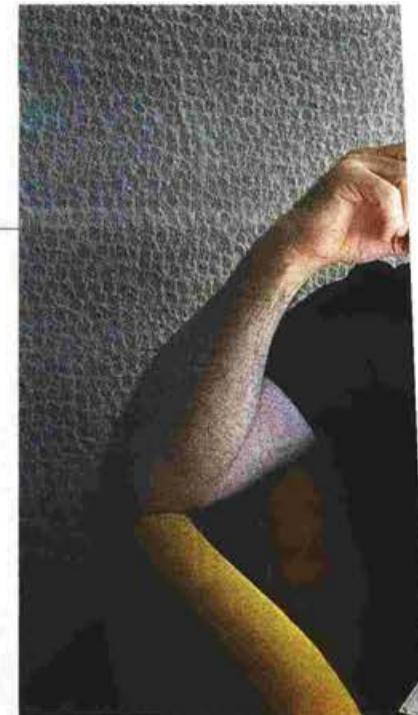


44

Πρόσωπα  
της δημόσιας ζωής  
αποκαλύπτουν  
τι τους έσωσε την πιο  
δύσκολη ώρα

## Αυτή ήταν η σωτηρία μου

ΤΗΣ ΖΩΗΣ  
ΛΙΑΚΑ

Υπάρχει ένα κοινό σημείο στα βιβλία που έχετε εκδώσει;

Τίποτα δεν γίνεται εσκεμμένα. Θα υπάρχει ένας άξονας τον οποίο δεν έχω εκλογικεύσει. Προκύπτει υποσυνείδητα, από την ψυχή μου, από τις δικές μου ανάγκες, από τα προβλήματά μου. Ο άξονας αυτός συνδέεται με την ανάγκη να είσαι καλά με τον εαυτό σου, να διασειρίζεσαι καλά τη ζωή σου, να ζεις την αλήθεια σου, να έχεις μια καλή σχέση με τους άλλους, με τον Θεό – όπως τον νιώθει ο καθένας. Παλαιότερα τον είχα περιορισμένο και σαφή, τώρα είναι πιο ανοιχτά τα πράγματα.

Αυτό το άνοιγμα συνιστά απομάκρυνση ή μια νέα σχέση;

Θεωρώ ότι είναι μια καλύτερη προσέγγιση. Πιο ουσιαστική, πιο αληθινή, πιο γνήσια, πιο ζωντανή, πιο φρέσκια. Χωρίς ν' απορρίπτω τίποτα από το παρελθόν μου. Ξωβάλει σκοπό στη ζωή μου να βιώνω πράγματα που επαληθεύονται πάνω στη ζωή. Για παράδειγμα μου έφερες τώρα ένα ωραίο παγωτό και σ' ευχαριστώ. Οταν θα το φάω, δροσιστώ

και γλυκαθώ θα πω ότι πράγματα πιν ζωή μου έφερε ένα παγωτό. Αν δεν πήταν ωραίο θα ήμουν σε θέση να πω ότι δεν θα ξαναφάω αυτό το πράγμα. Οταν κάποιος ή κάτι σου τάζει ότι θα σου δώσει, οτιδήποτε, και δεν στο δίνει, πρέπει να έχεις την ετοιμότητα και τη δύναμη της ψυχής, να παραδεχτείς στον εαυτό σου και στους άλλους, ότι δεν έλαβες αυτό που περίμενες. Κάνε αυτή την αναγωγή σε όλα τα πράγματα της ζωής.

Θα την κάνω σε σχέση με την εκκλησία.

Αυτό που είπα συνδέεται κυρίως με τη δική μου ζωή. Δεν κρίνω τον χώρο που έφυγα. Δεν είναι αυτή η δουλειά μου. Αυτό που λέω είναι ότι πήθελα να ζήσω κάτι πο αληθινό – στη δική μου ζωή. Να μπορώ να εκφράζομαι, να λέω αυτό που πραγματικά θέλω, να μην αισθάνομαι ότι υπάρχουν κάποια φίλτρα που πρέπει να λάβω υπόψη: «Αυτό το λέμε, εκείνο όχι», διότι η θέση του χώρου είναι διαφορετική. Είναι σαν να δουλεύεις σ' ένα σουπερμάρκετ και γνωρίζεις ότι το απέναντι σουπερμάρκετ, έχει πιο ωραία φέτα. Οποιος σε ρωτάει πώς θα βρει φέτα δεν μπορείς να διαφημίσεις το απέναντι σουπερμάρκετ. Πρέπει να σεβαστείς τον χώρο που είσαι. Οταν γνωρίζεις ότι υπάρχουν και άλλοι γεύσεις δυνατές, ωραίες και τις έχεις δοκιμάσει, αρχίζεις να πνίγεσαι αν δεν σου επιτρέπεται να είσαι ανοιχτός. Με πλούσιαν και με πλοπάσιουν άνθρωποι από διαφορετικά περιβάλλοντα, είτε πολιτικά, είτε κοινωνικά, είτε ερωτικά ακόμη και θρησκευτικά. Εβλεπά σε όλους αυτούς τους ανθρώπους διαμάντια και ομορφιά. Αυτό δεν μπορούσα να το αγνοήσω και να το περιορίζω συνέχεια σε ένα κουτάκι.

Ποια είναι η σπηλιά που αυτό που μου περιγράφετε σας έπινε;

Δεν θέλω να είμαι σαν κάτι χωρι-

σμένους που μιλάνε για την πρώνυμους. Η «πρώπων» μου δεν είναι ο Θεός. Αυτός Είναι ο Νυν και Αεί. Τον χώρο και το σύστημα σχολιάζω.

Από όλα όσα λέτε μέσα από τα βιβλία, τις ομιλίες σας, τα stories σας, τις αναρτήσεις σας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, από την εμπειρία σας, ποιο είναι εκείνο που αγγίζει περισσότερο τον κόσμο;

Τα ίδια και τα ίδια λέω. Απλώς κάθε φορά τα διατυπώνω με διαφορετική σύνθεση, με διαφορετικά «μπαχαρίκα». Ετοιμάνω το παλιό να φαίνεται καινούργιο. Τίποτα δεν είναι δικό μου, όλα έχουν επιφθεί. Αγάπησα το αβοκάντο, όταν το δοκίμασα σε ένα εστιατόριο που το έφεραν μέσα σε μια σαλάτα με μια σοσ θραγκόσουκο. Αυτή είναι πι. τέκνη: να μετατρέπεις κάτι που είναι απωθητικό για κάποιον, σε ελκυστικό. Όλα αυτά τα χρόνια έκανα ανθρώπους να αγαπούν πράγματα τα οποία – ενδέχομένος εξαιτίας του τρόπου με τον οποίο τους είχαν μιλάσει, για παράδειγμα, οι γονείς τους – τα μισύ σουν. Είναι σημαντικό όμως να μην το κάνεις με διπλωματία και πονηρία ή σαν πολιτική. Πρέπει να το επιχειρήσεις διότι αγαπάς τον άλλο, γνωρίζεις το καλό που προσφέρει στην υγεία του το αβοκάντο – μιας και το αναφέραμε. Σε δ. τι αφορά το θέματα που υπάρχουν στα βιβλία που έχω γράψει είναι η αγάπη, η αποδοκίη, ο σεβασμός του εαυτού μας. Η παραδοχή της αλήθειας μας και τη βιώση της, πι. ανοιχτή σκέψη, πι. αγκαλιά. Ο πυρίνας των προβλημάτων μας είναι ίδιος: μας λείπει η αίσθηση ότι αξίζουμε, ότι έχουμε δύναμη. Είμαστε όλοι πληγωμένοι από τα παιδικά μας χρόνια: μεγαλώσαμε με την πεποίθηση ότι είμαστε ανίκανοι, ανάξιοι, ανεπόρκοποι. Οπότε όλοι αναζητούμε έναν καλό λόγο, έναν έπαινο. Ν' ακούσουμε ένα «σπίκω

μπορείς», «έίσαι καλός άνθρωπος, δεν είσαι για πέταμα».

Η απεύθυνσή σας επίσης είναι σε δεύτερο ενικό πρόσωπο. Σαν να μιλάτε σε κάποιον γνωστό σας.

Ποτέ δεν κάνω ένα βιντεάκι αν δεν μου βγει. Είναι σαν τον έρωτα. Δεν μπορεί να κάνεις οποιαδήποτε στιγμή. Για παράδειγμα κάθες έγραψα δύο βιντεάκια γιατί είχα διάθεση. Είναι θέμα έμπνευσης. Αν αυτό που κάνεις είναι αληθινό αγγίζει την αληθεία του άλλου.

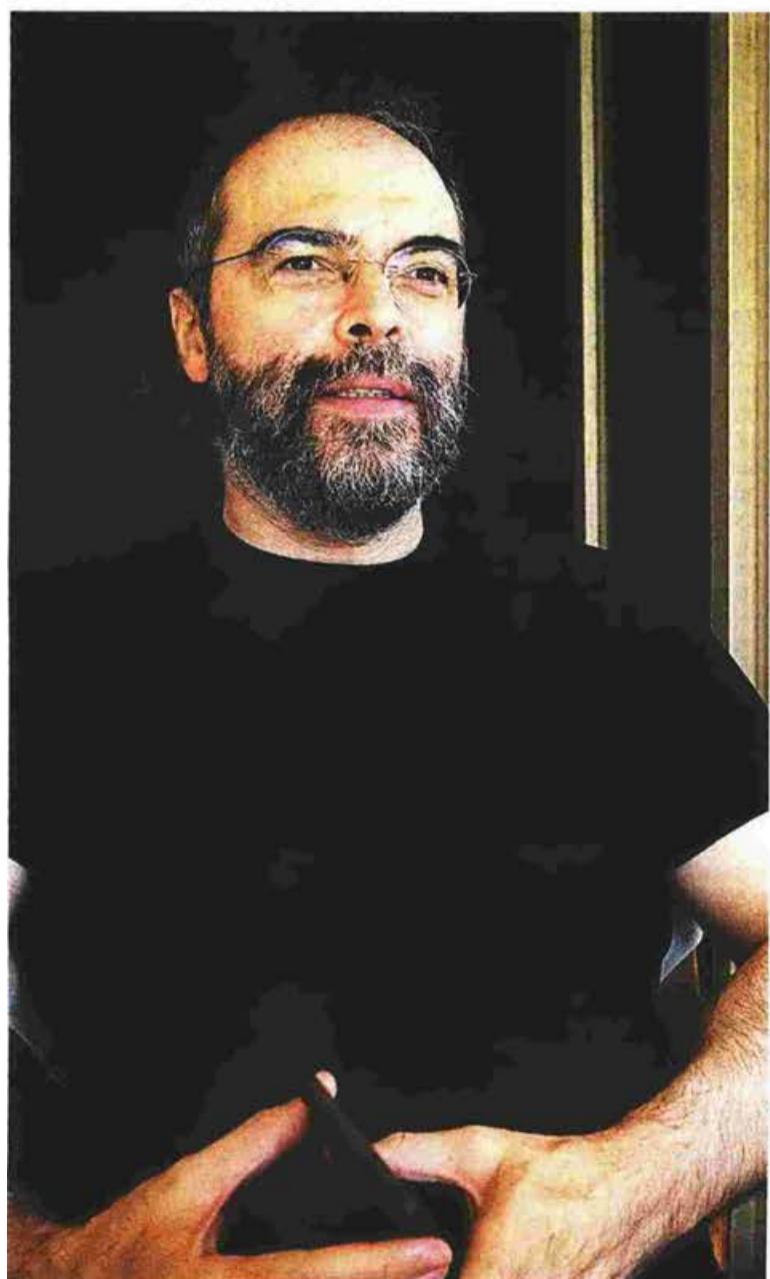
Θεωρείτε ότι τώρα βρίσκεστε πιο κοντά στην αλήθεια από κάθε άλλη σπηλιά που ζωής σας;

Ναι στη δική μου. Την απόδειξη μου δένει πι. καρά που νιώθω. Έχω και τώρα τις στιγμές που μπορεί να

# Ανδρέας Kováνος

## «Μπορεί να είμαι κακός, αμαρτωλός αλλά είμαι ειλικρινής»

Εχει εκδώσει επτά βιβλία, είναι συγγραφέας στις εκδόσεις «Ψυχογιός», έχει εκαποντάδες χιλιάδες ακολούθους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Ο μέχρι πριν από δύο χρόνια αρχιμανδρίτης μιλά για το θολό τοπίο που τον οδήγησε στον θρησκευτικό χώρο και την ψυχική διαύγεια που τον έκαγε να ελευθερωθεί



Είδος: Εφημερίδα / Κύρια / Πολιτική / Ημερήσια

Ημερομηνία: Πέμπτη, 07-07-2022

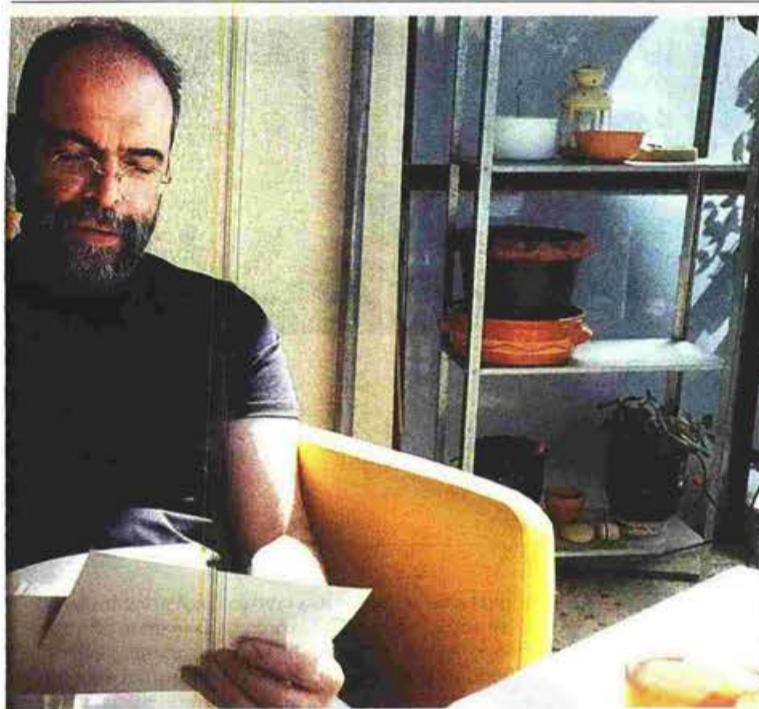
Σελίδα: 44,45 (2 από 2)

Μέγεθος: 1484 cm<sup>2</sup>

Μέση κυκλοφορία: 10390

Επικοινωνία εντύπου: 210 7547000

Λέξη κλειδί: ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ

Εκδόσεις  
ΨΥΧΟΓΙΟΣ

ΠΟΡΟΣ ΤΑΝΙΣΗΣ

«φλερτάρω» με μια μικρή θλίψη αλλά αυτό θα κρατήσει λίγο. Ξέρω τι φταιεί και έπειτα συντονίζομαι με την αλήθεια μου. Θα δω τι «θεατράκι» έπαιξα, πού προσποιήθηκα, πού βγήκα έξω από το πραγματικό μου κομμάτι. Και αυτό συμβαίνει όταν ξεχνώ την αξία μου, όταν δίνω σε άλλους ανθρώπους τα κλειδιά της ευτυχίας μου. Όταν είσαι άρχοντας, πρίγκιπας και αποκτάς ψυχολογία ζητιάνου, είναι βασανιστικό. Αυτό παθαίνω κι εγώ πολλές φορές.

**Αν το παθαίνετε εσείς με τόσα «εργαλεία» που έχετε, με τόση πνευματικότητα, εμείς δεν έχουμε ελπίδα.**

Η πνευματικότητα δεν είναι κάτι δεδομένο. Ερχεται και φεύγει. Απαιτεί συντήρηση. Θέλει μόνιμη φροντίδα και επαγρύπνηση. Θυμάμαι πάντα την ομορφιά της αγάπης. Εγώ έγινα γνωστός ανακυκλώνοντας αυτά που μου εκμυστηρεύονται οι άγνωστοι

άνθρωποι. Οπως η ιστορία που μου είπε προχθές ένας 25χρονος στα σκαλάκια του Συντάγματος: ο πατέρας του τον σάπισε στο ξύλο επειδότι δεν έβρισκε το μαγιό του! Οι άνθρωποι δεν μου λένε τη βιτρίνα της ζωής τους, αλλά αυτό που τους πονάει.

**Για εκαποντάδες – μην πω χιλιάδες – ανθρώπους είστε στήριγμα στις δύσκολες στιγμές, το «φωσάκι» που έλεγε ο Παπαδιαμάντης. Εσείς από πού αντλήσατε δύναμη;**

Τώρα μου θυμίζεις μια παιδική τραυματική εμπειρία δική μου, αλλά και όμορφη. Όταν οι γονείς μου είχαν τσακωθεί, σε αυτούς τους άγριους καυγάδες που μονίμως είχαν, και δεν άντεχα στο σπίτι από τις φωνές, βγήκα έξω στον δρόμο τη νύχτα. Περπατούσα σαν την άδικη κατάρα στο πουθενά. Ήμουν παιδί στην Β' Γυμνασίου και δεν μπορούσα να πάω σε μια καφετέρια. Ούτως ή άλλως

όμως τότε αυτά τα θεωρούσα αμαρτωλά, κοομικά. Περπατώντας στο ομικλώδες τοπίο του Περιστερίου, κοίταξα ψηλά για ν' αναστενάξω και βλέπω ότι ανάμεσα στα σύννεφα καθάρισε ένα κομμάτι ουρανού και φάντηκέ ένα αστεράκι. Λέω μέσα μου «Θεέ εσύ που είσαι σε αυτό το αστεράκι τόσο μακριά εμένα με βλέπεις που έχω αυτό το πρόβλημα στο σπίτι μου που γίνεται ένας χαμός;». Ενιώσα σα να μου χαμογέλασε ο Θεός.

#### ■ Νιώσατε το χάδι του.

Ναι, αλλά είναι ένα μπέρδεμα και αυτό. Τι θα πει χάδι; Χάδι θα μπορούσε να είναι και το να μην υπάρχει και ο λόγος που με έκανε να βγω από το σπίτι εκείνο το βράδυ. Αλλά ναι, τότε παρηγορήθηκα.

**Οι απίες των συνθηκών της ζωής σας που έκαναν τη ζωή σας δυσβάσταχτη, ήταν ο λόγος να στραφείτε στον Θεό;**

Βέβαια. Όταν δεν βιώνεις την πατρότητα και τη μπρότητα με πληρότητα, η ψυχή σου τις αναζητά. Αυτό το αντιλίφθικα στην ψυχανάλυση. Ο ψυχαναλυτής μου μιλούσε ελάχιστα. Μια φορά είπε ότι «ο μικρός Ανδρέας που δεν κόρτανε στο σπίτι ζητούσε μια μάνα και βρήκε τη μάνα εκκλησία».

**Πώς αισθανθήκατε την πρώτη μέρα που δεν ήσασταν υποχρεωμένος να φορέσετε ράσα;**

Τα τελευταία τρία - τέσσερα χρόνια στο εξωτερικό κυκλοφορούσα χωρίς ράσα. Στην Ελλάδα είχε να δει τα χέρια μου και την πλάτη μου ίπλιος είκοσι χρόνια. Δεν ήταν ο «πνιγμός» μου το ράσα. Ισα ίσα μου πήγαινε, μου έδινε ωραίο στυλ. Δεν αντέδρασα στην εμφάνιση. Ο πνιγμός μου ήταν εσωτερικός, ψυχικός. Αυτό με δυσκόλεψε. Η μεγάλη πάλη ήταν μέσα μου.

**Ηταν τελικά σωτήρια η απόφασή σας να βγάλετε τα ράσα;**

Για μένα ναι. Ο Χριστός λέει «τι δώσει άνθρωπος αντάλλαγμα της ψυχής αυτού». Πρέπει να κάνουμε ό,τι θα διασφαλίσει την αυθεντικότητά μας. Αυτό δεν σημαίνει πάντα να είσαι κάπου. Πολλές φορές σωτηρία είναι η φυγή από κάπου. Από τότε που έφυγα λαμβάνω πολλά μπνύματα από ανθρώπους - ακόμη και ιερείς - που θέλουν να ζήσουν την αλήθεια τους και νιώθουν πολύ πιεσμένοι. Δεν είμαι πρότυπο γι' αυτό που έκανα στη μορφή του, αλλά είμαι πρότυπο στην ποιότητά του. Μπορεί να είμαι κακός, αμαρτωλός αλλά είμαι ειλικρινής.

**Μια μεγάλη παραδοχή που σας επηρέασε να γίνετε ξανά κοσμικός;**

Λειτούργησαν πολλά αθροιστικά. Ενιώσα ότι πρέπει να ζήσω επιτέλους αυτό που η ψυχή μου ζητούσε. Ήταν σαν ένα βρέφος που τον ένατο μήνα πρέπει να γεννηθεί.

**Ζητάτε σπις προσευχές σας συγχώρεση από τον Θεό επειδή φύγατε από την Εκκλησία;**

Βέβαια και μου απαντά: «Σε παρακαλώ, τι είναι αυτά που λές; Εσύ είσαι δίκος Μου».



Μωρό, στην αγκαλιά της μπέρας του