ΑΠΟ ΤΟΝ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ ΤΟΥ «NEVER LOST»

Ο σπόρος ξέρει το δέντρο

Πώς οι σκέψεις γίνονται χαρακτήρας



ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΠΑΓΩΝΗΣ

Ο σπόρος ξέρει το δέντρο

Πώς οι σκέψεις γίνονται χαρακτήρας

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΠΑΓΩΝΗΣ

© 2026 Δημήτριος Παγώνης. Με την επιφύλαξη παντός δικαιώματος.

Απαγορεύεται η αναπαραγωγή, διανομή ή αναδημοσίευση του βιβλίου, ολόκληρου ή τμήματός του, με οποιοδήποτε μέσο, χωρίς τη γραπτή άδεια του συγγραφέα. Επιτρέπονται σύντομα αποσπάσματα με αναφορά της πηγής.

Ηλεκτρονική έκδοση, 2026.
Από τον συγγραφέα του «Never Lost», του «Εν Πλω», του «Παιχνιδιού του κύκλου της ζωής» και των «Μικρών βιβλίων της πλεύσης».

> **Σημείωση: βιβλίο αυτοβοήθειας**
>
> Οι ιδέες σε αυτό το βιβλίο είναι για αυτοβοήθεια και προσωπική φροντίδα. Δεν είναι ιατρική συμβουλή, διάγνωση ή θεραπεία και δεν αντικαθιστούν τον γιατρό ή τον ψυχολόγο σου. Αν κάτι σε δυσκολεύει έντονα ή κρατά καιρό, μίλησε με έναν ειδικό. Ο συγγραφέας δεν φέρει ευθύνη για αποφάσεις που παίρνει ο αναγνώστης με βάση το περιεχόμενο του βιβλίου.

Οι ήρωες και οι ιστορίες του βιβλίου είναι φανταστικοί, σύνθετοι από πολλές ζωές. Κάθε ομοιότητα με πραγματικά πρόσωπα είναι συμπτωματική.

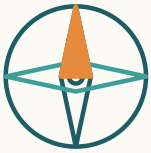
yourspiritualquest.com

Περιεχόμενα

	Πριν από την καρίνα	5
1	Σκέψη και χαρακτήρας	7
2	Σκέψη και καιρός	14
3	Σκέψη και σώμα	20
4	Σκέψη και σκοπός	26
5	Αξία και πράξη	31
6	Το είδος και το δέντρο	36
7	Γαλήνη	41
	Το τραγούδι του ταρσανά	46

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Πριν από την καρίνα



Αυτό το βιβλίο είναι μικρό, και θέλει να μείνει μικρό. Δεν φιλοδοξεί να εξηγήσει τα πάντα. Θέλει μόνο να δείξει ένα πράγμα, από επτά διαφορετικές μεριές: ότι ο χαρακτήρας σου δεν σου δόθηκε έτοιμος. Χτίζεται. Και τα υλικά του είναι οι σκέψεις που διαλέγεις να κρατήσεις, και οι πράξεις που τις ακολουθούν.

Στο «Παιχνίδι του κύκλου της ζωής» είδαμε πώς κάθε ιδέα περνά από τα ίδια βήματα, όπως το φεγγάρι: το αγαπώ, το μπορώ, τον φόβο, τον λόγο που δίνεις, και τον ήσυχο λογαριασμό στο τέλος. Εδώ κοιτάζουμε τι μένει όταν οι γύροι περάσουν. Τι χαράζεται μέσα σου, γύρο με γύρο, ώσπου να γίνει αυτό που οι άλλοι αναγνωρίζουν από μακριά και λένε: «Αυτός είναι ο τάδε».

Θα το δούμε μέσα από ένα καΐκι.

. . .

Στο Πέραμα, ανάμεσα σε σκουριασμένα ναυπηγεία και αποθήκες, υπάρχει ακόμα ένας μικρός ταρσανάς. Τον κρατά ο μάστρο-Μιχάλης, εβδομήντα τριών χρονών, από τους τελευτ

αίους καραβομαραγκούς της Αττικής. Τα χέρια του μυρίζουν πεύκο και πίσσα από τότε που θυμάται τον εαυτό του.

Έναν χειμώνα χτύπησε την πόρτα του μια κοπέλα, η Δανάη. Ήταν είκοσι έξι, αρχιτέκτονας, και είχε μόλις αφήσει ένα γραφείο στο Μαρούσι, όπου σχεδίαζε πολυκατοικίες σε μια οθόνη. «Θέλω να μάθω να φτιάχνω κάτι με τα χέρια μου», του είπε. «Κάτι που να επιπλέει».

Ο μάστρο-Μιχάλης την κοίταξε πολλή ώρα. Ύστερα της έδωσε μια ποδιά. «Ένα καΐκι φτιάχνεται σε έναν χρόνο», της είπε. «Ένας καραβομαραγκός σε μια ζωή. Θα δούμε».

Σε κάθε κεφάλαιο αυτού του βιβλίου, θα τους βρίσκουμε σε ένα στάδιο του χτισίματος: από την καρίνα ως την ημέρα που το καΐκι θα κατέβει στη θάλασσα. Και κάθε στάδιο θα μας δείχνει κάτι για το πώς χτίζεται ένας άνθρωπος.

> *Ένα καΐκι φτιάχνεται σε έναν χρόνο. Ένας χαρακτήρας, σε μια ζωή.*

Διάβασε αργά. Πάρε ένα τετράδιο. Και, πριν κλείσεις κάθε κεφάλαιο, γράψε τρεις γραμμές. Ένας χαρακτήρας δεν χτίζεται διαβάζοντας. Χτίζεται με όσα κάνεις αφού κλείσεις το βιβλίο.

1

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ

Σκέψη και χαρακτήρας



1.1 Η καρίνα

Το πρώτο κομμάτι ενός καϊκιού δεν φαίνεται ποτέ. Είναι η καρίνα: ένα μακρύ, βαρύ δοκάρι από μουριά, που ξαπλώνει στη βάση του ταρσανά και πάνω του στηρίζονται όλα τα υπόλοιπα. Τα πλευρά, τα μαδέρια, το κατάστρωμα, το κατάρτι. Όταν το καΐκι πέσει στη θάλασσα, η καρίνα θα χαθεί κάτω από το νερό. Κανείς δεν θα τη δει. Αλλά από αυτήν θα εξαρτηθεί αν το καΐκι πάει ίσια ή στραβά, αν αντέξει τον καιρό ή αν ανοίξει στο πρώτο κύμα.

Ο χαρακτήρας ενός ανθρώπου είναι η καρίνα του. Δεν φαίνεται. Φαίνεται μόνο τι στηρίζει.

1.2 Η σφραγίδα

Η λέξη «χαρακτήρας» είναι παλιά, και έχει μέσα της ένα μυστικό. Στα αρχαία ελληνικά, «χαρακτήρ» ήταν η σφραγίδα που χάραζε το νόμισμα. Το μέταλλο ήταν μαλακό· η σφραγίδα

έπεφτε πάνω του, ξανά και ξανά, και άφηνε το σχήμα της. Από το ίδιο ρήμα, το «χαράσσω», βγαίνει και το «χάραγμα».

Ο χαρακτήρας λοιπόν δεν είναι κάτι που έχεις. Είναι κάτι που **χαράχτηκε**. Και η σφραγίδα που τον χάραξε είναι αυτό που επαναλαμβάνεις: οι σκέψεις που ξαναγυρίζουν, οι πράξεις που ξανακάνεις.

Ο Αριστοτέλης το είπε με ένα λογοπαίγνιο που χωράει σε μία γραμμή:

> *«Ἡ δ' ἠθικὴ ἐξ ἔθους περιγίνεται.» Η ηθική αρετή γεννιέται από το έθος.*

Ο χαρακτήρας από τη συνήθεια. Ήθος και έθος: ένα γράμμα διαφορά, το ήτα και το έψιλον. Και ανάμεσά τους, μια ολόκληρη ζωή.

1.3 Από τον σπόρο στο δέντρο

Ας δούμε τη διαδρομή με τη σειρά, όπως τη βλέπει ένας κηπουρός.

Στην αρχή είναι η **ιδέα**. Ένας σπόρος. Ακόμα δεν ξέρεις αν θα φυτρώσει. Μπορεί να είναι «θέλω να γίνω πιο υπομονετικός με τα παιδιά μου». Μπορεί να είναι «θέλω να γράφω».

Ύστερα η ιδέα γίνεται **σκέψη** που ξαναγυρίζει. Τη σκέφτεσαι στο λεωφορείο, πριν κοιμηθείς, όταν κάποιος κάνει αυτό που θα ήθελες εσύ. Ο σπόρος φύτρωσε.

Ύστερα η σκέψη γίνεται **πράξη**. Μία φορά. Μετράς ως το δέκα πριν φωνάξεις. Γράφεις μία σελίδα. Το βλαστάρι βγήκε στο φως.

Ύστερα η πράξη γίνεται **συνήθεια**. Τη δεύτερη φορά είναι λίγο πιο εύκολη. Την εικοστή, δεν τη σκέφτεσαι πια. Το

βλαστάρι έγινε κορμός.

Και στο τέλος, η συνήθεια γίνεται **χαρακτήρας**. Οι άλλοι λένε για σένα «είναι υπομονετικός», «γράφει». Εσύ δεν θυμάσαι πια πότε ξεκίνησε. Το δέντρο ρίζωσε.

> *Ό,τι σκέφτεσαι συχνά, το κάνεις. Ό,τι κάνεις συχνά, γίνεσαι.*

Η ίδια διαδρομή ισχύει και προς την αντίθετη κατεύθυνση. Η σκέψη «δεν είμαι καλός σε αυτό», αν ξαναγυρίζει αρκετά, γίνεται αποφυγή. Η αποφυγή γίνεται συνήθεια. Και η συνήθεια γίνεται ένα «έτσι είμαι εγώ» που μοιάζει με μοίρα. Δεν είναι μοίρα. Είναι ένα χάραγμα. Και ό,τι χαράχτηκε, μπορεί να χαραχτεί αλλιώς.

1.4 Η εβδομάδα με τη ροκάνα

Την πρώτη εβδομάδα στον ταρσανά, η Δανάη δεν άγγιξε την καρίνα. Ο μάστρο-Μιχάλης της έδωσε μια παλιά ροκάνα κι ένα σανίδι πεύκου, και της είπε να το πλανίσει. Μόνο αυτό. Από το πρωί ως το μεσημέρι, πέντε μέρες.

Τη δεύτερη μέρα η Δανάη ρώτησε, λίγο θυμωμένη: «Πότε θα αρχίσουμε το καΐκι;»

«Το άρχισες», είπε ο μάστορας. «Το καΐκι είναι τα χέρια σου. Αν τα χέρια δεν ξέρουν να πηγαίνουν ίσια, τίποτα δεν θα πάει ίσια».

Την τρίτη μέρα τα ροκανίδια έβγαιναν σπασμένα. Την τέταρτη, μακριά και λεπτά σαν κορδέλες. Την πέμπτη, η Δανάη πρόσεξε κάτι παράξενο: δεν σκεφτόταν πια πώς να κρατήσει τη ροκάνα. Σκεφτόταν το ξύλο. Τα νερά του, πού είναι πιο σκληρό, πού πρέπει να πάει πιο αργά.

Ο μάστρο-Μιχάλης πέρασε την παλάμη του πάνω στο σανίδι και κούνησε το κεφάλι. «Τώρα», είπε, «μπορείς να αγγίξεις την καρίνα».

Δεν της είχε μάθει μια τεχνική. Της είχε χαράξει μια συνήθεια: να προσέχει. Και αυτή η συνήθεια ήταν το πρώτο της χάραγμα ως καραβομαραγκός.

1.5 Όχι κάθε επανάληψη

Εδώ χρειάζεται μια προσοχή. Αν ο χαρακτήρας χαράζεται με την επανάληψη, τότε χαράζονται και τα στραβά. Ο άνθρωπος που θυμώνει κάθε μέρα γίνεται θυμωμένος. Ο άνθρωπος που αναβάλλει κάθε μέρα γίνεται άνθρωπος της αναβολής. Η σφραγίδα δεν ρωτά τι χαράζει.

Γι' αυτό ο χαρακτήρας δεν χτίζεται με την επανάληψη μόνο. Χτίζεται με την επανάληψη που **εξετάστηκε**. Πριν κάνεις μια σκέψη συνήθεια, ρώτα την όπως ρωτά ο κύκλος: Την αγαπώ; Μπορώ να τη σηκώσω; Τι φοβάμαι σε αυτήν; Θα κρατήσω τον λόγο που της δίνω;

Ο κηπουρός δεν ποτίζει ό,τι φυτρώνει. Ποτίζει ό,τι διάλεξε να μεγαλώσει. Τα αγριόχορτα θα έρθουν έτσι κι αλλιώς. Δεν χρειάζεται να τα μισήσεις. Χρειάζεται μόνο να μην τα ποτίζεις.

1.6 Ο κύριος Θανάσης και το «δεν πειράζει»

Ο κύριος Θανάσης ήταν εξήντα, ταχυδρόμος σε ένα χωριό της Εύβοιας. Είχε μια φράση που την έλεγε τόσο συχνά, που είχε γίνει το παρατσούκλι του: «Δεν πειράζει». Του έσπαγε το ποδήλατο, «δεν πειράζει». Τον αδικούσαν στη δουλειά, «δεν πειράζει». Η κόρη του δεν του τηλεφωνούσε μήνες, «δεν πειράζει».

Για χρόνια, οι γύρω του το έβλεπαν ως καλοσύνη. Και ήταν, εν μέρει. Μια μέρα όμως ο γιατρός τού είπε ότι η πίεσή του ήταν πολύ ψηλή, και τον ρώτησε αν κάτι τον στενοχωρεί. Ο κύριος Θανάσης είπε, φυσικά, «δεν πειράζει». Και ύστερα, για πρώτη φορά, σταμάτησε στη μέση της φράσης.

Πειράζει, σκέφτηκε. Με πειράζει πολύ που η κόρη μου δεν τηλεφωνεί.

Το «δεν πειράζει» είχε ξεκινήσει ως σκέψη που τον προστάτευε από τις φασαρίες. Είχε γίνει συνήθεια. Και η συνήθεια είχε γίνει χαρακτήρας: ένας άνθρωπος που δεν λέει ποτέ τι τον πονά. Κανείς δεν το είχε διαλέξει. Είχε απλώς χαραχτεί.

Εκείνο το βράδυ πήρε τηλέφωνο την κόρη του. Δεν της είπε «δεν πειράζει». Της είπε «μου λείπεις». Ήταν η πρώτη φορά που η σφραγίδα έπεφτε αλλιώς. Δεν άλλαξε τον χαρακτήρα του μέσα σε μια νύχτα. Αλλά ένα καινούργιο χάραγμα είχε ξεκινήσει.

1.7 Ο τεχνίτης και το υλικό

Ο χαρακτήρας δεν χτίζεται από το μηδέν. Ο καθένας μας έρχεται με το δικό του υλικό, όπως κάθε κορμός έχει τα δικά του νερά. Κάποιος γεννιέται πιο ζωηρός, κάποιος πιο ήσυχος. Κάποιος θυμώνει εύκολα, κάποιος συγκινείται εύκολα. Αυτό είναι το ξύλο. Δεν το διαλέγεις.

Ο καλός καραβομαραγκός δεν παραπονιέται για το ξύλο. Το διαβάζει. Ξέρει ότι η μουριά είναι σκληρή και δεν σαπίζει, γι' αυτό την κάνει καρίνα. Ξέρει ότι το πεύκο λυγίζει, γι' αυτό το κάνει μαδέρια. Από κάθε ξύλο βγαίνει καλό καΐκι, αρκεί να μπει στη σωστή θέση.

Έτσι και με τον εαυτό σου. Δεν διαλέγεις το υλικό σου. Διαλέγεις τι θα χτίσεις με αυτό, και πόσο προσεκτικά.

> *Δεν διαλέγεις το ξύλο. Διαλέγεις πώς θα το πλανίσεις.*

Στο τετράδιό σου

1 Γράψε μια φράση που λες συχνά για τον εαυτό σου, όπως το «δεν πειράζει» του κυρίου Θανάση. Πότε ξεκίνησε;

2 Ποια συνήθειά σου είναι ένα χάραγμα που δεν διάλεξες ποτέ συνειδητά;

3 Ποια μία μικρή πράξη, αν την επαναλάβεις όλη την εβδομάδα, θα ήταν το πρώτο καινούργιο χάραγμα;

Ό,τι σκέφτεσαι συχνά, το κάνεις. Ό,τι κάνεις συχνά, γίνεσαι.

2

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ

Σκέψη και καιρός

2.1 Τα στραβόξυλα

Όταν η καρίνα στερεώθηκε, ήρθε η ώρα για τα πλευρά του καϊκιού, αυτά που οι καραβομαραγκοί λένε νομείς. Είναι τα κυρτά ξύλα που υψώνονται από την καρίνα σαν τα πλευρά ενός ψαριού, και δίνουν στο σκάφος το σχήμα του.

Η Δανάη περίμενε ότι ο μάστρο-Μιχάλης θα έκοβε τις καμπύλες από ίσια δοκάρια. Εκείνος όμως την πήρε ένα πρωί και ανέβηκαν με το φορτηγάκι σε ένα δάσος με βελανιδιές, πάνω από τη Χαλκίδα. Περπάτησαν ώρες. Ο μάστορας δεν κοίταζε τα ψηλά, ίσια δέντρα. Κοίταζε τα στραβά. Αυτά που είχαν λυγίσει από τον αέρα σε μια πλαγιά, αυτά που είχαν στρίψει για να βρουν τον ήλιο ανάμεσα σε βράχια.

«Αυτά», είπε, και ακούμπησε την παλάμη του σε ένα κλαδί που έκανε μια μεγάλη καμπύλη, σαν αγκώνας. «Τα λέμε στραβόξυλα. Από αυτά βγαίνουν οι καλύτεροι νομείς».

«Γιατί δεν κόβουμε την καμπύλη από ένα ίσιο ξύλο;» ρώτησε η Δανάη.

«Γιατί θα κόψεις τα νερά του, και θα σπάσει στο πρώτο χτύπημα. Το στραβόξυλο μεγάλωσε έτσι. Τα νερά του ακολουθούν την καμπύλη. Ο αέρας που το λύγισε, του έδωσε τη δύναμή του».

> *Ο αέρας που σε λύγισε, σου έδωσε το σχήμα που σε κρατά.*

2.2 Το αλμανάκ και ο καιρός

Κάθε ναυτικός ζει με δύο ειδών γνώση.

Η πρώτη είναι γραμμένη στο αλμανάκ: πότε θα έρθει η πανσέληνος, πότε θα χαθεί το φεγγάρι, πότε ανατέλλει ο ήλιος. Αυτά είναι γνωστά από πριν, χρόνια μπροστά. Κανείς δεν αναρωτιέται αν μετά τη νέα σελήνη θα έρθει το γέμισμα.

Η δεύτερη δεν γράφεται πουθενά. Είναι ο καιρός. Πόσο θα φυσήξει, από πού, πόσο ψηλό θα σηκωθεί το κύμα. Κάθε ταξίδι έχει τον δικό του.

Το ίδιο ισχύει και για τη ζωή. Τα βήματα του κύκλου είναι γνωστά: το αγαπώ, το μπορώ, ο φόβος, ο λόγος, ο ήσυχος λογαριασμός. Οι συνθήκες όμως, η αρρώστια που ήρθε απρόσκλητη, η δουλειά που χάθηκε, ο άνθρωπος που έφυγε, το απρόσμενο «ναι» που ήρθε από εκεί που δεν το περίμενες, είναι ο καιρός. Δεν τον διαλέγεις.

Ο καλός ναυτικός σχεδιάζει με το αλμανάκ και ταξιδεύει με τον καιρό. Δεν θυμώνει με τον αέρα. Δεν κάθεται στο λιμάνι περιμένοντας τον τέλειο καιρό, γιατί δεν θα έρθει ποτέ. Διαβάζει τα σύννεφα, ρυθμίζει τα πανιά, και ξεκινά.

2.3 Η ίδια φουρτούνα

Δύο ψαράδες στο ίδιο λιμάνι της Καλύμνου έπαθαν την ίδια ζημιά τον ίδιο χειμώνα. Ένας βοριάς τριών ημερών έσπασε τα δίχτυα και των δύο.

Ο πρώτος πέρασε τον χειμώνα στο καφενείο. Μιλούσε για τον βοριά, για την κακή του τύχη, για το κράτος που δεν βοηθά τους ψαράδες. Όλα αυτά ήταν αλήθεια. Τον Μάρτιο, τα δίχτυα του ήταν ακόμα σκισμένα.

Ο δεύτερος πέρασε τον χειμώνα στην αποθήκη του. Κάθε πρωί έπιανε ένα κομμάτι δίχτυ και το μπάλωνε. Δεν ήταν ευχαριστημένος με τον βοριά. Απλώς είχε καταλάβει ότι ο βοριάς είχε κάνει τη δουλειά του, και τώρα ήταν σειρά του να κάνει τη δική του. Τον Μάρτιο βγήκε για ψάρεμα.

Η φουρτούνα ήταν ίδια. Οι σκέψεις που ακολούθησαν δεν ήταν. Και οι σκέψεις, όπως είδαμε στο πρώτο κεφάλαιο, γίνονται πράξεις, οι πράξεις συνήθειες, και οι συνήθειες χαρακτήρας. Ο πρώτος ψαράς χάραζε κάθε μέρα στον εαυτό του «είμαι θύμα του καιρού». Ο δεύτερος χάραζε «είμαι κάποιος που μπαλώνει».

2.4 Δεν φταις για τον καιρό

Εδώ χρειάζεται μια προσοχή, γιατί αυτή η ιδέα μπορεί εύκολα να γίνει σκληρή.

Υπάρχει ένας τρόπος να μιλάς για τη σκέψη και τις συνθήκες που φορτώνει στον άνθρωπο ευθύνη για όλα: για την αρρώστια του, για τη φτώχεια του, για το κακό που του έκαναν οι άλλοι. «Αφού σκέφτηκες άσχημα, σου ήρθαν άσχημα». Αυτό δεν είναι αλήθεια, και δεν είναι δίκαιο. Το παιδί που μεγαλώνει

σε ένα φτωχό σπίτι δεν το διάλεξε. Η γυναίκα που χτυπήθηκε δεν το προκάλεσε. Ο ψαράς δεν έφερε τον βοριά.

Ο βοριάς δεν είναι τιμωρία. Είναι καιρός.

Και μερικές φορές ο καιρός δεν θέλει μόνο υπομονή. Θέλει να βγεις από αυτόν: να αλλάξεις λιμάνι, να ζητήσεις βοήθεια. Αν οι συνθήκες σου είναι άδικες, αν σε πληγώνουν, αν κάποιος σε εκμεταλλεύεται, η σωστή σκέψη δεν είναι «ας το δεχτώ». Είναι «ποιον μπορώ να καλέσω;». Ένας φίλος, ένας γιατρός, ένας δικηγόρος, μια υπηρεσία που προστατεύει. Ακόμα και οι καλύτεροι ναυτικοί καλούν το λιμεναρχείο όταν σηκώνεται φουρτούνα που δεν τη βγάζεις μόνος σου.

Αυτό που είναι πάντα στο χέρι σου δεν είναι ο καιρός. Είναι το επόμενο βήμα σου μέσα σε αυτόν.

2.5 Ο καιρός μέσα σου

Υπάρχει και ένας δεύτερος καιρός: αυτός που κουβαλάς μέσα σου.

Δύο άνθρωποι περπατούν στον ίδιο δρόμο της Πλάκας ένα βράδυ του Μαΐου. Ο ένας βλέπει τα φώτα στα ταβερνάκια, μυρίζει γιασεμί, ακούει μια κιθάρα από ένα μπαλκόνι. Ο άλλος βλέπει τον κόσμο που του κλείνει το πέρασμα, μυρίζει τη μουχλιασμένη γωνία, ακούει τον θόρυβο. Ο δρόμος είναι ένας. Οι δρόμοι που περπάτησαν ήταν δύο.

Οι σκέψεις δεν φτιάχνουν τον εξωτερικό καιρό. Βάφουν όμως το γυαλί μέσα από το οποίο τον κοιτάμε. Η σκέψη «όλα πάνε στραβά» είναι ένα θολό τζάμι: δεν φέρνει τη βροχή, αλλά σε κάνει να μη βλέπεις τον ήλιο όταν βγαίνει. Η σκέψη «ας δούμε τι μπορώ να κάνω» δεν σταματά τη βροχή. Σου δείχνει όμως πού είναι το υπόστεγο.

Γι' αυτό η πρώτη δουλειά δεν είναι να αλλάξεις τον καιρό. Είναι να καθαρίσεις το τζάμι.

2.6 Οι νομείς στη θέση τους

Τα στραβόξυλα έμειναν έναν μήνα στον ταρσανά να στεγνώσουν. Ύστερα ο μάστρο-Μιχάλης έδειξε στη Δανάη πώς να τα διαβάζει: πού η καμπύλη ταιριάζει στην πλώρη, πού στη μέση, πού στην πρύμνη. Κανένα δεν ήταν ίδιο με το άλλο. Κανένα δεν πετάχτηκε.

«Αυτό εδώ», είπε κάποια στιγμή, δείχνοντας ένα κλαδί με έναν παράξενο κόμπο, «στο δάσος το λυπόμουν. Είχε φάει κεραυνό. Κοίτα όμως τώρα». Ο κόμπος έπεφτε ακριβώς στο σημείο όπου ο νομέας συναντούσε την καρίνα, εκεί που χρειαζόταν το σκληρότερο ξύλο.

Η Δανάη χάιδεψε τον κόμπο. Σκέφτηκε το γραφείο στο Μαρούσι, τις νύχτες που έφευγε στις έντεκα, τη μέρα που έκλαψε στο ασανσέρ πριν παραιτηθεί. Τότε της είχαν φανεί χαμένα χρόνια. Τώρα σκέφτηκε ότι χωρίς αυτά δεν θα είχε χτυπήσει ποτέ την πόρτα του ταρσανά.

Δεν ήταν ευγνώμων για τον κεραυνό. Αλλά ο κεραυνός είχε γίνει κομμάτι του σκαριού της.

> *Δεν διαλέγεις τον καιρό. Διαλέγεις τι θα χτίσεις με τα ξύλα που σου άφησε.*

Στο τετράδιό σου

1 Ποια δυσκολία της ζωής σου μοιάζει με στραβόξυλο: σε λύγισε, αλλά σου έδωσε σχήμα;

2 Υπάρχει κάποιος «καιρός» στη ζωή σου που δεν θέλει υπομονή, αλλά βοήθεια; Ποιον μπορείς να καλέσεις;

3 Τι «θολό τζάμι» φοράς αυτόν τον καιρό; Ποια σκέψη θα το καθάριζε λίγο;

Ο αέρας που σε λύγισε, σου έδωσε το σχήμα που σε κρατά.

3

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ

Σκέψη και σώμα



3.1 Ο ατμός

Με τους νομείς στη θέση τους, το καΐκι έμοιαζε με τον σκελετό μιας φάλαινας στην άμμο. Τώρα έπρεπε να ντυθεί με τα μαδέρια, τις μακριές λωρίδες πεύκου που θα γίνονταν το δέρμα του.

Η Δανάη πήρε το πρώτο μαδέρι και προσπάθησε να το λυγίσει πάνω στους νομείς. Το ξύλο αντιστάθηκε. Πίεσε πιο δυνατά. Ακούστηκε ένα ξερό «κρακ», και μια ρωγμή άνοιξε κατά μήκος του.

Ο μάστρο-Μιχάλης δεν θύμωσε. Την πήγε σε μια γωνιά του ταρσανά, όπου ένας παλιός μακρύς τενεκές ήταν στημένος πάνω από μια φωτιά. Μέσα έβραζε νερό. «Ο ατμός», είπε. «Το ξύλο δεν λυγίζει με τη βία. Λυγίζει όταν ζεσταθεί. Μία ώρα για κάθε δάχτυλο πάχος. Ούτε λεπτό λιγότερο».

Το μαδέρι ήταν δύο δάχτυλα χοντρό. Μετά από δύο ώρες, έβγαλαν το μαδέρι από τον τενεκέ. Αχνιστό, μαλακό σαν

δέρμα. Η Δανάη το ακούμπησε στους νομείς, και το ξύλο πήρε την καμπύλη σχεδόν μόνο του.

> *Το ξύλο λυγίζει στον ατμό, όχι στο σφυρί.*

3.2 Το σώμα ακούει

Το σώμα σου μοιάζει με εκείνο το μαδέρι. Ακούει ό,τι σκέφτεσαι, και απαντά πριν προλάβεις να το καταλάβεις.

Σκέψου κάτι που σε αγχώνει, μια δύσκολη κουβέντα αύριο, έναν λογαριασμό που δεν βγαίνει. Πρόσεξε τώρα το σώμα σου. Οι ώμοι ανέβηκαν λίγο. Η ανάσα έγινε πιο κοντή. Το σαγόνι σφίχτηκε. Κανείς δεν σε χτύπησε. Μια σκέψη πέρασε, και το σώμα ετοιμάστηκε για μάχη.

Αυτό δεν είναι λάθος του σώματος. Είναι η δουλειά του. Για χιλιάδες χρόνια, όταν ο άνθρωπος σκεφτόταν «κίνδυνος», υπήρχε συνήθως ένας λύκος κοντά. Το σώμα δεν έχει μάθει ακόμα να ξεχωρίζει τον λύκο από τον λογαριασμό της ΔΕΗ.

Αυτή η ακοή όμως δουλεύει και αντίστροφα. Το σώμα δεν είναι μόνο υπηρέτης των σκέψεων. Είναι και ο πρώτος τους αγγελιοφόρος. Συχνά καταλαβαίνει κάτι πριν το καταλάβει το μυαλό. Ένα σφίξιμο στο στομάχι όταν μπαίνεις σε ένα δωμάτιο. Μια ελαφράδα στο στήθος όταν μιλάς με έναν συγκεκριμένο άνθρωπο. Στα ελληνικά λέμε «κάτι μου μυρίζει». Είναι το σώμα που μιλά πρώτο.

> *Το σώμα ακούει ό,τι σκέφτεσαι. Και σου λέει ό,τι δεν πρόσεξες.*

3.3 Η Κωνσταντίνα και το σαγόνι

Η Κωνσταντίνα ήταν δασκάλα σε ένα δημοτικό του Βόλου, σαράντα τριών χρονών. Ένα πρωί ο οδοντίατρός της την κοίταξε σκεφτικός. «Τρίζετε τα δόντια σας τη νύχτα», της είπε. «Έχουν αρχίσει να φθείρονται. Σας αγχώνει κάτι;»

Η Κωνσταντίνα γέλασε. «Όχι περισσότερο από τους άλλους».

Το βράδυ όμως, στο σπίτι, πρόσεξε κάτι. Διόρθωνε γραπτά, και σε κάθε λάθος που έβρισκε, το σαγόνι της σφιγγόταν. Ήταν μια σκέψη μικρή, σχεδόν αθόρυβη: «Δεν τους έμαθα καλά. Δεν είμαι αρκετά καλή». Ερχόταν και έφευγε εκατό φορές τη βραδιά. Και το σαγόνι την άκουγε κάθε φορά.

Η Κωνσταντίνα δεν μπορούσε να σταματήσει τη σκέψη με τη βία. Αυτό θα ήταν σαν να λυγίζει το μαδέρι χωρίς ατμό. Μπορούσε όμως να κάνει κάτι πιο μικρό. Κόλλησε ένα χαρτάκι στο γραφείο της: «Σαγόνι;». Κάθε φορά που το έβλεπε, άφηνε το σαγόνι να χαλαρώσει και έπαιρνε μια αργή ανάσα. Μετά ξαναρωτούσε τη σκέψη: «Δεν είμαι αρκετά καλή; Ή απλώς ένα παιδί έκανε ένα λάθος σε μια διαίρεση;»

Ο οδοντίατρος τής έφτιαξε και έναν νάρθηκα για τη νύχτα. Το χαρτάκι όμως έκανε κάτι που ο νάρθηκας δεν μπορούσε: της έμαθε να ακούει το σώμα της πριν εκείνο φωνάξει.

3.4 Θυμωμένα χέρια

Ένα απόγευμα, η Δανάη είδε τον μάστρο-Μιχάλη να κλείνει ένα τηλέφωνο θυμωμένος. Κάποιος του χρωστούσε λεφτά, μήνες τώρα. Ο μάστορας άφησε το κινητό στον πάγκο, πήρε τη ροκάνα, και ύστερα την ακούμπησε πάλι κάτω.

«Δεν δουλεύουμε τώρα», είπε.

«Γιατί;»

«Γιατί τα χέρια μου είναι θυμωμένα. Ό,τι πιάσουν θυμωμένα χέρια, βγαίνει στραβό. Το ξύλο το καταλαβαίνει». Βγήκε έξω, περπάτησε ως την άκρη της προβλήτας και πίσω, δύο φορές. Ήπιε ένα ποτήρι νερό. Μετά από είκοσι λεπτά γύρισε στον πάγκο.

Η Δανάη δεν ξέχασε ποτέ εκείνο το απόγευμα. Ο μάστορας δεν προσπάθησε να μη θυμώσει. Ο θυμός ήταν δικαιολογημένος. Απλώς ήξερε ότι ο θυμός περνά από τη σκέψη στα χέρια, και από τα χέρια στο ξύλο. Και δεν ήθελε ο θυμός ενός τηλεφωνήματος να μείνει για πάντα χαραγμένος στο καΐκι του.

3.5 Το σώμα δεν είναι ένοχο

Και εδώ, όπως και στο προηγούμενο κεφάλαιο, χρειάζεται μια προσοχή.

Οι σκέψεις επηρεάζουν το σώμα. Αυτό δεν σημαίνει ότι κάθε αρρώστια είναι αποτέλεσμα κακών σκέψεων. Ο άνθρωπος που αρρωσταίνει δεν σκέφτηκε λάθος. Τα σώματα αρρωσταίνουν, όπως τα καΐκια παλιώνουν και τα δέντρα πέφτουν. Αυτό είναι ο καιρός, και δεν είναι τιμωρία.

Ό,τι γράφεται σε αυτό το κεφάλαιο είναι για τη φροντίδα, όχι για τη θεραπεία. Αν το σώμα σου πονά, αν ο ύπνος σου χάθηκε, αν το άγχος σου κόβει την ανάσα, πήγαινε σε έναν γιατρό. Οι σκέψεις σου μπορούν να βοηθήσουν. Δεν αντικαθιστούν όμως τα χέρια ενός γιατρού, όπως η καλή διάθεση του καραβομαραγκού δεν αντικαθιστά την πίσσα στους αρμούς.

3.6 Τρία ατμίσματα

Αν το σώμα σου είναι ένα μαδέρι που σφίχτηκε, δεν θα το λυγίσεις με τη βία. Θα το ζεστάνεις. Να τρία μικρά «ατμίσματα», για τις μέρες που οι σκέψεις σε σφίγγουν.

- **Η αργή εκπνοή.** Ανάπνευσε κανονικά, αλλά άφησε την εκπνοή να κρατήσει περισσότερο από την εισπνοή. Τέσσερα μέσα, έξι έξω. Η μεγάλη εκπνοή λέει στο σώμα, με τη δική του γλώσσα, ότι ο λύκος έφυγε. - **Το περπάτημα ως την άκρη της προβλήτας.** Όπως ο μάστρο-Μιχάλης. Δέκα λεπτά, χωρίς κινητό. Τα πόδια έχουν έναν τρόπο να ξεμπλέκουν ό,τι μπλέχτηκε στο κεφάλι. - **Το χαρτάκι της Κωνσταντίνας.** Διάλεξε το σημείο όπου μαζεύεται το δικό σου άγχος, ώμοι, σαγόνι, στομάχι, και γράψ' το σε ένα χαρτάκι εκεί που κοιτάζεις συχνά. Δεν σου λέει τι να κάνεις. Σου θυμίζει μόνο να ακούσεις.

Κανένα από αυτά δεν είναι μαγικό. Είναι όπως ο ατμός: δεν αλλάζει το ξύλο. Του δίνει χρόνο να λυγίσει χωρίς να σπάσει.

Στο τετράδιό σου

1 Πού μαζεύεται η δική σου ανησυχία στο σώμα; Ώμοι, σαγόνι, στομάχι, ανάσα;

2 Ποια σκέψη κάνει το σώμα σου να σφίγγεται πιο συχνά; Γράψ' την όπως την ακούς.

3 Ποιο από τα τρία ατμίσματα θα δοκιμάσεις αυτή την εβδομάδα, και πότε ακριβώς;

Το ξύλο λυγίζει στον ατμό, όχι στο σφυρί.

4

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ

Σκέψη και σκοπός



4.1 Το κατάρτι

Για τους νομείς, ο μάστρο-Μιχάλης είχε διαλέξει τα πιο στραβά ξύλα του δάσους. Για το κατάρτι, διάλεξε το πιο ίσιο.

Ήταν ένα πεύκο στην Πάρνηθα, ψηλό και λεπτό, που είχε μεγαλώσει ανάμεσα σε άλλα πεύκα και είχε τεντωθεί όλο προς τα πάνω, ψάχνοντας τον ουρανό. Ο μάστορας το κοίταξε από τη ρίζα ως την κορυφή, κλείνοντας το ένα μάτι, όπως κοιτάζει κανείς έναν χάρακα.

«Γιατί τώρα ίσιο;» ρώτησε η Δανάη. «Στη Χαλκίδα διάλεγες τα στραβά».

«Γιατί το κατάρτι έχει άλλη δουλειά», είπε εκείνος. «Οι νομείς κρατούν το σχήμα. Το κατάρτι κρατά τον δρόμο. Ο αέρας θα το τραβάει από όλες τις μεριές. Αν δεν είναι ίσιο, το πανί δεν θα ξέρει πού να πάει».

Κάθε ξύλο έχει τη θέση του. Και ο άνθρωπος χρειάζεται και τα δύο: στραβόξυλα από τον καιρό που τον λύγισε, και ένα ίσιο κατάρτι για να ξέρει πού πηγαίνει.

> *Χωρίς κατάρτι, το πανί είναι απλώς ένα πανί που χτυπά στον αέρα.*

4.2 Οι σκόρπιες σκέψεις

Οι περισσότεροι άνθρωποι δεν έχουν κακές σκέψεις. Έχουν σκόρπιες σκέψεις. Θέλουν να μάθουν αγγλικά, να ξεκινήσουν γυμναστήριο, να ανοίξουν ένα μαγαζάκι, να γράψουν, να ταξιδέψουν, να βγάλουν περισσότερα, να δουλεύουν λιγότερο. Όλα μαζί, όλα αύριο, και τίποτα σήμερα.

Οι σκόρπιες σκέψεις μοιάζουν με ένα πανί χωρίς κατάρτι. Κάθε ριπή αέρα το φουσκώνει προς άλλη μεριά. Κουράζεσαι, χτυπάς, κάνεις θόρυβο, αλλά το καΐκι μένει στο ίδιο σημείο.

Ένας σκοπός δεν σημαίνει ότι θα κάνεις μόνο ένα πράγμα σε όλη σου τη ζωή. Σημαίνει ότι οι σκέψεις σου έχουν πού να ακουμπήσουν. Όπως το πανί δένεται στο κατάρτι, και μόνο τότε ο αέρας γίνεται δρόμος.

4.3 Δύο έλξεις

Στο «Παιχνίδι του κύκλου της ζωής» είδαμε ότι κάθε ιδέα δέχεται δύο έλξεις.

Η **κοντινή έλξη** έρχεται από τις επιθυμίες: τα θέλω, τις ανέσεις, τις ευκαιρίες του υλικού κόσμου. Ένα καινούργιο κινητό, ένα σαββατοκύριακο ξεκούρασης, μια αύξηση, ένα ακόμα επεισόδιο. Τραβά δυνατά, γιατί είναι εδώ, τώρα. Αλλά δεν πηγαίνει μακριά. Φέρνει ευμάρεια και άνεση, το «πώς ζω τώρα».

Η **μακρινή έλξη** έρχεται από τις προσδοκίες: το νόημα, αυτό που θα ήθελες να έχεις χτίσει σε δέκα χρόνια, ο άνθρωπος που θα ήθελες να είσαι. Τραβά σιγανά, γιατί είναι μακριά. Αλλά σε πηγαίνει κάπου. Φέρνει ευημερία, το «πού πηγαίνω».

Καμία από τις δύο δεν είναι κακή. Το πρόβλημα αρχίζει όταν η κοντινή πάρει τη θέση της μακρινής. Τότε το πανί φουσκώνει, αλλά το κατάρτι λείπει.

Ο σκοπός γεννιέται εκεί όπου συναντιούνται. Όταν αυτό που σου κάνει καλό σήμερα είναι και ένα βήμα προς αυτό που θέλεις να γίνεις. Οι αρχαίοι το έλεγαν **Έρωτα**: την επιθυμία για κάτι που αξίζει να γίνει δικό σου.

4.4 Οι δεκαεπτά καρτέλες του Ιάσονα

Ο Ιάσονας ήταν τριάντα ενός, προγραμματιστής σε μια εταιρεία στο Χαλάνδρι. Ένα βράδυ μέτρησε τις καρτέλες που είχε ανοιχτές στον υπολογιστή του. Δεκαεπτά. Ένα μάθημα ιαπωνικών. Ένα βίντεο για το πώς φτιάχνεις κήπο σε μπαλκόνι. Ένα σεμινάριο για επενδύσεις. Ένα πρόγραμμα γυμναστικής. Μια αγγελία για ιστιοπλοΐα. Ένα σπίτι προς πώληση στη Νάξο. Και άλλα.

Τα είχε ανοίξει όλα «για να τα δει αργότερα». Κάποια ήταν ανοιχτά οχτώ μήνες.

Ο Ιάσονας δεν τα έκλεισε. Τα αντέγραψε σε ένα χαρτί, ένα ένα. Ύστερα, δίπλα σε κάθε ένα, έγραψε δύο αριθμούς από το 1 ως το 10. Ο πρώτος: πόσο μου αρέσει να το σκέφτομαι τώρα. Ο δεύτερος: πόσο θα ήθελα να το έχω κάνει σε πέντε χρόνια.

Τα περισσότερα είχαν μεγάλο πρώτο αριθμό και μικρό δεύτερο. Ήταν κοντινή έλξη. Δύο είχαν μεγάλους και τους δύο αριθμούς: η ιστιοπλοΐα και ο κήπος στο μπαλκόνι. Ο Ιάσονας γέλασε. Και τα δύο είχαν να κάνουν με το να βγαίνει από την οθόνη και να πιάνει κάτι αληθινό με τα χέρια του.

Έκλεισε τις δεκαπέντε καρτέλες. Τον Απρίλιο γράφτηκε σε έναν όμιλο ιστιοπλοΐας στο Φάληρο. Στο μπαλκόνι του φυτρώνουν τώρα ντομάτες. Τα ιαπωνικά περιμένουν σε ένα χαρτί «για αργότερα». Δεν χάθηκαν. Απλώς δεν ήταν το κατάρτι.

4.5 Ο φόβος και η αμφιβολία

Όταν το κατάρτι στήνεται, έρχονται δύο επισκέπτες. Ο φόβος λέει: «Κι αν διάλεξες λάθος;». Η αμφιβολία λέει: «Μήπως έπρεπε να κρατήσεις κι άλλες καρτέλες ανοιχτές;».

Ο μάστρο-Μιχάλης είχε μια απάντηση και για τους δύο. Όταν έστησαν το κατάρτι στο καΐκι, η Δανάη ρώτησε: «Κι αν δεν είναι στη σωστή θέση;»

«Τότε θα το δούμε στο πρώτο ταξίδι», είπε. «Ένα κατάρτι που στήθηκε, μπορεί να διορθωθεί. Ένα κατάρτι που δεν στήθηκε ποτέ, δεν διορθώνεται».

Ο σκοπός δεν χρειάζεται να είναι τέλειος για να σε πάει κάπου. Χρειάζεται μόνο να είναι στημένος. Ο αέρας θα σου πει τα υπόλοιπα.

> *Ένα κατάρτι που στήθηκε διορθώνεται. Ένα κατάρτι που δεν στήθηκε ποτέ, όχι.*

Στο τετράδιό σου

1 Γράψε όλες τις «ανοιχτές καρτέλες» της ζωής σου: ό,τι θέλεις να κάνεις «κάποια στιγμή».

2 Δίπλα σε κάθε μία, δύο αριθμούς: πόσο σε τραβά τώρα, και πόσο θα ήθελες να το έχεις κάνει σε πέντε χρόνια.

3 Ποιο έχει μεγάλους και τους δύο αριθμούς; Αυτό ίσως είναι το κατάρτι σου.

Χωρίς κατάρτι, το πανί είναι απλώς ένα πανί που χτυπά στον αέρα.

5

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ

Αξία και πράξη



5.1 Το καλαφάτισμα

Το καΐκι είχε πια σχήμα, δέρμα και κατάρτι. Από μακριά έμοιαζε έτοιμο. Η Δανάη ήθελε να το βάψει.

«Όχι ακόμα», είπε ο μάστρο-Μιχάλης. «Πρώτα το καλαφάτισμα».

Της έδειξε τους αρμούς ανάμεσα στα μαδέρια. Ήταν λεπτές σχισμές, τόσο λεπτές που με το μάτι δεν φαινόταν ότι υπήρχαν. «Από εδώ θα μπει η θάλασσα», είπε. «Αν δεν τις γεμίσουμε, το πιο όμορφο καΐκι του Πειραιά θα βουλιάξει στο λιμάνι».

Για τρεις εβδομάδες, η Δανάη γέμιζε τους αρμούς. Έστριβε βαμβάκι σε λεπτά κορδόνια και το έσπρωχνε μέσα στις σχισμές με μια σμίλη κι ένα ξύλινο σφυρί, τικ-τικ-τικ, μέτρο το μέτρο. Ύστερα τα σκέπαζε με ζεστή πίσσα. Ήταν η πιο βαρετή δουλειά που είχε κάνει ποτέ. Και η πιο αόρατη.

Μια μέρα, κουρασμένη, πέρασε ένα κομμάτι βιαστικά. Έβαλε λίγο βαμβάκι, πολλή πίσσα από πάνω, και το μαύρο γυάλισε τέλειο. Την άλλη μέρα ο μάστορας πέρασε το νύχι του από τον αρμό, σταμάτησε, και έσπρωξε. Η πίσσα βούλιαξε μέσα.

Δεν της φώναξε. Της είπε μόνο: «Η μπογιά δείχνει. Το καλαφάτισμα κρατά».

5.2 Η αξία και η πράξη

Κάθε φορά που κάνεις έναν γύρο του κύκλου, κερδίζεις κάτι. Μια καινούργια αξία: έμαθες ότι μπορείς να μιλήσεις μπροστά σε κόσμο, ότι αξίζει να ζητάς αυτό που χρειάζεσαι, ότι η ειλικρίνεια σε κάνει πιο ελεύθερο. Η αξία αυτή είναι αληθινή. Αλλά δεν είναι ακόμα δική σου.

Γίνεται δική σου μόνο όταν την ακολουθήσει ανάλογη **πράξη**. Όταν αυτό που λες ότι αξίζει και αυτό που κάνεις ζυγίσουν το ίδιο. Μέχρι τότε, η αξία είναι μπογιά. Γυαλίζει, αλλά δεν κρατά νερό.

Ο χαρακτήρας δεν χαράζεται από όσα πιστεύεις για τον εαυτό σου. Χαράζεται από τις στιγμές όπου αυτό που πιστεύεις έγινε συμπεριφορά. Τικ-τικ-τικ, αρμό τον αρμό.

5.3 Τρεις καραβομαραγκοί

Ο Αριστοτέλης περιέγραψε τρεις ανθρώπους, και θα μπορούσαν να είναι τρεις καραβομαραγκοί.

Ο πρώτος βάφει χωρίς να καλαφατίσει. Λέει ότι το καΐκι του είναι το καλύτερο του λιμανιού, και από μακριά μοιάζει. Ο Αριστοτέλης τον έλεγε **χαῦνο**: φουσκωμένο. Θεωρεί τον εαυτό του άξιο για περισσότερα απ' όσα έκανε.

Ο δεύτερος καλαφατίζει χωρίς τέλος, αλλά δεν αφήνει ποτέ το καΐκι του να πέσει στο νερό. «Δεν είναι ακόμα έτοιμο», λέει. Ο Αριστοτέλης τον έλεγε **μικρόψυχο**: θεωρεί τον εαυτό του άξιο για λιγότερα απ' όσα μπορεί.

Ο τρίτος καλαφατίζει όσο χρειάζεται, βάφει όσο του αξίζει, και κατεβάζει το καΐκι στη θάλασσα. Ο Αριστοτέλης τον έλεγε **μεγαλόψυχο**:

> *«Μεγάλων αὑτὸν ἀξιῶν ἄξιος ὤν.» Αυτός που θεωρεί τον εαυτό του άξιο για μεγάλα, και είναι πράγματι άξιος.*

Η μεγαλοψυχία δεν είναι να ονειρεύεσαι μεγάλα. Είναι η αξία και η πράξη να έχουν το ίδιο μέγεθος.

5.4 Το «ναι» της Φωτεινής

Η Φωτεινή ήταν τριάντα οχτώ, λογίστρια σε μια εταιρεία στον Πειραιά. Αν τη ρωτούσες ποια είναι η πιο σημαντική της αξία, θα σου έλεγε χωρίς δισταγμό: «Η ειλικρίνεια». Και το εννοούσε. Δεν έλεγε ψέματα, δεν κουτσομπόλευε, δεν έκλεβε ούτε ένα στυλό από το γραφείο.

Υπήρχε όμως ένας αρμός που δεν είχε καλαφατίσει ποτέ. Η Φωτεινή δεν μπορούσε να πει «όχι». Όταν ο προϊστάμενός της τής ζητούσε να μείνει μέχρι αργά, έλεγε «ναι». Όταν η αδελφή της τής ζητούσε να κρατήσει τα παιδιά της το Σάββατο, έλεγε «ναι». Και μετά γύριζε σπίτι και ένιωθε κάτι πικρό, χωρίς να ξέρει τι.

Μια φίλη της το είπε απλά, ένα βράδυ: «Φωτεινή, κάθε φορά που λες "ναι" ενώ εννοείς "όχι", λες ψέματα. Σε σένα».

Η Φωτεινή δεν κοιμήθηκε εκείνο το βράδυ. Η αξία της ήταν αληθινή. Η πράξη της όμως δεν ζύγιζε το ίδιο. Είχε βάψει την ειλικρίνεια με όμορφα χρώματα, αλλά από έναν αρμό έμπαινε νερό.

Δεν άλλαξε μονομιάς. Ξεκίνησε με ένα μόνο «όχι», μικρό, προς την αδελφή της: «Αυτό το Σάββατο όχι. Το επόμενο ναι». Η αδελφή της δεν θύμωσε. Είπε «εντάξει». Η Φωτεινή ένιωσε κάτι που δεν είχε νιώσει ποτέ: ότι αυτό που πίστευε και αυτό που έκανε είχαν επιτέλους το ίδιο σχήμα.

Αυτή τη στιγμή ο χαρακτήρας της μεγάλωσε. Όχι όταν αποφάσισε ότι εκτιμά την ειλικρίνεια. Όταν την έκανε πράξη.

5.5 Αρμό τον αρμό

Δεν χρειάζεται να καλαφατίσεις όλο σου το καΐκι σε μια νύχτα. Ούτε ο μάστρο-Μιχάλης το κάνει. Διάλεξε έναν αρμό. Μία αξία που λες ότι έχεις, και ρώτα με ειλικρίνεια: τη ζω; Αν όχι, βρες μια πράξη τόσο μικρή, που να μην μπορείς να μην την κάνεις. Ένα «όχι». Ένα «συγγνώμη». Μια σελίδα. Ένα τηλεφώνημα.

Η πρώτη φορά θα είναι άβολη, σαν τη σμίλη που γλιστρά. Η δέκατη θα είναι πιο εύκολη. Και κάποια μέρα θα περάσεις το νύχι σου από τον αρμό, και δεν θα βουλιάξει τίποτα.

> *Η μπογιά δείχνει. Το καλαφάτισμα κρατά.*

Στο τετράδιό σου

1 Γράψε μια αξία που λες ότι έχεις. Μετά γράψε μια φορά, τον τελευταίο μήνα, που δεν τη ζύγισε η πράξη σου.

2 Μοιάζεις περισσότερο με τον καραβομαραγκό που βάφει χωρίς να καλαφατίσει, ή με αυτόν που καλαφατίζει χωρίς να κατεβάζει ποτέ το καΐκι στη θάλασσα;

3 Ποια είναι η μικρότερη πράξη που θα έκανε αυτή την αξία δική σου αυτή την εβδομάδα;

Η μπογιά δείχνει. Το καλαφάτισμα κρατά.

6

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΚΤΟ

Το είδος και το δέντρο



6.1 Τα ίδια σχέδια

Σε έναν τοίχο του ταρσανά κρέμονταν κιτρινισμένα χαρτιά με σχέδια. Ήταν τα σχέδια του πατέρα του μάστρο-Μιχάλη, και του παππού του πριν από αυτόν: ένα τρεχαντήρι οχτώ μέτρων, με τις γραμμές του χαραγμένες με μολύβι και χάρακα.

«Από αυτά τα σχέδια έχουμε βγάλει πάνω από εκατό καΐκια», είπε ο μάστορας. «Τρεις γενιές».

«Άρα είναι όλα ίδια», είπε η Δανάη.

Ο μάστορας γέλασε. «Κανένα. Κάθε καΐκι έχει άλλα ξύλα, άλλους κόμπους, άλλα στραβόξυλα στους νομείς. Το ένα βγήκε λίγο πιο βαρύ στην πλώρη, το άλλο πιο ελαφρύ στο πανί. Αν μου φέρεις οποιοδήποτε από αυτά τα εκατό, θα το γνωρίσω με κλειστά μάτια, από το πώς τρίζει. Το σχέδιο είναι ένα. Τα καΐκια ποτέ».

6.2 Ο σπόρος ξέρει

Ένα βελανίδι ξέρει από την αρχή τι θα γίνει. Θα γίνει βελανιδιά. Ποτέ ελιά, ποτέ πεύκο. Αυτό είναι γραμμένο μέσα του, πριν καν φυτρώσει.

Δεν ξέρει όμως **ποια** βελανιδιά θα γίνει. Πόσο ψηλή, πόσο στραβή, πού θα απλώσει τα κλαδιά της, πόσο βαθιά θα πάει η ρίζα. Αυτά θα τα γράψουν το χώμα όπου έπεσε, ο αέρας της πλαγιάς, οι ξερές χρονιές και οι βροχερές. Και, αν μιλάμε για ανθρώπους, οι πράξεις του.

Κάθε ιδέα που μπαίνει στη ζωή σου ξεκινά **απροσδιόριστη**. Δεν ξέρεις ακόμα τι θα γίνει. Ύστερα γίνεται **προσδιορίσιμη**: μπορείς να τη μετρήσεις, να ρωτήσεις αν μπορείς. Ύστερα ο φόβος τη φωτίζει, και γίνεται **προσδιορισμένη**: βλέπεις συγκεκριμένα τι διακυβεύεται. Ύστερα η πράξη τής δίνει όρια και μορφή, και γίνεται **ορισμένη**. Και στο τέλος, όταν κοιτάξεις πίσω, φαίνεται **προορισμένη**: σαν να ήξερε από την αρχή πού πήγαινε.

Το ήξερε. Αλλά ήξερε μόνο το είδος. Το σχήμα το έγραψες εσύ.

> *Ο σπόρος ξέρει το είδος. Το δέντρο το γράφει η ζωή.*

6.3 Μοίρα και προορισμός

Στα ελληνικά έχουμε δύο λέξεις που συχνά τις μπερδεύουμε.

Η **μοίρα** είναι αυτό που σου έλαχε. Η λέξη βγαίνει από το «μείρομαι», παίρνω μερίδιο. Το ξύλο, το σχέδιο, το βελανίδι. Δεν το διάλεξες.

Ο **προορισμός** είναι εκεί όπου φτάνεις. Το λιμάνι στο τέλος του ταξιδιού. Το συγκεκριμένο δέντρο, με τους κόμπους και τις

καμπύλες του.

Η μοίρα σού δίνει **τι** θα γίνεις. Ο προορισμός είναι **ποιος** έγινες. Ανάμεσά τους είναι η διαδρομή: οι σκέψεις που κράτησες, οι πράξεις που τις ακολούθησαν, τα καλαφατίσματα, οι ατμοί, οι φουρτούνες.

Ο Ηράκλειτος, πριν από δυόμισι χιλιάδες χρόνια, το είπε με τρεις λέξεις:

> *«Ἦθος ἀνθρώπῳ δαίμων.» Ο χαρακτήρας του ανθρώπου είναι η μοίρα του.*

Δεν είπε ότι η μοίρα φτιάχνει τον χαρακτήρα. Είπε το ανάποδο.

6.4 Τα δίδυμα

Ο Άλκης και ο Ορέστης γεννήθηκαν με πέντε λεπτά διαφορά, στην Πάτρα. Ήταν μονοζυγωτικά δίδυμα: ίδια γονίδια, ίδιο σπίτι, ίδιο σχολείο, ίδια βελανίδια. Όταν ήταν μικροί, ούτε η μητέρα τους δεν τους ξεχώριζε πάντα.

Είχαν όμως, από την πρώτη μέρα, διαφορετικά δακτυλικά αποτυπώματα. Γιατί ακόμα και στα δίδυμα, το αποτύπωμα δεν το γράφουν μόνο τα γονίδια. Το γράφουν μικρές, ανεπανάληπτες διαφορές στη μήτρα: πώς ακούμπησε το δάχτυλο, πόσο γρήγορα μεγάλωσε, τι πίεση δέχτηκε. Ίδιο σχέδιο, άλλο χάραγμα.

Στα δεκαπέντε, ο Άλκης έσπασε το πόδι του και πέρασε έναν χειμώνα στο κρεβάτι με βιβλία. Ο Ορέστης έπαιζε μπάλα όλο εκείνο τον χειμώνα. Σήμερα, στα σαράντα, ο Άλκης διδάσκει ιστορία σε ένα λύκειο. Ο Ορέστης έχει μια σχολή

ποδοσφαίρου για παιδιά. Όταν βρίσκονται τα Χριστούγεννα, γελάνε με τα ίδια αστεία και θυμώνουν με τον ίδιο τρόπο.

Το είδος ήταν ένα. Τα δέντρα, δύο.

6.5 Το όνομα στην πλώρη

Όταν η Δανάη τελείωσε το βάψιμο, άσπρο στα πλευρά, μπλε στην κουπαστή, κόκκινο στην ίσαλο, ο μάστρο-Μιχάλης τής έδωσε ένα λεπτό πινέλο και ένα κουτάκι μαύρη μπογιά.

«Το όνομα το γράφει όποιος το έχτισε», είπε.

Η Δανάη κοίταξε την πλώρη πολλή ώρα. Το καΐκι ήταν φτιαγμένο από τα σχέδια ενός παππού που δεν γνώρισε ποτέ, όπως άλλα εκατό. Κι όμως ήταν το δικό της. Ήξερε κάθε κόμπο του. Τον νομέα με τον κεραυνό. Τον αρμό που είχε καλαφατίσει δύο φορές.

Έγραψε, με προσεκτικά γράμματα: **ΓΑΛΗΝΗ**.

Ο μάστορας το διάβασε δυνατά και κούνησε το κεφάλι. Δεν ρώτησε γιατί. Ήξερε.

Στο τετράδιό σου

1 Τι σου «έλαχε»: ποιο είναι το ξύλο, το σχέδιο, το βελανίδι σου; Γράψε τρία πράγματα που δεν διάλεξες.

2 Τι έγραψες εσύ πάνω σε αυτό; Γράψε τρία πράγματα στο σχήμα σου που τα χάραξαν οι δικές σου πράξεις.

3 Αν η ζωή σου ήταν ένα καΐκι, τι όνομα θα έγραφες στην πλώρη του σήμερα;

Ο σπόρος ξέρει το είδος. Το δέντρο το γράφει η ζωή.

7

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΒΔΟΜΟ

Γαλήνη



7.1 Η καθέλκυση

Το καΐκι κατέβηκε στη θάλασσα ένα πρωί του Μαΐου, σχεδόν έναν χρόνο από τη μέρα που η Δανάη χτύπησε την πόρτα του ταρσανά.

Δεν έγινε μεγάλη γιορτή. Ήρθαν μερικοί γείτονες από τα διπλανά συνεργεία, ένας παπάς από την ενορία, η μητέρα της Δανάης με ένα ταψί κουλούρια. Έλυσαν τα σχοινιά, και το καΐκι γλίστρησε αργά στα λαδωμένα δοκάρια, ώσπου η πρύμνη άγγιξε το νερό. Ύστερα, με ένα ήσυχο «πλατς», το καΐκι επέπλεε.

Η Δανάη κράτησε την ανάσα της. Το καΐκι κουνήθηκε λίγο, δεξιά, αριστερά, και ύστερα στάθηκε. Ίσιο. Ήσυχο. Σαν να ήταν πάντα εκεί.

Γύρισε να κοιτάξει τον μάστρο-Μιχάλη. Εκείνος δεν χαμογελούσε. Κοίταζε το καΐκι με ένα βλέμμα που η Δανάη δεν

του είχε ξαναδεί. Ύστερα σταυροκοπήθηκε, ήσυχα, και είπε μόνο: «Κάθεται καλά».

7.2 Τι κρατά ένα καΐκι ίσιο

Η Δανάη ρώτησε αργότερα γιατί το καΐκι στάθηκε τόσο ίσιο από την πρώτη στιγμή.

«Η καρίνα», είπε ο μάστορας. «Αυτή που δεν βλέπει κανείς. Κάτω από το νερό, βαριά, ίσια, από μουριά. Ό,τι κι αν κάνει ο αέρας πάνω στο πανί, η καρίνα το φέρνει πίσω».

Η **γαλήνη** δεν είναι να μην έχει κύμα. Τέτοια θάλασσα δεν υπάρχει. Η γαλήνη είναι να έχεις καρίνα: κάτι βαθύ και σταθερό που σε φέρνει πίσω στο ίσιο, όσο κι αν σε γέρνει ο αέρας.

Και η καρίνα ενός ανθρώπου είναι ο χαρακτήρας του. Όλα όσα είδαμε σε αυτό το βιβλίο: οι σκέψεις που έγιναν πράξεις, οι πράξεις που έγιναν συνήθειες, τα στραβόξυλα που έγιναν νομείς, οι αρμοί που καλαφατίστηκαν. Όλα αυτά, κάτω από το νερό, χωρίς να τα βλέπει κανείς, κρατούν το καΐκι ίσιο.

> *Γαλήνη δεν είναι να μην έχει κύμα. Είναι να έχεις καρίνα.*

7.3 Γνώρισε τον εαυτό σου

Στον ναό του Απόλλωνα στους Δελφούς ήταν χαραγμένη μια φράση, που την έλεγαν από στόμα σε στόμα όλοι οι Έλληνες: **«γνῶθι σαυτόν»**. Γνώρισε τον εαυτό σου.

Συνήθως τη διαβάζουμε σαν πρόσκληση να κλειστούμε σε ένα δωμάτιο και να σκεφτούμε. Αλλά ο καραβομαραγκός ξέρει άλλον τρόπο. Δεν γνωρίζεις ένα καΐκι κοιτάζοντας τα σχέδια. Το γνωρίζεις όταν πέσει στη θάλασσα και δεις πώς κάθεται.

Έτσι και ο άνθρωπος. Δεν γνωρίζεις τον εαυτό σου από όσα σκέφτεσαι γι' αυτόν. Τον γνωρίζεις από όσα κάνεις. Η **αυτοεπίγνωση** δεν είναι ένα μυστικό που βρίσκεις μέσα σου. Είναι η στιγμή που κοιτάζεις αυτό που αξίζεις και αυτό που έκανες, και βλέπεις ότι ζυγίζουν το ίδιο.

Ανάμεσα στο «τι θα ήθελα να είμαι» και στο «τι έχω ζήσει», υπάρχει ένα τρίτο, ήσυχο σημείο: το «αυτός είμαι τώρα». Εκεί κάθεται η γαλήνη.

7.4 Ο άνθρωπος-λιμάνι

Υπάρχουν άνθρωποι που, όταν μπαίνουν σε ένα δωμάτιο, το δωμάτιο ησυχάζει. Δεν μιλάνε πολύ. Δεν δίνουν συμβουλές. Κάτι όμως πάνω τους λέει στους άλλους: «Εδώ μπορείς να ακουμπήσεις».

Ο μάστρο-Μιχάλης ήταν τέτοιος άνθρωπος. Οι νεότεροι μάστορες του Περάματος περνούσαν από τον ταρσανά του όχι για να ρωτήσουν κάτι, αλλά για να κάτσουν λίγο. Έπιναν έναν καφέ, κοίταζαν τη θάλασσα, και έφευγαν πιο ήσυχοι.

Η Δανάη τον ρώτησε μια φορά πώς έγινε τόσο ήρεμος. Εκείνος γέλασε. «Ήρεμος; Στα τριάντα μου έσπαγα σανίδια με τα χέρια όταν θύμωνα». Σώπασε. «Δεν έγινα ήρεμος. Απλώς έχτισα πολλά καΐκια. Και κάθε καΐκι μου έμαθε κάτι που δεν μπορούσα να μάθω αλλιώς. Κάποια στιγμή, αυτό που ήξερα κι αυτό που έκανα έγιναν το ίδιο πράγμα. Από τότε δεν χρειάζεται να παλεύω μαζί μου».

Αυτή είναι η γαλήνη του ανθρώπου-λιμάνι. Δεν είναι ότι δεν θυμώνει πια. Είναι ότι δεν παλεύει πια με τον εαυτό του.

7.5 Το δέος και το επόμενο καΐκι

Εκείνο το βράδυ, μετά την καθέλκυση, η Δανάη κάθισε μόνη στην άκρη της προβλήτας. Το καΐκι κουνιόταν απαλά μπροστά της, δεμένο. Η ΓΑΛΗΝΗ.

Ένιωσε κάτι που δεν ήξερε πώς να το πει. Δεν ήταν χαρά, ούτε περηφάνια. Ήταν πιο ήσυχο και πιο μεγάλο. Ένας χρόνος, χιλιάδες ροκανίδια, τρεις εβδομάδες καλαφάτισμα. Και τώρα αυτό, που επέπλεε. «Πώς έγινε αυτό;» σκέφτηκε. Και ύστερα: «Πώς έγινα εγώ αυτή;»

Εμείς το λέμε **δέος**. Οι αρχαίοι το έλεγαν **θαυμάζειν**: την απορία μπροστά σε κάτι μεγάλο. Και ο Πλάτων έγραψε ότι από εκεί αρχίζει κάθε φιλοσοφία.

Το δέος κλείνει έναν γύρο, και την ίδια στιγμή ανοίγει τον επόμενο. Την άλλη μέρα, η Δανάη ήρθε στον ταρσανά στις επτά, όπως κάθε μέρα.

«Τι φτιάχνουμε τώρα;» ρώτησε.

Ο μάστρο-Μιχάλης της έδωσε μια ροκάνα. «Το επόμενο», είπε. «Λίγο μεγαλύτερο».

> *Κάθε καΐκι που χτίζεις, χτίζει κι εσένα. Και το επόμενο θα το χτίσει κάποιος λίγο πιο σοφός.*

Στο τετράδιό σου

1 Ποια είναι η δική σου «καρίνα»: τι σε φέρνει πίσω στο ίσιο όταν σε γέρνει ο αέρας;

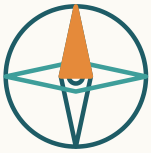
2 Γράψε μια στιγμή όπου αυτό που αξίζεις κι αυτό που έκανες ζύγισαν το ίδιο. Τι ένιωσες;

3 Ποιο είναι το «επόμενο καΐκι» σου, λίγο μεγαλύτερο από το τελευταίο;

Γαλήνη δεν είναι να μην έχει κύμα. Είναι να έχεις καρίνα.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Το τραγούδι του ταρσανά



Δεν διάλεξες το ξύλο· εκείνο σε βρήκε,
στραβό απ' τον αέρα, σκληρό σαν βελανιδιά.
Μα κάθε πρωί η ροκάνα στον πάγκο ανέβηκε
και πέρασε λίγο πιο ίσια, λίγο πιο βαθιά.

Ό,τι σκέφτεσαι συχνά, το κάνεις·
ό,τι κάνεις, γίνεσαι εσύ.
Γι' αυτό πρόσεχε τι σπόρο βάνεις:
ο σπόρος ξέρει το δεντρί.

Βάλε βαμβάκι στον αρμό,
όχι μονάχα χρώμα.
Δεν βλέπει χρώματα το νερό·
ρωτά τι κρατάς ακόμα.

Κι όταν μια μέρα στη θάλασσα γλιστρήσεις
και σταθείς ίσια, ήσυχα, γερά,
τη γαλήνη μες στο κύμα μη ζητήσεις:
είναι η καρίνα που έχτισες αργά.

. . .

Αντιστοιχίες

Αυτό το βιβλίο βασίζεται στη θεωρία του κύκλου, που ξεδιπλώνεται στο «Παιχνίδι του κύκλου της ζωής». Οι αρχαίες φράσεις είναι από τον **Αριστοτέλη** (*Ηθικά Νικομάχεια* Β 1 και Δ 3), τον **Ηράκλειτο** (απόσπασμα 119), τον **Πλάτωνα** (*Θεαίτητος* 155d) και την επιγραφή των **Δελφών**.

Ο ταρσανάς, ο μάστρο-Μιχάλης, η Δανάη και οι άνθρωποι του βιβλίου είναι πλασμένοι από πολλές ζωές. Οι τεχνικές της ξυλοναυπηγικής είναι όμως αληθινές, και αξίζει, αν βρεθείς στο Πέραμα, τη Σάμο ή τη Σκιάθο, να σταθείς έξω από έναν ταρσανά και να τις δεις.

Ό,τι σκέφτεσαι συχνά, το κάνεις.
Ό,τι κάνεις συχνά, γίνεσαι.

Σε έναν ταρσανά στο Πέραμα, ένας παλιός καραβομαραγκός και μια νέα αρχιτέκτονας χτίζουν ένα καΐκι, από την καρίνα ως τη θάλασσα. Κάθε στάδιο, τα στραβόξυλα, ο ατμός, το κατάρτι, το καλαφάτισμα, γίνεται ένα μάθημα: πώς οι σκέψεις γίνονται πράξεις, οι πράξεις συνήθειες, και οι συνήθειες *χαρακτήρας*.

Με τον Αριστοτέλη, τον Ηράκλειτο και το «γνῶθι σαυτόν» πάνω στον πάγκο, και με ιστορίες ανθρώπων σαν εσένα, αυτό το μικρό βιβλίο σού θυμίζει κάτι απλό: δεν διάλεξες το ξύλο σου. Διαλέγεις όμως τι θα χτίσεις με αυτό.

«Ο σπόρος ξέρει το είδος.
Το δέντρο το γράφει η ζωή.»



ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΠΑΓΩΝΗΣ

yourspiritualquest.com