

**Κείμενο 1**

**Η δύναμη του γέλιου**

*Το απόσπασμα προέρχεται από το ομότιτλο κείμενο του Γιώργου Πλάνα, που δημοσιεύτηκε στο ηλεκτρονικό περιοδικό φιλοσοφίας <https://www.filosofikilithos.gr/i-dynami-toy-geliou/>*

Κάτι τόσο απλό και καθημερινό, αλλά και τόσο σημαντικό στη ζωή μας: Το γέλιο δρα ως ένας παράγοντας απελευθέρωσης από εντάσεις και αγωνίες και το να γελάμε τροφοδοτεί τα θετικά συναισθήματα. Το γέλιο μάς εξανθρωπίζει και μας επιτρέπει ν' ανοίξουμε κανάλια επικοινωνίας πέρα από τις δυσκολίες. Το γέλιο χτίζει γέφυρες χαράς ανάμεσα στους ανθρώπους και εξαγνίζει τις ανθρώπινες σχέσεις. [...]

Ευρέως, το γέλιο σχετίζεται με τη χαρά, την ευτυχία και την καλή διάθεση, και αποτελεί έναν εξαιρετικό μηχανισμό κοινωνικής επικοινωνίας. Αυτό είναι έτσι γιατί, στην ουσία, ο παράγοντας ενεργοποίησης του γέλιου δεν είναι η ευτυχία ή η χαρά από μόνες τους, αλλά το γεγονός ότι υπάρχει τουλάχιστον ένα άλλο άτομο, στο οποίο μπορείς να δώσεις ανοιχτά και με τρόπο ευλικρινή ένα μήνυμα. Έχει αποδειχτεί ότι η σχέση μεταξύ του γέλιου μαζί με άλλους και του γέλιου σε μοναξιά είναι 30 προς 1. Χρειάζεται να υπάρχουν ένα ή περισσότερα άτομα, για να γελάμε μαζί.

Το γέλιο είναι μια έμφυτη μορφή επικοινωνίας και στενά συνδεδεμένη με την προφορική γλώσσα. Ο μηχανισμός λειτουργίας του εδρεύει στην αναπνοή και παράγεται μέσω διακοπών της εκπνοής. Είναι ο ίδιος μηχανισμός που χρησιμοποιείται για την ομιλία, μόνο που στο γέλιο χρησιμοποιείται μια μορφή ακούσια και σχεδόν ημι-συνειδητή.

Πρόσφατα, μια ομάδα ερευνητών του πανεπιστημίου της Οξφόρδης, με επικεφαλής τον καθηγητή Robin Dunbar, απέδειξε επιστημονικά ότι το γέλιο είναι ένα θαυμάσιο αναλγητικό, που αυξάνει θεαματικά τα όρια αντοχής στον πόνο. Δεν πρόκειται για ένα απλό χαμόγελο ή για γέλια ήπια ή νευρικά, αλλά χρειάζεται ένα καλό ξεκαρδιστικό γέλιο, ώστε το σώμα μας ν' απελευθερώσει συγκεκριμένες χημικές ουσίες, τις ενδορφίνες, οι οποίες δρουν σαν ένα φυσικό αναλγητικό.

Φαίνεται πως οι ενδορφίνες που προκαλούνται από το γέλιο, εκτός του ότι κατευνάζουν τον πόνο και προκαλούν ευφορία, μπορούν να κάνουν τους ανθρώπους να

έχουν περισσότερη προδιάθεση για σύσφιξη των σχέσεων, για να συμμετέχουν σε ομάδες και να εργαστούν ομαδικά, δρώντας με μεγαλύτερη γενναιοδωρία. Επίσης, είναι ένα εργαλείο, για ν' αλλάξει η συμπεριφορά των άλλων: σε μια ενοχλητική κατάσταση, όπως μια διαφωνία, για παράδειγμα, το γέλιο αντιπροσωπεύει μια κατευναστική χειρονομία, για να μειωθεί και ν' αποφορτιστεί η ένταση και ο θυμός.

Αυτό θα εξηγούσε, σύμφωνα με τον R. Dunbar, γιατί πάνω από 2 εκατομμύρια χρόνια πριν, οι άνθρωποι ήταν ικανοί να σχηματίσουν μεγάλες φυλετικές κοινότητες μέχρι και πάνω από 100 μέλη, ενώ οι πίθηκοι είναι ικανοί να σχηματίσουν μόνο ομάδες μέχρι 50 μέλη. Αν και όλοι οι πίθηκοι μπορούν να γελούν, παρόλα αυτά η ικανότητα για δυνατό έντονο γέλιο και η παραγωγή ενδορφινών είναι αποκλειστική [ικανότητα] των ανθρώπων. [...]

## Κείμενο 2

### ΠΑΜΠΛΟ ΝΕΡΟΥΝΤΑ (1904-1973)

#### «Το Γέλιο σου»

*Απόσπασμα από το ποίημα του Χιλιανού συγγραφέα που βρίσκεται αναρτημένο στον ιστότοπο:*

*<https://itzikas.wordpress.com/2015/06/20>.*

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.[...]

Γέλασε για τη νύχτα  
τη μέρα, τη σελήνη,  
γέλασε για τους δρόμους  
όλο στροφές του νησιού  
γέλα για αυτό το αδέξιο  
αγόρι που σε θέλει,  
μα σαν εγώ ανοίγω  
τα μάτια και τα κλείνω,  
όταν τα βήματά μου  
με πάνε και με φέρνουν  
πες μου όχι το ψωμί, τον αέρα  
το φως την άνοιξη  
το γέλιο σου ποτέ  
γιατί θα πέθαινα.

## **ΘΕΜΑΤΑ**

### **ΘΕΜΑ 1 (μονάδες 35)**

#### **1<sup>ο</sup>υποερώτημα (μονάδες 10)**

Ποιες είναι οι ευεργετικές συνέπειες της «δύναμης του γέλιου», σύμφωνα με το Κείμενο 1; (50-60 λέξεις).

**Μονάδες 10**

#### **2<sup>ο</sup>υποερώτημα(μονάδες 10)**

Στην τελευταία παράγραφο του Κειμένου 1 ο συγγραφέας αξιοποιεί το παράδειγμα. Να το εντοπίσεις (μονάδες 4) και να παρουσιάσεις τον τρόπο που συμβάλλει στην ανάπτυξη της παραγράφου (μονάδες 6).

**Μονάδες 10**

#### **3<sup>ο</sup>υποερώτημα(μονάδες 15)**

Να εντοπίσεις τρεις περιπτώσεις μεταφορικού/συνυποδηλωτικού λόγου στην πρώτη παράγραφο του Κειμένου 1 (μονάδες 6) και να ξαναγράψεις τις φράσεις με κυριολεκτική σημασία, προσέχοντας, ώστε να μην αλλοιωθεί το νόημα στο γλωσσικό περιβάλλον των προτάσεων στις οποίες βρίσκονται (μονάδες 9).

**Μονάδες 15**

**ΘΕΜΑ 4 (μονάδες 15)**

Ποια είναι η σημασία του γέλιου του αγαπημένου προσώπου για το ποιητικό υποκείμενο στο Κείμενο 2; Ποια είναι η θέση του γέλιου στη δική σου ζωή; Παράθεσε την απάντησή σου σε ένα κείμενο 120-150 λέξεων.

**Μονάδες 15**