



«Μια φορά σ' ένα χωριό, οι κάτοικοι είδανε την συγχωριανή τους, την ηλικιωμένη γυναίκα Ράμπια (διάσημη σούφι) να ψάχνει κάτι στον δρόμο, δίπλα στο μικρό σπιτάκι της, οι άνθρωποι μαζεύτηκαν γύρω της και ρωτούσαν, τι ψάχνει. Εκείνη απάντησε, πως έχασε την βελόνα της. Όλοι ήθελαν να βοηθήσουν και άρχισαν να ψάχνουν μαζί της. Μετά κάποιος είπε: - Ράμπια ο δρόμος είναι μεγάλος και η βελόνα είναι πολύ μικρή, πλησιάζει η νύχτα, σε λίγο θα σκοτεινιάσει. Μήπως μπορείς να θυμηθείς πού ακριβώς έπεσε η βελόνα; Η Ράμπια απάντησε: - Την έχασα μέσα στο σπίτι. - Τρελάθηκες, φώναξαν οι άνθρωποι, η βελόνα έπεσε μέσα στο σπίτι, και εσύ την ψάχνεις έξω στο δρόμο; - Αφού εδώ είναι ακόμα μέρα, ενώ το σπίτι μου είναι σκοτεινό. Κάποιος, είπε: - Ακόμη κι αν εδώ έχει φως, πώς μπορείς να βρεις κάτι που χάθηκε αλλού; Το σωστό θα ήταν να φέρουμε φως μες στο σπίτι και να ψάξουμε εκεί. Τότε η Ράμπια χαμογέλασε και είπε: - Ναι, πραγματικά είστε αρκετά έξυπνοι όταν η υπόθεση αφορά ασήμαντα πράγματα. Όταν όμως αφορά την εσωτερική σας ζωή, εσείς ψάχνετε έξω. Ξέρω καλά, πως εκείνο που ψάχνετε είναι μέσα σας. Γιατί ψάχνετε την ευτυχία και την γαλήνη έξω; Μήπως εκεί τις χάσατε; Μετά η Ράμπια έφυγε, αφήνοντας τους ανθρώπους κατάπληκτους και σκεπτικούς.»

Το πώς θα ερμηνεύσει ο καθένας μια ιστορία που ακούει, είναι κάτι πολύ υποκειμενικό. Η ιστορία αυτή θα μπορούσε κάλλιστα να χρησιμοποιηθεί για να εξηγήσει κάποιος τι είναι η Ψυχοθεραπεία. Η θεραπευτική διαδικασία να ανακαλύψει κάποιος το «φως» (τις δεξιότητες, τα προτερήματα) που έχει μέσα του.

Ο αποδέκτης μιας ιστορίας τελικά δεν έχει ηλικία ή καλύτερα μπορεί να είναι ο καθένας ανεξαρτήτου ηλικίας. Κάποτε διάβασα: «Με τις ιστορίες κοιμούνται τα παιδιά και ξυπνάνε οι μεγάλοι». Μια ιστορία συχνά έχει θεραπευτικό χαρακτήρα, καθώς βοηθά κάποιον να σκεφτεί μια κατάσταση μέσω μιας άλλης οπτικής. Η ιστορία-ο συμβολικός λόγος μπορεί να είναι ένα ακόμα εργαλείο που χρησιμοποιείται στην Ψυχοθεραπεία, καθώς δίνει στο άτομο την απόσταση που χρειάζεται, συγκεκριμένα την συναισθηματική απόσταση για να αξιολογήσει διαφορετικά, να κρίνει αλλιώς. Να σκεφτεί λίγο παραπέρα. Ιστορίες θρυλικές, με διδάγματα και αινίγματα, ιστορίες ηρωικές, διδακτικές, αλληγορικές, όλες κάτι έχουν να μας δώσουν. Ένα σύντομο διδακτικό ταξίδι για μικρούς ή μεγάλους.

Θα κλείσω με μια παραδοσιακή αφήγηση των Σούφι:

«Όταν ήταν νέος ο Νασρεντίν φύτεψε έναν κήπο με λουλούδια. Ανάμεσα στα λουλούδια

όμως βγήκαν στον κήπο και άγρια ραδίκια. Θέλοντας να απαλλαγεί από αυτά ο Νασρεντίν ζήτησε τις συμβουλές άλλων κηπουρών από κοντινά και μακρινά μέρη, αλλά καμιά συμβουλή δεν έφερε αποτελέσματα. Τελικά ο νέος άνδρας ταξίδεψε μέχρι το παλάτι του Σείχη για να ζητήσει τη συμβουλή του σοφού κηπουρού του βασιλιά. Δυστυχώς όμως είχε ήδη δοκιμάσει όλους τους τρόπους που του σύστησε και αυτός ο κηπουρός. Έμειναν και οι δύο σιωπηλοί για πολύ ώρα μαζί. Τελικά, ο κηπουρός του βασιλιά κοίταξε τον Νασρεντίν και του είπε: “Λοιπόν ...τότε, το μόνο πράγμα που σου προτείνω είναι να μάθεις να τα αγαπάς”.

«Μάθε να αγαπάς αυτό που δεν μπορείς να αλλάξεις» Ο καθένας μας ας κρατήσει τα δικά του συμπεράσματα από την ιστορία αυτή! Να έχετε μια όμορφη ημέρα.