
THE
OPEN
DOOR

ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ

ΚΑΤΩΦΛΙ 3

Η ανοιχτή πόρτα

Για πολλά χρόνια πίστευα πως η δύναμη συνίσταται στον έλεγχο.

Να ελέγχεις τα λόγια.

Να ελέγχεις τα συναισθήματα.

Να ελέγχεις τις αντιδράσεις.

Να ελέγχεις τον πόνο.

Ήταν μια ιδέα που είχα απορροφήσει σιγά σιγά, όπως συμβαίνει με όλες τις βαθιές πεποιθήσεις.

Κανείς δεν μου την είχε διδάξει ανοιχτά.

Κανείς δεν μου είχε πει:

«Ένας άντρας δεν πρέπει να κλαίει.»

Κι όμως εκείνο το μήνυμα ήταν παντού.

Στις συζητήσεις.

Στις συμπεριφορές.

Στα παραδείγματα.

Στα βλέμματα.

Στην ίδια την κουλτούρα.

Έτσι έμαθα νωρίς έναν απλό κανόνα.

Ν’ αντιστέκομαι.

Πάντα.

Ό,τι κι αν συνέβαινε.

Ν' αντιστέκομαι.

Νέος, πίστευα ότι αυτό ήταν αρετή.

Σήμερα ξέρω ότι ήταν μόνο μια στρατηγική.

Μια στρατηγική χρήσιμη σε κάποιες στιγμές.

Επικίνδυνη σε πολλές άλλες.

Γιατί ό,τι συγκρατείται πολύ καιρό, αργά ή γρήγορα, ψάχνει διέξοδο.

Ο πόνος δεν εξαφανίζεται.

Ο φόβος δεν εξαφανίζεται.

Η θλίψη δεν εξαφανίζεται.

Αλλάζουν μορφή.

Κρύβονται.

Περιμένουν.

Ύστερα, εκεί που δεν το περιμένουμε, χτυπούν την πόρτα.

Θυμάμαι μια εποχή της ζωής μου που έμοιαζε πως όλα απαιτούσαν δύναμη.

Η δουλειά.

Η οικογένεια.

Η ευθύνη.

Η αρρώστια.

Οι αποφάσεις.

Άνθρωποι που υπολόγιζαν σε μένα.

Άνθρωποι που χρειάζονταν μια απάντηση.

Άνθρωποι που αναζητούσαν μια κατεύθυνση.

Δεν μπορούσα να επιτρέψω στον εαυτό μου να σταματήσει.

Τουλάχιστον έτσι πίστευα.

Κάθε μέρα πρόσθετα ένα καινούργιο βάρος.

Κάθε μέρα έσπρωχνα πιο πέρα τη στιγμή που θα άκουγα τον εαυτό μου.

Πιο πέρα.

Όλο και πιο πέρα.

Είναι εκπληκτικό πόσο καιρό μπορεί ένας άνθρωπος να αγνοεί τον εσωτερικό του κόσμο.

Όχι όμως για πάντα.

Κανείς δεν μπορεί να το κάνει για πάντα.

Έρχεται μια στιγμή που το σώμα αρχίζει να λέει αυτό που η φωνή αρνείται να πει.

Η κούραση μεγαλώνει.

Ο ύπνος αλλάζει.

Το μυαλό αποκάμνει.

Τα συναισθήματα γίνονται πιο εύθραυστα.

Και σιγά σιγά καταλαβαίνεις ότι δεν παλεύεις ενάντια στον κόσμο.

Παλεύεις ενάντια στον εαυτό σου.

Η αλήθεια ήρθε με απλό τρόπο.

Όπως έρχονται πάντα οι αυθεντικές αλήθειες.

Χωρίς ειδικά εφέ.

Χωρίς αναγγελίες.

Χωρίς θέαμα.

Μια μέρα το βάρος έγινε πολύ μεγάλο.

Και οι άμυνες πολύ μικρές.

Θυμάμαι τη σιωπή.

Θυμάμαι τη μοναξιά.

Θυμάμαι την ξαφνική αίσθηση ότι δεν χρειαζόταν να παίξω κανέναν ρόλο.

Για πρώτη φορά ύστερα από πολύ καιρό δεν ήμουν επαγγελματίας.

Δεν ήμουν πατέρας.

Δεν ήμουν σύζυγος.

Δεν ήμουν στέλεχος.

Δεν ήμουν συγγραφέας.

Ήμουν μόνο άνθρωπος.

Κι έκλαψα.

Όχι ένα κομψό κλάμα.

Όχι ένα ελεγχόμενο κλάμα.

Ένα αληθινό κλάμα.

Από εκείνα που έρχονται από μακριά.

Από εκείνα που διασχίζουν χρόνια.

Από εκείνα που κουβαλούν μαζί τους πράγματα που δεν θυμόσουν καν ότι είχες φυλάξει.

Καθώς συνέβαινε, είχα μια απροσδόκητη αίσθηση.

Όχι αδυναμίας.

Απελευθέρωσης.

Σαν ένα δωμάτιο που είχε μείνει κλειστό πολύ καιρό να άνοιγε επιτέλους τα παράθυρά του.

Σαν ο αέρας να κυκλοφορούσε ξανά.

Σαν κάτι, επιτέλους, να έπαυε να συγκρατείται.

Τότε κατάλαβα κάτι θεμελιώδες.

Τα συναισθήματα δεν είναι εχθροί.

Είναι αγγελιοφόροι.

Έρχονται να μας πουν κάτι.

Το να τα αγνοούμε δεν τα εξαφανίζει.

Μόνο τα κάνει να φωνάζουν πιο δυνατά.

Για χρόνια πίστευα ότι το θάρρος συνίσταται στο να μη λυγίζεις.

Εκείνη τη στιγμή κατάλαβα ότι το θάρρος συνίσταται και στο να αφήνεις να σε διασχίσουν.

Ο πόνος.

Ο φόβος.

Η θλίψη.

Η αλήθεια.

Οι άνθρωποι συχνά φαντάζονται την ευαλωτότητα σαν ρωγμή.

Εγώ ανακάλυψα ότι μπορεί να γίνει πόρτα.

Γιατί τη στιγμή που παύεις να αμύνεσαι απέναντι σε όλα, αρχίζεις επιτέλους να γνωρίζεις τον εαυτό σου.

Και το να γνωρίσεις τον εαυτό σου είναι πολύ πιο δύσκολο από το να κερδίσεις πολλές εξωτερικές μάχες.

Από εκείνη τη μέρα κάτι άλλαξε.

Δεν έγινα ξαφνικά σοφότερος.

Δεν έγινα ξαφνικά δυνατότερος.

Έγινα πιο αυθεντικός.

Που είναι άλλο πράγμα.

Άρχισα να μιλάω διαφορετικά.

Να ακούω διαφορετικά.

Να κοιτάζω τους άλλους με μεγαλύτερη κατανόηση.

Γιατί όποιος έχει διασχίσει τον δικό του πόνο αναγνωρίζει πιο εύκολα τον πόνο των άλλων.

Δεν τον κρίνει.

Δεν τον υποβαθμίζει.

Δεν ψάχνει αμέσως λύση.

Τον αναγνωρίζει.

Κι αυτή η αναγνώριση είναι ήδη μια μορφή βοήθειας.

Με το πέρασμα του χρόνου άρχισα να βλέπω την ευαλωτότητα υπό νέο φως.

Οι άνθρωποι που θαύμαζα περισσότερο δεν ήταν οι φαινομενικά ακατανίκητοι.

Ήταν οι αυθεντικοί.

Εκείνοι που μπορούσαν να δείξουν την ανθρωπιά τους χωρίς να την κάνουν θέαμα.

Εκείνοι που δεν φοβούνταν να πουν:

«Κάνω ό,τι καλύτερο μπορώ.»

Γιατί, τελικά, αυτό κάνουμε όλοι.

Ό,τι καλύτερο μπορούμε.

Κάποιες μέρες είναι πολύ.

Άλλες μέρες είναι λίγο.

Είναι όμως πάντα ό,τι έχουμε.

Κοιτάζοντας πίσω, δεν θεωρώ εκείνη τη στιγμή ήττα.

Τη θεωρώ κατώφλι.

Ένα από τα πιο σημαντικά της ζωής μου.

Πριν, νόμιζα ότι δύναμη σήμαινε να μην κλαις.

Ύστερα κατάλαβα ότι δύναμη σημαίνει να μη φοβάσαι τα δάκρυά σου.

Γιατί υπάρχει μια μορφή ωριμότητας που έρχεται μόνο όταν σταματάμε να προσποιούμαστε.

Όταν σταματάμε να κρατάμε τα προσχήματα.

Όταν σταματάμε να παίζουμε θέατρο.

Και δεχόμαστε επιτέλους την ανθρώπινη φύση μας.

Εύθραυστη.

Ατελή.

Υπέροχα ατελή.

Σήμερα δεν θυμάμαι την ακριβή μέρα.

Δεν θυμάμαι την ώρα.

Δεν θυμάμαι καν όλες τις συνθήκες.

Θυμάμαι μόνο τι έμαθα.

Ότι ο πόνος που μοιράζεσαι ζυγίζει λιγότερο.

Ότι η αλήθεια ελευθερώνει περισσότερο από την περηφάνια.

Ότι η ευαλωτότητα δεν καταστρέφει την αξιοπρέπεια.

Την ολοκληρώνει.

Και πάνω απ' όλα θυμάμαι μια φράση που τότε δεν θα ήξερα να προφέρω.

Μια απλή φράση.

Μια φράση που άλλαξε πολλά πράγματα.

Έμαθα να κλαίω.

Κι από εκείνη τη μέρα άρχισα να καταλαβαίνω καλύτερα τον εαυτό μου.