

Κείμενο 1

Γιατί δεν γελάμε λοιπόν;

Το παρακάτω κείμενο αποτελεί διασκευή άρθρου που δημοσιεύθηκε στον ιστότοπο <http://www.elixi-psychotherapy.gr>

Το γέλιο είναι μια κατεξοχήν συλλογική εμπειρία. Σπανίως γελάμε μόνοι μας. Ωστόσο, μολονότι ο ρόλος του γέλιου έχει μελετηθεί ήδη από την αρχαιότητα, μόλις τις τελευταίες δεκαετίες οι κοινωνικοί επιστήμονες έχουν αρχίσει να αξιολογούν πραγματικά την «θεραπευτική επίδραση» που μπορεί να έχει το γέλιο όχι μόνο στην ψυχο-διανοητική υγεία του ατόμου αλλά και στις διαπροσωπικές και κοινωνικές σχέσεις.

Το γέλιο δεν είναι μόνο ένας μηχανισμός εκτόνωσης και θεραπείας της ψυχοσωματικής έντασης είναι και μηχανισμός ενίσχυσης και σύσφιξης των διαπροσωπικών σχέσεων και των κοινωνικών δεσμών. Σύμφωνα με τους ανθρωπολόγους, μολονότι όταν γελάμε σε βάρος κάποιου, το γέλιο μπορεί να γίνει μέσο επίδειξης εξουσίας και επιβολής, όταν γελάμε μαζί με κάποιον άλλο άνθρωπο, το γέλιο γίνεται μέσο να μοιραστούμε μια κοινή εμπειρία ανακούφισης που συνήθως σχετίζεται με την απομάκρυνση από κάποιον (πραγματικό ή φανταστικό) κίνδυνο. Το γέλιο μας κάνει να νιώθουμε καλά, γιατί εξουδετερώνει επώδυνα συναισθήματα όπως φόβο, θυμό, ανία, απελευθερώνοντάς τα. Αυτή η απελευθέρωση μπορεί να παρεμποδίσει ή και να σταματήσει τις αψιμαχίες, να εξομαλύνει τις εντάσεις και να μας βοηθήσει να δούμε και να κατανοήσουμε την οπτική γωνία των άλλων ανθρώπων. Σε πολλές κοινωνίες, μάλιστα, υπάρχουν στην παράδοση τους ειδικές τελετουργίες γέλιου με στόχο την διαχείριση προβλημάτων στις σχέσεις και την σύσφιξη των ομαδικών και κοινωνικών δεσμών.

Γιατί δεν γελάμε λοιπόν; Γιατί οι περισσότεροι άνθρωποι όσο μεγαλώνουν γελούν όλο και λιγότερο και αντιμετωπίζουν με αμηχανία, επιφύλαξη ακόμα και οργή τυχόν προτροπές να αξιοποιήσουν τις «θεραπευτικές ιδιότητες του γέλιου» ή με άλλα λόγια να «αφήσουν έστω και για λίγο» την σοβαρή αντιμετώπιση των προβλημάτων τους; Η απάντηση είναι ότι όποιος γελάει πολύ και εύκολα μπορεί να θεωρηθεί «μη-σοβαρός». Ένα από τα πρώτα πράγματα που «κόβονται» στο σχολείο είναι τα γέλια. Μεγαλώνουμε κυνηγημένοι από την απειλή ότι θα φανούμε γελοίοι και ελαφρόμυαλοι. Ενηλικιωνόμαστε και μας έχει γίνει κυριολεκτικά πλύση εγκεφάλου ότι

για να μας πάρουν οι άλλοι σοβαρά πρέπει να δείχνουμε σοβαροί. Για να παραμείνουμε σοβαροί πρέπει «να έχουμε τον έλεγχο» των συναισθηματικών εκδηλώσεων και της συμπεριφοράς μας.

Αυτή η προσπάθεια διατήρησης του ελέγχου ενισχύει τον ανταγωνισμό και την καχυποψία και τελικά μας οδηγεί σταδιακά στην αποξένωση από τον εαυτό μας και τους άλλους. Είναι πολύ σημαντικό να μπορούμε να διακρίνουμε το σημαντικό από το ασήμαντο χωρίς να χάσουμε την ικανότητά μας να παίρνουμε τα πράγματα και με παιχιδιάρικο τρόπο. Το να είμαστε πάντα «σοβαροί» σε σχέση με σημαντικά πράγματα μπορεί να μας εγκλωβίσει μέσα στον πόνο. Μπορεί το γέλιο να μην είναι πανάκεια, να μην λύνει όλα τα προβλήματα, να μην αλλάζει και να μην εξαφανίζει τα δύσκολα πραγματικά γεγονότα που συναντάμε στη ζωή. Όμως αν επιτρέπουμε στον εαυτό μας να μην χάνει την παιγνιώδη διάθεση - ακόμα και μπροστά σε πραγματικά μεγάλες δυσκολίες και απώλειες - στην πραγματικότητα του επιτρέπουμε να μένει συνδεδεμένος με την χαρά και το νόημα της ζωής.

Κείμενο 2

Το γέλιο σου

Το παρακάτω απόσπασμα ανήκει στην ποιητική συλλογή «Οι στίχοι του καπετάνιου» (μετάφραση Β. Λαλιώτης, εκδ. Τύρφη, Θεσσαλονίκη, 2019, σελ. 28-31) του Χιλιανού ποιητή Pablo Neruda.

Πάρε μου το ψωμί, αν θέλεις,
πάρε μου τον αέρα, αλλά
μη μου παίρνεις το γέλιο σου.

Μη μου παίρνεις το ρόδο,
τη βρύση που σταλάζει,
το νερό που άξαφνα
σκάει μες στη χαρά σου,
το ασημένιο κύμα
το ξαφνικό που σε γεννάει.

Η πάλη μου είναι σκληρή και γυρίζω
με τα μάτια κουρασμένα
έχοντας δει φορές

τη γη που δεν αλλάζει,
μα μπαίνοντας το γέλιο σου
στον ουρανό ανεβαίνει ψάχνοντάς με
κι όλες ανοίγει για μένα
τις πόρτες της ζωής σου.

Αγάπη μου, την ώρα
την πιο σκοτεινή ανθίζει
το γέλιο σου, κι αν ξαφνικά
βλέπεις πως το αίμα μου λεκιάζει
τις πέτρες του δρόμου,
γέλα, γιατί το γέλιο σου
θα είναι για τα χέρια μου
σαν δροσερό σπαθί.

ΘΕΜΑΤΑ

ΘΕΜΑ 1 (μονάδες 35)

1^ο υποερώτημα (μονάδες 10)

Ποια είναι η κοινωνική επίδραση του γέλιου, σύμφωνα με το κείμενο 1 (50-60 λέξεις);

Μονάδες 10

2^ο υποερώτημα (μονάδες 10)

Να εξηγήσεις με συντομία πώς συμβάλλει η χρήση ερωτημάτων στην οργάνωση της τρίτης παραγράφου του Κειμένου 1.

Μονάδες 10

3^ο υποερώτημα (μονάδες 15)

«Όμως αν επιτρέπουμε στον εαυτό μας να μην χάνει την παιγνιώδη διάθεση - ακόμα και μπροστά σε πραγματικά μεγάλες δυσκολίες και απώλειες - στην πραγματικότητα του επιτρέπουμε να μένει συνδεδεμένος με την χαρά και το νόημα της ζωής.»

Να αλλάξεις το πρόσωπο από πρώτο πληθυντικό σε δεύτερο ενικό στην τελευταία περίοδο λόγου του κειμένου, προβαίνοντας και σε όσες άλλες αλλαγές είναι απαραίτητες (μονάδες 5). Πώς επηρεάζουν οι παραπάνω επιλογές το υφολογικό αποτέλεσμα (μονάδες 10);

Μονάδες 15

ΘΕΜΑ 4 (μονάδες 15)

Πώς ερμηνεύεις τις ιδιότητες που αποδίδει το ποιητικό υποκείμενο στο γέλιο της αγαπημένης του (μονάδες 10); Ποια συναισθήματα σού δημιούργησε η ανάγνωση του ποιήματος και γιατί (μονάδες 5); Να αναπτύξεις την απάντησή σου σε 100-150 λέξεις.

Μονάδες 15