



**ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ**

**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ**

**ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΧΟΛΗ**

**Επιμέλεια έκδοσης:**

**Μ. Γιάνναρη**

**Α. Αργυρού**



**ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΕΣ ΑΞΙΕΣ  
&  
ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΙΑΤΡΙΚΗ**

**Κωδικός μαθήματος  
στον Οδηγό Σπουδών:  
500800**

**Υπεύθυνος Καθηγητής  
Α. Χ. Λάζαρης**

**Τόμος 3<sup>ος</sup>**

## **Πίνακας περιεχομένων**

**ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ 3<sup>ου</sup> ΤΟΜΟΥ..... 2**

**ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΦΟΙΤΗΤΩΝ.....3**

**ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΡΑΠΕΖΑ ΘΕΜΑΤΩΝ.....22**

**ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΕΣ ΑΝΑΡΤΗΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΟ ΙΣΤΟΛΟΓΙΟ ΜΑΣ.....94**

## ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ 3<sup>ου</sup> ΤΟΜΟΥ

Οι παραδόσεις και οι εκτός Σχολής δράσεις στο πλαίσιο του κατ' επιλογήν υποχρεωτικού μαθήματος «**ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΕΣ ΑΞΙΕΣ & ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΙΑΤΡΙΚΗ**» με κωδικό μαθήματος 500800 στον Οδηγό Σπουδών της Ιατρικής Σχολής του ΕΚΠΑ και MED2135 στην ηλεκτρονική τάξη του ΕΚΠΑ ( <https://eclass.uoa.gr/courses/MED2135/> ) στρέφονται γύρω από την αξία της ζωής, τη νόσο, την ιδιότητα του γιατρού, τη σχέση γιατρού – ασθενούς και τον θάνατο, αντλώντας σχετικά ερεθίσματα από τους τομείς της Φιλοσοφίας, της Θεολογίας, της Κοινωνιολογίας, των Γραμμάτων και των Τεχνών. Σκοπό του μαθήματος δεν αποτελεί ούτε η θεωρητική κατάρτιση για τα επί μέρους πεδία των ανθρωπιστικών επιστημών, των Γραμμάτων και των Τεχνών ούτε η όποια ηθικολογία ή διδακτισμός, αλλά η **ενεργός συμμετοχή των εκπαιδευομένων τόσο στην παρακολούθηση όσο και στη διαμόρφωση των μαθημάτων και των δράσεων, η προσωπική βιωματική επαφή και γνωριμία των φοιτη-τών/-τριών με τα αντίστοιχα ερεθίσματα καλλιέργειας και πρωτίστως η έμπρακτη ανταπόκρισή τους σε αυτά με τη συνεισφορά τους στο ηλεκτρονικό χαρτοφυλάκιο του μαθήματος.**

Από τη **Φλόρενς Νάιτινγκεϊλ**, που ανέδειξε τη φροντίδα σε επιστήμη και λειτουργήμα, έως τον γιατρό **Άστροφ** στο έργο του Αντόν Τσέχωφ, ο οποίος υπερβαίνει τα όρια της επιστημονικής πράξης αναζητώντας νόημα στην ευθύνη προς τον κόσμο και τη φύση, και από την ανιδιοτελή συμπαράσταση που αποτυπώνεται στην ταινία “**Our Friend**” έως τη βαθιά ειρωνική αλλά και ανθρώπινη διαμαρτυρία της **Συμφωνία αρ. 9 του Ντμίτρι Σοστακόβιτς**, μεταξύ πολλών άλλων, ο τόμος αυτός επιχειρεί να φωτίσει τις πολλαπλές όψεις της αποστολής: ως επιστημονικής ευθύνης, ως ηθικής στάσης, ως φιλικής αφοσίωσης και ως καλλιτεχνικής μαρτυρίας.

**«Ωφελείν ή μη βλάπτειν» : Προσεγγίζοντας τη σχέση ιατρού – ασθενούς μέσω έργων τέχνης***Ανδρέας Β. Βασιλείου***Εισαγωγή**

Η σχέση ιατρού – ασθενούς συνιστά έναν από τους θεμελιώδεις πυλώνες της ιατρικής πράξης, επηρεάζοντας καθοριστικά την ποιότητα της φροντίδας υγείας. Πρόκειται για σχέση που βασίζεται στην επικοινωνία, την εμπιστοσύνη και τον σεβασμό, καθώς ο/η ασθενής – προσερχόμενος στον/στην ιατρό – προσδοκά όχι μόνο την επιστημονική αντιμετώπιση αλλά και την ανθρώπινη προσέγγιση. Η σχέση ιατρού – ασθενούς επηρεάζεται από την εξέλιξη της επιστημονικής γνώσης και των επιστημονικών μεθόδων, από τις κοινωνικές αντιλήψεις κάθε εποχής σχετικά με τη θέση των ιατρών αλλά και τις ηθικές αντιλήψεις των εμπλεκόμενων. Ωστόσο, η ανθρώπινη διάσταση της Ιατρικής παραμένει – και θα έπρεπε να θεωρείται – αναντικατάστατη ακόμη και στη σύγχρονη εποχή, παρά την τεχνολογική πρόοδο και τη μείωση του διαθέσιμου χρόνου επικοινωνίας μεταξύ ασθενών και ιατρών λόγω των αυξημένων υποχρεώσεων των τελευταίων.

Η τέχνη και ιδιαίτερα η ζωγραφική αντλεί τη θεματολογία της από την καθημερινότητα και τις κοινωνικές αντιλήψεις. Έτσι, η σχέση ιατρού – ασθενούς έχει αποτελέσει πηγή έμπνευσης για πολλούς ζωγράφους, οι οποίοι επιχείρησαν να αποτυπώσουν όχι μόνο την ιατρική πράξη αλλά και τη βαθύτερη ανθρώπινη διάστασή της. Η δυναμική της σχέσης ιατρού – ασθενούς αναδεικνύεται μέσω της στάσης των σωμάτων, της έκφρασης των προσώπων, της χρήσης του φωτός. Συχνά, οι ιατροί παρουσιάζονται ως μορφές κύρους και γνώσης, ενώ οι ασθενείς ως ευάλωτοι που αναζητούν παρηγοριά και βοήθεια.

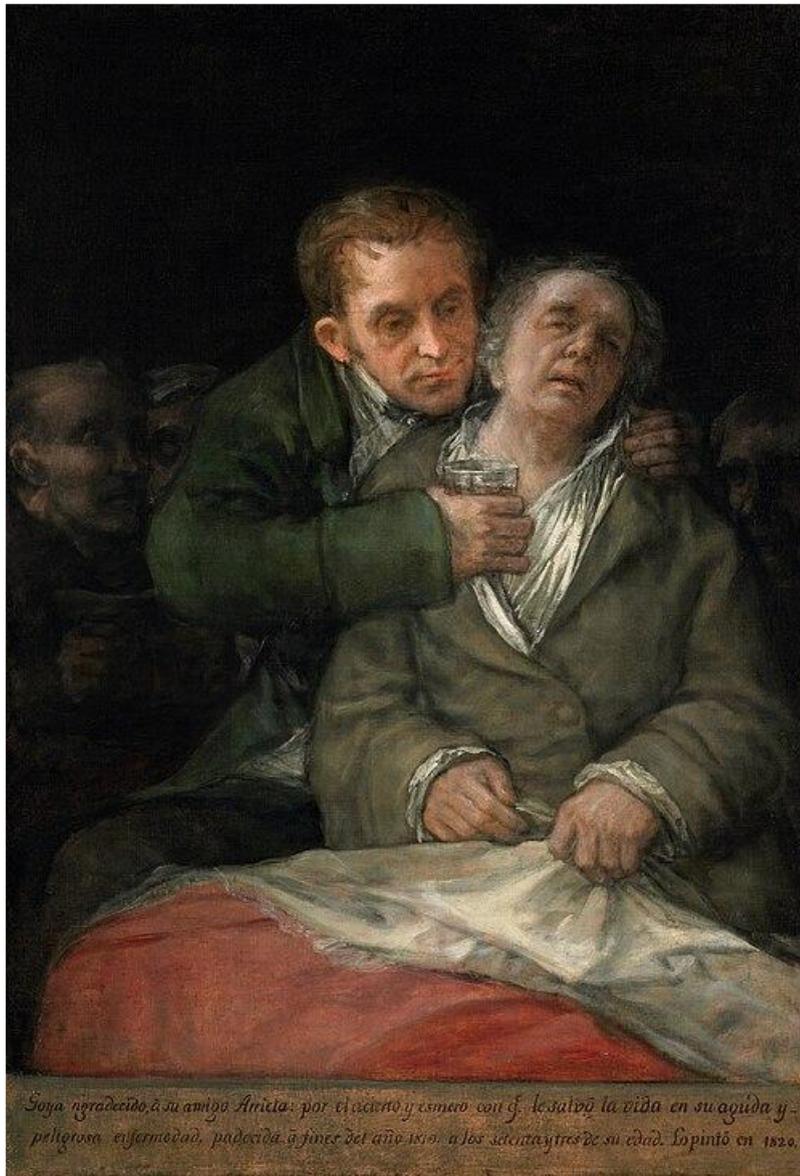
Στην παρούσα εργασία θα επιχειρηθεί η προσέγγιση της σχέσης ιατρού – ασθενούς μέσω

επιλεγμένων έργων τέχνης τα οποία απεικονίζουν διάφορες πτυχές της σχέσης αυτής. Τα έργα παρατίθενται κατά χρονολογική σειρά.

### **«Αυτοπροσωπογραφία με τον ιατρό Αριέτα» - Francisco de Goya**

Το έργο «Self-Portrait with Dr. Arrieta» του Francisco de Goya φιλοτεχνήθηκε το 1820 και αποτελεί δώρο του ζωγράφου προς τον θεράποντα ιατρό του. Ο καλλιτέχνης το 1792 ασθένησε από σοβαρή ασθένεια με αποτέλεσμα την ολική απώλεια της ακοής του και το 1819 ασθένησε από δεύτερη σοβαρή ασθένεια. Η ασθένεια αυτή φαίνεται πως αντιμετωπίστηκε επιτυχώς από τον ιατρό Αριέτα, με αποτέλεσμα ο Goya να δημιουργήσει τον πίνακα ως ένδειξη ευγνωμοσύνης. Κάτω από τις μορφές, ο Goya αναφέρει: *«Από τον Γκόγια, με ευγνωμοσύνη για τον φίλο του Αριέτα: Για τη συμπαράσταση και τη φροντίδα του που του έσωσε τη ζωή κατά τη διάρκεια της οξείας και επικίνδυνης αρρώστιας που πέρασε στα τέλη του 1819 στο 73ο έτος της ηλικίας του».*

Στον πίνακα, ο Γκόγια απεικονίζεται καθισμένος στο κρεβάτι του, φανερά καταβεβλημένος από την ασθένεια, ενώ ο ιατρός Αριέτα τον στηρίζει με το χέρι του και του προσφέρει ένα ποτήρι – πιθανώς με κάποιο φάρμακο. Στο φόντο παρουσιάζονται σκιώδεις μορφές (μια εκ των οποίων αντιστοιχεί σύμφωνα με ερευνητές σε ιερέα) , οι οποίες προετοιμάζουν για τον θάνατο που περίμενε ο καλλιτέχνης. Τα χρώματα που χρησιμοποιεί ο καλλιτέχνης στον συγκεκριμένο πίνακα είναι πιο φωτεινά σε σχέση με άλλα έργα του της ίδιας εποχής. Το φως συγκεντρώνεται στα πρόσωπα του Γκόγια και του Αριέτα, αποτυπώνοντας τόσο την υποστήριξη που πρέπει να διέπει τις σχέσεις ιατρού-ασθενούς όσο και την ευγνωμοσύνη του δημιουργού στο πρόσωπο του ιατρού του.



Εικόνα 1: Self-Portrait with Dr. Arrieta, Francisco de Goya (1820)

### «Ο Γιατρός» - Sir Luke Fildes

Ο Sir Luke Fildes, έχοντας πιθανότατα επηρεαστεί από τον θάνατο του υιού του σε νεαρή ηλικία, δημιούργησε τον πίνακα «The Doctor» το 1891. Ο ασθενής σε αυτόν τον πίνακα είναι ένα νεαρό παιδί, το οποίο ο γιατρός παρατηρεί με συμπόνοια, επιδεικνύοντας ενσυναίσθηση για την πορεία της ασθένειάς του. Το παιδί έχει πιθανώς βιώσει το κρίσιμο στάδιο μιας σοβαρής, απειλητικής για τη ζωή ασθένειας, κατά τη διάρκεια της νύχτας και, γι' αυτό το φως της αυγής από το παράθυρο του δωματίου αντιπροσωπεύει την ελπίδα της ανάρρωσης. Το τεχνητό φως της λάμπας, που ανάβει στο τραπέζι δίπλα στον γιατρό, υποδηλώνει ότι ο ίδιος ήταν δίπλα στον νεαρό ασθενή καθ' όλη τη διάρκεια της νύχτας. Οι γονείς του παιδιού απεικονίζονται πίσω στον πίνακα, φανερά αναστατωμένοι και ανήσυχοι, με τη μητέρα να κλαίει ή να προσεύχεται ακουμπισμένη στο τραπέζι και τον πατέρα να την παρηγορεί.

Στον πίνακα, ο Fildes παραλείπει τον ιατρικό εξοπλισμό της εποχής του, δίνοντας έμφαση στη σχέση μεταξύ ιατρού και ασθενούς, η οποία χαρακτηρίζεται από υψηλό βαθμό ενδιαφέροντος και ενσυναίσθησης. Πολλοί παρατηρητές έχουν σημειώσει ότι η επίσκεψη ιατρών τη νύχτα δεν ήταν συνήθης την περίοδο εκείνη, ιδιαίτερα σε φτωχές οικογένειες όπως αυτή του πίνακα. Σε κάθε περίπτωση, ωστόσο, το έργο επιτυγχάνει να αναδείξει τις ανθρωπιστικές αξίες που θα πρέπει να χαρακτηρίζουν κάθε άξιο ιατρό ως επιστήμονα και Άνθρωπο.



Εικόνα 2: *The Doctor, Sir Luke Fildes (1891)*

### **«Επιστήμη και Φιλανθρωπία» - Pablo Picasso**

Ο πίνακας «Επιστήμη και Φιλανθρωπία» φιλοτεχνήθηκε το 1897 από τον Πάμπλο Πικάσο, ο οποίος σε ηλικία μόλις 15 ετών επηρεασμένος από επιδημία χολέρας στην πόλη του (εξαιτίας της οποίας μια εκ των αδελφών του έφυγε από τη ζωή) επέλεξε να αποτυπώσει ένα θέμα ιδιαίτερα δημοφιλές στη ζωγραφική του 19ου αιώνα. Στον πίνακα απεικονίζεται μία ασθενής σε σοβαρή κατάσταση, η οποία πλαισιώνεται από δύο αντίρροπες δυνάμεις: την Επιστήμη και τη Θρησκευτική Φιλανθρωπία. Στα αριστερά, ο ιατρός – που αντιπροσωπεύει την Επιστήμη – εξετάζει ψυχρά τον σφυγμό της ασθενούς, ενώ στα δεξιά, μια μοναχή – ως εκπρόσωπος της

Φιλανθρωπίας – προσφέρει ενσυναίσθηση, υποστήριξη και φροντίδα κρατώντας στην αγκαλιά το παιδί της ασθενούς. Ο καλλιτέχνης επιλέγει μία περιορισμένη χρωματική παλέτα, χρησιμοποιώντας σκοτεινούς τόνους για να εντείνει τη δραματική ατμόσφαιρα που κυριαρχεί στο δωμάτιο. Ταυτόχρονα, τοποθετεί το φως με τέτοιο τρόπο ώστε αυτό να εστιάζει στο χλωμό πρόσωπο της γυναίκας και στα χέρια των παρευρισκόμενων, αναδεικνύοντας τη σημασία της ανθρώπινης επαφής.

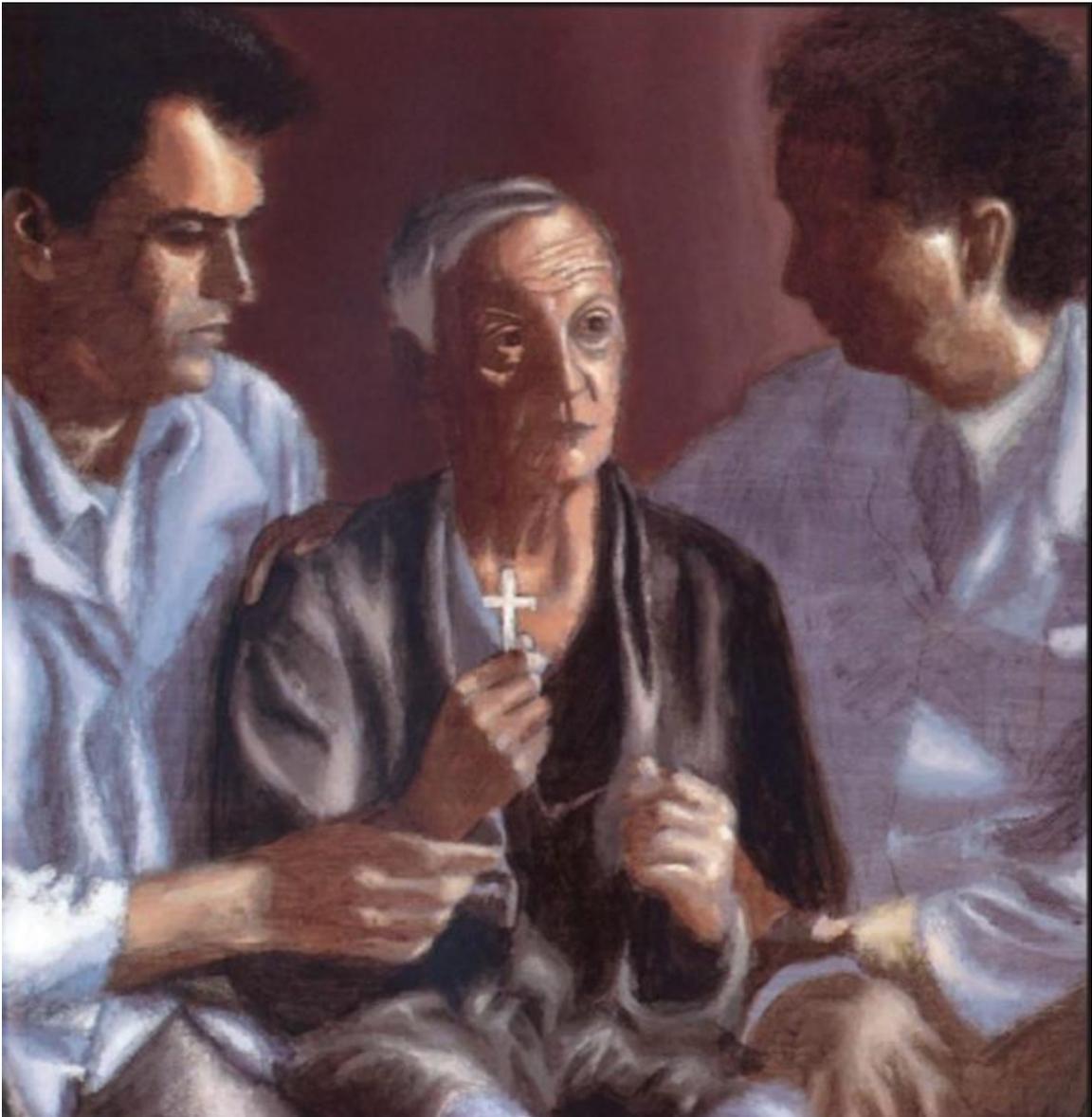
Η ψυχρή στάση του ιατρού και η συναισθηματική απόσταση με την ασθενή θεωρείται ότι ενίσχυε το επαγγελματικό κύρος σε μία εποχή που οι διαθέσιμες θεραπείες ήταν περιορισμένες και η επιστημονική προσέγγιση έτεινε να αντικαταστήσει τη θρησκευτική υγειονομική φροντίδα. Σε μία σύγχρονη εκδοχή του έργου ίσως ο ιατρός να βρισκόταν μπροστά από την οθόνη ενός υπολογιστή, παρακολουθώντας τις ενδείξεις της ασθενούς μακριά από το κρεβάτι της.



*Εικόνα 3: Science and Charity, Pablo Picasso (1897)*

**«Ο κορς S ενημερώνεται για τον επικείμενο θάνατό του» - Robert Pope**

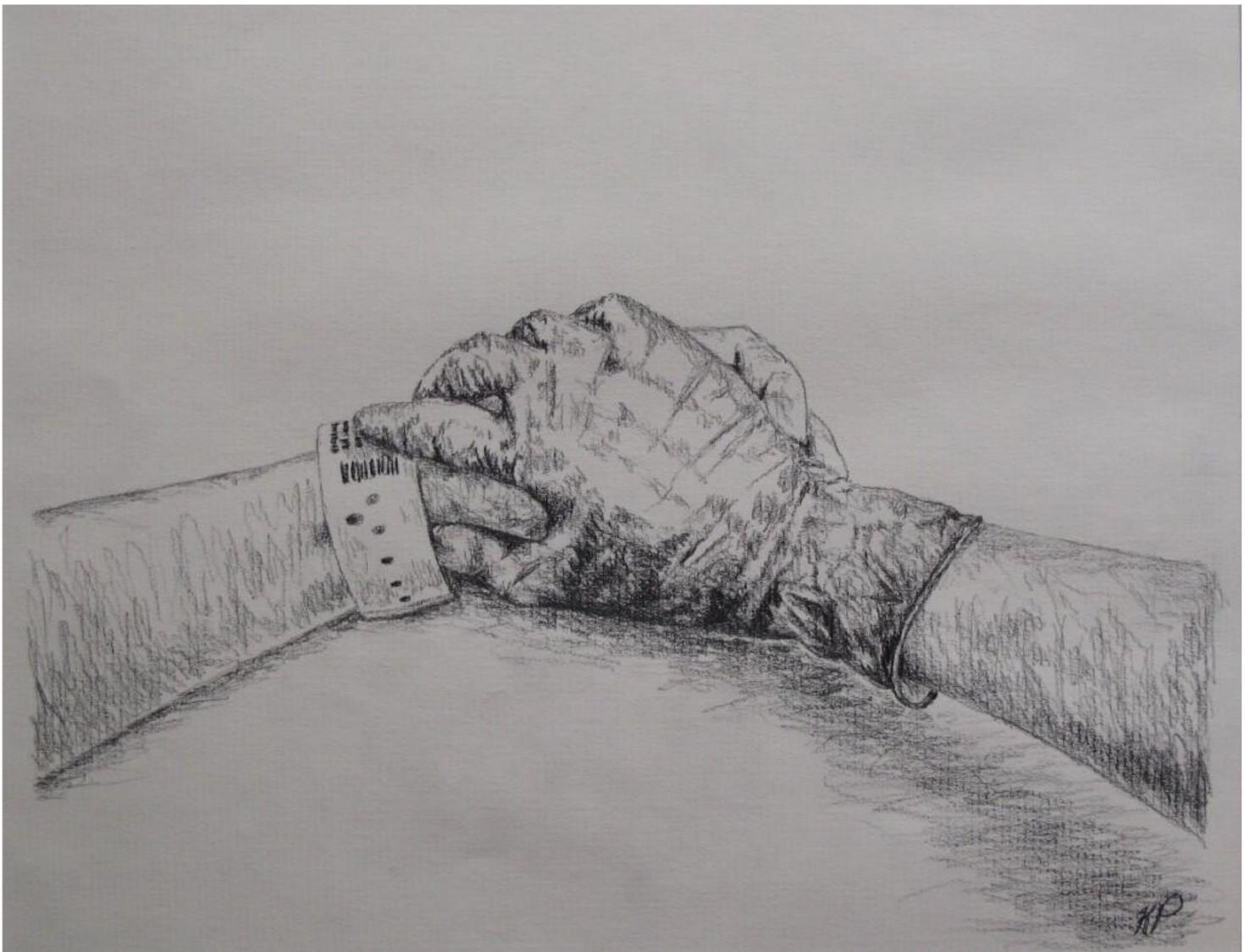
Ο Καναδός καλλιτέχνης Robert Pope (1956-1992) ασθένησε ο ίδιος με καρκίνο και θέλησε να αναπαραστήσει μέσω της τέχνης την προσωπική του εμπειρία. Σε μία σειρά έργων του καταγράφει διάφορες στιγμές της ασθένειας και της νοσηλείας του σε κλινική. Στον συγκεκριμένο πίνακα «Mr. S is told he will die» απεικονίζεται ένας ασθενής, ο οποίος ενημερώνεται από τους θεράποντες ιατρούς ότι πρόκειται να πεθάνει λόγω της ασθένειάς του. Οι ιατροί παρουσιάζονται συμπονετικοί και σε αυτή τη δύσκολη για τον ασθενή στιγμή προσπαθούν να τον παρηγορήσουν με ένα παρήγορο κι ευγενικό άγγιγμα στα χέρια. Μέσω του πίνακα δίνεται έμφαση στη συμπόνοια, την ενσυναίσθηση, την επικοινωνία και την εμπιστοσύνη που διέπουν τη σχέση ιατρού και ασθενούς. Ο ίδιος ο καλλιτέχνης επισημαίνει επίσης τη θρησκευτικότητα του ασθενούς που ακούει τα λόγια των ιατρών κρατώντας στο χέρι έναν σταυρό.



*Εικόνα 4: Mr. S is Told He Will Die, Robert Pope*

**«Το χέρι ενός ιατρού που σφίγγει το χέρι ενός ασθενούς» - Kristina Priessnitz**

Το τελευταίο σκίτσο δεν έχει δημιουργηθεί από κάποιο διάσημο ζωγράφο αλλά από μία φοιτήτρια Ιατρικής (το 2015), η οποία στο πλαίσιο ενός μαθήματος της σχολής της επέλεξε να απεικονίσει το χέρι ενός ιατρού που σφίγγει το χέρι ενός ασθενούς. Σύμφωνα με την ίδια, πρόκειται για μια αναισθησιολόγο που μετά τη χορήγηση του αναισθητικού θέλησε με αυτό τον τρόπο να παρηγορήσει την ασθενή που επρόκειτο να υποβληθεί σε εγχείρηση: μία γυναίκα που εγκυμονούσε παιδί με γενετικές μεταλλάξεις και δυσπλασίες. Μέσω του σκίτσου, η δημιουργός επέλεξε να δώσει έμφαση στην απλή, αλλά ουσιαστική χειρονομία συμπόνοιας της ιατρού προς τη φοβισμένη ασθενή.



*Εικόνα 5: A physician's gloved hand clasping the outstretched patient's hand, Kristina Priessnitz (2015)*

**Επίλογος**

Τα παραπάνω έργα τέχνης απεικονίζουν τη σχέση ιατρών-ασθενών, αναδεικνύοντας τη

συμπόνοια και την ενσυναίσθηση ως βασικές παραμέτρους αυτή της σχέσης. Κάθε έργο τέχνης εμπεριέχει την ιστορία των ανθρώπων που απεικονίζονται σε αυτό, αλλά και του/της δημιουργού του. Σύμφωνα με τον Γάλλο φιλόσοφο Βολταίρο, «δεν είναι αρκετό να βλέπουμε και να γνωρίζουμε την ομορφιά ενός έργου (τέχνης). Πρέπει να δημιουργεί συναισθήματα και να μας επηρεάζει». Η παρατήρηση, λοιπόν, της τέχνης κατά τη διάρκεια της ιατρικής εκπαίδευσης μπορεί να συμβάλει στην κάλυψη του κενού παρατηρητικότητας, ουσιαστικής επαφής και ενσυναίσθησης που δημιουργείται σήμερα στη σχέση ιατρού-ασθενούς.

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

Δημοσιεύσεις σε ηλεκτρονικά περιοδικά (κατά χρονολογική σειρά) :

1. M P Park, R H R Park (2004) . The fine art of patient-doctor relationships . The BMJ (Ανακτήθηκε από ) <https://www.bmj.com/content/329/7480/1475>

1. Moira Stewart (2005) . Reflections on the doctor-patient relationship: from evidence and experience . British Journal of General Practice

(Ανακτήθηκε από <https://bjgp.org/content/55/519/793> )

1. Α. Βενιού, Ν. Τεντολούρης (2013) . Παράγοντες που επηρεάζουν την επικοινωνία ιατρού-ασθενούς . Περιοδικό Ιατρικής Εταιρείας Αθηνών

(Ανακτήθηκε από <https://www.mednet.gr/archives/2013-5/pdf/613.pdf> )

1. MSRJ editorial team (2014) . Medical Students Create Art Depicting the Doctor-Patient Relationship . Medical Student Research Journal

(Ανακτήθηκε από <https://msrj.chm.msu.edu/medstudentart/> )

1. Patricia Lynn Dobkin (2020) . Art of medicine, art as medicine, and art for medical education . Canadian Medical Education Journal (Ανακτήθηκε από [https://www.researchgate.net/publication/342680330\\_Art\\_of\\_medicine\\_art\\_as\\_medicine\\_and\\_art\\_for\\_medical\\_education](https://www.researchgate.net/publication/342680330_Art_of_medicine_art_as_medicine_and_art_for_medical_education) )

1. Francesca Albinì and Adriana Albinì (2021) . Evolution of the doctor-patient relationship:

from ancient times to the personalized medicine era . Cancerworld magazine

(Ανακτήθηκε από <https://cancerworld.net/evolution-of-the-doctor-patient-relationship-from-ancient-times-to-the-personalised-medicine-era/> )

1. Camilla de Laurentis (2025) . A Tribute to Medical Services: Doctors in Paintings . Daily Art Magazine

(Ανακτήθηκε από <https://www.dailyartmagazine.com/a-tribute-to-medical-services-doctors-in-paintings/> )

Ηλεκτρονικές Δημοσιεύσεις (κατά χρονολογική σειρά) :

1. Jeffrey M Levine (2015) . Goya's Physician and the Art of Caring . Levine Art Studio  
(Ανακτήθηκε από <https://artuk.org/discover/stories/picturing-the-doctor-in-art-a-diagnosis> )

1. Jane Simpkins (2021) . Picturing the doctor in art: a diagnosis . ART UK

(Ανακτήθηκε από <https://artuk.org/discover/stories/picturing-the-doctor-in-art-a-diagnosis> )

1. World History Encyclopedia (2023) . The Doctor .

(Ανακτήθηκε από <https://www.worldhistory.org/image/17220/the-doctor/> )

## **ΠΗΓΕΣ ΕΙΚΟΝΩΝ**

Εικόνα 1 : Wikipedia

(Ανακτήθηκε από [https://en.wikipedia.org/wiki/Self-Portrait\\_with\\_Dr\\_Arrieta](https://en.wikipedia.org/wiki/Self-Portrait_with_Dr_Arrieta) )

Εικόνα 2 : World History Encyclopedia

(Ανακτήθηκε

από

<https://www.worldhistory.org/img/r/p/1500x1500/17220.jpg.webp?v=1679416399-1679987336> )

Εικόνα 3 : Wikipedia

(Ανακτήθηκε από [https://en.wikipedia.org/wiki/Science\\_and\\_Charity](https://en.wikipedia.org/wiki/Science_and_Charity) )

Εικόνα 4 : British Journal of General Practice (βλ. Βιβλιογραφία 2)

Εικόνα 5 : Medical Student Research Journal (βλ. Βιβλιογραφία 4)

## Η Τέχνη της Ενσυναίσθησης στην Ιατρική Πρακτική

### Η περίπτωση του γιατρού Μιχαήλ Λβόβιτς Αστρόφ στον «Θείο Βάνια» του Άντον Τσέχωφ

Καραθάνου Χριστίνα



#### Ο ΘΕΙΟΣ ΒΑΝΙΑΣ

#### Εισαγωγή

Η σύγχρονη ιατρική εκπαίδευση, σύμφωνα με τις ανθρωπιστικές και παιδαγωγικές κατευθύνσεις της Ιατρικής Σχολής, στοχεύει όχι μόνο στην επιστημονική επάρκεια των φοιτητών αλλά και στην καλλιέργεια αξιών που ενισχύουν τη θεραπευτική σχέση γιατρού–ασθενούς. Στο πλαίσιο του μαθήματος «Ανθρωπιστικές Αξίες και Σύγχρονη Ιατρική», η ενσυναίσθηση αναγνωρίζεται ως βασική επαγγελματική δεξιότητα, καθοριστική για την ποιότητα της κλινικής φροντίδας και την ηθική συγκρότηση του μελλοντικού ιατρού.

Η ενσυναίσθηση ορίζεται ως η ικανότητα κατανόησης της συναισθηματικής και βιωματικής κατάστασης του άλλου, χωρίς απώλεια της επαγγελματικής αντικειμενικότητας. Ο ιατρός πρέπει να «καταλαβαίνει» τον πόνο χωρίς να «βυθίζεται» σε αυτόν, διατηρώντας μια επαγγελματική απόσταση που επιτρέπει την ορθή κρίση. (Hojat, 2016). Η παραδοσιακή ιατρική εκπαίδευση συχνά δίνει έμφαση στη διάγνωση και τη θεραπεία, παραμελώντας τη βιωματική κατανόηση

του ασθενούς. Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι να διερευνήσει τη συμβολή της τέχνης και ειδικότερα της τσεχοφικής δραματουργίας στην καλλιέργεια της ενσυναίσθησης, με εστίαση στον χαρακτήρα του γιατρού Μιχαήλ Λβόβιτς Αστρόφ στο έργο «Θείος Βάνιας».

### **Η ενσυναίσθηση ως κλινική και εκπαιδευτική αναγκαιότητα**

Η ενσυναίσθηση δεν αποτελεί απλώς ηθική στάση, αλλά συνδέεται άμεσα με θετικά κλινικά αποτελέσματα, όπως η αυξημένη ικανοποίηση του ασθενούς, η καλύτερη συμμόρφωση στη θεραπεία και η μείωση των ιατρικών λαθών. Η ενσυναίσθηση είναι μια δυναμική ικανότητα που μπορεί να διδαχθεί και να ενισχυθεί μέσω της βιωματικής μάθησης (Shapiro et al., 2006). Παράλληλα, λειτουργεί προστατευτικά για τον ίδιο τον γιατρό, μειώνοντας το επαγγελματικό άγχος και τον κίνδυνο επαγγελματικής εξουθένωσης (Batt-Rawden et al., 2013). Σύμφωνα με τα κοινωνικά νευροεπιστημονικά δεδομένα, η ενσυναίσθηση ενεργοποιεί περιοχές του εγκεφάλου που σχετίζονται με την κατανόηση των συναισθημάτων και την κοινωνική αλληλεπίδραση, όπως ο προμετωπιαίος και ο νησιωτικός φλοιός (Singer & Lamn, 2009). Η βιωματική μάθηση, μέσω εργαλείων όπως το θέατρο, προσφέρει ένα ασφαλές πλαίσιο άσκησης αυτών των μηχανισμών, συμπληρώνοντας τη θεωρητική κατάρτιση των φοιτητών ιατρικής.



### ***Θείος Βάνια Дядя Ваня***

### **Ο Άντον Τσέχωφ και η ιατρική ματιά στη λογοτεχνία**

Ο Άντον Τσέχωφ αποτελεί μοναδικό παράδειγμα συγγραφέα που συνδύασε την ιατρική επιστήμη με τη λογοτεχνική δημιουργία. Η διπλή του ιδιότητα του γιατρού και του συγγραφέα του επέτρεψε να προσεγγίσει τους χαρακτήρες του με κλινική ακρίβεια και βαθιά κατανόηση της ανθρώπινης ψυχής. Η ιατρική του εκπαίδευση επηρέασε καθοριστικά τη συγγραφική του ματιά, καθώς ο ίδιος αντιμετώπιζε τη λογοτεχνία ως προέκταση της παρατήρησης και της κατανόησης του ανθρώπινου πάσχοντος υποκειμένου. Τα έργα του Τσέχωφ εστιάζουν όχι στο εντυπωσιακό γεγονός, αλλά στη σιωπή, τη ματαιώση και τη σταδιακή ψυχική φθορά. (Rayfield, 1997). Στο έργο «Θείος Βάνιας», ο χαρακτήρας του γιατρού Αστρόφ προσφέρει ένα γόνιμο πεδίο μελέτης της σχέσης ανάμεσα στην ενσυναίσθηση, την επαγγελματική ευθύνη και την εξουθένωση, ζητήματα που απασχολούν έντονα τη σύγχρονη ιατρική κοινότητα.

### **Ο γιατρός Μιχαήλ Λβόβιτς Αστρόφ: ενσυναίσθηση και burnout**

Ο Αστρόφ παρουσιάζεται ως ένας αφοσιωμένος γιατρός της ρωσικής επαρχίας, ο οποίος έχει αφιερώσει τη ζωή του στην περίθαλψη των ασθενών του, συχνά υπό αντίξοες συνθήκες. Η συνεχής έκθεσή του στον ανθρώπινο πόνο, σε συνδυασμό με την κοινωνική στασιμότητα και την έλλειψη θεσμικής αναγνώρισης, οδηγούν σταδιακά σε ψυχική κόπωση, κυνισμό και συναισθηματική αποστασιοποίηση. *«Δουλεύω από το πρωί ως το βράδυ, δεν ξέρω τι θα πει ανάπαυση, και τη νύχτα τινάζομαι κάτω από τα σκεπάσματα φοβισμένος μήπως με φωνάξουν σε κανέναν άρρωστο... Στα δέκα χρόνια που είμαι εδώ, έγινα άλλος άνθρωπος.»* (Μπελιές, 2009). Εδώ αναγνωρίζεται η ψυχική κόπωση και η απώλεια του νοήματος. Η πιο συγκλονιστική στιγμή είναι η αναφορά του στον θάνατο ενός ασθενούς: *«Την τρίτη βδομάδα της Σαρακοστής πήγα στο Μαλίσκογε... υπήρχε επιδημία εξανθηματικού τύφου... Στο σπίτι οι άνθρωποι κείτονταν στο πάτωμα... Και μέσα σ' όλη αυτή τη βρώμα... ένας σιδηροδρομικός πέθανε στα χέρια μου κάτω από το χλωροφόρμιο. Και τότε, τη στιγμή που δεν έπρεπε, το αίσθημα της ενοχής ξύπνησε μέσα μου...»* (Μπελιές, 2009). Αυτό το παράδειγμα επιβεβαιώνει τη θεωρία του Hojat: η συναισθηματική εμπλοκή που δεν τυγχάνει επεξεργασίας μετατρέπεται σε τραύμα.

Η συμπεριφορά του Αστρόφ, όπως η προσφυγή στο αλκοόλ και η απώλεια ουσιαστικής διαπροσωπικής σύνδεσης, μπορεί να ερμηνευθεί υπό το πρίσμα του σύγχρονου όρου physician burnout και της έννοιας της compassion fatigue, φαινομένων ιδιαίτερα συχνών στους επαγγελματίες υγείας (Hojat, 2016). *«Δεν αγαπάω κανέναν»* Η συναισθηματική

αποστασιοποίηση του Αστρόφ γίνεται φανερή στον διάλογο με τη Σόνια: *«Για μένα δεν υπάρχουν πια γιορτές. Δεν περιμένω τίποτα, δεν αγαπάω κανέναν... Τα αισθήματά μου έχουν πια στομώσει. Κοιτάζω αυτό το φως από μακριά και δεν ξέρω αν υπάρχει κάποιος εκεί που να με περιμένει.»* (Μπελιές, 2009). Αυτή η δήλωση είναι η κλινική εικόνα της επαγγελματικής εξουθένωσης. Όταν, όμως, ο Αστρόφ δείχνει τους χάρτες του στην Έλενα Αντρέεβνα (Πράξη Γ'), το πάθος του για τα δάση αποκαλύπτει ότι η ενσυναίσθησή του δεν χάθηκε, αλλά μετατοπίστηκε: *«Όταν περνάω δίπλα από τα δάση των χωρικών που εγώ έσωσα από την κοπή... νιώθω πως αν σε χίλια χρόνια ο άνθρωπος είναι ευτυχισμένος, τότε θα φταίω κι εγώ λίγο γι' αυτό.»* (Μπελιές, 2009). Αυτή η φυγή προς το μέλλον και τη φύση αποτελεί υποκατάστατο της αδυναμίας του να προσφέρει ουσιαστική ενσυναίσθηση στους ανθρώπους του παρόντος, λόγω της δικής του ψυχικής φθοράς.

### **Ενσυναίσθηση έναντι συμπόνιας**

Είναι κρίσιμο να διακριθεί η ενσυναίσθηση από τη συμπόνια. Η συμπόνια αφορά κυρίως τη συναισθηματική ανταπόκριση στον πόνο του άλλου, ενώ η ενσυναίσθηση προϋποθέτει ενεργητική γνωστική κατανόηση της εμπειρίας του. Ο Αστρόφ φαίνεται να έχει διατηρήσει τη συμπόνια, αλλά να δυσκολεύεται να διαχειριστεί την ενσυναίσθηση με τρόπο λειτουργικό, γεγονός που επιτείνει την προσωπική του φθορά. Η διάκριση αυτή είναι ιδιαίτερα σημαντική για την ιατρική εκπαίδευση, καθώς η ανεπεξέργαστη συναισθηματική εμπλοκή μπορεί να οδηγήσει σε επαγγελματική εξάντληση, ενώ η καλλιεργημένη ενσυναίσθηση λειτουργεί προστατευτικά.

### **Συμπέρασμα**

Η περίπτωση του γιατρού Μιχαήλ Λβόβιτς Αστρόφ στον «Θείο Βάνια» αναδεικνύει με σαφήνεια τα όρια και τις προκλήσεις της ενσυναίσθησης στην ιατρική πρακτική. Μέσα από τη λογοτεχνική και θεατρική προσέγγιση του έργου του Τσέχωφ, καθίσταται φανερό ότι η ενσυναίσθηση δεν είναι αυτονόητη, αλλά δεξιότητα που απαιτεί συστηματική καλλιέργεια, αυτογνωσία και θεσμική υποστήριξη. Η ενσωμάτωση της τέχνης και της βιωματικής μάθησης στην ιατρική εκπαίδευση συνάδει με το ανθρωποκεντρικό όραμα της Ιατρικής Σχολής και συμβάλλει στη διαμόρφωση γιατρών που συνδυάζουν επιστημονική επάρκεια με ουσιαστική κατανόηση του ανθρώπου πίσω από την ασθένεια.

## Βιβλιογραφία (APA)

Batt-Rawden, S. A., Chisolm, M. S., Anton, B., & Flickinger, T. E. (2013). Teaching empathy to medical students: An updated, systematic review. *Academic Medicine, 88*(8), 1171–1177.

Hojat, M. (2016). *Empathy in health professions education and patient care*. Springer.

Rayfield, D. (1998). *Anton Chekhov: A life*. Internet Archive.

Shapiro, J., Morrison, E., & Boker, J. (2006). Teaching empathy to medical students: An exploratory study. *Medical Education, 40*(9), 884–889.

Singer, T., & Lamm, C. (2009). The social neuroscience of empathy. *Annals of the New York Academy of Sciences, 1156*, 81–96.

<https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2009.04418.x>

Τσέχωφ, Α. (2009). *Ο θείος Βάνιας* (μτφρ. Ε. Μπελιές). Αθήνα: Ηριδανός.

## Προβληματισμοί Σχετικά με τα Όρια της Ιατρικής Παρέμβασης: Πότε η Θεραπεία Γίνεται

### Εμμονή;

Αλέξανδρος Αθανασόπουλος

#### Εισαγωγή: Η Δύναμη της Τεχνολογίας και η Ευθύνη μας

Ζούμε σε μια εποχή που η ιατρική μοιάζει να μπορεί να κάνει θαύματα. Μηχανήματα κρατούν ανθρώπους στη ζωή, όργανα αντικαθίστανται και ασθένειες που κάποτε ήταν θανατηφόρες, τώρα γίνονται χρόνιες. Ως φοιτητές ιατρικής, μαθαίνουμε συνεχώς πώς να σώζουμε ζωές.

Όμως, μέσα σε όλη αυτή την πρόοδο, γεννιέται ένα ερώτημα που με απασχολεί έντονα: Το ότι μπορούμε να κάνουμε κάτι τεχνικά, σημαίνει πάντα ότι είναι και σωστό να το κάνουμε; Σε αυτή την εργασία θα προσπαθήσω να εξετάσω τη λεπτή γραμμή που χωρίζει την ουσιαστική ιατρική βοήθεια από την άσκοπη παράταση του θανάτου, εστιάζοντας στο τι σημαίνει τελικά αξιοπρέπεια για τον ασθενή.

#### 1. Η Έννοια της «Μάταιης» Θεραπείας

Ένας όρος που συναντάμε συχνά στη βιβλιογραφία είναι η «ιατρική ματαιότητα» (medical futility). Με απλά λόγια, αναφέρεται σε εκείνες τις περιπτώσεις όπου, παρόλο που έχουμε τα μέσα να κρατήσουμε την καρδιά ενός ασθενούς να χτυπάει, δεν υπάρχει καμία ελπίδα να ανακτήσει τις αισθήσεις του ή να βελτιωθεί. Εδώ νομίζω ότι πρέπει να ξεχωρίσουμε δύο καταστάσεις:

- **Παράταση της Ζωής:** Όταν δίνουμε στον ασθενή χρόνο που έχει ποιότητα και νόημα.
- **Παράταση του Θανάτου:** Όταν η τεχνολογία απλά καθυστερεί το τέλος, συχνά προσθέτοντας πόνο και ταλαιπωρία. Ο Ιπποκράτης είπε «ωφελείν, ή μη βλάπτειν». Το να παρατείνεις το μαρτύριο κάποιου χωρίς λόγο, ίσως τελικά να είναι μια μορφή βλάβης, όσο καλή πρόθεση και αν έχεις.



## 2. Τι Προβλέπει ο Νόμος;

Στην Ελλάδα, τα πράγματα είναι αρκετά ξεκάθαρα στα χαρτιά, αλλά δύσκολα στην πράξη. Ο Κώδικας Ιατρικής Δεοντολογίας τονίζει τον σεβασμό στον ασθενή μέχρι το τέλος. Συγκεκριμένα:

- **Αξιοπρέπεια:** Ο γιατρός πρέπει να σέβεται τον άνθρωπο ακόμα και όταν πλησιάζει το τέλος του.
- **Συναίνεση:** Κανείς δεν μπορεί να υποβληθεί σε θεραπεία με το ζόρι. Αν ένας ασθενής έχει σώας τας φρένας και αρνηθεί μια επέμβαση, είναι δικαίωμά του.
- **Όχι στην Ευθανασία, Ναι στην Παύση της Ματαιότητας:** Ο νόμος απαγορεύει την ευθανασία, αλλά λέει ξεκάθαρα ότι ο γιατρός δεν είναι υποχρεωμένος να συνεχίζει θεραπείες που δεν προσφέρουν τίποτα πια (μάταιες). Υπάρχει μεγάλη διαφορά ανάμεσα στο «προκαλώ τον θάνατο» και στο «αφήνω τη φύση να ακολουθήσει την πορεία της» όταν δεν υπάρχει ελπίδα.

## 3. Το «Ιατρικό Πείσμα» και η Ανακουφιστική Φροντίδα

Πολλές φορές οι γιατροί, ίσως επειδή βλέπουν τον θάνατο σαν αποτυχία, πέφτουν στην παγίδα του «θεραπευτικού πείσματος». Επιμένουν σε επιθετικές αγωγές ακόμα και όταν όλα δείχνουν πως δεν υπάρχει επιστροφή. Απέναντι σε αυτό, η λύση φαίνεται να είναι η **Ανακουφιστική Φροντίδα**. Αντί να κοιτάμε μόνο τα νούμερα στις εξετάσεις, στρέφουμε την προσοχή μας στο πώς νιώθει ο ασθενής: πονάει; φοβάται; μπορεί να αναπνεύσει; Στόχος δεν είναι πια η ίαση, αλλά η φροντίδα και η ηρεμία. Είναι σημαντικό να καταλάβουμε ότι το να σταματήσεις μια

επιθετική θεραπεία δεν σημαίνει ότι εγκαταλείπεις τον ασθενή.

#### **4. Η Ποιότητα Ζωής πάνω από όλα**

Τελικά, τι είναι αυτό που μετράει; Να ζει κανείς απλά βιολογικά ή να ζει ουσιαστικά; Η έννοια της «Ποιότητας Ζωής» είναι υποκειμενική, αλλά περιλαμβάνει βασικά πράγματα:

- Να μην υποφέρεις από φρικτούς πόνους.
- Να έχεις επαφή με το περιβάλλον.
- Να μπορείς να επικοινωνήσεις με τους αγαπημένους σου. Μια ζωή συνδεδεμένη μόνιμα σε μηχανήματα, χωρίς συνείδηση, είναι κάτι που προβληματίζει ηθικά. Το θέμα δεν είναι μόνο να κρατάμε κάποιον ζωντανό, αλλά να αναρωτιόμαστε και γιατί το κάνουμε και με τι κόστος για τον ίδιο.

#### **5. Η Παγίδα της Τεχνολογίας**

Συχνά νιώθω ότι υπάρχει μια πίεση τύπου «αφού υπάρχει το μηχάνημα, πρέπει να το χρησιμοποιήσουμε». Αυτό όμως μετατρέπει τον ασθενή σε αντικείμενο. Μελέτες έχουν δείξει ότι πολλοί άνθρωποι, αν τους ρωτήσεις, θα προτιμούσαν να πεθάνουν ήρεμα στο σπίτι τους παρά διασωληνωμένοι σε μια ΜΕΘ, μόνοι τους. Η ιατρική οφείλει να χρησιμοποιεί την τεχνολογία για τον άνθρωπο και όχι ο άνθρωπος να υποτάσσεται στην τεχνολογία.



#### **6. Γιατί δυσκολευόμαστε να πάρουμε αποφάσεις;**

Γιατί όμως είναι τόσο δύσκολο να πούμε «ως εδώ»;

- **Φόβος:** Οι γιατροί φοβούνται μην τους κάνουν μήνυση ή μην κατηγορηθούν ότι δεν έκαναν τα πάντα.
- **Οι Συγγενείς:** Συχνά η οικογένεια, από αγάπη ή ενοχές, πιέζει για «μια τελευταία προσπάθεια», μη μπορώντας να αποδεχτεί τον αποχωρισμό. Εκεί ο γιατρός έχει τον δύσκολο ρόλο να διαχειριστεί και το δικό τους πένθος.
- **Η Νοοτροπία της «Μάχης»:** Ακούμε συνέχεια ότι κάποιος «έχασε τη μάχη» με τον καρκίνο. Αυτή η γλώσσα είναι λάθος, γιατί μας κάνει να πιστεύουμε ότι ο θάνατος είναι πάντα μια ήττα. Όμως ο θάνατος είναι το μόνο σίγουρο κομμάτι της ζωής.

### Συμπεράσματα

Κλείνοντας αυτή την εργασία, καταλήγω στο ότι τα όρια της ιατρικής δεν είναι θέμα γνώσεων, αλλά κρίσης και ανθρωπιάς. Η ευθύνη του αυριανού γιατρού δεν είναι μόνο να ξέρει να χειρίζεται τα μηχανήματα, αλλά να ξέρει και πότε να σταματάει. Πραγματική επιτυχία δεν είναι να παρατείνεις τη ζωή με κάθε κόστος, αλλά να εξασφαλίζεις ότι ο ασθενής σου θα έχει ένα τέλος με αξιοπρέπεια, χωρίς περιττό πόνο. Όταν η θεραπεία δεν υπηρετεί πια τον άνθρωπο, αλλά μόνο τη βιολογία, τότε μάλλον πρέπει να κάνουμε πίσω και να αφήσουμε χώρο στη φροντίδα και την αγάπη.

### Πηγές

1. Beauchamp TL, Childress JF. *Principles of Biomedical Ethics*. 8th ed. Oxford University Press; 2019.
2. Κώδικας Ιατρικής Δεοντολογίας (Νόμος 3418/2005), ΦΕΚ Α' 287/28-11-2005.
3. Oviedo Convention: Convention for the Protection of Human Rights and Dignity of the Human Being with regard to the Application of Biology and Medicine. Council of Europe, 1997.
4. Schneiderman LJ, Jecker NS, Jonsen AR. Medical futility: its meaning and ethical implications. *Ann Intern Med*. 1990;112(12):949-954.
5. Dunphy K, et al. End-of-life care in the intensive care unit: a review of the recent literature. *Curr Opin Anaesthesiol*. 2018;31(2):125-131.
6. Gawande A. *Being Mortal: Medicine and What Matters in the End*. Metropolitan Books; 2014.

7. Murray SA, Kendall M, Boyd K, Sheikh A. Illness trajectories and palliative care. *BMJ*. 2005;330(7498):1007-1011.
8. Καϊτελίδου Δ, κ.ά. Ηθικά διλήμματα στη Μονάδα Εντατικής Θεραπείας: Η άποψη των Ελλήνων ιατρών και νοσηλευτών. *Νοσηλευτική*. 2010;49(1):47-56.
9. Callahan D. *The Troubled Dream of Life: In Search of a Peaceful Death*. Simon & Schuster; 1993.
10. WHO Definition of Palliative Care. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/palliative-care>

**«ΕΝΑΣ ΦΙΛΟΣ, ΜΕ ΤΟ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΤΟΥ, ΜΑΣ ΜΕΤΑΔΙΔΕΙ ΜΙΑ ΑΙΣΘΗΣΗ ΚΛΗΣΗΣ ΚΑΙ ΣΚΟΠΟΥ»**

Α.Χ.Λάζαρης

Η «αίσθηση αποστολής» είναι ένα **προσωπικό κάλεσμα** που παρέχει **νόημα και κατεύθυνση στη ζωή μας**, είτε προέρχεται από την πίστη μας είτε από την ισχυρή προσωπική μας ταυτότητα είτε από μια δέσμευσή μας στους στόχους ενός σκοπού ή μιας οργάνωσης. Είναι μια βαθιά συναισθηματική και προσωπική έννοια που χρησιμεύει ως **κινητήρια δύναμη**, επηρεάζοντας τις ζωές μας. Παρέχει την **αίσθηση ότι η ζωή και οι πράξεις μας είναι σημαντικές και αξίζουν τον κόπο**. Λειτουργεί ως ένα **ισχυρό κίνητρο**, ενθαρρύνοντάς μας να επιδιώκουμε τους στόχους μας με **πεποίθηση και αφοσίωση**.



Η ταινία «**Ο φίλος μας - Our Friend**» που σκηνοθέτησε η **Γκαμπριέλα Καουπεργουέιθ** το 2019, είναι μια ωδή στη **φιλία**, μια ωδή στην **διαχείριση του πόνου**, μια ωδή στην **ανθρώπινη δύναμη** που ξεπετάγεται και ξαφνιάζει ακόμα και τους ίδιους τους φέροντές

την. Η ταινία βλέπεται «με άλλο μάτι», όταν γνωρίζουμε ως θεατές της ότι βασίζεται σε αληθινά πρόσωπα και γεγονότα, όπως αυτά μεταφέρθηκαν από τον Ματ Τιγκ το 2015 σε άρθρο του περιοδικού Esquire. Ο Ματ Τιγκ, αρθρογράφος στο εν λόγω περιοδικό, δημοσίευσε ένα άρθρο το οποίο ξεκίνησε να γράφει ως ένα επώδυνο αντίο στην γυναίκα του, την 36χρονη Νικόλ, η οποία είχε πεθάνει λίγους μήνες πριν, από καρκίνο τελικού σταδίου. Εν τέλει, το άρθρο κατέληξε να είναι για τον Ντέιν, τον φίλο τους, που παράτησε την προσωπική ζωή του στη Νέα Ορλεάνη προκειμένου να μείνει μαζί τους τους τελευταίους μήνες της ζωής της Νικόλ και για ένα μεγάλο διάστημα μετά τον θάνατό της, χωρίς να πάψει ποτέ να στηρίζει την οικογένεια του φίλου του. Το τελικό άρθρο του Ματ που του βγήκε αβίαστα και τελικά κέρδισε και βραβείο, είχε τίτλο “The Friend: Love Is Not a Big Enough Word” μεταφέροντας το βάρος της ιστορίας από την κακοτυχία της Νικόλ, στον Ντέιν και την **απέραντη στήριξη που μπορεί να προσφέρει μία φίλια.**



Η Νικόλ είχε διαγνωσθεί το 2012 με καρκίνο, με τους γιατρούς να «της δίνουν» λίγους μήνες ζωής. Η κοιλιά της της ήταν λες και την είχαν βουτήξει σε μια «λίμνη από καρκίνο». Έτσι είχαν πει στον Ματ τον Σεπτέμβριο εκείνης της χρονιάς. Η αντίστροφη μέτρηση είχε ξεκινήσει για τη Νικόλ και ο Ματ έκανε πέρα κάθε επαγγελματική υποχρέωσή του για να της προσφέρει όσο το δυνατόν ωραιότερες στιγμές πριν πεθάνει, μαζί με τις δύο κόρες

τους. Μόνος του όμως δεν θα το άντεχε. Ο φίλος τους Ντέιν άφησε τη δική του σύντροφο κι έκανε δουλειές του ποδαριού για να στηρίξει το ζεύγος Νικόλ και Ματ Τιγκ. Όταν τα χάπια της Νικόλ την έκαναν να θυμώνει, να οργίζεται χωρίς λόγο και να επιτίθεται στον Ματ, ο Ντέιν ήταν εκεί να ηρεμήσει τα πράγματα. Όταν ο Ματ ήθελε να εξαφανιστεί, ο Ντέιν έπαιρνε τηλέφωνο τους γονείς της Νικόλ και έφευγε για μια εκδρομή με τον Ματ στην εξοχή, ώστε να ξεχαστεί και να ξεσκάσει. Είχε βρει μια αποστολή, έναν σκοπό στη μάλλον άδεια μέχρι πρότινος ζωή του.



Κάποια πράγματα στη ζωή δεν μπορείς να τα γλυτώσεις. Αν ο καρκίνος σε βάλει για τα καλά στόχο, θα έρθει και θα ξανάρθει. Εκεί χρειάζεσαι ανθρώπους να σου δείξουν, είτε είσαι ο ασθενής είτε ο πιο άμεσος άνθρωπος για τον ασθενή, ότι **το υπόλοιπο της ζωής σου μπορεί να γίνει «μια γιορτή»**.



Αντίστοιχα με το άρθρο, στην ταινία, όταν η σύζυγός του, Νικόλ (την υποδύεται η Ντακότα Τζόνσον) διαγιγνώσκεται με ανίατο θανατηφόρο καρκίνο, ο έως τότε πολυάσχολος δημοσιογράφος Ματ Τιγκ (Κέισι Άφλεκ) έρχεται αντιμέτωπος με πρωτόγνωρες, ασήκωτες ευθύνες. Η οικογένεια του Ματ και της Νικόλ με τις δύο μικρές κόρες τους χάνει την ισορροπία της.

#### [1ο απόσπασμα. ΟΛΗ Η ΑΛΗΘΕΙΑ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ.mp4](#)

Ωστόσο, η άφιξη του κολλητού φίλου τους Ντέιν (Τζέισον Σίγκελ) με εμφανή σκοπό να στηρίξει το ζευγάρι είναι αυτό που δίνει νόημα στη ζωή του Ντέιν και αυτή του η αποστολή θα έχει βαθιά θετική επίδραση στη ζωή όλων.



Η Νικόλ σκέφτεται τις τελευταίες της επιθυμίες από τη ζωή της και ο Ματ με τον Ντέιν τις ικανοποιούν όλες ακόμα και την πιο δύσκολη που είναι να τραγουδήσει μπροστά σε κοινό όπως η αγαπημένη της τραγουδίστρια (βλ. 2ο απόσπασμα ταινίας). Η Νικόλ ζητάει συγγνώμη απ' τον Ματ για τη συζυγική απιστία της όσο εκείνος έλειπε μακριά της για επαγγελματικούς λόγους κι εκείνος, με τη σειρά του, αναγνωρίζει ότι δεν έπρεπε να την αφήνει μόνη τόσο πολύ. Επίσης, η Νικόλ γράφει γράμματα στις δυο της κόρες με όσα θα ήθελε να τους πει στις σημαντικές στιγμές της μελλοντικής ζωής τους (λ.χ, όταν θα ερωτευτούν, όταν θα παντρευτούν, όταν θα κάνουν το πρώτο τους παιδί) και, μετά τον θάνατό της, ο Ματ τα δίνει στα δυο κορίτσια του. Ομολογώ είναι το σημείο της ταινίας που με αγγίζει περισσότερο μαζί με την τελευταία βόλτα της ετοιμοθάνατης Νικόλ, όταν ατενίζει τα πουλιά στον ουρανό στην αγκαλιά του άντρα της, Ματ.

#### [2ο απόσπασμα. ΤΟ ΤΕΛΟΣ ΜΙΑΣ ΖΩΗΣ.mp4](#)

Βέβαια, στο “Our Friend” η πλοκή δεν είναι τόσο θελκτικός παράγοντας όσο είναι το ίδιο το καστ. Αν και σαφώς πρόκειται για ένα βιογραφικό δράμα, η τριάδα των Ντακότα Τζόνσον, Κέισι Άφλεκ και Τζέισον Σίγκελ δημιουργούν έναν ενδιαφέροντα συνδυασμό από ετερόκλητα στοιχεία με τον Σίγκελ ως Ντέιν, στη μέση, μία κωμική προσωπικότητα που, όταν απαιτείται, βγάζει ωραία θλίψη. Το “Our Friend” είναι μια αναμενόμενα σπαρακτική ταινία· τα δάκρυα έρχονται νωρίς και έρχονται συχνά, αλλά η ταινία δεν είναι χωρίς

ελπίδα, όπως αυτό φαίνεται κι από τη γεμάτη φρεσκάδα μουσική επένδυση της ταινίας. Το “Our Friend” καταφέρνει να είναι γλυκό χωρίς να νιώθει υπερβολικά αγχωμένο ή ανειλικρινές και υπάρχει μια σεμνότητα στις μεγαλύτερες προθέσεις του που το κάνει αξιαγάπητο.



### **Ερώτηση: 1**

Πώς θα μπορέσουν οι άνθρωποι να οριοθετήσουν σωστά τις προτεραιότητες της ζωής τους και να φτιάξουν τις σχέσεις τους με τα πρόσωπα που τους ενδιαφέρουν χωρίς, για να γίνει αυτό, να χρειάζεται η ζωή τους να βρεθεί αντιμέτωπη με το τέλος της;



### **A.A.**

Οι άνθρωποι μπορούν να οριοθετήσουν σωστά τις προτεραιότητες και να χτίσουν ουσιαστικές σχέσεις χωρίς να χρειάζεται να αντιμετωπίσουν το τέλος, αν μάθουν να ζουν με συνείδηση και προσοχή στη στιγμή. Το πρώτο βήμα είναι η αυτογνωσία : να κατανοούμε τι πραγματικά μας γεμίζει, ποιες ανάγκες και αξίες μας καθοδηγούν, και τι θεωρούμε σημαντικό στη ζωή και στις σχέσεις μας.

Έπειτα, η ενσυνειδητοτητα στις σχέσεις βοηθά να δίνουμε χρόνο και προσοχή στα αγαπημένα μας πρόσωπα πριν να είναι αργά. Αυτό σημαίνει να ακούμε πραγματικά, να εκφράζουμε εκτίμηση, αγάπη και συγχώρεση, να μην αφήνουμε τις μικρές παρεξηγήσεις να συσσωρεύονται.

Η προτεραιότητα στην δράση είναι επίσης σημαντική: να ξεχωρίζουμε τι αξίζει την ενέργεια και τον χρόνο μας και τι είναι περιττό ή αποσπασματικό. Με άλλα λόγια, να ζούμε με επίγνωση των επιλογών μας και να μην αναβάλλουμε τα σημαντικά συναισθήματα ή λόγια που θέλουμε να μοιραστούμε.

Τέλος, η συνειδητή ανάγνωση της περατότητας χωρίς πανικό —το να θυμόμαστε ότι η ζωή είναι περιορισμένη αλλά όχι απαραίτητα κοντά στο τέλος— μας κάνει να δρούμε πιο ειλικρινά και πιο ανθρώπινα. Έτσι, η ζωή μας μπορεί να γίνει πιο ουσιαστική, οι σχέσεις πιο στενές, και η καθημερινότητα πιο πλήρης, χωρίς να χρειάζεται τραγικό ξύπνημα από μια απώλεια.

Αν θέλεις, μπορώ να φτιάξω μια πολύ σύντομη εκδοχή αυτού για να τη γράψεις απευθείας σε έκθεση ή προσωπικό κείμενο. Θέλεις να το κάνω;

### **A.Δ.-Μ.**

Κατά την άποψή μου, για να μπορέσει κάποιος να οριοθετήσει 'σωστά' τις προτεραιότητες της ζωής του, πρέπει πρώτα να γνωρίζει καλά τον εαυτό του. Η αυτογνωσία αποτελεί ένα απ'τα πιο σημαντικά αγαθά, καθώς μας επιτρέπει να κατανοήσουμε που βρισκόμαστε στην πορεία που θέλουμε να ακολουθήσουμε στη ζωή

μας. Η στενή επαφή με τον εσωτερικό μας κόσμο μπορεί να λειτουργήσει ως πυξίδα ή κατευθυντήριοις χάρτης προς τους στόχους και τα όνειρά μας. Αρκεί να θυμόμαστε πως μόνο τα αρχικά βήματα στο ταξίδι μας μπορούν να προβλεφθούν έτσι. Τα υπόλοιπα εξαρτώνται από εξωτερικούς παράγοντες που δεν μπορούμε να ελέγξουμε.

Όσον αφορά τις σχέσεις με τα πρόσωπα που μας ενδιαφέρουν, πιστεύω οφείλουμε να ακολουθήσουμε ένα παρόμοιο σκεπτικό. Ένας απ'τους στόχους της ζωής μας δηλαδή που ανέφερα πιο πάνω πρέπει να είναι η κατανόηση των ανθρώπων γύρω μας. Για το χτίσιμο και τη διατήρηση μιας υγιούς σχέσης απαιτείται αλληλοσεβασμός, αλλά και η γνώση των ατόμων στον κοινωνικό μας κύκλο. Μόνο έτσι μπορούμε να διαμορφώσουμε πραγματικά ουσιαστικές σχέσεις.

Στην τελική όμως θεωρώ πως δεν υπάρχει κάποιος αντικειμενικά 'σωστός' τρόπος να οργανώσουμε τη ζωή μας. Ο καθένας είναι υπεύθυνος για το μονοπάτι που θα χαράξει και θα ακολουθήσει.

### **A. Π.-Μ.**

Θεωρώ πολύ σημαντική την συντήρηση των σχέσεων με τους ανθρώπους αγαπάμε και νιώθουμε πραγματικά ως απαραίτητα στοιχεία της ύπαρξης μας. Όχι όμως συντήρηση διεκπεραιωτικού χαρακτήρα. Συχνά παρατηρώ πως μια τάση του σήμερα είναι η κάλυψη της υποχρέωσης που έχουμε απέναντι στους φίλους μας να "τους θυμόμαστε" στις γιορτές, να ενδιαφερόμαστε για τα νέα τους και να τους "ακούμε", ακόμα και αν το μυαλό μας φεύγει αλλού και δεν νοιαζόμαστε ουσιαστικά για τα προβλήματα και τα συναισθήματα τους. Εγώ προτιμώ μια πιο βαθιά σύνδεση με τους δικούς μου ανθρώπους, θέτοντας τους σε προτεραιότητα, πρώτα από όλα στο μυαλό και τη σκέψη μου, προσπαθώντας να τους καταλάβω και να τους αποδεχτώ έμπρακτα. Προσπαθώ να μην αντιμετωπίζω τους ανθρώπους μου ως ένα κουτάκι στο ημερολόγιο μου ή μια υποχρέωση, όσο αυτό είναι εφικτό. Έτσι διατηρεί η κάθε πλευρά την ελευθερία της, να διαμορφώνει την ζωή της όπως θέλει, χωρίς τυπικότητες, ηθικολογίες και καταναγκασμούς. Αυτό ίσως είναι το κλειδί για εμένα, να ξεπεράσουμε στις σχέσεις μας τους καταναγκασμούς, να έρθουμε πρώτα από όλα κοντά στην ψυχή του αγαπημένου μας, να την σεβόμαστε και αγαπάμε πραγματικά, ακόμα και από απόσταση. Έτσι, στην δυσκολία αποτελούμε ένα ουσιαστικό στήριγμα για τους φίλους μας, οι οποίοι αισθάνονται την ζεστασιά της κατανόησης και της αποδοχής μας.

### **ΑΝΩΝΥΜΟΣ ΧΡΗΣΤΗΣ**

Μαθαίνουμε να βάζουμε προτεραιότητες όταν συνειδητοποιούμε ότι η ζωή δεν είναι για να την "διαχειριζόμαστε", αλλά για να την ζούμε. Δεν χρειάζεται να περιμένουμε μια κρίση ή το τέλος για να καταλάβουμε τι έχει πραγματική αξία: αρκεί να σταματήσουμε να μπερδεύουμε το επείγον με το σημαντικό. Κάθε μέρα μπορούμε να κάνουμε μια μικρή κίνηση προς τους ανθρώπους που μας νοιάζουν — ένα μήνυμα, μια κλήση, ένα "σ' αγαπώ" χωρίς λόγο. Να λέμε "όχι" σε ό,τι μας καταναλώνει και δεν μας χτίζει, και να κρατάμε χώρο για ό,τι μας γεμίζει. Οι σχέσεις δεν χρειάζονται δράμα για να είναι αληθινές, χρειάζονται παρουσία, σεβασμό και ειλικρίνεια. Όταν ζούμε με βάση τις αξίες μας και όχι τις πιέσεις, οι προτεραιότητες ξεκαθαρίζουν μόνες τους.

### **B. Γ.**

Το βασικότερο χαρακτηριστικό ενός ανθρώπου που μπορεί να οριοθετήσει σωστά τις προτεραιότητες της ζωής του είναι η αναγνώριση της σπουδαιότητας του χρόνου. Όταν κάποιος γνωρίζει ότι ο χρόνος που διαθέτει για την ζωή του είναι περιορισμένος και μοναδικός τότε μπορεί πολύ πιο εύκολα να ξεχωρίσει τι έχει πραγματικά σημασία για τον ίδιο. Η αυτογνωσία και η αυτοκριτική, είναι βασικά γνωρίσματα που θα βοηθήσουν έναν άνθρωπο να μην παρασύρεται από τις οικογενειακές και κοινωνικές προσδοκίες και να επικεντρώνεται σε ότι τον συμπληρώνει πραγματικά. Το βασικότερο χαρακτηριστικό μίας ανθρώπινης σχέσης, είναι η παρουσία, όχι αναγκαστικά η σωματική αλλά η ψυχική και πνευματική. Η επικοινωνία και η αποδοχή οδηγούν σε σχέσεις εμπιστοσύνης, σχέσεις αληθινές. Όταν ο άνθρωπος καταφέρνει να αντιληφθεί την διαφορά μεταξύ του τι πρέπει να κάνει με το τι έχει νόημα στη ζωή του, τότε θα αρχίσει να οριοθετεί σωστά τις προτεραιότητές του, γύρω από τα δικά του πιστεύω και όχι τις ενδείξεις των άλλων.

### **B. Β.**

Οι άνθρωποι στις μέρες μας παρουσιάζονται πιο κλειστοί και απόμακροι από τα άτομα που αγαπού, όχι γιατί δεν νοιάζονται, αλλά επειδή η συνήθεια της καθημερινότητας, οι ευθύνες και οι επαγγελματικές υποχρεώσεις τους αποσπούν την προσοχή. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα να αδιαφορούν και να ξεχνάνε τον πραγματικό λόγο για τον οποίο προσπαθούν και πασχίζουν να πετύχουν τόσο πολύ, τα αγαπημένα τους πρόσωπα. Επομένως αν κατανοήσουν εγκαίρως τη σημασία της αίσθησης αποστολής, όπως αναδεικνύεται στο κείμενο και την ταινία, και θέσουν σε σειρά τις προτεραιότητες τους, θα καταφέρουν να ισχυροποιήσουν τις σχέσεις με τους ανθρώπους τους χωρίς να χρειαστεί να φτάσουν στο χείλος της απώλειας. Η ιστορία της Νικόλ, του Ματ και του Ντέιν δείχνει ότι η ζωή αποκτά αληθινό νόημα όταν αφήνουμε χώρο για τους ανθρώπους που αγαπάμε, όταν δηλαδή επιλέγουμε συνειδητά να τους φροντίσουμε και να αφοσιωθούμε σε αυτούς, αψηφώντας τις επαγγελματικές μας και άλλες πιέσεις. Αυτό δεν σημαίνει ότι δεν θα είμαστε συνεπείς στις υποχρεώσεις μας, απλά δεν θα αποτελούν αυτές το επίκεντρο της προσοχής μας. Χωρίς να περιμένουμε να επέλθει μια κρίση, μπορούμε να δώσουμε προτεραιότητα στη βαθιά ανθρώπινη σύνδεση, να εκφράσουμε ανοιχτά όσα νιώθουμε, όσο υπάρχει ακόμα χρόνος. Να προσφέρουμε και να ζητάμε συγγνώμη, να αναγνωρίζουμε τις ανάγκες του άλλου και κυρίως να επενδύσουμε στις δικές μας σχέσεις με συνέπεια. Αντί να περιμένουμε το τέλος και την αίσθηση του φόβου, μπορούμε από νωρίς να επιλέξουμε να ζούμε με επίγνωση και κατανόηση, μετατρέποντας την καθημερινότητα, όπως έκανε και ο ήρωας της ιστορίας ο Ντέιν, σε μια μικρή αποστολή φροντίδας, που αναδεικνύει όσα πραγματικά μετρούν, δηλαδή την αγάπη.

### **B. Σ.**

- Συνειδητή αποδοχή της περατότητας της ζωής - Η κατανόηση ότι ο χρόνος είναι περιορισμένος βοηθά τον άνθρωπο να ξεχωρίσει το ουσιώδες από το ανούσιο, χωρίς να απαιτείται μια δυσάρεστη εμπειρία.
- Ιεράρχηση ανθρώπινων σχέσεων έναντι εξωτερικών στόχων - Οι διαπροσωπικές σχέσεις αποτελούν ουσιαστικό κομμάτι της ζωής και δεν πρέπει να υποβαθμίζονται έναντι επαγγελματικών ή κοινωνικών απαιτήσεων.

- Συναισθηματική διαθεσιμότητα και ενεργή παρουσία - Η φυσική παρουσία δεν αρκεί! Απαιτείται ψυχική εγρήγορση, ενσυναίσθηση και ουσιαστική συμμετοχή στη ζωή των άλλων.
- Ειλικρινής επικοινωνία - Η έκφραση συναισθημάτων, αναγκών και φόβων ενισχύει την αυθεντικότητα των σχέσεων και προλαμβάνει συναισθηματικές αποστάσεις.
- Έγκαιρη επίλυση συγκρούσεων - Η άμεση αντιμετώπιση των εντάσεων διατηρεί τη συναισθηματική εγγύτητα ενώ η αναβολή της συμφιλίωσης οδηγεί σε αποξένωση.
- Επαναπροσδιορισμός της έννοιας της επιτυχίας - Η επιτυχία δεν ταυτίζεται αποκλειστικά με την κοινωνική αναγνώριση αλλά με την εσωτερική πληρότητα και την ποιότητα ζωής.
- Ενσωμάτωση μικρών πράξεων αγάπης στην καθημερινότητα - Οι απλές, σταθερές πράξεις ενδιαφέροντος έχουν μεγαλύτερη αξία από μεγάλες χειρονομίες σε στιγμές κρίσης.

### **Γ. Μ.**

Οι άνθρωποι μπορούν να βάλουν σωστές προτεραιότητες στη ζωή τους αν μάθουν να ξεχωρίζουν τι έχει πραγματική αξία και τι όχι. Η συνειδητοποίηση, χωρίς φόβο ή άγχος, ότι ο χρόνος είναι περιορισμένος βοηθά να εκτιμήσουν περισσότερο τις διαπροσωπικές σχέσεις τους. Η ειλικρινής επικοινωνία, χωρίς εγωισμούς, η διάθεση για συγχώρεση και η θέληση να ζήσουν το "τώρα" δίνουν τη δυνατότητα να προλάβουν ή ακόμη και να διορθώσουν λάθη πριν αυτά γίνουν οριστικά. Όταν οι άνθρωποι πάψουν να αναβάλλουν όσα έχουν σημασία και δείξουν ενδιαφέρον έμπρακτα, οι δεσμοί τους με την οικογένεια και τους φίλους δυναμώνουν. Με αυτόν τον τρόπο, η ζωή αποκτά νόημα επειδή οι άνθρωποι τη ζουν όπως εκείνοι θέλουν και την έχουν ονειρευτεί, χωρίς να δέχονται την, κακόβουλη πολλές φορές, πίεση τρίτων.

### **Δ. Σ.-Ο.**

Οι άνθρωποι μπορούν να οριοθετήσουν σωστά τις προτεραιότητες της ζωής τους χωρίς να χρειαστεί να έρθουν αντιμέτωποι με το τέλος, αν καλλιεργήσουν μια συνειδητή στάση απέναντι στον χρόνο, στις σχέσεις και στις επιλογές τους. Συχνά, η επαφή με την απώλεια λειτουργεί ως αφύπνιση, όμως δεν θα έπρεπε να είναι η μόνη οδός προς την επίγνωση, καθώς αποτελεί τον μεγαλύτερο πόνο της ανθρώπινης ύπαρξης. Οι ανθρώπινες σχέσεις απαιτούν χρόνο - όχι τόσο ποσοτικό, αλλά ποιοτικό: ενδιαφέρον, φροντίδα και διάθεση για διάλογο, ακόμα και όταν αυτός είναι δύσκολος. Παράλληλα, η αποδοχή της ευαλωτότητας και της προσωρινότητας της ζωής μας ωθεί να εκφράζουμε την αγάπη και την εκτίμησή μας καθημερινά, με πράξεις και όχι μόνο με λόγια. Όταν οι άνθρωποι μαθαίνουν να ζουν με επίγνωση, μπορούν να επαναπροσδιορίσουν τις προτεραιότητές τους και να χτίσουν ουσιαστικές σχέσεις, χωρίς να χρειαστεί μια ακραία και επίπονη εμπειρία για να τους υπενθυμίσει τι πραγματικά αξίζει στη ζωή.

### **Ζ. Φ.-Χ.**

Οι άνθρωποι μπορούν να οριοθετήσουν σωστά τις προτεραιότητες της ζωής τους και να καλλιεργήσουν ουσιαστικές σχέσεις χωρίς να χρειαστεί να έρθουν αντιμέτωποι με το τέλος της ζωής τους, μέσα από τη συνειδητή αυτοπαρατήρηση και την καλλιέργεια

επίγνωσης. Συχνά, οι μεγάλες κρίσεις λειτουργούν ως «ξυπνητήρι», όμως δεν είναι ο μόνος τρόπος για να αναθεωρήσει κανείς τη στάση του απέναντι στη ζωή.

Η τακτική αυτοκριτική, ο στοχασμός πάνω στις αξίες και η ειλικρινής αναγνώριση του τι έχει πραγματικά σημασία μπορούν να οδηγήσουν σε πιο ισορροπημένες επιλογές. Όταν οι άνθρωποι αφιερώνουν χρόνο για να σκεφτούν τι τους γεμίζει ουσιαστικά, μαθαίνουν να διαχωρίζουν το επείγον από το σημαντικό. Παράλληλα, η ανοιχτή επικοινωνία, η ενσυναίσθηση και η συναισθηματική διαθεσιμότητα συμβάλλουν στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων.

Επιπλέον, η συνειδητοποίηση της περατότητας του χρόνου χωρίς δραματοποιήσεις μπορεί να λειτουργήσει ως ήπια υπενθύμιση ότι οι ανθρώπινες σχέσεις, η αγάπη και η αλληλοκατανόηση δεν πρέπει να αναβάλλονται. Έτσι, οι άνθρωποι μπορούν να ζουν με πρόθεση και νόημα, χωρίς να χρειάζεται να βιώσουν ακραίες εμπειρίες για να εκτιμήσουν τη ζωή τους.

### **Θ. Α.**

Η σχέση με τον άλλο άνθρωπο ανέκαθεν μας προβληματίζε εμάς τους ανθρώπους είτε αυτή πρόκειται για την σχέση μας με τον γονιό μας, με έναν φίλο μας ή μια ερωτική σχέση. Αυτή όμως η σχέση που έχει τόσο χαρές όσο και πίκρες αποτελεί βασικό πυλώνα της ύπαρξης μας. Με τον άλλο πορευόμαστε σαν συνοδοιπόροι στην ζωή. Όλοι μας νομίζω (μπορεί και να σφάλω) θέλουμε αυτή η επικοινωνία να είναι η καλύτερη δυνατή. Στην ταινία <OUR FRIEND>, αν και δεν έχω δει την συγκεκριμένη ταινία (ίσως όχι ακόμα, μπορεί να την δω στο μέλλον), διαβάζοντας την περιγραφή της άσκησης καταλαβαίνω ότι πριν την ασθένεια της Νικόλ, ο κάθε κύριος ήρωας της ταινίας δεν είχε οριοθετήσει όπως θα ήθελε ιδανικά τις σχέσεις του με τους άλλους. Ο μεν πολυάσχολος Ματ προς όφελος της επαγγελματικής του καριέρας έχει αποστασιοποιηθεί από την Νικόλ, η οποία καταφεύγει σε συζυγική απιστία. Ο δε Ντέιν επίσης δεν αισθάνεται πιθανώς <<γεμάτος>> από την πρωτύτερη ζωή του. Σε αυτές τις σχέσεις δρα σαν καταλύτης η ασθένεια της Νικόλ, η οποία έρχεται παρά την θλίψη που συνοδεύει, να γεφυρώσει τους χαρακτήρες, να απαλύνει τις ενοχές, να φέρει παραδόξως έστω και για λίγο χαρά και ομόνοια στην οικογένεια και στον Ντέιν, που γίνεται στην ουσία μέλος της. Παρότι τελικά ίσως αυτή η αλλαγή στάσης είναι κάτι πολύ θετικό τίθεται σίγουρα το ερώτημα <<Πρέπει να φοβηθούμε ότι θα χάσουμε τον άλλον (σε αυτήν την περίπτωση και την ζωή μας) για να κινητοποιηθούμε να κάνουμε κάτι, να δράσουμε για να βελτιώσουμε τις σχέσεις μας;>>. Κρίνω ότι μια πιθανή λύση στο ερώτημα αυτό θα ήταν πρώτα να απαντήσουμε ο καθένας ειλικρινά στον εαυτό μας σε μια άλλη ερώτηση, <<Τι θέλω ποιο πολύ;>>. Δεν είναι ανάγκη να επιλέξουμε ανάμεσα σε καριέρα ή οικογένεια ή φίλους. Το ερώτημα νομίζω δεν έχει μόνο μία απάντηση, κρίνω υπάρχουν και εξισορροπιστικές λύσεις. Αν όμως αποφασίσουμε ότι μας ενδιαφέρουν οι <<άλλοι>> στην ζωή μας και ότι τους θέλουμε σε αυτήν και τους αγαπάμε, αυτό πρέπει να τους το δείχνουμε. Για παράδειγμα μια αγκαλιά, έστω ένα ευχαριστώ πολύ ή ακομή και γιατί όχι και ένα απλό <<Σ' αγαπώ>>. Μπορούν να δείξουν ότι νοιαζόμαστε ότι εκτιμάμε τον άλλο. Και τα συναισθήματα μας δεν είναι ανάγκη να τα κρύβουμε, να τα καταχωνιάζουμε κάπου κρυφά στις πιο σκοτεινές γωνιές της ύπαρξης μας, προβάλλοντας ένα

<<προσωπείο>> προς τα έξω. Αν δείξουμε το αληθινό μας πρόσωπο, τα λάθη μας και τις ενοχές μας στον άλλο τότε και μόνο τότε θα μιλάμε για αληθινές σχέσεις και όχι για δημόσιες σχέσεις μεταξύ απλών γνωστών.

### **K. A.**

Ο άνθρωπος ως ένα αγχώδες ον δεν θα μπορέσει ποτέ να οριοθετήσει τις προτεραιότητες του . Για να πετύχει όμως το βέλτιστο δυνατό αυτού , θα πρέπει να καταλάβει τι πραγματικά έχει αξία στη ζωή του . Μετά από αυτό το βήμα , η οριοθέτηση των προτεραιοτήτων είναι προ των πυλών και αυτό οδηγεί σε μια βελτίωση των σχέσεων και γενικότερα της ζωής του .

### **K. I.**

Θα έχει παρατηρηθεί ότι ο άνθρωπος από τη φύση του περιμένει συχνά ένα αρνητικό γεγονός ως αφορμή για να εκτιμήσει τα θετικά της ζωής, όπως είναι οι ουσιαστικές διαπροσωπικές σχέσεις. Πώς όμως μπορεί κανείς να θέσει σωστές προτεραιότητες και να σφυρηλατήσει γόνιμες σχέσεις με άλλα άτομα χωρίς να χρειάζεται να αντιμετωπίσει κάποιο δυσώδυνο γεγονός όπως είναι ο φόβος ενός επικείμενου θανάτου? Η απάντηση στο ερώτημα μπορεί να δοθεί αρχικά μέσω της κατάλληλης παιδείας από την οικογένεια και το σχολείο που θα θέτει στο προσκήνιο τον άνθρωπο και όχι τα υλικά αγαθά. Για παράδειγμα, στο κείμενο ο Ματ παραμέλησε τις επαγγελματικές του υποχρεώσεις με σκοπό να συμπαρασταθεί στη γυναίκα του, ενώ ο φίλος του με όλη την συμπαράσταση που παρείχε έδειξε περύτερα τι αξία και πόσο νόημα έχει για εκείνον η βαθιά φιλία. Επιπλέον το ίδιο το άτομο καλό θα ήταν να επιδιώκει συνεχώς την προσωπική του πνευματική εξέλιξη, μέσα από βιβλία, την ενασχόληση με την τέχνη κτλ, προκειμένου να προσλαμβάνει αρμονικά ερεθίσματα και να διαμορφώνει στέρεα κριτήρια για το τι αξίζει εν τέλει και τι όχι. Τέλος, δεν γίνεται να μην πραγματοποιηθεί και μια αναφορά στον εγωισμό, ο οποίος αποτελεί ίσως το κυριότερο εχθρό των ανθρώπινων σχέσεων. Αποδεσμεύοντας τον εαυτό τους από τέτοιου είδους πάθη, οι άνθρωποι θα έρθουν στην ευνοϊκή θέση να αντιμετωπίζουν τα πρόσωπα της καθημερινότητας τους με περισσότερη διαλακτικότητα και καθαρότερο μυαλό, οπότε αναγνωρίζοντας πλέον τυχόν λάθη θα είναι πρόθυμοι να βρίσκουν λύσεις στα προβλήματα που ανακύπτουν ενισχύοντας έτσι σε βάθος τις επαφές τους.

### **M. A.**

Πολλοί άνθρωποι συχνά αναθεωρούν τις αξίες και τις σχέσεις τους, όταν αντιμετωπίζουν ακραίες καταστάσεις, όπως μία ασθένεια ή το ενδεχόμενο του επικείμενου θανάτου. Ωστόσο, υπάρχει η δυνατότητα να οριοθετήσουμε τις σχέσεις με ανθρώπους που μας ενδιαφέρουν πριν φτάσουμε σε ακραία όρια. Εξάλλου, η συνειδητή διαχείριση του χρόνου και των σχέσεων μας, είναι ζωτικής σημασίας για μια ολοκληρωμένη ζωή και ψυχική ισορροπία. Πώς όμως μπορεί να γίνει αυτό;

Αρχικά κάθε άνθρωπος οφείλει στον εαυτό του μια βαθιά και ειλικρινή ενδοσκόπηση, ώστε να μπορέσει να ιεραρχήσει τις προτεραιότητές του και να αναγνωρίσει τι είναι σημαντικότερο για τον ίδιο: οικογένεια, φίλοι, προσωπική ανάπτυξη, καριέρα; Με τον τρόπο αυτό μπορεί να κάνει αποτελεσματική διαχείριση του χρόνου του και να επικεντρωθεί σε ό,τι πραγματικά έχει αξία και όχι σε ανούσιες συναναστροφές που σε

βάθος χρόνου τον φθείρουν και τον αποξενώνουν από τον εαυτό του.

Επιπλέον, αν επιλέξει να δώσει προτεραιότητα στις σχέσεις με άλλους ανθρώπους σημαντική είναι η επένδυση ποιοτικού χρόνου με τους άλλους, επικοινωνία με ειλικρίνεια, με εκτίμηση και σεβασμό, βασισμένη στον εποικοδομητικό διάλογο και την υποστήριξη.

Επομένως, η συνειδητή οριοθέτηση προτεραιοτήτων και η διατήρηση των σχέσεων, δε χρειάζεται την εμπειρία του επικείμενου τέλους για να για να γίνουν αντιληπτές. Μέσα από την αυτογνωσία, τη στρατηγική διαχείριση του χρόνου, και την ποιοτική επικοινωνία, ο άνθρωπος μπορεί να ζήσει μια ζωή γεμάτη νόημα και ουσιαστικές σχέσεις.

### **M. A.**

Η επαναξιολόγηση των προτεραιοτήτων μας δεν θα έπρεπε να αποτελεί αιτία φόβου μπροστά στο τέλος, αλλά αφορμή συνειδητής παρουσίας στο «τώρα». Για να βάλουμε σωστές προτεραιότητες στη ζωή μας, πρέπει να συνειδητοποιήσουμε ότι ο χρόνος μας δεν είναι ανεξάντλητος. Συχνά αναλωνόμαστε σε άγχη και υποχρεώσεις που στο τέλος της ημέρας δεν έχουν σημασία, αφήνοντας σε δεύτερη μοίρα τους ανθρώπους που αγαπάμε. Γι'αυτό οφείλουμε να καλλιεργήσουμε την ενσυναίσθησή μας και να αναγνωρίσουμε πως ο χρόνος με τα αγαπημένα μας πρόσωπα είναι το μοναδικό μας μη ανανεώσιμο αγαθό. Αν αντιληφθούμε την σημασία της ύπαρξής μας ως κίνητρο για αγάπη και όχι ως απειλή για το τέλος αυτής, μπορούμε να χτίσουμε σχέσεις βάθους, τοποθετώντας τον άνθρωπο πάνω από την επιτυχία ή την κατανάλωση, πριν οι συνθήκες μας αναγκάσουν να το πράξουμε βίαια. Χρειάζεται απλώς να μάθουμε να λέμε «όχι» σε ό,τι μας απορροφά άσκοπα και να επενδύουμε σε ουσιαστικές στιγμές με τους άλλους. Αν δούμε τη ζωή ως κάτι πολύτιμο που συμβαίνει τώρα, και όχι ως κάτι δεδομένο, τότε οι σχέσεις μας θα γίνουν αυτόματα η πρώτη μας προτεραιότητα.

### **M. M.**

Μαθαίνουμε να βάζουμε προτεραιότητες όταν συνειδητοποιούμε ότι η ζωή δεν είναι για να την “διαχειριζόμαστε”, αλλά για να την ζούμε. Δεν χρειάζεται να περιμένουμε μια κρίση ή το τέλος για να καταλάβουμε τι έχει πραγματική αξία: αρκεί να σταματήσουμε να μπερδεύουμε το επείγον με το σημαντικό. Κάθε μέρα μπορούμε να κάνουμε μια μικρή κίνηση προς τους ανθρώπους που μας νοιάζουν, ένα μήνυμα, μια κλήση, ένα “σ’ αγαπώ” χωρίς λόγο. Να λέμε όχι σε ό,τι μας καταναλώνει, και να κρατάμε χώρο για ό,τι μας γεμίζει. Οι σχέσεις δεν χρειάζονται δράμα για να είναι αληθινές, χρειάζονται παρουσία, σεβασμό και ειλικρίνεια. Όταν ζούμε με βάση τις αξίες μας και όχι τις πιέσεις, οι προτεραιότητες ξεκαθαρίζουν μόνες τους.

### **Ξ. Π.**

Φυσικά πρόκειται για ένα πολύ βαθύ ερώτημα το οποίο δεν έχει ξεκάθαρη απάντηση. Πολλές φορές οι άνθρωποι, λόγω των υποχρεώσεων τους δεν συνειδητοποιούν τι έχει αξία μέχρι να έρθουν αντιμέτωποι με κάποια ακραία εμπειρία όπως η απώλεια ή ακόμα και το ενδεχόμενο του θανάτου των ίδιων. Βασικό ρόλο στην συνειδητοποίηση του τι έχει πραγματικά αξία παίζει η ενδοσκόπηση. Έτσι το άτομο θα καταφέρει να ιεραρχήσει τα πράγματα στην ζωή του και να κατανοήσει το ίδιο τι είναι σημαντικό και τι όχι. Επίσης πολύ σημαντικό ρόλο παίζει η επικοινωνία στην διατήρηση των σχέσεων με άτομα που

μας ενδιαφέρουν. Η ουσιαστική επικοινωνία σφυρηλατεί τις σχέσεις μεταξύ των ανθρώπων και η έγκαιρη έκφραση όσων αισθανόμαστε είναι σημαντική ώστε να μην χρειαστεί ένα ακραίο γεγονός για να πούμε όσα θέλουμε να πούμε. Τέλος όλοι μας πρέπει να αποδεχτούμε την θνητότητα ως δεδομένο και να αναγνωρίσουμε την αξία που έχει κάθε μέρα της ζωής μας ώστε να ασχοληθούμε πραγματικά με όσα μας ενδιαφέρουν καθώς ο χρόνος της ζωής μας είναι πεπερασμένος και οι επιλογές μας θα πρέπει να είναι συνειδητές.

### **Π. Ε.**

Σύμφωνα με το άρθρο «Ο φίλος μας - Our Friend», η οριοθέτηση των προτεραιοτήτων και η θωράκιση των ανθρώπινων σχέσεων επιτυγχάνονται μέσα από την έγκαιρη υιοθέτηση μιας «αίσθησης αποστολής» (sense of mission), η οποία προσφέρει νόημα και κατεύθυνση στην καθημερινότητα. Αυτή η εσωτερική κινητήρια δύναμη επιτρέπει στα άτομα να αναγνωρίσουν την αξία των πράξεών τους και να θέσουν ως απόλυτη προτεραιότητα την ουσιαστική σύνδεση και την αφοσίωση στα πρόσωπα που αγαπούν, υπερβαίνοντας την επαγγελματική απουσία ή τις επιφανειακές υποχρεώσεις. Η έμπρακτη φιλία, που χαρακτηρίζεται από αυταπάρνηση, σταθερή παρουσία στις δυσκολίες και την τόλμη της ειλικρινούς συγγνώμης, λειτουργεί ως καταλύτης για την αποκατάσταση των δεσμών πριν αυτοί δοκιμαστούν από μια κρίση. Συμπερασματικά, η συνειδητοποίηση ότι η ζωή αποτελεί μια ευκαιρία για προσφορά και η ανάδειξη των απλών στιγμών συμπόρευσης μετατρέπουν την αγάπη σε μια ζωντανή, καθημερινή πράξη, διασφαλίζοντας ότι η αναγνώριση των αληθινών αξιών της ζωής δεν θα απαιτήσει το σκληρό τίμημα μιας επερχόμενης απώλειας.

Η προσέγγιση αυτή προϋποθέτει μια ριζική αλλαγή νοοτροπίας, όπου το άτομο δεν περιμένει μια οριακή κατάσταση για να εκτιμήσει την ύπαρξη, αλλά επιλέγει συνειδητά να επενδύσει στον συνάνθρωπο. Όπως υποδεικνύει το παράδειγμα του Ντέιν, η αληθινή ολοκλήρωση δεν πηγάζει από την ατομική επιτυχία, αλλά από την ικανότητα να προσφέρουμε τον χρόνο και την ψυχή μας στους άλλους, μετατρέποντας τη ζωή σε μια συνεχή «γιορτή» αλληλεγγύης. Η ειλικρίνεια, η συγχώρεση και η παρουσία στις στιγμές του πόνου ή της οργής δεν είναι απλώς κοινωνικές συμβάσεις, αλλά οι θεμέλιοι λίθοι μιας ζωής με σκοπό. Μέσα από αυτή την οπτική, οι ανθρώπινες σχέσεις παύουν να θεωρούνται δεδομένες και γίνονται το επίκεντρο της προσωπικής μας «αποστολής». Έτσι, η προετοιμασία για το τέλος μετατρέπεται σε μια καθημερινή άσκηση αγάπης, που γεμίζει το παρόν με νόημα και διασφαλίζει ότι, όταν έρθει η ώρα του απολογισμού, οι προτεραιότητες θα έχουν ήδη τεθεί σωστά, χωρίς απωθημένα ή ανεκπλήρωτες ανάγκες σύνδεσης. Τελικά, η ανθρωπιστική αξία που προβάλλεται είναι ότι η ποιότητα της ζωής μας κρίνεται από το βάθος της προσφοράς μας και από την τόλμη μας να ζούμε αυθεντικά, τιμώντας τους δεσμούς που μας κρατούν ενωμένους με την ουσία της ανθρώπινης φύσης.

### **Π. Κ.**

Η έγκαιρη τοποθέτηση προτεραιοτήτων στη ζωή ενός ατόμου αποτελεί ιδιαίτερα απαιτητική διαδικασία, η οποία πρέπει να γίνεται μετά από προσεκτική μελέτη και αναζήτηση. Συγκεκριμένα, η τεχνική της ενδοσκόπησης επιτρέπει στους ανθρώπους, μέσω της αυτοπαρατήρησης και του εσωτερικού διαλόγου, να ανακαλύψουν ποιοι είναι και τις ανάγκες που ενδέχεται να έχουν, οδηγώντας τους στην απόκτηση επίγνωσης του

εαυτού τους. Επίσης, σημαντική για το ταξίδι αυτό της αυτογνωσίας είναι η επιδίωξη νέων εμπειριών και πειραματισμού, προκειμένου τα άτομα να ανακαλύψουν τις αξίες και τα στοιχεία που τους προσφέρουν ψυχική και συναισθηματική ολοκλήρωση.

Εξίσου κρίσιμη με την ιεράρχηση των προτεραιοτήτων των ανθρώπων είναι και η αναμόρφωση των διαπροσωπικών τους σχέσεων. Η διεργασία αυτή προϋποθέτει ουσιαστική επικοινωνία μεταξύ των δύο πλευρών, μέσα από την οποία τα άτομα δύνανται να εκφράσουν με ειλικρίνεια τα συναισθήματα και τις ανάγκες τους, καθώς επίσης και να επιλύσουν παρεξηγήσεις που ενδέχεται να έχουν δημιουργηθεί, έχοντας, παράλληλα, την ικανότητα για συγχώρεση. Επιπλέον, ουσιώδης για την ευημερία μιας σχέσης κρίνεται η διάθεση ενσυναίσθησης, αφού αυτή επιτρέπει στους ανθρώπους να αντιλαμβάνονται τη συναισθηματική κατάσταση και την οπτική γωνία του άλλου ατόμου, αποβάλλοντας αισθήματα επικριτικότητας που μπορεί να τους καταβάλλουν και επιδεικνύοντας σεβασμό στη διαφορετικότητά του.

### **Σ. Β.-Ν.**

Κατά την πορεία μας στην ζωή, θεωρώ πως είναι φρόνιμο να καθόμαστε που και που και να κάνουμε μία ενδοσκόπηση, μία αξιολόγηση του ποιοι είμαστε, πώς αισθανόμαστε στην παρούσα φάση της ζωής μας και πώς αισθανόμαστε με τους ανθρώπους με τους οποίους συναναστρέφουμε τακτικά.

Οφείλουμε να κατανοήσουμε εάν υπάρχει κάτι που δεν μας ικανοποιεί, τόσο όσον αφορά τον δικό μας χαρακτήρα, όσο και τον χαρακτήρα των ανθρώπων που μας ενδιαφέρουν (οικογένεια, φίλοι, συνάδελφοι). Είναι πολύ πιθανό να διαπιστώσουμε πως δεν είναι όλα τέλεια και ότι υπάρχουν στοιχεία στην ζωή μας που επιδέχονται βελτίωση, αλλά πρέπει να κάνουμε μία ενδοσκόπηση για να τα βρούμε και να ορίσουμε στην συνέχεια με περισσότερη ακρίβεια τις προτεραιότητές μας, τι πραγματικά θέλουμε από την ζωή μας και ποιο είναι το νόημα αυτής.

Πιστεύω πως τις περισσότερες φορές όταν μας προβληματίζει κάτι στις σχέσεις μας με τους άλλους, η επικοινωνία αποτελεί το 50% της λύσης του προβλήματος. Εάν καταφέρνουμε να επικοινωνήσουμε ένα πρόβλημα, πάντοτε με σεβασμό και την απαραίτητη διακριτικότητα και ανοίξουμε έναν διάυλο για διάλογο με το άλλο άτομο είναι πολύ πιθανό να βρεθεί μία μέση λύση που θα ικανοποιεί και τα 2 μέρη της συζήτησης. Είναι εντυπωσιακό το γεγονός πως εάν έχουμε το θάρρος να επικοινωνήσουμε τα θέματα που μας απασχολούν εξερχόμαστε από την συζήτηση που ανοίξαμε αρκετά πιο απελευθερωμένοι.

Επίσης, θεωρώ βασικό, περιστασιακά να προσπαθούμε να συνδεόμαστε και να επικοινωνούμε με τα αγαπημένα μας πρόσωπα σε ένα βαθύτερο επίπεδο, και όχι επιφανειακό.

Με αυτόν τον τρόπο θα έχουμε ήδη εδραιώσει υγιείς και ισχυρούς δεσμούς με τα αγαπημένα μας πρόσωπα και δεν θα χρειαστεί να τους υπενθυμίσουμε ότι τους αγαπάμε ή ότι νοιαζόμαστε για αυτούς σχεδόν πανικόβλητοι σε μία κρίση ή στην περίπτωση που η ζωή μας βρεθεί αντιμέτωπη με το τέλος της.

Το σημαντικό είναι να κάνουμε, περιστασιακά, κάποιες παύσεις από τους γρήγορους

ρυθμούς ζωής που χαρακτηρίζουν την σημερινή κοινωνία και να εξετάζουμε τον εσωτερικό μας κόσμο, τις σχέσεις μας με τους άλλους και να βάζουμε τα δυνατά μας να τα βελτιώσουμε. Έτσι, μπορούμε να επαναπροσδιορίζουμε τις προτεραιότητες της ζωής μας και να ενισχύουμε τις σχέσεις μας με τους άλλους πριν να είναι πολύ αργά.

### **Σ. Μ.**

Οι άνθρωποι μπορούν να οριοθετήσουν σωστά τις προτεραιότητές τους αν μάθουν να σταματούν για λίγο και να κοιτάζουν τη ζωή τους πιο συνειδητά, χωρίς να χρειάζεται ένα ακραίο γεγονός για να τους ταρακουνήσει. Αυτό μπορεί να γίνει μέσα από την αυτοπαρατήρηση, τον διάλογο με τον εαυτό τους και τους άλλους, και τη συνειδητή επιλογή του τι αξίζει πραγματικά τον χρόνο και την ενέργειά τους. Οι σχέσεις χτίζονται όταν δίνουμε χώρο, παρουσία και ειλικρίνεια στους ανθρώπους που μας ενδιαφέρουν, όχι όταν περιμένουμε να απειληθούμε από την απώλεια για να τους εκτιμήσουμε. Η καθημερινή φροντίδα, η επικοινωνία και η συνειδητή απομάκρυνση από ό,τι μας αποσπά ή μας απομακρύνει από τους άλλους μπορούν να μας βοηθήσουν να ζούμε πιο ουσιαστικά. Έτσι, οι προτεραιότητες ξεκαθαρίζουν χωρίς να χρειαστεί να φτάσουμε στα όρια, αλλά μέσα από μικρές, σταθερές επιλογές ζωής. Πάνω από όλα θεωρώ πως πρέπει να έχουμε ευγνωμοσύνη για τους ανθρώπους που αγαπάμε.

### **Σ. Π.**

Οι άνθρωποι μπορούν να οριοθετήσουν σωστά τις προτεραιότητες της ζωής τους και να φτιάξουν τις σχέσεις τους με πρόσωπα που τους ενδιαφέρουν, δίχως να χρειάζεται να έρθουν πρώτα αντιμέτωποι με το τέλος. Πιο συγκεκριμένα, για να δώσουμε χώρο και χρόνο σε ό,τι έχει πραγματικά αξία, χρειάζεται να ζούμε με συνειδητότητα μεσ' στην καθημερινότητά μας, έχοντας πάντοτε στο μυαλό μας πως ο χρόνος είναι ό,τι πολυτιμότερο διαθέτουμε. Άρα, ο διάλογος, η επικοινωνία, η ενσυναίσθηση και η ειλικρίνεια <<χτίζουν>> τα θεμέλια μιας ουσιαστικής σχέσης. Όταν οι άνθρωποι επιλέγουν να εκφράζονται, να συγχωρούν και να αγαπάνε συνάπτουν σχέσεις με βάθος, που δεν χρειάζονται δραματικές στιγμές για να γίνουν αληθινές. Έτσι, οι προτεραιότητες ξεκαθαρίζουν φυσικά και η ζωή αποκτά νόημα και ποιότητα, όχι επειδή φοβόμαστε το τέλος της ... απλώς μαθαίνουμε να είμαστε ευγνώμονες και να εκτιμάμε την κάθε μας στιγμή.

### **Τ. Ε.-Κ.**

Η οριοθέτηση με την διόρθωση μιας σχέσης είναι ένα πολύ λεπτό θέμα.

Πρακτικά θεωρώ ότι όλα είναι ωραία στην θεωρία και στην φαντασία και στο μυαλό τους λέγοντας ότι θα κάνω αυτό και αυτό, θα πω αυτό και αυτό, ο άλλος θα το αποδεχτεί, και τελείωσε, τέλος καλό όλα καλά.

Όμως,

Η οριοθέτηση είναι ο τρόπος με τον οποίο ένας άνθρωπος διαφυλάσσει τι είναι σημαντικό για αυτόν, ενώ ταυτόχρονα δεν καταπατάει κάτι το οποίο είναι σημαντικό για τον απέναντι σου. Δεν είναι μια κόκκινη κορδέλα.

Όταν οριοθέτησε γιατί βλέπεις ότι καταπατείται η ελευθερία σου και το οποιοδήποτε δικαίωμα σου, και ο άνθρωπος που έχεις απέναντι σου δεν το σέβεται, ο μόνος τρόπος για να φτιάξεις την σχέση σου μαζί του, είναι να την αφήσεις πίσω.

Η οριοθέτηση και κυρίως στις προτεραιότητες της ζωής, είναι πολύ σημαντική. Πρέπει να

έχεις ανθρώπους δίπλα σου οι οποίοι στηρίζουν τις αποφάσεις σου, διαφορετικά δεν έρχεται το τέλος της ζωής σου.

Αλλά μια ζωή που σου αξίζει. Γιατί όποιος και να είσαι σου αξίζει να είσαι ελεύθερος και οι άλλοι οφείλουν να το σεβαστούν είτε καθώς είναι δίπλα σου και σε στηρίζουν είτε μακριά σου.

### **Ερώτηση: 2**

Η αίσθηση αποστολής σημαίνει απλώς ότι η ζωή σας κι αυτό που κάνετε έχουν σημασία. Ο σκοπός της ζωής είναι η καθοδηγητική δύναμη που δίνει στην ύπαρξή σας νόημα, κατεύθυνση και εκπλήρωση. Είναι ο βαθύτερος λόγος πίσω από τις πράξεις, τους στόχους και τις φιλοδοξίες σας - αυτό που σας εμπνέει να αναπτυχθείτε, να συνεισφέρετε και να ζήσετε με πρόθεση. Μιλήστε μου για την δική σας αίσθηση κλήσης και σκοπού στη ζωή σας και πώς αυτή επηρεάζει την καθημερινότητά σας.



### **A. A.**

Η αίσθηση αποστολής για μένα σημαίνει να νιώθω ότι η ζωή μου και ό,τι κάνω έχει νόημα. Ο σκοπός μου είναι αυτό που με καθοδηγεί, που δίνει κατεύθυνση στις πράξεις μου και με βοηθά να νιώθω πλήρης. Είναι ο λόγος που με κινητοποιεί να αναπτύσσομαι, να προσφέρω στους άλλους και να ζω με πρόθεση και συνειδητότητα.

Η δική μου αίσθηση κλήσης με κάνει να προσέχω περισσότερο τις καθημερινές μου επιλογές και τις σχέσεις μου. Με επηρεάζει στο να δίνω προτεραιότητα στα πράγματα που έχουν πραγματική αξία, να αφιερώνω χρόνο σε όσα με γεμίζουν και να μην αφήνω τις μικρές ανησυχίες να με αποσπούν από αυτό που θεωρώ σημαντικό. Έτσι, η ζωή μου αποκτά νόημα και οι σχέσεις μου γίνονται πιο ουσιαστικές.

### **A. Δ.-Μ.**

Το να καταλήξει κάποιος σε έναν μοναδικό σκοπό ζωής πιστεύω ότι είναι αδύνατο. Συνειδητά – αλλά και υποσυνείδητα- η κινητήρια δύναμη και βαθύτερη πρόθεση που κρύβεται πίσω από κάθε πράξη μας είναι στην πραγματικότητα ένα πλέγμα από

πεποιθήσεις, αξίες, πιστεύω και αρχές που επεκτείνεται συνεχώς καθώς μεγαλώνουμε. Ο 'λόγος' δηλαδή που κάνει κάποιος κάτι ή ακολουθεί μια συγκεκριμένη πορεία στη ζωή του δεν μπορεί να αποδοθεί σε ένα συγκεκριμένο πράγμα. Υπάρχουν παρόλα αυτά κυριότεροι και λιγότερο σημαντικοί 'σκοποί', οι οποίοι βρίσκονται σε μία διαβαθμιζόμενη σειρά αναλόγως με το επίπεδο της επιρροής που έχουν πάνω μας (στις πράξεις αλλά και στις σκέψεις μας).

Εγώ θα ήθελα να πιστεύω πως ένας από τους δικούς μου βασικότερους σκοπούς στη ζωή μου είναι να βοηθάω τους ανθρώπους γύρω μου. Δεν έχω την διαστρεβλωμένη άποψη για τον εαυτό μου πως έχοντας έναν ηθικό και εύσπλαχνο στόχο (ή τουλάχιστον πιστεύοντας πως τον έχω) με κάνει μαγικά καλύτερο άτομο. Αλλά η αλήθεια είναι πως προσπαθώ καθημερινά μέσω των πράξεών μου να έχω κάποιο θετικό αντίκτυπο στους συνανθρώπους μου. Είναι πάντα η προτεραιότητά μου; Όχι. Και το γεγονός αυτό δεν είναι κάτι που ντρέπομαι να παραδεχτώ, καθώς θεωρώ πως λίγος εγωισμός στη ζωή μας που και που είναι αναγκαίος, αλλά αυτό αποτελεί μια ξεχωριστή συζήτηση.

Ο στόχος μου αυτός έχει λειτουργήσει πραγματικά πολλαπλές φορές ως κινητήρια δύναμη. Σε φάσεις της ζωής μου που έψαχνα τη θέση μου και την 'αποστολή' μου σε αυτόν τον κόσμο, ακόμα και κάποιον λόγο να συνεχίζω να σηκώνομαι απ'το κρεβάτι μου το πρωί, ήταν εκεί να μου υπενθυμίζει πως ένα πράγμα μπορούμε να καθορίσουμε σίγουρα σε αυτή τη ζωή. Τις σχέσεις μας με τους ανθρώπους γύρω μας. Θεωρώ μάλιστα πως αυτό δίνει νόημα στη ζωή μας. Το να έχω άρα τη δυνατότητα να διευκολύνω κάποιον στην καθημερινότητά του, να τον κάνω να γελάσει ή να απαλύνω τον πόνο του σε μια δύσκολη στιγμή- είτε είναι ένα κοντινό μου άτομο που αγαπώ είτε κάποιος ξένος- με γεμίζει με μια αίσθηση αποστολής.

## **A. Π.-Μ.**

Προσωπικά σκοπός της ζωής μου είναι να εξερευνήσω όλες τις δυνατότητες που αυτή παρέχει, σχεδόν να τις εξαντλήσω. Είναι το κίνητρο που ρέει μέσα μου κάθε πρωί όταν ξυπνάω. Να αδραξω την μέρα και την ζωή μου: αυτό μετουσιώνεται σε παραγωγικότητα στη καθημερινή ζωή μου, σε προσπάθεια σύνδεσης με άλλους ανθρώπους, και σε ένα φιλερευνητικό πνεύμα. Για εμένα αυτή η φορά για ζωή πιθανώς προέρχεται από έναν φόβο για τον θάνατο που караδοκεί. Όμως, θεωρώ πως βελτιώνει τη ζωή μου, αφού δίνει σε κάθε νέα μέρα σημαντικό βάρος και πρόθεση, καθώς επίσης με ωθεί να βελτιώνομαι, ώστε να προχωρώ μπροστά και να ξεκλειδώνω νέες ευκαιρίες για πράγματα που μπορώ να κάνω: δηλαδή, αν πιεστώ να μάθω μια ξένη γλώσσα, ξέρω πως η ανταμοιβή θα είναι μεγάλη, αφού θα μου επιτρέψει να διαβάσω πρωτότυπα ξένα κείμενα, να ταξιδεύω και να γνωρίσω άτομα από άλλες κουλτούρες. Η επιστήμη που έχω διαλέξει ξέρω πως θα μου επιτρέψει να δω βαθιά μέσα στον ασθενή μου, ο οποίος θα μου ανοίξει, για λίγο, την ψυχή του. Έτσι, θα καταλάβω τους ανθρώπους, και τον ίδιο μου τον εαυτό, καλύτερα. Ο αντίκτυπος που έχει μακροπρόθεσμα κάθε μου απόφαση στην εξερεύνηση της ζωής μου είναι, δηλαδή, για εμένα πολύ σημαντικός. Σκοπός μου είναι τα μάτια μου να δουν όσα πιο πολλά πράγματα προλαβαίνουν, μέσα στο σύντομο διάστημα που λέγεται ζωή.

## **ΑΝΩΝΥΜΟΣ ΧΡΗΣΤΗΣ**

Η αίσθηση κλήσης για μένα είναι στενά δεμένη με την ιατρική και με την οικογένειά μου.

Όταν σκέφτομαι τον σκοπό μου, δεν είναι κάτι αφηρημένο ή μακρινό, αλλά είναι το να μπορώ να βοηθάω ανθρώπους σε μια στιγμή που είναι πιο ευάλωτοι, να είμαι εκεί όταν κάποιος φοβάται, να δίνω ελπίδα και φροντίδα. Η ιατρική δεν είναι μόνο ένα επάγγελμα για μένα, είναι τρόπος ζωής: με μαθαίνει να είμαι υπομονετική, να σκέφτομαι καθαρά κάτω από πίεση, να βλέπω τον άνθρωπο πίσω από το σύμπτωμα.

Και πίσω από όλο αυτό είναι η οικογένειά μου. Όταν σκέφτομαι τα χρόνια που θα έρθουν, θέλω να τους βλέπω να είναι καλά, να μπορώ να τους στηρίζω, να τους κάνω περήφανους χωρίς να χάνω τον εαυτό μου στη δουλειά. Η καθημερινότητά μου επηρεάζεται από αυτό: με κάνει να επιλέγω πιο συνειδητά τι αξίζει τον χρόνο μου, να δίνω σημασία στις μικρές στιγμές μαζί τους, και να δουλεύω προς τον στόχο μου, αλλά και να γίνω ο άνθρωπος που θέλω να είμαι για εκείνους

## **B. Γ.**

Νιώθω πως την σύγχρονη εποχή, είμαι ένας από τους λίγους τυχερούς που από αρκετά νωρίς στην ενήλικη μου ζωή έχω αντιληφθεί ποια είναι η πραγματική μου κλήση. Η «Ανακάλυψη» αυτή, πέρα από το νόημα που προσδίδει, μου παρέχει και μία κατευθυντήρια γραμμή που πιστεύω σε κάποια στιγμή της ζωής μου θα με οδηγήσει σε αυτό που εγώ πιστεύω θα είναι η προσωπική μου ολοκλήρωση.

Ο πυρήνας που έχω αποφασίσει να θέσω στην ζωή μου είναι η ιατρική. Την κλήση αυτή την έχω νιώσει από πολύ μικρή ηλικία αλλά μέχρι πρόσφατα δεν είχα αντιληφθεί την βαρύτητά της. Μέσα από οικογενειακές περιπέτειες εντός και εκτός νοσοκομείων, εγχώρια αλλά και στο εξωτερικό αντιλήφθηκα το πόσο μεγάλη σημασία έχει η υγεία, όχι μόνο η σωματική αλλά και η ψυχική στις ζωές των ανθρώπων. Η δυνατότητα όχι μόνο να την παρέχω στον εαυτό μου, αλλά να την προσφέρω στον βαθμό που μου επιτρέπεται στους συνανθρώπους μου που την έχουν ανάγκη με γεμίζει σαν άνθρωπο. Μπορεί ακόμα να μην έχω βοηθήσει κάποιον ουσιαστικά, αλλά μονάχα η σκέψη πως θα έχω την ικανότητα αυτήν στο μέλλον με ολοκληρώνει.

Μέσα στην καθημερινότητα μου έχω συμπεριλάβει συνήθειες και ανθρώπους που μου προσφέρουν αυτήν την «υγεία». Η συναναστροφή μου με ανθρώπους που βελτιώνουν τις απόψεις μου, τα πιστεύω μου, την διάθεση μου είναι πλέον βασικό και αναπόσπαστο χαρακτηριστικό της καθημερινής μου ζωής. Το να έχει κάποιος φίλους στο κοντινό κοινωνικό του κύκλο που να τον κάνουν χαρούμενο, γιατρεύει ανεπανάληπτα την ψυχή. Οι πραγματικές σχέσεις με έχουν βελτιώσει και με έχουν κάνει άνθρωπο που δεν μετανιώνει στιγμές και εμπειρίες που έχει βιώσει. Έχω ένταξη στην ρουτίνα μου την γυμναστική και την διατροφή, συνήθειες που θα περίμενε κανείς να με βοηθήσουν σωματικά αλλά με έχουν βελτιώσει περισσότερο ψυχικά. Μπορεί η ιατρική να δυσκολεύει την καθημερινότητα μου σήμερα σε επίπεδο ωραρίων και μελέτης, όμως στο μέλλον θα μου προσφέρει την ικανότητα να διευκολύνω τις ζωές των άλλων.

Το σημαντικότερο μάθημα που μου έχει προσφέρει η ιατρική και ο κόσμος που ασχολείται με αυτήν, είναι πως βασική προτεραιότητα σου είναι ο άνθρωπος. Σκέφτομαι πως ο περισσότερος κόσμος θέτει ως πυξίδα της ζωής του τα χρήματα και τις ανέσεις, αλλά αυτό που θα θυμούνται και θα εκτιμούν όλοι στο τέλος της ζωής είναι το ποιος ήταν πραγματικός Άνθρωπος. Η ιατρική πιστεύω πως συντελεί στην βελτίωση μου ως άνθρωπο.

## **B. Β.**

Για τον κάθε άνθρωπο η αίσθηση της αυτοπραγμάτωσης και της πληρότητας επέρχεται διαφορετικά. Όλοι έχουμε στόχους, επιθυμίες και όνειρα που αποτελούν έμπνευση και έναυσμα να συνεχίσουμε, να εξελιχθούμε και τελικά να ολοκληρωθούμε ψυχικά. Προσωπικά η δική μου αίσθηση κλήσης και σκοπού στη ζωή έγκειται στην βαθιά αγάπη που έχω για τους ανθρώπους και απο την επιθυμία μου να συμβάλλω, με όποιον τρόπο μπορώ, στη βελτίωση της καθημερινότητάς τους. Αυτή μου η παρόρμηση αποτέλεσε και τον βασικό λόγο που επέλεξα να ακολουθήσω τον δρόμο της ιατρικής. Πάντα ένιωθα ότι πρέπει να βρίσκομαι δίπλα σε όσους έχουν ανάγκη απο φροντίδα, στήριξη ή απλά απο μία παρουσία. Με γεμίζει πραγματικά να νιώθω χρήσιμη, να προσφέρω και να γνωρίζω ότι μπορώ να κάνω τη διαφορά ακόμα και για μόνο έναν άνθρωπο. Η αίσθηση οτι μία μέρα οι γνώσεις και οι πράξεις μου θα μπορούν να ανακουφίσουν έναν άρρωστο ή να προσφέρουν λίγη ελπίδα σε αυτόν και την οικογένειά του, μου δίνει δύναμη να συνεχίσω να προσπαθώ και να βελτιώνομαι. Χάρη σε αυτόν μου τον σκοπό νιώθω ότι εξελίσσομαι και ότι χτίζω σχέσεις βασισμένες στην ανσυναίσθηση, την κατανόηση και την ανιδιοτελή προσφορά. Τελικά η αίσθηση αποστολής μου αποτελεί την δική μου πυξίδα που με κατευθύνει και μου θυμίζει καθημερινά γιατί αξίζει να προσπαθώ και να ονειρεύομαι.

### **B. Σ.**

Η αίσθηση κλήσης και σκοπού που με καθοδηγεί στη ζωή μου είναι βαθιά συνδεδεμένη με την ανάγκη μου να προσφέρω στους άλλους και να συμβάλλω έστω και με μικρούς τρόπους στη βελτίωση της καθημερινότητάς τους. Πιστεύω οτι η ζωή αποκτά πραγματικό νόημα όταν μοιράζεται και όταν οι πράξεις μας έχουν θετικό αντίκτυπο στους ανθρώπους γύρω μας. Η επιθυμία μου να κάνω τους άλλους χαρούμενους, να απαλύνω τον πόνο τους και να λειτουργώ ως ένα ασφαλές και υποστηρικτικό πρόσωπο στις δύσκολες στιγμές τους αποτελεί τον πυρήνα της ύπαρξής μου. Μέσα απο την προσφορά και τον εθελοντισμό αισθάνομαι οτι βρίσκω τον εαυτό μου, καθώς μου δίνεται η ευκαιρία να ξεπεράσω τα στενά όρια του προσωπικού μου κόσμου και να συνδεθώ ουσιαστικά με κάτι μεγαλύτερο από εμένα! Η καθημερινότητά μου επηρεάζεται έντονα από αυτή την αίσθηση αποστολής καθώς με ωθεί να είμαι πιο προσεκτική, υπομονετική και παρούσα στις ανάγκες των άλλων αλλά και πιο υπεύθυνη απέναντι στις επιλογές μου. Κάθε πράξη καλοσύνης αλλά και κάθε χαμόγελο που γεννιέται από μια ειλικρινή προσπάθεια προσφοράς μου υπενθυμίζει ότι ο σκοπός της ζωής δεν βρίσκεται στην ατομική επιτυχία ή στην αναγνώριση αλλά στη δυνατότητα να αφήνουμε πίσω μας ανθρώπους λίγο πιο δυνατούς, αισιόδοξους και γεμάτους αγάπη!

### **Γ. Μ.**

Ο σκοπός της ζωής μου συνδέεται με την ανάγκη να βοηθώ τον συνάνθρωπό μου. Και για την επίτευξη αυτής της -αν είναι δόκιμος ο όρος- αποστολής, επέλεξα να σπουδάσω ιατρική, την οποία αντιλαμβάνομαι ως λειτουργήμα και κοινωνική προσφορά, κι όχι απλώς μια ακόμη επαγγελματική κατάρτιση ανάμεσα στις τόσες άλλες. Επίσης, ακριβώς στη λογική της προσφοράς προς την κοινωνία και τη βελτίωση των συνθηκών ζωής εκείνων που θεωρούνται "μη προνομιούχοι", θα με ενδιέφερε η ενασχόληση με την πολιτική. Τέλος, σημαντικό σκοπό της ζωής μου θεωρώ τη δημιουργία οικογένειας, μέσω της οποίας κάθε άνθρωπος μπορεί να δώσει απεριόριστη αγάπη και στήριξη στον/στην σύντροφό του, και αργότερα στο/στα παιδί/παιδιά του. Παράλληλα, μέσω της

οικογένειας, ο άνθρωπος μπορεί να μεταλαμπαδεύσει αξίες και ιδανικά που θα διαμορφώσουν την προσωπικότητα των παιδιών του και να εξασφαλίσει ότι εκείνα, πολύ αργότερα, θα είναι έτοιμα να βγουν στην κοινωνία, απογαλακτισμένα και ανεξάρτητα, για να κερδίσουν τη ζωή και να επιτύχουν τους δικούς τους σκοπούς.

#### **Δ. Σ.-Ο.**

Ως φοιτήτρια Ιατρικής, η αίσθηση κλήσης και σκοπού στη ζωή μου συνδέεται άμεσα με την επιλογή μου να ακολουθήσω έναν δρόμο απαιτητικό, αλλά βαθιά ανθρώπινο. Δεν πρόκειται μόνο για μια επαγγελματική φιλοδοξία, αλλά για την ανάγκη να προσφέρω, να σταθώ δίπλα στον άλλον σε στιγμές ευαλωτότητας και να αισθάνομαι ότι η γνώση που αποκτώ έχει πραγματικό νόημα. Η Ιατρική με φέρνει καθημερινά αντιμέτωπη με την έννοια της ευθύνης, της φροντίδας και της ανθρώπινης αξιοπρέπειας, ακόμη και σε θεωρητικό επίπεδο, πριν βρεθώ πλήρως στην κλινική πράξη. Αυτή η αίσθηση σκοπού επηρεάζει την καθημερινότητά μου, καθώς με ωθεί να επιμένω παρά την κούραση, να αντέχω την πίεση των σπουδών και να αντιμετωπίζω τη γνώση όχι ως αποστήθιση, αλλά ως εργαλείο προσφοράς.

#### **Ζ. Φ.-Χ.**

Η αίσθηση κλήσης και σκοπού στη ζωή μου συνδέεται με την ανάγκη να εξελίξομαι ως άνθρωπος και να συμβάλλω θετικά στους άλλους και στο κοινωνικό σύνολο. Αντιλαμβάνομαι τον σκοπό μου όχι ως έναν απόλυτο και στατικό στόχο, αλλά ως μια δυναμική πορεία αυτοβελτίωσης, μάθησης και προσφοράς. Η επιθυμία να αποκτώ γνώση, να κατανοώ τον κόσμο και να χρησιμοποιώ όσα μαθαίνω με υπεύθυνο τρόπο αποτελεί βασικό στοιχείο της προσωπικής μου αποστολής.

Αυτή η αίσθηση σκοπού επηρεάζει την καθημερινότητά μου, καθώς με ωθεί να αντιμετωπίζω τις υποχρεώσεις μου με συνέπεια και νόημα. Οι σπουδές, οι διαπροσωπικές σχέσεις και οι επιλογές μου δεν αποτελούν απλώς υποχρεώσεις, αλλά ευκαιρίες προσωπικής ανάπτυξης. Όταν αντιμετωπίζω δυσκολίες, η επίγνωση ότι κινούνται προς έναν ευρύτερο στόχο με βοηθά να επιμένω και να μην απογοητεύομαι εύκολα.

Τέλος, ο σκοπός στη ζωή μου λειτουργεί ως εσωτερική πυξίδα που με καθοδηγεί στις αποφάσεις μου και μου προσφέρει αίσθηση πληρότητας. Με βοηθά να δίνω νόημα στην καθημερινότητα και να νιώθω ότι η πορεία μου, ακόμη κι όταν είναι απαιτητική, έχει αξία και σημασία.

#### **Θ. Α.**

Νομίζω ότι έχω αίσθηση αποστολής στην ζωή μου (αν και δεν ξέρω αν κάποιος μπορεί ποτέ να είναι 100 τα εκατό σίγουρος ότι έχει). Θεωρώ αρκετά σημαντικό οι γονείς μου, η γιαγιά μου οι φίλοι μου και το σκυλάκι μου να είναι χαρούμενοι και να κάνω ότι μπορώ για να τους βοηθήσω. Αλλά όχι μόνο αυτούς, ίσως ακουστεί ουτοπικό αλλά μου αρέσει να προσφέρω στον άλλο άνθρωπο και όχι μόνο άνθρωπο (μπορεί να πρόκειται και για κάποιο σκυλάκι ή για κάποιο περιβαλλοντικό ζήτημα ή και για οτιδήποτε άλλο μπορεί να κάνει τον κόσμο μας κατά την άποψη μου καλύτερο). Ίσως αυτός ήταν και ο λόγος που επέλεξα μια τόσο δύσκολη ζωή, όπως η ζωή του γιατρού. Επίσης θέλω κάθε μέρα που πηγαίνω στο πανεπιστήμιο να μαθαίνω κάτι καινούργιο, όταν πηγαίνω στο ταεκβοντό να ασκούμε να

γυμνάζομαι όλο και παραπάνω.Γενικά θέλω να προοδεύουμε και εγώ και οι άλλοι.Δηλαδή να προοδεύουμε εμείς.

#### **K. A.**

Η αίσθηση αποστολής στη ζωή μου πηγάζει από την ανάγκη να είμαι χρήσιμη και να εξελίσομαι συνεχώς, τόσο ως άνθρωπος όσο και ως επαγγελματίας. Μέσα από την ιατρική με κινητοποιεί η προσφορά στον άλλον και η ευθύνη απέναντι στην ανθρώπινη ζωή, ενώ ο αθλητισμός με έχει μάθει πειθαρχία, αντοχή και ομαδικότητα. Αυτός ο συνδυασμός δίνει νόημα στην καθημερινότητά μου και καθοδηγεί τις επιλογές μου, ακόμη και στις δύσκολες στιγμές, υπενθυμίζοντάς μου γιατί αξίζει να προσπαθώ.

#### **K. I.**

Μέσα από την μέχρι τώρα εμπειρία μου, έχω συνειδητοποιήσει ότι ο κύριος λόγος για τον οποίο έχω διαμορφώσει έναν αρκετά συμπαγή συναισθηματικό κόσμο είναι ότι ανέκαθεν φροντίζω να επενδύω και να αφιερώνομαι στις σχέσεις μου με τους συγγενείς και φίλους μου. Μοιράζοντας συναισθήματα που δεν μπορείς να τα βρεις κάπου αλλού ανακάλυψα ότι έτσι γνωρίζω την πραγματική ευδαιμονία και όχι μια νόθα, εφήμερη ψυχαγωγία. Επομένως, ο στόχος μου στη ζωή, το <<κάλεσμα μου>>, νομίζω πως είναι να συνεχίσω να πορεύομαι απρόσκοπτα στο μονοπάτι της προσωπικής εξέλιξης προκειμένου να μπορώ συνεχώς να βελτιώνω τις σχέσεις μου με τους υπόλοιπους ανθρώπους προσφέροντας τους συνεχώς νέα πράγματα σε πνευματικό επίπεδο, διότι είναι σημαντικό πρώτα να μεριμνάς να δώσεις αξία στους γύρω σου και μετά να πάρεις ότι σου αναλογεί.

Η καθημερινότητα μου επηρεάζεται άμεσα από όλο αυτό. Αν δεν αλληλεπιδράσω με τα πρόσωπα που εκτιμώ και αγαπώ σαν να χάνει το νόημα της η μέρα μου, διότι η ενασχόληση με άψυχα όντα ή η αποκοπή από τον περίγυρο μου δεν μπορούν να με τροφοδοτήσουν με βαθιά, αληθινά συναισθήματα που θα μου δώσουν κίνητρο να πορευτώ. Άλλωστε, ο άνθρωπος δεν ήταν ποτέ μοναχικό ον καθόλη την εξελικτική του πορεία.

#### **M. A.**

Η έννοια του σκοπού ζωής και της αίσθησης κλήσης αποτελεί βασικό στοιχείο στη ζωή των ανθρώπων. Η αναζήτηση του νοήματος είναι ένας διαρκής αγώνας που καθοδηγεί τις πράξεις, τους στόχους και τη συμπεριφορά μας. Καθένας μας μπορεί να το αναζητήσει στις ουσιαστικές σχέσεις με άλλους, στην επαγγελματική του πορεία, στην τέχνη, την κοινωνική καταξίωση, την οικονομική ευμάρεια.

Για εμένα προσωπικά, η αίσθηση της κλήσης και του σκοπού βρίσκεται στην ανάγκη της προσφοράς στους συνανθρώπους μου σε συνδυασμό με την ανάγκη και επιθυμία για διαρκή μάθηση. Για τον λόγο αυτό, οδηγήθηκα προς την Ιατρική, η οποία είναι ένας τρόπος να μετατρέπω τη γνώση σε έμπρακτη βοήθεια και φροντίδα των άλλων. Έτσι, μέσα από τη φροντίδα και την προσφορά, η ζωή μου αποκτά πλήρες νόημα, όχι μόνο για εμένα αλλά και για τους ανθρώπους γύρω μου. Η αίσθηση της κλήσης και εκπλήρωσης του σκοπού μου καθημερινά, φωτίζει και καθοδηγεί τις πράξεις και τις επιλογές μου. Επιπροσθέτως, μέσα από την Ιατρική, ερχόμαστε σε επαφή με τη φθορά, την ευθραυστότητα και τη θνητότητα, κάτι που διαρκώς μας υπενθυμίζει πώς το νόημα βρίσκεται στα μικρά πράγματα, στην αξία κάθε στιγμής. Και τελικά, ίσως ο σκοπός είναι η

ίδια η ζωή που μας δίνει καθημερινά την ευκαιρία να ζήσουμε και να την απολαύσουμε μέχρι τελευταίας στιγμής, συνειδητοποιώντας τη φθαρτή και πεπερασμένη ύπαρξή μας.

### **M. A.**

Για μένα, η έννοια του σκοπού είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με πολλές εκφάνσεις της ζωής. Αρχικά, ως φοιτήτρια, η επιλογή μου να ακολουθήσω την επιστήμη της Ιατρικής δεν είναι απλώς μια επαγγελματική πορεία, αλλά μια εσωτερική κλήση να προσφέρω στον συνάνθρωπο και να φανώ χρήσιμη στις δύσκολες στιγμές του, με ανιδιοτέλεια και ειλικρινή αγάπη. Γι'αυτό και καθημερινά προσπαθώ να γίνομαι καλύτερη μέσα από το απαιτητικό διάβασμα, την συμμετοχή μου σε εθελοντικές δραστηριότητες και σε εκπαιδευτικά σεμινάρια, συνέδρια και τις θυσίες που απαιτεί η σχολή μου. Θέλω, παράλληλα, με αυτόν τον τρόπο να δικαιώσω την πολύχρονη προσπάθεια στήριξης της οικογένειάς μου και να τους κάνω περήφανους για την εξέλιξή μου.

Σε έναν κόσμο που συχνά γίνεται απρόσωπος, εκτιμώ βαθύτατα τις αληθινές ανθρώπινες σχέσεις, καθώς πιστεύω πως η ουσιαστική επαφή με τους γύρω μας είναι αυτή που μας κρατά ισορροπημένους. Κοιτάζοντας το μέλλον, λοιπόν, οραματίζομαι τη δημιουργία μιας δικής μου όμορφης οικογένειας που θα αποτελεί το λιμάνι μου. Αυτοί οι δύο πυλώνες: η επιστημονική προσφορά και οι οικογενειακοί δεσμοί, είναι οι στόχοι που δίνουν νόημα στις προσπάθειές μου και με κάνουν να συνεχίζω με πείσμα και πρόθεση.

### **M. M.**

Η αίσθηση κλήσης για μένα είναι στενά δεμένη με την ιατρική και με την οικογένειά μου. Όταν σκέφτομαι τον σκοπό μου, δεν είναι κάτι αφηρημένο ή μακρινό, αλλά είναι το να μπορώ να βοηθώ ανθρώπους σε μια στιγμή που είναι πιο ευάλωτοι, να είμαι εκεί όταν κάποιος φοβάται, να δίνω ελπίδα και φροντίδα. Η ιατρική δεν είναι μόνο ένα επάγγελμα για μένα, είναι τρόπος ζωής: με μαθαίνει να είμαι υπομονετικός, να σκέφτομαι καθαρά κάτω από πίεση, να βλέπω τον άνθρωπο πίσω από το σύμπτωμα.

Και πίσω από όλο αυτό είναι η οικογένειά μου. Όταν σκέφτομαι τα χρόνια που θα έρθουν, θέλω να τους βλέπω να είναι καλά, να μπορώ να τους στηρίζω, να τους κάνω περήφανους χωρίς να χάνω τον εαυτό μου στη δουλειά. Η καθημερινότητά μου επηρεάζεται από αυτό: με κάνει να επιλέγω πιο συνειδητά τι αξίζει τον χρόνο μου, να δίνω σημασία στις μικρές στιγμές μαζί τους, και να δουλεύω για να γίνω ο άνθρωπος που θα θέλω να είμαι για εκείνους.

### **Ξ. Π.**

Η αίσθηση κλήσης και σκοπού στην ζωή μου είναι ο βασικός παράγοντας που επηρεάζει τις επιλογές μου και συνεπώς την καθημερινότητά μου. Το αίσθημα πως κάθε μου επιλογή είναι μέρος μιας ευρύτερης μου αποστολής να πετύχω, με παρακινεί να προσπαθώ ακόμα και όταν συναντώ δυσκολίες. Αυτό βρίσκει εφαρμογή ιδιαίτερα στην ιδιότητά μου ως φοιτητής, όπου αντιμετωπίζω το διάβασμα και την ακαδημαϊκή μου επιτυχία ως μέσο για να ασκήσω την ιατρική και να συμβάλλω στο κοινό καλό. Φυσικά, πέρα από την ακαδημαϊκή μου επιτυχία, οι προσπάθειές μου έχουν ως στόχο και την γενικότερη προσωπική μου ανάπτυξη ώστε μέσα από την κοινωνική μου ζωή και τις επιλογές μου να καταφέρω να προσφέρω στην κοινωνία. Κάθε μου επιλογή λοιπόν γίνεται συνειδητά με απώτερο σκοπό να καταφέρω να προσφέρω στους συνανθρώπους μου και στο κοινωνικό

σύνολο.

### **Π. Ε.**

Η δική μου αίσθηση κλήσης και σκοπού πηγάζει από την πεποίθηση ότι η ζωή αποκτά πραγματικό νόημα μόνο μέσα από την ουσιαστική προσφορά και τη δέσμευση απέναντι στον συνάνθρωπο. Στην καθημερινότητά μου, αυτό μεταφράζεται στην προσπάθεια να μην αντιμετωπίζω τις σχέσεις μου ή τις υποχρεώσεις μου ως μια απλή διεκπεραίωση, αλλά ως μια «αποστολή» όπου κάθε μου πράξη έχει σημασία. Εμπνεόμενος από το παράδειγμα του Ντέιν στο άρθρο, θεωρώ ότι ο σκοπός της ζωής δεν βρίσκεται στην ατομική επιτυχία, αλλά στην ικανότητα να είσαι παρών στις δύσκολες στιγμές των άλλων, προσφέροντας χρόνο, υπομονή και ενσυναίσθηση.

Αυτή η καθοδηγητική δύναμη επηρεάζει την καθημερινή μου συμπεριφορά, ωθώντας με να ιεραρχώ την επικοινωνία και τη σύνδεση με τα πρόσωπα που με περιβάλλουν πάνω από την προσωπική μου άνεση ή την επαγγελματική μου φιλοδοξία. Η αίσθηση του σκοπού με διδάσκει να μη θεωρώ τίποτα δεδομένο και να αναζητώ τη «γιορτή» στις απλές στιγμές συμπόρευσης, αποφεύγοντας τα απωθημένα και τις ανεκπλήρωτες συγγνώμες. Ως φοιτητής ιατρικής, αυτή η κλήση με προετοιμάζει να αντιμετωπίσω τον μελλοντικό μου ασθενή όχι απλώς ως ένα περιστατικό, αλλά ως μια ανθρώπινη ύπαρξη που έχει ανάγκη από σταθερή υποστήριξη και αυθεντική παρουσία. Τελικά, η αίσθηση αποστολής είναι αυτή που με κρατά σε εγρήγορση ώστε να ζώ με πρόθεση, διασφαλίζοντας ότι οι προτεραιότητές μου είναι ευθυγραμμισμένες με τις ανθρωπιστικές αξίες της αγάπης και της αλληλεγγύης, πολύ πριν η ζωή βρεθεί αντιμέτωπη με τα όριά της.

### **Π. Κ.**

Η αίσθηση σκοπού μου έγκειται στην ανακούφιση του ανθρώπινου πόνου, στην κοινωνική προσφορά και στη συνηγορία. Αυτές, λοιπόν, οι αξίες με ώθησαν να ακολουθήσω την ιατρική επιστήμη, πέρα από το ενδιαφέρον μου για εκείνη, μιας επιστήμης που διαρκώς εξελίσσεται και της αγάπης μου για συνεχή μάθηση και ανακάλυψη. Επιδιώκω να γίνω «φωνή» των ευάλωτων κοινωνικών ομάδων και να υπερασπιστώ το δικαίωμά τους σε ιατροφαρμακευτική περίθαλψη και υπηρεσίες υγείας. Στόχος μου είναι να συμβάλλω στη βελτίωση του συστήματος υγείας και να προσφέρω τις υπηρεσίες μου σε διεθνείς ανθρωπιστικές οργανώσεις, αντλώντας ηθική ικανοποίηση από τη θεραπευτική σχέση με τους ασθενείς και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους.

Προκειμένου να επιτύχω τους στόχους μου, αξιοποιώ τον ελεύθερο χρόνο μου για τη συμμετοχή σε εξωακαδημαϊκές δραστηριότητες. Ειδικότερα, επιδιώκω να παρακολουθώ δράσεις και σεμινάρια που εμπλουτίζουν τόσο τις ιατρικές μου γνώσεις, όσο και τις επικοινωνιακές μου δεξιότητες. Μέσα από αυτές έχω διδαχθεί τη σημασία της ενσυναίσθησης και την ικανότητα να αφουγκράζομαι τις ανάγκες του ασθενή, καθώς και να διαχειρίζομαι δύσκολες καταστάσεις, όπως το πένθος, οι χρόνιες νόσοι και η κακοποίηση. Επίσης, η εθελοντική μου δράση ως υπεύθυνη του τομέα ανθρωπίνων δικαιωμάτων και ειρήνης, με κρατά ενήμερη για καταστάσεις παραβίασης των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και μου επιτρέπει να συμμετέχω ενεργά στη διοργάνωση και παρακολούθηση δράσεων, οι οποίες συμβάλλουν στην καλλιέργεια της ομαδικότητας, στην ανάπτυξη της ικανότητας συνεργασίας και στην ανάληψη πρωτοβουλιών.

## Σ. Β.-Ν.

Ήδη από τα σχολικά μου χρόνια θυμάμαι να αναρωτιέμαι ποιο είναι το νόημα της ζωής. Είχα σκεφτεί ότι ένας από τους βασικούς σκοπούς της ζωής μας είναι (ή μάλλον θα έπρεπε να είναι) η μεγιστοποίηση του κοινωνικού καλού.

Αργότερα, αναθεώρησα, καθώς διαπίστωνα πως εφόσον κάποιος ασκεί οποιοδήποτε επάγγελμα με έντιμο τρόπο και συναναστρέφεται γόνιμα με τους ανθρώπους γύρω του, τότε συνεισφέρει θετικά στο άμεσο κοινωνικό περιβάλλον του. Δεν χρειάζεται λοιπόν ο καθένας να καταβάλλει όλη του την ενέργεια να μεγιστοποιήσει το θετικό αντίκτυπο σε όσο το δυνατόν περισσότερο κόσμο, καθώς αυτό μπορεί να το επιτύχει στον δικό του μικρότερο κοινωνικό κύκλο, το οποίο τελικά είναι αρκετό και θα πρέπει να αναγνωρίζεται. Επομένως, ένα από τα βασικά και γενικά στοιχεία που έχω υπόψη μου στην ζωή μου είναι να ενεργώ με τρόπο που τουλάχιστον δεν θα βλάπτει, δεν θα πληγώνει, δεν θα στεναχωρεί, αλλά θα έχει θετικό αντίκτυπο. Για παράδειγμα, ένας από τους βασικούς τρόπους με τους οποίους θέλω να ελπίζω πως κάνω το καλό είναι να προσπαθώ να εξηγήσω και να εκπαιδεύσω τους γονείς μου για την σημασία του να προσέχουν την υγεία τους, ως προς κάθε επίπεδο (σωματικό, νοητικό, κοινωνικό). Αντί να τους δίνω απλά εντολές και οδηγίες που πρέπει να ακολουθούν για να παραμένουν υγιείς, απολαμβάνω να τους εξηγώ με απλά λόγια με ποιον τρόπο η κάθε τροποποίηση, που τους υπενθυμίζω περιστασιακά, έχει θετικά οφέλη για την υγεία τους. Αναγνωρίζω ότι είναι πολύ μικρός αυτός ο "κοινωνικός κύκλος" της οικογένειάς μου και ο θετικός αντίκτυπος που τελικά επιφέρω, αλλά κάνω ό,τι μπορώ, καθώς πιστεύω πως η διατήρηση της υγείας μας είναι από τα πιο σημαντικά αγαθά που έχουμε στην διάθεσή μας και η απώλεια ή η σοβαρή διαταραχή αυτής μπορεί να είναι πραγματικά τραγική.

Ένα δεύτερο στοιχείο, το οποίο διέπει την ζωή μου και την κατευθύνει σε αρκετά βραχυπρόθεσμη χρονική κλίμακα είναι πολύ απλά η εκπλήρωση των εκάστοτε καθημερινών υποχρεώσεών μου. Πιστεύω σθεναρά πως μικρές επαναλαμβανόμενες πράξεις, (λ.χ. το καθημερινό διάβασμα για την σχολή) μπορούν σε βάθος χρόνου να συσσωρευτούν και να έχουν μεγαλύτερο αντίκτυπο στη ζωή ενός ανθρώπου, από αυτό που μπορεί να φαίνεται εξαρχής κάνοντας αυτήν την πράξη.

Αυτό το 2ο στοιχείο αποτελεί την καθημερινή κατευθυντήρια δύναμη της ζωής μου, ενώ το 1ο στοιχείο (το θετικό αντίκτυπο προς το περιβάλλον) αποτελεί μια πιο γενική και μακροπρόθεσμη αποστολή ζωής.

Για να τα βγάλει κανείς πέρα μέσα στην καθημερινότητα, πρέπει να έχει υπόψη του ότι το κάθε τι που κάνει τελικά θα τον ανταποδώσει με κάποιον τρόπο. Είναι βασικό να το έχουμε αυτό στο μυαλό μας. Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι ακόμη και η απλή εκπλήρωση των υποχρεώσεών μας, με ταπεινό και έντιμο τρόπο, δεν είναι μάταιη, αλλά είναι σπουδαίας σημασίας, αρκεί να έχουμε θέσει έναν στόχο στην ζωή μας και να ξέρουμε ότι βήμα-βήμα, μέρα με την μέρα είμαστε πιο κοντά σε αυτόν.

## Σ. Μ.

Η αίσθηση κλήσης και σκοπού στη ζωή μου δεν είναι κάτι απόλυτα ξεκάθαρο ή μεγαλειώδες. Δεν νιώθω ότι έχω έναν μοναδικό, αυστηρά ορισμένο σκοπό, αλλά περισσότερο μια εσωτερική ανάγκη να ζω με νόημα και συνέπεια απέναντι σε όσα θεωρώ σημαντικά. Για μένα, σκοπός είναι να εξελισσομαι ως άνθρωπος, να καταλαβαίνω καλύτερα τον εαυτό μου και τους άλλους και να προσπαθώ να υπάρχω με ανθρωπιά και

ειλικρίνεια στις σχέσεις μου. Αυτή η αίσθηση επηρεάζει την καθημερινότητά μου στον τρόπο που παίρνω αποφάσεις και στον τρόπο που σχετίζομαι με τους ανθρώπους γύρω μου. Προσπαθώ να δίνω αξία σε όσα κάνω, ακόμη και στα μικρά και καθημερινά, και να μην κινούμαι μηχανικά. Δεν σημαίνει ότι πάντα τα καταφέρνω ή ότι δεν χάνω τον δρόμο μου κάποιες φορές, αλλά η ανάγκη να ζω με πρόθεση και ουσία λειτουργεί σαν μια εσωτερική πυξίδα που με επαναφέρει. Κυρίως θέλω να ζήσω αυθεντικά και να κοιμάμαι το βράδυ με ενθουσιασμό και ανυπομονησία για το τί μπορεί να μου φέρει το επόμενο πρωί.

### **Σ. Π.**

Η αίσθηση αποστολής κ κλήσης στη ζωή μου λειτουργεί ως ένας εσωτερικός γνώμονας που σχηματίζει ένα <<μονοπάτι>> κ έναν <<δρόμο>> για την καθημερινότητά μου. Δεν την αντιμετωπίζω ως έναν μεγαλεπήβολο , απόλυτο στόχο , αλλά ως μια συνεχή προσπάθεια κ ανάγκη να εξελίσσομαι κ να λειτουργώ ως ένα θετικό πρόσημο στη ζωή των γύρω μου. Με άλλα λόγια , η συνεισφορά κ οι διαρκείς πράξεις μου δημιουργούν ένα αίσθημα πληρότητας κ ολοκλήρωσης .

Αυτό το συναίσθημα σκοπού κ καθοδήγησης με βοήθα να αντιμετωπίζω τη ζωή με μία πιο αισιόδοξη κ δυναμική ματιά. Με άλλα λόγια , μου υπενθυμίζει διαρκώς να ξεπερνάω τις δυσκολίες με πίστη , θέληση κ υπομονή στον εαυτό μου κ να <<αντικρίζω>> τα εμπόδια ως μία ευκαιρία προσωπικής εξέλιξης και εκμάθησης. Αυτό συνεπάγεται κ μεταφράζεται με το να 'μαι παρούσα στη ζωή τόσο στη δική μου όσο κ στων γύρω μου, να ακούω ουσιαστικά τους άλλους κ να αναγνωρίζω-εκτιμώ είτε τις μικρές είτε τις μεγάλες στιγμές .

Έτσι , όλοι οι παραπάνω λόγοι συγκροτούν την κοσμοθεωρία μου.. μια κοσμοθεωρία που βασίζεται στην άποψη πως η ζωή μου αποκτά <<πνοή>> κ νόημα όχι μόνο μέσα από τα κατορθώματα κ τις επιτυχίες μου , αλλά μέσα απ' τον τρόπο π επιλέγω να υπάρχω .

### **T. E.- K.**

Διαβάζοντας την εξής ερώτηση μου ήρθε μια πολύ συγκεκριμένη και αφηρημένη ταυτόχρονα εικόνα στο μυαλό μου. Ας πούμε πως βλέπουμε αν κλουβί. Μέσα στο κλουβί αυτό υπάρχει μια κινούμενη σκιά με μορφή γάτας, η οποία δεν μπορεί να δραπετεύσει και κοιτάει επίμονα πάνω, έξω από το κλουβί. Εκεί κάθεται ένα πουλί ελεύθερο, έξω ; οι το κλουβί, το οποίο κοιτάει την γάτα.

Το παράδοξο; Η σκιά με τη μορφή γάτας, είναι η σκιά του πουλιού.

Ερμηνεία:

Προσωπικά αισθάνομαι πως έχω κλήσης σε όλα. Με καλούν όλα. Από την τέχνη, την επιστήμη, τον αθλητισμό έως και το πιο απλό, καθημερινό πράγμα. Θέλω να κάνω τόσα πράγματα στη ζωή μου και είναι ελεύθερη. Αλλά δεν τα κάνω.

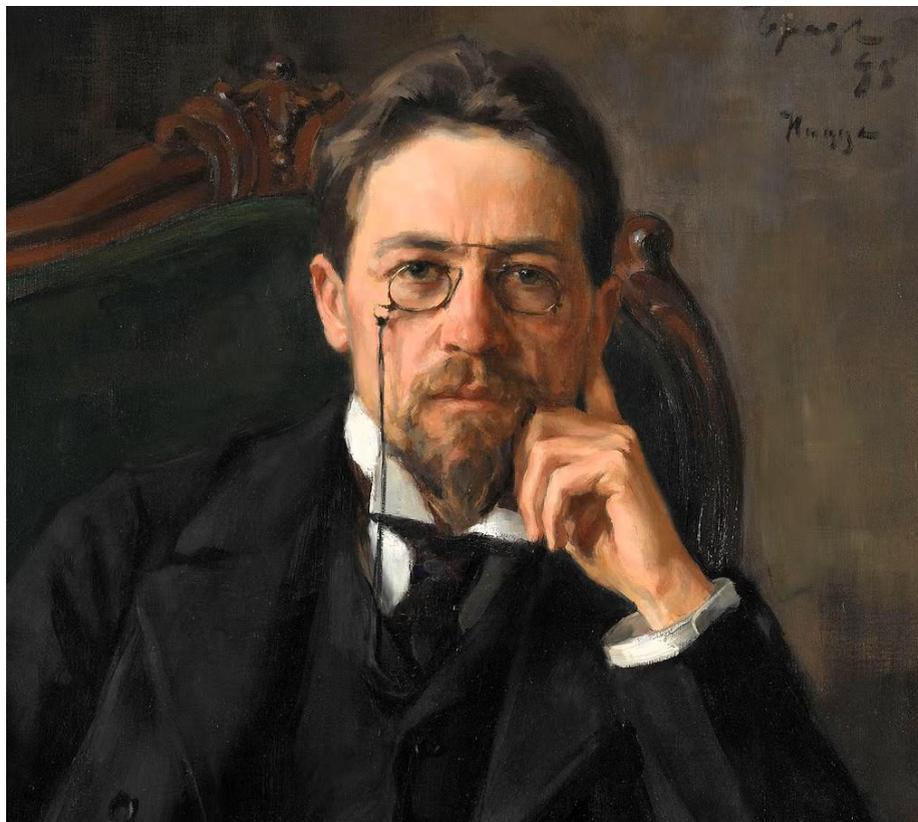
Δυστυχώς είναι εκείνη η σκιά μέσα στο κλουβί. Θέλω να τα κάνω, και ζηλεύω τον εαυτό που που κάποτε τα έκανε και τώρα όχι. Ξέρω ότι μπορώ και ότι αυτό δεν είναι εγώ. Αλλά αισθάνομαι περιορισμένη. Ίσως να είναι και όλας.

Θεωρώ πως ο σκοπός είναι κάτι το οποίο βρίσκεις, δεν το έχεις. Ή μάλλον τον βρίσκεις, προσπαθώντας να τον καταλάβεις. Σκοπός μου είναι να είμαι καλός άνθρωπος, να αγαπάω και να βοηθάω όποιον μπορώ. Κάτι πιο συγκεκριμένο ίσως προκύψει κατά την

διάρκεια της ζωής μου. Κάποτε ήθελα να γίνω καλλιτέχνης και ήμουν περήφανη για αυτό. Αυτό άλλαξε όμως όταν είδα ότι η επιστήμη της ιατρικής με τράβηξε κάπως παραπάνω. Αυτό είναι και το εκπληκτικό με τους σκοπούς. Τους τραγουδάμε και μια νότα είναι να αλλάξουν, μια λέξη.

**«ΟΤΑΝ Η ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΔΕΝ ΕΜΠΝΕΕΙ ΚΙ Η ΑΠΟΝΕΚΡΩΜΕΝΗ ΑΓΑΠΗ ΥΠΟΚΑΘΙΣΤΑΤΑΙ ΑΠΟ ΤΗ ΣΙΩΠΗΛΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ... ΜΕΛΕΤΗ ΤΟΥ ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ ΤΟΥ ΓΙΑΤΡΟΥ ΑΣΤΡΟΦ ΣΤΟΝ «ΘΕΙΟ ΒΑΝΙΑ» ΤΟΥ ΑΝΤΟΝ ΤΣΕΧΟΦ.»**

Α.Χ.Λάζαρης



Πορτρέτο του Άντον Τσέχοφ από τον Όσιπ Εμμανουίλοβιτς Μπρας, (1898).

Ο χαρακτήρας του γιατρού Ντορν στον «Γλάρο» του Άντον Τσέχοφ (1860-1904) μας έχει απασχολήσει σε μία από τις πρώτες ασκήσεις της Τράπεζας Θεμάτων του μαθήματός μας ( <https://tinyurl.com/4x8nbuzt> ). Καιρός τώρα να γνωρίσουμε κι άλλον έναν ήρωα του Τσέχοφ, τον **γιατρό Άστροφ** από τον «**Θείο Βάνια**».

[ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΝΤΟΝ ΤΣΕΧΟΦ ΚΑΙ ΤΟ ΕΡΓΟ ΤΟΥ.docx](#)

Ας μπούμε πρώτα στην ατμόσφαιρα της ρωσικής επαρχίας του προπερασμένου αιώνα με τρεις ζωγραφικούς πίνακες.



Στο έργο του Ισαάκ Λεβιτάν «Η οδός Βλαντιμίρκα» (1892) , τα σύννεφα αποδίδονται με μάλλον λεπτή λεπτομέρεια, ωστόσο ο ουρανός στο σύνολό του είναι διακριτικός σε σύγκριση με τη γη των σκούρων χρωμάτων και της έντονης αντίθεσης. Παρατηρήστε πώς ο Λεβιτάν δημιούργησε βάθος στον ουρανό επιλέγοντας μερικά σύννεφα με λεπτομέρεια, τραβώντας τα ουσιαστικά προς τα εμπρός σε προοπτική.



Στον πίνακα του Ισαάκ Λεβιτάν «Μια θυελλώδης μέρα» (1897), τα σύννεφα κυριαρχούν στον ουρανό, τόσο πολύ που είναι αδύνατο να διακρίνει κανείς συγκεκριμένες μορφές. Το βάθος υπονοείται από τα επικαλυπτόμενα σχήματα και όχι από την απόδοση τρισδιάστατων μορφών. Επομένως, το σχήμα είναι πιο αποτελεσματικό λόγω της απλοποίησης όλης αυτής της λεπτομέρειας.



Ο πίνακας του Ιβάν Σίσκιν « Μεσημέρι στα περίχωρα της Μόσχας – Μπράτσεβο» αποτελεί μια εξαιρετική επίδειξη σχετικότητας. Τα σύννεφα είναι ζωγραφισμένα με περίπλοκες λεπτομέρειες, έντονες ανταύγειες και καθαρές άκρες, ωστόσο δεν θα έλεγα ότι είναι το κεντρικό σημείο του πίνακα. Η γη, παρά το γεγονός ότι καταλαμβάνει λιγότερο χώρο στον πίνακα, διαθέτει παρόμοιο επίπεδο λεπτομέρειας, μαζί με σκούρα χρώματα και πολύ μεγαλύτερη αντίθεση.

Κλασικό αριστούργημα του Άντον Τσέχοφ, ένα έργο βαθιά ποιητικό, τρυφερό και ανθρώπινο, όπου η ζωή σχοινοβατεί ανάμεσα στο δράμα και την κωμωδία καταστάσεων, ο «**Θεός Βάνιας**» (1896-7), γραμμένος την ίδια περίπου εποχή με τον «Γλάρο», αποτελεί ίσως το πιο «τσεχοφικό» από τα έργα του κορυφαίου Ρώσου ποιητή των λεπτότατων αποχρώσεων και συμπυκνώνει εκρηκτικά το υπαρξιακό αδιέξοδο του φαινομένου που ονομάζεται «άνθρωπος», μέσα στον χώρο και τον χρόνο. Οι ήρωές του, μικροί και «γκρίζοι» αλλά παρόλα αυτά γνήσιοι και αναγνωρίσιμοι στη λεπτομέρεια και την πολυπλοκότητά τους, αναζητούν απελπισμένα το νόημα της ζωής, φλερτάρουν με τα όριά

τους, επιδίδονται σ' ένα ιλαροτραγικό κυνήγι ευτυχίας, **αποζητούν την ελπίδα που θα νικήσει την καθημερινή φθορά – ένα υποκατάστατο της χαμένης, της σπαταλημένης τους ζωής.** Ο έρωτας μοιάζει ιδανικό παυσίπονο ευτυχίας. Ωστόσο και αυτός μένει **ανεκπλήρωτος.** Οι ήρωες του «Θείου Βάνια» θέλουν αλλά δεν μπορούν να ξεφύγουν από το τέλμα. Με τις απονενοημένες πράξεις τους, τις εύγλωπτες σιωπές τους, τις έντονες εσωτερικές συγκρούσεις τους, οι άνθρωποι του Τσέχοφ αμφιταλαντεύονται και **ισορροπούν** ανάμεσα στην ευτυχία και τη δυστυχία, το τραγικό και το γελοίο, την ελπίδα και την απελπισία, το φως και το σκοτάδι, ιδανικοί και ανάξιοι «πρωταγωνιστές» στο **διαχρονικό τσίρκο της ανθρώπινης υπαρξιακής περιπέτειας.** Το έργο διαδραματίζεται στην επαρχία της Ρωσίας και θεωρείται μια **ιλαροτραγωδία ανεκπλήρωτων ερώτων** στην οποία πρωταγωνιστής δεν είναι μόνο ο θείος Βάνιας αλλά όλοι οι δυστυχισμένοι χαρακτήρες. Οι κύριοι χαρακτήρες στον «Θείο Βάνια» είναι οι Ιβάν Βοϊνίτσκι (θείος Βάνιας), ο γαμπρός του, καθηγητής Σερεμπριάκοφ, η δεύτερη γυναίκα του, Ελένα, η κόρη του από τον πρώτο του γάμο και ανιψιά του Βάνια, Σόνια και ο γιατρός Άστροφ.

Σ' αυτό το έργο:

Κανένας δεν κοιμάται όσο θα ήθελε.

Κανένας δεν αγαπά όσο χρειάζεται.

Κανένας δεν αρπάζει καμία ευκαιρία.

Κανένας δεν αγαπιέται όσο έχει ανάγκη.

Όλοι θέλουν να νιώσουν περισσότερο.

Όλοι είναι έτοιμοι για καυγά.

Όλοι επαναλαμβάνονται.

Κάποιοι πίνουν παραπάνω απ' όσο πρέπει.

Κάποιοι έχουν τη δουλειά για φάρμακο.

Κάποιοι ζουν τη ζωή τους σαν δράμα.

Στο τέλος δεν αλλάζει τίποτα.

«Αυτό το βάρος... Δεν είμαι καλά... Τίποτα...»

Είναι μάλλον αδύνατον να βρει κανείς τόσα πολλά παράπονα μαζεμένα σε ένα και μόνο θεατρικό έργο. Όμως ο «Θείος Βάνιας» είναι ένα έργο γοητευτικό. Πώς προκύπτει ποίηση από τα παράπονα; Όλα τα πρόσωπα του έργου κουβαλούν ένα βάρος. Ο Νίτσε λέει πως δεν γίνεται να υποφέρουμε χωρίς να κάνουμε κάποιον να πληρώσει γι' αυτό. Τι τον κάνουν όλον αυτόν τον πόνο οι ήρωες του «Θείου Βάνια»; Και τι είδους ήρωες είναι; Καμιά γυναίκα δεν είναι «ηρωίδα», δηλαδή όσο πρέπει θηλυκή ή μητρική. Και κανένας άντρας δεν είναι όσο πρέπει «αρσενικός» για να γίνει ήρωας. Ιδίως ο ίδιος ο Βάνιας, αποτυγχάνει παταγωδώς ως άντρας πρωταγωνιστής. Ακόμα και στον τίτλο του έργου κατοικεί λειψιά: ως «θείος». Στο πρόσωπο του καθηγητή-συγγραφέα Σερεμπριάκοφ, ο Τσέχοφ γράφει... "Λέτε πως κλάψατε στα έργα μου. Εγώ, όμως δεν τα έγραψα γι' αυτό. Εγώ ήθελα να πω τίμια στους ανθρώπους: Κοιταχτείτε, κοιτάξτε πόσο άσκημα και πληκτικά ζείτε όλοι σας"! Ο Ιβάν Βοϊνίτσκι, γνωστός ως θείος Βάνιας, αδερφός της πεθαμένης πρώτης συζύγου του γέρου πια καθηγητή Ιστορίας της Τέχνης Σερεμπριάκοφ, είναι υπεύθυνος για το κτήμα του χήρου καθηγητή και το φροντίζει μαζί με τη Σόνια, επίσης κληρονόμο του κτήματος, κόρη του καθηγητή από τον πρώτο του γάμο με την αδερφή του Βάνια, και άρα ανιψιά του Βάνια. Και οι δυο τους δουλεύουν σκληρά και ζουν

φτωχικά και στερημένα για να στείλουν όλες τις οικονομίες στον πατέρα της Σόνιας που τον θεωρούν ως έναν εξαιρετικά ανεπτυγμένο άνθρωπο με τρομερές πνευματικές ικανότητες. Πρόσφατα, ο καθηγητής γαμπρός του Βάνια έχει εγκατασταθεί μαζί με τη νεαρή κι ελκυστική δεύτερη σύζυγό του, Ελένα, στο κτήμα, προκαλώντας πλήθος προβλημάτων, καθώς οι ισορροπίες αλλάζουν δραματικά. Η παρουσία τους αναστατώνει τη ζωή των ανθρώπων του κτήματος, διαταράσσει τις ισορροπίες και **φέρει στην επιφάνεια χαμένα όνειρα και ανεκπλήρωτους πόθους. Η φθορά της καθημερινότητας, η πλήξη, τα λάθη, οι δικαιολογίες, ένας υποδόριος ερωτισμός και μια σχεδόν σουρεαλιστική αντιμετώπιση της πραγματικότητας χαρακτηρίζουν τη ζωή των ηρώων, που βλέπουν τον κόσμο γύρω τους να αλλάζει αναπόφευκτα.** Ο Βάνιας, επιτέλους, συνειδητοποιεί ότι ο άνδρας της πεθαμένης του αδελφής είναι ένας βαρετός, εγωιστής, αχάριστος και ματαιόδοξος ηλικιωμένος άνδρας και τίποτε περισσότερο. Ένας κενός ναρκισσιστής, που δεν ενδιαφέρεται παρά για τον εαυτό του. Αδιάφορο του είναι το κτήμα, η κόρη του, ο γαμπρός του, οι κόποι, οι θυσίες, οι στερήσεις των άλλων. Η πίκρα πλημμυρίζει τον Βάνια και αποχαιρετά με θλίψη όλα αυτά τα χρόνια που πήγαν χαμένα σε μια αυταπάτη, σε μια λαθεμένη εκτίμηση. Ο Βάνιας, διαψευσμένος από την αχάριστη συμπεριφορά του καθηγητή, που μέχρι πρότινος εκτιμούσε και θαύμαζε, διεκδικεί να ζήσει τη ζωή από την οποία οικειοθελώς είχε παραιτηθεί για να φροντίσει το κτήμα και μετατρέπεται σε έναν άντρα γκρινιάρη και επιθετικό. Παίζει έναν ρόλο που είναι έξω από τον χαρακτήρα του, του οποίου η ανικανότητα συμπληρώνει τη σειρότητα μιας αριστοκρατίας που σβήνει. Η νέα γυναίκα του πληκτικού και άπληστου κύριου καθηγητή, η εκθαμβωτική Ελένα, πεθαίνει από ανία στη ρωσική εξοχή, αλλά ταυτόχρονα ανάβει φωτιές στις ανδρικές μαραμένες ψυχές. Ο Βάνιας είναι απελπισμένα ερωτευμένος με την Ελένα. Το ίδιο δείχνει να είναι και ο γιατρός Άστροφ ο οποίος γι' αυτόν τον λόγο επισκέπτεται συχνά το κτήμα. Μόνιμη συντροφιά για τους ενοίκους του κτήματος, ο γιατρός Άστροφ, όταν δεν φροντίζει τους αρρώστους του, προτιμά να περνά τον καιρό του στο δάσος φυτεύοντας δέντρα. Η Σόνια υποφέρει βουβά από έρωτα για τον γιατρό Άστροφ. Η Ελένα, πανέμορφη και αδιάφορη, κινεί τα νήματα δίχως, τουλάχιστον αρχικά, να ενδιαφέρεται για τα αισθήματα των επίδοξων εραστών. Οι χαρακτήρες αρχίζουν να διαγράφονται καθαρά, σιγά σιγά όμως, έτσι καθώς αυτοί βγαίνουν νωθοί, νωχελικοί, αργοκίνητοι και κουρασμένοι από το τέλμα της ρωσικής επαρχίας. Όταν ο καθηγητής θα συγκεντρώσει όλη την οικογένεια για να ανακοινώσει το σχέδιο του να πουλήσει το κτήμα, χωρίς προηγουμένως να έχει μεριμνήσει για τους ανθρώπους που ζουν σε αυτό, τίποτε δεν θα μείνει πια το ίδιο. Η «τάξη» θα αποκατασταθεί αργότερα, όταν, στο τέλος του έργου, ο Σερεμπριάκοφ και η Ελένα θα αναχωρήσουν για νέες περιπέτειες, αφήνοντας τον Βάνια και τη Σόνια καταδικασμένους να συνεχίσουν τη στερημένη ζωή τους στο κτήμα.

[ΕΠΙΠΡΟΣΘΕΤΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΕΡΓΟ.docx](#)



Μετά την επιτυχημένη πρεμιέρα της στο Λονδίνο το 2020, η εκπληκτική νέα παραγωγή και διασκευή του αριστουργήματος του Άντον Τσέχοφ από τον Κόννορ ΜακΦέρσον σε σκηνοθεσία **Ίαν Ρίκσον**, διακόπηκε απότομα, καθώς ο κόσμος τέθηκε σε καραντίνα και πολλά θέατρα σε όλον τον κόσμο παρέμεναν στο σκοτάδι. Ο θίασος του «Θείου Βάνια» ξεπέρασε τις σημαντικές προκλήσεις της εργασίας σε συνθήκες παγκόσμιας πανδημίας, επιστρέφοντας στο Θέατρο «Χάρολντ Πίντερ» προκειμένου να γυριστεί η «τέλεια», πεντάστηρη κατά τον “Guardian”, παραγωγή. Κατά την κρίση μου, πρόκειται για μια **απόλυτα σύγχρονη, υποδειγματικά λειτουργική και ατμοσφαιρική ανάγνωση του «Θείου Βάνια», χωρίς παράταιρα υπονομευτικά τεχνάσματα εκμοντερνισμού.** Παντρεύοντας την οικειότητα της οθόνης με τον **ηλεκτρισμό της ζωντανής παράστασης** σε ένα συναρπαστικό νέο υβρίδιο κινηματογράφου και θεάτρου, αυτή η συμπαραγωγή της Sonia Friedman Productions/Angelica Films είναι πολύ περισσότερο από μια απλή καταγραφή του έργου. Γεμάτη ταραχώδη απογοήτευση και κρυμμένα πάθη, αλλά παράλληλα γεμάτη ελπίδα και αισιοδοξία για το μέλλον. Θα παρακολουθήσουμε αποσπάσματα της εν λόγω παράστασης επικεντρωμένα στον **γιατρό Άστροφ**, που ερμηνεύει θαυμάσια ο **Ρίτσαρντ Άρμιτατζ**, εντάσσοντάς τα στην πλοκή του έργου.



Εφίμ Βολκόφ: «Οκτώβρης».

### Πρώτη Πράξη

Ένας κήπος στην εξοχική έπαυλη του καθηγητή Σερεμπριάκοφ. Ο Άστροφ και η παραμάννα Μαρίνα συζητούν για το πόσο έχει ωριμάσει ο Άστροφ και για την πλήξη του με τη ζωή του ως αγροτικός γιατρός.

#### 1. [Αρχική σκηνή. Ο Άστροφ συνομιλεί με την παραμάννα.mp4](#)

Μπαίνει ο Βάνια και διαμαρτύρεται για την αναστάτωση που προκαλεί η επίσκεψη του γαμπρού του, καθηγητή Σερεμπριάκοφ και της νέας συζύγου του Ελένας. Καθώς συζητούν, ο Σερεμπριάκοφ, η Ελένα, η προγονή της, Σόνια και ο φτωχός γαιοκτήμονας και οικογενειακός φίλος Τελέγκιν επιστρέφουν από μια βόλτα. Σε απόσταση αναπνοής από τον καθηγητή, ο Βάνια τον αποκαλεί "ένα μορφωμένο παλιό ξερό σκουμπρί", επικρίνει τη μεγαλοστομία του και υποτιμά τα επιτεύγματά του. Η μητέρα του Βάνια, η Μαρία Βασίλιεβνα, η οποία λατρεύει τον Σερεμπριάκοφ, αντιτίθεται στα σχόλια του γιου της. Ο Βάνια επαινεί επίσης τη νεότητα και την ομορφιά της Ελένας, υποστηρίζοντας ότι η πίστη της σε έναν γέρο όπως ο Σερεμπριάκοφ είναι ανήθικη σπατάλη ζωτικότητας. Ο Άστροφ αναγκάζεται να αναχωρήσει για να παρακολουθήσει έναν ασθενή, αλλά όχι πριν εκφωνήσει μια ομιλία για τη διατήρηση των δασών, ένα θέμα για το οποίο είναι πολύ παθιασμένος.

#### 2. [Η οικολογία δίνει νόημα και πάθος στη ζωή του Άστροφ.mp4](#)

Ο Βάνια δηλώνει την αγάπη του στην εξοργισμένη Ελένα.

## Δεύτερη πράξη

Η τραπεζαρία, αρκετές ημέρες αργότερα, αργά το βράδυ. Πριν πέσει για ύπνο, ο Σερεμπριάκοφ παραπονιέται για πόνους και γηρατειά. Καταφθάνει ο Άστροφ, τον οποίο είχε καλέσει η Σόνια, αλλά ο καθηγητής αρνείται να τον δει. Αφού ο Σερεμπριάκοφ αποκοιμηθεί, η Ελένα και ο Βάνια συζητούν. Εκείνη μιλάει για τη διχόνοια στο σπίτι και ο Βάνια για τις διαψευσμένες ελπίδες της ζωής του. Αισθάνεται ότι έχασε τα νιάτα του και συνδέει τον ανεκπλήρωτο έρωτά του για την Ελένα με την απογοήτευση της ζωής του. Η Ελένα αρνείται να τον ακούσει. Μόνος του, ο Βάνιας αναρωτιέται γιατί δεν ερωτεύτηκε την Ελένα όταν την πρωτογνώρισε δέκα χρόνια νωρίτερα, όταν θα ήταν δυνατόν να παντρευτούν οι δυο τους και να ζήσουν μια ευτυχισμένη ζωή μαζί. Εκείνη την εποχή, ο Βάνιας πίστευε στο μεγαλείο του συζύγου της αδερφής του, του Σερεμπριάκοφ και ήταν ευτυχής που οι προσπάθειές του υποστήριζαν το έργο του Σερεμπριάκοφ- έκτοτε έχει απογοητευτεί από τον καθηγητή και η ζωή του μοιάζει άδεια. Καθώς ο Βάνιας αγωνιά για το παρελθόν του, ο Άστροφ επιστρέφει, κάπως μεθυσμένος, και οι δυο τους συζητούν. Η Σόνια επιπλήττει τον θείο της Βάνια για το αλκοόλ και απαντάει ρεαλιστικά στους προβληματισμούς του για τη ματαιότητα μιας χαμένης ζωής, επισημαίνοντας ότι μόνο η εργασία είναι πραγματικά ικανοποιητική. Έξω, μια καταιγίδα προμηνύεται και ο Άστροφ συζητά με τη Σόνια για την αποπνικτική ατμόσφαιρα του σπιτιού· λέει ότι ο Σερεμπριάκοφ είναι δύσκολος, ο Βάνιας είναι υποχόνδριος και η Ελένα είναι γοητευτική αλλά τεμπέλα. Λυπάται για το πόσος καιρός έχει περάσει από τότε που αγάπησε κάποιον. Η Σόνια ικετεύει τον Άστροφ να σταματήσει να πίνει, λέγοντάς του ότι είναι ανάξιο να καταστρέφει τον εαυτό του. Συζητούν για τον έρωτα και γίνεται σαφές ότι η Σόνια είναι ερωτευμένη μαζί του και ότι εκείνος αγνοεί τα συναισθήματά της.

### 3. [Η σκηνή της ερωτευμένης Σόνιας και του αδιάφορου Άστροφ.mp4](#)

Όταν ο Άστροφ φεύγει, μπαίνει η Ελένα και συμφιλιώνεται με τη Σόνια, μετά από μια προφανώς μακρά περίοδο αμοιβαίου ανταγωνισμού. Προσπαθώντας να επιλύσει τις δυσκολίες τους, η Ελένα καθησυχάζει τη Σόνια ότι είχε έντονα συναισθήματα για τον πατέρα της όταν τον παντρεύτηκε, αν και αυτή η αγάπη αποδείχθηκε απατηλή. Οι δύο τις συνομιλούν με διασταυρούμενους σκοπούς. Η Ελένα εξομολογείται τη δυστυχία της και η Σόνια εκστασιάζεται με τη σκέψη του Άστροφ.

### 4. [Η Ελένα μιλάει στην προγονή της, Σόνια για τον Άστροφ.mp4](#)

Με χαρούμενη διάθεση, η Σόνια φεύγει για να ρωτήσει τον καθηγητή αν η Ελένα μπορεί να παίξει πιάνο. Η Σόνια επιστρέφει με την αρνητική απάντησή του, η οποία γρήγορα δυναμιτίζει τη διάθεση.



Ισαάκ Λεβιτάν: «Φθινόπωρο. Σοκολνίκι». (1879)

### Τρίτη πράξη

Ο Βάνια, η Σόνια και η Ελένα βρίσκονται στο σαλόνι, αφού τους κάλεσε εκεί ο Σερεμπριάκοφ. Ο Βάνια αποκαλεί την Ελένα νύμφη του νερού και την παροτρύνει, για άλλη μια φορά, να απελευθερωθεί. Η Σόνια παραπονιέται στην Ελένα ότι αγαπάει τον

Άστροφ εδώ και έξι χρόνια, αλλά επειδή δεν είναι όμορφη, εκείνος δεν την προσέχει. Η Ελένα προσφέρεται να ανακρίνει τον Άστροφ και να μάθει αν είναι ερωτευμένος με τη Σόνια. Η Σόνια χαίρεται, αλλά πριν συμφωνήσει αναρωτιέται αν η αβεβαιότητα είναι καλύτερη από τη γνώση, γιατί τότε, τουλάχιστον, υπάρχει ελπίδα. Όταν η Ελένα ρωτά τον Άστροφ για τα αισθήματά του για τη Σόνια, εκείνος, αφού έχει αναφερθεί, χωρίς να καταφέρει να κεντρίσει το ενδιαφέρον της Ελένας, στα οικολογικά του ενδιαφέροντα, λέει ότι δεν τρέφει κανένα ερωτικό αίσθημα για την προγονή της και συμπεραίνει ότι η Ελένα έφερε το θέμα του έρωτα για να τον ενθαρρύνει να εξομολογηθεί τα δικά του αισθήματα για εκείνη. Ο Άστροφ φιλάει την Ελένα και ο Βάνιας γίνεται μάρτυρας αυτού του εναγκαλισμού.

#### 5. [Η ερωτική εξομολόγηση του Άστροφ στην Ελένα.mp4](#)

Αναστατωμένη, η Ελένα παρακαλεί τον Βάνια να χρησιμοποιήσει την επιρροή του για να επιτρέψει σε εκείνη και τον καθηγητή να φύγουν αμέσως. Πριν ο Σερεμπριάκοφ μπορέσει να κάνει την ανακοίνωσή του, η Ελένα λέει στη Σόνια ότι ο Άστροφ δεν την αγαπάει. Ο Σερεμπριάκοφ προτείνει να λυθούν τα οικονομικά προβλήματα της οικογένειας με την πώληση του κτήματος και την επένδυση των εσόδων σε ένα ομόλογο που θα αποφέρει σημαντικά υψηλότερο εισόδημα (και, όπως ελπίζει, θα αφήσει αρκετά για να αγοράσει μια βίλα για τον ίδιο και την Ελένα στη Φινλανδία). Οργισμένος, ο Βάνιας ρωτάει πού θα ζήσει αυτός, η Σόνια και η μητέρα του, διαμαρτύρεται ότι το κτήμα ανήκει δικαιωματικά στη Σόνια και ότι ο Σερεμπριάκοφ δεν εκτίμησε ποτέ την αυτοθυσία του στη διαχείριση της περιουσίας. Καθώς ο θυμός του Βάνια μεγαλώνει, αρχίζει να εξαγριώνεται εναντίον του καθηγητή, κατηγορώντας τον για την αποτυχία της ζωής του, ισχυριζόμενος άγρια ότι, χωρίς τον Σερεμπριάκοφ να τον συγκρατεί, θα μπορούσε να γίνει ένας δεύτερος Σοπενχάουερ ή Ντοστογιέφσκι. Σε απόγνωση, φωνάζει στη μητέρα του, αλλά αντί αυτή να παρηγορήσει τον γιο της, επιμένει να ακούσει ο Βάνιας τον καθηγητή. Ο Σερεμπριάκοφ προσβάλλει τον Βάνια, ο οποίος βγαίνει ορμητικά από το δωμάτιο. Η Ελένα παρακαλάει να την πάρουν μακριά από εκεί και η Σόνια παρακαλεί τον πατέρα της για λογαριασμό του Βάνια. Ο Σερεμπριάκοφ βγαίνει για να αντιμετωπίσει περαιτέρω τον Βάνια. Ένας πυροβολισμός ακούγεται από τη σκηνή και ο Σερεμπριάκοφ επιστρέφει, κυνηγημένος από τον Βάνια, ο οποίος απειλεί τον γαμπρό του με ένα γεμάτο πιστόλι. Πυροβολεί ξανά με το πιστόλι τον καθηγητή, αλλά αστοχεί. Πετάει το όπλο κάτω με αηδία και βυθίζεται σε μια καρέκλα.



Σεργκέϊ Βασιλκόβσκι: «Ένα ήσυχο απόγευμα στην Πολτάβα».

### Τέταρτη πράξη

Με την έναρξη της τελευταίας πράξης, λίγες ώρες αργότερα, η παραμάννα Μαρίνα και ο Τελέγκιν γνέθουν μαλλί και συζητούν για την προγραμματισμένη αναχώρηση του Σερεμπριάκοφ και της Ελένας. Όταν μπαίνουν ο Βάνια και ο Άστροφ, ο Άστροφ λέει ότι σε αυτή την περιοχή μόνο αυτός και ο Βάνιας ήταν "αξιοπρεπείς, καλλιεργημένοι άνθρωποι" και ότι δέκα χρόνια "στενόμυαλης ζωής" τούς έχουν κάνει χυδαίους. Ο Βάνιας έχει κλέψει ένα φιαλίδιο μορφίνης του Άστροφ, προφανώς για να αυτοκτονήσει - η Σόνια και ο Άστροφ τον παρακαλούν να επιστρέψει το οπιοειδές, πράγμα που τελικά κάνει.

#### 6. [Ο στοχασμός του Άστροφ για τη ζωή του.mp4](#)

Η Ελένα και ο Σερεμπριάκοφ τους αποχαιρετούν όλους. Όταν η Ελένα αποχαιρετά τον Άστροφ, παραδέχεται ότι παρασύρθηκε από αυτόν, τον αγκαλιάζει και παίρνει ένα από τα μολύβια του ως ενθύμιο.



Από την πρώτη σκηνοθεσία του «Θείου Βάνια» από τον Κάρολο Κουν στο Εθνικό Θέατρο το 1953. Η Ρίτα Μυράτ ως Ελένα και ο Θάνος Κωτσόπουλος ως Άστροφ.

7. [Το αντίο Άστροφ-Ελένας.mp4](#)

Ο Σερεμπριάκοφ και ο Βάνιας συμφιλιώνονται, συμφωνώντας ότι όλα θα γίνουν όπως πριν. Μόλις οι ξένοι αποχωρήσουν, η Σόνια και ο Βάνιας αρχειοθετούν λογαριασμούς, η μητέρα του Βάνια, Μαρία διαβάζει ένα φυλλάδιο και η παραμάνα Μαρίνα πλέκει. Ο Βάνιας παραπονιέται για τη βαριά καρδιά του και η Σόνια, ως απάντηση, μιλάει για τη ζωή, την εργασία και τις ανταμοιβές της μεταθανάτιας ζωής: «Θα ακούσουμε τους αγγέλους, θα δούμε όλο τον ουρανό όλο διαμάντια, θα δούμε πώς όλο το γήινο κακό, όλα τα βάσανά μας, πνίγονται στο έλεος που θα γεμίσει όλο τον κόσμο. Και η ζωή μας θα γίνει ειρηνική, τρυφερή, γλυκιά σαν χάδι..... Δεν είχες καμία χαρά στη ζωή σου - αλλά περίμενε, θείε Βάνια, περίμενε.... Θα ξεκουραστούμε".

8. [Κατάληξη της παράστασης.mp4](#)



Ισαάκ Λεβιτάν: «Απόγευμα μετά από βροχή»

Αντίστοιχα αποσπάσματα με τα παραπάνω, από ραδιοφωνικές μεταδόσεις του έργου και από ταινία σοβιετικής παραγωγής, βρίσκονται επίσης στη διάθεσή σας.

[1. Αρχική σκηνή. Ο Άστροφ συνομιλεί με την παραμάνα.-Δ. Σιακάρας, Σ. Αθανασιάδου, σκηνοθ. Γ. Μπέζου.mp3](#)

[2. Η οικολογία δίνει νόημα και πάθος στη ζωή του Άστροφ.-Ν. Χατζίσκος, σκηνοθ. Ν. Πράπα.mp3](#)

[3. Η σκηνή της ερωτευμένης Σόνιας και του αδιάφορου Άστροφ.-Δ.Σιακάρας, Μ.Ψάλτη, σκηνοθ. Γ. Μπέζου.mp3](#)

[4. Η Ελένα μιλάει στην προγονή της, Σόνια για τον Άστροφ.-Α. Πασπάτη, σκηνοθ. Κ. Μπάκα.mp3](#)

[5. Η ερωτική εξομολόγηση του Άστροφ στην Ελένα.-Δ. Σιακάρας, Ν. Τσαλίκη, σκηνοθ. Γ. Μπέζου.mp3](#)

[6. Ο στοχασμός του Άστροφ για τη ζωή του.-Ν. Τσακίρογλου, σκηνοθ. Κ. Μπάκα.mp3](#)

[7. Το αντίο Άστροφ-Ελένας.-Δ. Σιακάρας, Ν. Τσαλίκη, σκηνοθ. Γ. Μπέζου.mp3](#)

8. [Καταληκτικός μονόλογος της Σόνιας.-Ταινία Αντρέι ΜιχάλκοφΚοντσαλόφσκι, 1970-1.mp4](#)

Ο Μιχαήλ Λβόβιτς Άστροφ, γιατρός που αρχικά εργαζόταν στην πόλη, αισθάνεται πλέον χαμένος από τη ζωή του στην επαρχία ως επαρχιακός γιατρός και τις σκληρές συνθήκες υπό τις οποίες ασκεί το επάγγελμά του. Βαθιά φιλοσοφημένος, καταφεύγει συχνά στην ενδοσκοπήση και βυθίζεται στις σκέψεις του, απογοητευμένος που θα ξεχαστεί με την πάροδο του χρόνου.

Ο Άστροφ επισκέπτεται συχνά το εξοχικό του καθηγητή Σερεμπριάκοφ. Οι πιο πρόσφατες επισκέψεις του Άστροφ έχουν απασχολήσει τον ίδιο τον καθηγητή, ο οποίος αναρωτιέται αν πάσχει από ρευματισμούς ή ουρική αρθρίτιδα. Ένα κίνητρο για τις επισκέψεις του Άστροφ είναι σαφώς η Ελένα, η γοητευτική σύζυγος του γέρου καθηγητή. Ο Άστροφ έλκεται από την Ελένα και συνομιλεί μαζί της συχνά, αν και συνήθως παραμένει **συναισθηματικά απόμακρος, καθώς δεν πιστεύει πλέον ότι είναι ικανός για την αληθινή αγάπη**. Είναι ένας άντρας που ασκεί γοητεία τόσο στη Σόνια, όσο και στην Ελένα, αλλά μοιάζει ανίκανος να αγαπήσει και να δεθεί. Η Σόνια, που απορρίπτεται από εκείνον, ενώ τον αγαπά χρόνια, πιστεύει πως είναι άσχημη, ενώ μπορεί να μην είναι έτσι. Μπορεί απλώς εκείνος να μην μπορεί να ανταποκριθεί ερωτικά σε μια γυναίκα. Ακόμη κι όταν φαίνεται να ανταποκρίνεται στην έλξη της Ελένας προς εκείνον, το κάνει με μάλλον παιχνιδιάρικο τρόπο, σαν να εξετάζει απλώς την πιθανότητα του ειδυλλίου, αλλά στην πραγματικότητα δεν ξέρουμε κατά πόσο το επιθυμεί πραγματικά. Όσον αφορά την πλοκή του έργου, η χαμένη ευκαιρία του Άστροφ σε κάτι σαν τον έρωτα είναι η αποτυχημένη ερωτοτροπία του με την Ελένα. Αν και η σχέση τους μπορεί να προσφέρει μια διαφυγή από τις αντίστοιχες δυστυχίες τους, δεν καρποφορεί και τελειώνει με έναν νοσταλγικό αποχαιρετισμό. Έτσι, οι δυο τους φαίνεται να βιώνουν μια απώλεια για την οποία δεν μπορούν καν να είναι σίγουροι ότι υπέστησαν, μια πιθανή απώλεια, και να κοιτάζουν προς τη μελλοντική τους λύπη. Επιπλέον, θα πρέπει να διευκρινίσουμε ότι αυτή η ερωτοτροπία δεν δείχνει τον Άστροφ σίγουρα ερωτευμένο: φαίνεται να είναι απλώς γοητευμένος από την ομορφιά της Ελένας. Δεν είναι τυχαίο το ότι ο Τσέχοφ είχε αποκαλέσει τον Άστροφ ως τον ήρωα που «μπορεί να φιλήσει μια γυναίκα και μετά να αρχίσει να σφυρίζει αδιάφορα». Άρα, σε αντίθεση με τον Βάνια που όλα τα βλέπει πολύ δραματικά, εκείνος μάλλον τα παίρνει κάπως κωμικά καμιά φορά και δεν φαίνεται τελικά να θεωρεί τον έρωτα έναν δρόμο που θέλει να ακολουθήσει στη ζωή του.

Στα πρόθυρα της μέσης ηλικίας, τον επηρεάζει ένα **αυξανόμενο αίσθημα κενού** και τον **στοιχειώνουν οι ενοχές για έναν ασθενή που πέθανε υπό τη φροντίδα του**. Δηλώνει πως αγαπά τη ζωή, αλλά δεν αντέχει την κλειστή ασφυκτική επαρχιώτικη ζωή. Αλλά παρά την καταθλιπτική διάθεσή του, ο Άστροφ ξεχωρίζει από τους άλλους δυστυχισμένους κύριους χαρακτήρες. Αυτό συμβαίνει επειδή, σε αντίθεση με τους άλλους, ο Άστροφ έχει μια αξιόλογη ασχολία στην οποία, πέρα απ' το επάγγελμά του, εξακολουθεί **να πιστεύει ενεργά**: την προστασία του περιβάλλοντος. Και ενώ περιγράφεται συνεχώς ως «εκκεντρικός» και «περίεργος», είναι ταυτόχρονα και ένας **οραματιστής**, ο οποίος αγωνίζεται για τη διατήρηση των δασών στην επαρχία όπου ζει. Ο Άστροφ βρίσκει **σκοπό**

στη **φύτευση δέντρων** και στο να νιώθει ενδιαφέρον για τις μελλοντικές γενιές, κάτι που τον ξεχωρίζει από τους άλλους χαρακτήρες του έργου, οι οποίοι παραμένουν βυθισμένοι στη δική τους δυστυχία. Ενώ ο Άστροφ εύχεται να μπορούσε να λάβει περισσότερη αναγνώριση και έπαινο για τις προσπάθειές του για τη διατήρηση της φύσης, η φήμη δεν είναι ο σκοπός του έργου του. Αντίθετα, **επικεντρώνεται στους ανθρώπους που θα ζήσουν αφού αυτός θα έχει φύγει προ πολλού**. Ο Άστροφ εξακολουθεί να είναι ένας χαρακτήρας με ελαττώματα που **αγωνίζεται να βρει το νόημα της ζωής**, αλλά είναι μια **αχτίδα ελπίδας** σε ένα έργο γεμάτο απελπισία. **Κοιτάζοντας πέρα από τα δικά του προβλήματα και νοιαζόμενος για την ευημερία των επόμενων γενεών, ο Άστροφ καταδεικνύει τη μόνη δυνατή διαφυγή από τη δυστυχία που περιορίζει τους άλλους χαρακτήρες**.

Συνοψίζοντας, ο Μιχαήλ Λβόβιτς Άστροφ είναι ο **φιλόσοφος** του «Θείου Βάνια», που διακρίνεται από τις χαρακτηριστικά εκτεταμένες, στοχαστικές και ενδοσκοπικές ομιλίες του που φαίνεται να προχωρούν με λιγοστή αναφορά σε όσους βρίσκονται γύρω από αυτόν. **Καταπονημένος και κατεστραμμένος από την επαρχιακή ζωή, ο Άστροφ νιώθει μουδιασμένος στον κόσμο, ανίκανος να θέλει να αγαπήσει και άρα ανίκανος να αγαπήσει, και απογοητευμένος στη σκέψη ότι θα ξεχαστεί με την πάροδο του χρόνου**. Καθώς τα συναισθήματα του Άστροφ είναι κατά κάποιον τρόπο «αναισθητοποιημένα» από την άδεια και απογοητευτική του ζωή και τη σκληρή δουλειά του, ίσως ο θεατής να βρίσκει τον σωσία του Άστροφ στον νεκρό ασθενή που αναφέρει αρκετές φορές, έναν άνθρωπο που πέθανε ενώ βρισκόταν υπό την επήρεια χλωροφορμίου.

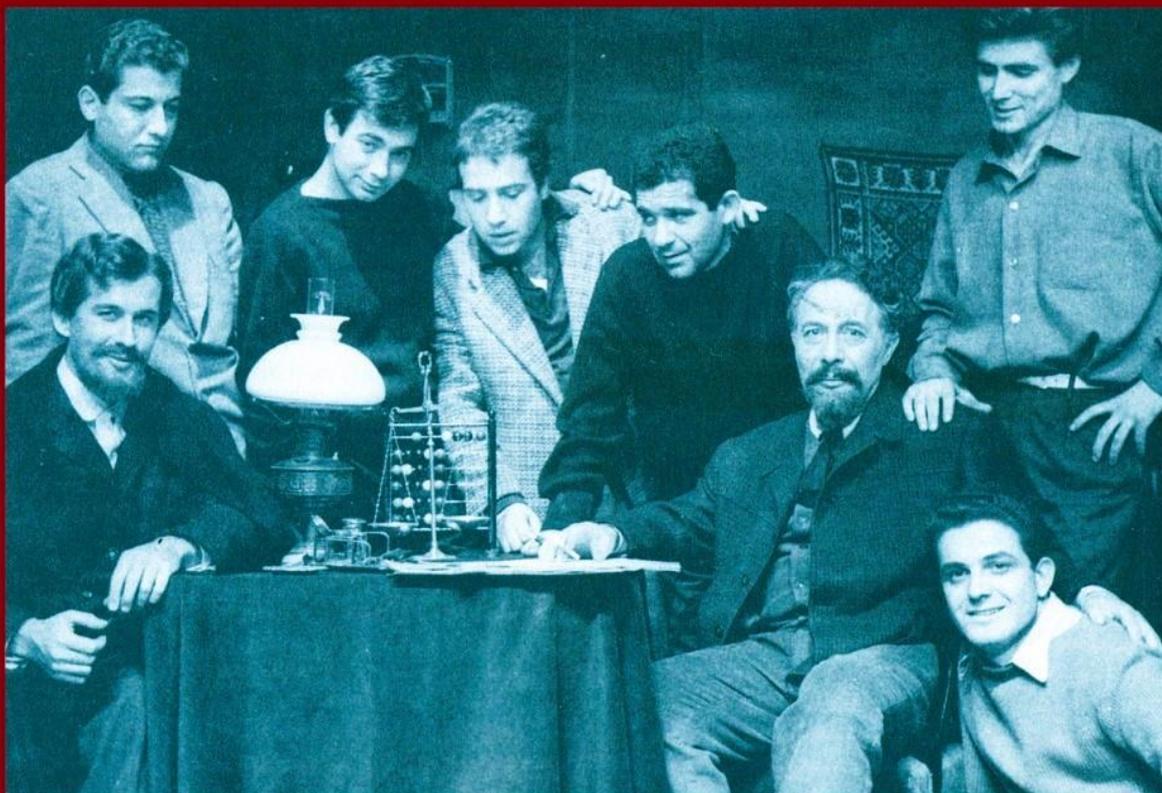
Ο γιατρός Άστροφ ζει τη **σκληρή ζωή ενός επαρχιακού γιατρού της εποχής**, ο οποίος παλεύει με πολλές προκλήσεις και χωρίς να έχει τα κατάλληλα μέσα, αλλά, από την άλλη πλευρά, είναι **χαρισματικός** άνθρωπος κι έχει πολλές οικολογικές ανησυχίες που τον καθιστούν έναν άνθρωπο με **σύγχρονους προβληματισμούς**. Ο Άστροφ χρησιμεύει επίσης ως ο **οραματιστής** του έργου. Στα σχέδιά του για τη διατήρηση των δασών, ονειρεύεται μια **κληρονομιά που μπορεί να αφήσει στις μελλοντικές γενιές**, εξυμνεί την **ομορφιά της φύσης** και προβάλλει την **ικανότητα του ανθρώπου να δημιουργεί πέρα από την παρόρμησή του να καταστρέφει**. Από την άλλη πλευρά, αναρωτιέται κανείς αν αυτά τα οράματα είναι κάτι περισσότερο από μεθυσμένες ψευδαισθήσεις: όπως σημειώνει ο Άστροφ στη Δεύτερη Πράξη, μόνο όταν είναι μεθυσμένος αισθάνεται «μνημειώδης» παρά «εκκεντρικός».

Η σύγκλιση όλων αυτών των χαρακτηριστικών κάνει πράγματι τον Άστροφ μια παράξενη φιγούρα - όχι μόνο για τον περιορισμένο τρόπο ζωής των επαρχιωτών αλλά και για τον ίδιο τον εαυτό του. Σε όλο το έργο, ο Άστροφ θα εμφανίζεται σε σχέση με το μοτίβο της **αυτοαποξένωσης**, με την αίσθηση αποξένωσης από τον εαυτό του και από τους γύρω του να παρέχει την αφορμή για τους αυτοσυνειδητούς στοχασμούς του.

Στην ουσία, ο Άστροφ είναι ένας πολύπλευρος χαρακτήρας που ενσαρκώνει τα θέματα του έργου δηλ. της απογοήτευσης, του περάσματος του χρόνου, της αναζήτησης νοήματος και του αγώνα για την εύρεση σκοπού σε έναν κόσμο που συχνά φαίνεται δυσβάσταχτος και χωρίς νόημα.

"Θείος Βάνιας"  
ΘΕΑΤΡΟ ΤΕΧΝΗΣ 1960

ΥΠΟΓΕΙΟ- Πρόβα



ΒΑΝΙΑΣ: Κάρολος Κουν- ΑΣΤΡΩΦ: Δημήτρης Παπαμιχαήλ  
Από αριστερά προς τα δεξιά: Γιάννης Κάσδαγλης, Μίμης Κουγιουμτζής,  
Θύμιος Καρακατσάνης, Γιώργος Λαζάνης, Γιώργος Διαλεγμένος  
και κάτω ο Ιάκωβος Ψαρράς.

Από την παράσταση του σκηνοθέτη Δημήτρη Καραντζά το 2022.

### Ερώτηση: 1

Πιστεύετε ότι το σκληρό επάγγελμα του κλινικού ιατρού αναπόφευκτα οδηγεί στην άμβλυνση των συναισθημάτων του προκειμένου να επιβιώσει;

### **A. Σ.**

Προσωπικά, διαφωνώ πλήρως με θεωρίες που παρουσιάζουν τον ιατρό ως έναν άνθρωπο που για να επιβιώσει στο σκληρό επάγγελμά του θα πρέπει να έχει την εικόνα του "σκληρού", χωρίς ευαισθησίες ανθρώπου. Αυτό άλλωστε θα ήταν επικίνδυνο! Πιστεύω πως το ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ είναι εκείνο που σε συνδυασμό με τη γνώση κάνει τον ιατρό ξεχωριστό- η ευαισθησία, η αυταπάρνηση και το αίσθημα ευθύνης να σώσει τον συνάνθρωπο. Πολλοί ίσως θεωρούν πως η καθημερινή επαφή με τον θάνατο, με ασθένειες και με δυσάρεστες καταστάσεις, "σκληραίνουν" συναισθηματικά τον ιατρό και του γίνονται συνήθεια. Σίγουρα, η εξοικείωση με όλα αυτά είναι μία πραγματικότητα. Αλλά το συναίσθημα δεν εκλείπει ΠΟΤΕ. Θεωρώ πως η επιβίωση σε αυτό το επάγγελμα έγκειται κυρίως στο να καταφέρει ο ιατρός να θέτει την ΚΡΙΣΙΜΗ στιγμή την ΛΟΓΙΚΗ πάνω από το ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ του, που ούτως ή άλλως θα υπάρχει. Αυτό, λοιπόν, ΝΑΙ είναι θέμα "επιβίωσης".

### **B. Γ.**

Το επάγγελμα του κλινικού ιατρού είναι πλούσιο σε συναισθηματικά ανεβοκατεβάσματα τα οποία μπορούν πολύ εύκολα να επηρεάσουν την καθημερινότητα του ιατρού και εκτός επαγγέλματος. Πιστεύω πως δεν οδηγεί όμως αναπόφευκτα στην άμβλυση των συναισθημάτων του, αλλά αναπόφευκτα τον «υποχρεώνει» να βρει μία απαραίτητη ισορροπία μεταξύ στην συναισθηματική εμπλοκή και την επαγγελματική του ζωή.

Η καθημερινότητα του κλινικού γιατρού περιβάλλεται από την ανθρώπινη απώλεια, τον πόνο των ασθενών αλλά και των οικογενειών, τις πιεστικές αποφάσεις που κρίνουν την ζωή και τον θάνατο. Τα παραπάνω όταν συσσωρευτούν είναι πολύ πιθανό να οδηγήσουν σε συναισθηματική εξάντληση τον άνθρωπο που βρίσκεται πίσω από την ιατρική μάσκα. Η πλήρης άμβλυση των συναισθημάτων όμως ακυρώνει ένα από τα σημαντικότερα θεμέλια του ανθρώπου-ιατρού. Αν ο γιατρός δεν είναι και άνθρωπος, δηλαδή αν δεν κατανοεί και αντιλαμβάνεται τον φόβο ενός ασθενή, αν δεν δείχνει εν συναίσθηση απέναντι του, τότε χάνεται το ανθρώπινο κομμάτι της ιατρικής. Και όπως κάποτε ο γιατρός και παππούς μου Γ. Βαράκης είχε αναφέρει, «Αν δεν είσαι πρωτίστως άνθρωπος, τότε δεν θα γίνεις ποτέ καλός γιατρός». Συνεπώς, αυτό που πρέπει να κάνει ένας άνθρωπος για να γίνει κλινικός ιατρός και να επιβιώσει την συναισθηματική κατάρρευση είναι να αποκτήσει συναισθηματική ωριμότητα και όχι άμβλυση των συναισθημάτων του.

### **I. Ν.**

Το επάγγελμα του κλινικού ιατρού είναι αδιαμφισβήτητα δύσκολο. Ιδίως στην εποχή του γιατρού Άστροφ, όπου περισσότεροι ήταν οι ασθενείς που πέθαιναν παρά επιζούσαν, είναι κατανοητό πως ένας γιατρός θα μπορούσε εύκολα να καταλήξει με αισθήματα ματαιότητας και πεσιμισμού, όπως ο Άστροφ. Αυτό όμως δεν σημαίνει πως η άμβλυση των συναισθημάτων του είναι η μόνη οδός επιβίωσης για τον γιατρό. Ο Άστροφ δένεται παραπάνω από όσο πρέπει με τον κάθε ασθενή του, εκλαμβάνει τον κάθε θάνατο ως προσωπική του αποτυχία και εκμηδενίζει την κοινωνική του προσφορά. Είναι φυσιολογικό επακόλουθο που απελτίζεται με την δουλειά του, καθώς συγκεντρώνεται μόνο στα αρνητικά, ενώ αγνοεί όλες τις φορές που έχει σώσει κάποια ανθρώπινη ζωή.

Ένας γιατρός οφείλει να προσφέρει τις καλύτερες δυνατές υπηρεσίες, ενώ ταυτόχρονα αναγνωρίζει πως ορισμένες φορές δεν θα είναι αρκετός για να σώσει τον ασθενή του. Όταν αυτό συμβαίνει, πρέπει να ξεχωρίσει εάν ο ασθενής δεν είχε ελπίδα σωτηρίας ή εάν ο ίδιος διέπραξε κάποιο λάθος, και στην δεύτερη περίπτωση να φροντίσει να μην το επαναλάβει. Θα στενοχωρηθεί με τον κάθε θάνατο, αλλά δεν θα τον πάρει τόσο προσωπικά που θα καταστρέψει την ψυχική του υγεία. Μία αποστασιοποίηση είναι απαραίτητη, αλλά όχι σε σημείο που θα εκμηδενίσει τα συναισθήματά του. Ταυτόχρονα, πρέπει να αποδεχτεί το αίσθημα της κοινωνικής προσφοράς. Γνωρίζοντας πως μπορεί να συνεχίσει να βελτιώνεται, να είναι παράλληλα περίφανος για τις ικανότητές του και για τις ανθρώπινες ζωές που έχει σώσει. Με αυτόν τον τρόπο, όσο σκληρή και αν είναι η δουλειά, θα εξακολουθεί να εισλαμβάνει χαρά και συναισθηματική πλήρωση από αυτή. Επιπρόσθετα, σε αντίθεση με τον μοναχικό Άστροφ, ένας γιατρός με στενές διαπροσωπικές σχέσεις έχει άτομα στα οποία μπορεί να στηριχθεί στις δύσκολες στιγμές και να μοιραστεί μαζί τους τα προβλήματά του. Έτσι, όταν οι ευθύνες του τον βαραίνουν σε σημείο που δεν αντέχει να τις κουβαλήσει μόνος του, θα έχει αγαπημένα πρόσωπα πρόθυμα να μοιραστούν μαζί του το βάρος. Τέλος, οι δημιουργικές ενασχολήσεις προσφέρουν μία έξοδο από τις ευθύνες της καθημερινότητας και δίνουν ευκαιρία στον γιατρό να ξεκουραστεί και να αναζωογονήσει το πνεύμα του. Αντίθετα, ο γιατρός Άστροφ, όντας μοναχικός, προσπαθούσε να πνίξει τις πίκρες της δουλειάς του στο αλκοόλ, δίχως καμία δημιουργική διέξοδο. Ταυτόχρονα, θρηνούσε τον κάθε θάνατο αλλά και την κάθε επιτυχία, την οποία έβλεπε ως μάταια αφού όλοι οι ασθενείς θα πέθαιναν και κανένας δεν θα τον θυμόταν. Ο συνδυασμός αυτός είναι ο λόγος που σταμάτησε να εισπράτει χαρά από το επάγγελμα του, όχι οι δυσκολίες του ίδιου του επαγγέλματος. Με την σωστή ψυχολογία και υποστήριξη, ένας κλινικός γιατρός μπορεί να ασκήσει το επάγγελμα του και να παραμείνει χαρούμενος και ψυχικά υγιής.

#### **K. A.**

Το να είσαι κλινικός ιατρός απαιτεί πράγματι μια συναισθηματική αποστασιοποίηση ώστε να μπορεί να λειτουργεί αποτελεσματικά υπό συνθήκες πίεσης. Αυτό όμως δεν χρειάζεται να οδηγήσει στην άμβλυση των συναισθημάτων του. Ίσα ίσα ο ιατρός πρέπει να μπορεί να συμπονά χωρίς να καταρρέει αλλά και να διατηρεί την ανθρωπιά του χωρίς να χάνει την κρίση του. Αυτός θεωρώ είναι ο ιδανικός συνδυασμός!

#### **K. B.**

Δεν θεωρώ αναπόφευκτη την άμβλυση των συναισθημάτων ενός κλινικού γιατρού προκειμένου να επιβιώσει στο σκληρό αυτό επάγγελμα. Μάλιστα, υποστηρίζω την ενίσχυση της ενσυναίσθησης και ευαλωτότητας των γιατρών. Το επάγγελμα αυτό κυριαρχείται από την επικοινωνία με τον ασθενή. Χρειάζεται, λοιπόν, υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη για να επιτευχθεί ο καθησυχασμός του ασθενή, η αίσθηση ασφάλειάς του και η μέγιστη συνεργασία με τον γιατρό καθ'όλη τη διάρκεια περίθαλψης του! Πολλές φορές, βέβαια, απαραίτητη είναι η ανάπτυξη ισορροπίας μεταξύ ευαισθησίας και αναισθησίας του γιατρού με σκοπό να μην αφήνει περιστατικά της επαγγελματικής του ζωής να επηρεάζουν την προσωπική του καθημερινότητα και ψυχοσύνθεση.

## Ερώτηση: 2

Πώς θεωρείτε ότι δυνητικώς επηρεάζεται η επαγγελματική ζωή ενός ιατρού όταν αυτός αισθάνεται πραγματική κλίση, πάθος και αίσθηση αποστολής σε διαφορετικό πεδίο;

### A. Σ.

Θεωρώ πως, ούτως ή άλλως, είναι απόλυτα φυσιολογικό, ένας ιατρός γνωρίζοντας και μέσα από την επιστήμη τον εαυτό του, να ανακαλύπτει νέες κλίσεις, νέα πάθη. Άλλωστε, οι άνθρωποι δεν είμαστε μονοδιάστατοι και δεν πρέπει να είμαστε! Επίσης, δεν συμμερίζομαι την άποψη ότι η ενασχόληση και η αφιέρωση χρόνου σε κάποιο άλλο χόμπυ είναι κάτι που θα στερήσει την επαγγελματική ανέλιξη από έναν ιατρό. Ίσα ίσα θα του δώσει επιπλέον ερεθίσματα που ίσως μπορέσει και τα αξιοποιήσει και στην επιστήμη του. Φυσικά, βέβαια, ας μην ξεχνάμε ότι επιλέγοντας το ταξίδι της ιατρικής επιστήμης, δεν υπογράψαμε κανένα "συμβόλαιο" για "παντοτινή" άσκηση του επαγγέλματος. Αν κάποιον, στην τελική, τον κερδίσει κάποιος άλλος κλάδος, δεν πρέπει να διστάσει ούτε στιγμή να το κυνηγήσει. Μπορεί να ακούγεται..κλισέ, αλλά ΟΝΤΩΣ μία ζωή έχουμε μόνο!!!!

### B. Γ.

Το επάγγελμα του ιατρού είναι ένα πολύ σοβαρό και απαιτητικό επάγγελμα καθώς είναι ένα από τα λίγα επαγγέλματα που διαχειρίζεται την ανθρώπινη ζωή. Όταν ένας γιατρός βρίσκει πάθος και κλίση σε κάποιο διαφορετικό πεδίο μπορεί η κρίση του ιδίου να αρχίσει να επηρεάζεται καθώς θα βρίσκει πιο μεγάλο ενδιαφέρον στην πραγματική του κλίση και όχι στην ιατρική. Το φαινόμενο αυτό μπορεί να θέσει σε κίνδυνο την καριέρα του στην ιατρική, αλλά πολύ πιο σοβαρά να οδηγήσει σε σοβαρό ιατρικό λάθος που μπορεί να καταλήξει στην απώλεια μίας ανθρώπινη ζωής. Όμως, αν ο ίδιος ο γιατρός καταφέρει να περιορίσει την κλίση αυτή εκτός εργασίας μπορεί να του προσφέρει και ένα απαραίτητο ψυχικό, πνευματικό διάλλειμα. Θα απομακρυνθεί από την άμβλυση των συναισθημάτων του και θα αποτραπεί από την απόλυτη ταύτιση άνθρωπος-επάγγελμα. Θα γίνει με τον τρόπο αυτό και πιο ανθρώπινος και αυθεντικός στην αντιμετώπιση των ασθενών του. Έτσι, η επιρροή της ύπαρξης διαφορετικής κλίσης και πάθους δεν είναι μονόπλευρη αλλά εξαρτάται από το αν ο γιατρός θα επιλέξει να εμπλουτίσει την επαγγελματική ζωή μέσω αυτού του πάθους ή θα επιλέξει να φθείρει τον εαυτό του και την ιατρική του καριέρα.

### I. N.

Το επάγγελμα του γιατρού είναι δύσκολο ακόμα και όταν αυτός αγαπά αυτό που κάνει. Εάν δεν αισθάνεται το πάθος της προσφοράς στη δουλειά του, δημιουργείται ένα συνονθύλευμα αρνητικών συναισθημάτων που βλάπτουν τον ψυχισμό του και του δημιουργούν αποστροφή προς το επάγγελμα του. Ένας τέτοιος γιατρός δεν έχει κανένα λόγο να συνεχίσει την καριέρα του, καθώς δεν απολαμβάνει καμία ευχαρίστηση από την κοινωνική του προσφορά. Καταλήγει να αποφεύγει το επάγγελμά του, ίσως να είναι απρόσεκτος ή αποστασιοποιημένος από τους ασθενείς του. Δεν έχει διάθεση να εξελιχθεί στο πεδίο του, με αποτέλεσμα να μένει στάσιμος σε σχέση με άλλους γιατρούς οι οποίοι εξακολουθούν να διαβάζουν ώστε να ενημερωθούν για τις επίκαιρες μεθόδους. Έτσι εντείνεται σε ακόμα μεγαλύτερο βαθμό το αίσθημα της ματαιότητας, ο γιατρός νιώθει

πως υστερεί ακόμα περισσότερο σε σχέση με τους υπόλοιπους. Παγιδεύεται εντός ενός φαύλου κύκλου ο οποίος πολλαπλασιάζει την δυσαρέσκειά του με το επάγγελμα του γιατρού, σε επίπεδο που προσεγγίζει το μίσος. Παρομοίως, ο γιατρός Άστροφ καταλήγει να απεχθάνεται το επάγγελμά του σε τέτοιο βαθμό που βρίσκει γαλήνη και ανάπαυση μόνο στο αλκοόλ. Αντί για την ιατρική, ανακαλύπτει πως απολαμβάνει την οικολογική ενασχόληση και στρέφει τις βλέψεις του προς τα εκεί. Η ιατρική δεν έχει τίποτα να του προσφέρει παρά θλίψη και απογοήτευση. Είναι φυσιολογικό επακόλουθο να αφοσιωθεί στην δενδροφύτευση την οποία τόσο αγαπά. Αυτή είναι κατά τη γνώμη μου και η σωστή επιλογή. Ο κάθε επαγγελματίας, οποιασδήποτε ειδικότητας, εάν δεν λαμβάνει κάποια συναισθηματική πλήρωση από την δουλειά που ασκεί, είναι προτιμότερο να στραφεί προς το αληθινό του πάθος άμα έχει την δυνατότητα. Η απέχθεια προς τον τρόπο βιοπωρισμού δύναται να οδηγήσει το άτομο σε συναισθηματικό αδιέξοδο, κοινωνική αποξένωση καθώς και σε ακραίες περιπτώσεις σε εθιστικές ουσίες.

### **K. A.**

Όταν ένας γιατρός νιώθει βαθιά κλίση σε ένα διαφορετικό πεδίο μπορεί να βιώσει μια εσωτερική σύγχυση ανάμεσα στο καθήκον και στα προσωπικά του θέλω. Πιστεύω πως αν αυτή η κλίση καταπιεστεί μπορεί να οδηγήσει σε διάφορες κακές καταστάσεις όπως κόπωση ή και burn out αλλά αν καταφέρει και ενσωματώσει αυτό το πάθος στη κλινική πράξη μπορεί να επιτύχει να εμπλουτίσει σημαντικά την προσωπική του πορεία στην ιατρική.

### **K. B.**

Ο μοναδικός ενδυασμός μου στην επιλογή της ιατρικής ως ακαδημαϊκή και επαγγελματική μου ενασχόληση ήταν η πιθανότητα να καταλάβει το 100% της ζωής μου. Είμαι άνθρωπος με πολλά ενδιαφέροντα και δεν μου αρέσει να περιορίζομαι σε ένα από αυτά με κίνδυνο την στέρηση των υπολοίπων. Παίρνοντας μία πρώτη ιδέα του κλάδου της ιατρικής μέσω των σπουδών μου, αντιλαμβάνομαι πως είναι ένας τομέας σκληρός που απαιτεί πολλές θυσίες και πρέπει να είμαι έτοιμη για αυτές. Συμπεραίνω, όμως, ότι η δυσκολία του επαγγέλματος δεν μπορεί να προσπεραστεί χωρίς προσωπικές ισορροπίες. Ως γιατροί θα αφιερώσουμε τη ζωή μας στην βοήθεια των συνανθρώπων μας. Για να μπορέσουμε, λοιπόν, να επιτελέσουμε ένα τόσο άξιο έργο είναι απαιτούμενη η εύρεση ασχολιών που θα μας εμπνέουν, φροντίζοντας την ψυχή και το σώμα μας. Για να δώσει, δηλαδή, ένας γιατρός την ενέργειά του στον χώρο αυτό θα πρέπει να αντλεί αντίστοιχη ενέργεια από κάποιο προσωπικό, ξεχωριστό πάθος!

### **Ερώτηση: 3**

Σχολιάστε την άποψη της Σόνιας στο δεύτερο απόσπασμα για την επίδραση που ασκεί το φυσικό περιβάλλον στον ψυχισμό των ανθρώπων.

### **A. Σ.**

Συμφωνώ απόλυτα με την Σόνια! Δεν είναι τυχαίο που οι μεγαλύτερες πολιτιστικές ανθίσεις έχουν παρατηρηθεί σε εύκρατα κλίματα. Μόνο όταν ο άνθρωπος βρίσκεται σε

αρμονία με την φύση θα μπορέσει και ο ίδιος να εξελιχθεί. Ας μην ξεχνάμε πως σε αυτόν τον πλανήτη εμείς είμαστε απλώς οι "φιλοξενούμενοι". Έχει άλλωστε παρατηρηθεί πως η επαφή με το φυσικό περιβάλλον γεμίζει τον άνθρωπο με θετική ενέργεια, με ευγένεια, "καθαρίζει" το νου του, τον ηρεμεί, γαληνεύει την ψυχή του. Και με αυτόν τον τρόπο καλλιεργεί και βελτιώνει και τις σχέσεις του με τους γύρω του.

### **B. Γ.**

Η Σόνια στο δεύτερο απόσπασμα παρουσιάζει την σχέση που έχει το φυσικό περιβάλλον με τον ψυχισμό του ανθρώπου. Σύμφωνα με την Σόνια η φύση δεν είναι απλώς ο περιβάλλον χώρος της ανθρώπινης ζωής, αλλά ένας παράγοντας που δημιουργεί και διαμορφώνει συναισθήματα, χαρακτήρες και στάσεις απέναντι και στον συνάνθρωπο αλλά κυρίως απέναντι στον ίδιο μας τον εαυτό. Παράλληλα, η Σόνια μπορεί να υπονοεί πως η απομάκρυνση του ανθρώπου από το φυσικό περιβάλλον παίζει και πολύ σημαντικό ρόλο στη φθορά της ψυχής και του πνεύματος. Όταν ο άνθρωπος ζει αποκομμένος από την φύση ουσιαστικά χάνει ένα πολύ σημαντικό κομμάτι του εαυτού του και αυτό γίνεται αισθητό και την σύγχρονη εποχή που ο άνθρωπος απομακρύνεται ολοένα και περισσότερο από το περιβάλλον.

Τέλος, σημαντικό είναι να αναφερθεί πως ένας συλλογικός κόσμος που καταστρέφει και δεν ενδιαφέρεται για την φύση του, χάνει ουσιαστικά την αυθεντική σχέση με την ζωή. Χάνει αξίες όπως η εν συναίσθηση, ενώ απομακρύνεται από την συλλογικότητα και επικεντρώνεται στην μονάδα.

### **I. N.**

Προσωπικά συμφωνώ με την άποψη της Σόνιας, όσον αφορά τη σχέση ανάμεσα στο φυσικό περιβάλλον και τον ανθρώπινο ψυχισμό. Ένα καλαίσθητο τοπίο, γεμάτο φυσική ομορφιά εξευγενίζει και ξεκουράζει το πνεύμα. Η γαλήνη που παρέχει η φύση δίνει ευκαιρία στο άτομο να αναλογιστεί την θέση του μέσα σε μία ευρύτερη, όμορφη κοινωνία. Η ηρεμία που επικρατεί προσφέρει καταφύγιο περισυλλογής και ανάπτυξης με αποτέλεσμα να γεννιέται θέληση για αυτοβελτίωση. Οι άνθρωποι που κατοικούν δίπλα σε παρθένα φύση χαρακτηρίζονται από καλοσύνη και σεβασμό προς τον πλησίον αλλά και προς το περιβάλλον. Διέπονται από κατανόηση ο ένας προς τον άλλων και από ηθικές αξίες που υποστηρίζουν την αρμονική συνύπαρξη ανθρώπου και φύσης. Αισθάνονται την ανάγκη να προστατεύσουν τον συνάνθρωπο και το φυσικό τοπίο που τους περιβάλλει και τους ηρεμεί. Αντίθετα, όταν η φύση γύρω από το άτομο πέφτει θύμα εκμετάλλευσης, η ισορροπία αυτή διαταράσσεται. Ένα αποψιλωμένο δάσος είναι μία σκληρή οπτική εικόνα που γεμίζει το άτομο με απάθεια και σκληρότητα προς τον πλησίον. Εφόσον η φύση γίνεται εμπορεύσιμο υλικό, προκύπτει μία ψυχρή νοοτροπία που καθιστά τους ίδιους τους κατοίκους ικανούς να εκμεταλλευτούν με την σειρά τους ο ένας τον άλλον. Η γαλήνη αντικαθίσταται από νευρικότητα, άγχος και ματαιότητα. Διαταράσσεται η συνύπαρξη του ανθρώπου με το περιβάλλον, χάνεται η ουσία της ζωής και επικρατεί μοναξιά και θλίψη. Το κατεστραμμένο τοπίο αντανακλά τις διαπροσωπικές σχέσεις των ανθρώπων που ζουν μέσα σε αυτό. Ο Άστροφ, όντας ευαίσθητος στην εικόνα αυτή της πνευματικής φτώχειας επιλέγει να ασχοληθεί ενεργά με την δενδροφύτευση. Με τον τρόπο αυτό οραματίζεται την δημιουργία ενός καλύτερου και φωτεινότερου μελλοντικού κόσμου, όπου η νέα γενιά θα απολαύσει τα αποτελέσματα των κόπων του και θα επανασυνδεθεί στενά με την φύση

και όλα τα ευεργετικά πλεονεκτήματα που αυτή προσφέρει. Έχει βρει ένα νέο νόημα για την ζωή του και ελπίζει να το μεταλαμπαδεύσει και στις επόμενες γενιές.

### **K. A.**

Η Σόνια δείχνει πως το φυσικό περιβάλλον επηρεάζει άμεσα τον ψυχισμό των ανθρώπων. Όταν ζεις σε έναν χώρο που φθείρεται και παραμελείται, φθείρεσαι κι εσύ μαζί του. Αντίθετα, η επαφή με τη φύση και η φροντίδα της μπορούν να λειτουργήσουν παρηγορητικά και να δώσουν ένα αίσθημα σκοπού, όπως συμβαίνει με τον Άστροφ. Η φύση γίνεται έτσι ένα ήσυχο καταφύγιο, όταν οι ανθρώπινες σχέσεις απογοητεύουν.

### **K. B.**

Η Σόνια στο δεύτερο απόσπασμα υποστηρίζει τη συμβολή του φυσικού περιβάλλοντος στον ψυχισμό των ανθρώπων. Συγκεκριμένα, αναφέρει πως μας γαληνεύει, αφήνοντάς μας χώρο για εξέλιξη και αντιμετώπιση των γυναικών με μεγαλύτερη καλοσύνη. Ακούγοντάς το αυτό, έρχομαι σύμφωνη με την άποψή της. Πιστεύω στη σύνδεση της φύσης με την εσωτερική γαλήνευση. Μια απλή βόλτα στη φύση, λίγος καθαρός αέρας ή ακόμα και λίγη επαφή με τις ακτίνες του ήλιου μπορούν να αλλάξουν απρόσμενα τη διάθεσή μας. Γι'αυτό και είναι πολύ σημαντική η ένταξη της επαφής αυτής στη ζωή μας, όσο κι αν ξεχνάμε την αξία της με την καθημερινότητα στην πόλη.

Σχόλιο: [ΝΤΟΚΙΜΑΝΤΕΡ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΘΕΙΟΥ ΒΑΡΙΑ ΑΠΟ ΤΗ ΝΕΑ ΣΚΗΝΗ ΤΟΥ Λ. ΒΟΓΙΑΤΖΗ.mp4](#)

### **«ΕΙΝΑΙ Η «ΚΛΑΣΙΚΗ» ΜΟΥΣΙΚΗ ΠΑΝΤΟΤΕ «ΒΑΡΙΑ ΚΙ ΑΣΗΚΩΤΗ»;**

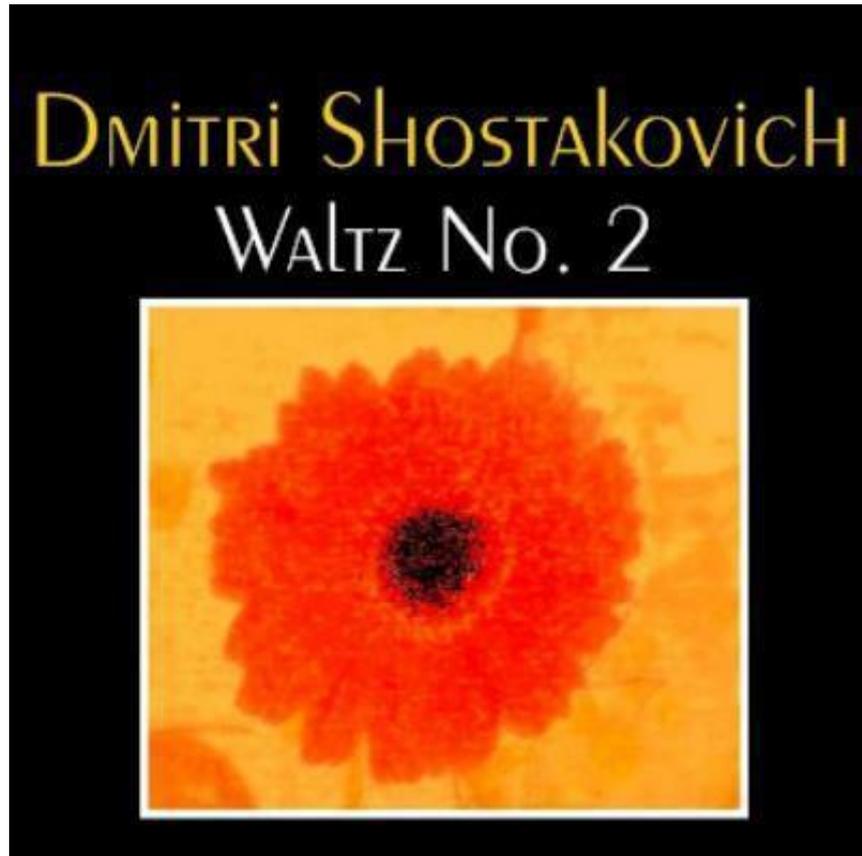
A.X.Λάζαρης

Στην κοινή γνώμη, η «κλασική» ή «σοβαρή(!;)» μουσική είναι πάντοτε σύμφυτη με μια «υψηλή» πνευματικότητα και μια έκφραση βαθιών, αποκλειστικά ζοφερών συναισθημάτων που την καθιστούν προνόμιο των «καλλιεργημένων εστέτ (αισθητών)» και ένα δυσπρόσιτο είδος μουσικής ακατάλληλο προς «ευρεία κατανάλωση». Αναμφισβήτητα στην κλασική μουσική συμπεριλαμβάνονται έργα προχωρημένου στοχασμού· όμως, καθώς η τέχνη αγκαλιάζει κάθε πτυχή της έκφρασης της ανθρώπινης ψυχής και διανοίας, η κλασική μουσική διαθέτει άφθονα δείγματα «ελαφρότερων» έργων με ολοφάνερο χιούμορ κάθε λογής (βλ. και ανάρτηση <https://tinyurl.com/229vavmu> ).



Ο Ρώσος συνθέτης Ντμίτρι Σοστακόβιτς (1906-1975), από τους κορυφαίους του 20ου αιώνα, υπήρξε ο δημοφιλέστερος σοβιετικός συνθέτης της γενιάς του ( βλ. και άσκηση <https://tinyurl.com/4fw225ce> ) και τιμήθηκε με πολυάριθμες διακρίσεις και κρατικά βραβεία, ενώ θήτευσε και στο Ανώτατο Σοβιέτ. Η ζωή του, όπως και τόσων καλλιτεχνών σε όλα τα γεωγραφικά μήκη και πλάτη της υφηγλίου, σημαδεύτηκε από τη συχνά

αντιφατική του σχέση με το καθεστώς υπό το οποίο έζησε και δημιούργησε τα έργα του. Από τη «2η Σουίτα Τζαζ» ή σωστότερα την «(1η) Σουίτα για Ορχήστρα Βαριετέ» του Σοστακόβιτς, το Βαλς αρ. 2 είναι ένα διαχρονικό κομμάτι «ελαφράς» μουσικής (όπως όλα τα κομμάτια της εν λόγω σουίτας που γράφτηκαν για τον κινηματογράφο, το θέατρο ή το μπαλέτο). Φαίνεται απλό αλλά δυσταξινόμητο, καθώς έχει περάσει από την κλασική μουσική στην «ποπ κουλτούρα».





Το Βαλς αρ. 2 του Σοστακόβιτς είναι κάτι περισσότερο από μια πιασάρικη μελωδία. Είναι ένας περίπλοκος συνδυασμός μουσικών στοιχείων που συνδυάζονται προσεκτικά για να παράγουν κάτι που είναι ταυτόχρονα όμορφο και «ενοχλητικό». Παραμένει δημοφιλές επειδή μπορεί να προκαλέσει διαφορετικά συναισθήματα στους ανθρώπους, να τους αγγίξει σε προσωπικό επίπεδο και να πει ιστορίες χωρίς τη χρήση λέξεων. Το έργο αυτό δεν έγινε τόσο διάσημο από μόνο του· αντίθετα, ένα μείγμα μουσικών λεπτομερειών και ιστορικών συνθηκών είναι αυτό που μας κάνει όλους να το αναγνωρίσουμε. Το βαλς, αν και δημιουργήθηκε για την ταινία «Το Πρώτο Κλιμάκιο», κέρδισε μεγάλο μέρος της ευρείας δημοτικότητάς του από την ένταξή του στη διάσημη ταινία του 1999 «Μάτια Ερμητικά Κλειστά» που απετέλεσε το «κύκναιο άσμα» του σκηνοθέτη Στάνλεϊ Κιούμπρικ. Η εναρκτήρια σκηνή με την αναχώρηση του ζευγαριού των πρωταγωνιστών για έναν χορό μεταμφιεσμένων και το βαλς να παίζει σαν υπόκρουση είναι μια τέλεια ενσάρκωση του μυστηρίου, της επιθυμίας και της ανησυχίας, ένα σύμβολο ενός κινηματογραφικού αινίγματος. Το Βαλς αρ. 2 του Σοστακόβιτς είναι ένα καλό παράδειγμα του πώς η μουσική μπορεί να αφηγηθεί συγκινητικές ιστορίες χωρίς λόγια. Αυτό το βαλς είναι ζωγραφισμένο με αξιομνημόνευτες μελωδικές γραμμές, αντικρουόμενες αρμονίες και ξεχωριστή ενορχήστρωση. Αυτά τα πολύ λυρικά μοτίβα απεικονίζονται με τρόπο που διεγείρει σύνθετες σκέψεις και συναισθήματα από το μυαλό και την καρδιά του κοινού. Το γεγονός

ότι συνέχισε να κερδίζει δημοτικότητα με την πάροδο των ετών καταδεικνύει ότι αυτός ο συνθέτης μπορούσε να δημιουργήσει διαχρονική μουσική που αγνοεί τα μουσικά είδη λόγω της όμορφης, βαθιάς και αινιγματικής φύσης της. Η αντισυμβατική επιλογή οργάνων του Σοστακόβιτς στο Βαλς αρ. 2 συμβάλλει επίσης στο μυστήριο που ενυπάρχει και σε άλλα βαλς του. Η προτίμηση ασυνήθιστων μουσικών οργάνων δημιουργεί μια αίσθηση διασκέδασης, συμπεριλαμβανομένων και κάποιων ελαφρών πινελιών καρναβαλιού μέσα στη σκοτεινή ατμόσφαιρα. Η απροσδόκητη χροιά αυτών των οργάνων προσθέτει ένα στοιχείο έκπληξης και αγωνίας σε όλη την εκτέλεση του βαλς, κρατώντας μας καθηλωμένους μέχρι το τέλος του. Ως μελωδία, το Βαλς αρ. 2 του Σοστακόβιτς είναι φαινομενικά απλό, αλλά έχει μια ελκυστική πολυπλοκότητα. Το άλτο σαξόφωνο ακούγεται συχνά, γεγονός που το κάνει να μοιάζει ίσως κάπως θλιβερό και πένθιμο, σαν να έχει χάσει κανείς τον έρωτά του ή να έχει μια γλυκόπικρη ανάμνηση. Στην πραγματικότητα όμως πρόκειται για έναν χαρούμενο χορό με τον χρονισμό των  $\frac{3}{4}$  και με τις ελάσσονες αρμονίες κλειδιών και τα δυσαρμονικά διαστήματα να το κάνουν να φαίνεται άβολο εξωτερικά, προσδίνοντάς του μια ιδιόμορφη, ανήσυχη προοπτική. Παιγμένο με συμμετοχή άτυπων οργάνων όπως σαξόφωνα και ξυλόφωνο, αυτό το βαλς δημιουργεί μια θορυβώδη ατμόσφαιρα. Το εμφανέστατο σ' αυτό το βαλς είδος παιχνιδιού μεταξύ σκιάς και ήλιου είναι χαρακτηριστικό του ύφους της «συμφωνίας μεταξύ αντιθέσεων» του Σοστακόβιτς. Το Βαλς αρ. 2 έχει λοιπόν κάτι περισσότερο από μια απλή φανταχτερή μελωδία με εξωτική ενορχήστρωση. Το βαλς είναι ικανό να δημιουργήσει διαφορετικά συναισθήματα, από την ευτυχία μέχρι τη λύπη, συνδυάζοντας το φως με τα σκοτεινά μοτίβα, γεγονός που καθιστά το άκουσμά του προσωπικό για κάθε ακροατή. Κατ' εμέ, αυτό το βαλς καταδεικνύει πώς οι άνθρωποι μπορούν ακόμα να καταφέρνουν να απολαμβάνουν τη ζωή, παρά τις σκληρές πραγματικότητες που αντιμετωπίζουν καθημερινά. Απολαμβάνουμε το 2ο βαλς του Ντιμίτρι Σοστακόβιτς από συναυλία της Φιλαρμονικής του Βερολίνου με μαέστρο τον Ρικάρντο Σαγί, στις 23.8.2011, στη «Σκηνή του Δάσους» στο Βερολίνο.

[ΣΟΣΤΑΚΟΒΙΤΣ Το 2ο βαλς από τη 2η Σουίτα Τζαζ.MP4](#)



Περνάμε τώρα στην καταπληκτική 9η Συμφωνία σε Μι Ύφεση Μείζονα, έργο 70 του Σοστακόβιτς. Γράφτηκε σε μια μοιραία χρονιά, το 1945, και ανέτρεψε τις προσδοκίες του ρωσικού μουσικού κόσμου από τον συνθέτη για έναν «ύμνο της νίκης». Ο Σοστακόβιτς συνέθεσε το έργο κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού στο Ιβάνοβο, ένα αγροτικό καταφύγιο συνθετών, αρκετές ώρες βορειοανατολικά της Μόσχας. Ο Ντανίλ Ζιτομίρσκι, ένας συμπαθής του συνθέτη κριτικός που βρισκόταν επίσης στο Ιβάνοβο εκείνο το καλοκαίρι, θυμήθηκε: «Μετά την Έβδομη και την Όγδοη, όλοι περίμεναν τη θριαμβευτική Συμφωνία της Νίκης». Πράγματι, η διπλή σημασία της νίκης της ΕΣΣΔ στον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο και ο αριθμητικός συμβολισμός μιας Ένατης Συμφωνίας (η οποία προκαλούσε συγκρίσεις με την ουτοπική Ένατη Συμφωνία του Μπετόβεν) άσκησαν πίεση στον Σοστακόβιτς να συνθέσει ένα μεγαλοπρεπές δοξαστικό έργο, όμως ο συνθέτης δεν ήταν ιδιαίτερα πρόθυμος να συμμορφωθεί. Παρότι αρχικά σχεδίαζε μια πολύ μεγαλύτερη συμφωνία για να γίνει η ένατή του, ένιωθε ότι έτσι ακολουθούσε τα βήματα μιας σειράς σπουδαίων ένατων και έτσι αποφάσισε τελικά να γράψει αυτήν τη συμφωνία που δεν θα μπορούσε να είναι πιο διαφορετική από τις προηγούμενες σπουδαίες ένατες άλλων

συνθετών. Η 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς στερείται εντελώς πομπώδους μεγαλείου. Στη θέση της 9ης βρίσκεται ένα συμπαγές, διαφανές, κλασικά προσανατολισμένο έργο με ένα σύνθετο συναισθηματικό τοπίο. Είναι σύντομη και βάνουσα σαρκαστική. Ξεκινά αθώα και σταδιακά μετατρέπεται κατά στιγμές σε βαθιά και σκοτεινή, περνώντας μέσα από μανία και στοχασμό. Ο μεγάλος μαέστρος Γεβγκένι Μραβίνσκι, ο οποίος θα έδινε την πρεμιέρα της συμφωνίας, έγραψε γι' αυτήν ότι «χλευάζει την εφησυχασμό, τον πομπώδη ύμνο, την επιθυμία να επαναπαύεσαι στις δάφνες σου και να τραγουδάς τους δικούς σου επαίνους», αλλά σημείωσε επίσης ότι «η συμφωνία δεν είναι εντελώς ειρωνική. Έχει επίσης γνήσιο λυρισμό και βαθιά θλίψη». Πρωταρχικό όμως στοιχείο είναι η αίσθηση του χιούμορ του Σοστακόβιτς: ένα χιούμορ ασεβές, παράλογο και σαρδόνιο. Είναι η τελευταία από τις τρεις συμφωνίες που συντέθηκαν κατά τη διάρκεια του Δευτέρου Παγκοσμίου Πολέμου και αυτό το κομμάτι περιγράφει αναμφισβήτητα τον τρόπο, μεταμφιεσμένο σε χαρά, που απέπνεε η Ρωσία μετά το τέλος του πολέμου. Η ορμή της, κατά διαστήματα, παύει εντελώς να υπάρχει, αλλά όταν εισάγονται ένα ή δύο ακόμη στοιχεία, τότε η μουσική της συμφωνίας βρίσκει να σε στοιχειώνει στα πιο ήσυχα σημεία της και να σε ενοχλεί στα πιο ανησυχητικά σημεία της. Η Συμφωνία αρ. 9 του Σοστακόβιτς είναι ένα έργο σε 5 μέρη-κινήσεις, ένα έργο, όπως προείπαμε, απροσδόκητα σύντομο και ανάλαφρο, μια στροφή στο έργο του συνθέτη που έρχεται σε έντονη αντίθεση με τις προηγούμενες συμφωνίες του, και συχνά περιγράφεται ως μια παιχνιδιάρικη «κλασική συμφωνία» στο ύφος του «πατέρα της κλασικής συμφωνίας», σπουδαιότατου αυστριακού συνθέτη Γιόζεφ Χάιντν (1732-1809) ( βλ. και ανάρτηση <https://tinyurl.com/229vavmu> ). Η συμφωνία παρουσιάζει ξεχωριστές διαθέσεις στα μέρη της: το πρώτο είναι γραμμένο σε μια ζωηρή, κλασική μορφή σονάτας, το δεύτερο είναι ένα μελαγχολικό Μοντεράτο και τα τρία τελευταία, που κανονικά παίζονται χωρίς παύση, ποικίλλουν, κατά σειρά, από ένα φευγαλέο Πρέστο-Σκέρτσο σε ένα πιο σκοτεινό Λάργκο με ένα στοιχειωτικό σόλο φαγκότου, καταλήγοντας σε ένα χαοτικό φινάλε Αλεγκρέτο που θυμίζει τσίρκο, χαρούμενο στην επιφάνεια, αλλά όπως πάντα με τον Σοστακόβιτς, αμφίσημο στην τελευταία του νότα. Το έργο σωστά ερμηνεύτηκε στην εποχή του ως ένα ανατρεπτικό μουσικό αστείο, μια ειρωνική παρωδία και θεωρήθηκε ιδεολογικά αδύναμο από τις σοβιετικές αρχές, καθώς απήφησε τις προσδοκίες για ένα μεγάλο, θριαμβευτικό

φινάλε που θα εξυμνούσε τη Σοβιετική Ένωση. Ο συνθέτης, για αρκετά χρόνια μετά, παρέμεινε σιωπηλός ως συμφωνιστής.



Θα ακούσουμε και θα αναλύσουμε ένα-ένα τα πέντε μέρη της συμφωνίας από ηχογράφηση συναυλίας της Φιλαρμονικής του Βερολίνου στις 31.10.2020, με μαέστρο τον Κύριλλο Πετρένκο.

[1.Allegro.mp3](#)

[2.Moderato.mp3](#)

[3.Presto,Scherzo.mp3](#)

[4.Largo.mp3](#)

[5.Allegretto.mp3](#)



Η ιδιόρρυθμη 9η Συμφωνία λαμβάνει εδώ μια αποκαλυπτική, συναισθηματικά ταραγμένη, σχεδόν μανιακή και σκοτεινή ερμηνεία, όπως αυτή που προκαλεί ένας τρομακτικός κλόουν, από τη Φιλαρμονική του Βερολίνου και τον επικεφαλής μαέστρο και καλλιτεχνικό διευθυντή της. Μπορεί το έργο να μην είναι η υπερπαραγωγή της «χορωδιακής συμφωνίας» μετά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο που περίμεναν οι αρχές, όμως ούτε είναι το τελείως «ελαφρύ» κομμάτι όπως μερικές φορές περιγράφεται, καθώς, στην εν λόγω εκτέλεση τουλάχιστον, οι διασκεδαστικές πτυχές “divertimento” του έργου εναλλάσσονται με κάτι δυσοίωνο και αιχμηρό (κι όχι μόνο το θρηνητικό φαγκότο και τα απειλητικά χάλκινα πνευστά του 4ου μέρους) - αν υπάρχει χιούμορ κάπου, τότε είναι μαύρο - παιγμένο εξαιρετικά στην παρούσα εκτέλεση της συμφωνίας. Ο Κ. Πετρένκο έχει το πλεονέκτημα της ηχογράφησης «μετά από ακουστική επιδιόρθωση» του Στίλαου, η οποία αποκαλύπτει έναν πλούτο αποχρώσεων και λεπτομερειών. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα στο υπέροχο, σαν σε μουσική δωματίου, Moderato (2ο μέρος), με τις γλυκές, απεριόριστες άνω χορδές, τα υγρά πνευστά και τα απαλά μπάσα με νύξιμο. Συνεχίζοντας, το διαπεραστικό σκίρτημα του Presto (3ου μέρους), τόσο καλά βαθμονομημένο, είναι μια απόλαυση να το ακούς. Ο συνδυασμός τούμπας και τρομπονιών στο Largo (4ο μέρος), για να μην αναφέρουμε τα υπέροχα σόλο του φαγκότου, φαίνονται τόσο αληθινά που τοποθετούν τον ακροατή σταθερά σαν να βρίσκεται σε μια από τις καλύτερες θέσεις της αίθουσας συναυλιών που παίζεται το έργο. Όσο για το φινάλε, έχει άφθονη ορμή, με την αβίαστη δεξιοτεχνία των Βερολινέζων μουσικών μια συνεχή πηγή θαυμασμού.



Από τη σειρά ελαιογραφιών του Όμπρεϊ Ουίλιαμς (1926-1990) με πηγή έμπνευσης τα έργα του Ντμίτρι Σοστακόβιτς. Τα έργα του Γουιανέζου αυτού ζωγράφου συνδυάζουν στοιχεία αφηρημένου εξπρεσιονισμού με μορφές, εικόνες και σύμβολα εμπνευσμένα από την προκολομβιανή τέχνη των ιθαγενών λαών της Αμερικής.

### **Ερώτηση: 1**

Κεντρίστε τη φαντασία σας. Ακούγοντας την 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς, τι εικόνες-παραστάσεις της καθημερινότητας ή εκτός αυτής σας έρχονται στον νου μαζί με το κάθε μέρος της συμφωνίας;



## A. Σ.

Ακούγοντας την 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς, στο μυαλό μου δεν έρχονται «ηρωικές» εικόνες με την κλασική έννοια, έρχονται μικρές, σχεδόν ειρωνικές σκηνές καθημερινότητας, σαν να κοιτάς τη ζωή από μια γωνία λίγο λοξή, με μισό χαμόγελο και μισή ανησυχία.

### 1ο μέρος (Allegro)

Βλέπω μια πόλη που ξυπνά μετά από κάτι μεγάλο, πιθανώς πόλεμο, κρίση, καταστροφή. Άνθρωποι βγαίνουν στον δρόμο, όχι θριαμβευτές αλλά κάπως αμήχανοι, σαν να μην ξέρουν αν «επιτρέπεται» να χαρούν. Υπάρχει μια ζωηράδα, μια ενέργεια, αλλά είναι νευρική, σχεδόν σαρκαστική. Μου θυμίζει εκείνες τις μέρες που όλα φαίνονται κανονικά, αλλά από κάτω υπάρχει ακόμα ένταση, σαν να παίζει κάποιος θέατρο μπροστά στον ίδιο του τον φόβο.

### 2ο μέρος (Moderato)

Εδώ η εικόνα αλλάζει. Βλέπω ένα άδειο δωμάτιο, απογευματινό φως, κάποιον να κάθεται μόνος και να σκέφτεται όσα δεν ειπώθηκαν ποτέ. Είναι μια μουσική που μοιάζει απλή, αλλά κουβαλά μια πικρή ειρωνεία. Σαν μια καθημερινή στιγμή που δεν έχει δράμα εξωτερικά, αλλά μέσα σου γίνεται χαμός. Ένα τσιγάρο στο παράθυρο, μια παλιά ανάμνηση που επιστρέφει χωρίς να ρωτήσει.

### 3ο μέρος (Presto)

Εδώ όλα τρέχουν. Μου έρχονται εικόνες ανθρώπων σε βιασύνη, δρόμοι γεμάτοι, φωνές, γέλια που είναι λίγο υπερβολικά. Σαν ένα καρναβάλι που δεν ξέρεις αν είναι γιορτή ή φυγή. Υπάρχει χιούμορ, αλλά είναι σκοτεινό, σχεδόν αγχωτικό. Μου θυμίζει εκείνες τις στιγμές που γελάς δυνατά για να μη σκεφτείς.

### 4ο μέρος (Largo)

Ξαφνικά σκοτάδι. Σιωπή που βαραίνει. Βλέπω νύχτα, άδειους δρόμους, κάποιον να περπατά μόνος και να συνειδητοποιεί τι έχει χαθεί. Εδώ η μουσική με πάει έξω από την καθημερινότητα, σε κάτι σχεδόν υπαρξιακό: τον φόβο, τη φθορά, το τέλος. Δεν είναι κραυγή, είναι αποδοχή, κι αυτό την κάνει πιο σκληρή, ίσως, κατά έναν τρόπο.

## 5ο μέρος (Allegretto)

Το φινάλε μου φέρνει μια παράξενη εικόνα, δύσκολο να περιγράψω, σαν έναν άνθρωπο που συνεχίζει. Όχι γιατί όλα λύθηκαν, αλλά γιατί δεν υπάρχει άλλη επιλογή. Υπάρχει ειρωνεία, μια σχεδόν παιδική διάθεση, αλλά και μια βαθιά γνώση ότι η ζωή προχωρά χωρίς μεγάλες απαντήσεις. Δεν είναι νίκη, είναι επιβίωση. Ένα χαμόγελο που ξέρει πόσο εύθραυστο είναι.

Συνολικά, η 9η Συμφωνία δεν μου ζωγραφίζει μνημεία και παρελάσεις. Μου ζωγραφίζει ανθρώπους. Την καθημερινότητα μετά το «μεγάλο γεγονός», όταν μένεις μόνος με τον εαυτό σου και προσπαθείς να καταλάβεις πώς συνεχίζεται η ζωή. Και ίσως αυτό να είναι το πιο ειλικρινές σχόλιο που μπορεί να κάνει η μουσική.

\*Allegro: γρήγορο, ζωηρό, με ενέργεια.

\*Moderato: μέτριος ρυθμός. Ούτε γρήγορο ούτε αργό.

\*Presto :πολύ γρήγορο, σχεδόν νευρικό.

\*Largo: πολύ αργό, βαρύ, στοχαστικό, σαν τελετουργικό.

\*Allegretto: πιο ελαφρύ από Allegro, σαν ειρωνικό χαμόγελο.

### **A.-Π. Μ.**

Μέσω της 9ης Συμφωνίας του Σοστακόβιτς ξεδιπλώνεται μια σειρά από εικόνες που θυμίζουν μια σουρεαλιστική θεατρική παράσταση όπου η καθημερινότητα μεταμορφώνεται σε παιχνίδι αντιθέσεων. Ξεκινάει με την αίσθηση μιας στρατιωτικής παρέλασης που έχει καταληφθεί από παιχνιδιάρικα πνευστά, μια ανάλαφρη διάθεση που υπονομεύει τον θριαμβευτικό τόνο. Στη συνέχεια η μουσική βυθίζεται σε ερημιά, όπου η μοναξιά του ατόμου γίνεται σχεδόν αισθητή. Η κινητικότητα των ενδιάμεσων μερών φέρνει στον νου μια αγωνιώδη, επιβλητική καταδίωξη που καταλήγει στην αντιπαράθεση της μοναχικής ανθρώπινης φωνής μπροστά στο απρόσωπο αυταρχικό κράτος. (μελετώντας το πλαίσιο στο οποίο γράφτηκε η συμφωνία) Η πραγματική νίκη κρύβεται στην ειρωνεία και στην αντοχή της ψυχής απέναντι στο παράλογο της ύπαρξης και των συγκυριών.

## **B. B.**

Ακούγοντας την 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς σχηματίζονται στο μυαλό μου μία σειρά από εικόνες και οπτικές μικροιστορίες που ταλαντεύονται ανάμεσα στο φως και στο σκοτάδι, όπως ακριβώς και η μουσική του. Στο Allegro μου δημιουργείται μια εικόνα μιας πόλης που ξαναζωντανεύει μετά από μια άσχημη δοκιμασία. Οι άνθρωποι εδώ κινούνται γρήγορα και νευρικά, σαν να πασχίζουν να διώξουν μια δυσάρεστη ανάμνηση με τεχνητή αισιοδοξία. Αντίθετα στο Moderato η εικόνα αλλάζει. Πλέον μοιάζει με έναν ήσυχο περίπατο σε άδειους δρόμους, με μόνη συντροφιά τις αμέτρητες σκέψεις οι οποίες καλύπτουν τη σιωπή, αλλά και το αίσθημα της μελαγχολίας που σαν ψίθυρος επιμένει πίσω από κάθε βήμα. Το Presto Scherzo θυμίζει σκηνή από κινούμενα σχέδια για μικρά παιδιά. Μία σκηνή κυνηγητού ή μια γρήγορη και απότομη εναλλαγή γεγονότων όπου δεν ξέρεις αν θα πρέπει να γελάσεις ή να φοβηθείς. Στο Largo η εικόνα πάλι γίνεται πιο σκοτεινή. Μου δημιουργείται η αίσθηση ενός έρημου, σιωπηλού τοπίου όπου σε συνδυασμό με τις χαμηλές νότες των χάλκινων μοιάζει με στιγμή αυτογνωσίας μετά από μία απώλεια. Τέλος το Allegretto αναδύεται σαν μία γιορτή που γνωρίζεις ότι μπορεί ανά πάσα στιγμή να μετατραπεί σε χάος. Μέσα από όλα αυτά, η μουσική παρουσιάζεται σαν καθρέφτης της ανθρώπινης ζωής, γεμάτη αντιφάσεις, φόβους αλλά και στιγμές απρόσμενης χαράς και ευημερίας.

## **Δ. Μ.**

Ακούγοντας τη 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς, μου ήρθαν αυθόρμητα στο μυαλό έργα που έχω μελετήσει στο παρελθόν, και συγκεκριμένα «Οι Τέσσερις Εποχές» του Αντόνιο Βιβάλντι. Παρόλο που πρόκειται για διαφορετικούς συνθέτες και εποχές, ένιωσα ότι η μουσική δημιουργούσε εικόνες και εναλλαγές στη διάθεση, όπως ακριβώς συμβαίνει και στο έργο του Βιβάλντι.

Σε κάποια σημεία ένιωσα σαν να άκουγα την άνοιξη, με μικρά πουλάκια να κελαηδούν και ένα ρυάκι να ρέει ήρεμα. Η μουσική μου έδωσε την αίσθηση της κίνησης και της ζωής, σαν κάτι να ξυπνά. Στη συνέχεια, όμως, η ένταση άλλαξε και γινόταν πιο δυνατή και πιο απότομη, θυμίζοντάς μου στιγμές που θα μπορούσαν να αντιστοιχούν στο καλοκαίρι ή

ακόμη και στον χειμώνα.

Αυτές οι αλλαγές στη μουσική μου προκάλεσαν έναν ενθουσιασμό, καθώς ένιωσα ότι το έργο δεν μένει σταθερό, αλλά εξελίσσεται συνεχώς. Μέσα από αυτές τις εναλλαγές, η μουσική βγήκε έξω από το αυστηρό πλαίσιο της ακρόασης και συνδέθηκε με εικόνες και συναισθήματα της καθημερινότητας, κάνοντάς με να τη βιώσω με πιο προσωπικό τρόπο.

## **Z. Φ.-Χ.**

Ακούγοντας την 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς, στο μυαλό μου σχηματίζονται εικόνες έντονων αντιθέσεων, σαν στιγμές της καθημερινότητας που εναλλάσσονται απρόβλεπτα με καταστάσεις έντασης και ειρωνείας. Το πρώτο μέρος μου θυμίζει έναν άνθρωπο που κινείται βιαστικά μέσα στην πόλη, με έναν φαινομενικά ανάλαφρο ρυθμό, πίσω από τον οποίο όμως κρύβεται ανησυχία και εσωτερική ένταση. Είναι σαν ένα χαμόγελο που προσπαθεί να καλύψει την κούραση.

Στο δεύτερο μέρος, οι πιο σκοτεινοί και αργοί ήχοι φέρνουν στο νου εικόνες μοναξιάς άδειοι δρόμοι, σκέψεις που βαραίνουν, στιγμές εσωτερικής σιωπής. Εδώ η μουσική μοιάζει να βγαίνει έξω από την καθημερινότητα και να αγγίζει κάτι πιο βαθύ και υπαρξιακό, σαν μια παύση όπου ο άνθρωπος μένει μόνος με τον εαυτό του.

Το τρίτο μέρος μου δημιουργεί την αίσθηση μιας ειρωνικής γιορτής. Σαν να παρακολουθώ μια παράσταση όπου όλα φαίνονται εύθυμα, αλλά τίποτα δεν είναι πραγματικά ξέγνοιαστο. Οι εικόνες είναι έντονες, σχεδόν θεατρικές, θυμίζοντας στιγμές όπου η κοινωνία προσπαθεί να δείξει αισιοδοξία, ενώ κάτω από την επιφάνεια υπάρχει ένταση. Στο τελευταίο μέρος, η μουσική με οδηγεί σε εικόνες σύγκρουσης αλλά και αποδοχής. Σαν το τέλος μιας δύσκολης μέρας, όπου όλα δεν έχουν λυθεί, αλλά συνεχίζουν να προχωρούν. Η 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς, μέσα από αυτές τις εικόνες, μου δίνει την αίσθηση ότι η ζωή είναι ένα παιχνίδι αντιθέσεων, σοβαρότητα και ειρωνεία, καθημερινότητα και υπέρβαση, φως και σκιά που συνυπάρχουν.

## **K. A.**

Allegro: Μου έρχεται στο μυαλό ο εαυτός μου βγαίνοντας από το μετρό στη πλατεία συντάγματος μια καθημερινή ηλιόλουστη μέρα περπατώντας στους συνωστισμένους

δρόμους του κέντρου .

Moderato: 1) Νυχτερινός μοναχικός περίπατος με τον σκύλο μου . 2) Όταν προσπαθώ να βρω λύση μόνη μου σε κάτι σοβαρό που με προβληματίζει.

Presto: Ο πανικός που επικρατεί όταν ετοιμάζομαι για να βγω και δεν βρίσκω τα πράγματα μου .

Largo: Εγω σε ένα άδειο δωμάτιο μόνη με τις σκέψεις μου

Allegretto : Γιορτινό οικογενειακό τραπέζι από την αρχή μέχρι το τέλος του δηλαδή από τις ετοιμασίες , τα προβλήματα στις παρασκευές , τις συζητήσεις μέχρι και την αποχώρηση των καλεσμένων και το μάζεμα του τραπέζιού.

## Κ. Φ.

Ακούγοντας την 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς νιώθω ότι παρακολουθώ μια μικρή ταινία πέντε σκηνών, όπου η καθημερινότητα μοιάζει απλή και σχεδόν κωμική στην επιφάνεια, αλλά από κάτω κάτι “στραβό” αναπνέει συνεχώς, σαν χαμόγελο που δεν είναι ποτέ εντελώς αθώο.

Στο **1ο μέρος (Allegro)** μου έρχονται εικόνες μιας πόλης που ξυπνά: άνθρωποι περπατούν βιαστικά, τραμ περνάει με θόρυβο, κάποιος σφυρίζει μια χαρούμενη μελωδία, παιδιά τρέχουν, μα πίσω από τη ζωηράδα υπάρχει μια παράξενη ένταση, σαν να προσπαθεί όλη η πόλη να δείξει ότι είναι καλά. Είναι σαν μια παρέλαση που θέλει να μοιάζει γιορτή, αλλά στο βάθος έχει κάτι μηχανικό, κάτι υποχρεωτικό, σαν να σε σπρώχνει να χαρείς.

Το **2ο μέρος (Moderato)** μου θυμίζει ένα άδειο δωμάτιο το βράδυ, όταν τελειώνει η φασαρία της ημέρας. Ένα φως από μια λάμπα, ένα ποτήρι στο τραπέζι, ένα παράθυρο που δείχνει δρόμους σχεδόν έρημους. Είναι η στιγμή που ο άνθρωπος μένει μόνος με τις σκέψεις του και καταλαβαίνει ότι η χαρά που προηγήθηκε ήταν λεπτή και εύθραυστη. Σαν μια μικρή μελαγχολία που δεν κάνει θόρυβο αλλά απλώνεται παντού.

Στο **3ο μέρος (Presto / Scherzo)** βλέπω έναν κλόουν σε τσίρκο ή ένα καρτούν που τρέχει σε υπερβολική ταχύτητα: γρήγορες κινήσεις, ξαφνικές στροφές, μικρά “πατήματα” και ειρωνικά χαμόγελα. Είναι σαν να σε παρασύρει να γελάσεις, αλλά το γέλιο είναι νευρικό, σαν να ξέρεις ότι σε λίγο κάτι θα συμβεί. Μου θυμίζει στιγμές που προσποιούμαστε ότι όλα είναι παιχνίδι για να μη σκεφτούμε αυτό που μας φοβίζει.

Το **4ο μέρος (Largo)** είναι για μένα ο πιο σκοτεινός διάδρομος της συμφωνίας: μια νυχτερινή πλατεία μετά τη βροχή, μια στάση λεωφορείου χωρίς κόσμο, ένας άνθρωπος που περπατά μόνος και ακούει τον ήχο των βημάτων του. Εκεί νιώθεις ότι οι μάσκες πέφτουν και εμφανίζεται η πραγματική κούραση, η θλίψη, το βάρος της μνήμης. Είναι σαν να κοιτάς μια πόλη που “κέρδισε”, αλλά δεν ξέρει πια πώς να χαρεί.

Και το **5ο μέρος (Allegretto)** μου φέρνει την εικόνα μιας γιορτής που ξαναρχίζει ξαφνικά, σχεδόν βίαια: μουσική δυνατή, άνθρωποι που χορεύουν, ένα πανηγύρι που μοιάζει λαμπερό, αλλά έχει μέσα του κάτι ειρωνικό, σαν να είναι γρήγορο φινάλε που πρέπει να τελειώσει “χαρούμενα”. Είναι σαν τον Σοστακόβιτς να κλείνει το μάτι στον ακροατή και να λέει: «Ορίστε η χαρά σας... αλλά ξέρετε κι εσείς ότι δεν είναι τόσο καθαρή». Έτσι, το τέλος μου μοιάζει σαν γέλιο που συνεχίζεται λίγο παραπάνω απ’ όσο πρέπει, μέχρι να γίνει σχεδόν ανησυχητικό.

Γενικά, η 9η μου γεννά εικόνες καθημερινές — δρόμοι, άνθρωποι, μικρές σκηνές — αλλά όλες έχουν αυτή τη χαρακτηριστική “διπλή όψη”: επιφάνεια φωτεινή και από κάτω σκιά, σαν να προσπαθεί η ζωή να πείσει τον εαυτό της ότι όλα είναι καλά, ενώ κάτι μέσα της ξέρει ότι δεν είναι.

## **K. X.**

Ακούγοντας την 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς, 5 εικόνες της καθημερινότητας εμφανίστηκαν στην σκέψη μου.

Ξεκινώντας με την Allegro, σκέφτομαι ένα πρωινό σε μια δημόσια πλατεία. Σημαίες στους δρόμους, μια μπάντα και μια γιορτή που πρέπει να είναι γιορτή. Οι άνθρωποι χειροκροτούν με συγχρονισμένες κινήσεις, σαν να ακολουθούν οδηγίες που τους έχουν δοθεί. Κάποιος σκοντάφτει, κάποιος γέλα λίγο παραπάνω από όσο χρειάζεται. Η μουσική μου θυμίζει ένα καρτούν, που θα παρακολουθούσαμε όλοι μας, αλλά με κοφτερές γωνίες. Όλα κινούνται γρήγορα, επιφανειακά και σαν να μην επιτρέπεται η σκέψη.

Στην Moderato, νιώθω ότι βρισκόμαστε κάπου απομακρυσμένα και σε έναν μικρό χώρο. Ένα απόγευμα του χειμώνα κάποιος κάθεται μόνος και σκέφτεται χωρίς λόγια. Αναμνήσεις που πλέον δεν τον κάνουν να κλάψει από τον πόνο αλλά τώρα τον παρηγορούν. Η καθημερινότητα είναι πιο εσωτερική εδώ, ένα βλέμμα προς το παράθυρο

και η σιωπή να κρατάει παραπάνω.

Τώρα στην Presto, η μουσική επιταχύνεται και είναι σαν να βρισκόμαστε πάλι έξω. Άνθρωποι να τρέχουν σε διαδρόμους, σε γραφεία, σε σκάλες, να ανταλλάζουν σημαντικά χαρτιά από χέρι σε χέρι. Μοιάζει για την ίδια καρτουνιστική φασαρία όπως στην Allegro, μόνο που εδώ είναι πιο νευρικά και μηχανικά. Όλοι βιάζονται και κανείς δεν κοιτάζει τον άλλον. Το χιούμορ που επικρατεί είναι αμυντικό, το νευρικό γέλιο που κάνουμε πριν ακούσουμε ένα κακό νέο.

Στην Largo, επικρατεί η νύχτα. Το κεντρικό πρόσωπο είτε βρίσκεται σε έναν άδειο δρόμο ή πάλι στο ίδιο χώρο όπως στην Moderato, αλλά αυτή την φορά χωρίς έπιπλα. Το πρόσωπο παραμένει ακίνητο και όσο βαραίνουν οι ήχοι, μπορούμε να τους παρομοιάσουμε με το τι συμβαίνει μέσα στο στήθος του. Η μόνη εικόνα που υπάρχει είναι αυτή της παρουσίας του φόβου και της αξιοπρέπειας μαζί. Η συγκεκριμένη σκηνή είναι αυτή που κανείς δεν θέλει να δει, αλλά υπάρχει, η μοναξιά μπροστά στον εαυτό.

Τέλος στην Allegretto, η κίνηση ξαναεπιστρέφει αλλά είναι διαφορετική. Μια τελική <<ευτυχία>> όχι επειδή λύθηκαν τα προβλήματα αλλά επειδή απλά πρέπει να υπάρξει. Άνθρωποι ξαναβγαίνουν στον δρόμο, γελούν πιο σφιγμένα, να προσποιηθούν πως όλα είναι εντάξει. Η μουσική κλείνει ζωηρά και ειρωνικά, σαν μια υπόκλιση που δεν την περίμενε κανείς. Το τέλος δεν δίνει μια γλυκιά νότα αλλά σχολιάζει με τον δικό του τρόπο.

## **A. E.**

Ακούγοντας την ενάτη συμφωνία του Ντιμίτρι Σοστακόβιτς η φαντασία μου δεν κατευθύνεται σε ένα θριαμβευτικό και ηρωικό σύμπαν όπως θα περίμενε κανείς από μια συμφωνία της νίκης, αλλά σε μια παράξενη μωσαϊκή εικόνα καθημερινών και υπαρξιακών θεμάτων, όπου το χιούμορ, η ειρωνεία και οι σκοτεινές σκέψεις είναι παρόντες. Μέσα στο πρώτο μέρος (Allegro) η σύνθεση μοιάζει με μια πολυάσχολη πρωινή ώρα σε μια αστικοποιημένη περιοχή που έχει πρόσφατα ανακάμψει από σοβαρή οικονομική κρίση. Οι άνθρωποι περπατούν με μεγαλύτερη ταχύτητα και δείχνουν να γελούν, αλλά ένα στοιχείο στα μάτια τους αποκαλύπτει κούραση. Οι ενθουσιώδεις ρυθμοί δίνουν την αίσθηση ότι τα πρόσωπά τους μοιάζουν σχεδόν γελοία, όμως πιστεύω ότι αυτός είναι ο τρόπος του συνθέτη να υπονοήσει πως οι άνθρωποι νιώθουν τη βαθιά ανάγκη να

προσποιούνται και να δείχνουν ευτυχισμένοι, φορώντας ένα προσωπίο, το οποίο απέχει κατά πολύ από τα πραγματικά τους συναισθήματα. Το επόμενο μέρος (Moderato), μπορεί να φέρει στο μυαλό μας εικόνες ενός πιο εσωστρεφούς χαρακτήρα. Μπορώ να φανταστώ ένα άτομο απομονωμένο κατά τη διάρκεια μιας βραδιάς να κοιτάζει από το παράθυρο. Οι κινήσεις του είναι αργές, σαν κάθε λεπτή κίνηση να επέρχεται εκούσια και συνειδητά, μετά από πολλή σκέψη. Εδώ η μουσική λειτουργεί ως εσωτερικός μονόλογος γεμάτος από μια ήπια μελαγχολία, αλλά και αποδοχή. Είναι η στιγμή που η καθημερινότητα παγώνει και ο νους περιπλανιέται σε αναμνήσεις.

Στο 3ο μέρος (Presto – Scherzo) η εικόνα αλλάζει απότομα: βλέπω κάτι σαν καρικατούρα ή τσίρκο. Οι ρυθμοί είναι νευρικοί, σχεδόν σαρκαστικοί, και μου θυμίζουν ανθρώπους που γελούν υπερβολικά δυνατά, σαν να προσπαθούν να κρύψουν τον φόβο ή την αμηχανία τους. Είναι ένα δυσοίωνο γέλιο που δεν σε ηρεμεί, αλλά σε ανησυχεί.

Το 4ο μέρος (Largo) είναι το πιο σκοτεινό. Το σόλο του φαγκότου μου φέρνει εικόνες νύχτας, άδειων δρόμων και εσωτερικής μοναξιάς. Εδώ νιώθω πως η μουσική μιλά για απώλεια, για όσα δεν ειπώθηκαν ποτέ. Είναι σαν μια στιγμή σιωπής, όπου όλα τα προσωπικά και συλλογικά τραύματα έρχονται στην επιφάνεια.

Στο 5ο μέρος (Allegretto) η συμφωνία κλείνει με μια αμφίσημη χαρά. Φαντάζομαι ένα πανηγύρι που συνεχίζεται, αλλά κανείς δεν είναι βέβαιος γιατί γιορτάζει. Η μουσική μοιάζει χαρούμενη, σχεδόν ανάλαφρη, όμως αφήνει μια γεύση ειρωνείας.

Ο Σοστακόβιτς δεν προσφέρει λύτρωση, αφήνει τον ακροατή να αναρωτηθεί αν αυτή η χαρά είναι αληθινή, ή απλώς μια μάσκα.

Έτσι, η 9η Συμφωνία γίνεται για μένα ένας καθρέφτης της ανθρώπινης καθημερινότητας: γεμάτη αντιφάσεις, χιούμορ, φόβο και μια παράξενη πίστη και ελπίδα για τη ζωή, ακόμα κι όταν τίποτα δεν είναι ξεκάθαρο.

## **M. A.**

Ακούγοντας την 9η συμφωνία του Σοστακόβιτς, κάθε μέρος της μας ταξιδεύει νοερά σε διάφορες εικόνες της καθημερινής ζωής.

Αρχικά, το πρώτο μέρος, όπου ο ήχος ξεκινά με μια ανάλαφρη και παιχνιδιάρικη διάθεση,

φαντάζομαι την εικόνα μιας πολυσύχναστης, γεμάτης ζωή πλατείας, όπου άνθρωποι πηγαινοέρχονται, με φωνές και γέλια, ίσως και με μια ελαφριά ειρωνεία να ξεγλιστρά. Το δεύτερο μέρος, είναι πιο ήρεμο και μελωδικό, θυμίζοντας μια ήσυχη απογευματινή βόλτα με θέα το ηλιοβασίλεμα. Το τρίτο μέρος, που είναι πιο αργό, μελαγχολικό και βαθύ μου φέρνει στο μυαλό ένα βροχερό σκηνικό, ή έναν μοναχικό άνθρωπο που αναπολεί με μελαγχολία τις όμορφες στιγμές. Το τελευταίο μέρος είναι γρήγορο, παιχνιδιάρικο, γεμάτο ενέργεια, δημιουργώντας την εικόνα ενός καρναβαλιού με πολύ κόσμο που διασκεδάζει και χορεύει.

### **M. A.**

Ακούγοντας την 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς, κάθε μέρος μου γεννά διαφορετικές εικόνες και παραστάσεις, άλλοτε από την καθημερινότητα και άλλοτε πιο συμβολικές.

Στο πρώτο μέρος, η ζωηρή και ειρωνική μουσική μου φέρνει στο νου μια πόλη που ξυπνά βιαστικά: άνθρωποι περπατούν γρήγορα στους δρόμους, αυτοκίνητα κορνάρουν, και όλα μοιάζουν να κινούνται με μια παράξενη χαρούμενη ένταση. Κάτω από αυτή τη φαινομενική ευθυμία, όμως, νιώθω και μια κρυφή ανησυχία, σαν κάτι να μη λέγεται ανοιχτά.

Στο δεύτερο μέρος, οι πιο ήρεμοι και μελαγχολικοί ήχοι μου θυμίζουν έναν μοναχικό περίπατο το σούρουπο. Βλέπω έναν άνθρωπο να περπατά μόνος σε έναν άδειο δρόμο ή να κοιτά από το παράθυρο, χαμένος στις σκέψεις του. Η μουσική μοιάζει να εκφράζει νοσταλγία και εσωτερικό προβληματισμό.

Στο τρίτο μέρος, με τον γρήγορο και νευρικό ρυθμό, φαντάζομαι μια σκηνή χάους: πλήθος ανθρώπων να τρέχει, στρατιώτες να παρελαύνουν μηχανικά ή μια αγορά γεμάτη φωνές και κίνηση. Η μουσική δημιουργεί την αίσθηση βιασύνης και έντασης, σαν να κυριαρχεί μια υποχρεωτική χαρά ή μια καταναγκαστική δραστηριότητα.

Στο τέταρτο μέρος, το σκοτεινό και βαρύ κλίμα μου φέρνει στο νου εικόνες νύχτας και σιωπής. Φαντάζομαι ένα άδειο δωμάτιο, έναν άνθρωπο καθισμένο στο σκοτάδι ή μια πόλη χωρίς φώτα. Είναι σαν μια στιγμή στάσης, όπου όλα παγώνουν και ο άνθρωπος μένει μόνος με τον φόβο ή τη μνήμη του.

Στο πέμπτο μέρος, η μουσική γίνεται ξανά πιο ζωηρή και σχεδόν παιχνιδιάρικη. Μου

θυμίζει ένα παράξενο πανηγύρι ή μια γιορτή που γίνεται με το ζόρι: υπάρχουν χαμόγελα, αλλά μοιάζουν ειρωνικά· υπάρχει κίνηση, αλλά όχι πραγματική χαρά. Βλέπω ανθρώπους να χειροκροτούν, ενώ μέσα τους παραμένουν σκεπτικοί. Συνολικά, η 9η Συμφωνία μου δημιουργεί εικόνες μιας κοινωνίας που προσπαθεί να δείχνει αισιόδοξη, ενώ στην πραγματικότητα κρύβει φόβο, ειρωνεία και εσωτερική ένταση. Μέσα από αυτές τις μουσικές εικόνες, νιώθω ότι ο Σοστακόβιτς μιλά για την καθημερινή ζωή του ανθρώπου σε δύσκολες εποχές, όπου η εξωτερική ευθυμία δεν ταυτίζεται πάντα με την εσωτερική αλήθεια.

## **N. Π.**

Όταν ακούω την 9η Συμφωνία, μου βγαίνει αυθόρμητα μια αίσθηση έντονης αντίφασης, γιατί βλέπεις ξεκάθαρα πως ο Σοστακόβιτς παίζει με τις προσδοκίες του κοινού. Ενώ όλοι το 1945 περίμεναν έναν θριαμβευτικό ύμνο της νίκης, εκείνος επιλέγει να σε ταξιδέψει σε πολύ πιο σύνθετα και σαρκαστικά μονοπάτια, αποφεύγοντας τελείως το πομπώδες μεγαλείο.

Ξεκινώντας με το Allegro, σου έρχεται στο μυαλό κάτι ζωηρό και κλασικότροπο, σαν μια σκηνή που εξωτερικά φαίνεται αθώα και παιχνιδιάρικη, αλλά αν προσέξεις, κρύβει πολλή ειρωνεία και σιγά σιγά σκοτεινιάζει περνώντας στον στοχασμό. Η διάθεση αλλάζει τελείως στο δεύτερο μέρος, το Moderato, όπου νιώθεις σαν να ακούς μουσική δωματίου, φαντάσου μια ήρεμη αλλά βαθιά μελαγχολική συζήτηση, γεμάτη λυρισμό, με τα έγχορδα και τα πνευστά να βγάζουν μια γλυκιά θλίψη.

Εκεί που έχεις χαλαρώσει, το Presto σε ξυπνάει με μια αίσθηση βιασύνης, σαν ένα διαπεραστικό σκίρτημα ή μια νευρική κίνηση που προσπαθεί να ξεφύγει γρήγορα. Αμέσως μετά, στο Largo, η ατμόσφαιρα βαραίνει απότομα. Εδώ κυριαρχούν οι σκιές και μια αίσθηση μοναξιάς, ειδικά όταν ακούς το σόλο του φαγκότου να θρηνεί, ενώ τα τρομπόνια και η τούμπα κάνουν το σκηνικό να μοιάζει δυσοίωνο και απειλητικό

Το φινάλε στο Allegretto είναι ίσως η πιο δυνατή εικόνα, καθώς θυμίζει ένα χαοτικό τσίρκο. Δεν είναι όμως χαρούμενο, αλλά μάλλον το σαρδόνιο γέλιο ενός τρομακτικού κλόουν. Είναι ουσιαστικά μια γιορτή που κρύβει τον τρόπο μεταμφιεσμένο σε χαρά, χλευάζοντας την ανάγκη για επαίνους και αφήνοντας στο τέλος μια περίεργη, αμφίσημη

γεύση.

### **O. A.**

Με την ακρόαση της 9ης συμφωνίας δεν μου δημιουργούνται εικόνες από την καθημερινότητα, αλλά για να είμαι ειλικρινής, μου σχηματίζει την εντύπωση ότι παρακολουθώ μια ταινία κινούμενων σχεδίων που διαδραματίζεται σε έναν κόσμο με βασιλιάδες, πριγκίπισσες και ιππότες. Στο αρχικό μέρος, που είναι πιο γρήγορο και χαρούμενο, νιώθω να τοποθετούμαι στον κόσμο της ιστορίας, όπου οι ήρωες ζουν την καθημερινότητά τους. Στο μέσο της συμφωνίας, όπου η μελωδία γίνεται πιο ήρεμη και μυστηριώδης (κάτι που επιτυγχάνεται αν δεν κάνω λάθος από τα πνευστά), αισθάνομαι ένα άγχος και μια ανησυχία. Νιώθω ότι φτάνω στο σημείο της ιστορίας όπου αναδύεται κάποιο πρόβλημα, ή κάποια αγωνία στη ζωή του πρωταγωνιστή. Τελικά, στο τελευταίο μέρος όπου ξαναγίνεται γρήγορος και έντονος ο ρυθμός, βρίσκομαι ενόψει της δράσης. Βλέπω τους ήρωες να δρουν ενεργά ώστε να αντιμετωπίσουν το πρόβλημα που έχει προκύψει.

Φυσικά, αυτή η αντίληψη του δεδομένου έργου αποτελεί κάτι το υποκειμενικό, χωρίς κάποια απάντηση να είναι απαραίτητα σωστή ή εσφαλμένη. Ίσως αν άκουγα ξανά τη συμφωνία σε άλλη στιγμή της ζωής μου ή της καθημερινότητάς μου να αντιλαμβανόμουν πολύ διαφορετικά την ουσία της.

Τέλος, το γεγονός ότι συντέθηκε εν έτει 1945 και ότι ο χαρακτήρας της αναδείκνυε την αντίσταση του Σοστακόβιτς να συμμορφωθεί σε ό,τι του ζητήθηκε (δηλαδή τη σύνθεση μιας μεγαλειώδους συμφωνίας), αποτελούν και τις αιτίες για τις οποίες είναι τόσο ιδιαίτερη.

### **Π. Α.**

Για αρχή θα ήθελα να επισημάνω πως δεν έχω ιδιαίτερη σχέση με την κλασική μουσική, αλλά από πάντα την είχα στο νου μου ως καθαρά σοβαρή μουσική, με στοιχεία απολυτότητας και καθόλου επαναστατικό χαρακτήρα. Όμως αφού διάβασα το κείμενο «ΕΙΝΑΙ Η «ΚΛΑΣΙΚΗ» ΜΟΥΣΙΚΗ ΠΑΝΤΟΤΕ «ΒΑΡΙΑ ΚΙ ΑΣΗΚΩΤΗ»» Μπορώ να πω πως αναθεώρησα σε μεγάλο βαθμό για αυτή μου την άποψη. Έτσι λόγο των μηδαμινών μου

γνώσεων για την 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς, πριν την ακούσω έκανα μία έρευνα. Έτσι έμαθα για την επαναστατικό της χαρακτήρα και την ειρωνική στάση του δημιουργού του απέναντι στη νίκη των σοβιετικών. Έτσι ακούγοντας το κατάφερα να διακρίνω το σύντομο, ανάλαφρο, κοφτερό ρυθμό και ειρωνικό τόνο που αυτό είχε.

Όπως είναι αναμενόμενο δεν γνώριζα για τα μέρη της συμφωνίας, αλλά μέσα από σύντομη έρευνα έμαθα ότι είναι ασυνήθιστο για συμφωνία να έχει πέντε μέρη, όπως η 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς και αυτό συμβάλλει στην αίσθηση ασυμμετρίας και «νευρικής» που ακούγεται στο έργο.

Το πρώτο μέρος Allegro: μου δημιουργεί το αίσθημα της υποχρέωσης, αισθάνομαι μία ένταση ακούγοντας το. Θα το παρομοιάζα με μία μέρα που πάω στην σχολή για εξετάσεις. Μία μέρα που έχω ένα «προγραμματισμένο» άγχος, τρέχω να προλάβω να πάω στην σχολή μου με γρήγορα βήματα, ένα πρωινό που έχει στοιχεία καθημερινότητας, ρουτίνας αλλά είναι και πιο ιδιαίτερο, πιο νευρικό.

Το δεύτερο μέρος Moderato φαίνεται να είναι πιο λιτό (σε σχέση με το πρώτο), πιο απλό και ήρεμο, χωρίς ένταση. Έτσι θα το παρομοιάζα με την κάτι πάρα πολύ καθημερινό, με μία στιγμή χαλάρωσης που «απλά υπάρχεις» δεν σκέφτεσαι, σα να περιμένεις στην στάση το λεωφορείο χωρίς άγχος απλά παρατηρείς γύρω και περιμένεις το επόμενο κομμάτι της καθημερινότητας να έρθει, περιμένεις το μετά με ηρεμία/

Το τρίτο μέρος Presto: Ξαφνικό, ένταση, ταχύτητα, καταιγισμός σκέψεων. Θα έλεγα ότι το συγκεκριμένο μέρος μου θυμίζει όταν διαβάζω αργά το βράδυ και είμαι σε μία κατάσταση νευρικής υπερδραστηριότητας, οι σκέψεις όλα είναι σα να φωνάζουν αλλά πάρα όλα αυτά συνεχίζω, γιατί πρέπει να ολοκληρώσω αυτό που κάνω. Μέσα σε όλο αυτό τον καταιγισμό, σε όλη την αταξία, στην πραγματικότητα υπάρχει τάξη και όλα εν τέλει βγάζουν νόημα.

Το τέταρτο μέρος Largo: Θεωρώ ότι δένει αρμονικά με το προηγούμενο μέρος, καθώς είναι η ηρεμία μετά την ένταση. Είναι η στιγμή που ηρεμείς μετά από μία πολύ δύσκολη μέρα, αφού έχεις εξαντληθεί ηρεμείς, είσαι εσύ, μόνος. Κάθεσαι και όλα σταματάνε.

Το πέμπτο μέρος Allegretto: Έρχεται να διακόψει την ηρεμία, και δίνει την αίσθηση της συνέχειας, μετά από όλα τα συναισθήματα που έχουν δημιουργηθεί στους ακροατές, σε αυτό το φαινομενικά σύντομο χρονικό διάστημα μου έρχεται στο μυαλό μία τελευταία

εικόνα. Η στιγμή που ξυπνάς αργοπορημένα από την ηρεμία και πρέπει να τρέξεις να προλάβεις την καθημερινότητα... και το κάνεις γιατί έτσι είναι. Και ξανά αρχίζουν όλα από την αρχή, χωρίς βέβαια να ξέρεις τι θα έρθει μετά γιατί πριν το καταλάβεις το έργο τελειώνει...

### **Π. Ι.**

Διαβάζοντας για την 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς, οι εικόνες που σχηματίζονται στο μυαλό μου είναι γεμάτες αντιθέσεις, αποτυπώνοντας με έναν ιδιαίτερο τρόπο αυτό που το κείμενο ονομάζει «συμφωνία των αντιθέσεων». Στα γρήγορα και ζωηρά μέρη της, η μουσική μου μεταδίδει την έντονη αμηχανία που αισθάνεται κανείς όταν τον πιάνουν τα γέλια σε μια στιγμή που η κατάσταση απαιτεί απόλυτη σοβαρότητα, κάνοντας όλη την ατμόσφαιρα να φαίνεται παράξενα ειρωνική. Αυτή η διαρκής εναλλαγή από το δήθεν σπουδαίο στο αναπάντεχα γελοίο μου θυμίζει τη ροή από εκείνα τα σύντομα βίντεο στα κοινωνικά δίκτυα που δείχνουν μια σειρά από αμήχανες αποτυχίες της καθημερινότητας, όπου η προσπάθεια κάποιου να δείξει δυνατός ή σημαντικός καταλήγει τελικά σε ένα άβολο και κωμικό αποτέλεσμα. Αντίθετα, στο 4ο μέρος, η διάθεση αλλάζει απότομα και το σόλο του φαγκότου ηχεί σαν μια μοναχική και αδύναμη ανθρώπινη φωνή που προσπαθεί να απολογηθεί ή να δικαιολογηθεί μπροστά σε ένα απρόσωπο και αυστηρό δικαστήριο, προσθέτοντας στο έργο ένα κρυφό βάθος που δεν είναι ορατό με την πρώτη ακρόαση. Τελικά, η 9η Συμφωνία λειτουργεί στο μυαλό μου ως ένα ευφυές "meme" της εποχής εκείνης: είναι ένα έργο που καταφέρνει να είναι ταυτόχρονα αστείο και καταθλιπτικό, στο οποίο ο Σοστακόβιτς χρησιμοποιεί το μαύρο χιούμορ σαν μια προστατευτική μάσκα για να κρύψει την αγωνία του και να καταφέρει να αντέξει τις σκληρές πραγματικότητες που αντιμετώπιζε.

### **Σ. Μ.**

Ακούγοντας την 9η Συμφωνία του Σοστακόβιτς, κάθε μέρος μου φέρνει διαφορετικές εικόνες. Στο πρώτο μέρος φαντάζομαι μια πόλη γεμάτη κίνηση και κόσμο, με μια φαινομενική χαρά, αλλά και μια δόση ειρωνείας από κάτω. Το δεύτερο μέρος μου θυμίζει ήσυχες, μοναχικές στιγμές, σκέψη και εσωτερική ηρεμία με μια ελαφριά μελαγχολία.

Στο τρίτο μέρος νιώθω ένταση και ανησυχία, σαν άγχος που μεγαλώνει χωρίς να ξεσπά. Λες και κάτι να πλησιάζει. Το τέταρτο μου δίνει την εικόνα κάτι πιο σκοτεινού και βαριού, σχεδόν σαν πομπή. Σαν μια τελετουργία. Στο τελευταίο μέρος βλέπω ξανά έντονη κίνηση και ζωντάνια, αλλά όχι απόλυτη χαρά περισσότερο μια ειρωνική, «επιφανειακή» αισιοδοξία, σαν η ζωή να συνεχίζεται παρά τις δυσκολίες.



---

ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΕΣ ΑΝΑΡΤΗΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΟ ΙΣΤΟΛΟΓΙΟ ΜΑΣ

---

**«Φλόρενς Ναϊτινγκέιλ: Ένα λυχνάρι που «φωτίζει» αδιάκοπα μέχρι και σήμερα.»**

Δευτέρα 18 Αυγούστου 2025 - 7:29 μ.μ.

Επιμέλεια: ΑΝΑΤΟΛΗ ΑΡΓΥΡΟΥ

Η **19η Αυγούστου**, καθιερωμένη ως **Παγκόσμια Ημέρα Ανθρωπισμού**, δεν είναι απλώς μια ημερομηνία στο ημερολόγιο· είναι μια υπενθύμιση ότι ο **αληθινός ανθρωπισμός δεν γεννιέται από περιστασιακή συγκίνηση** αλλά από μια **αμετακίνητη δέσμευση στην υπηρεσία του**



άλλου. Αυτό το ιδανικό ενσαρκώνεται επάξια από τη **Φλόρενς Ναϊτινγκέιλ (12 Μαΐου 1820 - 13 Αυγούστου 1910)**.



Η ζωή της υπήρξε ένα μωσαϊκό επιστημονικής διορατικότητας, κοινωνικής «ανυπακοής» και βαθιάς ηθικής πίστης. Η ταινία «*Η Κυρία με τη Λάμπα (1951)*» με την **Άννα Νήγκαλ** αποτυπώνει, κινηματογραφικά, την ένταση αυτού του βίου, φωτίζοντας τόσο τη **στοργική** της πλευρά όσο και την **αλύγιστη** αποφασιστικότητα της.

### Η γέννηση μιας αποστολής (1820–1837)

Η Φλόρενς γεννήθηκε στη Φλωρεντία της Ιταλίας το 1820 και μεγάλωσε στα αγγλικά κτήματα της οικογένειάς της, μαζί με την αδελφή της Παρθενόπη. Η ανατροφή της περιελάμβανε εκπαίδευση στην κλασική φιλολογία, φιλοσοφία, ξένες γλώσσες, αλλά και – **ασυνήθιστα για γυναίκα της εποχής** – στα μαθηματικά και τις φυσικές επιστήμες, χάρη στον πατέρα της. Ήδη από μικρή ηλικία κατέγραφε, ταξινομούσε και μελετούσε τον κόσμο γύρω της, φτιάχνοντας λεπτομερείς πίνακες ακόμα και για τη συλλογή κοχυλιών της.

Το 1837, κατά τη διάρκεια μιας περιοδείας στην Ευρώπη, άκουσε – όπως η ίδια περιέγραψε – την «**κλήση του Θεού**» να **αφιερώσει τη ζωή της στην υπηρεσία των άλλων**. Στην ταινία, αυτή η στιγμή αποδίδεται με μια εσωτερική σκηνή σιωπής και περισυλλογής, όπου **το βλέμμα της ηρωίδας «καρφώνεται» μακριά**, σαν να διακρίνει το μέλλον της.



### **Η σύγκρουση με την κοινωνία και την οικογένεια (1844–1853)**

Όταν ανακοίνωσε ότι επιθυμεί να γίνει νοσηλεύτρια, η οικογένειά της **αντέδρασε έντονα**. Η νοσηλευτική θεωρούνταν επάγγελμα «ταπεινό», **αντάξιο μόνο για υπηρέτριες ή μοναχές**. Οι γονείς της περίμεναν έναν «καλό γάμο», αλλά η Φλόρενς, το 1849, απέρριψε ακόμη και πρόταση γάμου μετά από μακρά σχέση, δηλώνοντας ότι **ο δρόμος της ήταν άλλος**.

Η αντίσταση αυτή αποτυπώνεται έντονα στην ταινία, μέσα από συγκρούσεις με τη **μητέρα** και την **αδελφή** της, που βλέπουν το σχέδιό της ως **κοινωνική αυτοκαταστροφή**.

### **[Φ.Ναϊτινγκέιλ Η σύγκρουση με την κοινωνία και την οικογένεια.mp4](#)**

Το 1850, ο **πατέρας** της, συνειδητοποιώντας ότι η κόρη του δεν θα παντρευτεί, της **επέτρεψε** τελικά να εκπαιδευτεί ως **νοσηλεύτρια** στη **Γερμανία**. Το 1853 έγινε **διευθύντρια** σε γυναικείο νοσοκομείο στο Χάρλεϊ Στριτ του Λονδίνου – ένα πρώτο μεγάλο βήμα προς την υλοποίηση της αποστολής της.

### **Η Κριμαία: Από την αποστολή στην τραγωδία (1854–1856)**



Με την έκρηξη του Κριμαϊκού Πολέμου, ο υπουργός Πολέμου **Σίντνεϊ Χέρμπερτ** της ζήτησε να ηγηθεί 38 νοσηλευτών στο στρατιωτικό νοσοκομείο της Σκουτάρι, στην Τουρκία.

#### [Φ. Ναϊτινγκέιλ Η Κριμαία \(α' μέρος\).mp4](#)

**Η άφιξή της ήταν σαν βουτιά σε εφιάλτη: βρώμικοι θάλαμοι, δάπεδα γεμάτα ακαθαρσίες, μολυσμένο νερό.** Στην ταινία, οι σκηνές αυτές παρουσιάζονται με ρεαλισμό που αφοπλίζει – στρατιώτες γεμάτοι **πληγές**, οι **κραυγές** του πόνου να αντηχούν στους διαδρόμους.

Η ίδια και οι νοσηλεύτριές της καθάρισαν, μαγείρεψαν, έραψαν ρούχα και κυρίως, στάθηκαν δίπλα στους άνδρες με **αξιοπρέπεια και σεβασμό**. Παρά τα μέτρα της, οι θάνατοι αυξάνονταν· η αιτία βρέθηκε όταν η υγειονομική επιτροπή ανακάλυψε ότι το νοσοκομείο ήταν χτισμένο πάνω σε υπονόμους! Μετά τις παρεμβάσεις στην αποχέτευση και τον αερισμό, **η θνησιμότητα έπεσε κατακόρυφα**.

Η εικόνα της να **περπατά τη νύχτα με το λυχνάρι ανάμεσα στα κρεβάτια** έγινε θρύλος – και στην ταινία λειτουργεί ως εμβληματική σκηνή, το **σύμβολο της ανιδιοτελούς φροντίδας**.

# Η δύναμη των αριθμών και της πολιτικής (1856–1880)

## ILLUSTRATED TIMES

Nos. XXXVI. & XXXVII.

LONDON, SATURDAY, FEBRUARY 9, 1856.

DOUBLE PRICE FOURPENCE NUMBER. STRAITS, &c.

**THE CRIME OF THE AGE.**  
It has been very justly observed by Hume, that there are fashions in crime as in everything else. Crimes come in and go out, like modes; they reflect the age, society, and conform to the laws of "supply and demand." His every other article. Now and then they attain such prominence in some one stage, that mankind are driven to extreme measures to neutralize their consequences, for their own protection. We have just arrived at one of these stages in England. Poisoning is the fashionable crime—that is to say, poisoning by the means of certain medicines, which society has established for purposes quite opposite to murder. Everything has its good, or dangerous side, and there is one handle to it for the good side, and one for the mischief. The nature of the age determines in what way they shall display their facilities: that every period has its experience to go through, before it can fully do its work, and amend the conditions under which they have learned to work.

Poisoning itself, considered as a crime, is one of the oldest crimes in the world, of course. The means that drugs were found suitable for any purpose, it must have been seen that death was one of them. The opiate that induces sleep may easily make sleep eternal; the virus which gives a tinge to the blood may carry it into every vein. Crimes follow knowledge, like its shadow: it is the other side of the coin. In early days, violence is the characteristic of crime, as of everything else; in later days, subtlety and cunning. The dagger carried off the enemy in early times; the Emperor Claudius was poisoned by a ambrosia. Indeed, as Rome became stronger, poisoning became more and more the regular means of this day. It is a favourite topic with dramatists. Historical men of letters mention it as a favourite theme. To say that a poisoner died *bono die* *carissime* *nostrum*, was almost as much a matter of course as to write his epitaph. The poet and the novelist have delighted to exhibit the terror of the banquet on this one fatal point. For what can guard against a death which lurks in every food, in the eye of the banquet, in the platter of wine, in the familiar objects of common life? There is a remarkable story in Proust, how one of the great houses of the East will, while washing his hands after eating, and how his equive immediately begins drinking the water, to prove their innocence. It has always been said, that, of all crimes, none is so much a matter for domestic homicide—murder, even, would be one of evidence. It is hard to guard against it—it is so easy to commit it. Blood tells its own story so loudly, that men do not care to risk detection; poison keeps this counsel—keeps the worst sort of villain—that most fatal of all villains, who is prudent, calculating, and not impulsive. Indeed, we do not hesitate to say, that, in those cases, circumstantial evidence should assume a more important aspect than in others.

Now, civilization of the modern kind has its own vices, and above those of the ancient civilization, exactly as it adds more of experience to the stock of mankind. Science is the great modern fact. Science, in the last century, demanded discussions of the human body. The demand led to generalizing, and stealing from graves being found insufficient, we had the opinions of Burke and Hume. This led to legal reforms, and one kind of crime terminated. We suppose that the same kind of man who then assumed to sell to surgeons, would now proceed to defraud a hotel clerk. The higher class of villans, who, in the last century, poisoned covertly, would now (poisoning having advanced)



poison with refinement. To blame science for this would be idiotic; we must only try and provide against the partial evil which science has brought us, along with much good.

Insurance societies, burial clubs, and so forth, are institutions most characteristic of our time, and of great utility. They are prudential—not—voluntary. "Individualism" makes people avoid themselves of their neighbours, without incurring the obligation which modern independence and justice later. So we bend together for a kind of trade protection, and insurance without being insured. The utility is indubitable. With the utility has come the inevitable shadow. The trading spirit of criminality has found a new instrument. The devil finds his entry into the new body as easily as he did into the serpent.

This form of poisoning is in like insurance what the Burke and Hume method were to the progress of industry. It is the link in the "chain" of our commercial progress, as those crimes were on that of our medical science. It is to the insurance what arsenic is to fire insurance.

The dangers arising from the practice are greater now than those which arose from the old historic poisonings of Italy; for in such times people were on their guard—and in such times, too, only individuals of some eminence were in much danger. But now the crime is a matter of business and utilitarian calculation. It is not done at the promptings of jealousy, but done simply to turn a penny. In short, it is worse than those crimes which spring from great passions, inasmuch as it is a mean business pursued by the vulgarst greed, and creating the wickedness of a Burgin from the motives of a pinner.

We have, indeed, always believed that a scoundrel is essentially a pious character; nor did we ever see anything in a penny ransom which altered our opinion—though the penny ransom school of literature endeavours to invest scoundrels with a halo of poetic interest. Hugo is a man of brutal selfishness and low views. "Most of the great villains I have known," says Scott, "have been broken in their understandings, as well as in their characters." We are every day, that when the policeman captures the murderer, the fellow is not buying violence, but purging rage. Here, our modern poisoner is not only a pious villain, but his line of business tends to subvert piously present villans into it. For a pious nature may be betrayed into a great crime by passion; but he who poisons to cheat an insurance office, can have no motive but the penny. He does not even have his victim. It is not revenge which troubles him—he may even rather like him as a companion—but a commercial calculation makes him pick him out as the best fellow for his purpose, and he kills a human being as coolly as a rat-catcher kills a rat. Then, the chance of success—the fact that death by poison is often treatable—death by disease—except the coming and coming. Probably, too, a certain vanity, which far distinct from pride is often found in criminals, leads us to graduation in this particular mode of causing death. The moral side that he is doing scientific study of business, and has a more delicate hand than, Chin, his pitiful prototype. He considers his body vulgar, and huge himself with the idea that, if detected, he shall insure Living, and show some acquaintance, perhaps, with the great work of Ovid's.

It is another sort of our paper that these crimes are, beyond all question, on the increase. Publicly itself, though clearly un-ventured, seems to have partially the effect of stimulating them. When the House of Commons was found that lists, which had diverged from the physicians about the cause of disease in some cases,

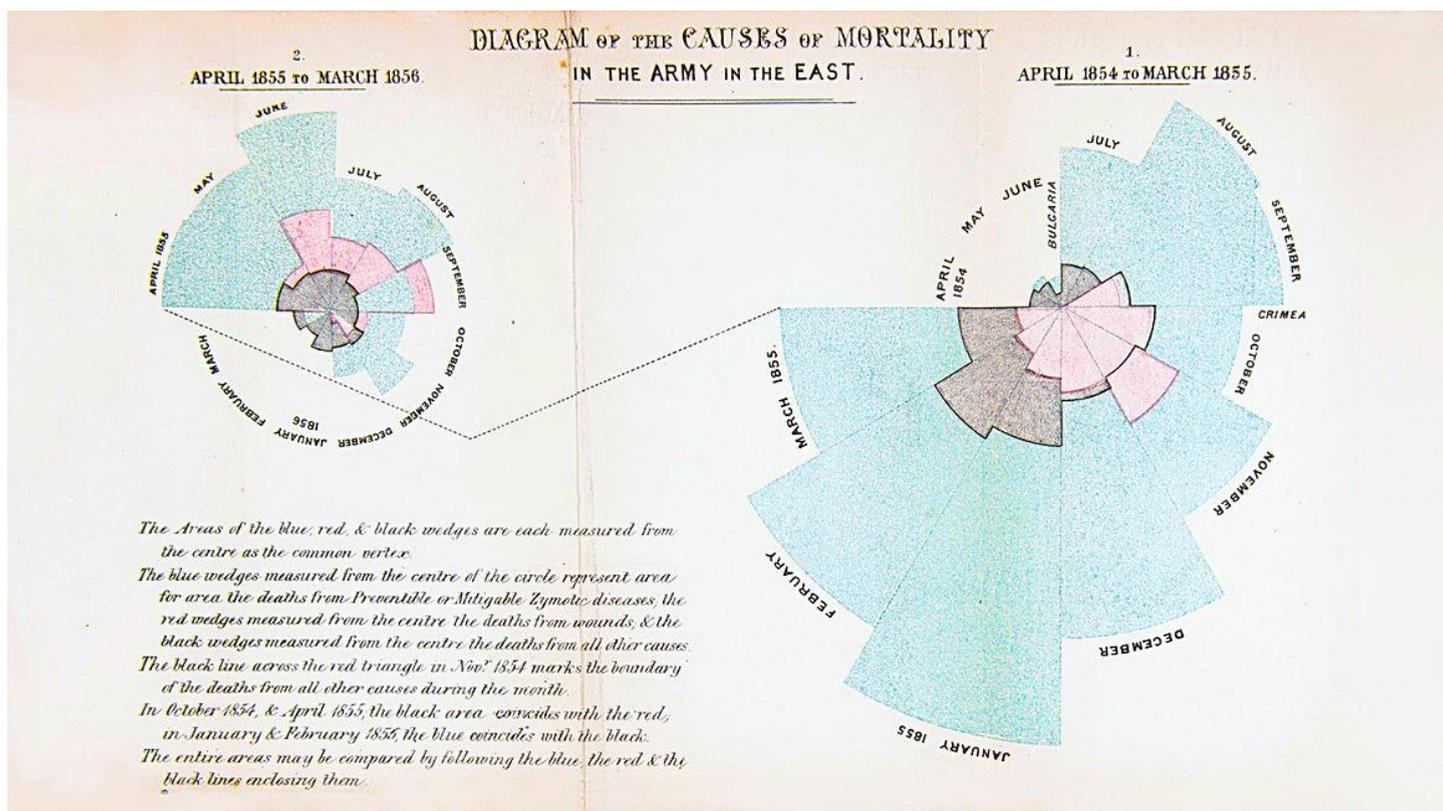


FLORENCE NIGHTINGALE.—FROM A DRAWING BY HER BROTHER.  
(OFFICE OF PUBLICATION OF BRADSHAW, GUILDHALL, FROM THE ENGRAVING BY DOLA.)

Επιστρέφοντας στην Αγγλία, συναντήθηκε με τη βασίλισσα Βικτώρια και, με την υποστήριξη της, ξεκίνησε μια εκστρατεία μεταρρυθμίσεων. Με τους στατιστικούς Ουίλιαμ Φαρ και Τζον Σάδερλαντ ανέλυσε χιλιάδες δεδομένα, αποδεικνύοντας ότι οι περισσότεροι θάνατοι στον πόλεμο προέρχονταν από ασθένειες, όχι από τραύματα.

Για να πείσει την κοινή γνώμη και τους πολιτικούς, χρησιμοποίησε την επαναστατική «διαγράμμιση του ρόδου» – μια γραφική απεικόνιση που κατέστησε τις στατιστικές αλήθειες αδιαμφισβήτητες. Αυτό το κομμάτι, στην ταινία, εμφανίζεται ως η μεγάλη «νοητική μάχη» της, όπου η επιστήμη γίνεται όπλο.

Παράλληλα, εργάστηκε για τη βελτίωση της υγείας στην Ινδία, τονίζοντας τη σημασία του καθαρού νερού και της αποχέτευσης.



## Η κληρονομιά (1880–1910)

Ακόμη και όταν η υγεία της κλονίστηκε, συνέχισε να γράφει και να καθοδηγεί, ιδρύοντας τη Σχολή Νοσηλευτικής «Φλόρενς Ναϊτινγκέιλ» στο Νοσοκομείο Σαιντ Τόμας. Το έργο της για την υγεία των φτωχών, η είσοδος νοσηλευτών στα πτωχοκομεία, και οι οδηγίες της στο «*Notes on Nursing*» προετοίμασαν το έδαφος για το σύστημα υγείας που αργότερα θα γινόταν το NHS. Έφυγε από τη ζωή το 1910, πρώτη γυναίκα που τιμήθηκε με το Τάγμα Αξίας, αφήνοντας πίσω της μια παρακαταθήκη που ξεπερνά τον θρύλο.



Η Φλόρενς Ναϊτινγκέλ δεν ήταν απλώς «η κυρία με τη λάμπα». Ήταν **επιστήμονας**, «στρατηγός» της δημόσιας υγείας, και **ακούραστη υπερασπίστρια της ανθρώπινης αξιοπρέπειας**. Η αποστολή της ήταν μια ζωή αφιερωμένη στην πράξη του ανθρωπισμού – όχι μόνο ως συναίσθημα, αλλά ως **καθημερινή, επίμονη και τεκμηριωμένη μάχη για τη ζωή**.

Στην εποχή μας, όπου οι κρίσεις υγείας συνεχίζουν να δοκιμάζουν τα όρια των κοινωνιών, η ιστορία της υπενθυμίζει ότι η **μεγαλύτερη προσφορά δεν είναι να κρατήσεις απλώς το λυχνάρι, αλλά να ανάψεις το φως εκεί όπου κανείς άλλος δεν τολμά να πάει**.



### Σχόλια

#### Λάζαρος Ανδρέας

Τρίτη 19 Αυγούστου 2025 - 9:20 π.μ.

Εξαιρετική η εστίαση, μέσω της ανάρτησής σου, Ανατολή, στην καθημερινή έμπρακτη ανθρωπιστική προσφορά όσων έχουν σχετική αίσθηση αποστολής στη ζωή τους και δεν ζουν μόνο για το "τομάρι" το δικό τους, άντε και κανα-δυο οικείων τους προσώπων. Κατά την

πεποίθησή μου, το ανθρωπιστικό πνεύμα βρίσκει συχνά δύο βασικά εμπόδια να μετουσιωθεί σε καθημερινή πράξη, οπότε και θα μπορέσει να δώσει απτά αποτελέσματα που θα αποδείξουν ότι υπάρχει στ' αλήθεια. Το πρώτο εμπόδιο είναι ο εγκλωβισμός του σε μια αυτάρεσκη, ναρκισσιστική θα έλεγα, ανακύκλωση και επίδειξη πνευματικής και ψυχικής ψευτο-καλλιέργειας που αναλύεται σε εκστρατείες δήθεν αφύπνισης και ευαισθητοποίησης είτε μέσω των τελείως ακατάλληλων, ψυχρών οθονών των ηλεκτρονικών μέσων αποχαύνωσης είτε μέσω εκδηλώσεων θεωρητικολογίας από αμπελοφιλόσοφους, συνοδευόμενων από ποικιλία εδεσμάτων, συνήθως σε μπουφέ, και από μπόλικες δημόσιες σχέσεις- αλίμονο, παλιά μας τέχνη κόσκινο- με ψευτοευγένειες αστικού καθωσπρεπισμού. Το δεύτερο εμπόδιο, όπως εύστοχα στηλιτεύεται στο προτελευταίο επιλεγέν απόσπασμα της ταινίας, είναι η τυφλή προσκόλληση στην αυτάρεσκη τήρηση μόνο συγκεκριμένων κανονισμών παροχής ανθρωπιστικής βοήθειας από ένα άκρως γραφειοκρατικό σύστημα που αναλύεται εμμονικά στο "οικονομικά εφικτό", για να μην πω στο οικονομικά προσοδοφόρο, καθώς είναι γνωστό ότι ο ανθρωπισμός γενικά «πουλάει» και μπορεί, επιπλέον, να εξασφαλίσει και «μούρη» σ' αυτόν που φαίνεται - το τονίζω το «φαίνεται» - να ασχολείται με τις ανθρωπιστικές αξίες και την υπεράσπισή τους. Και, τέλος, δυο κουβέντες για τη δουλειά του/της νοσηλ-ευτή/-εύτριας στη σύγχρονη ιατρική πραγματικότητα και την επιτακτική ανάγκη μετουσίωσης της δουλειάς αυτής από 'άλλο ένα επάγγελμα στον χώρο της Υγείας' σε λειτουργήματα. Γνωρίζουμε ότι στόχος της Ιατρικής στην ολιστική της διάσταση – που φυσικά θα 'πρεπε να είναι η μόνη της διάσταση - δεν είναι να θεραπεύει τη νόσο, αλλά τον άνθρωπο που νοσεί. Έτσι απαιτείται ο γιατρός να αφιερώνει στον ασθενή του και ποσοτικό χρόνο για να κάθεται δίπλα στο κρεβάτι του – κάτι που, υπό τις παρούσες τουλάχιστον συνθήκες, μοιάζει χιμαιρικό. Ο/Η νοσηλ-ευτής/-εύτρια λοιπόν είναι εκείν-ος/-η που, πέρα από την απόλυτα απαραίτητη και άκρως ευεργετική αλλά στενή έννοια της «νοσηλείας», θα πρέπει να έχει τη δυνατότητα να μένει δίπλα στον ασθενή και να αγγίζει εκτός από την κερκιδική αρτηρία του ασθενούς και την ψυχή του ασθενούς για να μετρά και να νιώθει και τον σφυγμό της ψυχής του.

## «ΟΙΚΕΙΟΣ ΠΑΡΑΚΜΗ»

Τετάρτη 22 Οκτωβρίου 2025 - 6:40 μ.μ

Επιμέλεια: ΤΣΑΠΡΑΛΗ ΧΡΥΣΑΝΘΗ



*Picasso, The Blue Room, 1901*

### **Οικείος παρακμή**

Περίεργη αίσθηση  
η τόση συμφιλίωση με την παρακμή  
-αιώνια συγκάτοικος-  
Έμαθα να μετράω  
τα βράδια για να κοιμηθώ  
αντί για προβατάκια  
τις ρωγμές στους τοίχους  
κι όμως δεν έβγαιναν ποτέ οι ίδιες  
Έμαθα να γράφω  
πάνω στη σκόνη  
πάντα τις ίδιες συλλαβές  
μήπως τις ξεχάσω  
Έμαθα να ακούω στη σιωπή  
φαντάσματα φωνές και γέλια  
πότε να με περιγελούν  
και πότε σαν Άτλαντες

να συγκρατούν  
το ετοιμόρροπο ταβάνι  
Έμαθα να αγνοώ  
στην άλλη άκρη του καθρέφτη  
τη μονόφθαλμη  
θωριά της μοναξιάς μου  
και τα παραγγέλματά της  
να αφήσω τον αιχμάλωτο  
χρόνο να φύγει  
«προτού να είναι αργά»,  
μα δεν βλέπει πως  
εκείνος ήδη  
με τιμώρησε...  
Χρυσάνθη Τσαπραλή

### Σχόλια

#### Γιάνναρη Μαρία

**Πέμπτη 23 Οκτωβρίου 2025 - 9:04 π.μ.**

Χρυσάνθη, σε ευχαριστούμε που μοιράστηκες ακόμα ένα ποίημά σου τόσο μοναδικό και εμπνευσμένο. Αυτή η ειρήνη με τη φθορά, που ποτέ δεν είναι ολοκληρωτική, έχει μια υπόγεια ένταση· σαν να ισορροπεί ανάμεσα στην παραίτηση και στη σιωπηλή αντίσταση. Με συγκάτοικο την παρακμή, μαθαίνουμε να αντέχουμε και να αναγνωρίζουμε μέσα της ένα μικρό, αχνό φως ύπαρξης. Υπέροχο το μπλε δωμάτιο που διάλεξες.

#### ΑΡΓΥΡΟΥ ΑΝΑΤΟΛΗ

**Πέμπτη 23 Οκτωβρίου 2025 - 4:28 μ.μ.**

Χρυσάνθη, στο ποίημα σου, δεν περιγράφεις απλώς την φθορά· την μετατρέπεις σε συνοδοιπόρο. Η παρακμή γίνεται «αιώνια συγκάτοικος», όχι εχθρός, αλλά μια μορφή συμφιλίωσης με την ίδια την ανθρώπινη περατότητα. Οι ρωγμές, η σκόνη, η σιωπή — μικρές τελετουργίες αντοχής, σημάδια ότι ακόμη και μέσα στην αποσύνθεση, ο άνθρωπος ψάχνει νόημα. Ο καθρέφτης της μοναξιάς και ο χρόνος που “ήδη τιμώρησε” δείχνουν τη βαθύτερη ειρωνεία: η φθορά δεν έρχεται, κατοικεί ήδη μέσα μας. Κι όμως, το ποίημά σου δεν είναι παραίτηση· είναι μια ήσυχη πράξη αντίστασης. Αναγνωρίζεις την πτώση για να τη μεταμορφώσεις σε επίγνωση. Έτσι, η “οικεία παρακμή” σου γίνεται καθρέφτης όχι μόνο προσωπικός, αλλά και συλλογικός — μιας εποχής που έμαθε να ζει με τη φθορά της, μα ακόμη ελπίζει.

#### Λάζαρης Ανδρέας

**Τρίτη 4 Νοεμβρίου 2025 - 7:39 μ.μ.**

ΠΩΡΩΣΗ: Η ΑΠΟΛΥΤΗ ΠΑΡΑΚΜΗ <https://tinyurl.com/3h684wea> Να ένας πίνακας, Χρυσάνθη, για να αναρωτηθούμε αν κι αυτή η παρακμή σε λίγο θα μας γίνει οικεία. “Τα Τριαντάφυλλα του Ηλιογάβαλου”, ζωγραφισμένα το 1888 από τον Σερ Λόρενς Άλμα-Ταντέμα. Ζωντανός και φαινομενικά όμορφος, ο πίνακας κρύβει τη φρίκη του πωρωμένου Ελαγάβαλου, επίσης γνωστού ως Ηλιογάβαλου, ενός έφηβου Ρωμαίου αυτοκράτορα που κυβέρνησε από το 218

έως το 222 μ.Χ. Ο πίνακας απεικονίζει την παρακμή της εποχής σε ένα από τα πλούσια πάρτι οργίων που διοργάνωνε ο Ηλιογάβαλος. Η αρχική αναφορά από την Ιστορία του Αυγούστου είναι η εξής: “Oppressit in tricliniis versatilibus parasitos suos violis et floribus, sic ut animam aliqui efflaverint, cum erepere ad summum non possent”. «Σε μια αίθουσα δεξιώσεων με αναστρέψιμη οροφή, κάποτε έθαψε τους καλεσμένους του με βιολέτες και άλλα λουλούδια, έτσι ώστε μερικοί να πνιγούν μέχρι θανάτου, μη μπορώντας να βγουν στην κορυφή». (Historia Augusta. Η ζωή του Ηλιογάβαλου — Μέρος 2ο). Στα «Τριαντάφυλλα του Ηλιογάβαλου», ο Άλμα-Ταντέμα ζωγράφισε τον αναίσθητο, πωρωμένο Ρωμαίο αυτοκράτορα Ηλιογάβαλο και τους φίλους του να συμμετέχουν για ώρες σε πάρτι με όργια, πίνοντας βαρύ κρασί. Στο τέλος, κάποιοι καλεσμένοι, κουρασμένοι και μεθυσμένοι, ξάπλωσαν ανήμποροι κάτω. Ενθουσιασμένοι με τη διασκέδαση που τους είχε παράσχει ο οικοδεσπότης, καθώς κοίταξαν ψηλά στο ταβάνι, ροδοπέταλα άρχισαν να πέφτουν. Όλη η ατμόσφαιρα ήταν αρωματισμένη με λουλουδάτη μυρωδιά, οπότε οι ξαπλωμένοι καλεσμένοι άρχισαν να ναρκώνονται από το μεθυστικό άρωμα των ανθέων. Το πράγμα όμως δεν σταμάτησε εκεί. Τα ροδοπέταλα συνέχιζαν να πέφτουν και, πριν οι άμοιροι το καταλάβουν, από ολόκληρη την οροφή ξέσπασε ένας καταρράκτης από πέταλα λουλουδιών που τους σκέπασε ολότελα. Οι καλεσμένοι τότε άρχισαν να πνίγονται κάτω από την ατελείωτα αυξανόμενη θάλασσα από ροδοπέταλα. Η χαρά έφυγε γρήγορα από τα μάτια τους, καθώς λαχάνιαζαν και ασφυκτιούσαν. Η μυρωδιά του θανάτου άρχισε να γεμίζει τον χώρο. Τα πτώματα θα κοίταζαν σε λίγο με άδεια βλέμματα, καθώς θα τα κάλυπτε η μυρωδιά των τριαντάφυλλων ανακατεμένων με ιδρώτα και σωματικά υγρά. Ο τελείως αναίσθητος από ηθική άποψη αυτοκράτορας Ηλιογάβαλος φαινόταν να απολαμβάνει όλη τη διαδικασία. Με χαλαρωτική διάθεση, με ένα ποτήρι κρασί στο αριστερό του χέρι, χαμογελούσε ενώ κοιτούσε τους μέλλοντες πνιγμένους από ασφυξία καλεσμένους του. Οι φίλοι δίπλα του δεν αποτελούσαν εξαίρεση, καθώς, χαμογελώντας, παρακολουθούσαν κι αυτοί μαζί με τον σκληρό αυτοκράτορα την όλη σκηνή διασκεδάζοντας, σαν να ήταν απλώς ένα φινάλε στις πολλές ώρες του πάρτι οργίων εκείνης της ημέρας. Ο αριθμός των λεπτομερειών σε αυτόν τον πίνακα είναι πραγματικά θαυμάσιος. Ο Άλμα-Ταντέμα απέδωσε με επιτυχία τη δυσοίωνα σκηνή που απεικονίζει απερίσκεπτους νέους ανθρώπους πριν χαθούν τελείως μέσα σε μια φαινομενικά αθώα, πλούσια λίμνη από ροδοπέταλα. Στο βάθος, μια γυναίκα παίζει διπλό αυλό φορώντας το δέρμα λεοπάρδαλης σαν μαινάδα. Οι Μαινάδες ήταν οι γυναίκες ακόλουθοι του Διονύσου, που απεικονίζονται ως τρελές γυναίκες σε κατάσταση εκστατικής φρενίτιδας μέσα από έναν συνδυασμό χορού και μέθης. Στο βάθος, με θέα σε μακρινούς λόφους, ένα χάλκινο άγαλμα του Διονύσου — Θεού της οινοποιίας, της τελετουργικής τρέλας και της θρησκευτικής έκστασης — τονίζει την ε γ κ λ η μ α τ ι κ ή α σ υ ν ε ι δ η σ ί α του Ηλιογάβαλου. Ενώ οι καλεσμένοι πρόκειται να οδηγηθούν σε ασφυξία και η παρέα του Αυτοκράτορα παρακολουθεί αδιάφορα, ίσως υπάρχουν δύο χαρακτήρες που είναι αρκετά ανθρώπινοι ώστε να εκφράζουν ανησυχία και ενσυναίσθηση. Ένας από αυτούς είναι μια γυναίκα στα δεξιά που μας κοιτάζει κατάματα και ο άλλος, ένας άντρας που κοιτάζει τον Ηλιογάβαλο έντονα. Η γυναίκα που μας κοιτάζει, σπάει τον τέταρτο τοίχο του πίνακα και σαν να μας καθιστά κι εμάς κάπως υπεύθυνους που δεν κάνουμε τίποτα και απλώς παρακολουθούμε το χάος να ξεδιπλώνεται. Κρατάει ένα ρόδι με τεταμένο τρόπο. Τα ρόδια συμβόλιζαν τον θάνατο στην αρχαία Ελλάδα και τη δικαιοσύνη στην εβραϊκή παράδοση. Σύμφωνα με τον αρχαίο ιρανικό Χριστιανισμό, το ρόδι λέγεται επίσης ότι ήταν η απεικόνιση του απαγορευμένου καρπού από το δέντρο της γνώσης του καλού και του κακού που θα χάριζε στον Αδάμ και την Εύα φώτιση. Ο Άλμα-Ταντέμα κατάφερε να απαθανάτισει το κλάσμα του

δευτερολέπτου της ηρεμίας πριν από τον όλεθρο. Ακόμα κι αν η εικόνα υποτίθεται ότι θα γίνει σύντομα φρικτή και αφόρητη, ο καλλιτέχνης αποφάσισε να ζωγραφίσει τα «Τριαντάφυλλα του Ηλιογάβαλου» ως ένα όμορφο, μεγάλο πάρτι που μας αφήνει, ως θεατές, να εξαρτόμαστε από τη φαντασία μας για να νιώσουμε την έκφραση του επικείμενου τρόμου που ο πίνακας απλώς υποδηλώνει. Ο πίνακας έτσι μας κάνει τελικά να νιώθουμε ανασφαλείς και άβολα. Μας κάνει να αναλογιστούμε τον κίνδυνο της εξουσίας στα χέρια κάποιου ασυνείδητου και σκληρού τυράννου-εγκληματία. Και να νιώσουμε τον φόβο μήπως γίνουμε κι εμείς θύματα της ανεύθυνης ανάληπτης παραφροσύνης του.

«Τόσο, μα τόσο κοντά, στον Ήλιο.»

Δευτέρα 20 Οκτωβρίου 2025 - 12:16 μ.μ

Επιμέλεια: Κουνδουράκης Δημήτριος



*Δεν μπορώ να μην αγαπήσω τον Ίκαρο,  
σαν τα φτερά του ανοίγει και πράγματι πετάει,  
πετάει πιο ψηλά απ' όλους,  
πιο ψηλά από ανθρώπους, πιο ψηλά από Θεούς.*

*Δεν μπορώ να μην αγαπήσω τον Ίκαρο,  
σαν είναι πεσμένος κατά γης,  
πληγωμένος με λιωμένα τα φτερά,  
και γύρω του,  
άνθρωποι και Θεοί τον κοιτάνε και γελούν.*

*Μα δεν μπορώ να μην αγαπήσω τον Ίκαρο,  
γιατί απ' όλους,  
και από ανθρώπους, και από Θεούς,  
είναι ο μόνος που έφτασε τόσο,  
μα τόσο κοντά, στον Ήλιο.*

## Σχόλια

### Γιάνναρη Μαρία

**Τρίτη 21 Οκτωβρίου 2025 - 8:57 π.μ.**

Για όλους και όλες που τολμούν να υπερβούν τα όρια και να κυνηγήσουν το φως, ακόμη κι αν γνωρίζουν πως θα καούν....Κάπως έτσι είδε τον Ίκαρο και η Anne Sexton που έγραψε το ποίημα με τίτλο To A Friend Whose Work Has Come To Triumph / Consider Icarus, pasting those sticky wings on,/ testing that strange little tug at his shoulder blade,/and think of that first flawless moment over the lawn of the labyrinth./ Think of the difference it made!/There below are the trees, as awkward as camels;/ and here are the shocked starlings pumping past/ and think of innocent Icarus who is doing quite well:/ larger than a sail, over the fog and the blast/ of the plushy ocean, he goes. Admire his wings!/ Feel the fire at his neck and see how casually/ he glances up and is caught, wondrously tunneling/ into that hot eye. Who cares that feel back to the sea?/ See him acclaiming the sun and come plunging down/ while his sensible daddy goes straight into town.

### Λάζαρης Ανδρέας

**Τρίτη 21 Οκτωβρίου 2025 - 6:45 μ.μ.**

Ο μύθος πράγματι, Δημήτρη, μπορεί να ερμηνευτεί και ως η αέναη επιθυμία του ανθρώπου για υπέρβαση, για την κατάκτηση των ονείρων του, ακόμα και αν αυτά μοιάζουν ανέφικτα, όπως συμβολίζει το κυνήγι του «άπιαστου». <https://tinyurl.com/yjxmthbn> Τη δεκαετία του 1890, ο Χέρμπερτ Ντρέιπερ επικεντρώθηκε κυρίως σε θέματα της αρχαίας ελληνικής μυθολογίας. Ο Φρέντερικ Λέιτον είχε απεικονίσει τον Ίκαρο το 1869 ( <https://tinyurl.com/enzbhm87> ), αλλά, ενώ ο Λέιτον έδειχνε τις προετοιμασίες για την πτήση, ο Ντρέιπερ απεικόνισε το τραγικό τέλος της πτήσης. Για τη σύνθεση, ο Ντρέιπερ υιοθέτησε τη μέθοδο του Λέιτον να απεικονίζει ξεχωριστές φιγούρες, και χρησιμοποίησε τέσσερα νεαρά επαγγελματικά μοντέλα. Η χρήση του ανδρικού σώματος ως οχήματος για την προβολή υποκειμενικού συναισθήματος, όπως στον "Θρήνο για τον Ίκαρο", είναι χαρακτηριστικό της ύστερης βικτωριανής ζωγραφικής και γλυπτικής, και στον «Θρήνο για τον Ίκαρο» το σώμα φαίνεται να λιώνει μέσα στην αγκαλιά μιας νύμφης. Ο Ντρέιπερ εφάρμοσε εφέ υγρού φωτός χωρίς να εγκαταλείψει τη μορφή και χρησιμοποίησε κυρίως ζεστά χρώματα. Το μαυρισμένο δέρμα του Ίκαρου παραπέμπει στην κοντινή του προσέγγιση στον Ήλιο, πριν πέσει. Οι ακτίνες του δύοντος ήλιου σε μακρινούς βράχους τονίζουν την παροδικότητα του χρόνου. Ηθικολογικό, συναισθηματικό και αισθησιακό, το εν λόγω έργο τελικά έγινε μια καλογραμμένη εικόνα επικής αποτυχίας. Ωστόσο, κάπως παράδοξα, ο Ίκαρος έχει τα φτερά του εντελώς άθικτα, σε αντίθεση με τον μύθο όπου το κερί έλιωσε και ο Ίκαρος έπεσε χτυπώντας τα γυμνά του χέρια. Η εικόνα ενός «φτερωτού πλάσματος» πιθανότατα χρησιμοποιείται για να δημιουργήσει μια πιο συμβολική, ρομαντική και κομψή εμφάνιση.

### ΑΡΓΥΡΟΥ ΑΝΑΤΟΛΗ

**Τρίτη 21 Οκτωβρίου 2025 - 8:25 μ.μ.**

Ο «Θρήνος για τον Ίκαρο» του Χέρμπερτ Ντρέιπερ μεταμορφώνει τον μύθο σε ποιητική σκηνή λυρισμού και αισθησιακής λύτρωσης. Σε αντίθεση με τον κλασικίζοντα Ίκαρο του Λέιτον, ο Ντρέιπερ προβάλλει τη γαλήνια, σχεδόν ερωτική αποδοχή της πτώσης. Το σώμα γίνεται φορέας συναισθήματος, γραμμένο στο φως και τη σάρκα, ενώ το «υγρό φως» λειτουργεί ως γέφυρα ανάμεσα στο ανθρώπινο και το θεϊκό. Με τα άθικτα φτερά του, ο Ίκαρος δεν είναι πια θύμα ύβρεως αλλά σύμβολο της ανθρώπινης φιλοδοξίας, της ομορφιάς του κινδύνου και της λύτρωσης μέσα από την πτώση — ένας ύστατος ύμνος στην επιθυμία για υπέρβαση.

### Κουνδουράκης Δημήτριος

**Τετάρτη 22 Οκτωβρίου 2025 - 9:14 π.μ.**

Καλημέρα. Ναι δεν είναι απίστευτο;, πως μπορεί να ταξιδεύει ένας μύθος, μέσα στους αιώνες, να μεταμορφώνεται συνεχώς, να φτάνει να είναι το κεντρικό θέμα μίας ταινίας του σήμερα (... του σήμερα , που λέει ο λόγος, πάνε 40 χρόνια τώρα που γυρίστηκε η ταινία Brasil). Και πώς έχει αλλάξει, ο μύθος; Ο Ίκαρος της ταινίας, δεν αναζητά πλέον μία ανώτερη υπέρβαση, ένα απίθανο, ανέφικτο να ξεπεράσει, αλλά την απλή, απτή αίσθηση του να νιώθει ζωντανός, σ' έναν αυτοματοποιημένο, μηχανικό και προδιαγεγραμμένο κόσμο, στον οποίον είναι εγκλωβισμένος. Ή μήπως, αυτήν την ίδια αίσθηση, του να νιώθεις ότι είσαι ζωντανός, εννοούσαν τελικά και οι αρχαίοι;

