

**ΟΜΙΛΙΑ ΣΤΗΝ ΚΕΡΚΥΡΑ  
ΗΜΕΡΙΔΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΘΑΛΑΣΣΑΙΜΙΑ  
24/02/1992**

Χαίρομαι που βρίσκομαι μαζί σας απόψε και σας ευχαριστώ για την ευκαιρία που μου δίνετε να μιλήσω για μερικά θέματα που θεωρώ ιδιαίτερα σημαντικά. Σε μία από τις συνομιλίες που είχα με την κα. Κούστα μου επεσήμανε πως καλό θα ήταν η ομιλία μου να ήταν ελπιδοφόρα μιας και τα κέφια του κόσμου γενικά είναι πεσμένα. Σκέφτηκα λοιπόν το πιθανό περιεχόμενο των άλλων ομιλιών, μια και ήξερα ποιοί θα είναι οι ομιλητές, και προσπάθησα να φανταστώ πως θα ήταν αυτή η ημερίδα. Καρδιολογικά προβλήματα, ηπατίτιδα C, αποσιδήρωση, τίποτα το ιδιαίτερα ελπιδοφόρο και χαρούμενο. Κατάλαβα λοιπόν ότι είχα ένα δύσκολο αν και σημαντικό έργο να επιτελέσω.

Σύμφωνα με τους υπαρξιστές φιλοσόφους αλλά και σύμφωνα με τους υπαρξιστές ψυχολόγους ο άνθρωπος είναι μία ύπαρξη η οποία ταλαιπωρείται από 4 μεγάλες αλήθειες. Επειδή αυτές οι αλήθειες της ύπαρξης μας είναι οδυνηρές απωθούνται από το συνειδητό μυαλό μας. Δεν παύουν όμως να υπάρχουν. Βρίσκονται στο βάθος του ασυνείδητου και μας ταλαιπωρούν, συχνά οδηγώντας και σε ψυχικές ασθένειες όπως οι νευρώσεις και οι ψυχώσεις. Γι' αυτό σύμφωνα με τους υπαρξιστές ψυχοθεραπευτές αυτές οι 4 μεγάλες αλήθειες και ανησυχίες πρέπει κάποια στιγμή να αντιμετωπιστούν για να μπορέσουμε να ζήσουμε μία πιο πλήρη αυθεντική και ολοκληρωμένη ζωή.

Θα ήθελα να σας μιλήσω γι' αυτές τις 4 αλήθειες και σας παρακαλώ να ακούσετε με προσοχή έστω και αν αρχικά η συζήτηση αυτή σας δημιουργήσει αρνητικά συναισθήματα. Θα φτάσω και στο ελπιδοφόρο μήνυμα.

Η πρώτη και πιο σημαντική από τις υπαρξιακές ανησυχίες είναι ο **θάνατος**. Είμαστε μάλλον τα μόνα όντα που γνωρίζουν ότι μία μέρα θα πάψουν να υπάρχουν. Ο θάνατος μάλιστα είναι το μόνο δεδομένο και σίγουρο της ύπαρξης μας. Δεν υπάρχει περίπτωση να τον γλυτώσουμε άσχετα από τα πόσα λεφτά έχουμε, πόση φήμη και δύναμη ακόμα και από το πόση υγεία έχουμε. Όλοι ανεξαιρέτα μία μέρα θα πεθάνουμε. Παρόλο όμως που βαθεία μέσα μας η ψυχή μας γνωρίζει αυτή την αλήθεια αρνείται να την αντικρύσει και με διάφορους μηχανισμούς άμυνας αποφεύγει να έρθει σε επαφή με την σκληρή πραγματικότητα. Όταν όμως αρνούμαστε να δούμε την πραγματικότητα και να ζήσουμε σύμφωνα με αυτή, λένε οι υπαρξιστές, ζούμε μία ψεύτικη μη αυθεντική μη πραγματική ζωή. Προσποιούμαστε και λέμε ψέματα στον εαυτό μας για να καθησυχάσουμε τους φόβους μας. Μόνο όμως που ο εσώτερος εαυτός μας γνωρίζει την αλήθεια και έτσι δεν επιτυγχάνουμε τίποτα ουσιαστικό. Απλώς τον κοροιδεύουμε.

Σύμφωνα με τους υπαρξιστές λοιπόν αν θέλουμε να ζήσουμε μία πλήρη ζωή, δηλαδή να ζήσουμε πραγματικά, πρέπει να έλθουμε σε επαφή και να εξοικειωθούμε με την ιδέα του θανάτου. Ο θάνατος είναι μέρος της ζωής και είναι στρουθοκαμηλισμός να μην μιλάμε γι' αυτόν. Στην περίπτωση δε που αναφερόμαστε σε μία χρόνια πάθηση, οποιασδήποτε μορφής, μία από τις πιο σημαντικές ανησυχίες και φόβους μας είναι ο φόβος του θανάτου. Ας πάψουμε λοιπόν να κρυβόμαστε και ας μιλήσουμε γι' αυτόν τον φόβο. Έτσι ίσως μπορέσουμε να τον αντιμετωπίσουμε πιο σωστά και να μην μας πνίξει αλλά να μας οδηγήσει σε μία πιο πλήρη ζωή.

Μπορώ να σας πω από την προσωπική μου εμπειρία ότι από πολύ μικρή ηλικία, στο δημοτικό ακόμα, ιδίως σε στιγμές όπως αντιδράσεις στη μετάγγιση, φοβόμουν ότι θα πεθάνω. Δεν μιλούσα γι' αυτό γιατί δεν ήθελα να στενοχωρήσω τους γονείς μου. Όποτε προσπαθούσα να μιλήσω ακόμα και οι γιατροί το έσπρωχναν στην άκρη σαν να ήταν μία τρελή και

ανυπόστατη δικιά μου ιδέα. τώρα πια γνωρίζω ότι ήταν ο δικός τους φόβος που τους εμπόδιζε να μιλήσουν για κάτι τέτοιο .

Έτσι τώρα που αισθάνομαι άνετα με αυτή την αλήθεια μιλάω και θα μιλάω γι' αυτό το δυσάρεστο θέμα γιατί γνωρίζω από προσωπική εμπειρία και όχι μόνο από την θεωρία ότι οι υπαρξιστές έχουν δίκιο. Πιστεύω πως σε αντίθεση με πολλούς άλλους συνομήλικους μου που δεν έχουν καμία χρόνια πάθηση ζω μία πολλή πιο πλήρη και ουσιαστική ζωή. Δεν φοβάμαι να κοιτάξω την ζωή κατάματα και να μιλήσω για όλα αυτά που αισθάνομαι και με ταλαιπωρούν. Δεν χρειάζεται να κρύβομαι από τον εαυτό μου και παράλληλα μπορώ να εκτιμήσω κάθε στιγμή της ζωής μου γιατί γνωρίζω ότι αύριο μπορεί να μην ζω. Έτσι κάθε στιγμή γίνεται μοναδική και ουσιαστική. Δεν ζω ούτε για το παρελθόν ούτε για το μέλλον. Δεν με ενδιαφέρουν ούτε τα πλούτη, ούτε η φήμη ούτε η επιτυχία αλλά να ζω κάθε στιγμή της ζωής μου όσο πιο γεμάτα και ευχάριστα μπορώ. Για την επίτευξη αυτού του στόχου έχω δουλέψει και πολεμήσει πολύ με τον εαυτό μου και με τα φαντάσματα του παρελθόντος αλλά πιστεύω ότι έχω φτάσει σε ένα πολύ καλό σημείο για την ηλικία μου. Αυτή την επιτυχία στην προσωπική μου ζωή την οφείλω στην θαλασσαιμία. Η ύπαρξη αυτής της χρόνιας πάθησης με βοήθησε να καταλάβω ότι τίποτα σ' αυτή τη ζωή δεν πρέπει να παίρνω σαν δεδομένο και ότι όλα είναι εφήμερα, όπως άλλωστε και η ίδια η ζωή. Τίποτε δεν διαρκεί για πολύ. Ούτε όταν είναι ευχάριστο, ούτε όταν είναι δυσάρεστο. Γι' αυτό ας το εκμεταλλευτούμε και ας το ζήσουμε όσο υπάρχει.

Η δεύτερη σημαντική υπαρξιακή ανησυχία και φόβος μας είναι η **ελευθερία**. Μα θα μου πείτε όλοι θέλουν να είναι ελεύθεροι, γιατί ανησυχία και φόβος; Στην έννοια της ελευθερίας ενυπάρχουν άλλες δυο σημαντικές έννοιες **της ευθύνης** και **της θέλησης**. Το ότι είμαι ελεύθερη να αποφασίσω για την ζωή μου, να είμαι αυτή που είμαι και να γράψω εγώ την δικιά μου προσωπική πορεία στη ζωή είναι ωραία ιδέα αλλά σημαίνει ότι είμαι υπεύθυνη για κάθε πράξη μου, για κάθε απόφαση και όπως είπε και ο Sartre, είμαι υπεύθυνη και γι' αυτό που κάνω και γι' αυτό που δεν κάνω. Η επίγνωση αυτής της ελευθερίας είναι ένα βαρύ φορτίο από το οποίο πολλές φορές θέλουμε να ξεφύγουμε και να φορτώσουμε τις ευθύνες μας στους άλλους. Δεν φταίω εγώ φταίει η μάνα μου, φταίει η κακή μου τύχη, φταίει ο θεός, φταίνει όλοι εκτός από εμένα. Αυτή είναι η εύκολη λύση αλλά και η λύση που μας οδηγεί σε μία ζωή γεμάτη από δικαιολογίες, γεμάτη ψέματα και ανειλικρίνεια απέναντι στον εαυτό μας και τους άλλους. Βέβαια το να πω ότι είμαι υπεύθυνη για την ζωή μου και για το πως αυτή εξελίσσεται άσχετα από την ύπαρξη ή μη της δικαιολογίας της Μεσογειακής αναιμίας, θέλει θέληση, δύναμη και κουράγιο.

Ας μην κρυβόμαστε όμως και πάλι πίσω από το δάκτυλο μας. Δεν φταίει η θαλασσαιμία για το αν θα ζήσουμε μια μίζερη ή ευτυχισμένη ζωή, όπως δεν φταίει και το αν έχουμε ή δεν έχουμε σπίτι, βίντεο, τηλεόραση, αυτοκίνητο. Αυτά σίγουρα μας παρέχουν μια πιο εύκολη ζωή αλλά όχι αναγκαστικά και μια πιο ευτυχισμένη ζωή. Αν δεν είχα θαλασσαιμία σίγουρα η ζωή μου θα ήταν πιο εύκολη, αλλά όπως είπα και πριν αυτό το "μεγάλο κακό" μου έχει δώσει αλλά μεγάλα καλά.

Ένα άλλο σημαντικό υπαρξιακό πρόβλημα είναι η **μοναξιά**. Σ' αυτήν την ζωή γεννιόμαστε μόνοι και θα πεθάνουμε μόνοι. Κάνεις δεν μπορεί να ζήσει την ζωή μας για μας και γι' αυτό κανένας δεν μπορεί να είναι υπεύθυνος για την ζωή μας και τις επιλογές μας πάρα εμείς οι ίδιοι. Αυτό όμως το γεγονός που πιστοποιεί και την ελευθερία για την όποια μιλούσα πριν είναι άλλη μία βαριά και δύσκολη πραγματικότητα από την όποια προσπαθούμε να κρυφτούμε. Ο γάμος και γενικά η δημιουργία κοντινών διαπροσωπικών σχέσεων είναι μια προσπάθεια να ξεφύγουμε από αυτήν την πραγματικότητα με την ψευδαίσθηση του ότι αφού είμαστε με κάποιον άλλον, δεν είμαστε μόνοι.

Είναι όμως και αυτό ένα μεγάλο ψέμα, είναι ένας τρόπος για να απαλύνουμε τον φόβο μας και την δυσκολία μας στο να αντιμετωπίσουμε την ζωή μας να αναλάβουμε τις ευθύνες μας. Σίγουρα είναι αρεστό να έχει κανείς παρέα στο δρόμο του αλλά πολλές φορές λόγω του φόβου της μοναξιάς διαλέγει την λάθος παρέα που αντί να κάνει την πορεία πιο ευχάριστη την κάνει πιο δυσάρεστη και περίπλοκη. Ξέρω όμως και από την έρευνα που έκανα για το διδακτορικό μου, και από προσωπική μου εμπειρία ότι οι περισσότεροι γονείς, αλλά πολλές φορές και εμείς οι ίδιοι, ανησυχούμε και φοβόμαστε ότι δεν θα μπορέσουμε να παντρευτούμε γιατί κανένας δεν θα θέλει ένα άτομο με χρόνιο πρόβλημα υγείας για άντρα ή γυναίκα του, γιατί βέβαια πολλοί άνθρωποι παντρεύονται γιατί θέλουν να έχουν ένα αποκούμπι, κάπου να στηρίζονται και να μοιράζονται τις δυσκολίες της ζωής. Μπορεί όμως ένας "άρρωστος" (όπως μας βλέπει ο περισσότερος κόσμος αλλά δυστυχώς ακόμα και οι ίδιοι οι γονείς μας και οι γιατροί μας) να είναι ένα στήριγμα και ένα αποκούμπι που μπορεί άλλωστε να το χάσουμε και γρήγορα;

Μπορώ όμως να πω ότι όταν κοιτώ τριγύρω μου, βλέπω πολλούς συνομήλικούς μου που είναι Πόλυ πιο αδύναμοι και ανίκανοι να αντιμετωπίσουν την ζωή τους από εμένα. Πιστεύω ότι η ανάγκη που δημιουργήθηκε από νωρίς στην ζωή μου, χάρη στην θαλασσαιμία να αντιμετωπίσω πολλές και δύσκολες καταστάσεις για τις οποίες οι περισσότεροι άνθρωποι είναι τελείως ανυποψίαστοι μέχρι μία μεγάλη ηλικία, και με ωρίμασαν και με δυνάμωσαν έτσι ώστε να μπορώ να αντιμετωπίζω τις αντιξοότητες της ζωής πολλές φορές πολύ πιο εύκολα και άνετα από ότι άλλοι άνθρωποι που δεν έχουν κανένα πρόβλημα υγείας.

Η τέταρτη σημαντική υπαρξιακή δυσκολία και ανησυχία ή προβληματισμός αν θέλετε είναι το αν υπάρχει **νόημα** ή όχι σε αυτή την ζωή. Τι είναι ζωή; Γιατί ζούμε, υπάρχουμε, αναπνέουμε και κάνουμε όλα όσα κάνουμε; Ιδιαίτερα για μας που έχουμε να κάνουμε και τόσα δυσάρεστα πράγματα όπως μεταγγίσεις αποσιδήρωση και πολυάριθμα ραντεβού με πολυάσχολους γιατρούς ; Όπως είπα και πριν ο καθένας είναι υπεύθυνος για την ζωή του και για τις αποφάσεις του. Έτσι λοιπόν και σ' αυτό το δύσκολο ερώτημα πρέπει ο καθένας να απαντήσει μόνος του.

Συνοψίζοντας όμως όλα όσα σας είπα πριν θα μπορούσα να πω ότι το νόημα που εγώ βλέπω στην ζωή μου είναι να μην ζω ούτε στο παρελθόν αλλά ούτε και στο μέλλον. Να ζω στο παρόν και να ευχαριστιέμαι το κάθε τι που κάνω. Όπως την ευκαιρία να είμαι στο όμορφο νησί σας και να επικοινωνώ μαζί σας. Να χαίρομαι γιατί ζω και όχι να σκέπτομαι το γιατί ζω. Να μαθαίνω από όλες τις εμπειρίες που μου συμβαίνουν, ακόμα και τις δυσάρεστες. Να αγαπώ και να με αγαπούν. Να δίνω και να παίρνω, να παράγω και να δημιουργώ. Να ακούω, να βλέπω, να γεύομαι και να αισθάνομαι. Ευτυχώς η θαλασσαιμία δεν μπορεί να με εμποδίσει από το να κάνω όλα αυτά τα πράγματα και έτσι δεν πιστεύω ότι βρίσκομαι σε μειονεκτική θέση απέναντι στους άλλους ανθρώπους. Αντίθετα είναι μία εμπειρία που με δίδαξε πολλά πράγματα και που με βοήθησε να δω τη ζωή από μία όχι εξιδανικευμένη σκοπιά αλλά σαν αυτή που είναι. Με τις δυσκολίες και τις αντιξοότητες αλλά και με τις επιτυχίες και τις κατακτήσεις.

Πιστεύω ότι έχω επιτύχει και κατακτήσει πολλά στη ζωή μου και όταν πεθάνω θα πεθάνω ευχαριστημένη. Έτσι και κάθε θαλασσαιμικός. Γι' αυτό δεν χρειάζεται να αισθάνεστε λύπηση και στεναχώρια για μας αλλά περηφάνια και θαυμασμό. Σας ευχαριστώ.