

ΝΕΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ

Α΄ ΛΥΚΕΙΟΥ

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΑΓΑΠΗ ΚΑΙ ΕΡΩΤΑΣ

Κείμενο

Λίγα λόγια για την αγάπη

Το κείμενο υπογράφεται από την κ. Ζωμένου Ν., Ψυχολόγο, και δημοσιεύθηκε στις 28 Σεπτεμβρίου 2020 στον ιστοχώρο www.psychology now.gr.

Πέντε γράμματα. Πολλά νοήματα και ορισμοί. Ο καθένας την αντιλαμβάνεται, την αποκωδικοποιεί και την εκφράζει διαφορετικά. Ανάλογα με τον δέκτη της αγάπης μας είτε πρόκειται για πρόσωπο είτε για πράγμα ή κάτι πιο αφηρημένο, εκδηλωνόμαστε ποικιλοτρόπως.[...]

[...] Προσπαθούμε να κατανοήσουμε τι σημαίνει, τι είναι η αγάπη, πόσα πράγματα και έννοιες εμπερικλείει, πόσα άλλα συναισθήματα συνεπάγεται η αγάπη: τρυφερότητα, πάθος, ενθουσιασμός, χαρά, ικανοποίηση, ελπίδα, πίστη, εκτίμηση, συμπάθεια, θαυμασμός, αισιοδοξία, δυναμισμός, ευγνωμοσύνη, ελευθερία...

Τι πρόσωπο της δίνουμε; Τι εικόνες σχηματίζονται στο μυαλό μας; Πού ταξιδεύουμε στο άκουσμα της λέξης αγάπη; Πόσα «είδη» αγάπης υπάρχουν άραγε; Η αγάπη για τις τέχνες, για τη φύση, η αγάπη για τον άνθρωπο, για τα ζώα, η αγάπη για τη δουλειά μας, για μικροπράγματα της καθημερινότητας, η αγάπη για τα χρώματα, για τις λεπτομέρειες, η αγάπη για τους φίλους μας, για τους γονείς μας, για τα αδέρφια μας, η ερωτική αγάπη, η συντροφική αγάπη, η αγάπη για τον Θεό, η αγάπη για τη ζωή, η αγάπη για τον εαυτό μας, για την εξέλιξη και τη δημιουργία...Μπορούμε να ορίσουμε με πολλούς διαφορετικούς τρόπους την αγάπη, ανάλογα με το πώς την έχουμε μάθει, βιώσει, νιώσει, εκφράσει, αποδεχτεί.

Η αγάπη είναι κινητήριος δύναμη. Μας εμπνέει, μας εμπυχώνει, μας σπλίζει, μας ενθαρρύνει, μας ωθεί προς μια κατεύθυνση. Στην ψυχοθεραπεία ξεκινάμε πάντα με την αγάπη προς τον εαυτό. Με τη φροντίδα που εσωκλείει η *αυτοαγάπη*. Να με νοιαστώ, να με προσέξω, να με γνωρίσω, να με αποδεχτώ, να με αγαπήσω, να με αγκαλιάσω, να με δυναμώσω, να με ενθαρρύνω, να με παρακινήσω, να με εξελίξω.

Να μη σταματήσω να με γνωρίζω, να με αγαπώ και να με εξελίσσω. Όταν τα πετυχαίνουμε αυτά, τότε είμαστε περισσότερο συνδεδεμένοι με τον εαυτό μας και

μπορούμε να συνδεθούμε ουσιαστικά και πραγματικά και με τους άλλους. Και να τους αγαπήσουμε. Για αυτό που είναι. Όχι γι' αυτό που νομίζουμε πως είναι ή θα μπορούσαν να είναι ή θα θέλαμε να τους κάνουμε να είναι.

Στο κομμάτι της αποδοχής και της αγάπης του εαυτού μας χωλαίνει η κοινωνία μας. Τόσα χρόνια εκπαίδευσης, κοινωνικοποίησης, διδασκαλίας και κανείς δεν μας έμαθε πώς να αγαπάμε τον εαυτό μας και γιατί είναι τόσο σημαντικό. Ίσα ίσα, που πλανάται μια εσφαλμένη, γενικόλογη αντίληψη πως όποιος ασχολείται με τον εαυτό του είναι εγωκεντρικός, αλαζόνας, «παρτάκιος». Αναλόγως με το πώς ασχολούμαστε με τον εαυτό μας. Στο πλαίσιο της αυτοφροντίδας και της αυτοαγάπης μαθαίνουμε να ακούμε τα συναισθήματά μας, τις ανάγκες μας, πώς να θέτουμε στόχους και να οργανωνόμαστε, για να τους πετύχουμε. Πώς να ισορροπούμε τα θέλω και τα πρέπει, πώς να ξεκουραζόμαστε όταν αυτό χρειαζόμαστε, για να εξοικονομούμε ενέργεια, πώς να δουλεύουμε για την ευεξία μας.

Μαθαίνουμε να είμαστε παρόντες. Σε επαφή και συνειδητοποίηση του τι μας συμβαίνει αυτή τη στιγμή. Τι ζούμε, τι σκεφτόμαστε, τι νιώθουμε και τι είμαστε διατεθειμένοι να κάνουμε με αυτό το συναίσθημα.

[...]Σύμφωνα με έρευνες, εάν όταν φροντίζουμε τα φυτά μας, τους μιλάμε και τους «δείχνουμε αγάπη», θα τα βοηθήσουμε να αναπτυχθούν καλύτερα. Εάν λοιπόν ένα λουλούδι είναι σε θέση να «ακούσει» αυτά που λέμε και να ανθίσει εισπράττοντας το μεράκι μας, τη φροντίδα που του δίνουμε, συλλογιστείτε πόσο μεγάλη μπορεί να είναι η δύναμη της αγάπης απέναντι σ' έναν άνθρωπο. Σαν τα λουλούδια κι εμείς. Χωρίς αγάπη, πώς θα ανθίσουμε;

ΘΕΜΑ 2β

Τι πετυχαίνει κατά τη γνώμη σου η συγγραφέας του κειμένου στη δεύτερη παράγραφο με την άνω και κάτω τελεία που χρησιμοποιεί και το ασύνδετο σχήμα λόγου που παραθέτει στη συνέχεια; Στην απάντησή σου να λάβεις υπόψη σου το θέμα του κειμένου και τον σκοπό για τον οποίο το έγραψε.

Μονάδες 10

ΘΕΜΑ 3

Με αφορμή το παραπάνω κείμενο και αξιοποιώντας στοιχεία του αποφασίζεις να δημοσιεύσεις ένα κείμενο 250 300 λέξεων σε γνωστή σελίδα κοινωνικής δικτύωσης. Να εκθέσεις σ' αυτό τεκμηριωμένα τη γνώμη σου αναφορικά με τη σημασία που έχει για τη διαμόρφωση της προσωπικότητας του εφήβου η αγάπη και αποδοχή του εαυτού του.

Μονάδες 40