέβαια καλοπέραση όχι μόνο για τους δυο αλλά και για όσους βίωναν υπομονετικά τον εγκλεισμό και δεν είχαν καμία διέξοδο ακόμα και να πάνε στο σούπερ μάρκετ. Σκέφτηκε ότι μια τέτοια κατάσταση θα βίωνε η κυρά Πολυξένη, μια βέρα Μικρασιάτισσα κοντά στα ενενήντα αλλά τετραπέρατη και γεμάτη ζωή που είχε απαρνηθεί όλες τις εκδρομές της και τις εξόδους της. Δεν της έλειπε τίποτε, τα παιδιά της κάθε μέρα τα ψώνια στην πόρτα της αλλά... η γυναίκα συνηθισμένη στο έξω πώς να κλειστεί μέσα στους τέσσερις τοίχους!

Σκέφτηκε την καημένη την κυρά Πολυξένη πώς να της καλούσε στα γενέθλια να χαιρόταν και αυτή! Θα έκανε σα μικρό παιδί! Δεν πειράζει, αναλογίστηκε η Ξανθίπη, υπάρχει και άλλος τρόπος! Αν δεν πάει ο Μωάμεθ στο βουνό, θα πάει τελικά το βουνό στο Μωάμεθ. Μετά την κοπή της τούρτας θα πήγαινε κανά δυο κομμάτια στην κυρά Πολυξένη. Δε θα την έπαιρνε τηλέφωνο γιατί η προσμονή στα μικρά παιδιά και στους ηλικιωμένους δημιουργεί περισσότερο άγχος. Θα της έκανε έκπληξη χτυπώντας της το κουδούνι και κρατώντας μια πιατέλα με το λαχταριστό γλυκό. Ήθελε να της δώσει τόση χαρά!

Αφού γύρισε ο αγαπημένος της από τη δουλειά και αφού κυριολεκτικά εξεπλάγη από τις ζαχαροπλαστικές ικανότητες της καλής του, είπαν το Happy Birthday ελληνικά και αγγλικά και έκοψαν την περί ης ο λόγος γίνεται τούρτα. Την τράβηξαν και πολλές φωτογραφίες γιατί που θα ξανάβρισκαν τέτοια ευκαιρία όπως έλεγε και ο καλός της να ξεδιπλωθούν αυτά τα ταλέντα! Είχε την εντύπωση ότι και η ίδια αυτοσαρκαζόταν όταν έλεγε τι ωραία που τα έκανε όλα!

Μια μους σοκολάτας κατέκλυσε τις αισθήσεις και των δύο δίπλα στη ζεστασιά του τζακιού συνοδευόμενη από ένα αρωματικό κρασί λευκό που έδενε απίστευτα με το ποτό στο οποίο είχε βυθίσει το παντεσπάνι όταν το ετοίμαζε για να αποκτήσει αυτήν την αρωματική αίσθηση.

«Έλεγα να πάω και ένα κομμάτι στην κυρά Πολυξένη» αναφώνησε η Ξανθίπη

καθώς κατέβαζε την τελευταία μπουκιά του γλυκού της.

«Αγάπη μου ήθελα να στο προτείνω και εγώ» απάντησε ο καλός της! «την είδα την καημενούλα που καθόταν στο μπαλκονάκι της το μεσημέρι που έφευγα για τη δουλειά! Θα χαρεί απίστευτα! Ένας τόσο δραστήριος άνθρωπος σε αυτήν την ηλικία να μένει μέσα;»

«Έχεις δίκιο! Την σκεφτόμουν όλη μέρα! Έχω αρκετό καιρό να της μιλήσω και πιστεύω ότι η παρουσία μου και μάλιστα με γλυκό στα χέρια μάλλον θα τη γλυκάνει κυριολεκτικά και μεταφορικά.»

Η Ξανθίπη έβγαλε μια λευκή πιατέλα από το καλό της σερβίτσιο, την παραγέμισε με κομμάτια τούρτας- μάλλον η κυρά Πολυξένη θα έσκαγε από σάκχαρο αν το έτρωγε όλο αυτό- φόρεσε βιαστικά το μπουφάν της και κατέβηκε στον μουντό δρόμο. Αν και δεν ήταν πολύ αργά, γύρω στις 8, δεν κυκλοφορούσε ψυχή! Η μέρα ήδη είχε μεγαλώσει αρκετά, ωστόσο κανένας δεν είχε διάθεση για τίποτε! Περπάτησε περίπου ένα δεκάλεπτο μέχρι να φτάσει στην πολυκατοικία όπου έμενε η κυρά Πολυξένη. Ήταν μια από τις συνηθισμένες πολυκατοικίες της δεκαετίας του '80 χωρίς κάποια ιδιαίτερη αισθητική που όμως η κυρά Πολυξένη είχε μετατρέψει το μπαλκόνι της σε κηπάριο. Λουλούδια λουλουδάκια, χρώματα χρωματάκια, γλάστρες και γλαστρούλες συνέθεταν μια πολύ όμορφη εικόνα που φώναζε από μακριά ότι η άνοιξη είχε φτάσει. Ήδη καθώς πλησίαζε διέκρινε το φως του σαλονιού καθώς η κουρτίνα ήταν τραβηγμένη προκειμένου η γριούλα να έχει οπτική επαφή με τη γειτονιά της.

Καθώς λοιπόν η Ξανθίπη ήταν χαμένη στις σκέψεις της και πλησίαζε να χτυπήσει το θυροτηλέφωνο...

«Ε εσείς κοπελιά, παρακαλούμε sms με την άδεια κυκλοφορίας και την ταυτότητά σας! Δεν ακούτε από εκείνη την ώρα που σας μιλάμε;» μια παγερή φωνή διέκοψε τις σκέψεις της και έκανε το αίμα στις φλέβες της να παγώσει.

Η αστυνομία, ναι η αστυνομία, στον έλεγχο για όποιον κυκλοφορεί! Όχι δεν είναι δυνατόν! «το sms, το κινητό» ψέλλισε η Ξανθίπη!

«Κοπελιά, δεν ακούς; Το sms σου να δούμε και την αστυνομική ταυτότητα, αλλιώς είμαστε αναγκασμένοι να επιβάλουμε πρόστιμο για αδικαιολόγητη μετακίνηση».

Τώρα τι να τους πει η έρμη η Ξανθίπη! Ότι πάνω στη χαρά της για την τούρτα

και τα γενέθλια και την κυρά Πολυξένη, ξέχασε να στείλει το περιβόητο μήνυμα. «εεε ξέρετε» αναφώνησε με δισταγμό «σήμερα είναι τα γενέθλιά μου».

«Έ και τι με αυτό; κοπελιά» ανταπάντησε ψυχρά ο εκπρόσωπος της τάξης. «ξέρετε από τη χαρά μου για την τούρτα σοκολάτα, ξέχασα να στείλω sms. Έχω όμως μαζί μου πάντα την ταυτότητα, ορίστε μπορείτε να δείτε σα σήμερα γεννήθηκα πριν 41 χρόνια, το γράφει ξεκάθαρα». Ο αστυνομικός πήρε στα χέρια του την ταυτότητα, επικεντρώνοντας σε εκείνο το σημείο όπου αναγραφόταν η ημερομηνία γέννησης. Όντως η κοπελιά που είχε μπροστά του δεν έλεγε ψέματα.

«Ήρθα στη γριούλα να της προσφέρω ένα κομμάτι γλυκό» συνέχισε η Ξανθίπη. «τι να σας πω! Αυτή είναι όλη η αλήθεια!»

Το πρόστιμο βρισκόταν ήδη στα χέρια της με την υπόδειξη ότι μπορούσε να κάνει ένσταση και να μην το πληρώσει.

Η τούρτα βρισκόταν ήδη στα χέρια της κυρά Πολυξένης η οποία δεν ήξερε τίποτε για το τι παίχτηκε κάτω από το σπίτι της! Γιατί να χαλούσε τη χαρά που έδωσε στη γριούλα! Κόστος γενεθλίων 150 ευρώ! Χαλάλι της!

Κεσίδου Αλεξία

Παιδί τη νύχτα



Κιόρογλου Μαρία – Αναστασία

Αντιμέτωποι με τον Covid – 19



Κολιού Αντιγόνη

Η ανθρώπινη ψυχή υπό τη σκιά μιας αόρατης απειλής

Τα δεδομένα της καθημερινής ζωής αλλάζουν αλματωδώς. Η ανθρωπότητα αντιμετωπίζει πρωτόγνωρες συνθήκες. Όσα μπορεί να φαίνονταν ως «επιστημονική φαντασία» στο παρελθόν, πλέον είναι απολύτως «φυσιολογικά». Είναι αδιαμφισβήτητο γεγονός ότι υπάρχουν κάποιοι ανυπέρβλητοι εχθροί που απειλούν την ανθρωπότητα ανά τους αιώνες όπως είναι οι πανδημίες. Η σύγχρονη πανδημία ονόματι COVID-19, φαίνεται πως οδηγεί σε σοβαρή επιβάρυνση την ψυχική υγεία του πληθυσμού, εκτός από τον σημαντικό αριθμό των θανάτων που έσπειρε ο συγκεκριμένος ιός. Δεν είναι όμως κάτι καινούργιο για την ανθρώπινη ιστορία. Έχουν σημειωθεί στο παρελθόν, σημαντικές πανδημίες, που έχουν καταγραφεί στην ιστορία και έχουν «σημαδέψει» την ανθρωπότητα. Η πανώλη και ο Λοιμός των Αθηνών είναι δυο από τα χαρακτηριστικότερα παραδείγματα καταστροφικών «εχθρών» του ανθρώπινου είδους. Η «μαύρη πανώλη», είναι η πανδημία των ετών 1348-1353, η οποία έσπειρε τον θάνατο περίπου 200 εκατομμυρίων ανθρώπων και ο Λοιμός των Αθηνών, ή αλλιώς «σύνδρομο του Θουκυδίδη» προκάλεσε το θάνατο σε μεγάλο αριθμό του πληθυσμού καθώς και του ίδιου του Περικλή. Με προσευχές και δεήσεις οι άνθρωποι ήλπιζαν να επέλθει η άμεση ίαση τους. Αυτά τα καταγεγραμμένα στοιχεία, επιβεβαιώνουν πως ο άνθρωπος στο παρελθόν, έχει ξαναέρθει αντιμέτωπος με πανδημίες που ίσως αποδεικνύουν πως η ανθρώπινη φύση διαθέτει εσωτερικές δυνάμεις για αντίσταση στους κινδύνους.

Στη σύγχρονη περίοδο, ο COVID-19, «εισέβαλε» και «επιτέθηκε» ξαφνικά στην ανθρωπότητα, μεταδόθηκε με γοργούς ρυθμούς και ανάγκασε τις παγκόσμιες κυβερνήσεις να λάβουν μέτρα προστασίας με εγκλεισμό του πληθυσμού. Έτσι λοιπόν οι άνθρωποι απομονώθηκαν στα σπίτια τους αντιμετωπίζοντας πρωτόγνωρες καταστάσεις. Η περίοδος του εγκλεισμού προκάλεσε φόβο, άγχος, ψυχολογικές διαταραχές ακόμη και ενδοοικογενειακά προβλήματα. Αυτό είναι αποτέλεσμα της υποχρεωτικής αποξένωσης από τη κοινωνική ζωή, της έλλειψης απασχόλησης και της

πολύωρης συνύπαρξης πολλών ατόμων στον ίδιο χώρο. Οι άνθρωποι συνήθως ακολουθούν μια ρουτίνα με υποχρεώσεις ή υψηλό φόρτο εργασίας και ξαφνικά, η ζωή τους «πάγωσε» για μεγάλο χρονικό διάστημα. Οι σχέσεις κλονίστηκαν και διαταράχθηκαν. Φυσιολογικά λοιπόν αντέδρασαν και αντιμετώπισαν δυσάρεστες ψυχολογικές εξάρσεις και διαταραχές. Ήταν η περίοδος αυτή, η αιτία για να έρθουν οι άνθρωποι αντιμέτωποι με τα πραγματικά προβλήματα που συνήθως απέφευγαν. Υπήρξε σημαντική αύξηση ψυχολογικών δυσλειτουργιών και κυρίως της κατάθλιψης. Όμως, είναι αξιοσημείωτο πως οι άνθρωποι, ως πολύπλοκα όντα διαθέτουν την ικανότητα και τη δύναμη να αυτορρυθμίζουν την ενέργεια που ρέει στον περιβάλλοντα χώρο. Έτσι κάποιοι αναγνώρισαν τα πραγματικά συναισθήματά τους ελέγχοντας τη συμπεριφορά τους με ανάλογο τρόπο. Ένα πολύ σημαντικό βήμα για την ανάτασή μας, κρίνεται η ικανότητα αυτοελέγχου και αυτορρύθμισης των συναισθημάτων μας. Επιπλέον, αξίζει να επισημανθεί η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας. Πρόκειται για την θετική προσαρμογή και επανάκαμψή μας, μετά από κάποιο τραυματικό γεγονός, όπως ήταν και η απειλητική πανδημία. Οι άνθρωποι έγιναν πιο ανθεκτικοί αποκτώντας νέο όραμα και νόημα στη ζωή τους. Υπάρχουν λοιπόν τρόποι λειτουργικοί, μέσω των οποίων το κάθε άτομο αναζήτησε ευκαιρίες διαφυγής από την απαισιοδοξία, τη κατάθλιψη και το φόβο.

Καταρχάς , ο χρόνος απομόνωσης από τη κοινωνική ζωή, ήταν στην πραγματικότητα μια ευκαιρία για εσωτερική ανασκόπηση, γενικότερη βολιδοσκόπηση αναγκών και επιθυμιών καθώς και επαναπροσδιορισμού του εαυτού μας. Οι καθημερινοί πιεστικοί ρυθμοί ζωής δεν επιτρέπουν το χρόνο για ενδελεχή σκέψη. Οι συνθήκες αυτές προσέφεραν τη δυνατότητα για αναγνώριση των αληθινών σχέσεων της ζωής μας. Πολλοί συνειδητοποιήσαμε ποια άτομα είναι σημαντικά στη ζωή μας, ποιοι μας στηρίζουν και ποιοι συμβάλλουν στην εξέλιξή μας. Ο χρόνος απομόνωσης, είτε από επιλογή είτε ακούσια, είναι η ευκαιρία να συνειδητοποιήσει ο άνθρωπος ποιοι θα ενδιαφερθούν να μείνουν κοντά του. Η πραγματική φιλία, ισχυροποιήθηκε μέσω των κοινωνικών δικτύων. Αποδείχθηκε λοιπόν σημαντικός ο χρόνος απομάκρυνσης για επαναπροσδιορισμό του κοινωνικού μας περιγύρου. Η έννοια της φιλίας κατέστη πιο ουσιαστική και αληθινή.

Επιπλέον, αναφορικά με την απασχόληση των ανθρώπων στο σπίτι, είναι

αξιόλογο το γεγονός αναβάθμισης της επιμόρφωσης και της εκπαίδευσης σε αυτή την κρίσιμη περίοδο. Πολλά πανεπιστημιακά ιδρύματα και εκπαιδευτικοί φορείς δημιούργησαν εξ αποστάσεως προγράμματα, ανοίγοντας διάυλο επικοινωνίας με την εκπαίδευση. Είναι μεγάλο το ποσοστό των ανθρώπων που προσανατολίστηκε αυτή την περίοδο προς την απόκτηση γνώσεων και κατάφερε να αναβαθμίσει το γνωστικό του πεδίο και να διευρύνει τους ορίζοντές του. Συγκεκριμένα, η πλειονότητα προτίμησε προγράμματα ψυχικής υγείας, επηρεασμένοι από τις δυσμενείς συνθήκες και επιδιώκοντας να αυτό - βοηθηθούν σε ψυχολογικό επίπεδο. Τα προγράμματα ψυχολογίας, ψυχικής υγείας και συμβουλευτικής ενθαρρύνουν τον κάθε άνθρωπο να αλλάξει τρόπο σκέψης και να οδηγηθεί προς την πραγματική ευτυχία. Η ευτυχία εξαρτάται κατά 90% από τον τρόπο αντίληψης της πραγματικότητας και μόλις 10% από την ίδια τη πραγματικότητα. Η επιμόρφωση συνέβαλε σε θετικά συναισθήματα και προσέφερε κίνητρα για δημιουργικότερη απασχόληση. Κάποιοι προτίμησαν να εγγραφούν σε επιμορφωτικά προγράμματα με σκοπό να εξελιχθούν επαγγελματικά και κάποιοι τυχαία «δοκίμασαν» να απασχοληθούν, βγαίνοντας εν τέλει κερδισμένοι από το «ταξίδι» της γνώσης. Η εκπαιδευτική ενασχόληση οδήγησε σε αλλαγή επαγγελματικού προσανατολισμού για κάποιους αλλά «γέννησε» ακόμη, σημαντικά ψυχολογικά αποθέματα και εφόδια για την μετέπειτα πορεία μας.

Εν κατακλείδι, η αδιαμφισβήτητα επίπονη κρίση της εποχής μας, στιγμάτισε τον άνθρωπο ο οποίος συνειδητοποίησε τις πραγματικές αξίες της ζωής. Ως συνέπεια της πανδημίας είναι η αναγνώριση της σημασίας της υγείας στη ζωή μας, ο σεβασμός προς τον άνθρωπο αλλά και τη φύση. Επίσης οι αρετές της αγάπης, εκτίμησης και ευγνωμοσύνης ισχυροποιήθηκαν ακόμη περισσότερο. Αποδείχθηκε λοιπόν πως η ανθρώπινη φύση είναι προγραμματισμένη να αντιστέκεται στην αλλαγή και να αντιμετωπίζει τους κινδύνους μέσω της εσωτερικής της δύναμης. Η καλλιέργεια της γνώσης και τα κίνητρα αυτοβελτίωσης, κάνουν «θαύματα» στην ανθρώπινη ψυχή. Η «εισβολή» της θανατηφόρας πανδημίας συνετέλεσε έναν σοβαρό παράγοντα κινδύνου και την ανάγκη για ισχυρότερη πίστη και ελπίδα. Ο άνθρωπος, έχει πολλές φορές ανάγκη τη γαλήνη και την ηρεμία στη ζωή του. Ωστόσο ο εγκλεισμός, ως επακόλουθο του ιού, συνεισέφερε στον άνθρωπο σε πνευματικό επίπεδο και φυσικά κατέστη ψυχικά ανθεκτικός στις δυσκολίες της ζωής. Προσωπικά, παρατηρώντας και

βιώνοντας τις αρνητικές συνέπειες της σύγχρονης αυτής απειλής, συμπεραίνω πως όλοι αισθάνθηκαν φόβο, απειλή και άγχος ωστόσο πολλοί νιώθοντας αυτόν τον κίνδυνο, μετέτρεψαν τα αρνητικά συναισθήματα σε θετικά μέσω εσωτερικών διεργασιών και με τη συμβολή της θετικής ψυχολογίας έτσι ώστε να είναι πιο αισιόδοξοι για το μέλλον. Αυτά τα θετικά συναισθήματα καλλιεργούνται εύκολα με τη πάροδο του χρόνου με επιθυμία για αυτοβελτίωση. Όλοι μπορούμε να επιτύχουμε, να «πολεμήσουμε» τους δαίμονές μας, να ευτυχίσουμε εάν θέσουμε όραμα και στόχους στη ζωή μας. Η ολοκληρωμένη προσωπικότητα με όπλο τη γνώση μπορεί να «εξολοθρεύσει» κάθε κίνδυνο.

*«Και οι άνθρωποι έμειναν σπίτι, και διάβασαν βιβλία, και άκουσαν,
και ξεκουράστηκαν, και γυμνάστηκαν και καλλιτέχνησαν, και έπαιζαν
παιχνίδια και έμαθαν νέους τρόπους να υπάρχουν.*

*Και άκουσαν με περισσότερη προσοχή, μερικοί διαλογίστηκαν,
Κάποιοι προσευχήθηκαν, κάποιοι χόρευαν, κάποιοι συνάντησαν τις σκιές τους.*

Και οι άνθρωποι άρχισαν να σκέφτονται διαφορετικά.

Και οι άνθρωποι θεραπεύτηκαν.

*Και όταν οι άνθρωποι σταμάτησαν να ζουν επικίνδυνα,
ανόητα και υπεροπτικά,
η γη άρχισε να θεραπεύεται.*

*Και όταν πέρασε ο κίνδυνος και οι άνθρωποι ενώθηκαν και πάλι,
θρήνησαν για τις απώλειές τους.*

Έκαναν νέες επιλογές και ονειρεύτηκαν νέες εικόνες.

Και δημιούργησαν νέους τρόπους για να ζήσουν.

Και θεράπευσαν τη γη εντελώς.

Ακριβώς όπως θεραπεύτηκαν οι ίδιοι.»

Ποίημα που γράφτηκε τη περίοδο της πανούκλας, 1800 – Kitty O’ Meara.

Κουκόσια Αλεξάνδρα

Η απαγορευμένη άνοιξη



Κουρκουβέλα Αικατερίνη

Η Κουρκουβέλα Αικατερίνη είναι Πτυχιούχος της Σχολής Διοίκησης και Οικονομίας τμήματος Λογιστικής του ΤΕΙ Λάρισας. Επίσης είναι απόφοιτος Ιδιωτικής Σχολής (Start Education Αθηνών) στην ειδικότητα Τεχνικός Διακόσμησης interior design, Αρχιτεκτονική και Διακόσμηση εσωτερικών χώρων.

Εργάζεται ως Σύμβουλος πωλήσεων στο τομέα της κατασκευής.

Είναι ερασιτέχνης εικαστικός στα πλαίσια της δημιουργικής απασχόλησης.

Γκρίζες μέρες – Ασπρόμαυρες σκέψεις

Στο παράθυρο φαίνεται ότι έβλεπα κάθε μέρα από το μπαλκόνι μου, και ενώ η φύση συνέχιζε το έργο της για εμένα δεν άλλαζε τίποτα, κάθε μέρα έβλεπα ένα γκρίζο, σιωπηρό, άχρωμο τοπίο.

Σκέψεις ανάμεικτες κυρίως γεμάτες προβληματισμό. Σκέψεις αρνητικές. Η αμφιβολία και η ανασφάλεια για την «επόμενη μέρα» .

Όμως

Αν υπάρχει ένα ισχυρό υπόβαθρο, αν υπάρχουν άτομα με δουλεμένα συνειδητά κοινωνικά χαρακτηριστικά, με σταθερές βάσεις παιδείας δεν μπορούν να σταματήσουν την εξελεγκτική τους πορεία ακόμη και αν η «επόμενη μέρα» απαιτεί απόσταση από την καθημερινότητα .



Κουτσώνα Αικατερίνη

Αγαπημένο μου ημερολόγιο



Αγαπητό μου ημερολόγιο,

πάει καιρός από τότε που έχουμε να ανταμωθούμε. Αλήθεια πόσος καιρός;; Σχεδόν δεκαπέντε χρόνια, πφφ ΜΙΣΗ ΖΩΗ!!! Η τελευταία φορά, ήταν κάπου εκεί στα 14 -15, όπου η εφηβεία μάς «χτυπάει» και η καθημερινότητά μας μοιάζει να είναι ένα ατελείωτο πάρτυ. Από τότε λοιπόν, σε έπιανα στα χέρια μου, με έπαρση προσπαθώντας να αποτυπώσω όλες εκείνες τις ραγδαίες βιο-σωματικές αλλαγές και εξελίξεις με κύριο μέλημα να μην τις ξεχάσω. Μετά από τόσα χρόνια, η αλήθεια είναι ότι δεν έχω ξεχάσει το παραμικρό. Τώρα που τα χρόνια περνάνε όμως και η μνήμη αρχίζει να φθίνει αποφάσισα να σε ξαναπιάσω στα χέρια μου σήμερα, 8/5/2020 γιατί η ανάγκη να μην ξεχάσω είναι πάλι τόσο έντονη που κάποιες στιγμές ασφυκτιώ.

Βάλε καφέ να στα πω!! Χαχαχα. Τον Δεκέμβριο του 2019, η ανθρωπότητα δέχθηκε για πρώτη φορά επίσκεψη από έναν εισβολέα κάπου στην Κίνα, στην πόλη Ουχάν, αλλά αυτό είναι μείζονος σημασίας. Το ζήτημα είναι, ότι ήρθε για να μείνει με σκοπό να αναστατώσει τη ζωή κάθε ανθρώπινης οντότητας πάνω σε αυτόν τον πλανήτη, και το όνομα αυτού COVID-19. Οι λεπτομέρειες για τον ιό, σχετικά με το τί είναι, για μένα είναι περιττές καθώς υπάρχουν καταρτισμένοι επιστήμονες πιο κατάλληλοι να μιλήσουν και να το ερευνήσουν. Με ταλανίζει όμως, ότι είναι μια ιδιαίτερα μολυσματική ασθένεια που μπορεί να επιφέρει τρεις διαφορετικές και ανεξέλεγκτες επιπτώσεις. Είτε να διαδράμει όπως κάθε άλλη ίωση, χωρίς έντονες ενοχλήσεις, είτε να προσβάλλει το κατώτερο αναπνευστικό, να παρουσιάσει δηλαδή πνευμονία και τέλος είναι να εξελιχθεί ταχεία προς το σύνδρομο οξείας αναπνευστικής δυσχέρειας, το οποίο είναι απειλητικό για την ζωή. Δυστυχώς, πλέον καταμετράμε πολλούς θανάτους και ένα τεράστιο αριθμό νοσούντων και ατόμων που έχουν νοσήσει.



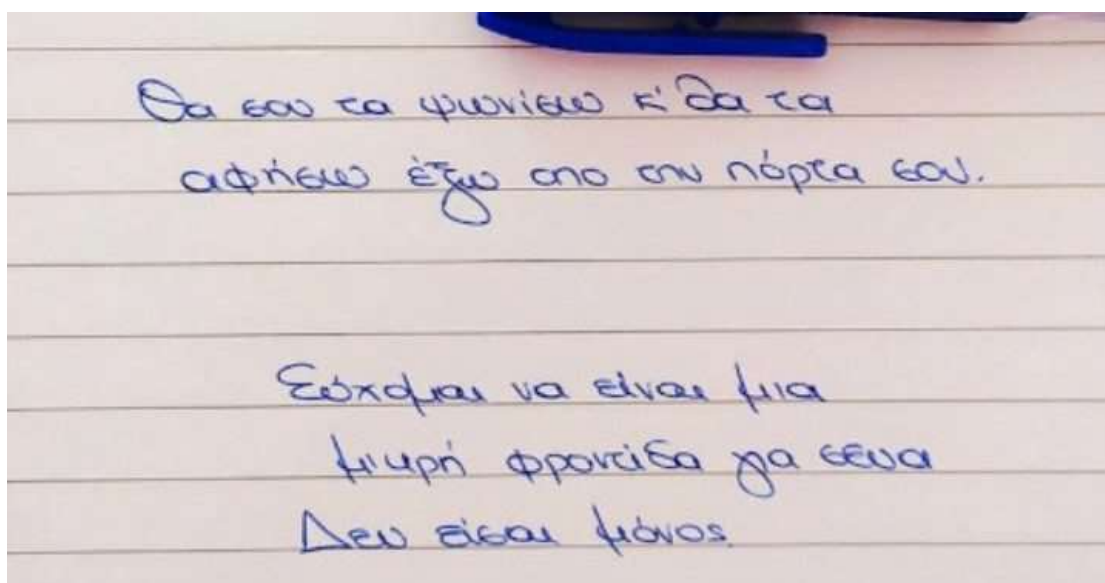
Αφού τελειώσαμε με τις απαραίτητες συστάσεις, ας προχωρήσουμε στο προκείμενο.. Και ποιο είναι αυτό?? «Μένουμε Σπίτι!»! «Stay Home»! Ένα μήνυμα το οποίο ταξίδεψε σε κάθε γωνιά της γης. Μία νέα πανδημία που αναγκάζει κάθε κράτος και κρατίδιο να επιβάλλει στον λαό του να ζήσει σε καραντίνα. Μέρους πριν υπήρχε ένα βουητό και διάφορες συζητήσεις για το θέμα, καθώς τα στατιστικά είχαν πάρει την ανιούσα, ότι θα αλλάξει η ζωή

μας, να προετοιμαστούμε, ότι δεν είναι μακρινό και ότι δεν θα μας διαπεράσει, αλλά θα έρθει και η σειρά μας να το αντιμετωπίσουμε και θα μας ακουμπήσει για τα καλά. Στην Ελλάδα το λεγόμενο Lock Down επιβλήθηκε μετά το πρώτο δεκαήμερο του Μαρτίου και διήρκεσε μέχρι την 4^η Μαΐου, ημερομηνία που νομίζω ότι θα μείνει χαραγμένη στις μνήμες μας, όπως η 11^η Σεπτεμβρίου.

Ζωή σε καραντίνα λοιπόν!!

Αναδρομώντας, επαναφέρω στην μνήμη ότι πριν ένα χρόνο, μετά από ένα τραυματισμό στο πόδι μου είχα ζήσει κάτι παρόμοιο, καθώς και τότε θέλοντας και μη έπρεπε να μείνω έγκλειστη χωρίς να έχω επιλογές, σίγουρα για λιγότερο χρόνο και με την κύρια διαφορά ότι μπορούσαν να με επισκεφθούν αγαπημένα πρόσωπα. Το παράξενο σε όλο αυτό είναι ότι τότε ένιωθα μεγαλύτερη μοναξιά από ότι τώρα και αυτό γιατί εκείνη την κατάσταση

τη βίωνα μόνη μου, οι υπόλοιποι συνέχιζαν τη ζωή τους και πολλές φορές δεν μπορούσα να τους ενοχλήσω όταν τους χρειαζόμουν. Σε αυτή τη περίπτωση όλοι αντιμετωπίζουμε την ίδια κατάσταση, ανάγκη για επικοινωνία και επαφή, μοιραζόμαστε τις ίδιες ανησυχίες, τις απόψεις μας, τα καθημερινά μας βιώματα, έστω και αν είναι μέσω τεχνολογικών μέσων που μπορεί, ναι μεν, να μας αναπληρώνουν κάπως το κενό, αλλά δεν μπορούν να αντικαταστήσουν τη δια ζώσης επαφή. Για αυτό άλλωστε είμαστε προικισμένοι με τουλάχιστον πέντε αισθήσεις. Η καραντίνα ήρθε να μου υπενθυμίσει για ακόμη μία φορά το πόσο τυχερή είμαι που συναναστρέφομαι τόσο και τόσοι όμορφους ανθρώπους. Ευχαριστώ καραντίνα!!!



Μιλώντας για όμορφους ανθρώπους, πόσο όμορφος γίνεται ο κόσμος μας όταν αγαπάμε και νοιαζόμαστε για τον συνάνθρωπο. Δεν ξέρω τί να πρωτοθυμηθώ, οι εικόνες που κατακλύζουν το μυαλό μου είναι πραγματικά άπειρες. Εργαζόμενοι στο χώρο της υγείας που στέκονται άτρωτοι και άλλοι που δεν λιγοψυχούν αλλά έχουν εξαντληθεί ζωτικά και ψυχικά. Είναι παρόντες στο καθήκον για να γιατρέψουν, να διαγνώσουν, να σώσουν ασθενείς, αλλά είναι και δίπλα τους όταν κανείς άλλος δεν μπορεί να τους πλησιάσει και στη χειρίστη των περιπτώσεων είναι εκεί για να τους συντροφεύσουν μέχρι τη στιγμή που θα ξεκινήσουν να ταξιδεύουν και να τους αποχαιρετήσουν. Επιπλέον, σε αυτή τη δύσκολη στιγμή, άνθρωποι αναζητούν και σπεύδουν σε σημεία αιμοδοσίας προκειμένου να προσφέρουν αίμα, προσφορά που οφείλει να μπει στην κουλτούρα μας, ως μία αυτονόητη πράξη με κίνητρο τον αλtruισμό και την αλληλεγγύη. Ο φόβος και ο πανικός μοιάζουν πολύ μικροί τώρα μπροστά στο σεβασμό, την αγάπη και την υπεράσπιση της ανθρώπινης ζωής, έτσι?



Αλtruισμός και αλληλεγγύη, αυτή η καραντίνα είχε στον υπερθετικό βαθμό και τα δύο. Πλέον, εκτός από τη διάθεση υπάρχει και ο χρόνος και οι κατάλληλες συνθήκες αν όχι για να ανθίσουν αυτές οι δύο αξίες, (γιατί υπήρχε και κόσμος που πριν την κορονοϊού εποχή ήταν ταγμένοι σε αυτές) να επικοινωνηθούν και να προωθηθούν. Νέοι

άνθρωποι αναλαμβάνουν να μεταφέρουν φαγητό από σισίτια στους έχοντες ανάγκη, αγοράζουν τα απαραίτητα και πάνε στο φαρμακείο και πληρώνουν λογαριασμούς έναντι κάποιων που έπρεπε να παραγκωνισθούν για να μπορέσουν να παραμείνουν ασφαλείς. Μέσα σε αυτούς και άτομα που έπρεπε να δουλεύουν για να μας εξυπηρετήσουν υπάλληλοι υπεραγορών, λαϊκών αγορών, τραπεζών, δημόσιοι υπάλληλοι, ταχυμεταφορείς, βενζινοπώλες, συνεργεία αυτοκινήτων, άνθρωποι υπεύθυνοι για την καθαριότητα, φαρμακοποιοί, υπάλληλοι των χώρων εστίασης με γρήγορο φαγητό και τα διάφορα κτηνιατρεία και petshops. Ελπίζω να μην ξέχασα πολλούς. Άνθρωποι που σου διδάσκουν το αίσθημα της ευγνωμοσύνης. Δεν θυμάμαι πότε ήταν η τελευταία φορά που ήμουν ευγνώμων σε κάποιον τελευταία φορά και ντρέπομαι πολύ για αυτό.



Το «Μένουμε Σπίτι» έφερε διάφορες αλλαγές. Οι πιο μεγάλες ήταν η ισοπέδωση της έννοιας ρουτίνα καθώς και εξάλειψη της έννοιας του χρόνου. Η ανάγκη για επιπλέον χρόνο

μέσα στο εικοσιτετράωρο και να συμβεί κάτι να αλλάξει η ζωή μας, λόγω ανίατης ψυχολογικής κόπωσης και εξάντλησης από την καθημερινότητα, είναι ευχές που βγαίνουν αβίαστα ή τουλάχιστον έβγαιναν από χιλιάδες χείλη κάθε μέρα. «Όταν θέλεις κάτι όλο το σύμπαν συνωμοτεί για να το κατορθώσεις», το απόφθεγμα που κρατήσαμε οι περισσότεροι από τον Αλχημιστή του Paulo Coelho έρχεται να κουμπώσει εδώ. Βέβαια, κανείς δεν θα προτιμούσε αυτές τις συνθήκες και αυτές τις αιτίες αλλά δεν μπορείς να αποφύγεις το αναπόφευκτο. Το θετικό πρόσημο είναι ότι μείναμε σπίτι, υπήρχε η συνείδηση της κατάστασης από την πλειονότητα του πληθυσμού και το άγχος και ο φόβος γρήγορα αντικαταστάθηκαν από στοιχειώδη ηρεμία και ασφάλεια, και απολαύσαμε την κατάσταση.

Τί γίνεται όταν οι άνθρωποι αποβάλλουν την ρουτίνα από πάνω τους;;; Πρώτα από όλα εκτιμούν αυτούς που έχουν δίπλα τους. Τους αφιερώνονται, τους φροντίζουν, τους αγαπούν από την αρχή, τους ακούνε, τους μαθαίνουν ξανά. Οι περισσότεροι γονείς «βρήκαν» τα παιδιά τους και νιώθουν πληρότητα γιατί μετά από όλο αυτό έγιναν καλύτεροι γονείς και άνθρωποι. Αυτή η καραντίνα πέρα από ευτυχισμένες οικογένειες είχε πληθώρα από καθημερινές δραστηριότητες. Μουσική, χορό, μαγειρική, ενασχόληση με τη φύση, λατρεία στα ζώα συντροφιάς που επίσης, δεν είχαμε χρόνο να τους αφιερώσουμε στο παρελθόν. Καθαρίσαμε και ξεσκάρταραμε σπίτια, συνειδήσεις και τους εαυτούς μας. Διαλογιστήκαμε, κάναμε γυμναστική, μάθαμε να περπατάμε ξανά. Αποδράσαμε με βιβλία, σειρές και ταινίες. Παίξαμε παιχνίδια, ζωγραφίσαμε, γελάσαμε. Μάθαμε να υπακούμε σε κανόνες υγιεινής και να τους χρησιμοποιούμε σωστά.



Δώσαμε συγχωροχάρτι στους εαυτούς μας και μας προσέξαμε λίγο παραπάνω. Σε μία εποχή που προτεραιότητα που έχει η αλληλεγγύη και η αλληλοβοήθεια, κάποιος έπρεπε να

φροντίσουμε να σώσουμε εμάς. Εξάλλου, ποτέ δεν βρέχει για πάντα, όλο αυτό θα τελειώσει αργά ή γρήγορα και θα είναι μία γλυκόπικρη ανάμνηση που δεν θα ξεχαστεί αλλά θα ξεθωριάσει. Αρχικά, ένιωσα πολλές ενοχές και τύψεις που ενώ άνθρωποι έξω από τον μικρόκοσμό μου παλεύουν να επιβιώσουν, να βιοποριστούν μετά το κλείσιμο των επιχειρήσεων, να καταφέρουν το ακατόρθωτο, να σώζουν ζωές, το υπερεγώ μου ξεπρόβαλε και μετατρέπομαι σε ρηχή και λιγόψυχη. Θεωρούσα ότι δεν μου επιτρέπεται, δεν έχω δικαίωμα να έχω αρνητικά συναισθήματα και δεν μπορώ να επιτρέψω στον εγωκεντρισμό μου να κάνει περισσότερο αισθητή την εμφάνιση του. Έτσι, πέρασα κάποιες δύσκολες μέρες έγκλειστη, χωρίς καμία επαφή με κλειστό κινητό και social media με πολλά νεύρα, καμία διάθεση και μπόλικη μιζέρια.

Εννοείται ότι μου ήταν αδύνατο να συνεχίσω τοιουτοτρόπως, ευτυχώς το ότι είχαμε τόσο χρόνο με βοήθησε να φτάσω γρήγορα στον πάτο και η άνωση έκανε κάπως μαγικά τη δουλειά της και με ανέβασε προς τα πάνω. Σε δεύτερη ανάγνωση λοιπόν, με δικαιολόγησα λίγο, εξού και το συγχωροχάρτι. Βιώσαμε και βιώνουμε μία κατάσταση με πολλές εναλλαγές κοινωνικές, πολιτικές, οικονομικές και ψυχολογικές, εγώ σαν οντότητα δεν μπορώ να δεχθώ τη θετική πλευρά της ζωής, να κάνω τον караγκιόζη, να γελάω, να τρώω και να γυμνάζομαι ΜΟΝΟ. Έχω άγχη, αγωνίες, έρχομαι αντιμέτωπη με την ανημποριά μου και νιώθω ανίκανη ακόμη και για ένα μικρό βήμα μπροστά. Ούτε στην αρνητική πλευρά στέκομαι, απλά προσπάθησα να βρω την ισορροπία σε όλο αυτό το ανισόροπο περιβάλλον. Πρέπει να δέχεσαι τα αρνητικά σου συναισθήματα, έχουν νόημα γιατί μας φέρνουν πιο μπροστά. Αρκεί να είναι για συγκεκριμένα χρονικά διαστήματα και όχι για πάντα, δεν επαναπαυόμαστε σε αυτά και δεν τα διατηρούμε επειδή μας βολεύουν. Πήρα το χρόνο μου, εξάλλου από χρόνο όσο θες, το βίωσα όπως το είχα ανάγκη, συνεχίζω να βουτάω στο μέσα μου, και προχωράω, όπου και όπως με πάει.

Κάπου πρόσφατα το μάτι μου πήρε την έκφραση «ανάγκη τέχνας κατεργάζεται», δεν θα μπορούσε να είναι πιο επίκαιρη. Κάθε κρίση γεννάει νέες, ιδέες, δουλειές ,πράγματα, λύσεις, δίνει τη δυνατότητα να αναπτυχθούν ευκαιρίες, συναισθήματα για να μάθουμε κάτι καινούριο και να αλλάξουμε τη ζωή μας. Για να κλείσω τον κύκλο με τα γνωμικά, ας κρατήσουμε από αυτή την καραντίνα τη φράση του Καζαντζάκη «Έχεις τα πινέλα, έχεις τα χρώματα ζωγράφισε τον παράδεισο και μπες μέσα».

Πάει καιρός από την τελευταία φορά, που αράδιαζα τις σκέψεις μου έτσι απλόχερα περιγράφοντας εντελώς διαφορετικά γεγονότα αλλά το συναίσθημα είναι το ίδιο λυτρωτικό. Ευελπιστώ αυτή να μην είναι η τελευταία, αν και προσδοκώ όταν γίνει, να έχω να σου εκμυστηρευτώ πιο ευχάριστες αναμνήσεις.

Εις το επανιδείν!!



Κουτσώνας Βασίλειος

Το τώρα και το πριν



Κουτσώνα Φωτεινής – Όλγας

Η επικοινωνία



Κουτσώνας Χρίστος

Ο αόρατος εχθρός



Κυμπρικτσή Χαρά

Κυμπρικτσή Χαρά, Φοιτήτρια 4^{ΟΥ} Έτους Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής
Εκπαίδευσης ΑΠΘ, Θεσσαλονίκη

Ο Υιός της εξουσιαστικής πειθαρχίας



... και ενώ απαγορεύεται η κυκλοφορία δίχως τα απαραίτητα δικαιολογητικά και μέσα προστασίας, την ίδια ακριβώς χρονική στιγμή διαβάζεις «Επιτήρηση και τιμωρία. Η γέννηση της φυλακής» του Μισέλ Φουκώ. Ακόμη αναρωτιέμαι αν ήταν τυχαίο ή το σύμπαν συνωμότησε για να συνδυαστεί η παραπάνω κατάσταση. Τα σώματα καθηλώνονται κάθε απόγευμα στις έξι για να ακούσουν τον αριθμό κρουσμάτων, τον αριθμό διασωληνομένων, τα άσχημα μαντάτα και τα νέα μέτρα. Παράλληλα εικόνες από τις δυνάμεις αστυνομίας προβάλλονται συνεχώς προκειμένου να παραδειγματίσουν μέσω της επιβολής προστίμων στους δρόμους των μεγαλουπόλεων. Έτσι τα σώματα βουλιάζουν ακόμη περισσότερο στον καναπέ τους και τα μυαλά βυθίζονται στον φόβο του θανάτου.

Ξαφνικά όλα γύρω φαίνονται διαφορετικά, μα περισσότερο απ' όλα οι άνθρωποι. Οι συνάδελφοι μας, οι φίλοι μας, οι συγγενείς μας, οι γείτονες, είναι όλοι τους, εν δυνάμει φορείς του ιού. Η σωματική επαφή, το αγκάλιασμα, η χειραψία, το φιλί είναι απαγορευτικά και κατακριτέα παράλληλα. Δεν είναι λίγοι οι εργαζόμενοι/ες που όταν επιστρέφουν σπίτι κρατούν αποστάσεις από τους δικούς τους, κι ας έχουν να αγκαλιάσουν το παιδί τους πάνω από ένα μήνα. Δεν εξετάζουμε την χρησιμότητα ή όχι των παραπάνω, ούτε αδιαφορούμε και αμφισβητούμε τις αποφάσεις των ειδικών. Αυτά ας τα κάνουν οι επιστήμονες, αν φυσικά δεν λογοκριθεί η άποψη ορισμένων.

Σκέπτομαι όμως σε πόσο σύντομο χρονικό διάστημα, η απραξία έγινε προτέρημα και το σπίτι έγινε φυλακή. Τα κυκλικά κτίρια με την κυψελοειδή μορφή τους, δημιουργήθηκαν κάπου τον 18^ο αιώνα και προορίζονταν για τον εγκλεισμό των παραβατών. Τα βασανιστήρια αντικαταστάθηκαν από την καταναγκαστική εργασία και η κράτηση έγινε η βασική μορφή κολασμού. Απαιτούσε μια οργάνωση αυστηρά ιεραρχημένη σε όλα τα επίπεδα προκειμένου η τιμωρία να έχει την μορφή του κοινωνικού καλού. Επομένως οι νόμοι και οι τιμωρίες τους να μοιάζουν μια φυσική νοητή αντίδραση, σε ότι δεν είναι ηθικό, κανονιστικό και να μεταδίδουν έναν διδακτικό μύθο.

Είμαι σίγουρη πως θα αναρωτιέστε, όπως κι εγώ άλλωστε στο ξεκίνημα της ανάγνωσης του βιβλίου, τι το κακό να είμαστε πειθαρχημένα άτομα; Αντιθέτως η πειθαρχία του εαυτού είναι σημαντικό προτέρημα. Το ζητούμενο είναι τι παράγει η πειθαρχία. Παράγει εκφοβισμό, απόλυτη υποταγή ή παράγει έργα ατομικά και συλλογικά που οδηγούν σε μια καλύτερευση του εαυτού και του κοινωνικού συνόλου.

Δεν έχω τις απαντήσεις αλλά μέχρι σήμερα αυτές οι σκέψεις με απασχολούν. Τι έχουμε καταφέρει μετά από τόσους μήνες εγκλεισμού και πειθαρχίας; Αλήθεια σεβόμαστε παραπάνω την ανθρώπινη ύπαρξη; Ή μήπως η δράση μας έχει να κάνει **μόνο** με την ατομική μας ασφάλεια; Τα αποτελέσματα στην γειτονιά, στην δουλειά, στο κοινωνικό μας περιβάλλον, στον κόσμο ολόκληρο ήδη φανερώνονται και ο καθένας βγάζει τα συμπεράσματα του.

«Ας ελπίσουμε ότι δεν αφήσουν την παγκόσμια σκέψη καθηλωμένη να παρακολουθεί τις εξελίξεις. Ας ελπίσουμε ότι θα γίνουμε καλύτεροι μετά από αυτή την δοκιμασία που περνά η ανθρωπότητα. Ας ελπίσουμε ότι τα παιδιά μας, η νέα γενιά θα μπορεί να βγει στις πλατείες, στους δρόμους για να διεκδικήσει μια κοινωνία δίχως αποκλεισμούς και εγκλεισμούς» αυτά έγραψα αρχικά σε αυτή την παράγραφο και μια φίλη μου' πε: *Τι θα πει ελπίζω; Ποιο είναι το υποκείμενο δράσης; Έχεις τόσα πολλά ελπίζω που το κάνει **προσευχή**...* Η σημείωση της με αφύπνισε και έτσι συνεχίζω από μιαν άλλη σκοπιά. Αυτό που φαντάζει ουτοπία, δεν είναι. Είναι μια πραγματικότητα υπαρκτή, αρκεί η δράση μας να έχει κοινό σκοπό και όραμα.

Ο Φουκώ υποστήριξε ότι ένα σύνολο ενεργειών που το ονόμαζε «μηχανική της εξουσίας» γεννά το *πειθήνιο σώμα*. Το σώμα απορρίπτει την δική του δυναμική και

υποτάσσεται στις επιθυμίες του εξουσιαστικού του δορυφόρου, πειθαρχεί και προβάλλει τις ικανότητες που του ορίζουν. Μία από αυτές τις λειτουργίες “ο έλεγχος της δραστηριότητας” *διαπραγματεύεται την χρήση του χρόνου, τη χρονική επεξεργασία της πράξης, το σώμα και την κίνηση, τη συνάρθρωση σώματος και αντικειμένου, την εξαντλητική χρησιμοποίηση του σώματος.* Οι σκέψεις του είναι τόσο διαχρονικές και επίκαιρες.

Ας αντικαταστήσουμε το ελπίζω με το δρω. Ας αντικαταστήσουμε την υποτιθέμενη ενοχή μας, με μια προσπάθεια συλλογική και πειθαρχημένη στα ιδεώδη για την κοινωνική συνείδηση μας, όπως έλεγε ο Freire.

Το βιβλίο έχει ακόμη ένα κεφάλαιο αδιάβαστο... όπως και η ζωή μας με τον ιό πια, είναι ένα κεφάλαιο αδιάβαστο.

Κάπου εδώ θυμάμαι ένα τίτλο τραγουδιού...« Για το καλό μου» ... φορώ την μάσκα μου και σας χαιρετώ.



Kyrikakis Effie

Η Έφη Κυρικήκη είναι ενεργή διεκολύντρια μάθησης όπως πρέπει να είναι κάθε εκπαιδευτικός, πιστοποιημένη εκπαιδύτρια ενηλίκων με μακρόχρονη εμπειρία στην εκπαίδευση εκπαιδευτών και πολλαπλές μετεκπαιδεύσεις στην θετική ψυχολογία, τις πολλαπλές νοημοσύνες, την συναισθηματική νοημοσύνη, την εξωλεκτική επικοινωνία. Μοιράζεται το πάθος της για δια βίου ανάπτυξη στην Ελλάδα ως Inspiration and Educational Coach και Manager του ΚΕΔΙΒΙΜ MetaMathesis καθώς και ακαδημαϊκή συνεργάτης στα Προγράμματα Επαγγελματικής Ενδυνάμωσης του Πανεπιστήμιου Αιγαίου.

Λατρεύει να ταξιδεύει και να ανακαλύπτει την δύναμη της Νοοτροπίας της Αλλαγής σε κάθε κουλτούρα ως International εκπαιδύτρια και πιστοποιήτρια στο σύστημα αυτοανάπτυξης που είναι παγκόσμια γνωστό ως Νευρογλωσσικός Προγραμματισμός ή NLP με την διεθνώς πιστοποιημένη εκπαίδευση **PROTON NLP Practitioner**.

Η Effie είναι η δημιουργός της μεθόδου ενδυνάμωσης εκπαιδευτικών **NeuroLearningPower, Ηγεσία στην Εκπαίδευση** απλά επειδή έχει πλέον αποδειχθεί ότι διδάσκουμε αυτό που είμαστε και διότι, όπως λέει, «τα παιδιά μας αξίζουν να έχουν ευτυχισμένα δημιουργικούς δασκάλους για να ανθίζουν μαζί τους».

Από το εγώ στο εμείς



Καθώς μέτρα για την αντιμετώπιση του #COVID-19 απλώνονται με ρυθμούς ταχύτατους στην μια χώρα μετά την άλλη, μήπως είναι ώρα να συνειδητοποιήσουμε πως αυτή η κρίση είναι η ευκαιρία μας να αλλάξουμε πλαίσιο, τρόπο που βλέπουμε και βιώνουμε τα πράγματα? Να πάμε #απο_το_εγω_στο_εμεις. Και αυτό είναι ίσως η πραγματική πρόκληση! Γιατί?

Είναι γεγονός πως φοβόμαστε. Και βιολογικά, ο φόβος και το άγχος μάς κάνουν να εστιάζουμε στον εαυτό μας και στην δική μας επιβίωση. Έλα όμως που η επιβίωση αυτή την στιγμή απαιτεί άμεση αλλαγή εστίασης #απο_το_εγω_στο_εμεις. Η νέα παγκόσμια απειλή μας κάνει να συνειδητοποιούμε την συνταρακτική αλήθεια της ομοιότητάς μας. Πόσο ενωμένοι από την φύση μας είμαστε χωρίς καμία διάκριση σε βιοτικό επίπεδο, εθνικότητα, φυλή ή φύλο.

Συγχρόνως, γίνεται όλο και πιο ξεκάθαρο πως το να εστιάσουμε μόνο στο δικό μας συμφέρον θα φέρει πόνο και σε εμάς και στους άλλους. Αυτή η επιδημία μας

προκαλεί να λειτουργήσουμε ως Εμείς για να επιβιώσουμε όλοι μαζί. Εδώ βρίσκεται η πρόκληση. Γιατί είναι δύσκολο να μην συναντήσεις τους φίλους σου για χάρη του ηλικιωμένου γείτονα όταν ο ήλιος λάμπει κι εσύ είσαι μια χαρά. Γιατί είναι άβολο να βρεις τρόπο να βολέψεις τα παιδιά χωρίς τους παππούδες τους όταν μέχρι τώρα ήταν το αποκούμπι σου. Γιατί είναι “χαζομάρα” να βρεις μπουκάλια με αντισηπτικό στο ράφι του super market και να πάρεις μόνο ένα γιατί αναγνωρίζεις πως για να είσαι κι εσύ υγιής πρέπει να προστατεύονται και οι άλλοι.

Και είναι εξίσου πρόκληση το να εστιάσουμε διαφορετικά. Να πάψει να μας σπάει τα νεύρα αυτός που δεν ακολουθεί αρκετά τους κανόνες, ο γονιός που έρχεται με τα παιδιά του να καθίσει δίπλα μας στο πάρκο, ο “ψυχαναγκαστικός” με τα μέτρα προσωπικής υγιεινής... Εδώ που τα λέμε, η ένταση κάπου είναι να εκτονωθεί.

Εκτός κι αν αποφασίσουμε ΕΔΩ ΚΑΙ ΤΩΡΑ να αλλάξουμε τρόπο που ζούμε την κατάσταση #απο_το_εγω_στο_εμεις. Ίσως να θέλουμε να δούμε πως εμείς οι ίδιοι είμαστε η μόνη θεραπεία. Όσο κι αν αυτό που ζούμε είναι εντελώς απρόσμενο και περίεργο, πώς μπορεί κανείς να παραιτηθεί από την ανθρωπότητα; Μέτρα έκτακτου ανάγκης λοιπόν: Βαθιές ανάσες, γέλια, ένα ημερολόγιο ευγνωμοσύνης... και το πιο σημαντικό, αλλάζουμε το πλαίσιο #απο_το_εγω_στο_εμεις.

Επιτακτικά μας χτύπησε το καμπανάκι του κινδύνου η πανδημία, υπενθυμίζοντας μάλιστα πως το «εμείς» περιλαμβάνει πολύ περισσότερα από το στενό πλαίσιο της ανθρωπότητας. Το εμείς είναι ολόκληρος ο πλανήτης μας!

Γιατί τελικά «εμείς» είναι όλη η Γη, και η Γη είναι ο μόνος πλανήτης που έχουμε.

Kyrikakis Effie

Και τούτη η ανηφοριά, κατηφοριά θα φέρει



Ακόμη την θυμάμαι να με κοιτάζει πάνω απ' τα γυαλάκια της, με το βελονάκι να κεντά υπομονετικά υπέροχες δαντέλες και να χαμογελά κουνώντας το κεφάλι όταν με έβλεπε να ζορίζομαι. Η γιαγιά μου, μεγαλώνοντας πέντε παιδιά, μέσα από δυο πολέμους ήταν η προσωποποίηση αυτού που σήμερα ονομάζουμε ψυχική ή συναισθηματική ανθεκτικότητα. Τι είναι και τι δεν είναι λοιπόν, η ψυχική ανθεκτικότητα; Και γιατί πρέπει να σας ενδιαφέρει ιδιαίτερα τώρα;

«... η Συναισθηματική Ανθεκτικότητα θα καθορίσει ποιος θα τα καταφέρει και ποιος θα αποτύχει. Αυτό είναι αλήθεια στο θάλαμο των καρκινοπαθών , είναι αλήθεια στους Ολυμπιακούς Αγώνες , και είναι αλήθεια στην αίθουσα συνεδριάσεων» – Dean M. Becker

Τι δεν είναι ψυχική ανθεκτικότητα

Οι οπαδοί του James Bond σίγουρα θυμούνται την παλιά ταινία του όπου ο «κακός» στέκεται μπροστά στον υπολογιστή που ελέγχει ένα δολοφονικό όπλο από το διάστημα και φωνάζει “invincible” (ακατανίκητος!) – και αμέσως μετά ξεσπά μια κόλαση φωτιάς γύρω του!

Κανένας μας δεν είναι ακατανίκητος. Κι όμως, όλοι είμαστε ευάλωτα ικανοί για θαυμαστά κατορθώματα. Αρκεί να θυμηθούμε μια δεξιότητα την οποία έχουμε όλοι αναπτύξει, το βάδισμα. Έχετε παρατηρήσει κάποιο παιδί που αρχίζει να περπατά; Περπάτησε άνετα με την πρώτη φορά; Χωρίς να πέσει ούτε μια φορά; Απλά αναλογιστείτε πόσες δεκάδες φορές πέφτει και ξαναπέφτει ένα παιδί μέχρι τελικά να κατακτήσει την πολύπλοκα θαυμαστή ικανότητα της ισορροπίας και του συγχρονισμού που απαιτούνται για την «απλή» δεξιότητα του βαδίσματος.

Περνάει άραγε ποτέ από το μυαλό ενός μωρού ή των γονιών του η σκέψη να παραιτηθούν επειδή αποτυγχάνει τις πρώτες φορές; Όχι βέβαια! Δεν διαλογίζονται καν τίποτε άλλο παρά μόνο την βεβαιότητα της επιτυχίας. Μάλιστα κάθε πέσιμο, κάθε χτύπημα, κάθε μικρή μελανιά ίσως, είναι ένα μάθημα, ένα ακόμη βήμα προς την επιτυχία.

Και γιατί να ισχύει κάτι διαφορετικό για τις άλλες «αποτυχίες», τα άλλα βουνά της ζωής μας; Κάθε φορά λοιπόν που κάποιος με ανησυχία με ρωτά: «Τι θα απογίνουμε με αυτή την κρίση;» του απαντώ: «Έμαθες να περπατάς;»

Μετρήσιμη ιδιότητα

Τι είναι λοιπόν η συναισθηματική ανθεκτικότητα; Είναι η ικανότητα να επανέρχομαι το ίδιο ή και περισσότερο δυνατός όταν χτυπά μια απρόσμενη καταστροφή. Για να το πούμε με μαθηματικούς όρους, είναι το υπόλοιπο της αφαίρεσης του αριθμού των περιστάσεων που έπεσες από τον αριθμό των

προκλήσεων από τις οποίες κατάφερες να σηκωθείς.

Το σίγουρο είναι ότι αυτή η δύναμη χαρακτήρα εμφανίζεται ως όλο και πιο σημαντική στην σύγχρονη πραγματικότητα. Δεν είναι τυχαίο που ο ΟΗΕ την έχει αναδείξει ως ζητούμενο για άτομα και πόλεις. Η περίπτωση δε με τον COVid-19 αποδεικνύει περίτρανα την αξία της!

Και πόσο σοφή ήταν η γιαγιά μου, που όταν με έβλεπε να ζορίζομαι έλεγε:

Και τούτη η ανηφοριά, κατηφοριά θα φέρει.

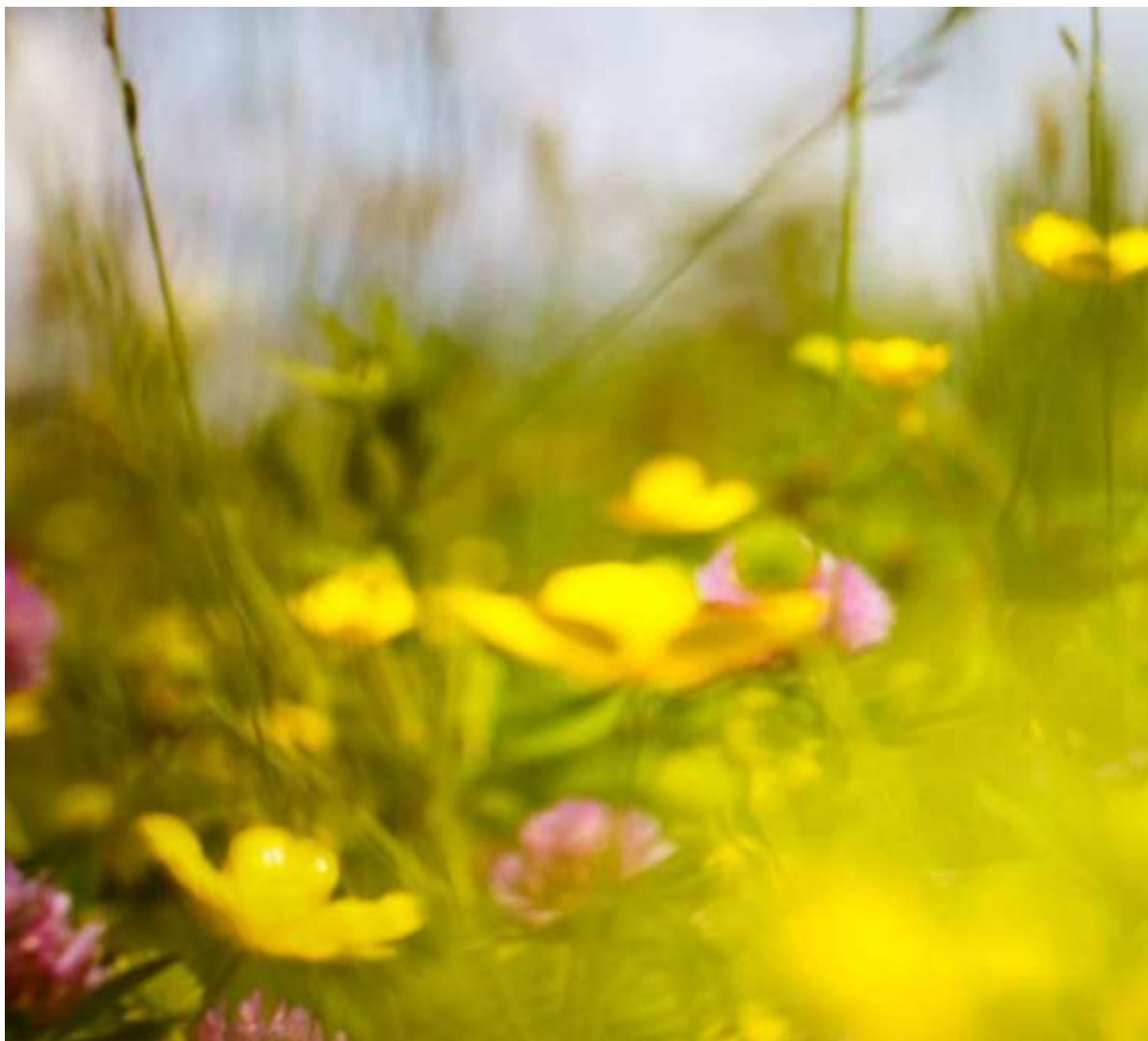
Πώς αναπτύσσεται η συναισθηματική ανθεκτικότητα?

Σίγουρα δεν αναπτύσσεται με το να περιμένουμε από τον εαυτό μας να είμαστε **#τέλειοι**. Το αλάθητο δεν ανήκει σε κανέναν άνθρωπο και ας με συγχωρήσει ο πάπας! Στην πραγματικότητα το λάθος είναι αναφαίρετο βιολογικό δικαίωμα του ανθρώπου που ως έμβιος οργανισμός έχει δημιουργηθεί για να αναπτύσσεται, να βελτιώνεται, να ανθίζει!

Απλά, ας μην ξεχνάμε να θυμόμαστε τα λόγια της σοφής γιαγιάς μου...

Kyrikakis Effie

Να χαίρεσαι ότι αγαπάς



Καθώς μεγάλωνα στην Κρήτη, μαζί με τις μυρουδιές και τις γεύσεις της, είχε ζυμωθεί στην ζωή μου και μια ευχή: **Να χαίρεσαι ό,τι αγαπάς.**

Ήταν μια φράση που λέγονταν συχνά σαν ευλογία ή και σαν παράκληση. Κι είναι υπέροχο πως μια τόσο απλή φράση του λαού μας κουβαλά μέσα της τόση σοφία. Πως μεταφέρει το νόημα που άπειρο μελάνι έχει χυθεί τα τελευταία χρόνια για να αναλύσει.

Να χαίρεσαι. Να απολαμβάνεις την στιγμή. Μην ξεχνάς να θυμάσαι να χαμογελάς με εκτίμηση κι ευγνωμοσύνη. Να απολαμβάνεις την αιωνιότητα που κρύβεται σε κάθε στιγμή. Και ν' αγαπάς. Ν' αγαπάς εσένα, ό,τι έχεις κι ό,τι φέρνουν οι στιγμές.

Γιατί τελικά είναι πολύ περισσότερο οι μικρές στιγμές με μεγάλη αξία που φτιάχνουν το υφάδι της ζωής μας παρά οι μεγάλες και σπάνιες.

Κι όταν ακούω ξανά την ευχή, έρχεται στο μυαλό ο αγαπημένος πατέρας μου, ο Νίκος. Εδώ και μερικά χρόνια έχει χάσει το φως του, και με δυσκολία μετακινείται, σαν να κουβαλά το βάρος των 97 χρόνων στα πονεμένα του γόνατα.

Ο πατέρας μου έχει την μαγική ικανότητα να μετατρέπει κάθε στιγμή της ζωής του σε ιστορίες. Καθισμένοι στα γόνατα του τον ακούγαμε να διηγείται το αφήγημα της ζωής του χρωματιστά και με περίσσιο πάθος, γέλιο, κλάμα ανάλογα με την ιστορία που μας έλεγε.

Σκάσαμε στα γέλια μαζί με τα 60 παιδιά στην τάξη του, όταν μας διηγήθηκε πως, σκανταλιάρικο μαθητούδι, έριξε κουνώντας το θρανίο με τις συμμαθήτριες του κι ύστερα η δασκάλα τον κυνηγούσε γύρω από την τάξη για να του τις βρέξει με την βέργα. Ακούσαμε με δέος για τα επικίνδυνα ταξίδια που έκανε, νεαρό αγόρι με την γαϊδουρίτσα του, για να φέρει σιτάρι στην οικογένεια τον καιρό της κατοχής. Γευτήκαμε το φρεσκοζυμωμένο ψωμί από τα χέρια της γιαγιάς που μας το περιέγραφε μοσχομυριστό να βγαίνει κάθε εβδομάδα από τον φούρνο του σπιτιού στο χωριό. Και τα μάτια μας γέμισαν δάκρυα με τις στιγμές παγωνιάς και θανάτου από τα βουνά της Αλβανίας, όπου τον έφερε ο πόλεμος. Μα η πιο ζωντανή, η πιο συγκινητική, γεμάτη ευγνωμοσύνη ιστορία του είναι αυτή με τον δικό του πατέρα, τον παππού Γιάννη να του δίνει την ευχή του για όλα όσα είχε προσφέρει στην οικογένεια: Την ευχή τσ' ευκής μου να 'χεις, παιδί μου. Να χαρείς ό,τι αγαπάς.

Κάθε στιγμή μια αιωνιότητα. Κάθε στιγμή μια ιστορία. Ο πατέρας μου, περισσότερο απ' οποιονδήποτε άλλον που γνωρίζω, έχει ζήσει κάθε λεπτό της ζωής του. Έχει χαρεί ό,τι αγαπά, με τα χαμόγελα και τα δάκρυα που μπορεί να έχει κάθε εμπειρία στην ζωή. Ξέρω πως αναρωτιέστε πώς αυτό είναι σχετικό μ' εμάς και με την κατάσταση που ζούμε εν μέσω πανδημίας. Θα σας πω αμέσως.

Πριν λίγο καιρό, ο πατέρας μου, σχεδόν κατάκοιτος πια, μου είπε το εξής

εκπληκτικό: Ξέρεις παιδί μου, μπορεί να περάσουν μέρες και να μην θυμηθώ πως δεν βλέπω και δεν μπορώ να ξεσύρω. Και συνέχισε να μου πει πως, μέσα στο μυαλό του νιώθει ελεύθερος να τρέξει στα χωράφια με τις παπαρούνες, να σκάψει τ' αμπέλι, να γευτεί τις ελιές και το ευωδιαστό κρασί του φτωχικού μεσημεριανού του, να δει τον ήλιο να δύει ακούγοντας τις καμπάνες του χωριού στο βάθος, να κουβεντιάσει με τον φίλο του τον ποιητή Βασίλη Ρώτα για την ζωή και τον θάνατο.

Αυτό που η σοφία των χρόνων μας αποκαλύπτει είναι πως η ζωή μας, η ικανοποίηση, η ευτυχία δεν είναι θέμα περιστάσεων. Είναι θέμα στάσεων. Το να ζεις την κάθε στιγμή με την προσήλωση και την ένταση που της αξίζει, παρών, με ευαισθησία σε κάθε συναίσθημα είναι τελικά αυτό που καθορίζει την εμπειρία και προσθέτει ζωή στα χρόνια μας. Effie Kyrikakis

Η στάση του μας θυμίζει πως η ελευθερία, οι ανοικτοί ορίζοντες είναι κάτι που κουβαλάμε μέσα μας. Πολύ συχνά, αυτό που τους κλείνει, αυτό που μας περιορίζει και μας ρίχνει στο σκοτάδι της απελπισίας δεν είναι αυτό που ζούμε, αλλά αυτό που λέμε στον εαυτό μας. Η ιστορία μας για την ζωή μας.

Kyrikakis Effie

Μια φορά γεννιέται ο άνθρωπος



«Στα είκοσι τέσσερα περπάτησα.» Αυτή η συγκλονιστική φράση ακούστηκε σε μια από τις συναρπαστικές συζητήσεις στα μαθήματα του Πανεπιστημίου του Αιγαίου πρόσφατα. *

Η ιστορία της Μαρίας (δεν είναι το πραγματικό της όνομα) όπως λιγόλογα μας την διηγήθηκε, ξεκίνησε 20 χρόνια μετά την γέννηση της, όταν μετά από ένα τραγικό ατύχημα, ο γιατρός της ανακοίνωσε ότι δεν θα ξαναπερπατήσει. «Τον κοίταξα, μέσα μου έκλαψα, αλλά δεν το πίστεψα» μας δήλωσε. Και εκείνη την στιγμή ξεκίνησε τον δικό της αγώνα για γένεση, να επανεφεύρει τον εαυτό της, να κατακτήσει ξανά από την αρχή αυτό που είχε μάθει λίγο μετά την γέννηση της. Την ικανότητα να περπατά!

«Μόνη μου μαγείρευα, καθάριζα το σπίτι καθισμένη στο πάτωμα. Κατάφερα να ζήσω φτιάχνοντας πράγματα με μεράκι για να βγάλω τα προς το ζην.

Ήμουν 20 χρονών κορίτσι, στο άνθος της ηλικίας μου και δεν ήθελα να με λυπάται κανείς.» ήταν τα λόγια της. Και μετά από 4 ολόκληρα χρόνια επίμονης προσπάθειας, αγώνα και ελπίδας τα κατάφερε να περπατήσει ξανά.

Η ιστορία της Μαρίας αποδεικνύει περίτρανα την διαφορά ανάμεσα στην γέννηση και την γένεση, κάτι που σοφά αποτυπώνεται στην αρχαία ελληνική γλώσσα.

Γέννηση και Γένεση

Η λέξη γέννηση προέρχεται από την αρχαία ελληνική γέννησις, η οποία έχει ρίζα το ρήμα **γεννώ**. Με την λέξη **γέννηση** δηλώνουμε τη διαδικασία του τοκετού κατά την οποία ο άνθρωπος, ως είδος θηλαστικό, δίνει ζωή σε νέα έμβια όντα.

Πράγματι, ως ανθρώπινα όντα έχουμε μόνο μια γέννηση. Η αν θέλετε, μια φορά γεννιέται ο άνθρωπος. Την στιγμή που με ωδίνες τοκετού η μητέρα, που την Ημέρα της τιμούμε όλον τον χρόνο ελπίζω, φέρνει στον κόσμο μια νέα ζωή. Αυτό συμβαίνει με συγκεκριμένο γονιδιακό φορτίο και σε συνθήκες πέρα από τον έλεγχο μας. Το πού γεννιόμαστε, από ποιούς γονείς και σε ποιές συνθήκες μεγαλώνουμε αποτελούν παράγοντες που δεν μπορούμε να επηρεάσουμε. Σαφώς αυτές οι συνθήκες μας διαμορφώνουν συνειδητά και ασυνείδητα, όχι μόνο στα πρώτα μας χρόνια αλλά συχνά για πάντα.

Όμως υπάρχει και η Γένεση. Η λέξη **γένεσις** προέρχεται από το αρχαίο ελληνικό ρήμα **γίγνομαι**. Με την λέξη γένεση δηλώνουμε τις απαρχές, τη δημιουργία ενός φαινομένου και την εξέλιξη του. Γι αυτό και Γένεση ονομάζεται το πρώτο βιβλίο της Παλαιάς Διαθήκης, όπου περιγράφεται η σταδιακή δημιουργία του πλανήτη μας και της ζωής πάνω σε αυτόν.

Πόσο εξίσου σημαντικές με την μοναδική στιγμή της Γέννησης είναι οι πολλαπλές στιγμές της Γένεσης. Οι περιστάσεις που εγώ, ως μοναδική στο σύμπαν οντότητα, επιλέγω ποιός επιθυμώ να είμαι και πώς να εκφράζω την ύπαρξη μου. Οι στιγμές που επιλέγω να συνεχίσω να αναπτύσσομαι και να αλλάζω δια βίου. Οι στιγμές που κάνω άλματα μικρά ή μεγάλα δεν έχει σημασία, που για εμένα είναι ορόσημα αναγέννησης, διάπλασης, επιλογών.

Γένεση, πώς;



Πόσο υπέροχα ενδυναμωτικό, πόσο μεταμορφωτικά συναρπαστικό να γνωρίζουμε πως, όχι δεν είμαστε καταδικασμένοι να μείνουμε με τις, περιορισμένες ίσως, επιλογές της γέννησης μας. Αντίθετα, οι συγκλονιστικά μεταμορφωτικές εμπειρίες Γένεσης μπορούν να συμβαίνουν δια βίου. Όπως δείχνουν οι πρόσφατες ανακαλύψεις της νευροεπιστήμης, είμαστε γενετικά προκαθορισμένοι να αλλάζουμε, να ανοίγουμε νέα μονοπάτια Νου, να επανεφευρίσκουμε τον εαυτό μας μέχρι την τελευταία μας πνοή.

Και τώρα καλούμαστε να το ξανακάνουμε. Να έχουμε την μετά-covid-19 Γένεση μας. Να αφήσουμε στην άκρη τους φόβους και τις ανασφάλειες μας. Να ξεπεράσουμε την ανάγκη για βεβαιότητα και να διαχειριστούμε την νέα κανονικότητα, την α-βεβαιότητα, το θολό ίσως τοπίο, την αλλαγή. Να αγκαλιάσουμε τις πρωτοβουλίες και την καινοτομία. Να αυτοσχεδιάσουμε, να ανασάνουμε βαθιά τους θυελλώδεις ίσως, ανανεωτικούς πάντως ανέμους της αλλαγής. Ίσως φαίνεται μεγάλη πρόκληση. Και είναι! Μα ας πάρουμε το μάθημα από την φύση.

Αν η πεταλούδα μπορεί να πετάξει με το 70% της επιφάνειας των φτερών της κατεστραμμένο, πόσο μάλλον εμείς που έχουμε το πιο σημαντικό, την ζωή, την υγεία και τους πόρους που αέναα κουβαλάμε μέσα μας σαν προίκα.

Όταν κοιτάξουμε στο παρελθόν μας, όλοι έχουμε τέτοιες στιγμές Γένεσης. Και το γεγονός ότι τα έχουμε καταφέρει ήδη μια φορά, σημαίνει πως είμαστε ικανοί για

πολλές ακόμη Γενέσεις. Ίσως με βοήθεια, με εξωτερική ενδυνάμωση για να ανακαλύψουμε τους (σ)πόρους μας, πάντως είναι σίγουρα εφικτό.

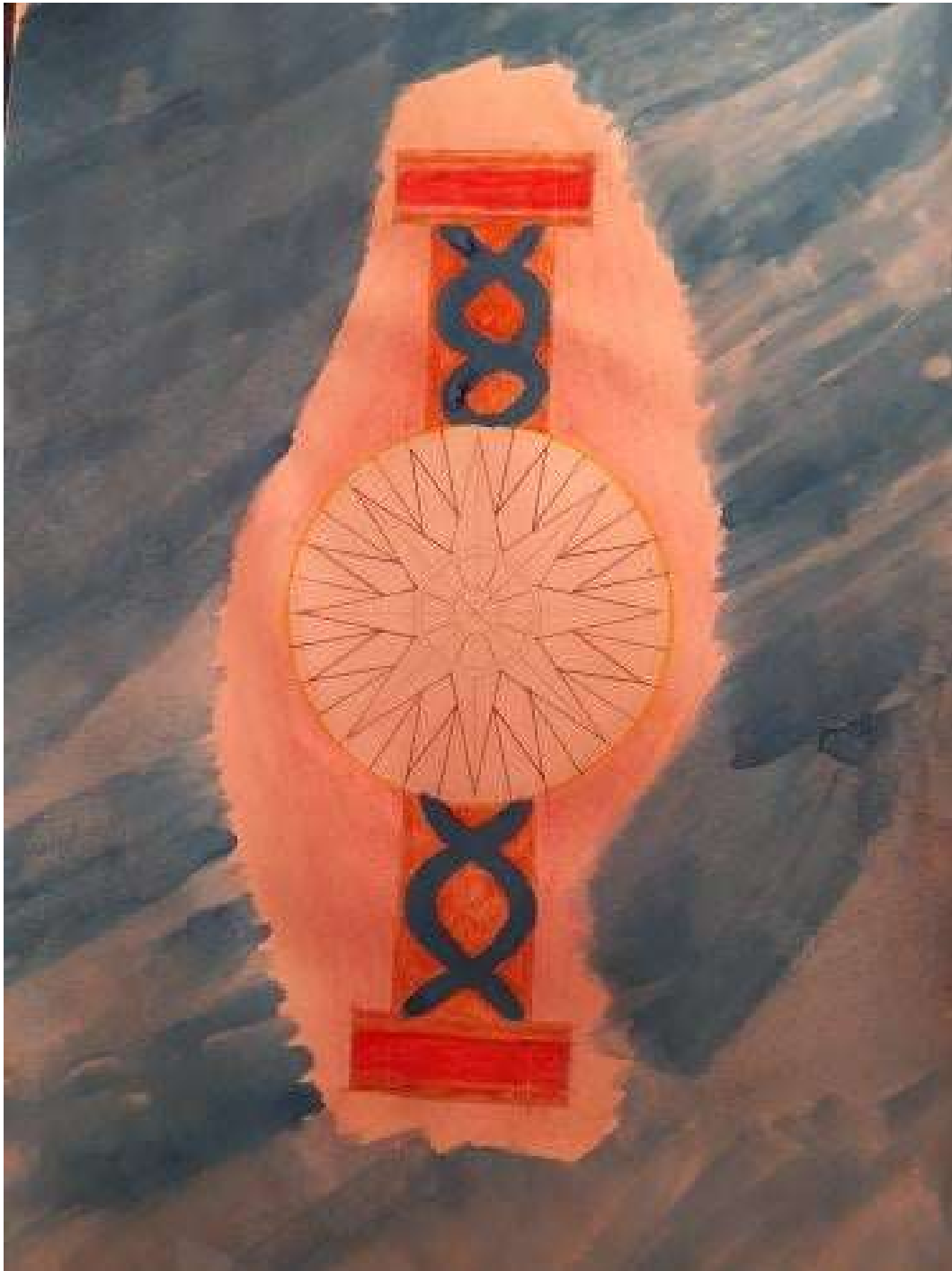
Κάθε Γένεση απαιτεί καθημερινή μελέτη του Ανθρώπου που είσαι στην στιγμή αλλά και του ανθρώπου που επιθυμείς να είσαι. Είναι ένα ταξίδι διαχείρισης περιοριστικών πεποιθήσεων, ανάπτυξης κατάλληλων δεξιοτήτων και λαχτάρας να γίνεται κανείς κάθε μέρα με κάθε τρόπο καλύτερος και καλύτερος. Είναι θέμα επιλογής. Μιας επιλογής που είναι να κάνω συνειδητά και καθημερινά. Επειδή είναι εφικτό. Επειδή μπορώ.

Επειδή αξίζει κάθε κόπο. Και επειδή το αξίζω.

*Παρεμπιπτόντως, μόνο συγχαρητήρια αξίζει η πρωτοβουλία των Προγραμμάτων Επαγγελματικής Ενδυνάμωσης του Πανεπιστημίου Αιγαίου, που ένωσε και επιμόρφωσε χιλιάδες Έλληνες από όλο τον κόσμο εν μέσω πανδημίας.

Λάγιου Αρετή

Summer sense of Covid-19



Λακαφώση Κατερίνα

Safe



Λαμπρακοπούλου Θεαέλενα

Φοιτήτρια Ιατρικής, Πανεπιστημίου Λευκωσίας

Εξέλιξη ... ή απειλή εκ των έσω;

Η εικόνα των ασθενών είναι πρωτόγνωρη καθώς, μεταξύ άλλων, παρουσιάζουν αιφνιδιαστική έλλειψη «ανάσας-αέρα». Ο ιός εισέρχεται από το ανώτερο αναπνευστικό με στόχο τους πνεύμονες. Εκεί πολλαπλασιάζεται μέσα στα επιθηλιακά κύτταρα τα οποία καταστρέφει για να εξέλθουν τα αντίγραφα.¹

Μήπως τα όσα ξέραμε για τις ιογενείς λοιμώξεις είναι ανεπαρκή ή η προσαρμοστικότητα των ιών και η μετάλλαξή τους για επικράτηση είναι ταχύτερη από την ευελιξία και την ευρηματικότητα των ανθρώπων για την αντιμετώπιση ή τον περιορισμό τους; Οι άνθρωποι που καλούνται να λύσουν όλα αυτά τα ερωτήματα, είναι οι άνθρωποι που σχετίζονται με τον κλάδο της υγείας, οι οποίοι δίνουν καθημερινά μάχη για να κρατήσουν ζωντανό και υγιές το ανθρώπινο είδος. Ας συγκεντρώσουμε πραγματικές εμπειρίες όσων βίωσαν την απειλή του COVID-19, για να θυμόμαστε και να υπακούμε στις οδηγίες αυτών που προσπαθούν να μας προφυλάξουν ...

Ο φόβος είναι πρωτόγνωρος καθώς η μόλυνση των θεραπειών μπορεί να συμβεί οποιαδήποτε στιγμή: από το αερόλυμα κατά τη διασωλήνωση αλλά και από την διακομιδή αυτών των ασθενών στα νοσοκομεία αναφοράς. Ο κυριότερος τρόπος μετάδοσης της νόσου στους επαγγελματίες υγείας είναι όταν αγγίζουν τους βλεννογόνους τους με μολυσμένα χέρια ή γάντια. «Η κατάσταση που βιώνουμε στα νοσοκομεία μας είναι επίσης πρωτόγνωρη. Στην πανδημία που ζούμε δεν υπάρχουν ειδικότητες, δεν υπάρχουν επαγγελματικοί τίτλοι, αλλά επαγγελματίες υγείας που καλούνται να ανταποκριθούν. Ανταποκρινόμαστε όσο καλύτερα μπορούμε με τα μέσα που διαθέτουμε, με το περίσσευμα θάρρους, υπευθυνότητας και γνώσης που έχει ο καθένας στην φαρέτρα του».²

Ας ακούσουμε και ας καταγράψουμε τις μαρτυρίες των συνανθρώπων μας αυτές τις κρίσιμες ώρες.

«Ο πόνος ήταν τρομακτικός. Οι αρθρώσεις μου ήταν σαν να έχουν πάρει φωτιά. Ο πονοκέφαλος απίστευτος! Και ήμουν συνεχώς σε λήθαργο. Δεν μπορούσα να γυρίσω πλευρό, γιατί είχα φρικτούς πόνους. Αισθάνθηκα ευλογημένη όταν είχα αποφύγει τον κίνδυνο. Προνομιούχα που βγήκα νικήτρια. Και ο γιος μου είπε: Αυτό είναι το καλύτερο δώρο που θα μπορούσες να μου κάνεις μαμά. Καλύτερο και από Lego. Ήταν κάτι ξεχωριστό. Θα θυμάμαι πάντα αυτή την αγκαλιά. Ήταν συγκλονιστική». **(Τζ. Κ., Νοσηλεύτρια)**

«Σε οδηγούν σε έναν θάλαμο απομόνωσης και όλοι μπαίνουν με ειδικές στολές. Σε συνδέουν με διάφορα μηχανήματα και εξετάζουν τις ζωτικές σου λειτουργίες. Εκείνη την στιγμή μου είπαν ότι το σώμα μου δεν απορροφά την σωστή ποσότητα οξυγόνου. Ήταν σε πολύ χαμηλό επίπεδο. Ο δεξιός μου πνεύμονας κατέρρευσε και ο αριστερός μου δεν τα πήγαινε καθόλου καλά. Μου ανακοίνωσαν ότι έγινα καλά, αλλά ... Δεν ξέρεις καθόλου τι έπεται. Δεν ξέρεις ποιες είναι οι μακροχρόνιες συνέπειες. Μπορεί να ξανακολλήσεις; Εγώ είμαι πάντα αισιόδοξος. Κάθε φορά που πέφτω ψυχολογικά, επιστρέφω σε εκείνη τη στιγμή και καταλαβαίνω πού βρίσκομαι τώρα. Τα πράγματα που θέλεις να κάνεις. Καθετί που άφηνες στην άκρη ή δεν το έκανες ή δεν μπορούσες και τώρα θέλεις ξαφνικά να ασχοληθείς με αυτό. Θέλεις να αλλάξεις και να γίνεις καλύτερος για όλους τους άλλους αλλά και τους δικούς σου ανθρώπους. Όχι εγωιστικά, απλά θέλεις να προσφέρεις». **(Ματ Χ., Διευθυντής Χώρου Εκδηλώσεων)**

«Η ασθένεια εξελίσσεται πολύ αργά. Και δεν ξέρεις πότε θα τελειώσει. Το πιο δύσκολο, νοητικά, είναι να αποδεχθείς ότι δεν ξέρεις για πόσο καιρό θα έχεις τον κορωνοϊό. Ήμουν άρρωστος για 31 ημέρες! Όταν μου είπαν ότι θεραπεύτηκα... ήταν απίστευτο! Συγκινήθηκα! Θα μπορούσα επιτέλους να δω την οικογένειά μου, μετά από ένα μήνα. Ήταν μια μοναδική στιγμή. Δεν θα την ξεχάσω!». **(Κι. Μ., Αθλητικογράφος)**

Ο Justin, άνδρας 39 ετών που ζει με διαβήτη τύπου 1 στις ΗΠΑ έχει αναφερθεί στα μέσα ενημέρωσης, περιγράφοντας την εμπειρία του Covid-19

ως αίσθηση πολύ διαφορετική από τη γρίπη. Δήλωσε ότι «σχεδόν έπεσε χωρίς προφανή λόγο» και τελικά πήγε στο Τμήμα Έκτακτης Ανάγκης του τοπικού νοσοκομείου. «Πονάω να αναπνεύσω. Μου έκαναν θεραπεία για τη γρίπη, μου έδωσαν Tamiflu, μια συσκευή εισπνοής και με έστειλαν σπίτι. Είπαν αν νιώσω χειρότερα να επιστρέψω, έτσι επέστρεψα. Το περπάτημα στο μπάνιο είναι σαν να τρέχεις μααραθώνιο. Μην νομίζετε απλό πόνο στο στήθος, όπως καρδιακή προσβολή ή γρίπη - αυτή δεν είναι η γρίπη. Γνωρίζουμε όλοι σχεδόν τη γρίπη. Σκεφτείτε βαθύτερα, σκεφτείτε πόνο στον πνεύμονα. Σαν να αναπνέετε κρύο αέρα, κάπως έτσι. Με την συσκευή εισπνοής, σκεφτείτε ότι κόβετε τον εαυτό σας και εφαρμόζετε αλκοόλ στην πληγή. Είναι κάπως έτσι». Ο Justin χρησιμοποίησε την έκθεση των μέσων μαζικής ενημέρωσης για να παροτρύνει τους ανθρώπους να μείνουν σπίτι για να σταματήσουν την εξάπλωση της νόσου. **Εξακολουθεί να έχει tweeting και η κατάσταση του την Τρίτη, 24 Μαρτίου, ήταν ‘FATIGUE!’.** Η κεφαλαλγία είναι ακόμα γύρω, ο πόνος στον πνεύμονα είναι επιπολασμός και η αναπνοή είναι ανώδυνη, Τελικά!»³

Ο κ. Πετς. διηγείται ότι για να μην κινδυνεύσει να πνιγεί «διότι αν κοιμόμουν κινδύνευα, δεν είχα ανάσα, δεν είχα αναπνοή» – όπως λέει χαρακτηριστικά – έμεινε καθιστός επί δύο νύχτες σε καρέκλα δίπλα στο κρεβάτι του, για να «περάσει το χρονικό διάστημα και να πάω στην επόμενη μέρα». «Αυτή η ασθένεια είναι μια μάχη με το χρόνο, παλεύεις να επιζήσεις, να περάσεις αυτές τις 14 μέρες», τονίζει.⁴

Άραγε όλοι αυτή η εμπειρία όλες αυτές οι απελπισμένες φωνές των συνανθρώπων μας, μας κρατάνε σε επαγρύπνηση για το μέλλον; Ποιο μήνυμα στέλνουν στον κόσμο; Τι μας συμβουλεύουν;

Ο βουλευτής και αναισθησιολόγος κ. Χρ. Κ, ο οποίος έχει δώσει τη μάχη με τον κορωνοϊό και την έχει κερδίσει. Μας προτρέπει να μείνουμε στο σπίτι. «Μπορεί κάποιος να μην θέλει να ωφελήσει τον εαυτό του, μπορεί κάποιος να θέλει να βλάψει τον εαυτό του, αλλά δεν έχει κανένα απολύτως δικαίωμα να βλάψει τη δημόσια υγεία, να βλάψει το κοινωνικό σύνολο».

Ο δημοσιογράφος Ραν, Αλ., εντόπισε κάτι θετικό όταν ο πλανήτης μας βρήκε ξανά το ρυθμό της ζωής. Μετά τα μέτρα περιορισμού που

επιβλήθηκαν σε όλο τον κόσμο, και αφού έκλεισαν πολλά εργοστάσια και αεροδρόμια, μειώθηκε η εκπομπή CO₂, που μολύνει την ατμόσφαιρα. Και αυτά μας διδάσκουν ότι πρέπει να προστατεύσουμε τον πλανήτη που ζούμε, το μεγάλο σπίτι μας.⁵

«Πάνω από όλα, υπάρχει ένα μήνυμα ελπίδας. Και αυτό είναι ότι μπορούμε να αναρρώσουμε και να είμαστε σε καλή κατάσταση. Αυτό είναι το πιο σημαντικό. Να μην είμαστε μοιρολάτρες και να πιστεύουμε ότι όλα τέλειωσαν. Δεν είναι αλήθεια. Πρέπει να είμαστε θετικοί και αισιόδοξοι. Και αυτό βοηθά στο να επιστρέψεις στην κανονική σου ζωή», αναφέρει ο κ. Α.Λ, **συνταξιούχος επιχειρηματίας.**

Μόνο η ανάγνωση όσων ειπώθηκαν με έκαναν να ζήσω ότι βίωσαν. Ο πόνος στο κρεβάτι του νοσοκομείου, η απίστευτη μοναξιά και η απελπισία που περάσαν μεταξύ αγνώστων, η αγωνία αν θα μπορέσουν έστω να δουν τους αγαπημένους τους, να τους αγκαλιάσουν, να μιλήσουν.... πράγματα καθημερινά... δεδομένα... χωρίς να τους δίνουμε τη πρέπουσα αξία!

«Το να ενισχύσουμε την ενέργειά μας, την ανοσία μας, μέσα από θετικές σκέψεις, όσο βέβαια μπορούμε, είναι σημαντικό», ανέφερε ο κ. **Λοράν Ρεταμερό, (καλλιτέχνης).**

Στις 12 Απριλίου, ένα μήνα μετά τη διαγνωστική εξέταση της 10ης Μαρτίου για τον κορωνοϊό, στην οποία βρέθηκε θετικός, ο τενόρος Μποτσέλι έδωσε συναυλία στο Duomo του Μιλάνου, τον μεγάλο καθεδρικό ναό της οικονομικής πρωτεύουσας της χώρας, χωρίς θεατές για να εμψυχώσει και να ενθαρρύνει όλους να συνεχίσουν να αγωνίζονται, όπως ο καθένας μπορεί. Μάλιστα, αν και είχε νοσήσει με ήπια συμπτώματα, χαρακτήρισε την εμπειρία του «έναν εφιάλτη», γράφει η εφημερίδα 'Corriere della Sera'.

Η 61χρονη Λίντα αναφερόμενη στα συμπτώματά της είπε ότι ήταν τόσο άσχημα, που πίστεψε πραγματικά ότι δεν θα τα καταφέρει. Μάλιστα όταν ρώτησε το γιατρό στο νοσοκομείο εάν θα το ξεπεράσει, εκείνος της απάντησε: «Θα είμαι ειλικρινής μαζί σου, δεν μπορώ να σου εγγυηθώ κάτι, είσαι 61 και δεν ξέρουμε τι είναι αυτό που αντιμετωπίζουμε». Ο υψηλός πυρετός και η έντονη ναυτία σε συνδυασμό με πονοκέφαλο ήταν τα συμπτώματα που την

έκαναν να επισκεφτεί το νοσοκομείο εξ αρχής. Πλέον η Λίντα αναρρώνει στο σπίτι έχοντας περάσει 10 μέρες στη μονάδα εντατικής θεραπείας.

Η απειλή του COVID-19 δεν περιορίστηκε μόνο στους φτωχούς, τους οικονομικά ασθενέστερους, αυτούς που έχουν υποκείμενα νοσήματα... Δεν έχει διακρίσεις. Ακόμη δεν ανακαλύψαμε τις προτιμήσεις αυτής της απροσδόκητης απειλής.

Χτύπησε χωρίς δισταγμό διάσημους, όπως ηθοποιούς και τραγουδιστές καθώς και πολιτικούς... 'Ούτε τα τείχη παλατιών δεν στάθηκαν ικανά να εμποδίσουν τον ιό να εισέλθει και να νοσήσει γαλαζοαίματους'.⁶

Πέραν όμως από αυτούς που νόσησαν και υπέφεραν όσο κι αυτούς που περιορίστηκαν μοναχικά στα σπίτια τους... υπάρχουν κι αυτοί που εργάζονταν και εργάζονται σκληρά μέρα νύχτα «στην πρώτη γραμμή» να σώσουν όσες ζωές μπορούν με κίνδυνο την υγεία τους, όχι μην κολλήσουν αλλά λόγω υπερκόπωσης, κούρασης και αϋπνίας, συνθήκες πρωτόγνωρες, με σημαδεμένα πρόσωπα, πρησμένα κατακόκκινα μάτια από τα μέσα προστασίας, να συνεχίζουν αδιάκοπα να παλεύουν. Να καταβάλλουν υπερπροσπάθειες μιας και δεν ήξεραν με τι «όπλα» να πολεμήσουν τον άγνωστο 'εισβολέα'. Ομάδες επιστημόνων στα ειδικά εργαστήρια να προσπαθούν να γνωρίσουν τον «εχθρό» για να δώσουν σωστές οδηγίες και σωστά φάρμακα καταπολέμησης. Οι γιατροί, από κυρίως θεραπευτές έγιναν στήριγμα της ψυχικής υγείας των ασθενών, έγιναν κριτές για το ποιος έχει περισσότερο δικαίωμα στη ζωή και ποιος όχι, μιας και τα μέσα θεραπείας δεν αρκούσαν για όλους. Άνθρωποι κι αυτοί βρέθηκαν σε μια πολύ τραγική και συναισθηματικά φορτισμένη θέση. **«Μείνετε σπίτι! Μείνετε σπίτι! Σε ατομικό επίπεδο είναι το μόνο που μπορούμε να κάνουμε για να σταματήσουμε τον ιό. Γιατί δεν θέλω να μπω στο δίλημμα: Προτιμάτε να διασωληνώσετε τον πατέρα ή την μητέρα σας; Γιατί έχουμε μόνο ένα μηχάνημα και δύο ασθενείς. Έχω μόνο έναν αναπνευστήρα. Ποιον διαλέγετε; Τον πατέρα ή την μητέρα σας; Ποιον προτιμάτε; Είναι φρικτό, αναφέρει νοσηλεύτρια σε τμήμα ανάνηψης»⁶**

Για πρώτη φορά ένιωσα ότι όλοι είμαστε ίσοι, κρινόμαστε και

αξιολογούμαστε με τα ίδια κριτήρια. Βρεθήκαμε όλοι, είτε επώνυμοι, είτε ανώνυμοι κάτω από την ίδια στέγη, υπό την φροντίδα ηρώων και ηρωίδων που δίνουν μάχη να μας κρατήσουν ζωντανούς στο κρατικό σύστημα υγείας κάθε χώρας.

Παράλληλα, τα μέσα μαζικής ενημέρωσης δείχνουν φρικιαστικές σκηνές από νοσοκομεία χωρίς επαρκή κρεβάτια, μάσκες οξυγόνου...τους σάκους στον προαύλιο χώρο και τα φορτηγά του στρατού να τους φορτώνουν με προορισμό κάποια ομαδική ταφή... Εικόνες πολέμου; Εικόνες... κάποιας κινηματογραφικής ταινίας ή από την πραγματικότητα; Το μυαλό μου θολό η κρίση μου αδύναμη στο να αντιμετωπίσει το βάρος και τη θλίψη αυτής της κατάστασης. Όμως κρατάμε τα μάτια ορθάνοιχτα, παραμένουμε στις εικόνες για να μην ξεχνάμε την ανθρωπιά μας. Να συμπορευόμαστε όλοι μαζί σεμνοί και ταπεινοί στο ταξίδι για την επιβίωση μας.

Δεν θα παραλείψω να αναφερθώ στους πολιτικούς ηγέτες που για πρώτη φορά έβαλαν στην άκρη τις διαφορές τους και προσπάθησαν να συντονιστούν για την καλύτερη αντιμετώπιση της απειλής. Έγιναν καθοδηγητές για τους ασθενείς και προστάτες του ανόσου πληθυσμού από πιθανή νόσηση. Έλαβαν αυστηρά μέτρα εις βάρος της πολιτικής τους καριέρας, ώστε να μην καταρρεύσει η οικονομία της χώρας, αλλά και να μας κρατάνε σε συνεχή ενημέρωση και καθοδήγηση ώστε να ανακάμψουμε όσο το δυνατό πιο γρήγορα.

Πάρα ταύτα κάθε προσπάθεια αντιμετώπισης της μάστιγας θα έμενε μετέωρη αν δεν προβάλλαμε Ατομική Ευθύνη. Ο καθένας μας ξεχωριστά προσπαθούσε να τηρήσει τα μέτρα και να βοηθήσει όσους δεν μπορούσαν. Να υπενθυμίζει τόσο στον εαυτό του, όσο και στους γύρω του την κατάσταση, με απώτερο σκοπό να κρατήσουμε περισσότερους αρνητικούς στον COVID-19.

Όλες οι σχέσεις προσδιορίζονται από συναισθήματα, είτε είναι προσωπικές, είτε επαγγελματικές. Η πανδημία του Covid-19 δεν αποτελεί απλή κρίση. Το lockdown, σαν μέτρο, υποχρέωσε πολλούς να

απομακρυνθούν από φίλους, οικογένεια, εργασιακό περιβάλλον, ενώ ανάγκασε, ταυτοχρόνως, όλους να προσαρμοστούν σε ένα ψηφιακό τρόπο λειτουργίας μακριά από ό,τι τους έδενε και ό,τι αγαπούν. Αυτό το γεγονός επηρεάζει σημαντικά τις προσωπικές εμπειρίες των ανθρώπων. Οι ανάγκες και προτεραιότητες τους αυτή τη στιγμή αλλάζουν. Εταιρίες, επιχειρήσεις, κοινότητες, κυβερνήσεις δείχνουν συναισθηματική ευφυΐα, επικοινωνούν με φροντίδα, ειλικρίνεια και ενσυναίσθηση, αναπτύσσονται.

Σημαντικό είναι να θυμόμαστε πως όλοι γίνονται πιο ανθρώπινοι και βαθύτερα συνδεδεμένοι, βιώνοντας κρίσιμες καταστάσεις σε συλλογικό επίπεδο. Όταν υποστηρίζει ο ένας τον άλλον, αυτοί οι δεσμοί ενισχύονται μακροπρόθεσμα. Δημιουργούν μια νέα βάση εμπιστοσύνης και πιστότητας στο μέλλον για την ανάπτυξη μιας ευσυνείδητης και ώριμης κοινωνίας!

Βιβλιογραφία ενότητας:

1. <https://www.who.int>.
2. <https://grpalliative.gr/kokolaki-150420/>
3. <https://diabetesnsw.com.au/el>
4. <https://www.ert.gr/eidiseis>
5. <https://gr.euronews.com/2020/04/14>
<https://gr.hellomagazine.com/celebrity-news>

Λεοκάτα Μελίνα – Μαρία

Η Λεοκάτα Μελίνα-Μαρία γεννήθηκε και μεγάλωσε στη Γερμανία από γονείς μετανάστες. Ο πατέρας της ήταν Ιταλός και η μητέρα της Ελληνίδα.

Τελείωσε το 1990 τις σπουδές στο Παιδαγωγικό Τμήμα του Πανεπιστημίου Πατρών και δουλεύει ως δασκάλα από το 1996. Το 2012 τελείωσε τη μετεκπαίδευσή της στο Διδασκαλείο του Πανεπιστημίου Αλεξανδρούπολης. Ζει και εργάζεται στη Χρυσούπολη Καβάλας. Είναι διαζευγμένη και έχει δύο παιδιά. Χόμπι της ο χορός, η ζωγραφική και η συγγραφή.

Μια μέρα σαν όλες τις άλλες

Άνοιξα τα μάτια μου και κοίταξα το ρολόι δίπλα μου, νομίζοντας πως δε χτύπησε και θα αργούσα στη δουλειά. Μετά συνειδητοποίησα πως εδώ και τρεις εβδομάδες είμαστε κλεισμένοι μέσα στα σπίτια μας. Τι σου κάνει η συνήθεια! Ένα μόνιμο πρωινό άγχος που δεν αποβάλλεται τόσο εύκολα. Μα ποιος το περίμενε όλο αυτό το εφιαλτικό σενάριο ποτέ ...

Η θλίψη γέμισε ολόκληρο το δωμάτιο μαζί με τον φόβο. Άλλη μια μέρα στον ίδιο ρυθμό. Άλλη μια μέρα εσώκλειστη! Γελάω δυνατά ... Εγώ η Σουρτούκο! Ποιος θα το πίστευε! Εγώ, που με την πρώτη ευκαιρία πετούσα τη σκούφια μου για βόλτα και καφέ, κατά προτίμηση στη θάλασσα. Δε γίνεται να το ζω αυτό..... Αναρωτιέμαι πόσο θα κρατήσει και αν θα μπορέσω να αντέξω. Μια φορά την εβδομάδα βγαίνω για ψώνια και γυρίζω πίσω χίλια κομμάτια, πετώντας ρούχα στα άπλυτα και καθαρίζοντας μία μία όλες τις συσκευασίες με μεγάλη προσοχή. Εγώ, που πήγαινα τουλάχιστον σε τρία σουπερμάρκετ, γιατί από το καθένα έπαιρνα διαφορετικά πράγματα, ακολουθώντας πιστά μια σχεδιασμένη ρουτίνα. Τώρα πηγαίνοντας μόνο σε ένα, επιστρέφω πίσω ράκος και με μεγάλο πονοκέφαλο. Νιώθω να με πονάει ο λαιμός και ότι έχω όλα τα υπόλοιπα συμπτώματα που ακούω να λένε στα κανάλια καθημερινά, προσθέτοντας κάθε μέρα και κάτι καινούργιο! Μα πότε θα σταματήσω να αυθυποβάλλομαι; Φοβάμαι τόσο πολύ το θάνατο άραγε; Δεν είναι φυσιολογικό όμως σκέφτομαι ... Μπα, καταλήγω στο ότι δεν φοβάμαι το θάνατο αυτόν καθ' αυτόν, αλλά το να πεθαίνεις μετά από ταλαιπωρία και πόνους, μόνος σε ένα κρεβάτι χωρίς να μπορείς να αποχαιρετίσεις τους δικούς σου ανθρώπους. Φρικτό!!

Κοιτάζω έξω από το παράθυρο. Ο καιρός συννεφιασμένος, έτοιμος για βροχή. Πάλι καλά σκέφτομαι, τουλάχιστον αυτός με ενθαρρύνει να μείνω μέσα. Σηκώνομαι αργά-αργά, δεν υπάρχει πλέον κανένας απολύτως λόγος να βιαστώ, και ετοιμάζω τον καφέ μου στην κουζίνα, αφήνοντας ανοικτή τη τηλεόραση στο σαλόνι, όπου κάποιος επιδημιολόγος εξηγεί και παρουσιάζει τα παγκόσμια δεδομένα της προηγούμενης μέρας. Νιώθω ότι κάνω ένα δωρεάν ταχύρυθμο σεμινάριο εξ αποστάσεως αναφορικά με τους ιούς. Ποιος το φανταζόταν αυτό για μένα! Πάντα ένιωθα μια απέχθεια για

αυτού του είδους τα επαγγέλματα. Ίσως φταίει που μπαινόβγαινα για δέκα περίπου χρόνια στα νοσοκομεία για τα προβλήματα υγείας των γονιών μου. Μερικοί μάλιστα που με έβλεπαν, σχεδόν καθημερινά, νόμιζαν ότι ήμουν νοσηλεύτρια.... Όχι δεν μπορώ να φανταστώ τον εαυτό μου σε αυτή τη θέση και θαυμάζω όλους όσους μπορούν να δουλεύουν σε τέτοιους χώρους και μάλιστα για πολλά χρόνια! Πιστεύω πως δεν επιλέγονται τυχαία τέτοιου είδους επαγγέλματα από τους ανθρώπους που τα υπηρετούν. Είναι αυτή η απροσδιόριστη μυρωδιά του νοσοκομείου που δε συνηθίζετε εύκολα. Όσο και αν προσπάθησα να την προσδιορίσω δεν τα κατάφερα ακόμη. Αναρωτιέμαι μέχρι και σήμερα να είναι η μυρωδιά της χλωρίνης ή του θανάτου;

Κάθομαι στον καναπέ και αρχίζουν να προβάλλονται σκηνές με φέρετρα και νούμερα. Νούμερα παντού ... Αλλάζω κανάλι μπας και βρω κάτι να αλλάξει η ψυχολογία μου. Δεν είμαι τυχερή όμως! Σε όλα τα κανάλια το ίδιο θέμα και το ίδιο ψυχοπλάκωμα με στοιχεία και κυρίως νούμερα ... Κλείνω την τηλεόραση και ανοίγω το Facebook μπας και ξεχαστώ λίγο. Φίλοι και γνωστοί στο ίδιο πνεύμα αναρτούν σχετικές δημοσιεύσεις. Μια μικρή αλλαγή αποτελούν τα χιουμοριστικά βιντεάκια ή ρητά άγνωστων ανθρώπων, που προσπαθούν να «ομορφύνουν» την μαυρίλα που έχει σκεπάσει τα πάντα. Μπράβο τους! Φοβερό όπλο το χιούμορ σε αυτές τις τραγικές στιγμές για όλη την υφήλιο.

Αποφασίζω να ανοίξω το Netflix να δω καμιά ταινία. Άλλωστε ποτέ πριν δεν προλάβαινα να το κάνω με τόσες καθημερινές υποχρεώσεις, συν τη δουλειά. Επιλέγω κωμωδία, δεν μπορώ ούτε τις κοινωνικές, ούτε τα δράματα και ποτέ δε μου άρεσαν τα θρίλερ, άσχετα αν τώρα νιώθω πως παίζω σε ένα από αυτά... Ξεχνιέμαι για λίγο και γελάω με την ταινία. Έπειτα κλείνω την τηλεόραση και σκέφτομαι ότι πρέπει να μαγειρέψω. Πάλι φαγητό ... Καλά που κυκλοφορώ με τις πιτζάμες! Τα παντελόνια μου δεν κουμπώνουν πλέον ... Μα τι με πιάνει σε στιγμές άγχους και τρώω χωρίς έλεγχο; Τώρα μάλιστα που δεν «κουνιέμαι» καθόλου γίνεται συσσώρευση λίπους στο σώμα μου. Αν δεν πεθάνω από Κορωνοϊό θα πάω από «βουλωμένες» αρτηρίες, το δεύτερο εννοείται πως το θεωρώ πιθανότερο!

Πηγαίνοντας προς τη κουζίνα περνάω μπροστά από τη βιβλιοθήκη, προσπερνώντας τον καθρέφτη στον τοίχο, επιλέγοντας να μην του ρίξω ούτε ένα βλέφαρο, λες και φταίει αυτός για την όλη κατάσταση. Ίσως βέβαια, να φοβάμαι λίγο

να αντικρύσω το είδωλό μου, χωρίς να μπορώ να προσδιορίσω το γιατί. Ρίχνω ένα λυπημένο βλέμμα προς τα καινούργια βιβλία που αγόρασα ή μου δώρισαν και περιμένουν εδώ και καιρό, μέσα στη σκόνη, υπομονετικά να τα διαβάσω. Χρόνο δεν έβρισκα να το κάνω τόσο καιρό. Τώρα έχω την ευκαιρία λέω. Αναρωτιέμαι πως άλλαξα με τα χρόνια τόσο πολύ και υπάρχουν αδιάβαστα βιβλία σε ράφια! Εγώ, η βιβλιοφάγος ... Όσο πιο μεγάλο το μυθιστόρημα, τόσο και μεγαλύτερη η χαρά μου. Υπήρχαν νύχτες που δεν κοιμόμουν για να το τελειώσω, λες και την επόμενη μέρα θα μου το έπαιρναν για πάντα και δε θα μπορούσα να μάθω τι έχει γίνει στο τέλος. Ποτέ όμως δεν πήγαινα από περιέργεια να διαβάσω το τέλος. Πάντα είχα την υπομονή να το διαβάσω όλο, ακόμα και αν δε μου άρεζε πολύ. Στέκομαι μπροστά σε ένα ράφι και παίρνω κάποιο τυχαία στο χέρι μου. Θα μαγειρέψω αργότερα σκέφτομαι. Κάθομαι αναπαυτικά, βάζω τα γυαλιά μου και ξεκινάω... Αφού έχω διαβάσει μόνο δύο σελίδες ανακαλύπτω, πως τα γράμματα χορεύουν μπροστά μου και είναι δύσκολο να συγκεντρωθώ στο περιεχόμενό του. Ο νους μου ταξιδεύει αλλού. Έξω από το σπίτι, σε κάποια παραλία. Το αφήνω στην άκρη και αποφασίζω να φτιάξω επιτέλους τα μακαρόνια με κιμά που είχα σκοπό να κάνω.

Κοιτάζω το ρολόι. Κοντεύει έξι. Ανοίγω την τηλεόραση, όπως κάνω κάθε μέρα άλλωστε, την ίδια ώρα να ακούσω τα νέα. Ρίχνω μια γρήγορη ματιά έξω από το παράθυρο. Άρχισε η βροχή. Η φύση ίσως να μην χαιρείται που έμεινε μόνη της. Η Άνοιξη βέβαια δεν άλλαξε τίποτα στο ετήσιο πρόγραμμά της. Μυρωδιές και χρώματα παντού! Τα νέα δεν είναι ευχάριστα... Οι σκηνές από όλο τον κόσμο συγκλονιστικά στενάχωρες. Τηλεφωνώ στη ξαδέλφη μου για να ανταλλάξουμε καμία κουβέντα για τα γεγονότα. Άλλωστε τι καινούργιο έχουμε να πούμε πέρα από αυτά ...

Η βροχή σταμάτησε και έξω σκοτείνιασε. Παρόλο που πλησιάζουν μεσάνυχτα δε νυστάζω καθόλου. Πώς να κοιμηθώ με τόσες σκέψεις που κάνουν κατάληψη στο μυαλό μου; Προσπαθώ να τις αποβάλλω... Αύριο θα είναι μια νέα μέρα. Ίδια σαν όλες τις άλλες άραγε ή διαφορετική; Ποιος ξέρει! Σίγουρα πάντως όχι ξένοιαστη. Φτάσαμε δυστυχώς στο σημείο να παρακαλάμε να γυρίσουμε τον χρόνο πίσω, να γυρίσουμε στην παλιά μας ζωή. Μας δόθηκε η ευκαιρία τώρα, όχι μόνο να αναπολούμε όλα όσα κάναμε τότε αγκομαχώντας, αλλά να τα εκτιμήσουμε σωστά. Σε όλους ή μόνο σε μερικούς έγινε αυτό κατανοητό άραγε; Οι ώρες συναγωνίζονται σα σε αγώνα δρόμου

με τις σκέψεις. Τα βλέφαρα μου κλείνουν αργά και είμαι έτοιμη να μεταφερθώ για λίγο, στο όνειρό μου, σε μία άλλη ομορφότερη ζωή μακριά από την απειλή της αρρώστιας και του θανάτου. Άντε καληνύχτα και καλό ξημέρωμα.

Μακρή Νικολέττα

Στιγμές Covid

Ξημέρωσε μια μέρα τόσο μουντή και βροχερή που δεν ήθελα να φύγω από το σπίτι. Εκείνο το πρωινό θυμάμαι κοιτάζοντας τον ουρανό από το βροχερό τζάμι, είχα την διαίσθηση ότι κάτι κακό θα συμβεί! Και κάπως έτσι, ξεκίνησαν όλα.

Ακούω να συζητούν για έναν ιό άγνωστο για τα μέχρι στιγμής δεδομένα της επιστήμης, ερχόμενο από την Κίνα. Σε πολύ μικρό χρονικό διάστημα εξαπλώνεται σε ολόκληρο τον κόσμο, ως αποτέλεσμα την αρχή μιας νέας επιδημίας με την ονομασία COVID-19. Κάθε κοινωνία ξεκινάει την αντιμετώπιση της διαφορετικά, καταλήγοντας όμως στο ίδιο συμπέρασμα, ότι πρόκειται για μια πολύ σοβαρή ίωση και θανατηφόρα. Οι χώρες κλείνουν τα σύνορα τους για να διαφυλάξουν την προστασία τους αλλά όλες μαζί έχουν πλέον έναν κοινό στόχο, την εξάλειψη και την αντιμετώπιση του αόρατου εχθρού. Αυτή είναι ακριβώς η στιγμή που τα δεδομένα θα γίνουν ζητούμενα κι αυτό που θα επακολουθήσει δεν θα το φανταζόμασταν ποτέ.

Κλεισμένοι στα σπίτια μας και απομονωμένοι από τους υπολοίπους, η καθημερινότητα μας αλλάζει και μαζί της αλλάζουμε κι εμείς ως άνθρωποι. Καραντίνα την ονομάζουν! Δεν έχουμε την δυνατότητα να δούμε τους δικούς μας ανθρώπους, αυτούς που αγαπάμε, γιατί ο ιός θεωρείται πολύ μεταδοτικός και επικίνδυνος. Πρέπει να ακολουθήσουμε τις οδηγίες που μας δίνονται, να κρατάμε αποστάσεις, γιατί στο ενδεχόμενο της μετάδοσης του μπορεί εμείς ή κάποιος από την οικογένεια μας να είναι θύμα του. Οι μέρες κυλάνε, οι μήνες περνάνε κι εμείς εγκλωβισμένοι αναπολούμε ένα φιλί, μια αγκαλιά, μια χειραψία, έναν περίπατο και όλα όσα είχαμε χθες και δεν εκτιμούσαμε.

Δεν υπάρχουν λέξεις, μόνο παγωμένα συναισθήματα, οι σκέψεις αρνητικές κι εγώ νοιώθω σαν ένα πουλί φυλακισμένο που χάνει τα φτερά του και το αναγκάζουν να ζει σε ένα κλουβί στερώντας την ελευθερία του. Περιμένω εκείνη τη στιγμή που η πόρτα θα ανοίξει, θα αντικρίσω το φως του ήλιου και θα ξεφύγω επιτέλους από αυτό το κακό όνειρο. Η αγωνία και ο φόβος μου για το αύριο με κυριεύει. Πρέπει όμως να

κάνω κάτι, να το αντιμετωπίσω και να προσαρμοστώ στα νέα δεδομένα, ελπίζοντας ότι όλα θα ξαναγίνουν όπως πριν. Αρχίζω να κάνω αργά βήματα, αναπληρώνοντας τον χαμένο χρόνο. Είναι η ευκαιρία, να βρω τον εαυτό μου, να σκεφτώ όλα τα σωστά και τα λάθη που έχω κάνει, ερχόμενη αντιμέτωπη με την αλήθεια μου. Σκέφτομαι, ίσως τελικά αυτή η κατάσταση κάνει καλό σε όλους μας ψυχικά και βγαίνοντας από όλο αυτό, είμαστε καλύτεροι άνθρωποι.

Αρχίζω να πιστεύω ότι μόνο καλό μου κάνει η απομόνωση, ξαναγεννιέμαι! Η άρνηση απομακρύνεται και προσπαθώ να έχω θετική σκέψη ως προς την εξέλιξη της κατάστασης. Είμαι πλέον σίγουρη ότι στο τέλος θα βγει το ουράνιο τόξο γιατί πιστεύω στον άνθρωπο ως όν και στις δυσκολίες που έχει αντιμετωπίσει ως σήμερα για να διατηρήσει την ανθρωπότητα ζωντανή. Νοιώθω σαν ένα παιδάκι που ξεκινά τα όνειρα του, που έχει την λαχτάρα για ζωή και η καρδιά του χωράει μόνο αγάπη. Βρίσκω επιτέλους εμένα κι έτσι αισθάνομαι ότι όλα γίνονται για κάποιο λόγο και η ζωή συνεχίζεται!..

Μάνη Αναστασία

Αγγλικής Γλώσσας και Φιλολογίας,
Μ.Δ.Ε. Διδακτικής των Γλωσσών και Γλωσσικής Επικοινωνίας
sasara_a1@hotmail.com

Σου είπανε να μείνεις μέσα

Σου είπανε να μείνεις μέσα
όμως ξέχασες πως όπως ξεφλούδισαν οι τοίχοι σου
ομοίως χάνεται κι η μέσα.

Κανένας δε περίμενε να μείνεις στο σκοτάδι,
μα με ειδήσεις και τιβί επέλεξες
ν' αποκοιμιέσαι βράδυ.

Άλλοι επαναστάτες θέλανε να τρέξουνε στους δρόμους,
λες κι εμείς οι υπόλοιποι γουστάραμε τους υπονόμους.
Λίγοι καλοί προσφέρθηκαν τον κώδωνα να χτυπήσουν
κι ακόμη λιγότεροι να σπεύσουν να βοηθήσουν.

Ο κόσμος χάνεται από ύπουλο εχθρό,
μην είναι όνειρο, μην είναι και φτιαχτό.
Μάγισσες και Ψαλτήρια έγιναν κολλητήρια,
δεν ξεχωρίζεις χριστιανό όταν μασάει σανό.

Απότομα μας έφεραν τον μήνα κι έγιναν δύο,
ποιος να περίμενε πως δε θα κοπάσει το θηρίο.

Στις 6 καθιερώθηκε ο φόβος ή ο πόνος,
ανάλογα με το μυαλό του καθενός που κυριεύει ο τρόμος.
Σταθείτε λίγο να μας πουν πόσοι νεκροί και πόσοι ζώντες.

Ξέχασαν όμως να ρθουν να δουν τους επιζώντες.

Μια γειτονιά η χώρα όλη, αλλά στην τσέπη μας επικρατεί πανώλη.
Ιός κι αυτός θανατηφόρος, να δω με τόση ανεργία πόσο θα πάει ο φόρος.

Τσιφλίκι λέει η μάσκα, αλλά είναι για το καλό σου.

Εσύ, βρε, για δε φορές, μην είν' το ριζικό σου;

Γέλασα κι έκλαψα με την παραφωνία,
Ελλάς το μεγαλείο σου, καρότσα με ηχεία.
Στον επιτάφιο δε μ' άφησες και το 'χω σε πικρία.
Αρνί δεν έφαγα, όχι ότι ψηφίζω χορτοφαγία.
Αν και τα έθιμα καλό είναι να τα τηρούμε
και το λαό να έχουμε να ευχαριστούμε.

Για να μιλώ με μαθητές, βρήκα καινούριο παιχνιδάκι,
για τ' Αγγλικά και ο χρόνος πέρασε λιγάκι.
Το διαβολικό μου ίντερνετ φυσάει,
σα να μας έβαλαν εκεί να δούνε αν τσουλάει.
Σου λέει, κάποιος θα μπορεί, κάποιος θα τα παρατήσει,
εγώ, όμως, στρατιά θα φτιάξω να με ορίσει.

Με κείνα και με τούτα, τα σχολεία ανοίγουν.
Κρίμα να βλέπουν τα παιδιά δασκάλους που δεν γνωρίζουν.
Ως μασκοφόροι μέσα στη σφαγή θα πάμε, φουλ στη ζέστη,
νεκροί ή ζωντανοί αρκεί η ύλη να χωρέσει
στα μυαλουδάκια τα μικρά με τόσο δα χεράκια
που αγκαλιές θα καρτερούν γλυκά παιδάκια.

Στα δύο μέτρα όμως εγώ κι εσύ, εκτελεστικό απόσπασμα
γιατί ο ιός παραφυλά και εξαλείφεται στο χάσμα.
Γιαγιά, μην πας στη λαϊκή και μάλλον μείνε σπίτι
για να χουμε να φας, εσύ κι εγώ ό,τι έχουμε σπείρει.
Δύσκολα χρόνια θε να ρθουν, μα η καρδιά θυμάται
κι άλλα περάσανε πολλά μα το μυαλό κοιμάται.

Αλλάζουν όλα δυστυχώς κι ο χρόνος ξεμακραίνει

σαν άλλος οδηγός, παράλληλος δεσμός που μένει
σε σπίτια με παράθυρα κλειστά και έρημα δωμάτια
εκεί που χάθηκε η ζωή μόλις έκλεισες τα μάτια.
Βουβός ο πόνος των αλλωνών, εμάς δεν μας αγγίζει,
ώσπου να ρθει ο εσπερινός, αρχίζει και θερίζει.
Εσύ φταις που είπες δεν είναι δα και κάτι,
τι να μας κάνει άλλωστε το κάθε γιατρουδάκι.

Η φύση χαίρεται, γελά και τραγουδά διαρκώς,
πόση ειρωνεία κρύβεται τελικά που ψάχνω να βρω το φως.
Εκείνη τη μέρα, θυμάμαι, ανέλπιστα χαρά
και ξάφνου το ρολόι δείχνει να σταματά,
τι να σου πω και τι να κρύψω,
2 μήνες τώρα προσπαθώ να ηρεμήσω.
Αν ήταν πρόνοια, δεν ξέρω,
όμως μια προσευχή για σένα πάντα λέω.
Προσέχω πάλι μην κολλήσω και ξανατύχει να μείνω πίσω
της ζωής μου το κουβάρι ο ιός έχει τώρα γδάρει.

Μαυρουδή Μούλιου Λένα

Η Μαυρουδή Μούλιου Λένα γεννήθηκε και ζει στην Αθήνα. Είναι παντρεμένη με παιδιά και εγγόνια. Είναι συνταξιούχος δασκάλα πιάνου, Πτυχιούχος και Συνθέτης του Εθνικού Ωδείου Αθηνών (Μανόλης Καλομοίρης). Έγραψε πολλή ορχηστρική μουσική και πάρα πολλά τραγούδια.

Σαν ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ έχει πλούσιο έργο. Έγραψε (και συνεχίζει να γράφει) είκοσι βιβλία όπως: Αφηγήματα, Μυθιστορήματα, Νουβέλες, Συλλογές διηγημάτων και ποιήματα.

Έχει διακριθεί σε πάρα πολλούς διαγωνισμούς με ΑΡΙΣΤΕΙΑ, ΒΡΑΒΕΙΑ, ΕΠΑΙΝΟΥΣ ΚΑΙ ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ.

Συμμετέχει επίσης σε πάρα πολλές συλλογικές εκδόσεις έντυπες και ηλεκτρονικές, Οι εκδόσεις «ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ» εξέδωσαν τη συλλογή διηγημάτων «Η ΠΟΡΤΑ ΣΤΑ ΔΕΞΙΑ», την δεύτερη συλλογή διηγημάτων «ΥΔΡΟΧΟΟΣ ΜΕ ΣΚΟΡΠΙΟ», το μυθιστόρημα «ΥΠΟΨΙΕΣ», την Τριλογία «ΘΑΝΑΤΟΣ ΣΤΟ ΠΑΡΚΟ», την Τρίτη συλλογή διηγημάτων «ΑΡΩΜΑ ΜΠΛΑΖΕ», την 4^η συλλογή διηγημάτων «ΠΕΡΣΑ ΒΟΥΔΟΥΡΗ Η ΕΛΛΗΝΙΔΑ ΜΙΣΣ ΜΑΡΠΑ», από τις εκδόσεις ΠΝΟΕΣ, οι οποίες εξέδωσαν και τα μυθιστορήματα «Η ΒΙΛΑ ΤΗΣ ΙΘΑΚΗΣ», Α' μέρος, και «ΜΑΡΙ-ΝΑ» Β' μέρος, «ΠΛΑΓΙΑ», «ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΜΕ ΤΙΣ ΑΛΥΣΙΔΕΣ», «ΤΟ ΤΕΤΡΑΔΙΟ». Την 5^η συλλογή διηγημάτων «ΚΑΘΕ ΑΠΟΓΕΥΜΑ ΣΤΙΣ 5».

Οι εκδόσεις ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ εξέδωσαν την 6^η Συλλογή διηγημάτων «ΤΟ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΤΑΝΓΚΟ» και άλλα βιβλία της βρίσκονται υπό έκδοση, όπως η 7^η Συλλογή διηγημάτων «ΔΑΝΑΗ Η ΡΕΠΟΡΤΕΡ», το αφήγημα «ΛΕΝΑ ΕΚ ΒΑΘΕΩΝ», ΣΥΛΛΟΓΗ ΠΟΙΗΜΑΤΩΝ «ΤΟ ΠΙΑΝΟ ΜΟΥ» κ.α.

Συνεργάζεται με πολλά περιοδικά έντυπα και ηλεκτρονικά και πολλές σελίδες.

Μένω σπίτι;

Η Δανάη είχε προγραμματίσει το ρεπορτάζ της εβδομάδας και το έκανε πολύ κέφι γιατί ήταν ανάλαφρο σαν αεράκι, μακριά από μουρτζούφλες, θανατήλες, λοιμούς και καταποντισμούς. Ένα ρεπορτάζ Ανοιξιάτικο σαν αυτό που ταίριαζε στην ηλικία και τον χαρακτήρα του αισιόδοξου αυτού παιδιού.

Όμως η επιδημία, ή καλύτερα η πανδημία που επέπεσε επί των κεφαλών της Ανθρωπότητας και μάλιστα εν καιρώ ειρήνης, την ανάγκασε να αλλάξει ρότα και σκοπό. Πήρε στωικά το μικρόφωνο, πήρε τον κολλητό της οπερατέρ το alter ego της όπως τον θεωρούσε και ήταν, προστάτευσε μύτη και στόμα με μια καλή μάσκα και βγήκε στους δρόμους όπως επέτασσε το λειτούργημά της.

Ερώτημα:

«Τι θα κάνετε τώρα που κατ' ανάγκη θα μείνετε στα σπίτια λόγω τού απεχθούς κορονοϊού;»

Οι περισσότεροι ερωτηθέντες μόνο που δεν την έφτυσαν, κάποιος μάλιστα κινήθηκε απειλητικά εναντίον της, αν δε, δεν ήταν ο Διονύσης να τού τρίξει τα δόντια, οι συνέπειες δεν θα 'ταν καθόλου καλές για την σωματική ακεραιότητα του κοριτσιού. Ήταν από εκείνους του τύπους που πρέσβευαν καταφανώς, ότι το ξύλο στην γυναίκα είναι ιερό καθήκον του άντρα του πολλά βαρύ.

Ένας μεσήλικας απάντησε ευγενικά:

«Κοριτσάκι δεν καταλαβαίνεις ότι με αυτήν σου την ερώτηση ξύνεις πληγές που πυορροούν;

Το να μείνεις σπίτι σου μια κουβέντα είναι. Αντέχεται νυχθημερόν η γκρίνια της συμβίας σου, που τώρα ευδοκίμησε η ευκαιρία να σου πιπιλίζει το μυαλό με παράπονα παλιά έως παλαιολιθικά, παράπονα νέα, έως και μελλούμενα;

Προσωπικά αναρωτιέμαι μήπως θε να 'ταν καλύτερα να νοσήσω, να με κλείσουν μόνο μου σε έναν θάλαμο και να ακούω μόνον τον παλμογράφο, να μου θυμίζει ότι είμαι ακόμη ζωντανός και ήρεμος. Γι' αυτό με βλέπεις να μην παίρνω ιδιαίτερες προφυλάξεις. Το μη χείρον βέλτιστον κατά πώς έλεγαν οι Αρχαίοι μας, που

και από λοιμούς γνώριζαν και από σεισμούς και καταποντισμούς. Και ο Μέγιστος Έλληνας ο Σωκράτης γιατί λες προτίμησε να πει το κώνειο ενώ μπορούσε να φυγαδευτεί και να σώσει τον πολύτιμο εαυτό του; Γιατί και στην εξορία του θα τον εύρισκε η Ξανθίππη και θα τον ανάγκαζε να γίνει δολοφόνος, αμαυρώνοντας το καλό του όνομα και την υστεροφημία του που καλά κρατεί τόσους αιώνες τώρα!

Για μένα, αυτή είναι η πραγματική απειλή και γι' αυτό ΟΧΙ, ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΔΕ ΜΕΝΩ.

Και ξέρεις ε; Ο άτιμος ιός όταν βλέπει ότι τον αγνοείς, σε αγνοεί κι' αυτός μη χάσει το prestige του. Ζωντανό παράδειγμα εγώ ο ίδιος. Με βλέπεις; Είμαι καλύτερα από ποτέ. ANTE ΓΕΙΑ ΣΟΥ ΚΑΙ ΧΑΡΗΚΑ ΠΟΥ ΜΕ ΑΦΗΣΕΣ ΝΑ ΠΩ ΤΟΝ ΠΟΝΟ ΜΟΥ. Δεν σε χαιρετώ δια χειραψίας, μιας και είναι απαγορευμένη. Άλλο ένα κάστρο ανθρώπινης επαφής αλώθηκε».

Και ο ταλαίπωρος ευγενικός κύριος έφυγε.

Η Δανάη διάβασε στο βλέμμα του, όλη την απελπισία των ομοιοπαθούντων του...

Μία ερωτώμενη κυρία δήλωσε και προβληματισμένη και τρομοκρατημένη: «Βρε μπας και έχουμε έναν ιδιότυπο πόλεμο και αντί να κλειστούμε στα καταφύγια, κλεινόμαστε στο σπίτι μας το μόνο καταφύγιο του κάθε ανθρώπου με ανέσεις ή μη; Αλλά και πάλι σκέπτομαι ότι αν ήταν να καταστραφεί η ανθρωπότητα αυτό δεν θα γινόταν μια και έξω και όχι αργά και βασανιστικά;

Πόλεμος μικροβίων, αόρατων εχθρών που διέφυγαν από τα εργαστήρια προφανώς κάποιων και που στράφηκαν και εναντίον τους και ονόματα δεν λέμε; Είμαστε σε εμπόλεμη κατάσταση, αλλά επειδή ακόμη έχουμε να φάμε δεν τον παίρνουμε χαμπάρι. Ο ΠΟΛΕΜΟΣ ΑΠΛΑ ΑΛΛΑΞΕ ΜΟΡΦΗ ΑΛΛΑ ΔΕΝ ΠΑΥΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΕΜΟΣ και όπως συνηθίζω να λέω, είναι ΕΝΑΣ ΚΑΙ ΤΡΟΜΕΡΟΣ!

Η μπορεί να συμβαίνει και το άλλο. Πεθαίνουν επιλεκτικά οι γέροι για να ανακουφιστεί η παγκόσμια κοινότητα από το οικονομικό χάος που προξενεί η αλόγιστη χρήση φαρμάκων των ηλικιωμένων που έχουν μετατρέψει τα ψυγεία τους σε μίνι φαρμακεία. Γέροι, άχρηστοι, που ό,τι είχαν να δώσουν το έδωσαν και αντί να φεύγουν σιγά σιγά κατσικώθηκαν πάνω στην άμαξα της ζωής εκτοπίζοντας τους

νέους. Κάποιοι ίσως αυτό σκέφτηκαν και δημιούργησαν τον ιό αλλά αυτός τους ξέφυγε, έγινε μπούμερανγκ και πια ξεσαλωμένος δεν συμμαζεύεται.

Πολλά κράτη υπέδειξαν άλλον τρόπο εξολόθρευσης του γήρατος, την ευθανασία, έτσι και αρρωστήσουν. Και αυτό συμβαίνει σε κράτη «πολιτισμένα». Γιατί στα απολίτιστα, σαν αυτά της Αφρικής ας πούμε, ο γέροντας απολαμβάνει το σεβασμό των συνανθρώπων του και την βοήθειά τους. Μένει σε μας να χαρακτηρίσουμε τι εστί πολιτισμός. Και ποιος είναι για τον Καιάδα και ποιος όχι.

Λέω λοιπόν να μείνω σπίτι μπας και περιοριστεί το κακό, αλλά και να διαβάσω τις στοίβες των βιβλίων που αναμένουν μήνες και χρόνια μια ευκαιρία να αναγνωστούν. Μπορεί η συγκεκριμένη να είναι απεχθής, αλλά δεν παύει να είναι ευκαιρία.

Σπίτι λοιπόν, θαλπωρή, αυτοσυγκέντρωση, καλό φαγητό όσον καιρό υπάρχει κι' αυτό, θερμοπομπός, ελλείψει καλοριφέρ και «εδώ μέσα είναι ζεστά κι' είναι τα ξώφυλλα κλειστά κι' είναι τα φώτα ανοιχτά σαν μια αγκαλιάααα.»

Ένας αναιδέστατος τσόγλανος, απ' αυτούς που θα πρωτοστατούσαν, αν γινόταν, στον εξαφανισμό των γερόντων, την διέκοψε αναιδέστατα:

«Αντε κυρά μου να πλύνεις κάνα σώβρακο στον γέρο σου που μού θρονιάστηκες μπροστά στο μικρόφωνο και δεν λες να φύγεις. Έλεγα να μη μιλήσω, σκεφτόμουν, δεν μπορεί όπου να 'ναι θα το βουλώσει η γριά και θα πάρουμε και εμείς σειρά να πούμε τη γνώμη μας, μα καλή, μα κακή δεν έχει σημασία, αλλά οι γέροι έτσι είναι. Έτσι και αρχίσουν να νουθετούν, σταματημό δεν έχουν, πού να τους πάρει. Το ξέρω από πρώτο χέρι, από το δικό μου γέρο.

Στο θέμα μας:

Και δεν μου λες δεσποινίς δημοσιογραφίνα και τι είμαι εγώ για να κλειστώ μέσα σε τέσσερα ντουβάρια; Είμαι κανένα χούφταλο σαν τη γριά που μόλις έφυγε και που μετράει μέρες; Ούτως ή άλλως κλεισμένη στο σπίτι δεν ήταν πριν παρθούν τα γνωστά μέτρα πρόληψης; Τι λέμε τώρα; Αλλά έτσι είναι ο άνθρωπος περίεργος. Μπορεί να μείνει μόνος του με την TV ΑΓΚΑΛΙΑ ΚΑΙ ΝΑ ΤΟ ΑΠΟΛΑΜΒΑΝΕΙ, ΕΤΣΙ όμως ΚΑΙ ΤΟΥ ΤΟ ΑΠΑΓΟΡΕΥΣΕΙΣ ΘΑ ΘΕΛΕΙ ΝΑ ΒΓΕΙ στους ΔΡΟΜΟΥΣ ΚΑΙ ΝΑ ΔΙΑΔΗΛΩΣΕΙ, ΥΨΩΝΟΝΤΑΣ ΣΘΕΝΑΡΑ ΤΗΝ ΣΦΥΓΜΕΝΗ ΤΟΥ ΓΡΟΘΙΑ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΑΠΑΓΟΡΕΥΣΗΣ.

Εγώ φύση αδύνατον να μείνω σπίτι. Θα ετοιμάζω μια γερή φραπεδιά και θα την αράζω στα τραπεζάκια έξω της κλειστής καφετέριας που και ανοιχτά να ήταν τι περισσότερο δηλαδή θα μού πρόσφερε;

Θα κάνω και οικονομία στα ευρά μου και όταν με το καλό αρθεί η απαγόρευση θα είμαι ένας ‘κονομημένος πελάτης άξιος σεβασμού. Αυτό ναι, είναι ένα απωθημένο μου. Το σύνδρομο της γεμάτης πορτοφόλας! Άντε ciao όμορφη, χάρηκα...».

Μια άλλη ηλικιωμένη από την ομήγυρη και ολίγον υπερήφανη στ’ αυτιά πήρε το λόγο: «Δεν πολυάκουσα τι είπε ο νεανίας, αλλά σε ό,τι με αφορά να πω ότι εγώ χωρίς TV ΔΕΝ ΖΩ. Η πρώτη μου φροντίδα το πρωί να την ανοίξω και η τελευταία αργά τη νύχτα να την κλείσω. Έγινα ξεφτερί όχι μόνον στα πολιτικά δρώμενα αλλά και στα θέματα υγείας.

ΒΛΕΠΩ ΣΕΙΡΕΣ ΑΝΕΛΕΙΠΩΣ ΑΚΟΜΗ ΚΑΙ ΤΙΣ ΤΟΥΡΚΙΚΕΣ ΠΟΥ ΔΕΝ ΘΑ ΕΠΡΕΠΕ το ξέρω, είναι κατάντια του Έλληνα να βάζει στ σπίτι του μέσα τον Τούρκο, που φίλος δεν γίνεται όπως έλεγε η μακαρίτισσα η γιαγιά μου. Αλλά άτιμο πράγμα η μοναξιά και η πλήξη, ξεδίνω με ό, τι βλέπω. Δεν βλάπτω κανέναν παρά μόνο τον Χρόνο που μού απόμεινε και πώς αλλιώς να τον περάσω;

Γεια σου κοκόνα μου και να προσέχεις».

Η Δανάη μια κούραση άρχισε να την νιώθει. Μη νομίζεις και το ‘να ακούς’ είναι το ίδιο κουραστικό με το να μιλάς με την προσοχή σου εστιασμένη 100% στα λεχθέντα, να μην ξεφύγει το ρεπορτάζ, καθώς ήταν σε απ’ ευθείας μετάδοση του καναλιού ιδιοκτησίας της εφημερίδας όπου εργαζόταν. Αλλά αυτές οι live εκπομπές οι άφτιαχτες που δεν ‘πειράζονται’ καθόλου, ήταν η αδυναμία της Δανάης.

Πλησιάζει ένας ευτραφής πενηντάρης όπως τον έκοβε και παίρνει το λόγο χωρίς ούτε την άδεια να ζητήσει:

«Να πω την αμαρτία μου, χρόνια περίμενα την ευκαιρία, εκεί που σαν κατάδικος έσπαγα πέτρες στο νταμάρι. Ονειρευόμουν, πώς είναι να είσαι αραχτός σε μία relax πολυθρόνα, να σηκώνεσαι από κει μόνο για κατούρημα, να έχεις τον προσωπικό σου οινοχόο να σου σερβίρει την παγωμένη αφρίζουσα σαμπάνια; Πώς είναι ο προσωπικός σου υδροχόος, όχι βρε το ζώδιο, να σου σερβίρει ένα παγωμένο νεράκι με παγάκια που να στραφταλίζουν από τις ακτίνες του ήλιου την ώρα της ηλιοθεραπείας, ενώ ένας αράπης να σε δροσίζει με μια τεράστια βεντάγια πάνω από

το κεφάλι σου! Και η εικόνα του οράματός σου να ολοκληρώνεται σαν πάζλ που κάτι του έλειπε, με δυο ουρί του παραδείσου κρύβοντας την απέχθειά τους επαγγελματικά για την πλαδαρότητα του κορμιού σου να σου κάνουν, το λιγότερο, ένα θεϊκό μασάζ! Να είσαι κοντολογίς σαν τον Αλή Πασά τον Τεπελενλή με την απαίσια κοιλάρα που κανείς δεν επιτρεπόταν να ψέξει αλλά να την εκθειάζει σαν αποτέλεσμα καλοζωίας. Κι ύστερα σου λέει ο άλλος ότι όλοι θα πεθάνουμε μια μέρα. Ευτυχώς να λες, που φεύγοντας δεν παίρνουμε μαζί και τις αναμνήσεις μας.

Το ότι από το όραμά μου το μόνο εφικτό είναι η πολυθρόνα μου δεν με χαλάει ξέρετε. Θα μένω σπίτι, θα παίρνω τις προφυλάξεις μου και συγκριτικά με τα νταμάρια, θα νιώθω πασάς, ιμιτασιόν βέβια, αλλά ΠΑΣΑΣ!

Και αν κάποια στιγμή στο κατ' οίκον τεστ, διαγνωστώ με κορωναϊό, δεν θα χολοσκάσω. ΘΑ ΤΥΓΧΑΝΩ ΙΔΑΙΤΕΡΩΝ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΕΩΝ από τους οικείους μου έστω και ΑΝ ΕΙΜΑΙ σε καραντίνα. ΤΕΤΟΙΕΣ ΠΟΛΥΤΕΛΕΙΕΣ πότε τις ξανά είχα πέραν των οραμάτων μου!

Και επειδή τυγχάνω γερός σαν ταύρος και δεν ελπίζω να νοήσω, μήπως να αρχίσω να νιώθω κάπως, να ψευτοβήχω, να έχω ρίγη και όλα τα συνοδευτικά του ιού; Δεσποινίς μου με βάλατε σε σκέψεις».

Διονύση μου άλλον έναν “ φίλο” και τελειώσαμε με το σημερινό ρεπορτάζ. Ονειρεύομαι μια φασολάδα που μού μαγείρεψε η Πέρσα μου και ένα ποτήρι λευκό κρασάκι. Ζήλεψες; έλα να σε φιλέψω».

Μια πολύ γηραιά κυρία, μεταξύ φθοράς και αφθαρσίας έδωσε στην ρεπόρτερ μία αφοπλιστική απάντηση:

«Ο Γιός; Ας κάνει πως πλησιάζει και θα δει τι του ‘λαχε να πάθει. Θα εξολοθρεύσω αυτόν και όλο του το σκυλόσογο. Γι’ αυτό και βγήκα στο σεργιάνι και δεν άκουσα τις συμβουλές να μείνουμε, οι μιας κάποιας ηλικίας, στο σπίτι. Βγήκα προς αναζήτησή του. ΜΗ ΚΑΙ ΞΕΡΕΙΣ ΠΟΥ ΜΠΟΡΩ ΝΑΤΟΝ ΒΡΩ; Έχω από το πρωί που ψάχνω δεν τον βρίσκω πούπετα (πουθενά). Σού αφήνω όνομα και διεύθυνση, καθώς τα τηλέφωνα μου κινητά και ακούνητα. Στείλε τον μου να με βρει και θα καλοπεράσει, θα το γράψεις πρώτη είδηση στην εφημερίδα σου ή στο κανάλι σου.»

Την βλέπεις την μαστούνα μου; Δεν της αντιστάθηκε κανείς, ούτε ο τζαναμπέτης, μπρατσαράς, συγχωρεμένος άντρας μου. Και θα το κάνει ένας μικρός το δέμας μα αιμοβόρος γιος;» είπε και έφυγε στητή και κοτσονάτη όπως ήρθε.

Την ώρα που συμμάζευαν τα πράγματά τους μαζεύτηκαν λίγοι περίεργοι. Η Δανάη τους είπε ευγενικά ότι όπου να' ναι κλείνει το μαγαζί.

Ένας αστυφύλακας πλησίασε την ομήγυρη και είπε αυστηρά: «Όλοι στα σπίτια σας, απαγορεύονται οι όποιες συγκεντρώσεις πέραν των δύο ατόμων, δεν ακούτε τις οδηγίες προς ναυτιλλόμενους;»

Α Χούντα Χούντα που νόμιζες ότι δεν είχες αντίπαλο και έπαιζες μπάλα μονότερμα στο γήπεδο!

Μαργαριτάκη Βασιλική - Σουζάνα

Μαζί θα τα καταφέρουμε



Μπαλαμώτη Σοφία

Η Μπαλαμώτη Σοφία γεννήθηκε στις 27/9/1977. Αποφοίτησε από το Γενικό Λύκειο Βελεστίνου και κατόπιν συνέχισε τις σπουδές της στην Αθήνα σπουδάζοντας Ψυχολογία στο Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Εκπόνησε το μεταπτυχιακό της στο Πανεπιστήμιο Αιγαίου στο ΤΕΠΕΑΕΣ με τίτλο «Φύλο και νέα εκπαιδευτικά και εργασιακά περιβάλλοντα στην κοινωνία της πληροφορίας».

Εργάστηκε στο ιδιωτικό της γραφείο από το 2002-2005, κατόπιν στο Κ.Ε.Θ.Ι. (Κέντρο Ερευνών για θέματα Ισότητας) παρέχοντας συμβουλευτική υποστήριξη και ψυχοκοινωνική στήριξη. Από το 2012 -2015 εργάστηκε στο ΚΔΑΠ (Κέντρο Δημιουργικής απασχόλησης παιδιών) στήνοντας ένα πρόγραμμα καλλιέργειας και απόκτησης κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων σε παιδιά προσχολικής και σχολικής ηλικίας, βασισμένο σε κλασικά παραμύθια και σε παραμύθια της ίδιας. Από το 2107 έως σήμερα εργάζεται στο Κέντρο Κοινότητας του Δήμου Ρήγα Φεραίου.

Μια ιδέα ... Μια αφορμή

Το ηλεκτρονικό παραμύθι με τίτλο «Κορώνα ή γράμματα» γράφτηκε κατά τη διάρκεια της πανδημίας του Covid 19 από την ψυχολόγο του Κέντρου Κοινότητας του Δήμου Ρήγα Φεραίου, κα Σοφία Μπαλαμώτη. Η αφορμή δόθηκε από την συντονίστρια των Κοινωνικών Υπηρεσιών του Δήμου κα Αντωνία Χασιώτη. Στόχος του παραμυθιού είναι να ευαισθητοποιήσει μικρούς και μεγάλους αναφορικά με το θέμα της διαχείρισης της κρίσης, να βοηθήσει τους ενήλικες (γονείς και εκπαιδευτικούς) στο να διευκολύνουν τα παιδιά να εκφράσουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους και να εντοπίσουν τις συμπεριφορές τους σε κατάσταση γενικευμένου φόβου και άγχους. Τα στελέχη του Κέντρου Κοινότητας Μπαλαμώτη Σοφία και Μπακάλη Μαρία συνεργάστηκαν άψογα σε όλα τα επίπεδα, προκειμένου το παραμύθι να γίνει έναυσμα προβληματισμού και εργαλείο σκέψης από μικρούς και μεγάλους. Κατόπιν στάλθηκε ηλεκτρονικά στα νηπιαγωγεία και στα δημοτικά σχολεία του Δήμου Ρήγα Φεραίου με προτεινόμενες προαιρετικές οδηγίες προς τους εκπαιδευτικούς. Οι προτεινόμενες οδηγίες αφορούσαν στις ακόλουθες θεματικές:

➤ Ενεργητική ακρόαση, που μπορεί να ακολουθηθεί από ελεύθερη ζωγραφική, στα πλαίσια άσκησης με τίτλο «Ζωγραφίζω τη σκηνή του παραμυθιού που μου έκανε περισσότερο εντύπωση». Η παραπάνω άσκηση προτάθηκε σε παιδιά ηλικιακής ομάδας 3-7. Τα παιδιά ενθαρρύνθηκαν να ζωγραφίσουν επιλέγοντας ελεύθερα την σκηνή του παραμυθιού, που αυτά επιθυμούν. Τούς τονίστηκε ότι δεν υπάρχει σωστό και λάθος.

➤ Στα παιδιά της ηλικιακής ομάδας 7-10 προτάθηκε η χρήση παντομίμας και το παιχνίδι ρόλων. Επίσης, το κείμενο δυνητικά θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί και ως βάση γλωσσικών και εννοιολογικών ασκήσεων, π.χ. ανάλυση λέξεων, εύρεση συνωνύμων και αντίθετων λέξεων.

➤ Στα παιδιά 10-12 προτάθηκε ομαδική εργασία με θεματική άλλες πανδημίες που έπληξαν τον πλανήτη.

Η συνεργασία με τα σχολεία έγινε στα πλαίσια ευρύτερης συνεργασίας του Κέντρου Κοινότητας με τα σχολεία του Δήμου με σκοπό την καλλιέργεια και την απόκτηση κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων.

Το 2^ο Νηπιαγωγείο Βελεστίνου απέστειλε τις ζωγραφιές των προνηπίων και νηπίων, οι οποίες επισυνάπτονται.

Ζωγραφιές – σχέδια παιδιών:

Οι μαθητές του 2^{ου} Νηπιαγωγείου του Δήμου Ρήγα Φεραίου απεικόνισαν με τον δικό τους προσωπικό τρόπο και ύφος στα πλαίσια άσκησης «Ζωγραφίζω τη σκηνή του παραμυθιού που μου έκανε ιδιαίτερη εντύπωση». Το παραμύθι στάλθηκε ηλεκτρονικά στα σχολεία και δόθηκαν οδηγίες ανά ηλικιακή ομάδα.

Το ηλεκτρονικό παραμύθι βρίσκεται στο σύνδεσμο:

https://www.youtube.com/watch?v=S_Z43FKooGQ

ΣΠΡΟΣ
ΜΕΝΟΥΜΕ ΣΠΙΤΙ



ΚΟΡΟΝΟΪΣ



ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ



Οι άνθρωποι
βόρουν βόλτα
τα σκυλάκια
για να νιώσουν
Χαρούμενοι.











ΒΑΣΙΚΗ



Η ΟΑ
ΘΕΟ
Να φύγει
ο κορωνοϊός.



Οι άνθρωποι βγαίνουν
βόλτα τα σκυλάκια.



ΜΕΝΟ
ΧΑΜ
Ε

Ο κορωνοϊός έρχεται
τους ανθρώπους μέσα
στο σπίτι.





ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ.

Οι ιοί αρρωσταίνουν τους ανθρώπους.



Ο Κορωνοϊός αγάπησε την λοίμωξη.

ΛΟΜΟΣΗ

ο κορωνοϊός
ο ασχημολογία

ΚΟΡΩΝΟΣ



ΜΕΝΟΥΜΕ
ΣΤΗ ΠΙ

ΣΟΦΙΑ



Οι επιστήμονες πειραματίζονται να βρουν το εμβόλιο, για τον κορωνοϊό, να σώσουν τους ανθρώπους.

Μπίτσιος Αθανάσιος

Ο Μπίτσιος Αθανάσιος είναι γεννημένος στον Πολύγυρο Χαλκιδικής το 1979, όπου ζει και εργάζεται μέχρι σήμερα. Σπούδασε Νοσηλευτική και συνέχισε με μεταπτυχιακές σπουδές στο ΤΕΦΑΑ Κομοτηνής στην Πρόληψη-Παρέμβαση-Αποκατάσταση Αθλητικών Κακώσεων.

Η ενασχόληση και η εμμονή του με την ζωγραφική άρχισε από τα παιδικά του χρόνια. Από τότε η ανάμειξη των χρωμάτων και ο σχεδιασμός ανθρώπινων κυρίως μορφών είναι αυτά που πλαισιώνουν την καθημερινότητά του και αποτυπώνουν τις ιδέες του. Πειραματίζεται με διάφορες μεθόδους και τεχνικές. Τα έργα του εντυπωσιάζουν με τις θαρραλέες απεικονιστικές επιλογές τους. Κεντρικός άξονας της δουλειάς του είναι η ζωγραφική απεικόνιση ανθρώπινων ψυχικών καταστάσεων και ιστοριών και ο τρόπος με τον οποίο αυτές αποδίδονται σε εικαστικό έργο. Ψυχικές καταστάσεις οικείων προσώπων καθώς και προσωπικές τις οποίες επιδιώκει να μεταφέρει με τρόπο παραστατικό στον καμβά.

Μέχρι σήμερα έχει παρουσιάσει ατομικές εκθέσεις και συμμετείχε σε πολλές ομαδικές είτε με ανεξάρτητη πρωτοβουλία, είτε ως μέλος του Συλλόγου Καλλιτεχνών Εικαστικών Τεχνών Χαλκιδικής στον οποίο αποτέλεσε ως Γενικός Γραμματέας για σειρά ετών. Έργα του κοσμούν ιδιωτικές συλλογές. Παράλληλα οργανώνει και συντονίζει εθελοντικά την Ομάδα Ζωγραφικής του Κέντρου Ημέρας «Ανατολή» την οποία στελεχώνουν άτομα με ψυχοκοινωνικές δυσκολίες.





Μπούρης Βασίλειος

Φοβισμένη πόλη



Νικολάου Μαριάννα

Η Μαριάννα Νικολάου κατάγεται από τη Θεσσαλονίκη, αλλά μένει στη Ρόδο από το 2008. Είναι υποψήφια διδάκτορας στο τμήμα Μεσογειακών Σπουδών του Πανεπιστημίου Αιγαίου, απόφοιτος του τμήματος Αγγλικής Γλώσσας & Φιλολογίας, καθώς και του τμήματος Δημοσιογραφίας & ΜΜΕ του ΑΠΘ. Έχει μεταπτυχιακό Συγκριτικής Γραμματολογίας στην Ευρωπαϊκή Λογοτεχνία & τον Πολιτισμό (ΑΠΘ). Είναι επίσης απόφοιτος της Σχολής Σύγχρονου Τραγουδιού του Ελληνικού Ωδείου, και μέλος της Μικτής Χορωδίας Ρόδου. Άρθρα της έχουν δημοσιευτεί στο περιοδικό *Λωτός* και υπήρξε παραγωγός στο ραδιόφωνο *Λυχνάρι* για τρία χρόνια.

Υπήρξε υπότροφος Erasmus στη Σχολή Θεάτρου του Πανεπιστημίου του Έξετερ και υπότροφος John McGrath για το θερινό σχολείο Δημιουργικής Γραφής του Πανεπιστημίου του Εδιμβούργου. Έχει λάβει πλήθος διακρίσεων για την ποίηση και τα διηγήματά της. Μιλά Αγγλικά, Γαλλικά, Ιταλικά.

Έχει εργαστεί ως εκπαιδευτικός για μία δεκαετία και το 2013 μετατάχθηκε στη διοίκηση της εκπαίδευσης. Είναι σύζυγος του Βασίλη Σιδηρόπουλου, φιλόλογου-ιστορικού, και μαζί μεγαλώνουν τον Παναγιώτη, και περιμένουν το αδερφάκι του γύρω στο Νοέμβριο!

Ταξιδιωτική αναδρομή

Η Μπέτυ στερέωσε τα γυαλιά της μυωπίας στη μύτη της κι άνοιξε την τηλεόραση στις έξι ακριβώς, όπως κάθε απόγευμα από την εμφάνιση του Κορονοϊού. Είχε γίνει η καθημερινή της συνήθεια. Αν και μέχρι πρότινος σιχαινόταν τα δελτία ειδήσεων και σπανίως έβλεπε τηλεόραση, οι μέρες της καραντίνας είχαν αποκτήσει τη δική τους ρουτίνα.

Κάθισε όσο πιο αναπαυτικά μπορούσε στον καναπέ της. Ένωσε μια δυσκαμψία από την ακινησία. Παραδόξως, όμως, όλοι οι πόνοι από τις ατελείωτες ώρες δουλειάς στον υπολογιστή, είχαν εξαφανιστεί τις τελευταίες τρεις εβδομάδες.

Η γνώριμη πια φιγούρα του Τσιόδρα, του εκπροσώπου τύπου που είχε ορίσει το Υπουργείο Υγείας, εμφανίστηκε στην οθόνη με την επίσης γνώριμη έως και εκνευριστική πραότητα, σιγουριά και αίσθηση ασφάλειας που απέπνεε αυτός ο άνθρωπος, σπάνια χαρακτηριστικά για κυβερνητικό εκπρόσωπο κι ακόμα πιο σπάνια για τηλεοπτικό πρόσωπο.

«Χμ... Να δούμε πότε θα αρχίσουν να τον κανιβαλίζουν κι αυτόν!», σκέφτηκε η Μπέτυ, ενώ ο Τσιόδρας απαριθμούσε επιστημονικά δεδομένα. Αυτό το σημείο πάντα το βαριόταν η Μπέτυ. Περίμενε αντιθέτως με ανυπομονησία την στιγμή που ο ομιλητής θα περνούσε αριστοτεχνικά στην επίκληση στο συναίσθημα.

Η Μπέτυ αφαιρέθηκε για μια στιγμή. Μια αστραπιαία ανάμνηση πέρασε από το μυαλό της. Στα είκοσι δύο της, περίπου δεκαπέντε χρόνια πριν, σουλάτσαρε στους γκρίζους και ατμοσφαιρικούς δρόμους του Εδιμβούργου. Ήταν άνοιξη, όπως τώρα, αλλά οι μονότονες βροχές του Απρίλη δεν άφηναν τα λουλούδια να μοσχοβολήσουν. Η υγρασία κάλυπτε όλες τις ενδιαφέρουσες μυρωδιές εκτός από αυτήν της μύρας που παρέμενε διάχυτη παντού. Τα βαριά σύννεφα που πηγαινοέρχονταν πάνω από το μεσαιωνικό κάστρο προσέδιδαν στην πόλη μια μυστηριώδη αίγλη που σου ξυπνούσε μια ακατανίκητη ανάγκη ενδοσκόπησης. Έτσι εξηγούνταν ότι είναι η πόλη των συγγραφέων.

«Χρειάζεται επαγρύπνηση και επιμονή στα μέτρα», η φωνή του Τσιόδρα επανέφερε την Μπέτυ στην πραγματικότητα εξαφανίζοντας το Εδιμβούργο. Ήταν η τέταρτη φορά σε δύο μέρες που της συνέβαινε αυτό. Αναμνήσεις από ταξίδια του ξεχασμένου παρελθόντος ξεπηδούσαν από το υποσυνείδητό της ως στιγμιαίες εκλάμψεις κατακλύζοντας όλες της τις

αισθήσεις, ζωντανές και λεπτομερείς τόσο, όσο θα ήταν αδύνατο να ανακαλέσει συνειδητά αν προσπαθούσε. Άλλωστε δε φημιζόταν για το μνημονικό της.

Πρέπει να ήταν την Πέμπτη, είχε χάσει και τις μέρες με τόσο καθισιό, που μια βόλτα με τραμ στη Λισσαβόνα ξεπήδησε έξαφνα από τα συρταράκια του μυαλού της. Ήταν στο γυρισμό από το κάστρο του Μπελέμ, το μνημείο των θαλασσοπόρων, όταν τους έπιασε με τον Αντώνη μια καλοκαιρινή μπόρα. Έτρεξαν στο κοντινότερο τουριστικό κατάστημα και πήραν μια τεράστια κόκκινη πασμίνα (Ακόμα την παίρνει μαζί της στη θάλασσα όταν πηγαίνει για γρήγορες βουτιές). Μουσκίδι από τη βροχή έκατσαν ανακουφισμένοι πλάι πλάι. Απέναντί τους μια παρέα νεαρών κορεατών μιλούσαν ζωηρά και γελούσαν με τα δικά τους μουσκεμένα ρούχα. Δεν άργησαν να πιάσουν κουβέντα, να γελάσουν όλοι μαζί με τα χάλια τους και να βγάλουν αναμνηστικές φωτογραφίες, καθώς το τραμ αναπηδούσε άγαρμπα διασχίζοντας τους λόφους που περιέβαλαν την πόλη.

Τί περίεργο στ' αλήθεια! Ο Αντώνης πάντα παραπονιόταν για τις ελάχιστες λεπτομέρειες που θυμόταν η Μπέτυ από τα ταξίδια τους. Κι όμως τώρα, με τόσο ελεύθερο χρόνο και τόση επιθυμία για μια «άσκοπη μετακίνηση», όλες αυτές οι στιγμές αναδύονταν απότομα και εμφανίζονταν μπροστά στα μάτια της κρύβοντας την οθόνη της τηλεόρασης σαν αόρατο νοητικό παραπέτασμα.

Προχθές, ταξίδεψε στιγμιαία στο Πήλιο. Περπάτησε στους πέτρινους δρόμους και ανάσανε τη δροσιά της Τσαγκαράδας πίνοντας τον ελληνικό της με τον Αντώνη και αγναντεύοντας τον Παγασητικό. Έπειτα, κατηφόρισαν προς Βόλο για να περπατήσουν στην παραλία και να καταλήξουν να μπεκροπίνουν σε ένα από τα τσιπουράδικα της πόλης.

Και το πρωί, ενώ έφτιαχνε τοστ, έτρεχε την ίδια στιγμή νοερά χέρι με χέρι με τον Αντώνη να προλάβουν το τελευταίο πλωτό λεωφορείο από Λίντο για Βενετία. Σαν αδέξιοι δρομείς είχαν πηδήξει πάνω από την μπάρα για να επιβιβαστούν. Κι ύστερα λαχανιασμένοι έσκασαν στα γέλια.

«Θα νικήσουμε όλοι μαζί, γιατί όλοι μαζί παλεύουμε τον κοινό αυτό εχθρό», έκλεινε την ανακοίνωση ο Τσιόδρας. Μ' αυτά και μ' εκείνα τον έχασε σήμερα. Η Μπέτυ είχε αρχίσει να πιστεύει ότι όλη αυτή η αιφνίδια και αστραπιαία παρελθοντική ονειροπόληση δεν ήταν παρά μια άμυνα της ψυχής που έπαιζε τα τελευταία της χαρτιά προκειμένου να παραμείνει αλώβητη και αισιόδοξη απέναντι στις δυσοίωνες προβλέψεις, τα στατιστικά, τους συνωμοσιολόγους, τους λοιμωξιολόγους (μάθαμε ξαφνικά ότι υπήρχε και αυτή η

ειδικότητα!), τους τοίχους και τις οθόνες. Δεν είχε τολμήσει βέβαια να το ξεστομίσει στον ορθολογιστή Αντώνη που θα την πείραζε δίχως άλλο. Ήταν το μικρό της μυστικό ...

Καθώς έπαιρνε το λόγο ο Υφυπουργός πολιτικής προστασίας, η Μπέτυ σκέφτηκε κάτι τρελό. Έκλεισε την τηλεόραση και τα μάτια της. Κι αν μπορούσε η ίδια να καθοδηγήσει το μυαλό της εκεί που λαχταρούσε; Αν μια βόλτα για παγωτό, για ανούσια σαββατιάτικα ψώνια ή ένας καφέ με φίλους στο κέντρο δε βρισκόταν παρά μια σκέψη μακριά;

Χωρίς να το παλέψει, ο ήχος των κυμάτων ήρθε στ' αυτιά της. Ένωσε τις πέτρες να καίνε τις πατούσες της καθώς περνούσε ανάμεσα από το πλήθος των λουόμενων. Βούτηξε με μιας σβήνοντας τις έγνοιες της, όπως τα καυτά σεπτεμβριανά μεσημέρια επιστρέφοντας από τη δουλειά. Ένωσε το σώμα της να γίνεται ένα με τη θάλασσα κι έπειτα ανάλαφρη βγήκε και ξάπλωσε μπρούμυτα στην πασμίνα της. Το δέρμα της μύριζε αλάτι και ο ήλιος το λείαινε. Χαμογέλασε καθώς έκλεινε νωχελικά τα μάτια και για πρώτη φορά δεν την ενοχλούσε καθόλου η ακατάπαυστη Βαβέλ των δεκάδων τουριστών διαφόρων εθνικοτήτων που την περιτριγύριζαν.

Μια αρνητική σκέψη διέλυσε το νοερό της ταξίδι: Άραγε θα ξαναζούσαν ποτέ οι άνθρωποι όπως πριν; Θα ξαναβουτούσαν ανέμελοι στη θάλασσα παρέα με εκατοντάδες αγνώστους; Θα αγκαλιάζονταν με τους άλλους θαμώνες στο τελευταίο τραγούδι μιας συναυλίας; Θα έσβηναν ξανά κεράκια γενεθλίων στο ίδιο δωμάτιο με συγγενείς και φίλους, και όχι σε ομαδική βιντεοκλήση;

-Τέλος για σήμερα, την ανέσυρε από τις σκέψεις η φωνή του Αντώνη.

-Πώς πήγε; ρώτησε η Μπέτυ ανοίγοντας το παράθυρο.

-Καλά μωρέ, αλλά ψυχρό πράγμα αυτή η τηλεκπαίδευση... Ευτυχώς όμως έχουμε κι αυτό γιατί τα έξοδα τρέχουν!

-Και η φύση τρέχει!, είπε η Μπέτυ προσπαθώντας με μιαν ανάσα να ρουφήξει όλες τις ανοιξιάτικες νότες της ατμόσφαιρας.

-Αλήθεια; Ούτε που το είχα προσέξει, είπε ο Αντώνης σκεπτικός, ενώ πήγε να ανοίξει την τηλεόραση. Άλλαξε όμως γνώμη και άφησε το τηλεκοντρόλ. Ξέρεις μου συνέβη κάτι περίεργο, είπε διστακτικά.

-Τί πράγμα;

-Εκεί που έκανα μάθημα, πέρασε ολοζώντανη από μπροστά μου η φάση στη Ρώμη. Θυμάσαι; Εκείνα τα Χριστούγεννα που χάσαμε την πτήση του γυρισμού.

-Και ψάχναμε απεγνωσμένα ξενοδοχείο. Αν θυμάμαι λέει; Ξεχνιέται το καταγώγιο που μείναμε τελικά; Έτριξε ολόκληρο!

-Κι έλεγες ότι από κάπου θα ξεπηδήσει ο Δράκουλας!

Γέλασαν.

-Ξέρεις..., είπε σε λίγο η Μπέτυ. Αυτήν την... “ταξιδιωτική αναδρομή” που έπαθες, την παθαίνω κι εγώ τις τελευταίες μέρες και ντρεπόμουν να στο πω. Πήγα Εδιμβούργο, Πήλιο, Βενετία και Λισσαβόνα!

-Τυχερή!, έκανε παιχνιδιάρικα ο Αντώνης. Έλα κάτσε δίπλα μου και κλείσε τα μάτια. Αν μπορούσες να πας οπουδήποτε τώρα, πού θα πήγαινες;

-Μμμ... Στην αγαπημένη μου Ιταλία την ταλαίπωρη Αντώνη! Στη Φλωρεντία! Το πρώτο μας ταξίδι μαζί! Πόση συμπτυκνωμένη ομορφιά... Εσύ;

-Εγώ; Για να δούμε... Να εγώ θα πεταγόμουν τώρα ως το πεντάστερο της Σεβίλλης να μου σερβίρουν το ατελείωτο πρωινό στην τεράστια σάλα παίζοντας βιολοντζέλο όπως στο γαμήλιο ταξίδι!

Γέλασαν βροντερά με μάτια κλειστά και συνέχισαν έτσι για ώρες γυρνώντας σε μέρη μακρινά και λιγότερο μακρινά, μα τελευταία απαγορευμένα και απόμακρα. Τα ταξίδια που είχαν κάνει ήταν σίγουρα η καλύτερη παρακαταθήκη αναμνήσεων για τις δύσκολες ώρες!

Ολυμπίου Μαρία

Αγαπημένη μου Άννα Φράνκ

Αγαπημένη Άννα Φρανκ,

Βρίσκομαι μέσα στο σπίτι. Έξω η ζωή συνεχίζεται με ένα ρυθμό μηχανής που αγκομαχεί. Αλλάζουν οι εποχές.

Πότε είχαμε Χριστούγεννα;

Πότε φυλάξαμε το χριστουγεννιάτικο δέντρο και τα στολίδια του;

Πότε προσπεράσαμε το Πάσχα;

Άνοιξη κιόλας.

Ξέρεις, λένε ότι η συγκεκριμένη εποχή, έχει ένα μαγικό κλειδί που ανοίγει τα μπουμπούκια, τις ντουλάπες, τις πόρτες, τα παράθυρα, τις καρδιές μας. Μα η φετινή άνοιξη, μας φανερώνεται πολύ αφηρημένη. Έχασε το μαγικό κλειδί στον δρόμο και δεν μας ανοίγει τίποτα, μήτε καρδιές, μήτε πόρτες. Βρήκε ένα αντικλειδί οξειδωμένο μες στις τσέπες της, μα δεν δουλεύει σωστά. Κλειδώνει, αντί να ξεκλειδώνει. Κλείδωσε βιβλιοθήκες, κομμωτήρια, παιχνιδότοπους...

Κλείδωσε την ταυτότητα των ημερών.

Τι κι αν είναι Σάββατο; Πάλι σπίτι θα μείνουμε.

Τι κι αν είναι Κυριακή; Πάλι οι ειδήσεις θα μας μαραζώσουνε.

Σου γράφω λοιπόν σήμερα, γιατί σε θυμήθηκα. Σιγουρεύτηκα ότι μοιάζουν οι ζωές μας. Κλειδωμένη δεν ήσουν για κάμποσο καιρό, σε μια σοφίτα μαζί με την οικογένειά σου και κάποιους γνωστούς σας; Για να γλιτώσετε τη ζωή σας. Κι εγώ, κλειδωμένη, μες στο σπίτι, για να γλιτώσω τη ζωή μου.

Τον καιρό τον δικό σου, οι νεκροί πολλοί λόγω ενός παγκοσμίου πολέμου. Τον καιρό τον δικό μου, οι νεκροί πολλοί λόγω ενός κακού δράκου που ταξιδεύει σε όλο τον κόσμο σκορπίζοντας αρρώστια. Κάθε μέρα κλεινόμαστε, όπως κι εσύ, περισσότερο στον εαυτό μας. Λες να ξεκινήσω κι εγώ να γράφω ημερολόγιο; Μα τι να γράψω ... Αγαπημένο μου ημερολόγιο, είμαι καλά. Γύρω μου χιλιάδες οι άρρωστοι, αμέτρητοι οι νεκροί, μα είμαι καλά. Σήμερα έκλεισαν τα σούπερ μάρκετ.

Θα τρώμε αγριόχορτα από τον κήπο. Αγαπημένο μου ημερολόγιο, ψες ο πρόεδρος της δημοκρατίας θύμωσε πολύ. Έσπασε όλες τις τηλεοπτικές οθόνες του προεδρικού γραφείου, γιατί δεν μπορεί να συλλάβει και να τιμωρήσει τον κακό δράκο. Δεν το χωράει ο νους του, πόσο αδύναμος είναι μπροστά σε ένα δράκο με κορώνα.

Τότε αγαπημένη Άννα Φρανκ, είχατε ένα Χίτλερ που σας κυνηγούσε. Τώρα έχουμε ένα κακό δράκο, με κορώνα στο κεφάλι, που σκορπίζει αρρώστια, πανικό, αγένεια. Πόσο μοιάζουν ... Αδίστακτοι, απαίσιοι και οι δυο. Δεν συναντήθηκαν ποτέ τους, μα λες και το συμφώνησαν, να αφήνουν στο πέρασμά τους φόβο, τρόμο, θάνατο, λυπημένες αναμνήσεις.

Μες στα σπίτια τους οι άνθρωποι, όπως τους σκαντζόχοιρους που πλησιάζοντας ο ένας πιο κοντά στον άλλο, λόγω της κατάστασης, τσιμπιούνται, πληγώνονται, θυμώνουν. Έχουν αυξηθεί αυτές τις βδομάδες τα περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας. Θυμάσαι και εσύ σίγουρα τους καβγάδες σας μες στη σοφίτα ...

Μα το ξέρεις και το ξέρω, η μιζέρια, η κατήφεια, η μεμψιμοιρία δεν ωφελούν κανέναν. Ψηλά το κεφάλι. Θα μου πεις κι εσύ, νικήσαμε έναν Χίτλερ με μουστάκι, μπότες και χαλασμένο μυαλό, έναν δράκο με κορώνα, δεν θα μπορέσετε να νικήσετε;

Μόνο να βρούμε τι τον πληγώνει, ή τι τον μαλακώνει τούτο τον δράκο... Αν του διαβάζαμε ένα παραμύθι; Μπας και του ξυπνούσαμε το καλύτερο μέρος της καρδιάς; Να αποκοιμιόταν κι αυτός, τόσα χιλιόμετρα έχει περπατήσει σκορπώντας το κακό.

Έλα εδώ κακέ δράκε, βγάλε την κορώνα... ωραία. Εγώ και η φίλη μου η Άννα Φρανκ, θα σου πούμε ένα παραμύθι. Έλα, έλα, χαλάρωσε, έχεις χρόνο για τις ζαβολιές σου ...

Ωραία, βάλε γάντια, μάσκα και κράτα του το χέρι Άννα Φρανκ, μην φύγει. Ξεκινούμε ...

Μια φορά κι έναν καιρό, ήτανε ένα κορίτσι. Ένας κακός με άγρια μάτια και μουστάκι το κυνηγούσε μες στο δάσος. Έτρεχε το κορίτσι, έτρεχε και ο κακός με το μουστάκι από πίσω, κρατώντας μάλιστα και δέκα πινέλα στο χέρι. Πριν γίνει ο κακός, κακός ήθελε να γίνει ζωγράφος. Λοιπόν, το κορίτσι βρήκε μια κουφάλα ενός δέντρου και κρύφτηκε μέσα. Η κουφάλα δεν χωρούσε τον κακό να μπει. Έμεινε έξω και περίμενε. Το κορίτσι μέσα από την κουφάλα για να μαλακώσει την ψυχή του κακού,

τραγουδούσε τραγούδια για την αγάπη, τον ήλιο, το φως, την καλοσύνη.

Δάκρυσε ο κακός με το μουστάκι ακούγοντας το κορίτσι να τραγουδά. Μαλάκωσε η καρδιά του. Έφυγε για πάντα. Λένε πάντως ότι με τα πινέλα του ζωγράφισε τα ωραιότερα τοπία του κόσμου.

Μετά την εξαφάνιση του κακού, το κορίτσι βγήκε μέσα από την κουφάλα. Τραγούδησε ένα ωραίο τραγούδι για την υπομονή. Το αφιέρωσε σε όλα τα ραγισμένα φλιτζάνια του τσαγιού κι όλες τις ραγισμένες καρδιές. Και ζήσαμε όλοι μια χαρά.

Βούρκωσε στα αλήθεια ο δράκος ακούγοντας το παραμύθι. Πήρε την κορώνα του. Την έσπασε σε χίλια κομμάτια. Έχασε τις δυνάμεις του. Έτρεξε και χάθηκε στο δάσος. Άφησε τους ανθρώπους ήσυχους.

Αχ Άννα Φρανκ, τι παθαίνει το μυαλό μας κλεισμένο μες στους τέσσερις τοίχους. Ζωντανεύει λύκους και Κοκκινοσκουφίτσες. Λέω να φτιάξω μια σούπα με καρότα, κρεμμύδια, πατάτες και ντομάτες για να ζεσταθούμε. Θα σε φωνάξω μόλις είναι έτοιμη. Μετά θα φτιάξουμε παρέα ένα κέικ γεωγραφίας, να κεράσουμε όλες τις χώρες του κόσμου. Να τις γλυκάνουμε, να τις παρηγορήσουμε. Μέχρι τότε, κάνε μια προσευχή για μας. Εσύ ξέρεις ...

Παναγιώτου Ιωάννης

13033 [KENO] Μετάβαση

Αφίλτρα κάπνιζε. Γούσταρε να παίζει με τη γλώσσα του τα μικρά κομμάτια καπνού που σφηνώνανε ανάμεσα στα μπροστινά δόντια. Ύστερα τα έφτυνε με λύσσα. Ρουφούσε λαίμαργα τον καπνό. Σα να μη χόρταινε τη γεύση του. Το σακούλι με τον καπνό καρφωμένο μόνιμα στην αριστερή παλάμη. Ανάγλυφο τατουάζ.

Αντισυμβατικός. Ρίσκαρε χωρίς δεύτερη σκέψη. Στη δουλειά, στη διασκέδαση, στον έρωτα. Μισούσε τις «ντεκαφεϊνέ» καταστάσεις. Παθιασμένος μέχρι τα μούνια! Ισορροπούσε σε τεντωμένο σχοινί. Μόνο έτσι ένιωθε. Μόνο έτσι ζούσε.

Στάθηκε στη συμβολή των οδών Μαρασλή κι Αλωπεκής. Σήκωσε το κεφάλι ψηλά στον ουρανό. Έκλεισε τα μάτια. Άνοιξε διάπλατα τα χέρια του. Ικέτης αρχαίας τραγωδίας. Άφησε τη βροχή να του μαστιγώνει το πρόσωπο.

Έμεινε ακίνητος σ' αυτή τη θέση κάμποση ώρα. Μουσκεμένος ως το κόκαλο, με την ψυχή στεγνή από αισθήματα, άρχισε να σέρνει τα βήματά του στο πουθενά. Από κει που είχε έρθει.

Ξάφνου την είδε. Στεκόταν φανερά αμήχανη δίπλα σ' ένα Cherokee, στην άκρη του δρόμου. Αναζητούσε με το βλέμμα βοήθεια. Μια αστραπή αυλάκωσε τον ουρανό κι άφησε να φανεί καθαρά η αγωνία στο πρόσωπό της.

Την πλησίασε με γοργό βήμα. Το βλέμμα του καρφωμένο στο πρόσωπό της, ανιχνεύοντας ψήγματα αντίδρασης στη δική του θέα. Έτσι έκανε πάντα. Προτιμούσε να αιφνιδιάζει. Παράλληλα οργάνωνε αστραπιαία τις άμυνές του. Ψυχογραφούσε με στυλωμένο βλέμμα τη συμπεριφορά των γύρω του. Προτού οι κουβέντες και τα ψεύτικα χαμόγελα αλλοιώσουν την πραγματική εκτίμηση. Στη ζούγκλα της κοινωνίας μόνο ο αιφνιδιασμός κι η επιθετική πρωτοβουλία σε προφυλάσσουν από τις παγίδες.

Είχε χαλάσει το αυτοκίνητό της. Ξαφνικά, όπως οδηγούσε. Στα μεγάλα της μαύρα μάτια η απόγνωση είχε αρχίσει να ξεθωριάζει όταν την πλησίασε. Τη ρώτησε αν ήθελε βοήθεια. Του ένευσε διστακτικά πως ήθελε. Χαμογελώντας της είπε να τρέξει στο πιο κοντινό πρακτορείο και να παίζει Τζόκερ. Είχε πέσει σε μάστορα συνεργείου αυτοκινήτων!

Γέλασε. Του υποσχέθηκε να το κάνει. Αν τα κατάφερνε φυσικά. Αστεία πράματα! Από τα δεκαπέντε του σε συνεργείο αυτοκινήτων. Η μουτζούρα είχε ποτίσει το δέρμα του. Ήξερες τις μηχανές καλύτερα απ' τους ανθρώπους. Αυτές τις ρεγουλάριζε στο άψε σβήσε. Εκείνους δεν κατάφερε ποτέ να τους μάθει.

Του πήρε μερικά λεπτά να διορθώσει τη βλάβη. Εκείνη δίπλα του, έσταζε ολόκληρη από τη βροχή. Την παρατήρησε προσεχτικά. Λεπτά χαρακτηριστικά, μαύρα μεγάλα μάτια, αποφασιστικό λακκάκι στο σαγόνι, μακριά μαλλιά μουσκεμένα. Ένα δερμάτινο μπουφάν είχε εμποδίσει τη βροχή να ποτίσει το σώμα της. Παρ' όλα αυτά έτρεμε από το κρύο της.

Ετοιμάστηκε να την αφήσει να φύγει. Τον ευχαρίστησε ευγενικά. Του πρότεινε αν ήθελε να τον μεταφέρει στον προορισμό του με το αυτοκίνητο. Αρνήθηκε διστακτικά, ψελλίζοντας ότι πήγαινε κάπου κοντά. Τι να της έλεγε; Ότι θα συνέχιζε να περιδιαβάσει άσκοπα μέσα στην καταιγίδα;

Τον παγίδεψε έξυπνα. Του θύμισε την υπόσχεσή της για το Τζόκερ. Δεν είχε μπει ποτέ της σε πρακτορείο. Έπρεπε να τη συνοδεύσει. Για το γούρι. Κι έπειτα, ας έφευγε.

Τη συνόδευσε μέσα στη βροχή. Μέχρι το πιο κοντινό πρακτορείο. Τον απήγαγε εκόντα άκοντα. Ως το σπίτι της. Μετά από λίγο λέρωνε με τις λασπωμένες του μπότες ένα κλίμι. Όλη η έκπληξη της συνάντησης ξεθύμανε μεμιάς.

Δεν ήταν μέρος για τα γούστα του τούτη η σπιταρόνα! Περιδιάβασε το βλέμμα του έκπληκτος στο τεράστιο καθιστικό. Αγκάλιασε με τη ματιά του τις βελούδινες κουρτίνες, τους πίνακες ζωγραφικής, τα σύγχρονα διακοσμητικά τέχνης πάνω στ' ακριβά έπιπλα.

Χαμογέλασε πικρόχολα. «Λάθος άνθρωπο βρήκε η μοίρα να περιγελάσει», σκέφτηκε. Ετοιμάστηκε να την κοπανήσει βρίσκοντας μια φτηνή δικαιολογία. Δεν πρόλαβε να κουνήσει και τον πρόλαβε χαμογελαστή, τυλιγμένη σ' ένα τυρκουάζ μπουρνούζι.

Έμεινε ακίνητος να την κοιτάζει. Αποσβολώθηκε από την απλότητα της ομορφιάς της που ερχόταν σε ευθεία αντίθεση με την περιρρέουσα «χλιδάτη» ατμόσφαιρα. Ένωθε πετρωμένος. Κάτι τον εμπόδιζε να κινηθεί. Και σίγουρα δεν ήταν οι λασπωμένες του μπότες.

Μια συνάντηση. Ο έρωτας είναι συνάντηση. Το θυμάται καλά γιατί του έκανε εντύπωση όταν το διάβασε. Η αλήθεια είναι ότι διάβαζε. Φιλοσοφία. Πού στο διάολο απόχτησε αυτό το κουσούρι ποτέ δεν κατάλαβε. Και μακελειό θυμάται ότι είναι ο έρωτας. Δεν ξέρει αν το διάβασε αυτό ή το 'βγαλε απ' το μυαλό του. Του άρεσε να ζευγαρώνει λέξεις. Εκείνος δε θα ζευγάρωνε ποτέ. Νόμιζε...

Νιώθει άβολα. Σα να γέμισε ξαφνικά ενοχές. Ζει ένα εφιάλτη. Είναι δυνατό εκείνος, ένας μουτζούρης, ένας ασυμβίβαστος, ένα ρεμάλι, να «καψουρευτεί» μια διευθύντρια τράπεζας;

Βλέπει κιόλας τα ειρωνικά χαμόγελα των φίλων του. Κάτοικος Εκάλης ο τεχνίτης της Κοκκινιάς; Με Armani αυτός που αγόραζε τζιν από τα καλάθια; Όχι, δε θα κατέληγε φλώρος. Το πήρε απόφαση. Η ιστορία αυτή θα είχε άσχημο τέλος. Μόνο αποκαΐδια θα άφηνε πίσω της. Όσο πιο γρήγορα τέλειωνε τόσο πιο εύκολα θα ήταν για όλους.

Όσπου την είδε. Μια αναποδογυρισμένη κορνίζα τον κρυφοκοίταζε, ασφουκτιώντας μπρούμυτα στη φινιρισμένη επιδερμίδα ενός μαύρου μπουφέ. Το γαμημένο του αυτοκαταστροφικό ένστικτο τον έσπρωχνε σαδιστικά. Τη σήκωσε γρήγορα, όσο εκείνη έφτιαχνε ποτά. Σάστισε. Φωτογραφία γάμου. Ήταν παντρεμένη!

Κίνητρο. Απέκτησε ξαφνικά κίνητρο. Ζούσε για τέτοιες καταστάσεις. Η αδρεναλίνη στην πρόγευση της απιστίας τον γέμιζε ηδονή.

- Άκουσες για τον κορωνοϊό; εμφανίστηκε από την τραπεζαρία, κρατώντας δυο κολονάτα ποτήρια σαμπάνιας.
- Ποιον κορωνοϊό; απάντησε αδιάφορα, τοποθετώντας ξανά την κορνίζα μπρούμυτα.

Όση ώρα του εξηγούσε, εκείνος την κοίταζε γεμάτος πόθο. Ήταν πλέον σίγουρος. Την ήθελε. Κανένας Armani δε θα τον εμπόδιζε. Πόσο μάλλον ο άντρας της.

Τσούγκρισαν τα ποτήρια. Φιλήθηκαν με πάθος. Την άρπαξε στην αγκαλιά του και βυθίστηκαν στο βελούδινο καναπέ. Κοιτάζοντας φευγαλέα πίσω από την πλάτη της, έκλεισε το μάτι στη μοναχική κορνίζα...

Κι έπειτα;

Έπειτα λευτερώθηκε σα δαιμονικό γκάστρι ο εγκλεισμός. Γιομίσανε οι ουρανοί φυλακές. Πλημμύρισε η ψυχή από τ' απόνερα του θανάτου. Στήθηκε η καραντίνα στα πέντε μέτρα και ξερνούσε αρρώστια. Κι ο πανικός μούχλιασε τη λογική.

Κάθεται απελπισμένος σα βαρυποινίτης στην ψάθινη καρέκλα της στενόχωρης κουζίνας του. Απέναντί του μια γριά τηλεόραση, απ' αυτές με τη βαριά κύφωση, τον βομβαρδίζει με την απίστευτη ασπρόμαυρη γκρίνια της. Ούτε που γυρίζει να τη δει. Έτσι κι αλλιώς δεν την κλείνει ποτέ. Να χει μια φωνή να του σπάει τα κρύσταλλα της βαριάς του σιωπής.

Στρίβει με τα κιτρινισμένα του δάχτυλα ένα άφιλτρο. Η τηλεόραση σα ξεδοντιασμένη ξύλινη μάγισσα, ξερνάει φόβους.

Ο Τσιόδρας μετράει διασωληνωμένους. Δίπλα ο Χαρδαλιάς μουτρωμένος μοιράζει τσάμπα απαγορεύσεις. Τα «ΜΗ» γαζώνουν τον καπνισμένο αέρα της μικρής γκαρσονιέρας κατά ριπές. Ο αλφαμίτης της πύλης εξόδου του κλέβει τις τελευταίες ανάσες. Τα sms και οι άδειες ειδικού σκοπού, πεταρίζουν άσκοπα γύρω από το βαρύ του κεφάλι.

Και προπαντός οι αποστάσεις. Να τηρούνται ευλαβικά. Παντού. Η ζωή μια απόσταση. Κι έπειτα σου λένε ο θάνατος χωρίζει.

«Κι ο έρωτας ρε μαλάκες τι είναι;» σκέφτεται φωναχτά. «Φέτα Παρνασσού να τον τυλίξεις σ' ένα sms;».

Στο Κερατσίνι που μένει δύσκολα ριζώνουν απαγορεύσεις. Τραχιές ξηγήσεις, καρφωμένες σαν τσιμενταρισμένοι φανοστάτες ρυθμίζουν την κυκλοφορία της ζωής. Στο μικρό μεταχειρισμένο seat - εικοσαετίας και βάλε - πάνω στο σκονισμένο του καντράν φιγουράρει GPS η μπέσα.

13033. 1 (κενό) Γιάννης Αγιάνης Κοραή 21 Κερατσίνι

Μετάβαση Γιάννης Αγιάνης Κοραή 21 Κερατσίνι

«Ναι είμαι άρρωστος ρε. Βαριά. Χα! Στο Κολωνάκι είναι ο ψυχίατρος. Τι να κάνουμε; Το μισό μηνιαίο πάει εκεί. Το άλλο μισό σε άφιλτρα και φάρμακα». Απομακρύνθηκε χαμογελώντας. Μόνο μια λέξη ξεστόμισε ψεύτικη. Κολωνάκι...

Το ξινισμένο μούτρο του αστυνομικού λειτούργησε αφροδισιακά. Θα της έκανε βαρβάτο έρωτα απόψε. Άνοιξε το παράθυρο του οδηγού. Έτριξε σαν ξεχαρβαλωμένη προσμονή. Όχι τη σημερινή. Από τις παλιές. Τις σκουριασμένες. Αυτές που του χάραζαν ρυτίδες στο μέτωπο. Πέταξε την κάφτρα του τσιγάρου. Θα του τσουρούφλιζε το πάνω χείλος.

Αν δεν υπήρχαν οι απαγορεύσεις μπορεί και να έμενε σπίτι. Λίγες μέρες. Εξάλλου ήξερε από μαγκιές της μοναξιάς. Το χρόνο τον είχε ζήσει. Δε θα του γαμούσε το μυαλό. Τώρα όμως ένιωθε ηττημένος. Ούτε μισή πρόταση Τσιόδρα δεν άντεχε μακριά της. Αιώνας...

Κάτω από τη λεύκα, στη γωνιά του σπιτιού της, σμίξανε τα sms τους. Στα όρθια την πήρε και σβέλτα. Όσο άντεχε ο χρόνος μια βόλτα για τον Τσίφτη, το σκύλο της. Απέναντι στον τρίτο, ένας γκριζομάλλης άνοιξε το παράθυρο να καπνίσει. Φαινόταν δέκα χρόνια μεγαλύτερος μέσα στις μεταξωτές του πιζάμες. Τα κουστούμια πάντα σε δείχνουν πιο φρέσκο. Ιδίως τα γαμπριάτικα ...

13033. 2 (κενό) Λούκουλος Μήτσος Λεωφόρος Δημοκρατίας 34 Κερατσίνι

Μετάβαση Λούκουλος Μήτσος Λεωφόρος Δημοκρατίας 34 Κερατσίνι

Αχόρταγη. Η πείνα του για εκείνη. Χωρίς φαγητό θα μπορούσε να ζήσει μέρες. Πιο εύκολα έβρισκες Γάβρο στη Λεωφόρο Αλεξάνδρας παρά λίπος στο σώμα του. Απισχνασμένος. Δίκαιος χαρακτηρισμός για το κοκκαλιάρικο σώμα του. Με το ποτό το πράμα ζόριζε. Ειδικά τα βράδια. Ένωθε σα λύκος στο κλουβί. Μόνο που αντί για κοτέτσια διψούσε για κάβες ποτών. Κι έπειτα, σαν το σώμα ξεδιψούσε κι οι τσιμινιέρες των πνευμόνων του είχαν μπουρλοτάρει, απόμενε το σεξ για να συμπληρωθεί η Αγία Τριάδα των εξαρτήσεών του.

Μέχρι πριν λίγο καιρό. Γιατί τώρα μασταρδεύτηκε η συνταγή. Προστέθηκε ο έρωτας, η καπούρα, που τον αποπροσανατόλισε εντελώς. Κάθε βράδυ τον ζώνανε φίδια οι πόθοι του. Καθισμένος στην ψάθινη, με καρφωμένο το βλέμμα στην οθόνη του κινητού.

«Σε μισή», τον καλούσε εκείνη. Σε μισό ήταν στο seat. Πριν είχε στείλει διπλό φιλί στον Χαρδαλιά.

«Αγκινάρες και κουκιά. Τι ζόρι τραβάς ρε φίλε; Πάω να αγοράσω είκοσι αγκινάρες και καμιά δεκαριά κιλά κουκιά. Δεν ξέρω να στέλνω mail. Μόνο sms. Κι αυτά ας όψεται η πανδημία. Δε σε ειρωνεύομαι. Δε γουστάρω την τεχνολογία. Έτσι μου κάπνισε. Θα με αφήσεις τώρα για να προλάβω το σούπερ;».

Ακόμα ένα μπλόκο από τους μπάτσους κι η ερωτική δόση θα χανόταν. Περίμενε πώς και πώς κάθε βράδυ. Εδώ αραίωσε το ποτό να εξοικονομήσει τη βενζίνη. Βάλε Πειραιά Κολωνάκι κάθε βράδυ.

«Αλλά πού να καταλάβεις εσύ ρε μαλάκα. Σε κόβω παντρεμένο με δυο τρία κουτσούβελα. Φίλησες κατουρημένες ποδιές να χωθείς στο Σώμα. Παντρεύτηκες τη Σμαρώ στο ξωκλήσι του χωριού. Όλα τα σόγια παρόντα. Παρέλαση κανονική. Μέχρι κι αυτοί που δε μιλιόσασταν για κάτι στρέμματα χωράφια, ήρθανε.

Γνωριμία από Τρίτη Γυμνασίου η Σμαρώ. Καλή μαθήτρια. Η πρώτη της τάξης. Μια χαρά την αγγάρεψες στο κάτεργο της συντήρησής σου. Άστηνε τώρα να κωπηλατεί βολοδέρνοντας ανάμεσα σε πάνες και λαδωμένα τετράδια. Τι σε νοιάζει που ήθελε να γίνει αρχιτέκτονας; Να μεγαλώσει τα παιδιά! Τη ζήλευες και λίγο γιατί ήταν ομορφούλα. Από γιοφύρια και πολυκατοικίες γεμίσαμε. Ας τα σχεδιάσουνε οι άλλοι. Εμείς σχεδιάζουμε τη μίζερη ζωή μας.

Τώρα ξινίζεις μαλάκα με το χιλιάρικο. Δε σου φταίνει οι αγκινάρες ρε οι δικές μου. Σου φταίνει που λαμνοκοπώ γυμνός στη θάλασσα των παρορμήσεών μου. Ναι ρε και τα βράχια μου ανήκουν. Σαν γκρεμοτσακιστώ θα σε φωνάξω να με μαζέψεις. Ατσαλάκωτε».

Όλο το θυμό και την οργή του τη μάζεψε νυχτιάτικα το κορμί της. Να σπάσει το παγκάκι από την ένταση του έρωτα. Την πονούσε η πλάτη από την πίεση. Ο Τσίφτης δίπλα ανακουφιζόταν στη ρίζα της λεύκας. Δεν ξεχώριζες αλυχτίσματα και βαριές ανασαιμιές ηδονής. Ένα κουβάρι οι πόθοι με τα ξεραμένα φύλλα των δέντρων.

Αντε να ξεχωρίσεις τη ζωή από το θάνατο. Στο παγκάκι της ηδονής η λογική χρειαζόταν εντατική επειγόντως. Δουλειές για λοιμοξιολόγους...

13033 3 (κενό) Τοσίτσας Χαρίλαος Καραολή 65 Κερασίни

Μετάβαση Τοσίτσας Χαρίλαος Καραολή 65 Κερασίни

«Δεν κατάλαβα ρε φίλε. Ξέρεις, δε με ρώτησε ο πατέρας μου τι επίθετο να φορέσω. Ταιριάζει δεν ταιριάζει αυτό είναι. Πάω να εισπράξω τη σύνταξη της μάνας. ΟΓΑ. Μιλάμε σκάψιμο, χωράφι, ιδρώτας. Περίμενε ν' ανάψω τσιγάρο. Μοιάζω να παίζω την τεχνολογία στα δάχτυλα; Στο γκισέ. Παραδοσιακός τύπος. Φουστανέλα, συρτάκι, καφενείο. Τέτοιες μαγκιές. Δεν πουλάω τρέλα. Το ΑΤΜ φορτωμένο στον κορνοιοό ρε φίλε. Θα μας πάρεις στο λαιμό σου!! Γελάς αλλά έτσι που το πας θα μείνει δίχως φράγκο η κερά – Χρυσούλα. Χαιρετώ. Ναι θα ξαναπεράσω»

«Μη σε χάσω μαλάκα...» πάτησε γκάτζι και τίγκκαρε την Πειραιώς καπνιά. Φουγάρα σκουριασμένα τα πνεμόνια του κι η σάπια εξάτμιση του seat.

Με το κολάν να διαγράφει θελκτικά τα επίμαχα σημεία της, φαινόταν ακόμα πιο προκλητική από κάθε φορά. Τζόκιν πρωί πρωί. Παραξενεύτηκε ο σύζυγος.

«Ξέρεις είναι θέμα φόρμας. Νιώθω δυσπραγία τώρα με τους περιορισμούς». Μπρος στην καλή φυσική κατάσταση το κέρατο μοιάζει μαλλί της γριάς. Ζαχαρώνεις άμεσα και δε σκέφτεσαι τη δίψα που σε περιμένει.

Στο γιαπί που προοριζόταν για μονοκατοικία ξεδίψασαν τον κορεσμό τους. Πάντα γρήγορα αλλά και παράφορα εντελώς. Με μια ορμή πρωτόγονη. Λυσσασμένα αγρίμια. Την αγκάλιαζε δυνατά σαν να βίδωνε μπουλόνια σε φαρδιά ζάντα αυτοκινήτου. Την χάιδευε απαλά κι επιδέξια σαν για να ξεχωρίσει το κουβάρι τα καλώδια που ήταν χωμένα στο σασί ενός γερανού. Κι όλα αυτά χωρίς την παρουσία του Τσίφτη, να εμψυχώνει τις προσπάθειές τους με άτακτα γαβγίσματα.

Ήταν μοναχά οι δυο τους. Να μοιράζονται την ενοχή που σερνόταν αδιάκριτη στις καλαμιές του πόθου τους. Ύπουλη οχιά. Ξαναμμένη από τον μεσημεριανό ήλιο. Όπως η έξαψη στα κορμιά τους...

13033. 4 (κενό) Άσωτος Θεμιστοκλής Δαβάκη 5 Κερασίни

Μετάβαση. Άσωτος Θεμιστοκλής Δαβάκη 5 Κερασίни.

«Στη μάνα μου. Αλτσχάιμερ. Όχι άνοια ρε. Λέμε δε με γνωρίζει πια. Το 'χεις νιώσει ποτέ; Ποιο; Να σε κοιτά αποσβολωμένη η μάνα που σε γέννησε. Σα να γύρισες από τα κάτεργα της κόλασης. Έτσι πρέπει να νιώθεις εκεί. Δεν περισσεύουν φιλαράκι για βουλγάρες και ουκρανές.

Να σου ξομολογηθώ κάτι; Σκύψε ντε. Με φοβίζει η ηχώ της ίδιας μου της φωνής, γι αυτό. Ναι ρε, δεν καταλαβαίνεις; Υπάρχουν κουβέντες που τραντάζουν το κρανίο μου. Σα βαριές στο μυαλό. Γι αυτό ψιθυριστά. Καραδοκούν οι ενοχές. Πού να χαμπαριάσεις εσύ. Λέω: Και φράγκα να χα, τη μάνα ΕΓΩ θα τη φρόντιζα πάλι. Έτσι όπως στα λέω. Ξέρεις το ξεσκάτισμα είναι ανταποδοτικό. Με πιάνεις;

Ζω για μια ματιά της. Όχι ξεθαμμένη από τα μικράτα της. Όχι, όχι. Ζωντανή, φρέσκια, κατευθείαν από τα ογδόντα πέντε χρόνια της. Μια ματιά μονάχα... Μεταξύ μας τώρα. Να σου ξομολογηθώ κάτι; Την έχω εισπράξει αυτή τη ματιά. Κάμποσες φορές. Με πιάνεις τώρα; Αν αξίζει λέει! Όσο ο ουρανός φίλε. Άκου και το τελευταίο: Άνθρωποι είμαστε. Ποτέ δεν ξέρεις.

Τα κουτάκια arisepit που της γράφει ο γιατρός τα πίνω εγώ! Ναι ρε σου λέω. Για να μην ξεχνάω ΕΓΩ. Όλα όσα τράβηξε για την πάρτη μου. Εκείνη δε χρειάζεται φάρμακα. Ένα γαμημένο χάδι θέλει.

Πλάκα μου κάνεις; Τι πρόστιμο ρε φίλε; Έβγαλα τον εαυτό μου γιατί θέλει βοήθεια. Πες μου πως δεν το κατάλαβες. Έτσι μπράβο. Ε, και μην ξεχνάς. Έχει ζόρι να ...ξεχνάς. Αλλά πιο ζόρι είναι να θυμάσαι... Με πιάνεις όργανο;»

Δε θυμάμαι να χω πεθυμήσει γυναίκα σαν κι εκείνη. Θεσ η βροχή κι η βλάβη του αμαξιού; Θεσ που ήταν παντρεμένη; Θεσ η απαγόρευση λόγω κορωνοϊού; Θεσ τίποτα απ' όλα αυτά ή και όλα μαζί; Ήμουν τρελός για την πάρτη της.

Με είχε πείσει ότι ήταν διαφορετική. Έλα ρε. Τι λέω; Με ακούω; Ξέρω ότι λειτουργώ με το ένστικτο. Χα! Λες κι ενεργούσα ποτέ διαφορετικά. Μαλακίες. Στον έρωτα δεν χρειάζονται αναλύσεις. Ούτε χρονοδιαγράμματα. Το μόνο που θέλει ο έρωτας είναι

πληρότητα. Ναι έτσι ακριβώς. Νιώσε γεμάτος. Τα άλλα θ' έρθουνε ή θα φύγουνε κατά πως γουστάρουνε εκείνα.

Δε θυμάμαι ν' έχω κάνει πιο άσπλαγχο έρωτα. Με την έννοια «να σε κατασπαράξω». Αγκιστρωμένη στην κουπαστή ενός σκουριασμένου βαρελιού δεχόταν τη μάνητα ενός ανεξέλεγκτου πάθους. Μόνο το τρομαγμένο της βλέμμα μαρτυρούσε τα ρίχτερ της ηδονής της. Ακόμα κι ο Τσίφτης σαστισμένος από το πρωτόγνωρο θέαμα κι ακρόαμα πέτρωσε άλαλος. Άγαλμα ο Τσίφτης.

Από μικρός πάγωνα τις εικόνες που με συνταιριάζανε. Αυτή θα με στοίχειωνε σ' όλη μου τη ζωή. Βοηθούσε και το arisep. Μην το ξεχνάμε...

13033. (κενό) Χαροκόπος Αναστάσης Δερτιλή 24 Κερατσίνι

Μετάβαση Χαροκόπος Αναστάσης Δερτιλή 24 Κερατσίνι

«Τσίφτης. Δεν ξέρω επίθετο ρε φίλε. Δηλαδή ο θάνατος ζητά πλήρη στοιχεία; Όχι θρησκευτική κηδεία. Μάλλον ήταν άθεος. Δε θυμάμαι να επισκεπτόταν εκκλησίες. Τουλάχιστον μέσα. Ναι ήταν ρέμπελος πολύ. Αλλά πιστός φίλος ξέρεις. Σπανίζουν στην εποχή μας. Μπεςαλής που λέμε. Όχι πολλά σούρτα - φέρτα. Ξέρεις. Σε πάω με πας τελειώσαμε. Αλλά για την πάρτη σου πεθαίνω. Θέλω να πω: Κομμένες οι φιοριτούρες.

Μπα δεν ήταν μεγάλος για την ψυχή που κουβαλούσε. Δε βαριέσαι ρε φίλε. Όλοι περαστικοί. Το θέμα είναι να μην πας σαν το σκυλί στ' αμπέλι, όπως έλεγε κι η γιαγιά μου. Κι αυτός δεν πάει. Σίγουρα».

Συναντήθηκαν τα sms μας πίσω από τη μάντρα οικοδομικών υλικών. Διακόσια μέτρα πιο πέρα από το σπίτι της. Κάναμε έρωτα με ξαναμμένες μηχανές. Θα 'λεγα όχι απόλυτα ρεγουλαρισμένες. Κατανοητό. Ακόμα και 'γω κόντευα να πιστέψω το παραμύθι για τον Τσίφτη.

Ρε φίλε η απώλεια αποσυντονίζει. Ακόμα και σαν καλαμπούρι.

13033. (κενό) Κεντέρης Απόστολος Δερβενακίων και Κολοκοτρώνη 1 Κερατσίνι.

Μετάβαση. Κεντέρης Απόστολος Δερβενακίων και Κολοκοτρώνη 1 Κερατσίνι.

«Κουράστηκα αστυνόμε. Εντάξει έχει κι η κλεισούρα τα όριά της. Τσιγάρο; Ποτέ εν ώρα υπηρεσίας! Σωστός. Εγώ πάλι πάντα. Κι όχι φλώρικα, τύπου ηλεκτρονικά κι έτσι. Όχι ρε. Τι πού είναι το κατοικίδιο; Πλάκα μου κάνεις; Έχεις δει αγελάδα σε γκαρσονιέρα; Πηγαينوέρχομαι ρε φίλε στα Σπάτα. Ναι χωράφι κι έτσι. Είπαμε όχι φλώρικες καταστάσεις. Αυθεντικές. Γρασίδι τρώει. Έχει το lidl ρε φίλε. Το θέμα είναι ότι σώνεται γρήγορα. Μιλάμε

πολύ ζώο η Αττική. Άσε βαριά βιομηχανία ο τουρισμός και μαλακίες. Πρωτογενής τομέας φίλε.

Επιστροφή στη μήτρα της η μαμά Ελλάς. Δε σε πείθω. Το ξέρω.

Αν ήσουν όμως λίγο πιο παρατηρητικός...»

Περιμένω απέναντι από το μπαλκόνι της πέντε άφιλτρα χρόνο. Σάμπως να μην καίγομαι. Άφαντος κι ο Τσίφτης. Νοτιάς κι η υγρασία πιρουνιάζει. Κανονικά θα 'πρεπε να 'σκαγα. Τα γύρω μπαλκόνια χάσκουν την αμηχανία τους ορθάνοιχτα. Καρφώνομαι στ' ανοιχτό της παράθυρο. Εμφανίζεται με ένα ποτήρι στο χέρι. Μένω κάγκελο. Τραβά την κουρτίνα και χάνεται. Μέσα μου εντελώς.

Πετώ τη γόπα και ξεμακραίνω. Από τ' ανοιχτά παράθυρα των διαμερισμάτων ακούγεται η βραχνή φωνή του Χαρδαλιά. Χαλαρώνουν τα μέτρα. Τέρμα η καραντίνα. Τα ουφ της ανακούφισης πεταρίζουν συγχρονισμένα από τις γρίλιες των παραθύρων. Ξεμακραίνουν ανεπανόρθωτα. Σαν εγκλήματα εκ προθέσεως.

Γυρίζω διστακτικά τη ματιά μου στο παράθυρό της. Αυτή η απουσία πονάει πιο πολύ κι από ανέφικτη ελπίδα. Κι έτσι όπως ξεμακραίνω με πιάνει ένα γέλιο εφιάλτης. Γέλιο σισύφειο. Δίχως έλεος. Δίχως τελειωμό.

Μπαίνω στο σαραβαλιασμένο μου seat. Ανοίγω το παράθυρο να πάρει αέρα το μυαλό μου. Ακούω πάλι αυτό το στριγκό ήχο. Σαν απότομο φρενάρισμα. Γουρλώνω τα μάτια. Όπως τότε. Πριν πέντε χρόνια. Όταν το μεγάλο Cherokee ερχόταν καταπάνω μου. Το μόνο που πρόλαβα να δω ήταν τα μαύρα της τα μάτια.

13033. Γιώργος Πυργιαντής Κοραή 13 Κερατσίνι

Δεν υπάρχει μετάβαση Γιώργος Πυργιαντής Κοραή 13 Κερατσίνι

Εδώ και πέντε χρόνια αμετάβατος. Σαν καρφωμένη ματαιοδοξία στο μυαλό ασκούμενου δικηγόρου.

Σπρώχνω το αναπηρικό μου αμαξίδιο. Εγκαταλείπω το παράθυρο. Η ώρα είναι έξι και μισή. Ενημέρωση Τσιόδρα τέλος. Λήξη καραντίνας.

Ωρα για τα φάρμακά μου. Η μάνα στέκεται και μου χαμογελάει. Κρατάει στα μάτια της μια καραντίνα ισόβια.

Καραντίνα αγάπης. Κανείς δε θα τη λήξει ποτέ...

Παντσάς Απόστολος

Τρόμος γραμμένος σε μονόκλωνο RNA

Ξύπνησε λουσμένος στον ιδρώτα. Η σκοτεινή κορνίζα του παραθύρου , μαρτυρούσε ότι η μέρα αργούσε ακόμη. Πέρασαν αρκετά δευτερόλεπτα μέχρι να ξυπνήσει ο νους του και να πάρει το πάνω χέρι ο λογισμός του. Ανασηκώθηκε στους αγκώνες του και κοίταξε τους κόκκινους, αριθμούς του ψηφιακού ρολογιού. Τρεις και σαράντα οκτώ. Βαθιά νύχτα ακόμη. Ένιωσε τον ιδρώτα να νοτίζει το κορμί του. Έφταιγε άραγε η, πρόιμη αφύσικη για την εποχή, ζέστη, η μήπως το βαρύ πάπλωμα η ίσως ίσως η φόρτιση των ημερών που του έφερε τελικά αυτόν τον περίεργο ιδρώτα και τον έλουσε ολόκληρο; Έβγαλε τα πόδια του από τα σκεπάσματα και δροσίστηκε, ένιωσε καλύτερα. Ανακάθισε στο κρεβάτι. Η γυναίκα του γερμένη στο πλάι ταξίδευε ήσυχα πάνω σε ράγες μακάριου ύπνου αφήνοντας κάθε τόσο σφυριχτές θορυβώδεις εκπνοές που σπάγανε την ηρεμία του δωματίου χωρίς όμως να γίνονται ροχαλητό. Ο ιδρώτας πήρε να στεγνώνει πάνω του κι αυτός έστρεψε το βλέμμα του στη στιλπνή μαύρη επιφάνεια της πλάσμα τηλεόρασης που ορθώνονταν απέναντι του.

Αναλογίστηκε πόσο άλλαξε η ζωή τους τις τελευταίες μέρες. Εκεί που, μέσα στην καλή χαρά, λογαριάζανε, σχεδιάζανε, υπολογίζανε προέκυψε αυτή η ιστορία με το κορωνοϊό και ήρθαν όλα τα πάνω κάτω. Λες και κάποια υπέρτατη δύναμη, για τιμωρία, τους τράβηξε το αυτί και τους φόρεσε εκείνον τον αναπάντεχο στενό κορσέ από συνήθειες και απαγορεύσεις. Ξαφνικά η καθημερινότητα τους γέμισε από μη και από πρέπει. Ξαφνικά έγιναν η «ευπαθής ομάδα» της κοινωνίας, ένα κάτι σαν τα λαμπόγυαλα που αν τα ζορίσεις λιγάκι θα σου σπάσουν, θα γίνουν χίλια κομμάτια και θα σου μείνουν στα χέρια. Ήταν κι αυτοί οι καθηγητάδες, οι από καθέδρας, με το κύρος του παντογνώστη εκεί, μέσα από το μαύρο πλάσμα, που όλοι την ώρα μιλούσαν για τους «άνω των 67», «άνω των 70», για τους υπερήλικες και πως πρέπει όλοι να φροντίσουν να τους προστατέψουν, να μην τους μολύνουν, μην τους μείνουν, μην τους τρέχουν στις εντατικές. Ο Αντώνης βέβαια είχε πατήσει τα 73 αλλά δεν είναι ότι το είχε συνειδητοποιήσει και πολύ, δεν ήταν δα ότι αισθάνονταν 73! Τα

χρόνια μπορεί να περνούσαν αλλά δεν τα ένιωθε να τον βαραίνουν. Ιδιαίτερα προβλήματα υγείας δεν είχε, εκτός από λίγη χοληστερίνη και λίγο ζαχαράκι που είχαν εμφανιστεί τα τελευταία πέντε χρόνια, από την καλοζωία, όπως έλεγε ο παθολόγος του. Τίποτα το σπουδαίο δηλαδή. Έπρεπε απλώς να χάσει μερικά κιλά πράγμα που το ανέβαλε είναι αλήθεια από χρόνο σε χρόνο. Έπαιρνε όμως τα φάρμακά του με συνέπεια και άρα όλα καλά και άγια. Τα καλά και τα άγια όμως τέλειωσαν όταν ξεμπάρκαρε στην Ευρώπη αυτός ο ιός από την Κίνα και η ζωή όλων μπήκε σε μια άλλη τροχιά. Πρώτα τα σχολεία, μετά τα μαγαζιά, μετά όλοι μέσα, μετά τα κρούσματα, οι θάνατοι, οι διασωληνωμένοι, η καθημερινή λιτανεία του φόβου να παίζει στα κανάλια από το πρωί ως το βράδυ. Ένα σκληρό γκρίζο πέπλο απλώθηκε πάνω απ όλους. Οι μέρες και οι νύχτες μουντές και σκούρες λες και ήταν καμωμένες από γραφίτη. Ολοένα και καινούργια μέτρα, άλλες συμβουλές, εντολές, επιταγές, απαγορεύσεις. Κάθε μέρα στις έξη να περιμένουμε την συντέλεια του κόσμου και αυτή να μην έρχεται αλλά να γίνεται νέος φόβος, καινούργιες σκέψεις, νέες υποθέσεις, άλλες ελπίδες. Όλα έμοιαζαν να πορεύονται πάνω σε κινούμενη άμμο. Οι βεβαιότητες του χτες σήμερα γινόντουσαν ερωτηματικά και οι ανησυχίες του σήμερα τραγικές επιβεβαιώσεις της επαύριον. Τα παιδιά τους έπαψαν να έρχονται «για να μην μας κολλήσουν». Τα εγγόνια σταματήσαμε να τα βλέπουμε γιατί «μεταδίδουν εύκολα στις ευπαθείς ομάδες τον ιό έστω και αν αυτά δεν νοσούν». Τα πρόσωπα, τα άτομα έπαψαν να είναι ανθρώπινες οντότητες και γίνανε μόνον φωνές στην άκρη ενός ψυχρού σύρματος, ψηφιακά δεδομένα φωτός στη ροή μιας «κρύας» οπτικής ίνας. Τα ονομαστικά φιλιά στο τηλέφωνο αντικατέστησαν το θερμό, υγρό άγγιγμα, την γνήσια έκφραση αγάπης και επικοινωνίας. Ο ήχος και η χροιά της φωνής, οι έννοιες και τα λόγια πήραν τη θέση της επαφής, της ματιάς, της ανθρώπινης ζεστασιάς. Ο κόσμος ξαφνικά κι απότομα στένεψε. Η αλήθεια είναι ότι και πριν την πανδημία όχι ότι κάνανε και καμιά τρελή ζωή. Καμιά εκκλησία που και που, κανένα μνημόσυνο καμιά γιορτή και σπάνια κανένα ταβερνάκι το Σαββατόβραδο. Ο ίδιος εδώ και δυο-τρία χρόνια που βγήκε στη σύνταξη σχεδόν όλη μέρα σπίτι ήταν. Άκουγε ραδιόφωνο το πρωί, έβγαινε για κανένα ψώνιο το μεσημέρι, τηλεόραση το βράδυ. Μερικές φορές πήγαινε στο παλιό λιμάνι να πάρει κανένα φτηνό ψάρι από τους ψαράδες και απολάμβανε την πρωινή του βόλτα στην παραλία. Δεν ήταν του καφενείου αλλά παρ

όλα αυτά του έπεσε βαρύ το κλείσιμό τους τώρα με τον κορωνοϊό! Πόνεσε πολύ από το κλείσιμο των εμπορικών καταστημάτων. Μέχρι προ τριετίας είχε ένα μαγαζάκι με ψιλικά στην Ερμού που το πούλησε όταν αποφάσισαν ότι ήταν ή ώρα μετά από 45 χρόνια ΤΕΒΕ να βγει στη σύνταξη. Βλέπεις τα παιδιά πήραν το δικό τους δρόμο και διάδοχη κατάσταση δεν υπήρχε. Ο ένας έγινε δικηγόρος και η άλλη δασκάλα. Καλά παιδιά και τα δύο. Δεν τον κούρασαν καθόλου. Βρήκαν δουλειά, έκαναν οικογένεια, ήταν κοντά τους. Κανένα παράπονο. Τον πόνεσε πολύ όταν άκουσε ότι θα κλείνανε και τα μαγαζιά μέχρι νεωτέρας. Τον πόνεσε πολύ όταν τα παιδιά και τα εγγόνια έπαψαν να διαβαίνουν την πόρτα του σπιτιού τους. Αυτό δεν είχε συμβεί ποτέ. Ως φαίνεται ο κόσμος είναι έτοιμος να γυρίσει ανάποδα και αυτοί, ως «υπερήλικες» ήταν κάπου εκεί στην κόψη, έτοιμοι να τους πάρει από κάτω. Δεν εξηγείται αλλιώς. Η Ζηνοβία πάλι, η γυναίκα του, που παλιότερα μπορεί να περνούσαν και μέρες χωρίς να βγαίνει από το σπίτι τώρα ήταν στην τσίτα και σε μόνιμο εκνευρισμό, γιατί λέει της έφταιγε το πολύ το μέσα!. Το μαρτύριο της «επιστροφής από τον μολυσμένο έξω κόσμο» ήταν αδυσώπητο. Ο Αντώνης που είχε αναλάβει «εξωτερικών υποθέσεων» μόλις έφτανε στη εξώπορτα έπρεπε να μείνει με το σώβρακο, να απολυμάνει χέρια πρόσωπο, να κρεμάσει τα ρούχα στη βεράντα, όπου θα έμενα για 24 τουλάχιστον ώρες, και μετά να εισέλθει στα ενδότερα. Ευτυχώς που, εκεί που μένανε, στον πέμπτο όροφο τα άλλα δύο διαμερίσματα ήταν κλειστά και έτσι είχε την άνεση αυτών των γυμνικών επιδείξεων. Σιγά σιγά ο Αντώνης αραίωσε το έξω, όχι από φόβο αλλά από βαριεστιμάρα. Όλα εκεί έξω έμοιαζαν μουντά, κι ανούσια. Ερημιά και σκουντούφλα παντού. Μιζέρια και γκρίνια, να την κόβεις με το μαχαίρι, ολούθε. Οι μάσκες και τα γάντια δεν κρύβανε πια μόνο τα πρόσωπα και τα χέρια. Έκρυβαν το χαμόγελο, την επαφή, την επικοινωνία. Έκρυβαν το ίδιο το πρόσωπο της ζωής τους. Ο άλλος κατέβαζε τη μάσκα και σούλεγε «ο Μήτσος είμαι δεν με γνώρισες». Πού να σε γνωρίσω ρε Μήτσο, μήπως αναγνωρίζεσαι; Άσε εκείνη τη γελοιότητα με τους χαιρετισμούς με τον αγκώνα. Άστο καλύτερα! Τι αγκώνες και κουραφέξαλα! Αν δεν πιάσεις τη παλάμη πως θα διαβάσεις το βλέμμα του άλλου, πως θα μετρήσεις τα γράδα της ψυχής του. Άστο καλύτερα! Ένα κούνημα της κεφαλής μετράει περισσότερο. Καλύτερα μέσα λοιπόν. Ούτε να στεναχωριέσαι για το τι θα δεις στο έβγα, ούτε τι θα ζήσεις στο έμπα. Δεν έχεις λόγο να ξεβρακώνεσαι στην εξώπορτα και κάθε φορά

να νιώθεις σαν να επιστρέφεις στο Σογιούζ από βόλτα στο διάστημα!

Ο Αντώνης μέσα στο σκοτάδι κοίταζε την σιωπηρή οθόνη της τηλεόρασης . Το μυαλό του φωτίστηκε . Εντάξει ευπαθής ομάδα! Εντάξει υπερήλικας, αλλά δεν ήταν και βλάκας! Δεν ήταν ούτε οι ξαφνικές ζέστες , ούτε το βαρύ πάπλωμα που τον ξύπνησε κάθιδρο στη μέση της νύχτας. Ήταν η προσμονή! Ήταν η εξάρτηση , η σύνδεση που είχε πλέον εγκατασταθεί ανάμεσα σε εκείνον και στο σύμπαν της τηλεόρασης και της εικόνας. Σάμπως το πραγματικό Σύμπαν ξαφνικά να είχε μαζέψει, να είχε συρρικνωθεί. Λες και το είχαν κόψει σε φέτες και το σερβίρανε κάθε μέρα και από λίγο, τσιγκούνικα. Σάμπως η μόνη του πηγή πλέον να ήταν η οθόνη της τηλεόρασης. Λες και όλα εκπορεύονταν από αυτήν , σαν να άρχιζαν και τελείωναν σε αυτήν. Τα δελτία των ειδήσεων αιφνιδίως έγιναν ένας στενός διάδρομος, ο μόνος που μπορούσε να τους οδηγήσει στη ζωή , που τους έβγαζε στην επιβίωση και τον κόσμο. Τον Αντώνης τον ξύπνησε μέσα στη νύχτα το στερητικό του σύνδρομο! Αμέσως μετά το ξύπνημα και την διαπίστωση του ιδρώτα, κατάλαβε ότι στο υποσυνείδητο του η σβησμένη συσκευή «έπαιζε» ακόμη γιατί αυτόν. Στο εκράν της τοποθετούσε νοερά τον Τσιόδρα, τον Χαρδαλιά, και όλους εκείνους τους καθηγητάδες που τους έπαιρναν σβάρνα τα κανάλια και ανάμεσα σε βεβαιότητες, πιθανότητες και υποθέσεις σου κάνανε το κεφάλι καζάνι, και τις περισσότερες φορές με τα «ήξεις αφήξεις», τις μελέτες και τα πρωτόκολλα σε μπέρδευαν χειρότερα . Έβλεπε την βουβή οθόνη και ήξερε ότι άθελά του περίμενε την ενημέρωση στις έξη , τις ειδήσεις των οκτώ. Είχε μετατραπεί σε ένα τηλεεξαρτημένο ον. Περιμένοντας τα «καλά νέα», τη μέρα της νίκης, τη μέρα της απελευθέρωσης και της λύτρωσης ολοένα και πιο πολύ δένονταν με την ανατριχίλα από εκείνες τις εικόνες με τα στρατιωτικά καμιόνια στο Bergamo που μοίραζαν τα φέρετρα στα γειτονικά αποτεφρωτήρια. Ολοένα και πιο πολύ συμμετείχε στο πένθος για τους νεκρούς της μέρας στην Ισπανίας, την Αμερική, τη Βραζιλία. Η κάθε λεπτομέρεια από την όποια γωνιά της γης ηχούσε βαρύγδουπη και σημαντική: Πότε τα εμβόλια, πότε οι θεραπείες και τα φάρμακα Άκουγε την ήρεμη φωνή του Τσιόδρα να ξορκίζει το κακό με τους δικούς μας αριθμούς και προσπαθούσε να μαντέψει τι ήθελε να πει στη πραγματικότητα για το δικό τους, το ατομικό μέλλον, ο ψάλτης καθηγητής με το baby face.

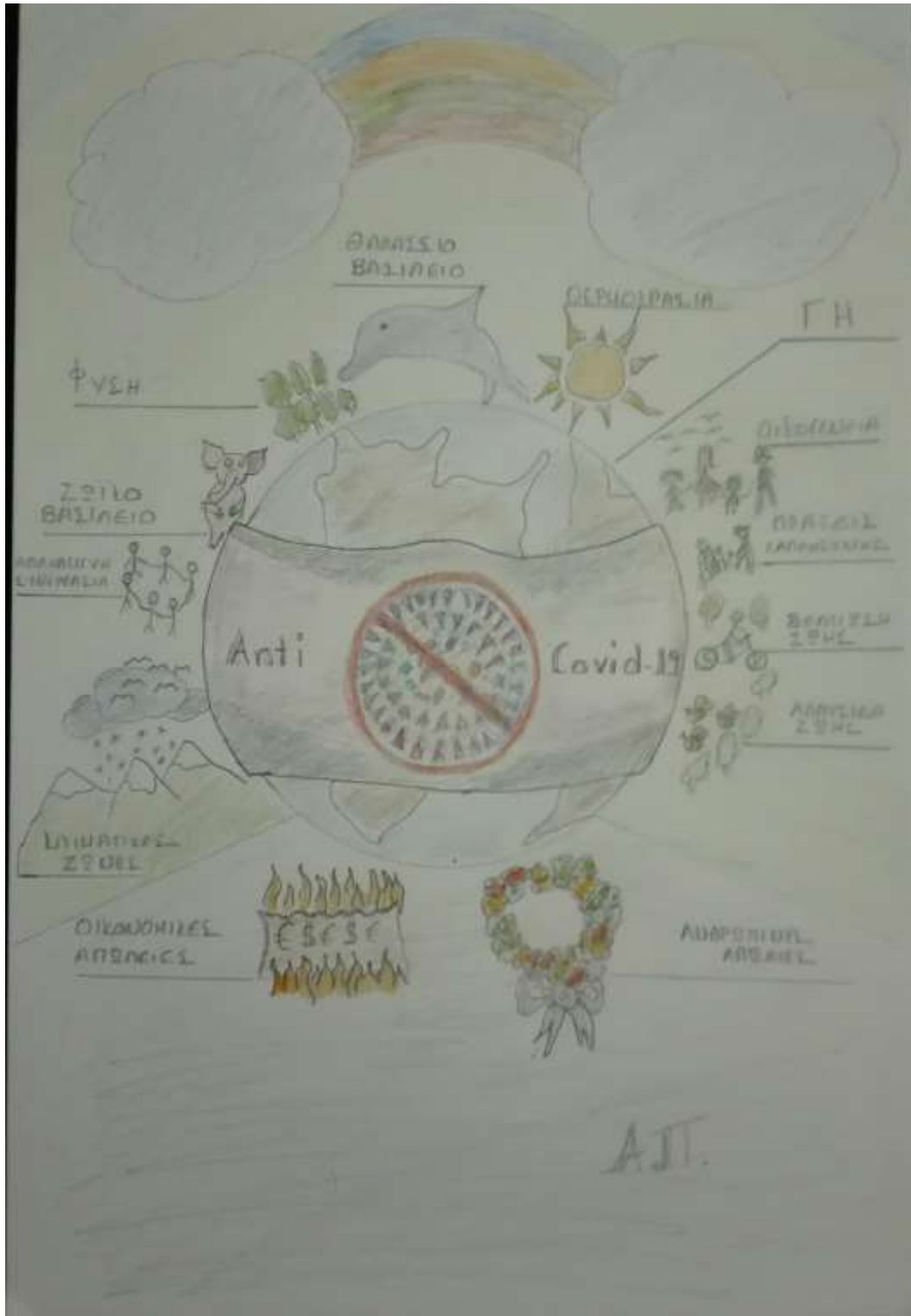
Ο ιός τους έπαιζε ένα άσχημο παιχνίδι. Δεν ήταν ότι τους είχε στερήσει παιδιά και εγγόνια, δεν ήταν που είχαν χάσει την αυτοπεποίθησή τους ως άτομα πλέον «υψηλού ρίσκου» τους είχε κάνει να γίνουν έρμια μιας καταγιστικής, μονοθεματικής ενημέρωσης. Μιας ενημέρωσης που δεν σήκωνε αντίλογο που ήταν ίδιος και απαράλλαχτος παντού και σε έδενε, χωρίς να το καταλάβεις, πισθάγκωνα στο άρμα του φόβου και της μοιρολατρίας. Μέσα στη νύχτα ο Αντώνης προσπαθούσε να διακρίνει που μπορούσε να τελειώνει η πρόληψη και που να αρχίζει η υπερβολή. Σίγουρα δεν είχε τις ειδικές γνώσεις για να το κάνει. Σίγουρα δεν ήθελε και δεν μπορούσε να αμφισβητήσει τις καλές προθέσεις εκείνων που όλη μέρα σκαρφίζονται μέτρα, καινούργια μέτρα, για να θωρακίσουν την κοινωνία, να μπλοκάρουν την πανδημία, να κρατήσουν απ έξω, μακριά το θανατικό. Όχι αυτό δεν μπορεί να το κάνει. Ξέρει ότι μόνον με την υπερβολή και τη μεθοδικότητα μπορείς να πιάσεις έναν μίνιμουμ στόχο. Όμως από την άλλη ένας οργανισμός, που δεν είναι καν οργανισμός, απειροελάχιστα μικρός, χωρίς νου και βούληση, χωρίς προσωπικότητα, προθέσεις και θέλω μπορεί να σου τα κάνει μαντάρα και να δρομολογήσει τα πάνδεινα; Μια οντότητα αμελητέα, μια σταλιά, όπως λένε μερικά νανόμετρα, χιλιοστά του χιλιοστού δηλαδή; Να κολλήσει πάνω μας, να μπει μέσα μας και με το ένα και μοναδικό του κλωνάρι RNA να φέρει τον κακό χαμό; Μπορεί να κάνει κόλαση την θαυμαστή ζωή μας από τη μια στιγμή στην άλλη; Αυτήν που εμείς έχουμε περί πολλού, που νομίζουμε ότι αυτή είναι και άλλη δεν είναι. Αυτή για την οποία παλεύουμε και αγωνιζόμαστε, πληγώνουμε και πληγωνόμαστε, πολεμάμε, χάνουμε και νικάμε, αγχωνόμαστε η ικανοποιούμαστε; Και μείς άδικα χανόμαστε μέσα στις φουρτούνες που στο ατομικό μας ποτήρι του προσωπικού μας σύμπαντος ξεσπώνει πολλές φορές χωρίς λόγο και αιτία ώσπου να έρθουν εκείνες οι ανατριχιαστικές εικόνες από τους μαζικούς τάφους στη Νέα Υόρκη, τις εντατικές της Ιταλίας, τις φαβέλες της Βραζιλίας; Κι αμέσως μετά, καπάκι, έρχεται η θλίψη της ματαιοπονίας και η πίκρα της ματαιοδοξίας για να μας στήσουν στα τέσσερα μέτρα.; Αυτός το απειροελάχιστο «παράσιτο» των ανθρώπινων κυττάρων, ένας λαθραίος επιβάτης και το λειψό κλωνάρι του ξεφτίλισε το Panzer της Κινέζικης βιομηχανίας, ανίκητης εδώ και κάποιες δεκαετίες, με το ΑΕΠ της να καταγράφει συντριβή πρώτη φορά μετά το 1976! Έτριψε τα μούτρα στο περήφανο σύστημα κοινωνικών και υγειονομικών παροχών της

Ευρώπης, και βάρεσε πένθιμα τις καμπάνες των γηροκομείων της. Κοψοχόλιασε την Downing street 10, το ίδιο το Buckingham και μαράζωσε τους φλεγματικούς Βρετανούς. Έτριξε τα δόντια στην Ρώσικη αρκούδα και έκανε κουρέλι το American dream. Βρικόλακιασε τις Μεξικάνικες και Νότιο-Αμερικάνικες φαβέλες.

Άθελά του, μέσα στο σκοτάδι, ο Αντώνης έμεινε χωρίς ανάσα αναλογιζόμενος το παγκόσμιο σκηνικό. Άθελά του ένιωθε να πνίγεται σε ερωτήματα αναπάντητα. Μετρούσε νοερά τα λάθη της ζωής του, τα λάθη της ζωής των άλλων, τις χαμένες στιγμές και τις στραβές σκέψεις με φόντο πάντα το τσουλούφι του Τσιόδρα και τα μούσια του Χαρδαλιά. Σιγά σιγά τα κύματα της νύστας νίκησαν το συφερτό των ερωτηματικών και τα κύματα της αυτοκριτικής για να έρθει ο ύπνος κυρίαρχος και αναστατωμένος να τον σύρει στο ασφοδελό του λιβάδι. Το ροχαλητό του, επηρεασμένο ίσως από τις υπαρξιακές του ανησυχίες, έγινε τόσο δυνατό και βιμπράτο που έβγαλε τη Ζηνοβία από τον ύπνο της. Αυτή άφησε ένα βαθύ αναστεναγμό μαζί με το «αμάν πια» και τον γύρισε στο πλάι. Το σκοτάδι έξω από το παράθυρο τύλιγε ακόμη τα πάντα. Η μέρα αργούσε να φανεί.

Παπαδόπουλος Ανέστης

Συνέπειες Κορονοϊού



Παπασπυροπούλου Κωνσταντίνα

Τα γενέθλια



Πείου Ιωάννα

Δ' δημοτικού

2° Δημοτικό Σχολείο Θέρμης

Η πανδημία ... στα μάτια ενός παιδιού

Πρώτα έκλεισαν τα σχολεία
κι ύστερα ερήμωσε κι η μικρή πλατεία ...
θλιμμένη δείχνει τώρα η γειτονιά
λείπει η ζωντάνια ... τα παιδιά.
Εύπνησα ένα πρωί ακούγοντας τη λέξη καραντίνα
σάστισα ... κατάλαβα πως δύσκολη κατάσταση ήταν .
Κι έτσι σιγά σιγά νέκρωσε στους δρόμους και η κυκλοφορία
κι άλλαξε όψη για πρώτη φορά η πολιτεία
Ύπουλη και επιθετική αυτή η ΠΑΝΔΗΜΙΑ
Στην πρώτη γραμμή μάχονται σ' όλα τα νοσοκομεία
Χρειάζεται λένε προσοχή, χρειάζεται όμως και ψυχραιμία
δεν πρέπει να φερόμαστε με απερισκεψία
γιατί είναι όμορφη η ζωή ... πολύτιμη η υγεία ...
Γι' αυτό κι εγώ, ας είμαι ένα μικρό παιδί
θα κάνω αυτό που λένε οι ειδικοί.
Θα μείνω σπίτι ,θα κάνω υπομονή ...
με την ελπίδα πάντα και την προσμονή
πως θα 'ρθει και πάλι εκείνη η μέρα
που με τις φίλες μου θα βγω παρέα
στα πάρκα και στο σχολείο θα πάω ξανά
κάνοντας πράγματα απλά και καθημερινά
που όμως με γέμιζαν τόση χαρά
όπως μια μεγάλη, μεγάλη και σφιχτή αγκαλιά
στον παππού και στη γιαγιά ...

Πέιου Ιωάννα

Η πανδημία ... στα μάτια ενός παιδιού



Πουλιώτη Σοφία

Έτσι βίωσα την πανδημία...

Λοιπόν, ας πάρουμε τα πράγματα από την αρχή. Είναι Χριστούγεννα του 2019 όλα καλά όλα ανθηρά και παίρνω τις αποφάσεις μου για το 2020 (My New Year's Resolutions που λένε και οι φίλοι μας οι Άγγλοι). Ωραιότατα, σκέφτομαι, το 2020 έχει τρία τριημεράκια. Πάμε το πρώτο της αποκριάς στη Σόφια, το δεύτερο της Πρωτομαγιάς πάμε Αθήνα (Αν και προέκυψε και μια πρόταση για Αργοςτόλι) και του Αγίου Πνεύματος με κάτι φίλους πάμε Βελιγράδι. Τι ωραία!!!Θα είναι μια σούπερ χρονιά!!!Και γιατί να μην είναι άλλωστε; (Εδώ γελάμε).

Λοιπόν, λέω σε φίλη, κάπου στον Γενάρη θαρρώ, θα πάμε Βελιγράδι ψήνεσαι; Με τίποτα μου απαντά, τώρα με τον Κορωνοϊό. Ε! Καλά δεν παίζεσαι, λέω νευριασμένη. Δηλαδή δεν θα έρθεις Βελιγράδι γιατί εμφανίστηκε ένας ιός στην Κίνα. Λες και είναι η πρώτη φορά. Οκ. Κάθισε σπίτι να μιζεριάζεις. Αν είναι ποτέ δυνατόν. Τι σκέφτονται κάτι άνθρωποι για να μην κάνουν ένα ταξιδάκι.

Περνάει λίγο ο καιρός μπαίνει ο Φεβρουάριος κάτι ακούμε για κρούσματα στη γειτονική Ιταλία (Που ευτυχώς Παναγία μου πρόλαβα να πάω τον Νοέμβριο του 2019). Κάτι αρχίζει ο Υπουργός Υγείας να σκέφτεται να μην επιτρέψει τις αποκριάτικες εκδηλώσεις. Αρχίζω να σκέφτομαι πως το τριημεράκι είναι λίγο χλωμό. Απαγορεύονται τα πάντα, λοιπόν, και μένουμε εδώ. Κάπου αρρωσταίνει το παιδάκι μου αρχές Μαρτίου, κάπου με κολλάει και μένα έρχεται και μας βρίσκει μια καραντίνα πριν την επίσημη. Όταν πήγα στον γιατρό στην Ελλάδα είχαμε μόλις τέσσερα κρούσματα. Να ήμουν το πέμπτο; Ποτέ δεν θα μάθουμε.

Αρχίζουν να ακούγονται κάτι θα μας κλείσουν μέσα κάτι δεν θα έχουμε να φάμε, έρχομαι και παθαίνω μια μίνι κατάθλιψη και στέλνω τον σύζυγο να αγοράσει κονσέρβες να έχουμε να τρώμε. Σημείωση: Που να ήξερα πως μέσα στην καραντίνα θα τρώγαμε καλύτερα από ότι πριν. Τις κονσέρβες ακόμα τις έχω. Ελπίζω να μην χρειαστούν τον Χειμώνα που προμηνύεται βαρύς και δύσκολος.

Περνάει η πρώτη εβδομάδα είμαι λίγο στα χαμένα. Σταματάω από μαθήματα από τα πάντα. Χάνω τρία κιλά από το άγχος μου (Ευτυχώς δηλαδή γιατί τα πήρα μετά). Τέλοσπάντων

κάποια στιγμή προσαρμόζομαι. Αρχίζουμε πάλι τα μαθήματα εξ αποστάσεως αυτή τη φορά, γράφομαι και σε κάτι σεμινάρια. Να απασχολούμαι. Αρχίζω να μπαίνω πιο πολύ στα social. Όσπου εντέλει καταλήγω να μιλάω πιο πολύ με τις φίλες μου μιας και όλες ήταν μέσα, να κάνουμε βιντεοκλήσεις, να ακούμε Live καλλιτεχνών στο instagram. Κι εδώ δεύτερη σημείωση. Τι θα κάναμε χωρίς τους καλλιτέχνες μέσα στην καραντίνα και γενικά στη ζωή μας!!! Πρέπει να το αναλογιστούμε λίγο αυτό. Κάθε βράδυ όλο και κάποιος καλλιτέχνης μας κρατούσε συντροφιά. Νιώθαμε πλέον οικογένεια.

Παραγγέλνω φουσκωτό για την κόρη μου, ξαπλώστρα για μένα γιατί αυτές οι δύο κρίσιμες εβδομάδες δεν περνούσαν. Λέω αυτό είναι εδώ θα καλοκαιριάσουμε. Αρχίζω και περνάω καλά με τα νέα δεδομένα. Διαφορετικά, αλλά καλά. Σταμάτησα να διαβάζω τα πάντα για τον “φονικό” ιό και απλά κάθε απόγευμα στις έξι παρακολουθούσα την επίσημη ενημέρωση. Όσο πιο λίγα ξέρεις καμιά φορά, τόσο το καλύτερο μου φαίνεται.

Με τα πολλά με τα λίγα περνάνε πάνω από δυο μήνες κι όμως είμαι ακόμα εδώ που λέει και το άσμα. Μηνυματάκι στο 6 βολτούλα εδώ γύρω και πάλι μέσα. Ζούμε σε ένα χωριό και ούτε γονείς δεν έβλεπα. Το αίσθημα κοινωνικής ευθύνης αυξημένο. (Άσχετα αν κάποιιοι το ερμήνευσαν φόβο.) Και ο καιρός περνούσε και όλα καλά γιατί συνηθίσαμε και λένε κάποια στιγμή θα βγείτε. Ωπ! Τι συμβαίνει; Να βγούμε να πάμε που; Θα είμαστε ασφαλείς; Όλα καλά; Στην αρχή δειλά δειλά εδώ στο χωριό κρούσματα δεν είχαμε εξάλλου. Όμως είναι να μην βγει ο άνθρωπος. Γίνεται να έχεις το μέλι και να μην το γευτείς που λένε. Ωραία περάσαμε παιδιά στην καραντίνα. Αλήθεια. Γιατί είναι προσαρμοστικό ον ο άνθρωπος. Κι αν δεν είναι επιβάλλεται να γίνει. Αλλά συγκρίνεται η ελευθερία με τίποτα στον κόσμο. Καλύτερα μιας ώρας ελεύθερη ζωή !!! Έτσι δεν είναι;

Και ερχόμαστε στο σήμερα. Βγαίνουμε, ξεχνιόμαστε, νομίζουμε καμιά φορά πως όλα τέλειωσαν και ξαφνικά κάτι σε προσγειώνει. Ο σερβιτόρος με τη μάσκα και τα γάντια, ένας πονόλαιμος που λες και αν..., τα άδεια ή χειρότερα τα κλειστά ξενοδοχεία;;;

Λυπάμαι που το έζησα όλα αυτό (Που το ζω ακόμα μάλλον). Ακόμα δεν μπορώ να το πιστέψω ίσως για αυτό τα γράφω αυτά. Θα προσαρμοστούμε πάλι, θα κάνουμε ό,τι χρειαστεί αλλά γιατί... Ένα γιατί να μας συμβαίνει αυτό μου τριβελίζει το μυαλό. Όχι μόνο γιατί να συμβαίνει σε μένα αλλά στην ανθρωπότητα. Εύχομαι να μην ξαναζήσουμε τέτοιες στιγμές... Ποτέ και κανείς...

Πώποτα Πολοξένη

Έρημη πόλη



Τριανταφυλλίδου Μελίνα

Η Μελίνα Τριανταφυλλίδου είναι συγγραφέας (παραμυθιών, θεατρικών έργων και διηγημάτων), ποιήτρια, στιχουργός, αγιογράφος, ζωγράφος, διακοσμήτρια και καθηγήτρια Αγγλικών και εικαστικών. Μέχρι σήμερα έχει πάνω από 40 Βραβεία, τα περισσότερα Α΄ και πληθώρα Β΄ και Γ΄ Βραβείων, Επαίνων και Τιμητικών Διακρίσεων για το συνολικό της έργο σε Παγκόσμιους και Πανελλήνιους Λογοτεχνικούς Διαγωνισμούς από διάφορους αναγνωρισμένους φορείς. Ενδεικτικά αναφέρεται το Α΄ Βραβείο Διηγήματος το 1996 από την Διεθνή Εταιρεία Ελλήνων Λογοτεχνών. Το Α΄ Βραβείο Ποίησης– Χρυσή πλακέτα το 2010 από την Ένωση Συγγραφέων – Λογοτεχνών Ευρώπης, το Α΄ Βραβείο Παραμυθιού το 2017 και το 2018 από τον Όμιλο για την UNESCO Τεχνών, Λόγου και Επιστημών Ελλάδος. Το Α΄ Βραβείο Μουσικού στίχου το 2017 από τον Ε.Π.Ο.Κ. Το Α΄ Βραβείο Ποίησης το 2018 από την Αμφικτιονία Ελληνισμού. Το Α΄ Βραβείο Αγιογραφίας το 2018 από τον Ε.Π.Ο.Κ. Επίσης το 2019 στον 10ο Παγκόσμιο Λογοτεχνικό Διαγωνισμό του Ε.Π.Ο.Κ. διακρίθηκε με τα εξής Βραβεία: Α΄ Βραβείο Παιδικής Λογοτεχνίας, Αριστείο Σατυρικής Ποίησης, Α΄ Βραβείο στην έμμετρη ρομαντική ποίηση και Β΄ Βραβείο Μουσικού Στίχου. Επίσης έχει αποσπάσει το Βραβείο Τερψιχόρη το 2017 για την ποιητική της συλλογή «Ποιητικές ανταύγειες» από την International Art Academy καθώς και το Βραβείο Θεά Αθηνά το 2019 για το λογοτεχνικό της έργο από τον ΚΕΦΑΛΟ. Τον Οκτώβριο του 2018 εκδόθηκε το πρώτο της προσωπικό βιβλίο ποίησης με τίτλο «Μαύρος Ιούλης του 18 - Φωτιές στην Αθήνα» από την Αμφικτιονία Ελληνισμού το οποίο έχει βραβευτεί ως σήμερα 3 φορές. Με το Βραβείο Ποιητικής Συλλογής Καλλίμαχος από την International Art Academy, ως Βιβλίο της Χρονιάς 2018 από τον Ε.Π.Ο.Κ. και με το Α΄ Βραβείο Προσωπικής Ποιητικής Συλλογής από τον ΚΕΦΑΛΟ. Ποιήματα της έχουν συμπεριληφθεί σε πολλές Λογοτεχνικές Ανθολογίες. Σύντομα θα εκδώσει Ποιητικές Συλλογές καθώς και Παραμύθια της.

Άχρωμη άνοιξη

Ο εγκλεισμός στο σπίτι ήταν σίγουρα το πιο αιφνίδιο και βίαιο γεγονός με το οποίο ήρθα αντιμέτωπη την εποχή του κορονοϊού. Τίποτα δεν προμήνυε αυτή την ανατρεπτική εξέλιξη αλλά αντιθέτως η προσμονή για την άνοιξη είχε ανθίσει μέσα μου πρόωρα και χαρμόσινα, πολύ νωρίτερα από άλλες χρονιές. Ένιωθα στ' αλήθεια ανανεωμένη και δυνατή για να πετύχω στόχους που διαρκώς ανέβαλα λόγω δυσμενών συγκυριών και περισσότερο ίσως λόγω δειλίας. Κι αυτό γιατί ο έρωτας φτερούγιζε στην ψυχή μου σαν μεθυσμένη πεταλούδα! Είχε έρθει απρόσμενα το περασμένο φθινόπωρο να φέρει στην καρδιά μου το πιο γλυκό, το πιο μελένιο χτυποκάρδι. Όμως ο κορονοϊός είχε άλλα σχέδια, σκοτεινά και υποχθόνια.

Η εντολή ήταν σαφής. Απαγορευτικά μέτρα, περιορισμός της κυκλοφορίας, αγαπητοί συμπολίτες Μένουμε Σπίτι! Σε έναν νέο μικρόκοσμο που θα μας περιβάλλει για πολύ καιρό. Που θα γίνει η γη και ο ουρανός, η φυλακή που θα μας κρατήσει ασφαλείς. Κι εκείνος τόσο μακριά και τόσο κοντά, μες τα καλώδια του τηλεφώνου και στο μαράζι της ψυχής μου. Δεν θα τον έβλεπα, ποιός ξέρει για πόσο... Πόσο θα κρατούσε το υποχρεωτικό μαρτύριο; Άγνωστο... Όλα ήταν πλέον άγνωστα γύρω μας. Ένας νέος άγνωστος ιός σ' ένα νέο ακόμα πιο άγνωστο αύριο. Σ' ένα μέλλον που απειλεί το παρόν κι ένα παρόν που απειλεί το μέλλον...

Δεν είχα διαφυγή, παρά να πλάσω έναν άλλο πλανήτη, μια άλλη ευοίωνα πλασματική πραγματικότητα. Τα όνειρα γίναν το καταφύγιο μου, ο δικός μου παραμυθένιος κόσμος! Άλλωστε πάντα ήταν σύντομα, βιαστικά, αγχωμένα. Οι ρυθμοί της ζωής είχαν επιβάλλει το δικό τους πιεστικό χρονόμετρο. Πού καιρός για ονειροπολήσεις και πνευματικά ταξίδια. Τώρα όμως όλα είχαν αλλάξει. Ο χρόνος ικέτευε για σχέδια, η πραγματικότητα εκλιπαρούσε για όνειρα, η ψυχή διψούσε για θαύματα!

Περνούσα πολλές ώρες της ημέρας κουβεντιάζοντας μαζί του, ανταλλάσσοντας απόψεις, προβληματισμούς, νέα, φόβους ... Ότι τριβέλιζε το μυαλό μας τα εικοσιτετράωρα της απομόνωσης, του σπαραγμού, του εγκλεισμού. Ότι μας στερούσε την ανθρώπινη επαφή, το γέλιο, το χάδι, τη ζωή. Οι λέξεις κυλούσαν βασανιστικά απ' τα χείλη, σχεδόν κατακρεουργημένες απ' τη μοναξιά, απ' την ατέλειωτη χαοτική

προσμονή. Δεν τολμούσαμε να ρωτήσουμε «Πότε θα σε δω;» γιατί η απάντηση φάνταζε τώρα πιο απειλητική απ' την ίδια την απειλή. Λαξευμένη στα βράχια του φόβου, ανέδιδε μια απόκοσμη αδιευκρίνιστη παγωνιά που κυλούσε απευθείας μέσα στην ψυχή, στο πιο βαθύ στο πιο ευάλωτο σημείο της. Ήταν ο πυρήνας της δύναμης της, εκεί που φυγαδεύονται τα παιδικά της όνειρα και λιμνάζουν οι στάλες των δακρύων της για να ξεδιψάσουν της νιότης της τα άνθη.

Εκεί λοιπόν στο πιο τρυφερό κομμάτι της απόθεσα της φαντασίας τα φτερά για τα υπερβατικά ταξίδια του μυαλού, δίχως πια σύνορα και στεγανά. Δεν χρειαζόταν μήτε διαβατήριο ούτε κι αποσκευές. Μήτε μεταφορικό μέσο, μήτε εισιτήριο. Ούτε ακόμα και το σώμα δεν χρειαζόταν. Για εκείνα τα ταξίδια δικαίωμα είχε μόνο η ψυχή και η αγάπη!

Και μας πήγε παντού! Μέσα σε έναστρες νύχτες διέσχισε πόλεις και χωριά, βουνά και κάμπους και αστρικούς πλανήτες που ευωδίαζαν ζουμπούλι κι αγιόκλημα. Και σε νησιά δαντελωτά έπλεξε το εγκώμιο του έρωτα μέσα στ' αλμυρισμένα κύματα του νόστου και της πεθυμιάς. Εκεί που μόνο οι αετοί χτίζουν φωλιά αναρριχήθηκε να αγναντέψει την τόση ομορφιά που απλώνονταν τριγύρω και να δροσίσει τις στιγμές με αγιασμό και μύρο, να 'ναι γλυκές οι ώρες αυτές χώρια σου που θα γείρω. Να κοιμηθώ, να ξεχαστώ και να σε πεθυμήσω κι όταν τελειώσει τ' όνειρο δίπλα σου να ξυπνήσω...

Έτσι γινόταν οι στιγμές, ποίηση και τραγούδι κι η απόσταση στο στήθος μου γλωμό, μαβί λουλούδι. Μου έλειπες, με μάραινες με δάκρυ σαν λουζόσουν κι αναρωτιόμουν σιωπηλή συχνά αν με θυμόσουν. Αν έψαχνες τα μάτια μου, τα χάρδια μου αν ζητούσες κι ευχόμουν να 'μαι εικόνισμα ξανά να με φιλούσες. Να μη μας πάρει η σιωπή, να μη μας βρει η μπόρα, παρά να ζούμε εγώ κι εσύ στου έρωτα τη χώρα. Να έχει πάντα αστροφεγγιά οι ευχές να λαμπυρίζουν, πάντα τα άνθη της καρδιάς έρωτα να μυρίζουν!

Τριανταφυλλίδου Μελίνας

Συμβουλές εν μέσω καραντίνας

Πλήρης αποδόμηση του εγώ μου εν μέσω καραντίνας ... Αποπροσανατολισμένες απόπειρες ανάκαμψης ... Μάταιες τεθλασμένες διαδρομές στης μοναξιάς τα στεγανά ... Βίαιες ανιχνεύσεις εσωτερικής δύναμης ... Ίχνη ζωής μέσα στον θάνατο ...

Έτσι αρχίζει η ιστορία μου τις φρικτές εκείνες μέρες του εγκλεισμού. Τις μέρες που έχασα το έδαφος κάτω απ' τα πόδια μου, τον καιρό της αναπροσαρμογής. Ήρθαν αιφνίδια ένα σωρό αλλαγές αδιαφορώντας για την ανοχή του οργανισμού μου. Πού χρόνος για συγκατάθεση και αποδοχή. Ένα τεράστιο ΓΙΑΤΙ έπνιγε την ανάσα μου εξαντλώντας ασφυκτικά το οξυγόνο. Οι μέρες γίναν άγριες, μακάβριες σαν μαυροφορεμένες απειλές κατά της ζωής. Οι αναμνήσεις βασανιστικές ξυπνώντας γλυκόπνοες εικόνες και στιγμές από αλλοτινές εποχές που σβήστηκαν στο χρόνο, ερχόταν κρυφά ν' αφήσουν αμυχές στην κουρασμένη μου ψυχή. Αλλόκοτες νύχτες ρουφούσαν απροκάλυπτα τα άστρα στο στερέωμα της αποξένωσης αφήνοντας τις νύχτες μου άδειες, δίχως όνειρα. Αναλαμπές ελπιδοφόρων μηνυμάτων αχνοφαίνονταν στα αχανή σκοτάδια της μοναξιάς μου.

Και εγώ; Αλήθεια σ' όλα αυτά πού ήμουν εγώ; Σα ν' απουσίαζα ακούσια από το θέατρο αυτό του παραλόγου. Σα να καθόριζαν ερήμην μου την μοίρα μου μες τα γρανάζια του φόβου και των απειλών. Πνέει τα ολίσθια η ψυχή μου. Το ριζικό βαρύ, φαρμακωμένο. Δεν ξέρω πια τί με περιμένει. Αύριο θα έχω δουλειά; Θα έχω φίλους; Θα έχω αγάπη; Θα έχω γονείς; Θα έχω εμένα; Τόσα αναπάντητα ερωτήματα ζητούν απαντήσεις στο άγνωστο μέλλον, στο θλιβερό παρόν. Πόσο ακόμα θα κρατήσουν τα αποθέματα της ψυχικής μου δύναμης; Για πόσο ακόμα το πνεύμα μου θα μείνει διαυγές; Πόσο θ' αντέξει το κορμί μου δίχως ήλιο; Τα περιθώρια στενεύουν σταδιακά, όλο και πιο πολύ στην φυλακή της ασφυκτικής πραγματικότητας. Η σιωπή βάζει τους όρους στο παιχνίδι των φόβων και των ερωτηματικών. Ο στάσιμος χρόνος μειδιά ειρωνικά, σχεδόν προκλητικά. Παίζει ανέντιμα με την ψυχή μου και τα όνειρα μου. Τα τοπία της ζωής μου έμειναν στάσιμα μες την κορνίζα της απόγνωσης. Γκρίζα,

αγέλαστα πορτραίτα συνθέτουν τώρα το σκηνικό της αδράνειας. Μόνο τα δάκρυα κινούνται πια, κι αυτά πικρά, χολερικά στ' άρρωστα μάγουλα της μοναξιάς, ευθύς μες το κενό της ύπαρξης μου.

Φοβάμαι ... ναι φοβάμαι ... Είναι το μόνο συναίσθημα πια που κυριαρχεί. Καμιά εναλλαγή δεν το απειλεί. Έχει ριζώσει πια καλά στο θυμικό μου, στην αποτυχία της αυτοκυριαρχίας μου. Έχω ξεχάσει πια πώς είναι να γελάς, να χαίρεσαι, να ζεις. Πώς είναι να ερωτεύεσαι, να ονειρεύεσαι ... Τρέμω σαν φύλλο φθινοπωρινό κιτρινισμένο, στροβιλίζομαι και πέφτω στην κατάθλιψη. Σχεδόν αποσυντίθεμαι στην υγρασία των πληγών μου. Είναι εσωτερικά τα τραύματα, ύπουλα και υποχθόνια. Ίσως τα πιο επικίνδυνα, τα πιο θανατηφόρα. Φωλιάζουν στην ψυχή μου ανηλεώς, στον υποδόριο ιστό της σάρκας μου. Κάθε μου κύτταρο τώρα μυρίζει θάνατο, τον προμηνύει ακούσια και σιωπηλά. Ένα κουφάρι απόμεινα δίχως αγάπη. Σ' ένα τηλέφωνο αναζητώ τα χάρδια σου. Μία φωνή που μοιάζει τόσο απόμακρη, αποστασιοποιημένη απ' το κορμί. Βαριές ανάσες παρεμβάλλονται στις λέξεις και η αναπνοή τόσο ασταθής δηλώνει την απόγνωση. Λύγισα στην τελευταία μας συνομιλία, έσπασα. Εσύ σιωπούσες, ζύγιζες τον πόνο. Μ' ένα υπόκωφο «κρατήσου ... έχουμε δρόμο ... » έδωσες το παρόν της ερημιάς σου.

Νομίζω πως τελειώνει η δύναμη μου. Φοβάμαι πως θα σε απογοητεύσω και δειλιάζω. Πώς να ξεχάσω τόσα όνειρα αγάπη μου. Πώς να ημερέσω τα θεριά που μας κυκλώνουν. Σου είχα υποσχεθεί πως θα 'μαι εδώ ότι κι αν γίνει. Πώς τώρα να σου πω πως κάνω πίσω ... Είναι βαρύ ετούτο το φορτίο για τον έναν, μόνο μαζί μπορούμε να το αντέξουμε. Πείσε τους φόβους σου πως ζούμε ένα ψέμα, πως είναι έργο σκηνοθετημένο άψογα. Παίξε τον ρόλο σου με θάρρος, μπορείς να ορίσεις το σενάριο. Εγώ πάντα θα είμαι εδώ, όπως σου είχα υποσχεθεί, να σου κρατώ το χέρι το τρεμάμενο και να φωτίζω τους ωκεανούς των διλημμάτων σου. Πάντα εδώ σαν φάρος μες την καταιγίδα της ψυχής σου για την μεγάλη ώρα την δικιά μας! Θα 'ρθεί, θα δεις, μόνο μην σταματήσεις να κοιτάζεις το σινιάλο. Μην πάρεις τη ματιά σου απ' το φως! Μην αφήσεις ποτέ το χέρι μου ...

Θα 'ρθεί, θα δεις ... μ' έναν γαλάζιο ουρανό και άσπρο άτι για να καλπάσει στα λιβάδια της ψυχής μας ... μ' ένα χαμόγελο αγνό σαν το μπαμπάκι για να φωτίσει τα σκοτάδια της ζωής μας ... Κι εσύ πανώριος σαν κυπαρίσσι ανδρειωμένος και σαν

βράχος, άτρωτος και ισχυρός σαν το ατσάλι θα 'ρθείς ευθύς να ασπαστείς τα τραύματα μου και τα όνειρα μας ν' αναστήσεις πάλι! Απόψε θα στο πω, μ' ένα τραγούδι στην γραμμή του τηλεφώνου, πως δεν φοβάμαι τον ιό, μήτε το βίαιο αντάμωμα του πόνου. Απόψε θα ενστερνιστώ όλα τα δάκρυα και τις ρωγμές της ύπαρξης σου και θα διακτινιστώ με την ψυχή μου ν' αγκαλιάσω την ψυχή σου ...

Μόνο έτσι θα βγούμε ζωντανοί απ' όλο αυτό, μόνο με την αγάπη θα σωθούμε. Τίποτ' άλλο δεν μας απόμεινε, όλα ξοδεύτηκαν αιφνίδια.

Η ώρα του θανάτου η πιο δύσκολη, αυτή που στα ζητάει όλα. Δεν σου αφήνει παρά μόνο ελάχιστα λεπτά απολογισμών και προσευχών. Μόνο μια ευκαιρία να δεχτείς το ριζικό σου ή και να μετανιώσεις για τα πάντα πικραμένος. Μόνο ελάχιστες στιγμές μ' ολόκληρο τον εαυτό σου, που πάντα βιαστικά τον προσπερνούσες. Αλλάζει ο άνθρωπος στον θάνατο, ζυγίζει τα καλά, τα διαχωρίζει. Πετά μακριά τα άχρηστα και τα επιβλαβή. Κάθε περίσσιο, χάρισμα στις απληστίας το θησαυροφυλάκιο. Εκεί ψηλά πηγαίνεις δίχως βάρη, έχει ο ουρανός χρυσάφια ολόδικα του και θησαυρούς άυλους, μυρωμένους. Εκεί ο καθείς θα πάρει μόνο τον πλούτο της ψυχής του, γυμνωμένος.

Γι' αυτό πια δεν φοβάμαι. Ότι κι αν γίνει στο εξής θα φύγω πλήρης. Μ' εσένα στην ψυχή μου ουράνια προίκα και των δακρύων μου τον αγιασμό, να μην διψάσω. Και σε κάθε νυχτέρι μου θα καλώ τα άστρα να κεντήσουν τ' όνομα σου στ' ουρανού το στερέωμα και στο τραγούδι της σελήνης, της φωνής σου την μεθυσμένη αύρα θα χαρίσω, να 'ναι σπαρμένες μάγια οι βραδιές.

Δεν φοβάμαι γιατί μες τον λαβύρινθο του πανικού διέκρινα την μόνη έξοδο, που είναι η πίστη κι η υπομονή. Η ισχυρή πεποίθηση πως όλα θα πάνε καλά! Όλα θα εναρμονιστούν μέσα στο σύμπαν σε μια διαπλανητική απόλυτη ισορροπία ψυχών και σωμάτων, μόλις η αγάπη βγάλει φτέρωμα και στα φτερά της αγκαλιάσει όλη την πλάση. Από τον πιο μικρό βλαστό ως το πιο θεόρατο βουνό! Από το απόλυτο μηδέν μέχρι το παν! Δεν υπάρχει άλλος δρόμος σωτηρίας και λύτρωσης παρά μόνο η υπέρβαση, η αυταπάρνηση. Να αγαπήσεις κάτι πέρα από 'σένα, πάνω απ' το εγώ σου!

Να δώσεις της ψυχής σου το περίσσειμα για να χτιστεί Ναός Αγάπης! Να κάνεις τα σκοτάδια σου δρόμους φωτός στην χαοτική σου περιπλάνηση της υπαρξιακής σου ταυτότητας. Να γνωρίσεις τον εαυτό σου μέσα απ' το φάσμα του

κόσμου και της ανιδιοτελούς αρωγής. Να γίνεις ένα μ' όσα υποτίμησες ή υπερεκτίμησες και να σωθείς από την ύλη που σε περιβάλλει. Εκούσια να ταπεινωθείς για να λογίζεσαι Άνθρωπος που δεν ντροπιάζει την οντότητα του. Στην ανθρωπιά σου χίλιες χάρες να επενδύσεις και χίλια τάλαντα αλληλεγγύης και αγάπης. Είναι μακρύς ο δρόμος της ανδρείας και μόνο οι καθαρές ψυχές θα τον διαβούνε.

Τότε που η ψυχή θα αποκολληθεί από το σώμα κι όλα τα πάθη της θα μείνουν μες το χώμα. Τότε που ο φτωχός θα χει στο όνειρο πιρόγα και ο αδύναμος στον ήλιο μοίρα. Τότε μονάχα οι τοίχοι γύρω μας θα πέσουν και ολάνθιστα περβόλια θα προβάλουν, για να προϋπαντήσουμε την άνοιξη καθάρια χωρίς τις μάσκες του θανάτου και του πόνου. Τον ουρανό υπέρλαμπρο χωρίς τα νέφη που στοιχειώνουν τις λιακάδες, χωρίς την ομίχλη των απρόσωπων μορφών.

Και τότε θα 'ρθείς μ' ένα χαμόγελο που καμιά μάσκα δεν θα το φιμώνει και θα μου πεις να υφάνουμε τα όνειρα ξανά, με την ανέμη της αγάπης μας. Θα 'σαι ντυμένος στα λευκά και στο κεφάλι σου στεφάνι από μυρτιές θα ευωδιάζουν άνοιξη. Κι εγώ στα χείλη σου θ' αφήσω ένα φιλί πιο κόκκινο από το αίμα της καρδιάς για να ξυπνήσει ο πόθος για ζωή, το μοιρολόι να κοπάσει των πουλιών. Θα 'χω στις χούφτες μου ρόγες ξανθές απ' το αμπέλι της αθανασίας να γλυκαθείς στο αιώνιο ταξίδι μας. Δεν θα φοβάσαι, θα με κοιτάζεις θαρρετά ευθύς στα μάτια απενοχοποιώντας κάθε ίσκιο της σιωπής. Και γύρω μας χιλιάδες άλλοι, αγάπη θα ψαρεύουν μέσα απ' τα μυρωμένα κύματα της παλιγγενεσίας. Θα είναι όλα όμορφα, σχεδόν παραμυθένια και οι μέρες αυτές σαν μακρινός εφιάλτης θα ξεθωριάζουν στις μνήμης το σεντούκι.

Δεν θα υπάρχουν τοίχοι - φυλακές και φόβοι – κελιά. Δεν θα υπάρχουν ασθένειες απειλητικές και δυσοίωνα μελλούμενα. Μήτε η εργασιακή αγχόνη της ανεργίας και της αβεβαιότητας. Μήτε η κάθε μορφή βίας σε αδύναμα πλάσματα. Οι ψυχικές διαταραχές θα είναι ανύπαρκτες και η κατάθλιψη άγνωστη έννοια.

Κλείνω τα μάτια και ονειρεύομαι αυτό τον κόσμο, τον καινούργιο! Είμαστε θαρρείς άυλοι και αβαρείς. Τα χνάρια μας βυθίζονται στα σύννεφα και η όψη μας φλερτάρει με τον ήλιο. Καμιά σκιά θλίψης δεν αμαυρώνει την εικόνα μας, καμιά φοβέρα. Οι ώμοι μας στέκονται θαρρετοί το μεταξένιο φτέρωμα μας να σηκώσουν, στα μυρωμένα ύψη της γαλήνης μας. Όχι δεν είναι στα ουράνια αυτός ο κόσμος. Μυρίζει χώμα απ' τις στάλες της βροχής και αγιόκλημα στους φράχτες. Θροΐζει ο

άνεμος καταμεσής στ' αγριολούλουδα και στα λιμάνια τα μαντήλια καλωσορίζουν την αντάμωση. Κανένας χωρισμός πια δεν χωρά στον απέραντο ελεύθερο μας κόσμο. Καμία πίκρα δεν χωλαίνει τα εσώψυχα και καμία νόσος τη ζωή. Είμαστε άτρωτοι γιατί απλά αγαπιόμαστε, γιατί απλά μοιραζόμαστε το μερτικό που μας αναλογεί. Καμιά κλεψιά, καμιά υπεροψία, κανένας εγωισμός δεν στέκεται εμπόδιο στην άνοιξη των θετικών συναισθημάτων. Κανείς αδικημένος και κανείς αχόρταγος. Όλοι ισότιμοι και δίκαιοι.

Θα' δεις! Ζυγώνει ο καιρός της αλλαγής. Έπρεπε να διαβούμε το σκοτάδι για ν' αναζητήσουμε το φως! Να συρθούμε γονυπετείς στο υγρό τούνελ της αρρώστιας και της εξαθλίωσης για να βγούμε άνθρωποι! Να χαθούμε σπαρακτικά για ν' ανταμώσουμε ξανά θριαμβευτικά! Κάτω από έναν άλλο ουρανό, πάνω σε έναν νέο πλανήτη.

Μη δειλιάζεις. Έλα σ' ένα άχρονο παρόν να καταργήσουμε τα όρια και τα δεσμά του πεπρωμένου μας. Ν' αλλάξουμε το σκηνικό του τρόμου και του σπαραγμού. Να καταρρίψουμε παγιωμένες καταστροφικές τακτικές και λανθασμένες εγωκεντρικές πορείες τύφλωσης και κώφωσης της ευσπλαχνίας μας. Να κοιταχτούμε απ' την αρχή στα μάτια χωρίς τα φίλτρα της υποκρισίας και τα δίχτυα του δόλου. Ν' ακούσουμε την φωνή της καρδιάς μας και τις σιωπές της ψυχής μας. Ν' αδράξουμε το νήμα της ζωής μας ψηλά προς την αγνότητα και να επισφραγίσουμε τις χαραμάδες του μισεμού με φως και ομορφιά από την αντηλιά του ονείρου.

Σαν ποιητές να οικοδομήσουμε τον κόσμο με στίχους και σονέτα ξαστεριάς να μην πυκνώσουν τα σκοτάδια της ψυχής μας. Αγέραστοι να τραγουδήσουμε τις συγχορδίες των μεγάλων μας ερώτων στα πέρατα της υπαρξιακής μας μέθεξης. Να ξεδιψάσουμε με χούφτες δροσιάς κρυστάλλινης καθαρότητας και θαλπωρής στο αέναο ταξίδι της ψυχής μας.

Μόνο αν αγωνιστούμε για το ανέφικτο θ' αλλάξει ο κόσμος. Μόνο αν ακολουθήσουμε την δύσκολη πορεία. Καμία επανάσταση δεν κερδήθηκε αναίμακτα! Κανένας αγώνας δεν δικαιώθηκε δίχως απώλειες! Ο εύκολος δρόμος οδηγεί κατευθείαν στον γκρεμό, στην εύκολη ήττα. Η δόξα αγαπάει τους γενναίους και ο Θεός όσους μοχθούν. Κανείς δεν δικαιούται ευνοϊκές αλλαγές αν δεν αγωνιστεί γι' αυτές, αν δεν κοπιάσει. Η μοίρα δίνει τον πυρσό και η ψυχή τη φλόγα! Τα μάτια

οραματίζονται τα θαύματα και οι καρδιές δονούν το πεπρωμένο. Μόνο έτσι θα νικήσουμε το θεριό, στα ίδια του λημέρια, στη φωλιά του! Απευθείας στην καρδιά του πρέπει να στοχεύσουμε, προτού μας ξαναβρεί εκείνο. Μέσα στα μάτια του να καρφωθεί το δόρυ του αγώνα, να τυφλωθεί η αγάπη του για θάνατο ...

Πονάει η καρδιά μου όλες αυτές τις μέρες, τους μήνες, τους αιώνες του ιού. Ναι, σαν αιώνες πια φαντάζουν τα μερόνυχτα της σιωπής και της αποξένωσης. Σε κλειστό κύκλο με τους φόβους και τα σκοτάδια μου εναγκαλίζεται η ψυχή μου. Αγκομαχεί απατηλά στα ακροδάχτυλα της δύναμης της, εξασθενεί, χωλαίνει, κατακρημνίζεται και λίγο πριν εξατμιστεί ιλιγγιωδώς μες τ' άλυτα μυστήρια του σύμπαντος, αναδομείται, συντονίζεται κι ορθώνεται λαμπρά στη νέα της ταυτότητα! Έτσι είναι η ψυχή. Μέσα στις στάχτες της βρίσκει το φως να διεκδικήσει πάλι τα πιστεύω της. Να ασπαστεί μειλίχια τις πικραμένες της διαπιστώσεις και στις απογοητεύσεις της να δώσει αναπαμό.

Με ευσπλαχνία αποφάσισα να αντιμετωπίσω τον καιρό της συντριβής. Να φέρω ουσιαστικά πιο κοντά μου όσους η νόσος με διέταζε ν' απομακρύνω. Να κρατήσω αποστάσεις μόνο απ' την απανθρωπιά και τον εγωισμό. Να μην επιτρέψω το ένστικτο της επιβίωσης να με μετατρέψει σ' ένα ανθρωποειδές. Όλο εκείνο το διάστημα έως σήμερα δεν άφησα κανένα προσφιλές μου πρόσωπο χωρίς μια παρήγορη επικοινωνία. Το τηλέφωνο καλούνταν τώρα να παίξει τον ρόλο της εκκλησίας, να εμψυχώσει και να γαληνέψει τους ανθρώπους. Η καθημερινή επικοινωνία είχε γίνει πια απαραίτητη και καθοριστικής σημασίας για την ισορροπία των ψυχών. Η ενθάρρυνση και η συμπαράσταση ήταν το βάλσαμο μέσα στην απόλυτη πίκρα. Συμπάσχω θα πει πονάω και πονάω θα πει συμπάσχω ...

Κι ο θάνατος τόσο αλλόκοτα ερχόταν να ταραξεί τα σίδερα στα κελιά μας, να κροταλίσει στα κάγκελα προειδοποιώντας πως μήτε στην φυλακή είμαστε άτρωτοι. Έτσι απροκάλυπτα με κάθε θάνατο κλυδώνιζε ανηλεώς την ζήση μας κι έκοβε την ανάσα της αισιοδοξίας. Η εγγύτητα του ήταν σοκαριστική και αποστομωτική. Δεν άφηνε περιθώρια επιπόλαιης αντιμετώπισης. Ήταν πάντα τόσο κοντά, κρυμμένος κατάσαρκα στο πετσί της ψυχής μας. Μια ανάσα απ' το βήμα μας στις ολιγόλεπτες αγχωτικές εξόδους μας. Κάθε ένας φάνταζε ύποπτος. Πιθανό ασυμπτωματικό κρούσμα και αδιόρατη απειλή κατά της ζωής. Θάνατος που περιφέρεται θρασύτατα

στους αχανείς λαβύρινθους του φόβου.

Κι ήταν πολλές οι φορές που σκιάχτηκα και άπειρες οι στιγμές του πανικού. Μια λάθος κίνηση μπορούσε να αποβεί μοιραία. Ένα άγγιγμα του προσώπου, ένα αγκάλιασμα ... Τίποτα πια δεν έπρεπε να γίνει αυθόρμητα, τίποτα φυσιολογικά. Όλα τώρα έμπαιναν σε καλούπια μετρημένης συμπεριφοράς και συγκεκριμένων συνηθειών. Καταστατικά και οδηγίες θα στοίχειωναν στο εξής την καθημερινότητα μας. Αντισηπτικά και μάσκες θα συνόδευαν κάθε μας βήμα. Και η ψυχή μας θα έμενε φοβισμένη πίσω από κλειστές πόρτες να αφουγκράζεται τους σιωπηλούς λυγμούς της. Μ' ένα σκονισμένο χαμόγελο μέσα από παλιές φωτογραφίες θα αναπολούσαμε τραγικά γαλήνιες στιγμές. Εκεί στην εκπνοή της αντοχής θα καλούμασταν ξανά σε νέο αγώνα. Το δεύτερο κύμα του ιού βρίσκεται προ των πυλών και η θάλασσα του φόβου ωκεανός.

Μα αυτό που με ανησυχεί περισσότερο είναι πώς θα μοιάζει η ζωή μας στο εξής. Ποιά θα είναι άραγε η χροιά της; Η ασχήμια της με καθηλώνει και με τρομάζει. Τα ματωμένα τραύματα της όλο στάζουν. Κυλούν ορμητικά σαν άγριοι ποταμοί απόγνωσης πάντα με την ροή τους προς τον θάνατο. Ποιό φράγμα άραγε μπορεί ν' αλλάξει την κατεύθυνση τους και ποιός άνεμος να παρασύρει μακριά το μοιρολόι; Ποιά δύναμη μπορεί να ντύσει την γύμνια της ανθρωπότητας μπροστά στις περιρρέουσες απειλές;

Χρειάζονται Ήρωες για τέτοιες ώρες. Εκείνοι που θα υψώσουνε ανάστημα. Άνθρωποι απλοί, της διπλανής πόρτας, σχεδόν αόρατοι, διακριτικοί. Αυτοί οι ταπεινοί θα έρθουν να μας βγάλουν απ' την δίνη, εν ριπή φωτός θα στυλωθούν σαν κυπαρίσσια ολόγυρα μας. Τα μάτια τους θα είναι γαλανά και τα μαλλιά τους κατάξανθα και μπουκλωτά σαν των παιδιών, γιατί θα έχουν κάτι από εκείνα. Κάτι που πάλλεται πορφυρομυρωμένο με χίλιους σπόρους καλοσύνης σαν ρόδι ολόγιομο αγάπη. Είναι οι άγγελοι που ζουν ανάμεσα μας, που τους έστειλε ο Θεός γι' αποστολή. Αν τους κοιτάξεις βιαστικά δεν θα τους δεις μα αν τους προσκαλέσεις εγκαρδίως να ξέρεις πως θα είναι εκεί, σαν στυλοβάτες να σηκώσουν τον σταυρό σου. Θα σε κοιτάξουν μ' ένα ονειροπόλο βλέμμα που θα εστιάζει ευθύς μες την ψυχή σου και θα σου πουν να μην δειλιάζεις, να παλέψεις. Και τότε εσύ θα νιώσεις ξάφνου δυνατός σαν νικητής!

Τριανταφυλλίδου Μελίνας

Κορονοποιήματα (ποιητική συλλογή)

Ξεσηκωθείτε!

Στα έγκατα της γης βαθιά
έρπονται οι δυνάστες της ζωής μας,
του σατανά δανείζονται λαλιά
για να τρομάξουν τα αηδόνια της ψυχής μας.

Στοίχημα βάζουν το αύριο φρικτά
στις λυσσαλέες τους ορέξεις για εξουσία,
την ανθρωπότητα εξοντώνουν μαζικά
χωρίς να δίνουνε καμία σημασία.

Νεκροταφείο απέραντο η γη
έγινε για υποχθόνια παιχνίδια,
πειραματόζωο η ανθρώπινη ζωή
για να φορέσουνε του πλούτου δαχτυλίδια.

Χειραγωγούν, τις μάζες οδηγούν
σε λανθασμένα συμπεράσματα, στην πλάνη
την αλήθεια αποκρύπτουν και γελούν
μα ως εδώ, η ασυδοσία φτάνει!

Ξεσηκωθείτε, ανοίξτε τα φτερά
τις ψυχές σας ντύστε με ατσάλι,
ενωθείτε ο λαός σα μιά γροθιά
πολεμήστε για τη λευτεριά σας πάλι!

Κάντε πέρα όσους σας πονούν
όσους κλέβουν λίγο λίγο τ' οξυγόνο,
όλους αυτούς που θάνατο σκορπούν
και σας καταδικάζουνε αιώνια στον πόνο.

Διώξτε τώρα αυτούς που ανομούν
και αμετανόητοι την φρίκη σας σερβίρουν,
αυτούς που με τον Χάρο συνθηκολογούν
τον θάνατο απανταχού να σπείρουν.

Αγνοήστε όσους σας μυούν
σε μοιρολατρικά σενάρια ομηρείας,
όσους την πίστη σας με θράσος λαιδορούν
και σας μολύνουν με τη νόσο της φοβίας.

Σωθείτε τώρα απ' όσους σας μιλούν
με απώτερο σκοπό να ωφεληθούνε,
όσους στα μάτια με συμπόνοια σας κοιτούν
μα παραμύθια πάλι θα σας πούνε.

Ελευθερωθείτε απ' όλα τα δεσμά
από την φυλακή που κλείσαν τα όνειρα σας,
διάπλατα ανοίξτε της ψυχής σας τα φτερά
να ξαναβρείτε τη ζωή και τη χαρά σας!

Εν καιρώ...

Με τα ίδια πόδια θα βαδίσουμε
στους ίδιους δρόμους της ζωής μας τους γνωστούς,
ίδιοι κι εμείς πως μείναμε θα θεωρήσουμε

ανάμεσα σε άλλους διαφορετικούς.

Μα θα είμαστε αγνώριστοι, αλλιώτικοι
από άλλο υλικό φτιαγμένοι στο εξής,
στον πόνο και στον φόβο πια υπόδικοι
για το υπόλοιπο της δόλιας μας ζωής.

Θα είμαστε ρυτιδιασμένοι, αγέλαστοι
γηράσκοντες πρόωρα και πεζά,
μοναχικοί, δυστυχισμένοι και ανέραστοι
μπροστά στην απειλή που αγρικά.

Θα είμαστε χλωμοί και απαισιόδοξοι
φερέφωνα μιας μοίρας νοσηρής,
θα μαρτυρήσουμε σαν χριστιανοί ορθόδοξοι
στις άγριες παγίδες της ζωής.

Άλλοι κινούν τα νήματα της ζήσης μας
και μαριονέτες μας επιθυμούν,
το μόνο απάγκιο πια οι αναμνήσεις μας
από χαρές που πια μας τις στερούν.

Σκηνοθετούν το μέλλον μας ανεύθυνα
πλέκουν σενάρια στου πλούτου το βωμό,
μας οδηγούν στην εξαθλίωση υπεύθυνα
χωρίς να έχουνε κανένα δισταγμό.

Τρελοί υπογράφουν σιωπηλά την καταδίκη μας
και υποσκάπτουν τα θεμέλια της ζωής,
κατευθυνόμενα θηρία στον πλανήτη μας
μας οδηγούν προς την πορεία της συντριβής.

Νομοθετούν νόμους σκληρούς δυσβάσταχτους
και με τον σατανά κάνουν λογαριασμούς,
χάθηκε η τάξη σε καιρούς ανάστατους
σε αρρωστημένους και υποχθόνιους λογισμούς.

Χωρίς αξίες τη ζωή μας καπηλεύονται
και ακυρώνουν της ψυχής τα ιδανικά,
κάνουν τους φίλους μα στ' αλήθεια μας εχθρεύονται
και για το μέλλον εκκολάπτουν συμφορά.

Προσυπογράφουν με τον θάνατο συμβόλαια
και διασπείρουν την φοβία και το κακό,
στήνουν παγίδες τόσο απάνθρωπα και δόλια
μα αυτοί θα πέσουνε στον λάκκο εν καιρώ...

Είμαστε εδώ

Στενεύει η θηλιά
της ασφυξίας μου η μάσκα εδραιώνεται
της φυλακής μου το σκοτάδι εξαπλώνεται,
του ουρανού μου η συννεφιά βαριά με πλάκωσε
αυτός ο ιός στ' αλήθεια μας χαντάκωσε.

Κάθε ελπίδα μου με ερημιά τη γύμνωσε
με την αγάπη μου αγρίεψε και θύμωσε,
μας απομάκρυνε, σκληρά μας απομόνωσε
και τον ορίζοντα του μέλλοντος μας θόλωσε.

Τα όνειρα μας στις παγίδες του αιχμαλώτισε
για πόσο αντέχουμε ουδέποτε μας ρώτησε,

την ξαστεριά στα μάτια μας συσκότισε
και τα λουλούδια της ψυχής με πίκρα πότισε.

Όλη τη γη με πτώματα πλημμύρισε
θανατικό και οδύνη ολούθε μύρισε,
παντού τον φόβο έσπειρε και θέρισε
την ανθρωπότητα απανταχού διέλυσε.

Μα είμαστε εδώ όσοι επιζήσαμε κι αντέχουμε
την Παναγιά και τον Χριστό μαζί μας έχουμε,
είμαστε εδώ για τη ζωή να μαρτυρήσουμε
όλοι μαζί το άγριο θηρίο να νικήσουμε!

Σπίθες ζωής...

Μέρες σιωπής, νεκρές στιγμές
στον παγωμένο χρόνο
ιχνηλατούν σπίθες ζωής
που θάφτηκαν στον πόνο.

Στιγμές ηλιόχαρες, γλυκές
όνειρα ανθισμένα,
χαμόγελα και αγκαλιές
πρόσωπα ευτυχισμένα.

Παρέες ανθρώπων χαρωπές
φίλους αγαπημένους,
ματιές που καίγαν σαν φωτιές
για τους ερωτευμένους.

Αγάπες, έρωτες τρελούς

καρδιές που φτερουγίζουν,
αλαφρωμένους λογισμούς
φιλιά που μυροβλίζουν.

Τώρα χαθήκαν όλα αυτά
κρύφτηκαν σε αναμνήσεις
μα μια ζωή θα τα ποθείς
και πάντα θα δακρύζεις.

Δύσκολα χρόνια

Μωρέ τί θέλει αυτός ο ιός
να βάλουμε όλοι μάσκα
ή μήπως θέλει βρε παιδιά
εις το κεφάλι κάσκα;

Να μοιάζουμε εξωγήινοι
όλοι μας μασκοφόροι,
για να σωθούμε απ' τα δεινά
να πάρουμε τα όρη.

Ψηλά σ' απάτητες κορφές
σαν άγριοι να ζούμε
αφού εδώ στις γειτονιές
τρέχουμε να κρυφτούμε.

Δυό μέτρα κράτα απόσταση
μας λένε τα κανάλια
ωρέ πως καταντήσαμε
σ' αυτά εδώ τα χάλια!
Σε λίγο θα φοβόμαστε

μέχρι και τη σκιά μας,
γυρεύοντας πηγαίναμε
να βρούμε τον μπελά μας.

Δύσκολα χρόνια έρχονται
για τη φτωχή γενιά μας,
τί κόσμος θα αφήσουμε
στα δύσμοιρα παιδιά μας;

Ερήμην μας...

Μάτια φοβισμένα πίσω από μάσκες
ρίχνουν το βλέμμα τους στο απελπισμένο αύριο.
Ναυάγησε η ζωή και ίσα που κρατιέται
από ένα απομεινάρι της ψυχής της,
ένα μαδέρι ρημαγμένο
απέμεινε κοντά της να την σώσει
σαν δεκανίκι μες το κύμα να γλιτώσει.

Το σαπιοκάραβο με τα όνειρα βυθίστηκε
ήταν βαριά τα κρίματα μας για σεργιάνι,
ο απόπλους έγινε ορμώμενος για ξαστεριές
μα στα νερά μας καθρεφτίστηκε ο πόνος.

Ερήμην μας κίνησε η ζωή
για τις θλιμμένες πολιτείες των νεκρών
για της σιωπής το μελανό ποτάμι,
για τ' αναφιλητά των έρημων λυγμών
στην απειλητική της μοναξιάς θαλάμη.

Ερήμην μας μάτωσε η ψυχή

μες το μακάβριο σενάριο του τρόμου
σε αδιέξοδη σκάλωσε διαδρομή
στη φυλακή ενός άγνωστου νόμου.

Ερήμην μας χάθηκε το “μαζί”
η συντροφιά και η τρυφερότητα του κόσμου,
μέσα στα μάτια ένα αναπάντητο “Γιατί;”
γιατί ήρθε η άνοιξη χωρίς χρώματα φως μου...

Εν μέσω καραντίνας...

Εποχή κορονοϊού, εποχή εκφοβισμού, εποχή εγκλεισμού!

Αχ τί με περίμενε την δόλια να τραβήξω,
να κλειδωθώ στο σπίτι μου και τον πόνο να πνίξω
σε κορεσμένα λιπαρά, ντελίβερι και κράκερς,
να γίνει τούρλα η κοιλιά και οι φόβοι μου νάρκες.

Να τρέμω από το σπίτι μου έξω να ξεμυτίσω
και να φοβάμαι σα γριά μήπως και αρρωστήσω,
σε καραντίνα να κρατώ την τόση ομορφιά μου
να μην κολλήσω τον ιό και έβρω τον μπελά μου!

Για δεξ καιρό που διάλεξε η νόσος να με πάρει
τόρα που βρήκα η άμοιρη ωραίο παλικάρι.
Αλίμονο στα νιάτα μου και στην περπατησιά μου,
τί μου μέλλε η γυνή να δω στα χρόνια τα δικά μου.

Άδικη ζήση και ντουνιά, αλήτισσα αρρώστια
είναι η πίκρα μου πολλή που αποζητώ κομπόστα.
Να πνίξω κάθε σπαραγμό βαθιά εις το πετιμέζι
αφού ο άτιμος ιός με την ζωή μας παίζει.

Και έγινα τετράπαχη εν μέσω καραντίνας
μα έχει περάσει φίλοι μου μονάχα ένας μήνας.
Και δεν τολμώ να στηριχτώ η έρμη σε τακούνια
έχω παχύνει δυστυχώς μέχρι και στα ρουθούνια!

Λυγμοί, τριγμοί...

Δρόμοι άδειοι,
στα κλουβιά τους
οι άνθρωποι ασθμαίνουν,
τα θηρία ελεύθερα διαβαίνουν,
είναι οι φόβοι, είναι η οργή.

Υπόκωφοι λυγμοί
μέσα απ' τους τοίχους βγαίνουν,
τα δάκρυα ολισθαίνουν
στον πόνο τη ρωγμή.

Σπαρακτικοί τριγμοί
ρυτίδες της γαλήνης,
στο ασήμι της σελήνης
χύθηκε η σιωπή.

Ερήμωσε η πόλη
και τώρα οι διαβόλοι
θερίζουν τη ζωή...

Ρόδο που θα σπάσει...

Τί να την κάνω μια ζωή χωρίς εσένα,

δρόμοι κλειστοί τα βήματα μου φυλακίζουν.

Τα αισθήματα στο στήθος μου θροΐζουν
στ' απέραντα της μοναξιάς μου δάση,
τώρα η σιωπή θα 'ρθεί να μ' αγκαλιάσει
κι ο φόβος που στα εσώψυχα μου τρίζει.

Τώρα η ζωή μου θάνατο θυμίζει
και η καρδιά μου ρόδο που θα σπάσει...

Ζωή φοβία...

Ημερολόγιο φρίκης
καθημερινότητα καταδίκης,
μέσα στην καραντίνα
θάνατος η ρουτίνα.

Όλα βουβά και άδεια
και τα όνειρα ρημάδια,
όλα νεκρά και κρύα
και η ζωή φοβία...

Γιατί...

Απειλές παντού
της ζωής το δώρο ακριβό,
η μοναξιά μετράει το κενό,
πότε αγαπημένε θα σε δω;

Νεκρική σιγή
μόνο των ειδήσεων βουή,
άλλαξε απότομα η ζωή
θάνατος αργός μοιάζει κι αυτή.

Και ρωτώ γιατί
πάνω που άνθισε η δόλια μου ψυχή
ήρθε ένας ιός σαν απειλή
η άνοιξη μου στον χειμώνα να χαθεί...

Οι πόλεις των ζητιάνων

Μερόνηχτα τρόμου
σε πολιτείες αδειανές από ελπίδες,
βγαίνει ο ήλιος σκυθρωπός χωρίς αχτίδες.
Ποιόν να ζεστάνει στους ερημωμένους δρόμους;
οι άνθρωποι υπάκουσαν στις μοναξιάς τους νόμους.

Μέρα και νύχτα μένουν μέσα στα κλουβιά τους
απ' τα παράθυρα πετάνε τα όνειρα τους,
εξανεμίζονται στο αύριο του τρόμου
διασκορπίζονται στ' απόμερα του δρόμου.

Διαψεύσεις, χίμαιρες, ματαιώσεις τόσων πλάνων
τώρα εκκολάπτονται οι πόλεις των ζητιάνων,
φτώχεια, ανέχεια την πόρτα μας χτυπάει,
της ανεργίας ο ιός θε να μας φάει.

Όλα στημένα, όλα βάση των σχεδίων
των πονηρών που υπηρετούνε το θηρίων,
ωμά σερβίρουν στο λαό τα παραμύθια
αθλίως φερόμενοι παραποιώντας την αλήθεια.

Κούφια αποβράσματα μιας κοινωνίας που φθίνει
μα η εξουσία αποποιείται την ευθύνη,

δόλια ψέματα ο κοσμάκης καταπίνει
όλα τα ρήμαξαν, τίποτα δεν θα μείνει...

Αίμα νωπό...

Σιωπή,
τα φτερά μου τσακισμένα,
το πέταγμα μου προς εσένα
ανάμνηση γλυκιά μα και πικρή.

Δεν θα μπορέσω πια της άνοιξης
να σου φέρω κλωνάρια,
τόρα στον πόνο
σέρνονται τα χνάρια.

Και η ψυχή μου
μες της θλίψης τα σκοτάδια
αναζητά τα δύο σου μάτια
σαν φεγγάρια.

Στης μοναξιάς τις αμυχές
θα γλυκανθίζεις
μες της καρδιάς μου τις ρωγμές
θα μυροβλίζεις.

Στου έρωτα μας την πατρίδα
θα γυρίζεις
κάθε που η θύμηση θ' ανθεί
και θα δακρύζεις.

Αίμα νωπό

η αγάπη θα μυρίζει
για τη ζωή που δύο καρδιές
απάνθρωπα χωρίζει...

Άτιτλο

Με κουρασμένα βήματα
στα ίχνη του θανάτου
στα στάσιμα θολά νερά
του ψυχικού μου βάλτου,
γυρεύω ανάσα και πνοή
να βγω απ' τη μπόρα δυνατή,
να δω ξανά λαμπρό το φως
και τη ζωή να πάρω αλλιώς,
με κέφι και ανεμελιά
για να χαθεί η συμφορά.

Στη μοίρα της οδύνης

Άδειες μέρες, άδειες νύχτες,
μόνο ο φόβος τώρα τις γεμίζει
ο ιστός ενός ιού μας φυλακίζει
στο κελί που ο θάνατος θερίζει.

Γκρίζες πόλεις με της θλίψης τον μανδύα
υποτάχθηκαν στην άγρια πανδημία,
οι πληγές τους θα γραφτούν στην ιστορία
με νεκρούς ως να κοπάσει η τρικυμία.

Παραδόθηκαν στη μοίρα της οδύνης
ήρθες άνθρωπος μα φάντασμα θα γίνεις,

δεν μπορείς άλλο τον πόνο να υπομείνεις,
στην ψυχή σου οι κρατήρες της σελήνης...

Μακριά από ΄σένα...

Αγαπημένε μου
πόσο μακριά σε πήρε η βροχή...
Ένας ιός του έρωτα τον υιό
υπονομεύει,
γίνεται φόβος μέσα μας,
θεριεύει
και η ζωή απ' την ψυχή μας
δραπετεύει.

Την αφήνει μόνη
μέσα στη θλίψη
να ματώνει,
όνειρα ν' αποκαθηλώνει
και της ελπίδας το μετάξι
να ξηλώνει.

Γίνεται αγχώνη
γύρω απ' τον έρωτα
και όλο τον πληγώνει,
κρατά μακριά αγαπημένους,
τους σκοτώνει
σαν άγρια απειλή
που τους κυκλώνει.

Γίνομαι σκόνη
μες τον αέρα

στης καρδιάς το χιόνι,
μέσα στον πόνο
η αγάπη μου ριζώνει.
Μακριά από 'σένα
η ζωή δεν ξημερώνει...

Άτιτλο

Αναπολώ
την πρότερη ζωή...
Επιθυμώ
ξανά τον ουρανό...

Ασφυκτιώ,
το τίμημα βαρύ...
Αναζητώ
πνοή και λυτρωμό...

Ζητώ...

Τον πλανήτη του Θεού γυρεύω
αυτόν που με σοφία Εποίησε,
από τον ψεύτικο τους κόσμο δραπετεύω,
απ' τα σκοτάδια που η φοβία με μύησε.

Ζητώ τον ήλιο, τον παλιό μου φίλο
να αγναντέψουμε μαζί το πεπρωμένο μας,
τον χαρωπό της ευτυχίας γρύλο
να πλημμυρίσουμε με μελωδίες το μέλλον μας.

Ζητώ το γέλιο να επιστρέψει στη ζωή μας

και η χαρά να αφυπνίσει τα όνειρα μας,
λευκά φτερά να εξυψώσουν την ψυχή μας
και να ευφρανθεί μέσα στο στήθος η καρδιά μας.

Να ελαφρώσει και να νιώθει πως πετάει
η ξεγνοιασιά να ημερέψει τους καημούς της,
να γλυκαθεί και σαν παιδάκι να γελάει,
ν' απαλλαγεί από τους μαύρους λογισμούς της.

Άτιτλο

Σπάσε τις αλυσίδες
στους δρόμους αλυχτά ο πόνος,
καθένας έμεινε πίσω από τοίχους μόνος
και δραπετεύουν απ' τα μάτια του οι ελπίδες.

Βαρύ το βήμα και το βλέμμα σκοτεινιάζει
είσαι το θύμα και η ζωή για πάντα αλλάζει,
διαγράφει όλες τις χαρές γεννώντας φόβους
για αιτίες τόσο ποταπές, δαιμόνιους λόγους.

Κι εσύ απλά ένας θνητός μέσα στα κτήνη
αναζητάς πάντα την άνοιξη εκείνη
που η ψυχή σου μες τα χρώματα θ' ανθίσει
και δεν θα υπάρχει πια ιός να σε φοβίσει.

Ψάξε τον Ήρωα...

Μείνε ακέραιος.
Κλείσε τ' αυτιά σου στου φόβου τις σειρήνες,
φύλαξε το πνεύμα σου απ' τους άχρονους μήνες.

Στην ασπρόμαυρη άνοιξη όνειρα σπείρε
και στις ψυχής σου το σθένος γείρε.

Πάρε τα δάκρυα της μοναξιάς σου
και στα πελάγη ρίξ' τα της λήθης
να αλαφρώσει πια η καρδιά σου
από τα βάρη που τώρα εκλύθεις.

Βουνά τα βάσανα που σου φορτώνουν
και τ' αδιέξοδα πια δίχως τέλος,
σκληρά τα δρώμενα που σε γειώνουν
και της πικρίας σου το άκαμπτο βέλος.

Τρυπά τα όνειρα και τα πληγώνει
λάφυρα μοιάζουν της συμφοράς σου,
στο άγριο μέλλον γίνονται σκόνη
νεκρές ελπίδες μες την καρδιά σου.

Έκπτωτα άστρα πλάι στο κύμα
στην τρικυμία του θυμικού σου,
έχε το νου σου μη γίνεις θύμα
ψάξε τον Ήρωα του εαυτού σου.

Στου νόστου την άκρη...

Στο μηδέν χτυπάει
του πόνου το ρολόι
η ζωή κυλάει
και ηχεί σα μοιρολόι.

Ο χρόνος παγώνει

και δεν ξεκολλάει
ο δρόμος τελειώνει,
σε τέλμα μας πάει.

Η ψυχή φτερουγίζει,
στα σύννεφα ψάχνει
τη γλύκα του κόσμου,
της ευτυχίας την άχνη.

Η γη όλο βαραίνει
και πλοίο θυμίζει
μέσα στον βούρκο
τα όνειρα της βυθίζει.

Ανοίγουν οι πύλες
του πεπρωμένου
και βρίσκω σημάδια
ενός κόσμου κλεμμένου.

Θολώνουν τα μάτια
από το δάκρυ
και ψάχνω κομμάτια
στου νόστου την άκρη.

Τότε που οι άνθρωποι
χαμογελούσαν,
είχανε όνειρα
και ευτυχούσαν...

Μόνο ένα...

Την αντοχή σφυρηλατώ
της αποξένωσης μου
τώρα που σιωπηλά κρατώ
τ' αηδόνια της ψυχής μου.

Μας απολίθωσε ο καιρός
στης μοναξιάς τα χνώτα,
μας πρόλαβε ο κατακλυσμός
και της πικρίας η ρότα.

Άλλαξε χρώμα η ζωή
και με σκοτάδι εντύθει,
ο φόβος λάβωσε βαθιά
τα τρυφερά της στήθη.

Μόνο ένα μένει σταθερό
και ουδέποτε αλλάζει,
η αγάπη μου ως τον ουρανό
που στ' άστρα μ' ανεβάζει.

Άτιτλο

Αμίλητους, ασάλευτους, απόκρημνους
έτσι μας άφησε ο άθλιος ιός.
Αγρίμια σε κλουβιά φυλακισμένα
στης μοναξιάς τα νήματα δεμένα,
πίσω από μάσκες ξένοι πια
όλοι για τον καθένα...

Ασάλευτες σκιές...

Είναι μακριά ο παράδεισος
κι η κόλαση ολόγυρα μας,
η καθημερινότητα μας άβυσσος
κλέβει τα όνειρα μας.

Ασθένειες και απειλές
μας καταδυναστεύουν,
χλόμιασαν μέχρι και οι καρδιές
κι από έρωτα νηστεύουν.

Μένουνε μόνες, σιωπηλές
στο έρημο κελί τους,
φυλλοροούν στις συννεφιές
μακριά απ' την άνοιξη τους.

Ψυχορραγούν, μοιάζουν νεκρές
χωρίς το σκίρτημα τους,
άγονες χέρσες ερημιές
δίχως τον έρωτα τους.

Σαν πεταλούδες σιωπηλές
στης χειμωνιάς τους κλώνους
βλέπουν ασάλευτες σκιές,
νεκρούς ανθρώπους μόνους...

Μνήμες οδύνης...

Τριγμοί νεκροί
της ψυχικής μου ερήμωσης
απάνθισμα,
κλώνοι που μείναν

με μπουμπούκια ολάνθιστα,
σε μια καινούργια χειμωνιά
απολιθώθηκαν,
δώρο στου Άδη τα σκοτάδια
δόθηκαν
να ευωδιάσει η σιωπή
του κάτω κόσμου.

Ζωές στις νόσου τα δεσμά
προδόθηκαν,
όνειρα ατελεύτητα
πληγώθηκαν.

Μνήμες οδύνης
μόνο σώθηκαν
και οι ψυχές
που λευτερώθηκαν...

Άτιτλο

Φτέρωσαν οι ψυχές ψυχή μου
στο τελεσίγραφο της μοίρας παραδόθηκαν,
χλωμές, βαριές απογειώθηκαν
για το ταξίδι το στερνό της λησμονιάς,
μακριά απ' τη γη της νοσηρής φθοράς
για μια πατρίδα μακρινή, της ξαστεριάς...

Άτιτλο

Σκοτάδι, νόσος

πόσος φόβος μας έπνιξε;
Στ' αλήθεια πόσος;

Πώς αγγαρεία έγινε η ζωή;
Πώς δεκανίκια απέκτησε η ψυχή;
Από της ερημιάς της τις ρωγμές πίνει νερό,
μέσα σ' αγκάθια και πληγές ψάχνει ουρανό.

Το σούρουπο την πνίγουν οι λυγμοί
η αλήθεια την τρυπάει σα γυαλί,
οι ασθένειες χτυπούν σαν κεραυνοί
μετέωρο στα μάτια ένα Γιατί...

Καρδιές σε ομηρεία

Στο ξεροβόρι των καιρών αφέθηκα
ανήμπορη τον φόβο να νικήσω,
τη θλίψη των λυγμών νυμφεύθηκα
μες τις οδύνες μου να ναυαγήσω.

Ο χρόνος μας προσπέρασε αμείλικτος
και πήρε τις καρδιές σε ομηρεία,
η επανένωση μαρτυρική σαν ίλιγγος
στης μοναξιάς μας την θηριωδία.

Αισθήματα μεγάλα που λαβώθηκαν
από την ερημιά που έρπει ολόγυρα μας
κι αν κάποια όνειρα με δεκανίκια σώθηκαν
ψυχορραγούν αδιαμαρτύρητα βαθιά μας.

Ο κόσμος έγινε απρόσωπος και αγέλαστος

κι η επανάσταση δε βρήκε ακόμα δρόμο,
ο έρωτας απέμεινε ανέραστος
να κλαίει στις απόγνωσης τον ώμο...

Άτιτλο

Παγωνιά...
πια την συνήθισα
τ' όνειρο βύθισα
στη λησμονιά...

Σιωπή...
την αποδέχτηκα
μόνη πορεύτηκα
στη συντριβή...

Ως τα ουράνια

Λουλουδιασμένη η ψυχή μου ξεκινά
στα νεφελώματα πορεία να χαράξει,
βλέπει του ήλιου το σινιάλο από μακριά
κι αναζητά φτερά για να πετάξει.

Όμως τα έκλεψε ο κορονοϊός
κι έτσι την άφησε γυμνή και λυπημένη,
την λεηλάτησε, την τσάκισε εντελώς
κι έτσι πεζή οδοιπορεί και λαβωμένη.

Μα δεν λυγίζει, έχει δύναμη κρυφή
έχει της πίστης τα φτερά στα εσώψυχα της
και δεν πτοείται, θα αναδυθεί

ως τα ουράνια να βρει τα όνειρα της!

Άτιτλο

Ζωή αγέλαστη.
Καρδιά ανέραστη.
Φωνή αλάλητη.
Ψυχή παράλυτη.

Πρόσωπα αόματα.
Σβησμένα χρώματα.
Βουβά τα στόματα
σ' άψυχα σώματα...

Κενοτάφιο...

Οι πολιτείες των μελλοθάνατων δε γελούν
βουρκώνουν μες την άγρια οδύνη,
της νόσου ποιός θα πάρει την ευθύνη
όταν κατάματα οι ψεύτες μας κοιτούν.

Ζητιάνοι γίνανε οι άνθρωποι για όλα
τ' απλά αυτά, τα αυτονόητα της ζήσης,
πια απαγορεύεται ψυχή μου να ευτυχήσεις
να αγαπήσεις, ν' αγκαλιάσεις, να φιλήσεις.

Απαγορεύεται σαν άνθρωπος να ζήσεις
απαγορεύεται το μέλλον σου να χτίσεις,
μόνο το τώρα είναι εδώ για να τολμήσεις
να του ζητήσεις να σου δώσει εξηγήσεις.

Μα αυτό κωφεύει, σ' εγκλωβίζει στη σιωπή του
και δραπετεύει, σε κλειδώνει στο κελί του.
Όλα στα κλέβει, σε τσακίζει η αντοχή του,
μυρμήγκι είσαι στη σκακιάρα τη δική του.

Ακόμα ένα υποψήφιο κουφάρι
στο κενοτάφιο που μοιάζει με αμπάρι
τί κι αν γεννήθηκαν ψυχή μου παλικάρι
στου φόβου πλάγιασες κι εσύ το μαξιλάρι...

Θυμάσαι έρωτα μου;

Τα πόδια μου λυγίσανε
δεν έχω άλλη αντοχή καρδιά μου,
έλα σιμά μου, στ' όνειρο αργήσαμε.
Μαζί κινήσαμε, θυμάσαι έρωτα μου;
Μαζί το αύριο μ' ελπίδες ζωγραφίσαμε.

Μα ύστερα χάθηκες, ξεμάκρυνες ψυχή μου
ήρθε η νόσος και τα χνάρια μας διέγραψε.
Μα ύστερα άλλαξες, διαβρώθηκες ζωή μου
και η καρδιά μου ράγισε και έκλαψε.

Συννέφιασε σαν ουρανός κι εσύ ο ήλιος,
αλάργεψες αγόρι μου και έσβησες.
Έρθε ο φόβος και συστήθηκε ως φίλος
και έξω απ' την αγκάλη σου με έκλεισες.

Πέρασαν μέρες, εβδομάδες, μήνες
και ούτε μια αχτίδα δεν μου έστειλες.
Μείναν οι ελπίδες μου κούφιας και στείρες

μα ήρθες στ' όνειρο μου και ανέτειλες.

Σαν άνοιξα τα μάτια μου σε είδα
υπέρλαμπρο όσο ποτέ κοντά μου,
για 'μένα είχες φυλάξει κάθε αχτίδα
και έγειρες επάνω στην καρδιά μου.

Αλήθεια ζοφερή...

Ο θάνατος έρχεται αργά και ύπουλα
και δεν φθείρει μόνο την ύλη,
στέκεται αδιάντροπα, οικτρά
μπρος στις ψυχής την πύλη.

Άγριος μας τρομοκρατεί
τα όνειρα ζυπνάει,
τα κάνει αλήθεια ζοφερή
και σαν βοριάς περνάει.

Θερίζει άμοιρες ζωές
και διασκορπά την φρίκη,
άρρωστες γίναν οι εποχές
σ' όλης της γης τα μήκη.

Ασθένειες και χαλασμοί,
τρόμος κι εχθροπραξίες
μόλυναν κάθε μας στιγμή
με άγχη και φοβίες.

Άτιτλο

Μέρες βουβές
μόνο οι φοβέρες πια
κραυγαλέα ουρλιάζουν.
Τα άγχη πύκνωσαν
και τις χαρές σκιάζουν,
οι δρόμοι ερήμωσαν
και με πελάγη μοιάζουν...

Θα αντέξουμε

Φοβάμαι,
οι καιροί βοούν απόγνωση
και ετούτη η νόσος μοναξιά.
Η εντολή κάποιων τρελών
είναι η εξόντωση
και του κάτω κόσμου η παγωνιά.

Θλίβομαι πολύ που ζω μια κόλαση,
που κοιτώ θλιμμένα τα παιδιά
όφειλα τη γη να κάνω όαση
μα με πρόλαβε του φόβου η σκιά.

Έγραψα πολλά γλυκά ποιήματα,
παραμύθια για ν' αφήσω στα παιδιά
μα της μοίρας τα αιμοβόρα κύματα
άγρια αφάνισαν τη χαρά.

Βούτηξα την πένα μου στο όνειρο

και ζωγράφισα την ύστατη στιγμή
κι απ' τα ουράνια γλυκοστάλαξε ανθόνερο
να βαφτίσει την πικρία υπομονή.

Σκέφτηκα αγαπημένα πρόσωπα
και τα φύλαξα για πάντα στην ψυχή,
ιός αόρατος με ίχνη τόσο απρόσωπα
απειλεί και κλέβει τη ζωή.

Μα τολμώ και τον κοιτώ κατάματα
κι αν διψά για αίμα είμαι εδώ,
των πιστών τα ευλογημένα τάματα
καντηλάκια προσευχών στον ουρανό.

Θα αντέξουμε αδέρφια μου την κόλαση
όλοι ενωμένοι προς τον Γολγοθά,
με την Θεία καθοδήγηση και ενόραση
την Ανάσταση θα ζήσουμε ξανά!

Βουνά παράπονα

Σιωπηλός θάνατος, βουβός,
μοναχικός, παντέρημος,
μέσα σου απλώθηκε η έρημος
σε αποξένωσε
απ' τους ανθρώπους που αγαπάς.

Τώρα μονάχα
σε μια οθόνη τους κοιτάς
και το στερνό αντίο δίχως χάδι,
πυκνώνει μέσα σου

βαθαίνει το σκοτάδι
βουνά παράπονα
σ' ακολουθούν στον Άδη...

Ἡρωα μου

Ἡρωα μου, με αυταπάρνηση
δόθηκες στον αγώνα
μ' έναν ιό
που ήρθε με κορώνα
να κλυδωνίσει
του πλανήτη τη γαλήνη
και να μας ρίξει
στης απόγνωσης τη δίνη.

Μα εσύ παλεύεις
σαν αητός και σαν λιοντάρι
για τους ανθρώπους,
για της κοινωνίας τη χάρη,
εσύ στην πρώτη τη γραμμή
για την υγεία
δίνεις το είναι σου
με τόση αυτοθυσία.

Σ' άγριες βάρδιες
άγρυπνος δε λυγίζεις,
σφίγγεις τα δόντια θαρρετά
και συνεχίζεις,
τους ασθενείς σου
σαν παιδιά σου τους φροντίζεις
και αγωνίζεσαι ίαση να χαρίζεις.

Πάντα εδώ
μες την καρδιά του πόνου
για να κερδίσεις
το άγριο στοίχημα του χρόνου...

*αφιερωμένο στους γιατρούς που αγωνίζονται
στην πρώτη γραμμή κατά του κορονοϊού*

Επίγειος άγγελος

Ἡρωας,
επίγειος άγγελος είσαι γλυκέ μου,
των ασθενών παρηγοριά κι απάγκιο.
Ο άνθρωπος που μου δίνει κουράγιο
ν' αντέξω τις κακοτοπιές καλέ μου.

Γιατρός του πόνου και της οδύνης
ήρθες στη γη υγεία να δίνεις,
τους πάσχοντες ν' ανακουφίζεις
και την ψυχή σου να χαρίζεις.

Αγόγγυστα μα και γενναία
σε κάθε πρόκληση μοιραία,
πάντα στην πρώτη τη γραμμή
κάθε ασθενής για να σωθεί.

Και πάλι εδώ αγωνιστής
για την αξία της ζωής,
συνέχισε μη φοβηθείς
σ' έχει ανάγκη η πατρίς!

*αφιερωμένο στους γιατρούς που αγωνίζονται
στην πρώτη γραμμή κατά του κορονοϊού*

Ρωμανόπουλος Θανάσης

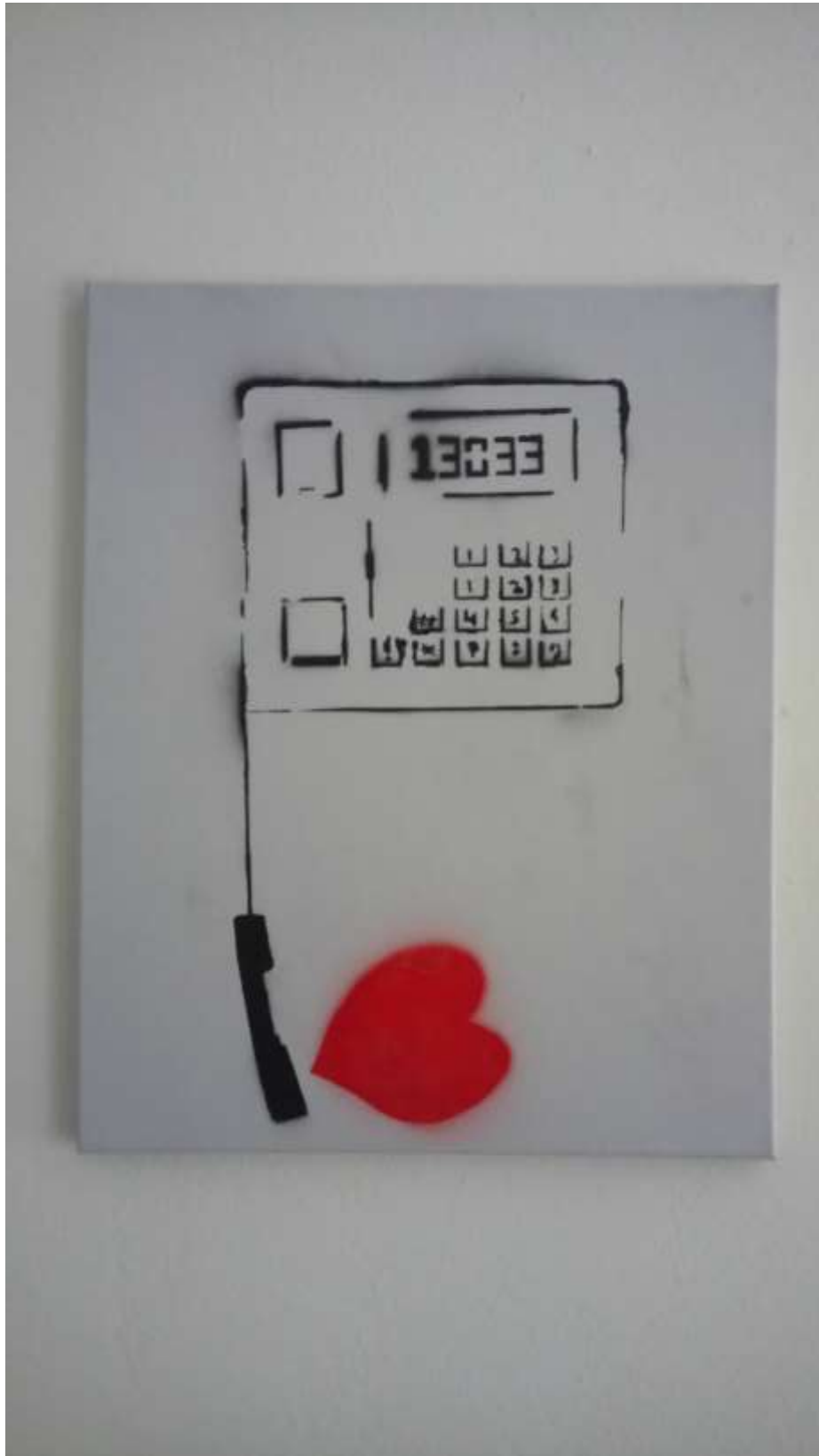
Ο Θανάσης Ρωμανόπουλος, είναι υποψήφιος διδάκτορας οικονομικών στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

Η ζωγραφική είναι χόμπι του και χαίρεται πολύ που συμμετέχει για δεύτερη χρονιά στη συγκεκριμένη έκθεση ζωγραφικής.

Ντεκιρικίζουσα Ύδρα: Ο πίνακας αυτός, αποτελεί μία παραλλαγή του πίνακα του Γιάννη Μόραλη, που είχε γίνει για τον Ελληνικό Οργανισμό Τουρισμού (επικολλάται και γραμματόσημο). Καθώς η περίοδος της πανδημίας συνέπεσε με το Πάσχα, έγινε η υπόθεση ότι το δημοφιλές νησί του Αργοσαρωνικού, θα στερούνταν επισκέπτες. Η σκέψη αυτή, έρημα νησιά την Άνοιξη, σχεδόν σουρεαλιστική, με έκανε να παραλείψω τις ανθρώπινες μορφές από τον πίνακα, του καφεναείου του Τάσσου, δίνοντας του έναν τόνο ερημιάς, που συναντάται σε πίνακες του Τζόρτζιο ντε Κίρικο. Και για να προσδώσω μία επιπλέον νότα του σουρεαλισμού που ζήσαμε, ζωγράφισα το πλεύμενο σκάφος που υπάρχει στον πραγματικό πίνακα, πίσω από τον βραχίονα, για να συγγενέψει με τον πίνακα του Ιταλού “το αίνιγμα ενός φθινοπωρινού απογεύματος”.

13033 αγάπη μου: Ο συγκεκριμένος πίνακας, είναι φτιαγμένος με την τεχνική του στένσιλ, και δείχνει ένα καρτοτηλέφωνο, με πεσμένο ακουστικό, όπου βγαίνει μία καρδιά. Ήθελα να εντυπώσω, τη συχνή χρήση του αριθμού 13033 και τη δυσκολία που επέφερε ο ιός στις ανθρώπινες σχέσεις.

13033 αγάπη μου



Ντεκιρίζουσα Ύδρα του Μόραλη με γραμματόσημο



Σακκελαρόπουλος Σταύρος – Παρασκευάς

Στιγμές του Covid 19



Σάλτα Ευφραιμία

Στιγμές Covid



Σουβατζής Νίκος

Ο Νίκος Σουβατζής γεννήθηκε στο Βερολίνο το 1977. Είναι απόφοιτος του τμήματος Φιλοσοφίας, Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών. Έχει εργαστεί ως συντάκτης σε έντυπα και διαδικτυακά μέσα. Ασχολείται με την πεζογραφία και την ποίηση. Ποιήματά του έχουν μεταφραστεί στα ισπανικά, στα γαλλικά και στα αγγλικά και έχουν δημοσιευτεί σε λογοτεχνικά περιοδικά και ανθολογίες. Έχει εκδώσει μια συλλογή διηγημάτων με τίτλο Αναχώρηση, μια ποιητική συλλογή με τίτλο Χειμερινή ισημερία και μια νουβέλα με τίτλο Μετά από χιλιάδες φεγγάρια. Υπό έκδοση βρίσκεται η δεύτερη ποιητική του συλλογή με τίτλο Ανατολική περίπολος.

Πέντε δυσκολίες για να γράψει κανείς για την πανδημία

Ξεκινώντας να γράφω για την πανδημία και την καραντίνα, και παραφράζοντας τον Μπρεχτ, έχω να αντιμετωπίσω πέντε δυσκολίες. Η πρώτη είναι ότι ήδη έχω γράψει πολύ για αυτό το θέμα. Διηγήματα, ποιήματα, σχόλια σε κοινωνικά δίκτυα. Η δεύτερη δυσκολία είναι ότι η καραντίνα δεν επέφερε σχεδόν καμία αλλαγή στη ζωή μου πέρα απ' το ότι πριν από κάθε μου έξοδο έπρεπε να στείλω γραπτό μήνυμα. Όσο και αν ακούγεται παράξενο πριν την καραντίνα έβγαινα σπανιότερα απ' το σπίτι, για λόγους που δεν είναι της παρούσης. Η τρίτη δυσκολία είναι μήπως αυτό που θα γράψω φανεί κοινότοπο, απ' τη στιγμή που έχουν γραφτεί και ειπωθεί τόσα πολλά. Η τέταρτη δυσκολία που έχω να αντιμετωπίσω γράφοντας για την πανδημία είναι ο φόβος μήπως άθελά μου δείξω ασέβεια στους νεκρούς. Μη ανήκοντας στις ομάδες υψηλού κινδύνου και έχοντας να αντιμετωπίσω αμέτρητα προβλήματα, δεν ένιωσα κανένα φόβο απέναντι στην αρρώστια. Η πέμπτη και τελευταία δυσκολία είναι η στάση μου απέναντι στα περιοριστικά μέτρα. Ήταν απαραίτητη η απαγόρευση κυκλοφορίας; Υποκρύπτει αυταρχισμό; Η απάντηση μόνο εύκολη δεν είναι.

Η έξαρση της πανδημίας του κορονοϊού με βρήκε να αναρωτιέμαι ποιο θα είναι το γεγονός που θα δώσει το στίγμα του στη δεκαετία του 2020. Το γεγονός που στιγμάτισε τη δεκαετία του 1990 ήταν η πτώση του τείχους του Βερολίνου και η διάλυση της Σοβιετικής Ένωσης, αυτό που σφράγισε τη δεκαετία του 2000 ήταν η τρομοκρατική επίθεση της 11ης Σεπτεμβρίου, ενώ για τη δεκαετία του 2010 αυτό το γεγονός ήταν η οικονομική κρίση. Η πραγματικότητα τελικά έδωσε την απάντηση που αναζητούσε η φαντασία μου. Μαζί με τον αριθμό των κρουσμάτων και των νεκρών αυξάνονταν οι δυσοίωνες προβλέψεις αλλά και η δυσκολία να διακρίνει κανείς την αλήθεια απ' το ψέμα και τη συνωμοσιολογία.

Όπως προανέφερα, περνώντας πριν την καραντίνα το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου μου στο σπίτι, κατά τη διάρκειά της ελάχιστα πράγματα άλλαξαν για μένα. Αυτό που θα μπορούσα να πω ότι χαρακτήρισε την εμπειρία μου απ' την πανδημία ήταν τα παράξενα όνειρα, που ως επί το πλείστον ήταν εφιάλτες. Έβλεπα πολύ συχνά στον ύπνο μου δικούς μου ανθρώπους που έχουν φύγει απ' τη ζωή. Ίσως γιατί σε

περιόδους που υπάρχει κίνδυνος για τη δημόσια υγεία ανησυχούμε περισσότερο για τους δικούς μας. Άλλα στοιχεία που κυριαρχούσαν σε αυτούς τους εφιάλτες ήταν η ανασφάλεια και η σύγχυση. Πολύ συχνά έβλεπα ότι έπρεπε να αντιμετωπίσω κάποιες δύσκολες καταστάσεις όντας εντελώς ανέτοιμος και άλλες ότι βρισκόμουν σε έναν άγνωστο τόπο που δεν μπορούσα να προσδιορίσω. Χώρες, πόλεις και συνοικίες άσχετες μεταξύ τους μπερδεύονταν δημιουργώντας ένα εφιαλτικό σκηνικό. Πάντοτε αυτά τα άσχημα όνειρα διακόπτονταν απότομα.

Τέλος, αυτό που θα μου μείνει απ' αυτή την περίοδο είναι ότι δεν ένιωσα τον ερχομό της άνοιξης που κάθε χρόνο περιμένω με μεγάλη ανυπομονησία. Η μέρα μεγάλωσε, η θερμοκρασία ανέβηκε, οι αμυγδαλιές άνθισαν, τα χελιδόνια ήρθαν αλλά όλα αυτά πέρασαν χωρίς να με αγγίξουν αφού στην επικαιρότητα επικρατούσε ο θάνατος. Το Πάσχα με γύρισε πολλά χρόνια πίσω, όπου η Ανάσταση με βρήκε μόνο στο τηλεφωνικό κέντρο κάποιας στρατιωτικής μονάδας. Με τη σταδιακή άρση των περιοριστικών μέτρων ήρθε κατευθείαν το καλοκαίρι. Αφήνω αυτή την εμπειρία πίσω μου ελπίζοντας να μην επαληθευτούν οι προβλέψεις για το δεύτερο κύμα της πανδημίας.

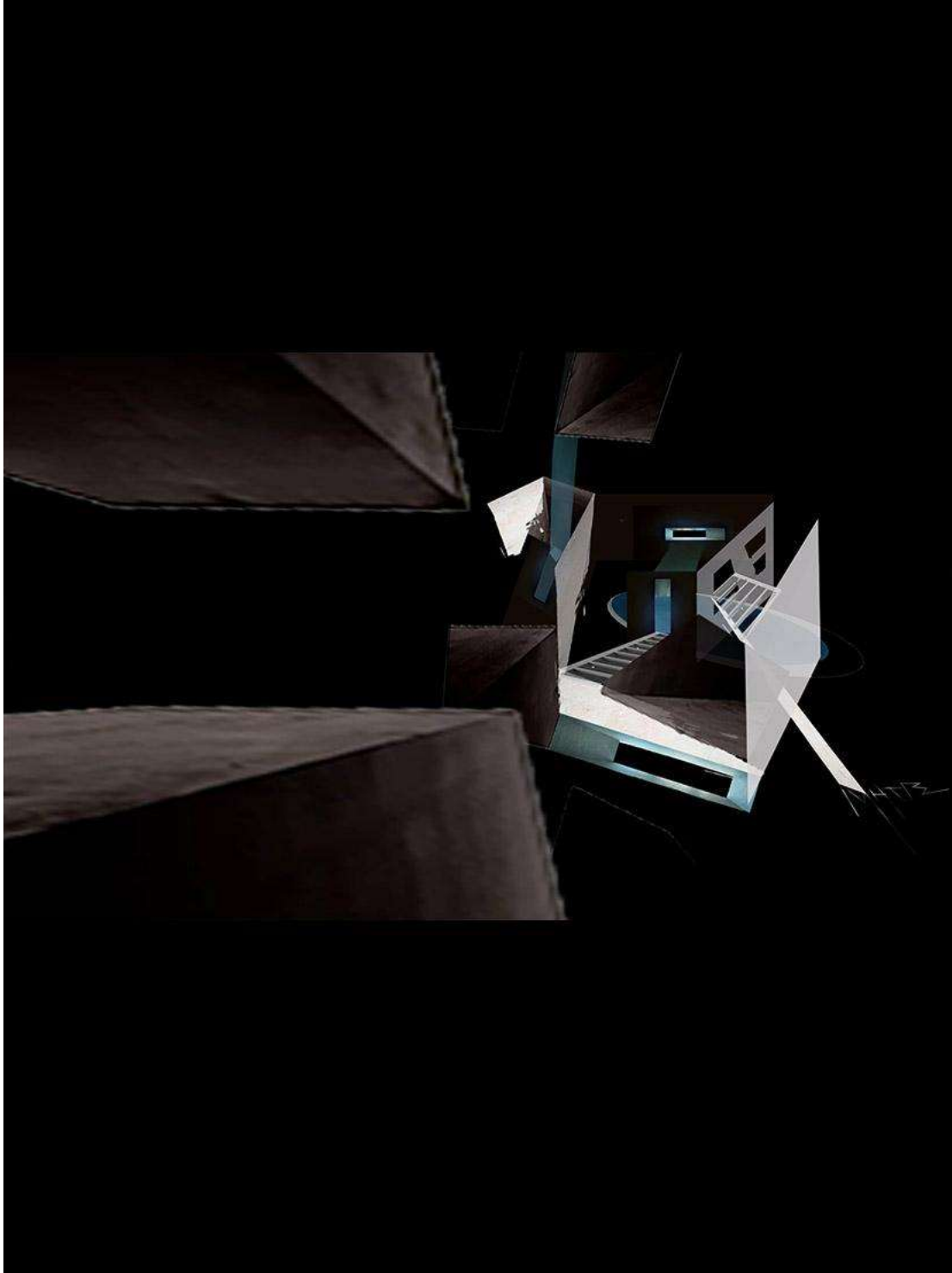
Τσαρούχας Θάνος

Covid – 19



Φαραντούρη Βαλεντίνας

ΜΗΤΙΣ



Συναδινού Κανέλλα

Γεννημένη στον Πειραιά, ζω στην πόλη, που αν και επίνειο των Αθηνών, διατηρεί την ξεχωριστή της φυσιογνωμία. Σπούδασα στη Φιλοσοφική Σχολή Αθηνών, στο Ιστορικό Αρχαιολογικό τμήμα και στην Αγγλική Φιλολογία. Διορίστηκα ως φιλόλογος στη Δημόσια Εκπαίδευση, την οποία υπηρέτησα έως πρόσφατα και η οποία μου απέδωσε το άμεσο γνώρισμά μου: καθηγήτρια ή καλύτερα, δασκάλα.

- Χρισμένη το προνόμιο να αγαπώ τη δουλειά μου, συνεχίζω να ασχολούμαι με τα προσφιλή πεδία της Ιστορίας, της Γλώσσας και της Λογοτεχνίας. Για έτη διατηρούσα μια στήλη σε τοπική εφημερίδα επί θεμάτων ιστορικού και λαογραφικού ενδιαφέροντος. Κάποτε μου ζητήθηκε να αναλύσω ένα λογοτεχνικό έργο υπό έκδοση και έκτοτε έχω συμμετάσχει επανειλημμένα σε πάνελ βιβλιοπαρουσίασης ως ομιλήτρια. Βρίσκομαι συνέχεια στη διαδικασία απόκτησης νέας γνώσης, όπως μιας ξένης γλώσσας.

- Πέρα από τα λογοτεχνικά και πνευματικά μου ενδιαφέροντα, ασχολούμαι ενεργά με εναλλακτικές μεθόδους αναζωογόνησης του σώματος και του πνεύματος. Αγαπώ τη γυμναστική, το κολύμπι, τον χορό, μέσω των οποίων επιδιώκω την αδιάκοπη επαφή με τη ροή της ζωής.

- Πρώτη μου έκδοση, η ποιητική μου συλλογή «**Γαλάζιο ενστερνίστηκα**», εκδ. Φίλντισι, 2019.

- Υπό έκδοση βρίσκεται το βιβλίο μου (συλλογή από νουβέλες) «**Με μποτίνια και γοβάκια και σπορτέξ** - δέκα δεκαετίες, δέκα γυναίκες, μια περιήγηση στον 20^ό αιώνα».

Παράξενη άνοιξη

τούτη η άνοιξη έξω απ' τις γρίλιες το φως φυλάκισε
θεριακωμένες μέρες σ' απόσκια απάγκια εγκλώβισε
άλαλα αφήφησε του έθνους τα μαρτιάτικα γενέθλια
άγνωρα απόσβησε τα ιερά απριλιάτικα γιορτάσματα

τούτη η άνοιξη αντί ανθιών κιγκλιδώματα φύτρωσε
τις αγκαλιές εξοβέλισε στων μiasμάτων τα τάρταρα
άχαρα καπλάντισε τις μορφές με σφιχτό επίστρωμα
άπονα ξέφτισε τις επαφές σε μηχανικό απεικόνισμα

:: αυτόνομη χύθηκε η άνοιξη

γοργοδιαβαίνει θαλερή ::

:: σε κούφια γη θεριεύει

τρόμους θρέφει ::

:: οραματίζεται θάματα

θέρους το νήμα αδράχνει ::

:: ξεθάβει απαντοχές

θωπείες μεταγγίζει ::

:: θάλπους γιατρεία ξανοίγει

υποθάλπει διάδοχες άνοιξεις ::

είθε άνοιξη άλλη φονική ποτέ να μην ξανάρθει

Φασιλάκη Ολυμπιάδα

Η Ολυμπιάδα Φασιλάκη είναι καθηγήτρια Αγγλικών και μητέρα δύο αγοριών. Πιστοποιήθηκε πρόσφατα στο πρόγραμμα PROTON NLP Practitioner International Certification από τους φορείς ΚΕΔΙΒΙΜ MetaMathesis & ITA NLP. Έχει οργανώσει αρκετές ομιλίες με πανεπιστημιακούς καθηγητές και παρουσιάσεις βιβλίων στην πόλη της. Συμμετείχε στην προώθηση προγραμμάτων σε θέματα Ψυχικής και Κοινωνικής Υγείας του Πανεπιστημίου Αιγαίου. Επίσης υπήρξε συντονίστρια για την πόλη της Καλαμάτας στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα Ενδυνάμωσης και Συμβουλευτικής του Πανεπιστημίου Αιγαίου. Συμμετέχει και συντονίζει διάφορες κοινωνικές, φιλανθρωπικές δράσεις σε συνεργασία με φορείς της πόλης. Διακρίνεται για την ευχέρεια στην επικοινωνία και την ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης.

Τα λουλούδια της Ελπίδας



Μάρτιος 2020. Στο εξωτερικό τα κρούσματα και οι θάνατοι ήδη αυξάνονται με γεωμετρική πρόοδο. Στη γειτονική μας Ιταλία επικρατεί χάος με εκατοντάδες νεκρούς. Ο κορονοϊός κάνει την εμφάνιση του και στην Ελλάδα. Μετά την επιβεβαίωση κρουσμάτων και μπροστά στο φόβο της εξάπλωσης του ιού, ακυρώνονται όλες οι αποκριάτικες εκδηλώσεις στη χώρα, κλείνουν όλες οι εκπαιδευτικές δομές, οι εκκλησίες, ακολουθούν καφετέριες, μουσεία, εμπορικά καταστήματα.

22 Μαρτίου, ο πρωθυπουργός αναγγέλλει με διάγγελμα την απαγόρευση της κυκλοφορίας. Ο χρόνος φαίνεται να σταματάει σε εκείνη τη μέρα. Άγχος, ανασφάλεια, φόβος, θλίψη τα συναισθήματα που επικρατούν. Απαγόρευση κυκλοφορίας, πρόστιμα, κυρώσεις, το σύνθημα «μένουμε σπίτι» να ακούγεται παντού και ο αριθμός 13033 μπαίνει για τα καλά στη ζωή μας. Οποιοδήποτε λόγος για μετακίνηση πρέπει να δηλωθεί και να εγκριθεί.

Δικοί μου άνθρωποι γιατροί, νοσηλευτές, στην Ελλάδα και το εξωτερικό

βρίσκονται ήδη σε καίριες θέσεις και στα νοσοκομεία αναφοράς και μάχονται ενάντια στον αόρατο εχθρό. Συγγενείς μου που ανήκουν σε ευπαθείς ομάδες μένουν μέσα στο σπίτι. Προγραμματισμένα ταξίδια γνωστών μου από το εξωτερικό ακυρώνονται. Όλοι Μένουμε Σπίτι. Εκτός της αγωνίας για τον κορονοϊό ο καθένας μας καλείται να διαχειριστεί και τους δικούς του εγκλωβισμούς, τους Κύκλωπες και τους Λαιστρυγόνες. Να επιλέξει αν θα δει αυτή την κατάσταση ως εμπειρία και ευκαιρία στο να επενδύσει στην καλλιέργεια του νου, εφόσον έχει άπλετο ελεύθερο χρόνο ή να παρασυρθεί στη μαυρίλα της καθημερινότητας και να οδηγηθεί στη κατάθλιψη.

Και εκεί αναρωτιέσαι.. και τώρα τι; Πώς μπορώ εγώ σαν άνθρωπος να βοηθήσω εμένα και τους ανθρώπους γύρω μου. Σκέφτομαι ότι κάτι θα μπορώ να κάνω. Βλέπω τον κόσμο μέσα από τα μάτια τους. Οι δικοί μου άνθρωποι οι φίλοι μου στην

πρώτη γραμμή κάποιοι και ως εθελοντές αγωνίζονται μέρα νύχτα ακούραστοι.



Εν τω μεταξύ «είναι Άνοιξη πια δε χωράει η πίκρα μέσα στο φως. Να λες ουρανός κι ας μην είναι» λέει ο αγαπημένος μας ποιητής Γιάννης Ρίτσος. Τα λευκά και ροζ ανθάκια από τις αμυγδαλιές, τις βερικοκιές και οι μοσχοβολιστές λεμονιές μαρτυρούν την αναγέννηση της φύσης, την ελπίδα τη ζωή.

Τόση απλόχερη ομορφιά μας προσφέρει η μητέρα φύση που αγαλλιάζει το σώμα και η ψυχή. Αναρωτιέμαι πως θα ήταν αν μπορούσα εγώ να μεταφέρω λίγη

από αυτή την ομορφιά στους φίλους μου γιατρούς που αγωνίζονταν στα νοσοκομεία, στους φίλους μου που δε μπόρεσαν να ταξιδέψουν μέχρι την Ελλάδα και σε εκείνους με τα σοβαρά θέματα υγείας.

Έχω την τύχη να ζω κοντά στη φύση, σε μια όμορφη επαρχιακή πόλη που συνδυάζει βουνό και θάλασσα. Τι πιο απλό από το να πάρω το κινητό μου και να ξεκινήσω να φωτογραφίζω τις ομορφιές της Ελληνικής γης.. Να μοιραστώ την ομορφιά που έβλεπα εγώ με άλλους ανθρώπους.

Έτσι γεννήθηκε η ιδέα των λουλουδιών της ελπίδας.



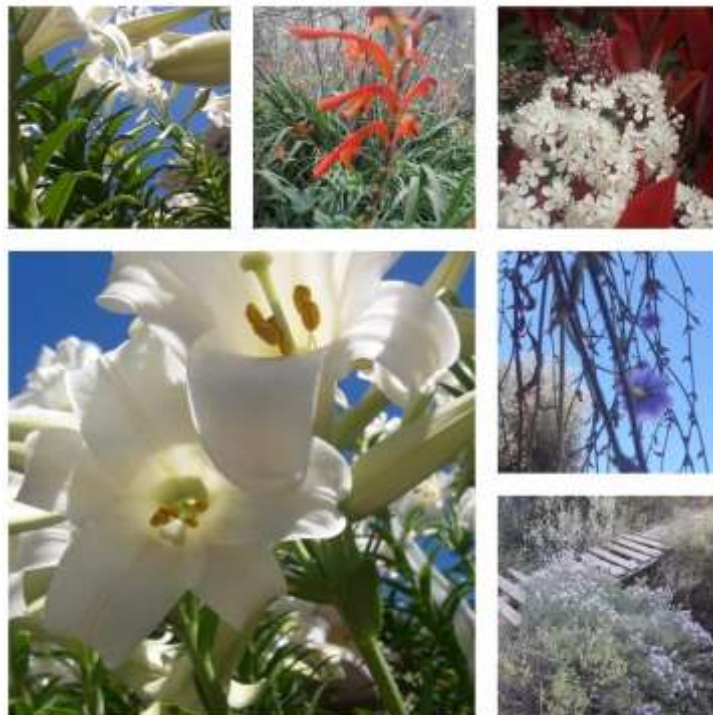
Μία φορά την ημέρα ένα μήνυμα στο 13013 και επιλογή για αθλητική δραστηριότητα. Είχα αποκτήσει ένα σκοπό. Βγαίνοντας έξω ο νους μου ξεφεύγει από την αγωνία και το φόβο και εστιάζεται μόνο στα χρώματα των λουλουδιών. Λουλούδια μεγάλα και μικρά σε σχήμα, με χρώματα ζωηρά, χρώματα απαλά, ποικίλες αποχρώσεις κάποια φυτρωμένα ακόμα και ανάμεσα σε βράχια. Χρώματα, μυρωδιές, αρώματα

χαϊδεύουν τις αισθήσεις εξαργυρώνοντας τη λύπη και το άγχος.

Η φύση φορώντας το πιο όμορφο φόρεμα της παρασύρει σε ένα χορό αισθήσεων. Αμέτρητα λουλούδια ... Μαργαρίτες, κατακόκκινες παπαρούνες και διάφορα άλλα δίχως να ξέρεις το όνομα τους προσφέρουν απλόχερη ομορφιά.



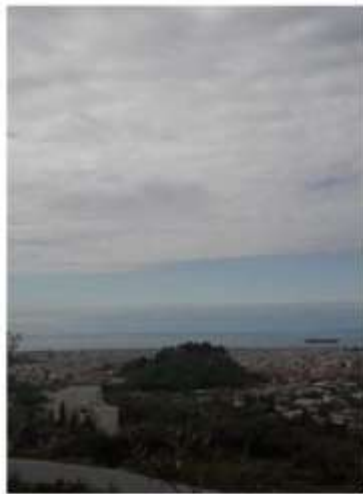
Άρχισα να στέλνω τις φωτογραφίες μου. Από την Αθήνα μέχρι την Πολύπαθη Ιταλία, το Κατάρ, το Ντουμπάι και τη Νέα Υόρκη. Οι πρώτες αντιδράσεις χαρά, ηρεμία και αγαλλίαση της ψυχής. Μία ανάσα μέσα στην καραντίνα με ένα ταξίδι στον κόσμο των αισθήσεων. Η ομορφιά των χρωμάτων θεραπευτική, προσφέρει μια ανάσα αισιοδοξίας και ελπίδας ότι όλα θα πάνε καλά.



Ταυτόχρονα θέλοντας να εκμεταλλευτώ τον ελεύθερο χρόνο μου ξεκίνησα να παρακολουθώ προγράμματα on line σχετικά με το αντικείμενό μου, τη διδασκαλία και να συμμετέχω σε ομάδες. Η αγωνία για τον Covid 19 παντού η ίδια σε όλο τον κόσμο. Άρχισα να μοιράζομαι τις φωτογραφίες μου θέλοντας να μεταφέρω λίγη αισιοδοξία. Τα χρώματα των λουλουδιών τους έκαναν το θαύμα τους. Και εκεί συνέβη κάτι μαγικό. Και άλλοι άνθρωποι μπήκαν στη διαδικασία να βγουν έξω να φωτογραφίσουν τις γειτονιές τους ακόμα και από τα παράθυρα των σπιτιών τους και να μοιραστούν φωτογραφίες με διάφορα τοπία, μνημεία από τις χώρες τους. Εικόνες από την Ελβετία, Μεξικό, Περού, Μαρόκο και τη μακρινή Ινδία. Γίναμε μια ομάδα, είχαμε την αγωνία για τον ιό αλλά και πίστη ότι όλα θα πάνε καλύτερα. Απέκτησα μία φίλη από την Ινδία, καθηγήτρια στο πανεπιστήμιο που μου έγραφε ότι περίμενε κάθε φορά τις φωτογραφίες με την κορούλα της γιατί δεν επιτρεπόταν να βγουν έξω από την πόρτα τους και έβλεπε μόνο κτήρια. Τι όμορφο συναίσθημα να μοιράζεσαι, να νιώθεις τη χαρά και την ευγνωμοσύνη!



Και κάπως έτσι φτάνουμε στη Μεγάλη Παρασκευή. Ημέρα πένθιμη και με την καρδιά όλων σφιγμένη γιατί οι εκκλησίες είναι κλειστές.. πρωτόγνωρα συναισθήματα. Νιώθεις την ανάγκη να βρεθείς κάπου κοντά σε ένα ξωκλήσι να προσευχηθείς μοναχικά και με το βλέμμα στραμμένο στον ουρανό να νιώσεις λίγο πιο κοντά στο Θεό. Να αντλήσεις πίστη και δύναμη. Εικόνες από το εκκλησάκι του Αγίου Φανουρίου μακριά από την πόλη και τον περίβολο γεμάτο ολόλευκους κρίνους μου κράτησαν συντροφιά εκείνη τη μέρα.



Λένε «Απρίλης με τα λουλούδια και Μάης με τα ρόδα». Η Φύση σε όλο της το μεγαλείο με τις μεθυστικές μυρωδιές από τα μαγευτικά τριαντάφυλλα.

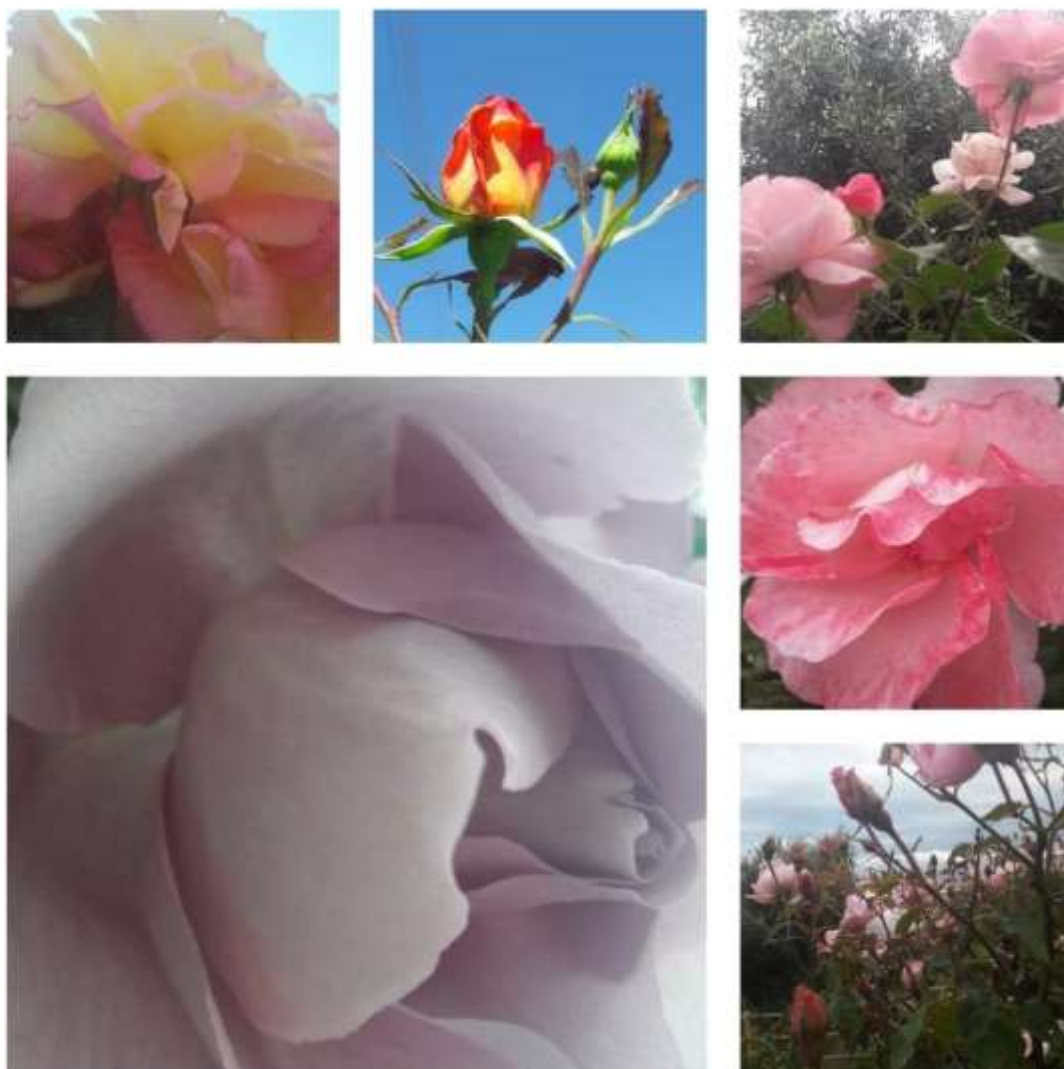


Κόκκινα, κίτρινα, μωβ, πορτοκαλί, κατάλευκα.. Κάθε χρώμα κρύβει Και ένα διαφορετικό μήνυμα. Το κόκκινο συμβολίζει την αγάπη και τον έρωτα, Το ροζ εκφράζει την ευγνωμοσύνη και την εκτίμηση και το λευκό το χρώμα της αγνότητας και της αθωότητας. Ασύλληπτη ομορφιά που ξυπνά τα πιο όμορφα αισθήματα!!



Αιχμαλωτίζοντας στην καρδιά λίγη από τη μαγεία της φύσης, με τα λαμπερά χρώματα και τα μεθυστικά αρώματα επέλεξα να εστιαστώ στην αισιοδοξία και την ομορφιά της ζωής και να βρω αυτό τον τρόπο να αντιμετωπίσω την καραντίνα και το φόβο του ιού, μέσα στην μαυρίλα που όλοι βιώσαμε. Πέτυχα το στόχο μου να πάρω και να δώσω χαρά στους ανθρώπους γύρω μου.

Γιατί όλοι μαζί μπορούμε να ξεπεράσουμε και αυτή τη δυσκολία με τον covid 19 ελπίζοντας σε ένα πιο θετικό μέλλον και το τέλος της πανδημίας. Ένας για όλους, όλοι για έναν!





Φιλίππου Φίλιππος

Ο Φίλιππος Α. Φιλίππου γεννήθηκε στο χωριό Ορούντα της επαρχίας Λευκωσίας στην Κύπρο.

Έχει ασχοληθεί με όλα τα είδη γραφής. Αρκετά από αυτά έχουν δημοσιευτεί σε ηλεκτρονικές ιστοσελίδες, ενώ άλλα έχουν συμπεριληφθεί σε διάφορες ανθολογίες, καλλιτεχνικά ημερολόγια και περιοδικά σε Κύπρο και Ελλάδα. Έχει τιμηθεί με δεκάδες βραβεία και επαίνους σε διάφορους λογοτεχνικούς διαγωνισμούς σε Ελλάδα και Κύπρο.

Έχει εκδώσει τα ακόλουθα βιβλία: «30 Ιστορίες Χίλιες εικόνες», «40 Ιστορίες Χίλιες εικόνες» και την «ιστορική διαδρομή της ψυχικής νόσου στην Κύπρο».

Είναι κάτοχος ενός πτυχίου και δυο μεταπτυχιακών τίτλων και εργάζεται στο χώρο της ψυχικής υγείας.

Από την κόλαση στο παράδεισο εν μέσω πανδημίας

Εισαγωγή:

Εκείνη την Τετάρτη είχαν φανεί τα πρώτα σύννεφα που προμήνυαν την επερχόμενη καταιγίδα που θα εισχωρούσε ξαφνικά και απρόσμενα στη ζωή του. Ο ίδιος αργότερα μου είχε αναφέρει ότι όλα είχαν ξεκινήσει σαν αδιαθεσία, σαν μια συνηθισμένη γρίπη και σύντομα εξελίχθηκε σε κάτι άγνωστο, που αρνιόταν επίμονα ούτε ως σκέψη να το αποδεχθεί. Αρχικά ο υψηλός πυρετός και αμέσως μετά ο έντονος βήχας άρχισαν σιγά – σιγά να του υποβάλλουν την ιδέα πως το πιο εφιαλτικό σενάριο είχε εισβάλλει με σκοπό να κάνει τη δική του ζωή όσο και της συμβίας του ακόμη πιο δύσκολη. Δεν του έφτανε που ο ίδιος πολεμούσε εδώ και χρόνια με τον ίδιο του τον εαυτό για να μπορέσει να ισορροπήσει μιας και ήταν διαγνωσμένος με μανιοκατάθλιψη, τώρα είχε να αντιμετωπίσει και αυτό. Το θετικό αποτελέσματα από το τεστ για τον κορωνοϊό, απλώς επιβεβαίωσε αυτό που ήδη φοβόταν. Από κει και πέρα τα πράγματα εξελίχθηκαν πολύ γρήγορα. Ασθενοφόρο, παραλαβή, παροχή οξυγόνου είσοδος στο νοσοκομείο.

Κυρίως Θέμα: Στην πτέρυγα βρίσκονταν ήδη πολλοί ασθενείς με την ίδια ή και χειρότερη κατάσταση. Άνθρωποι κάθε ηλικίας που άλλοτε έσφυζαν από ζωντάνια και δημιουργικότητα. Ανάμεσά τους και ο ίδιος! Ένας ψυχικά ασθενής διαγνωσμένος με διπολική διαταραχή. Τον τοποθέτησαν άμεσα σ' ένα θάλαμο με εξαιρετικά καλή υποδομή. Ήταν η μοναδική φορά που πρόσεξε τις ανέσεις του νοσοκομείου. Αυτές τις δύσκολες στιγμές λίγο τον ένοιαζε το περιτύλιγμα του πόνου, μου ανέφερε αργότερα.

Εκείνη την ώρα είχαν αναδυθεί όλα τα υπαρξιακά του ερωτήματα ενώ πάλευε να βρει τις απαντήσεις. Ήταν οι ώρες που η καρδιά πονούσε και υπόφερε μ' ένα «γιατί σε μένα; Δεν μου έφτανε το ψυχιατρικό πρόβλημα θα έπρεπε να το αντιμετωπίσω και αυτό». Ήταν γεγονός ότι γιατροί και νοσηλευτές πολλών ειδικοτήτων είχαν επιστρατευτεί για αυτόν. Ήταν ένα πρωτόγνωρο αίσθημα ευθύνης. Ακτινογραφίες, εξετάσεις, αναλύσεις. Ένας πόλεμος μόλις ξεκίνησε με τον ιό!

Στο μεταξύ τα νέα μαθεύτηκαν γρήγορα. Οι υπόλοιποι ψυχικά ασθενείς που

τον γνώριζαν σοκαρίστηκαν αλλά δεν τα έβαλαν κάτω, έλπιζαν ότι στο τέλος όλα θα πάνε καλά. Κάποιοι έρχονταν έξω από το νοσοκομείο και με αγωνία παρακαλούν το Θεό. Οι φίλοι του τηλεφωνούσαν καθημερινά για να μάθουν νέα του.

Δυστυχώς ο γιατρός έβλεπε με αγωνία τα επίπεδα του οξυγόνου να πέφτουν δραματικά. Αποφάσισε έτσι να μεταφερθεί επειγόντως στην εντατική. Ο ιός έχει προσβάλλει είδη τους πνεύμονες. Ο πυρετός έχει φτάσει το 40, ενώ τα αντιπυρετικά αδυνατούσαν να τον αντιμετωπίσουν.

Ήταν είδη στην εντατική. Γύρω του βρίσκονταν μηχανήματα. Αμέτρητα κουμπάκια, ενδείξεις, μετρήσεις, συνδέσεις με τους πιο υπερσύγχρονους υπολογιστές. Απέναντι ένα μεγάλο μαύρο ρολόι με κόκκινα ψηφία. Τίποτα άλλο. «Αυτός θα είναι ο κόσμος μου» είχε σκεφτεί «για όσο διάστημα θα χρειαστεί να μείνω εδώ. Αρκεί να τα καταφέρω στο τέλος να βγω!»

Όλο του το σώμα ήταν γεμάτο σωληνάκια. Μάταια προσπαθούσε να μετακινηθεί, αλλά το σώμα του δεν τον υπάκουε. Υπήρχαν στιγμές που ανάπνεε με δυσκολία. Ο αναπνευστήρας ανεβοκατέβαινε ρυθμικά σε μια προσπάθεια να τον κρατήσει στη ζωή. Δεν είχε καμιά οπτική επαφή με τον έξω κόσμο. Πόσο θα ήθελε να υπήρχε μια μικρούλα σχισμή στον τοίχο του, μου εκμυστηρεύτηκε αργότερα, για να μπορούσε να βλέπε μια στάλα γαλάζιο ουρανό.

Στην πόρτα εμφανιζόταν η γιατρός η οποίος προσπαθούσε να τον κάνει να αισθανθεί όμορφα. Δεν μπορούσε να γνωρίζει αν ήταν ξανθιά ή μελαχρινή, αν ήταν μεσόκοπη ή νέα. Γνώριζε όμως ότι ήταν ένας άγγελος, που προσπαθούσε με όποιον τρόπο μπορούσε, να τον κάνει να αισθανθεί λίγο καλύτερα. Το βλέμμα της ήταν όλο αγάπη, τρυφερότητα και σεβασμό.

Αργότερα ερχόταν μια νοσοκόμα. Δεν γνώριζε ποια ήταν, μα ούτε πώς τη λένε. Όλες ίδιες έμοιαζαν με τις «αστροναυτικές» στολές τους, τα γυαλιά ασφαλείας και τα γάντια. Δυο φορές το 24ωρο του έπαιρναν αίμα. Το οξυγόνο στο αίμα εξακολουθούσε να ήταν αρκετά χαμηλά. Προσπαθούσε και ο ίδιος να δίνει κουράγιο στον εαυτό του.

Οι ώρες περνούσαν αργά και βασανιστικά. Αργότερα έμπαιναν όλοι μαζί, με τα χαρτιά, τις σημειώσεις, την αγωνία, την ελπίδα τους. Του είχαν ανακοινώνουν πως το οξυγόνο σταθεροποιήθηκε και μάλιστα σε ικανοποιητική τιμή, για να ακολουθήσει λίγο αργότερα μεγάλη άνοδος των επιπέδων οξυγόνου!

Οι τελευταίες αναλύσεις του αίματος έδειχναν αύξηση των επιπέδων οξυγόνου αλλά και ότι η πνευμονία υποχωρεί, πράγμα που επιβεβαίωσε και η ακτινογραφία. Η μηχανική υποστήριξη ελαττώθηκε σταδιακά και παράλληλα αυξήθηκαν τα επίπεδα του οξυγόνου στον οργανισμό του. Η συμβία του στο τηλέφωνο, του δίνει κουράγιο και του μεταφέρει τις ευχές όλων των φίλων του, των ψυχικά διαταραγμένων φίλων του.

Μπαίνουν στο θάλαμο δυο νοσηλεύτριες. Τέλος για εσάς η εντατική! Θα σας μεταφέρουμε σε θάλαμο νοσηλείας, τον πληροφορούν με χαμόγελο.

Πόσο όμορφος φαινόταν τώρα ο κόσμος σ' έναν θάλαμο νοσηλείας! Ποιος θα του το έλεγε αυτό και θα το πίστευε. Αλλά όταν επιστρέφεις από το θάνατο, ακόμα κι ένας μικρός και μονότονος θάλαμος νοσοκομείου παίρνει άλλες διαστάσεις ως και η μανιοκατάθλιψη φαντάζει πολύ μικρή κοντά του.

Ο ουρανός είναι ντυμένος μ' ένα απίστευτα όμορφο γαλάζιο χρώμα. Η εικόνα είναι μαγευτική. Δεκάδες πουλιά σχίζουν χαρούμενα τον αέρα. Θεέ μου, με τι ομορφιά έχεις ντύσει τον κόσμο αναφώνησε η ψυχή του! Είναι χαρούμενος, πολύ χαρούμενος! Τώρα πια μπορεί να επικοινωνεί με τον έξω κόσμο.

Οι μέρες περνούν. Το κορμί του αναρρώνει σιγά – σιγά και προσπαθεί να επανέλθει. Αύριο θα επιστρέψει στο σπίτι του. Πρέπει όμως να μείνει άλλες δεκαπέντε μέρες στην απομόνωση. Τον είχαν εφοδιάσει με συσκευή οξυγόνου σε περίπτωση υποτροπής. Χρειαζόταν ωστόσο, βοήθεια και παρακολούθηση από έμπειρους νοσηλευτές. Του είχαν στείλει δυο νοσηλεύτριες.

Συμπεράσματα:

Έφτασε η ώρα να ολοκληρώσουν το έργο τους. Ο ίδιος ζήτησε να μάθει την αμοιβή τους. Η απάντηση των νοσηλευτριών «ξέρετε, αρκετοί από τους ανθρώπους που βοηθήσαμε πριν, ηλικιωμένοι, ευάλωτοι, φιλάσθενοι, νόσησαν από τον ιό και πέθαναν. Αποφασίσαμε λοιπόν, στη μνήμη όλων αυτών των ανθρώπων να μην πάρουμε αμοιβή από εσάς».

Χάντζου Ευγενία

Η Χάντζου Ευγενία εργάζεται εδώ και 16 χρόνια στο τμήμα ταμείων αρχικά στην εταιρία Carrefour Μαρινόπουλος και αργότερα στην εταιρία Ελληνικές Υπεραγορές Σκλαβενίτη Α.Ε.Ε. Η προηγούμενη εργασιακή της εμπειρία ήταν για 3 χρόνια στην εταιρία Microland θυγατρική της Altec ως υπάλληλος γραφείου και στις πωλήσεις κινητής τηλεφωνίας. Στο Help Desk της μηχανογράφησης και χρήση προγράμματος εμπορικής διαχείρισης Unixfor. Επίσης έχει εργαστεί στο τμήμα HR και στην γραμματειακή υποστήριξη.

Έχει ολοκληρώσει Γενικό Λύκειο και κατέχει Πτυχίο Σχεδίασης Έργων Πολιτικού Μηχανικού και Αρχιτέκτονα από το ΙΕΚ Ξυθή. Είναι γνώστης της Αγγλικής Γλώσσας και κατέχει πτυχίο Proficiency in English Michigan University. Έχει παρακολουθήσει σεμινάρια πάνω στο αντικείμενο της εργασίας της.

Καινούργια Ζωή

Ανοίγοντας το παράθυρο του μυαλού της, η Αλίκη θυμάται τις στιγμές της πανδημίας και πως αυτές άλλαξαν για πάντα την ζωή της. Χρειάστηκαν μόνο δεκατέσσερις μέρες!

13 Μαρτίου 2020,

Πρωινό ξύπνημα για δουλειά. Σε μισή ώρα έπρεπε να είναι στο γραφείο. Η ίδια ρουτίνα κάθε μέρα ξεκινούσε με ένα χαπάκι T4 και μια γουλιά νερό ντύσιμο στα γρήγορα συνήθως κάτι απλό και ευρύχωρο κλειδιά και τσάντα στο χέρι. Σε πέντε λεπτά βρισκόταν στο αυτοκίνητο. Η δουλειά της Αλίκης ήταν δέκα λεπτά δρόμος με το αμάξι. Αλλά η κυκλοφορία ήταν περιορισμένη λόγω της ώρας. Επτά και ένα βρισκόταν στο γραφείο. Ήταν μια ήρεμη μέρα συνηθισμένη. Ο ιός ήταν ένα υπαρκτό πρόβλημα αλλά εκείνη δεν φοβόταν γιατί ήταν απομονωμένη στο γραφείο της. Οι επαφές της ήταν ελάχιστες. Αισθανόταν ασφαλής. Όμως εδώ και μέρες την ταλαιπωρούσε ένα κρύωμα. Είχε ένα βήχα και μια ενόχληση στο λαιμό που δεν ελεγε να περάσει. Επειδή όμως το είχε μέρες το κρύωμα αυτό δεν φοβόταν για κάτι χειρότερο δεν είχε εξάλλου άλλα συμπτώματα. Η Αλίκη είχε ένα γιό τον Στάθη. Ο Στάθης ήταν μαθητής της Δευτέρας λυκείου ένας έφηβος γεμάτος ενέργεια αθλητής του στίβου πολύ κοινωνικός και ευαίσθητος. Εκείνη την περίοδο τα κρούσματα του ιού στην Ελλάδα δεν είχανε ακόμα πάρει μεγάλη έκταση ώστε να αρχίσει να φοβάται ακόμα και για την ίδια της την οικογένεια. Οι ειδήσεις ότι ο ιός βρισκότανε εντός Ελλάδας την ανησυχούσε αλλά δε την τρόμαζε. Ακόμα και όταν έμαθε ότι υπήρξε επιβεβαιωμένο κρούσμα στο σχολείο του Στάθη, η Αλίκη και η οικογένειά της δεν έδωσαν ιδιαίτερη σημασία.

Η Αλίκη εργαζόταν πολλές ώρες. Ήταν εργασιομανής επίμονη και σχολαστική στη δουλειά της. Εκείνη τη μέρα άργησε να τελειώσει γιατί ο φόρτος εργασίας ήταν μεγάλος. Ένα ξαφνικό τηλεφώνημα στις πέντε το απόγευμα θα ήτανε η αρχή ενός Γολγοθά που θα κρατούσε δεκατέσσερις ολόκληρες μέρες.

Το τηλεφώνημα!

Ο Στάθης το προηγούμενο απόγευμα είχε πάει να παίξει μπάσκετ με δυο φίλους από το σχολείο. Τότε τα μέτρα για τον ιό ήταν ελάχιστα και τα παιδιά μπορούσαν ακόμα να παίζουν όλα μαζί. Οι συγκεντρώσεις των συνομηλίκων δεν είχαν απαγορευτεί. Το τηλεφώνημα έπεσε σαν κεραυνός στο κεφάλι της Αλίκης η οποία στην άλλη γραμμή είχε ένα έντρομο έφηβο σχεδόν απελπισμένο να της μιλάει με λυγμούς λέγοντας της « Μαμά έχω κολλήσει τον ιό κλείστε με σε ένα δωμάτιο μόνο μου.» Η πρώτη εντύπωση όταν ακούς αυτά τα λόγια και ειδικά από ένα παιδί φαντάζουν σαν ένα αστείο. Σκέφτεσαι ότι κάποια πλάκα μου κάνει και αυτό που ακούω είναι απλά σαχλαμάρες. Όμως τα πράγματα δεν ήταν έτσι. Τα παιδιά στο άκουσμα του ιού και στο τι μπορούσε να προκαλέσει δεν μπορούσαν να υπολογίσουν το μέγεθος του κινδύνου που απειλούσε αυτά τα ίδια και τις οικογένειες τους. Όταν μάλιστα στην οικογένεια σου συζείς με τον 85 χρόνων παππού ο οποίος έχει τα άπειρα υποκείμενα νοσήματα και μια εύθραυστη γενικότερα υγεία. Ο Στάθης ήταν ένα έξυπνο παιδί που τον έσωσε αυτόν και την οικογένεια του κατά πρώτων η ειλικρίνεια του και κατά δεύτερων η σχολαστικότητα του. Κρατώντας σαν αφετηρία τους κανόνες υγιεινής που είχαν επιβληθεί εκ πρώτης, ο Στάθης το προηγούμενο βράδυ μετά το παιχνίδι και την επαφή που είχε με τους φίλους του, έπλυνε πολύ σχολαστικά τα χέρια του. Κάτι που προφανώς αποδείχτηκε σωτήριο. Στην ερώτηση της Αλίκης, αφού προσπάθησε να τον καθησυχάσει, γιατί νόμιζε ότι κόλλησε, ο γιός της, της εξήγησε ότι ο ένας εκ των δυο φίλων αποδείχτηκε μετά από εξέταση ότι ήταν φορέας του ιού. Η στιγμή που ακούς ότι ένα παιδί σπάει την καραντίνα χωρίς να περιμένει την απάντηση του Παστέρ γιατί η οικογένεια θεωρεί ότι είναι μια χαρά και ότι δεν υπάρχει κίνδυνος είναι τρομακτική και συνάμα δραματική. Διάφορες σκέψεις περνάνε από το μυαλό σου. Από το πως θα διαχειριστείς αυτήν τη κατάσταση μέχρι την εκμαίευση πληροφοριών και ενδεχομένως το απαραίτητο ξεμπρόστιασμα της μητέρας του συνομηλικού που άφησε το παιδί της να κυκλοφορεί στη γειτονιά αδιαφορώντας για της συνέπειες.

Στη πραγματικότητα η μητέρα δεν ήρθε σε επαφή ούτε με τον διευθυντή του σχολείου ο οποίος αγνοώντας το μέγεθος της ζημιάς που είχε προκληθεί από το αρχικό κρούσμα έπεσε από τα σύννεφα. Πιστεύοντας και αυτός ότι πραγματική υποχρέωση

των γονιών είναι να ενημερώνουν για τυχόν προβλήματα υγείας των παιδιών ή και των ίδιων, αποδείχτηκε ότι το πρόβλημα δεν ήταν διαχειρίσιμο για το λόγο ότι οι γονείς φοβόντουσαν να ανακοινώσουν οποιοδήποτε ένδειξη συμπτωμάτων κορονοϊού. Όσοι είχαν κολλήσει περιθωριοποιούνταν και απομακρύνονταν από τον κοινωνικό περίγυρο ακόμα και όταν το είχαν ξεπεράσει. Η Αλίκη έπρεπε να μάθει την αλήθεια γιατί οι αποφάσεις που θα έπαιρνε θα ήταν δραστικές. Έτσι επικοινωνήσε με τη μητέρα του φίλου του Στάθη. Η απάντηση στο ερώτημα αν το παιδί είχε τον ιό ήταν δυστυχώς θετική ενώ η συζήτηση από κει και πέρα εξελίχθηκε όχι και τόσο καλά. Το διακύβευμα τελικά απαιτούσε μια μεγάλη απόφαση και αυτή ήταν να φύγει το παιδί από το σπίτι ώστε να προφυλαχθεί ο παππούς από τυχόν μετάδοση του ιού. Η επόμενη μεγάλη απόφαση ήταν η Αλίκη να σταματήσει να εργάζεται ώστε να προστατέψει και τους συναδέλφους της. Τελικά η λανθασμένη απόφαση της μάνας του συνομήλικου, να του επιτρέψει να εκθέσει τους φίλους του στον ιό χωρίς να το γνωρίζει, είχε σαν αποτέλεσμα το κλείσιμο σε καραντίνα τεσσάρων οικογενειών και ποιος ξέρει πόσων άλλων και την αναγκαία μετακίνηση της Αλίκης και του γιού της σε ένα άλλο σπίτι.

14 Μαρτίου 2020

Το επόμενο πρωινό βρήκε την Αλίκη σε ένα άλλο σπίτι. Το δωμάτιο ήταν κρύο οπότε η ζεστασιά του κρεβατιού ήταν η μόνη επιλογή. Είχε χρόνια να κοιμηθεί σε αυτό το κρεβάτι. Στη πραγματικότητα είχαν περάσει δεκατέσσερα ολόκληρα χρόνια. Ενώ δεν πίστευε ούτε μια στο εκατομμύριο ότι θα επέστρεφε πάλι εκεί. Η απόφαση είχε παρθεί. Και γρήγορα μάλιστα. Θα έπαιρνε το παιδί και θα πήγαινε στο σπίτι του πρώην συζύγου της. Ο Γιώργος δεν χρειάστηκε να σκεφτεί πολύ όταν τον ρώτησε η Αλίκη για το αν θα μπορούσε να τους φιλοξενήσει. Η απάντηση ήταν θετική. Μάζεψε ότι ρούχα μπορούσε να κουβαλήσει το μικρό σακβουαγιάζ και μια τσάντα σακίδιο με λίγα απαραίτητα πράγματα και πήγε να μείνει στο σπίτι που κάποτε είχε ξεκινήσει τα όνειρα της. Μια οικογένεια.

Το σπίτι του Γιώργου ήταν ένα μικρό δυαράκι σε μονοκατοικία χτισμένο πάνω σε ένα λόφο μόλις πέντε λεπτά από την πόλη. Αυτό που άρεσε στην Αλίκη όσο ζούσε εκεί παντρεμένη ήταν το δάσος ο καθαρός αέρας και η δροσιά τις ζεστές μέρες του καλοκαιριού. Η φύση που υπήρχε γύρω της, της έδινε γαλήνη και ηρεμία ενώ η

μεγάλη αυλή έδινε την ευκαιρία χαλάρωσης ακόμα και τα χειμωνιάτικα πρωινά. Η μετάβαση όμως από τη ζεστή θαλπωρή του διαμερίσματος στο κρύο σπίτι του λόφου δεν ήταν εύκολη. Οι κρύες νύχτες την έκαναν να τουρτουρίζει από το κρύο και να προσπαθεί να βρει λίγη ζεστασιά στα σκεπάσματα. Αν οι μέρες ήταν ζεστές τότε το σπίτι έκανε εύκολη και άνετη τη διαμονή τους, όταν όμως ο καιρός χαλούσε, τότε έπρεπε να επιστρατεύσει διπλές κουβέρτες και μια ξυλόσομπα οι οποία όμως δυστυχώς ζέσταινε μόνο το σαλόνι και την κουζίνα ενώ τα άλλα δωμάτια παρέμεναν κρύα. Από εκείνη τη μέρα και για δεκατέσσερις μέρες πηγαينوέρχονταν ρούχα και βιβλία του Στάθη. Το μαγείρεμα το είχε αναλάβει εξολοκλήρου η Αλίκη καθώς και άλλα πράγματα που χρειάζονταν ώστε να διευκολύνουν τη διαμονή τους στο νέο σπίτι.

Ο παππούς

Πως είναι να χάνεις από κοντά σου τους ανθρώπους που αγαπάς και νοιάζεσαι. Ο Στάθης για τον παππού του ήταν το παιδί του ο γιός που δεν έκανε, αυτός που τον έκανε να ξαναγιώνει, και να γεμίζει ελπίδα στο να ζήσει άλλη μια μέρα. Για να τον δει να μεγαλώνει να αντρώνεται και να γίνεται μεγάλος και τρανός. Ο ιός ήρθε να χαλάσει αυτό το όμορφο περιβάλλον που είχε φτιάξει ο παππούς για τον εγγονό του. Ο φόβος να κολλήσει ο παππούς ήταν μεγάλος γι 'αυτό και ο Στάθης έπρεπε να φύγει. Να σωθεί ο παππούς. Μετά την απόφαση της Αλίκης να εγκαταλείψει προσωρινά το σπίτι της, ο παππούς και πατέρας της, έπρεπε να μάθει να ζει χωρίς αυτούς. Μόνος πια έπρεπε να βάλει σε μια τάξη τη ζωή του. Η Αλίκη έπρεπε όμως να βοηθήσει τον πατέρα της τώρα ακόμα πιο πολύ γιατί σε αυτή τη δύσκολη στιγμή, οι δικοί μας άνθρωποι χρειάζονταν όσοι βοήθεια τους έπρεπε ώστε να μην νοσήσουν. Έτσι με όλες τις απαραίτητες προφυλάξεις για το καλό του πατέρα της η Αλίκη φρόντισε ώστε να μη του λείπει τίποτα. Η επικοινωνία μέσω τηλεφώνου ήταν το μόνο μέσο ώστε να μαθαίνονται τα νέα του ενός και του άλλου, και ένα για στα γρήγορα από το μπαλκόνι ήταν αρκετό ώστε να κρατηθούν όλοι υγιείς. Ο παππούς μετρούσε το χρόνο αντίστροφα μέχρι να επιστρέψει ο αγαπημένος εγγονός σπίτι και να γίνουν όλα όπως πρώτα αλλά εις μάτην.

Ο Γιώργος

Όσο ο κορονοϊός κάλπαζε στην Ευρώπη και η Ελλάδα άρχιζε να μετράει θύματα, οι πρώτες απαγορεύσεις άρχισαν να εφαρμόζονται. Οι πολίτες που είχαν

υποκείμενα νοσήματα έπρεπε να απέχουν υποχρεωτικά από την δουλειά τους προσκομίζοντας έγγραφα που να αποδεικνύουν ότι χρήζουν ιδιαίτερης μεταχείρισης. Σε αυτή την κατηγορία ανθρώπων ανήκε και ο Γιώργος ο οποίος ως χρόνιος καπνιστής είχε αποκτήσει αναπνευστικά προβλήματα. Έπρεπε λοιπόν να υποβάλει δικαιολογητικά που θα τον απομάκρυναν από τη δουλειά του. Ο Γιώργος ήταν οδηγός στο ΕΚΑΒ οπότε επιβαλλόταν να σταματήσει να εργάζεται. Όταν ανακοίνωσε όμως ο Γιώργος στην Αλίκη ότι λόγω του προβλήματος που είχε θα σταματούσε τη δουλειά, η Αλίκη έπεσε από τα σύννεφα. Του είπε ότι ήταν παράτολμο να τους επιτρέψει να μείνουν μαζί μιας και η περίπτωση του έχριζε ιδιαίτερης προσοχής. Όμως η τύχη ήταν με το μέρος του. Και δεν νόσησε, και σταμάτησε την δουλειά για τρεις ολόκληρους μήνες

Η δέκατη Τετάρτη μέρα

Μετά και την Πέμπτη μέρα της καραντίνας φάνηκε πως τελικά ο Στάθης δεν είχε κολλήσει τον ιό. Την Αλίκη όμως την ταλαιπωρούσε ακόμα ο λαιμός της αλλά καθώς ζέσταινε ο καιρός άρχιζε να νοιώθει καλύτερα. Το σίγουρο πάντως ήταν ότι τον ιό δεν τον είχε. Ο Στάθης καθώς περνούσαν οι μέρες ένοιωθε αποκομμένος από το περιβάλλον στο οποίο τόσα χρόνια είχε συνηθίσει να ζει. Του έλειπε ο παππούς του, το δωμάτιο του, το κρεβάτι του. Ήθελε να έχει και πάλι το χώρο του. Παρακαλούσε την μητέρα του να επιστρέψουν μετά το πέρας της καραντίνας στο σπίτι τους αλλά εκείνη δεν ήθελε να ακούσει κουβέντα. Όλες αυτές τις μέρες μικρά ψήγματα επανένωσης εκείνης και του Γιώργου άρχισαν να φαίνονται στον ορίζοντα οπότε προσπαθούσε να βρει μια άκρη στο τι αποφάσεις θα έπρεπε να πάρει για τη μετέπειτα πορεία τους. Ο Γιώργος ήταν πολύ διαφορετικός και αυτός στην συμπεριφορά του και ίσως και για αυτόν να αχνοφαινόταν μια ελπίδα επανένωσης. Ο Στάθης όλα αυτά τα χρόνια είχε επαφές με τον πατέρα του αλλά η συγκατοίκηση πατέρα γιού δεν προβλεπόταν πετυχημένη. Είχαν προστριβές και μάλωναν κυρίως για θέματα συμπεριφοράς και πειθαρχίας ενώ πολλές φορές ο Γιώργος κατηγορούσε τον παππού του Στάθη ότι τον είχε κακομαθημένο. Ο Στάθης ένοιωθε καταπιεσμένος βαριόταν τα πρέπει και τα θέλω του πατέρα του και άρχισε να γίνεται γκρινιάρης και δύστροπος. Η Αλίκη προσπαθούσε να ισορροπήσει την κατάσταση και να εξομαλύνει τα πράγματα λέγοντας στον Στάθη πως θα πρέπει να κάνει υπομονή μέχρι να

τελειώσει όλο αυτό το θέμα με την πανδημία και πως το να επιστρέψουν αυτή τη στιγμή στο σπίτι θα σήμαινε επιστροφή στο άγχος και το φόβο καθώς ο κίνδυνος για τους ηλικιωμένους δεν είχε ξεπεραστεί. Τελικά αποφασίστηκε από την Αλίκη και το Γιώργο ότι θα ήταν καλύτερα να παραμείνουν στο σπίτι του δεύτερου μέχρι να εξαληφθεί τελείως ο κίνδυνος.

Το παρόν!

Σήμερα η Αλίκη και ο Γιώργος μένουν στο ίδιο σπίτι μαζί. Ο Στάθης μοιράζεται την οικογένειά του με τον παππού και τους γονείς του όμως τον περισσότερο καιρό τον περνάει με τον παππού. Ο παππούς φαίνεται να έχει ξαναιώσει και να ξεπερνά τις ανασφάλειες λόγω ηλικίας μιας και ο εγγονός του ανέκαθεν του έδινε ζωή. Όσα χρόνια ζήσει ακόμα τουλάχιστον θα έχει το αγαπημένο του εγγονή κοντά του. Ο Στάθης από την άλλη είναι ένα παιδί που πάνω απ' όλα σέβεται τον παππού του και τον αγαπά ίσως περισσότερο από ότι αγάπησε ποτέ τον πατέρα του. Για τον Στάθη ο παππούς ήταν ο πατέρας που δεν έζησε σε κάθε στιγμή της ζωής του. Η Αλίκη όμως δεν μπορούσε να χάσει τον Γιώργο για άλλη μια φορά. Ήθελε ένα σύντροφο ένα άνθρωπο να ικανοποιήσει την κάθε της επιθυμία. Ο έρωτας ήταν κάτι που είχε φθαρεί στην σύντομη σχέση τους πριν δεκατέσσερα χρόνια και το μόνο που είχε μείνει ατόφιο και ανέγγιχτο ήταν η αμοιβαία συνεννόηση και κατανόηση. Με αυτό και μόνο μπορούσαν να συνυπάρξουν σαν ζευγάρι;

Ίσως να μην ήταν αυτό μόνο αρκετό. Αλλά στην προκειμένη περίπτωση αυτό θα μπορούσε να είναι η αρχή για την επανένωση τους. Με το καιρό αυτό που συνέβαινε στη σχέση τους άρχιζε να ξεκαθαρίζει και η Αλίκη αισθανόταν πια σίγουρη για το τι ήθελε να κάνει από δω και πέρα. Ένα καλοκαιρινό πρωινό πίνοντας καφέ στη αυλή του σπιτιού της έκανε τον απολογισμό όλων αυτών των μηνών. Για κάποιους ο ιός ήταν μια μάλιστα, μια άσχημη στιγμή στην παγκόσμια ιστορία. Για την Αλίκη όμως ήταν η αρχή για μια καινούργια ζωή.

Χριστάκου Μαρία

Η Μαρία Χριστάκου σπούδασε Ιστορία στο Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας του ΑΠΘ και στη συνέχεια απέκτησε Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Ειδίκευσης στη Θρησκειολογία από το ίδιο πανεπιστήμιο. Παράλληλα, απέκτησε την ευρωπαϊκή πιστοποίηση Creative and Cultural Sector Projects' Specialist in Cultural Heritage and Performing Arts μέσω της Swiss Approval Technische Bewertung S.A., το Specialization Certificate in Journalism από το Michigan State University και Πτυχίο Βυζαντινής Ελληνικής Παλαιογραφίας, διετούς φοίτησης, από το Κέντρο Αγιολογικών Μελετών της Ιεράς Μητρόπολης Θεσσαλονίκης.

Είναι κάτοχος πιστοποιημένης επάρκειας γνώσης του συστήματος γραφής και ανάγνωσης τυφλών Braille από το KEAT, κάτοχος Journalism and Social Media Certifications, Drama Teacher Certification, TESOL and Psychology Certifications, ενώ έχει παρακολουθήσει πλήθος επιμορφώσεων, θερινών σχολείων, σεμιναρίων και συνεδρίων με κύριους άξονες την Ιστορία, την Αρχαιολογία, το Θέατρο, τη Δημοσιογραφία την Εκπαίδευση και την Αγγλική Γλώσσα, καθώς είναι ένθερμη υποστηρίκτρια της δια βίου μάθησης.

Σήμερα είναι Υποψήφια Διδάκτωρ Κοινωνιολογίας και Πολιτισμού, ενώ διατελεί μέλος της Επιτροπής Κριτών ποικίλων διεθνών και πανελληνίων συνεδρίων και επιστημονικών περιοδικών εκπαιδευτικής καινοτομίας και παιδαγωγικού ενδιαφέροντος. Τα ερευνητικά της ενδιαφέροντα επικεντρώνονται στις σχέσεις ιστορίας, θεάτρου, θρησκείας, στις τελετουργίες και λατρείες των Ελληνιστικών και Ρωμαϊκών χρόνων, στη κοινωνιολογία του θεάτρου, στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης στο θέατρο και στα νέα και παραδοσιακά μέσα επικοινωνίας και τη διαχείριση ετερότητας και μεταναστευτικής κρίσης.

Το 2019 η πρωτοβουλία της «The Thespis Project», η οποία είναι ένα MOOC Theatre Studies Education Path, μια προσπάθεια απόκτησης διπλώματος στον τομέα του θεάτρου παρακολουθώντας δωρεάν, ή χαμηλού κόστους διαδικτυακά μαθήματα με απώτερο σκοπό τη διάχυση της αποκτηθείσας γνώσης μέσω σεμιναρίων και ειδικών ενεργειών και εκδόσεων, απέσπασε το Runner Up Award στην κατηγορία

Inspiration του Centre of Excellence UK.

Παράλληλα έχει τιμηθεί από τους Γιατρούς χωρίς Σύνορα για τη συμβολή της στο ανθρωπιστικό τους έργο και από τα Υπουργεία Πολιτισμού και Αθλητισμού για τη συμμετοχή της σε εθελοντικές δράσεις, ενώ διακρίσεις έχει λάβει και σε λογοτεχνικούς διαγωνισμούς και διαγωνισμούς φωτογραφίας.

Οι αληθινοί εμείς

Εν μια νυκτί κατέφθασε και άλλαξε μονομιάς τις καθημερινές μας συνήθειες. Απρόσωπη και ανέκφραστη μας συστήθηκε και χώθηκε απρόσκλητη στο εγώ μας. Την αποδεχθήκαμε ανήμποροι για οποιαδήποτε αντίδραση.

Με αυστηρό τρόπο μας επέβαλε την απομάκρυνση και κάθε απόσταση από τα συναισθήματα και την προσφορά. Απαίτησε να υπάρχουμε χωρίς να ζούμε και να δεχόμαστε αγόγγυστα ως αληθινή ζωή το ξημερώνει-βραδιάζει για δύο μήνες και κάτι. Μακριά από όλους και όλα. Τουλάχιστον με τον τρόπο που τα γνωρίζαμε.

Ετούτη η πρωτότυπη ταλαιπωρία μας ενέδυσσε με τον καταθλιπτικό κυνισμό που ονομάζεται «αγάπα τον εαυτό σου» και η αγάπη για ένα άλλο ανθρώπινο πλάσμα μπήκε στα μουσεία. Ξαφνικά ξεριζωθήκαμε από το παρελθόν και οδηγηθήκαμε προς το εφήμερο και το τυπικό υπάρχουν. Η εξωστρέφεια, η παιδικότητα και ο αυθορμητισμός απλά καταργήθηκαν. Το ακατανόητο μας τρόμαξε, νιώσαμε ατελείς και ελάχιστοι. Αυτομάτως χάθηκε η ψευδής αίσθηση που διατηρούσαμε ότι όλος ο κόσμος μας ανήκει.

Ταυτόχρονα, όμως, άνθησε μια βαθιά ανάγκη για στοχασμό και εσωτερική αναζήτηση. Μέσα από τους κλυδωνισμούς αντιληφθήκαμε ότι εκείνο που αρμόζει στην εποχή μας είναι η βαθιά σχέση με ένα πρόσωπο και ότι μόνο με την αγάπη μπορεί να υπάρξει κάτι ριζωμένο, μια σταθερά στη ζωή.

Και τότε αντισταθήκαμε και επαναστατήσαμε. Με όποια ψυχική δύναμη διέθετε ο καθένας. Δώσαμε χώρο μέσα μας σε εκείνα που πραγματικά χρειαζόμαστε. Δώσαμε χώρο στην αφαιρετικότητα, στην ομορφιά και στην αξία της απλότητας, της ασημαντότητας, της σιωπής. Σαν να ξαναγεννηθήκαμε και την ίδια στιγμή αποδεχθήκαμε να υπάρξουμε λίγο διαφορετικά, αλλά ακραία αληθινά.

Αίφνης ξαναζήσαμε. Αναδύθηκε η όμορφη πλευρά του εαυτού μας και κάθε καλό που ανεπιτυχώς προσπάθησαν απεγνωσμένα να μας αλλοιώσουν. Οι ψυχές και τα συναισθήματα άνθησαν.

Ξαφνικά στο τώρα έλαμψαν τα οικογενειακά τραπέζια, η αγκαλιά της γιαγιάς, το άρωμα της νεραντζιάς στο δροσερό αεράκι, τα καλοκαίρια στα νησιώτικα δρομάκια, τα καταγάλανα νερά, οι χαρές και οι εναγκαλισμοί της επιτυχίας. Ξαφνικά στο τώρα ενσωματώθηκαν ο εαυτός, ο άλλος, ο θεός.

Ολόκληροι εμείς προχωρήσαμε στο φως. Εξακολουθήσαμε να προχωράμε. Με εσωτερικές αναταράξεις, με ουλές αναγνωρίσιμες, αλλά σίγουρα οι αληθινοί εμείς στο πιο αληθινό τώρα. Κι ας γνωρίζουμε ότι οι ουλές μαρτυρούν το που βρισκόμαστε, αλλά δεν ορίζουν το που θα πάμε. Εξάλλου, τη ζωή οφείλουμε να τη ζούμε κοιτώντας πάντα μπροστά.

Περιεχόμενα

Πρόλογος.....	5
Γράφοντας ή απεικονίζοντας στιγμές του Covid – 19	6
Ονόματα συγγραφέων, ποιητές, αρθρογράφοι ενοτήτων eBook.....	9
Ονόματα καλλιτεχνών	12
Εισαγωγή.....	15
Δεμασσάι, Η φυλή των φίλων, Αλεξανδροπούλου Αλεξία, Μπάφα Μίνα, Πέιος Παναγιώτης, Ιωάννου Δημήτρης, Κατσάρα Ηλιάνα, Κουτσοδόντης Λουκάς, Κρίσαλλη Μαριάννα, Μουχάκη Έλενα, Πέιος Δημήτρης	17
Αν μου επιτρέπεις, Βαρταμτζίδου Μαρία.....	31
Ένα παραμύθι για παιδιά και όχι μόνο..., Βούλγαρη Φωτεινή.....	34
Μέρες Σιωπής, (ένα κείμενο που αφορά στις σκέψεις ανθρώπων που νόσησαν και κατάφεραν να βγουν νικητές!, Βούλγαρη Φωτεινή.....	39
Ο Καλός μου εαυτός μέσα από την μοναξιά, Γερογιάννη Σταυρούλα.....	43
Ζώντας με τον Covid 19, Γαλλής Κωνσταντίνος.....	45
Όταν σταμάτησε ο χρόνος..., Γεροστάθη Ζωή.....	51
Βγαίνουμε νικητές από το σπίτι, Γεωργάκα Μαρία.....	57
Εγκλωβισμένη Άνοιξη,	

Γκατζάρα Θεοδοσία.....	59
Η απόσταση,	
Γκατζίκη Έφη.....	62
Επικοινωνία,	
Γκιουλέκα Χαρίκλεια.....	63
Όρκος σιωπής,	
Αλογοσκούφι Κασσάνδρα.....	64
Μέρες απόστασης,	
Δαλαμπύρα Ειρήνη.....	74
Η ασφάλεια,	
Δασκαλόπουλος Βασίλειος.....	75
Είκοσι Δυο,	
Δραγούνη Βασιλική.....	76
Η επαφή,	
Εκίζογλου Μαρία – Δανάη.....	81
Ένα διαφορετικό πρωινό,	
Ζαφείρης Μάριος.....	82
Ανάσταση 2020,	
Ζησοπούλου Βάια.....	83
Μάθημα Αγγλικών,	
Ζησόπουλος Επαμεινώνδας.....	84
Μάθημα Πιάνου,	
Ζουρνατζή Παναγιώτα – Παρασκευή.....	85
Ο Καραγκιόζης και ο Κορονοϊός,	
Ζωβοΐλη Μαίρη.....	86
Εικόνες και Βιώματα από τον εγκλεισμό,	
Θεοδωροπούλου Λευκοθέα.....	90
Κωδική Ονομασία Covid-19 ... η επόμενη μέρα,	
Ιατρού Γεώργιος.....	93
Καραντίνα,	
Καγιάννη Όλγα.....	99

Κάθαρση,	
Καζακλάρης Νικόλαος.....	102
Η Ελευθερία δεν Κο....μπιάζει ποτέ,	
Καλογεροπούλου Μαρία.....	108
Η ζωή στην εποχή Covid - 19 μ.Χ.,	
Καραμπάση Έλενα, Μελισσάργου Ιωάννα.....	110
Ραντεβού με τον ιό,	
Καρλή Βάσω.....	120
Μια φατσούλα βλαβερή,	
Καρλή Βάσω	123
Κορονοϊός ένας άνισος παγκόσμιος πόλεμος,	
Κάτρη Άννα.....	126
Τούρτα σοκολάτα ... στην εποχή του Covid – 19!,	
Κατσουλάρη Παναγιώτα.....	136
Παιδί τη νύχτα,	
Κεσίδου Αλεξία.....	141
Αντιμέτωποι με τον Covid – 19,	
Κιόρογλου Μαρία – Αναστασία.....	142
Η ανθρώπινη ψυχή υπό τη σκιά μιας αόρατης απειλής,	
Κολιού Αντιγόνη.....	143
Η απαγορευμένη άνοιξη,	
Κουκόσια Αλεξάνδρα.....	147
Γκρίζες μέρες – Ασπρόμαυρες σκέψεις,	
Κουρκουβέλα Αικατερίνη.....	148
Αγαπημένο μου ημερολόγιο,	
Κουτσώνα Αικατερίνη.....	150
Το τώρα και το πριν,	
Κουτσώνας Βασίλειος.....	157
Η επικοινωνία,	
Κουτσώνα Φωτεινής – Όλγας.....	158
Ο αόρατος εχθρός,	

Κουτσώνας Χρίστος.....	159
Ο Υιός της εξουσιαστικής πειθαρχίας,	
Κυμπρικτσή Χαρά.....	160
Από το εγώ στο εμείς,	
Kyrikakis Effie.....	163
Και τούτη η ανηφοριά, κατηφοριά θα φέρει,	
Kyrikakis Effie.....	166
Να χαίρεσαι ότι αγαπάς,	
Kyrikakis Effie.....	169
Μια φορά γεννιέται ο άνθρωπος,	
Kyrikakis Effie.....	172
Summer sense of Covid-19,	
Λάγιου Αρετή.....	176
Safe,	
Λακαφώση Κατερίνα.....	177
Εξέλιξη ... ή απειλή εκ των έσω;,	
Λαμπρακοπούλου Θεαέλενα.....	178
Μια μέρα σαν όλες τις άλλες,	
Λεοκάτα Μελίνα – Μαρία.....	185
Στιγμές Covid,	
Μακρή Νικολέττα.....	190
Σου είπαν να μείνεις μέσα,	
Μάνη Αναστασία.....	192
Μένω σπίτι;,	
Μαυρουδή Μούλιου Λένα.....	195
Μαζί θα τα καταφέρουμε,	
Μαργαριτάκη Βασιλική - Σουζάνα	201
Μια ιδέα ... Μια αφορμή,	
Μπαλαμώτη Σοφία.....	203
Ανώνυμο,	
Μπίτσιος Αθανάσιος.....	213

Ανώνυμο,	
Μπίτσιος Αθανάσιος.....	215
Φοβισμένη πόλη,	
Μπούρης Βασίλειος.....	216
Ταξιδιωτική αναδρομή,	
Νικολάου Μαριάννα.....	217
Αγαπημένη μου Άννα Φράνκ,	
Ολυπίου Μαρία.....	222
13033 [KENO] Μετάβαση,	
Παναγιώτου Ιωάννης.....	225
Τρόμος γραμμένος σε μονόκλωνο RNA,	
Παντσάς Απόστολος.....	234
Συνέπειες Κορονοϊού,	
Παπαδόπουλος Ανέστης.....	240
Τα γενέθλια,	
Παπασπυροπούλου Κωνσταντίνα.....	241
Η πανδημία ... στα μάτια ενός παιδιού,	
Πείου Ιωάννα.....	242
Η πανδημία ... στα μάτια ενός παιδιού,	
Πείου Ιωάννα.....	243
Έτσι βίωσα την πανδημία...,	
Πουλιώτη Σοφία.....	244
Έρημη πόλη,	
Πώποτα Πολυξένη.....	246
Άχρωμη άνοιξη,	
Τριανταφυλλίδου Μελίνα.....	247
Συμβουλές εν μέσω καραντίνας,	
Τριανταφυλλίδου Μελίνα.....	250
Κορονοποιήματα (ποιητική συλλογή),	
Τριανταφυλλίδου Μελίνα.....	257
13033 αγάπη μου,	

Ρωμανόπουλος Θανάσης.....	288
Ντεκιρίζουσα Ύδρα του Μόραλη με γραμματόσημο,	
Ρωμανόπουλος Θανάσης.....	289
Στιγμές του Covid 19,	
Σακκελαρόπουλος Σταύρος – Παρασκευάς.....	291
Στιγμές Covid,	
Σάλτα Ευφραιμία.....	292
Πέντε δυσκολίες για να γράψει κανείς για την πανδημία,	
Σουβατζής Νίκος.....	293
Covid – 19,	
Τσαρούχας Θάνος.....	296
ΜΗΤΙΣ,	
Φαραντούρη Βαλεντίνας.....	297
Παράξενη άνοιξη,	
Συναδινού Κανέλλα.....	298
Τα λουλούδια της Ελπίδας,	
Φασιλάκη Ολυμπιάδα.....	300
Από την κόλαση στο παράδεισο εν μέσω πανδημίας,	
Φιλίππου Φίλιππος.....	310
Καινούργια Ζωή,	
Χάντζου Ευγενία.....	314
Οι αληθινοί εμείς,	
Χριστάκου Μαρία.....	321
Περιεχόμενα.....	324

