

Θυμός

- Μη θυμώνεις! Μην υψώνεις τη φωνή σου! Μην...! *Θύμωσες;* Και αλλά πολλά συχνά ακούγονται καθημερινά, 'πιέζοντας' τους συνομιλητές μας να καταπιέσουν τον θυμό τους. Κάπως έτσι η επιτηδευμένη καθωσπρεπική κοινωνία μας είναι εκπαιδευμένη να καταπιέζει το θυμό, να τον δαιμονολογεί, να τον καταστρατηγεί με κάθε τρόπο και να τον δραματοποιεί.

Ο θυμός είναι ένα συναίσθημα. Είναι ένα χρήσιμο εργαλείο, όπως όλα τα συναισθήματά μας που αναδεικνύονται ανά πάσα στιγμή αναλόγως των καταστάσεων. Όπως όλα τα συναισθήματα, είναι ένας τρόπος προστασίας του ζωτικού μας χώρου, αλλά βεβαίως και των αξιών μας, και του τρόπου ζωής μας. Ο θυμός διώχνει την υποκρισία και την επιτήδευση, κάνει τους ανθρώπους πιο ντόμπρους, πιο αυθεντικούς και πιο διαυγείς. Δείχνει αυτό που πραγματικά είναι ο καθείς, αυτό που επιθυμεί, αλλά βεβαίως και αυτό που δεν επιθυμεί. Με τον θυμό θέτουμε τα όριά μας. Είναι λίγο αυτό;

Είναι σημαντικό να αντικρίσουμε κάποια στιγμή θυμωμένους όλους τους συνανθρώπους μας με τους οποίους συνεργαζόμαστε τινί τρόπο. Τότε, και μόνον τότε μπορούμε να ισχυριστούμε ότι κάπως τους γνωρίζουμε και στο βαθμό που φθάνει η αντιληπτικότητά μας. Το ερώτημα λοιπόν δεν είναι αν θυμώσουμε ή όχι, αλλά πώς θα διαχειριστούμε τον θυμό μας. Αυτό είναι το μεγάλο διακύβευμα, σε αυτό συνήθως σκοντάφτουν οι περισσότεροι άνθρωποι, και αυτό πρέπει να καλλιεργήσουμε μέσω της Παιδείας μας.

Εξωτερικέψτε τον θυμό σας με ορθό τρόπο, χωρίς βίαιες αντιδράσεις και προπηλακισμούς. Ακόμα και αν αποδειχτεί ότι είχατε άδικο τελικά, η διδαχή θα παραμείνει, τα όρια θα έχουν τεθεί.

Γενικά, είναι καλό τα έντονα συναισθήματά μας να τα διοχετεύουμε προς τις Τέχνες. Την παραπάνω ενέργεια που μας έχουν υποβάλει να την εξωτερικεύουμε υπό μορφή κάποιας τέχνης. Είναι λυτρωτικό!

Το "Λάθος"

Ενώ θα έπρεπε να παραμιλάμε και να ξεφωνίζουμε από την χαρά μας οπότε αντιλαμβανόμαστε ένα λάθος μας ή όταν μας υποδεικνύεται (ευγενικά ασφαλώς), αντίθετα συνήθως αντιδρούμε αρνητικά. Ενίοτε δε επιτιθέμεθα στον συνομιλητή μας επικαλύπτοντας με τρομερή επιτήδευση το λάθος μας. Αυτή η επιτήδευση είναι ότι πιο ύπουλο και επικίνδυνο υπάρχει σε μια κοινωνία. Ουκ ολίγες φορές γελοιοποιούμαστε στην προσπάθεια να υπερασπιστούμε το λάθος μας, καταλήγοντας ασυνεπείς με τον εαυτό μας και αφερέγγυοι με τους συνανθρώπους μας. Τι κρίμα! Είναι μια ευκαιρία να αποδείξουμε την ευθυκρισία, ορθοφροσύνη και νουνεχία μας. Αντίθετα αποδεικνύουμε την ακρισία, την αφροσύνη και την ανοησία μας.

- Τι συμβαίνει όμως σε αυτόν που αναγνωρίζει τα λάθη του κατά το δυνατόν; Αξιολογείτε ορθά η ηρωική αυτή στάση; Διότι για ηρωική στάση ζωής πρόκειται! Ανταμείβεται; Όχι! Τον επιπλήτουν και τον κατηγορούν ως άνθρωπο που λανθάνει διαρκώς. Αλίμονο σε αυτόν που παραδέχεται τα λάθη του.

- Όταν υποδειχθεί ένα λάθος στον νουνεχή, και ενώ αυτός θέλει να το αποδεχτεί, διότι γνωρίζει ότι είναι το σωστό, όμως ταυτόχρονα γνωρίζει ότι θα τον επιπλήξουν για αυτό. Πώς να τολμήσει να αποδεχτεί το λάθος του όπως το επιθυμεί;

- Χάσαμε το δρόμο μας για τις αξίες και τις αρετές. Δεν έχουμε κριτήριο αξιολόγησης σωστό. Βρισκόμαστε σε πλήρη νοητική σύγχυση που το τέρμα του δεν θα είναι καλό. Η Αξιοκρατία και η Ποιότητα στις ανθρώπινες κοινωνίες τείνει να εξαφανιστεί. Μόνο ένα μικρό ποσοστό σκεπτόμενων απόμεινε να προσπαθεί. Μα έχει κόντρα απέναντί του τις μάζες των απερίσκεπτων αγέλων.

Πεποιθήσεις

Είμαστε σίγουροι για τις πεποιθήσεις μας! Ότι δεν μοιράζεται την οπτική μας αυτόματα απορρίπτεται. Αντιδρούμε σε αυτό, διολισθαίνοντας ταυτόχρονα σε σειρά λογικών πλανών, όπως:

1ον Άγνοια: Επιρρίπτομαι άγνοια στον συνομιλητή μας [Δεν γνωρίζει, άρα πρέπει να τον ενημερώσουμε].

2ον Ακατανοησία/ανοησία/παραλογισμός/φανατισμός/κτλ: θεωρούμε ότι ο συνομιλητής δεν καταλαβαίνει, οπότε πρέπει να τον δώσουμε να καταλάβει [Γνωρίζει, αλλά δεν καταλαβαίνει, οπότε πρέπει να τον εξηγήσουμε].

3ον Κακία: Θεωρούμε ότι ο συνομιλητής μας ενέχεται κακίας/ζηλοφθονίας, οπότε διαφωνεί [Γνωρίζει, καταλαβαίνει, όμως από κακία/ζηλοφθονία διαφωνεί].

- Και στις τρεις περιπτώσεις, επειδή είμαστε απόλυτα σίγουροι για τις πεποιθήσεις μας, θεωρούμε ότι δεν καταλαβαίνει ο άλλος, άρα πρέπει να πεισθεί. Όμως, ανεξάρτητα εάν έχουμε δίκιο ή όχι (διότι ασφαλώς και συμβαίνουν ορισμένες φορές όλα αυτά), καλόν είναι το τρίτο να το αποφεύγουμε κατά το δυνατόν, διότι το σύννηθες είναι η άγνοια και η ανοησία.

ΣΗΜ. Όλα αυτά εκπηγάζονται από την Πλάνη της Επιβεβαίωσης (Confirmation Bias)

Ομορφιά

Δύσκολο εν πολλοίς το μονοπάτι του "όμορφου", του "δίκιου", του "καλού" και του "αληθινού", αλλά το βρήκα υπέροχο πολύ. Ένωσα ότι είναι το μόνο μονοπάτι που μπορεί να οδηγήσει στην ευδαιμονία ατομικά και κοινωνικά. Αυτό καλλιεργώ! Όσοι δεν το κατανοούν, ας με αφήσουν ήσυχο στο μονοπάτι αυτό.

Χθες σαν βγήκα παρέα με το ποδήλατο μου, κι όπως συνηθίζω τακτικά, αφήνομαι και όπου με βγάλει ο δρόμος, έτσι από νέα μέρη περνάω κάθε φορά. Κάπως έτσι κατέληξα στην Πετρούσα, όπου είχα πολύ καιρό να πάω εκεί. Εκεί συνάντησα αυτήν την "ομορφιά"!

Παντού υπάρχει "ομορφιά", αρκεί να έχεις την καλλιέργεια για να την αντιληφθείς. Όμως κάποια στιγμή η "ομορφιά" ταυτίζεται με το "ΥΠΕΡΟΧΟ", και τότε μαγνητίζεσαι και γονατίζεις παρευθύς. Μαγεύεσαι, σιωπάς, και δεν θέλεις να φύγεις από εκεί. Να μείνεις θέλεις εκεί δια παντός! Παίρνεις φωτιά, γεμίζεις ενέργεια που θα σου κάψει τα σωθικά. Ανηφοριές ζητάς να κάψεις την παραπανίσια ενέργεια δημιουργικά. Πορείες δύσκολες που δεν θα μπορούσες αν δεν είχες συναντήσει αυτήν την υπέροχη "ομορφιά".

Αλληλοσεβασμός - Ποιότητα - Αξιοκρατία

Οι φυσικές θεμελιώδεις ιδιότητες του ανθρώπου παντού και πάντα είναι ίδιες. Ελαχιστότατες οι διαφορές. Αντίθετα υπάρχουν πολλές μορφές πολιτισμού και κουλτούρας. Είναι η πολυμορφία που βρίσκεται ακόμα και σε μια οικογένεια. Είναι η πολυπολιτισμικότητα που υπάρχει στον παγκόσμιο πανανθρώπινο πολιτισμό. Είναι το στοιχείο της διαφορετικότητας που έκανε τον άνθρωπο να πετάξει σε νοητικά ύψη. Όμως μόνο όταν υπήρχε αληθινός αλληλοσεβασμός, ποιότητα και αξιοκρατία. Τα στοιχεία δηλαδή που λείπουν από την Ελληνική κοινωνία.