



Το τριώδιο άνοιξε, αλλά στις μέρες μας για τους περισσότερους πέρασε μάλλον απαρατήρητο. Ειδικά, όμως, στην εποχή που διανύουμε, με την κρίση να

μας ταλανίζει περισσότερο από ποτέ, έχουμε ανάγκη να ξεφύγουμε

.

Ξέρουμε από τι θέλουμε να ξεφύγουμε; Αυτό το ερώτημα μοιάζει απλοϊκό, αλλά έχει μια δυσκολία στην αναζήτηση της απάντησής του. Όταν γνωρίζουμε τι θέλουμε, τι μας ενοχλεί και πώς σχεδιάζουμε να βελτιώσουμε τη ζωή μας έχουμε αυτογνωσία.

Πόσοι από εμάς πραγματικά τα γνωρίζουμε ή είμαστε διατεθειμένοι να ψάξουμε μέσα μας να τα βρούμε;

Οι Απόκριες είναι μια θαυμάσια ευκαιρία να μεταμφιεστούμε, δηλαδή να υποδυθούμε κάποιον άλλο και να δούμε, έστω και για λίγο, τη ζωή από τη δική του πλευρά. Μια

άλλη οπτική
είναι το ζητούμενο, υποστηρίζουν οι επιστήμονες, όταν
μάλιστα η άλλη οπτική είναι πιο ανάλαφρη από τη
συνηθισμένη μας μπορεί να μας βοηθήσει να ανακαλύψουμε
μέσα μας
εναλλακτικούς τρόπους αντιμετώπισης
των καθημερινών μας προβλημάτων.

Γιατί, λοιπόν, η μεταμπίεση έχει σημαίνοντα ρόλο μέσα στον
ετήσιο κύκλο της ζωής; Γιατί μας δίνει την ευκαιρία να
πετάξουμε από πάνω μας τα βάρη μας, να ξαλαφρώσουμε, να
ξεφύγουμε από τις σκοτούρες μας και να υποδυθούμε
κάποιον άλλο. Κάποιον που θαυμάζουμε ή που μας εκφράζει
λίγο ως πολύ. Η μεταμπίεση είναι
ένα πολύτιμο δώρο προς τον εαυτό μας
, διότι μέσω αυτής έχουμε τη δυνατότητα να βιώσουμε
έντονα συναισθήματα χαράς, διασκέδασης, γέλιου
και
γλεντιού
. Η χαρά και η θετικότητα εκτός του ότι είναι μεταδοτική,
αποτελεί την καλύτερη ασπίδα στις αντιξοότητες της ζωής.

Τα παιδιά, ανεξαρτήτως εποχής, συνηθίζουν να
μεταμφιέζονται. Αλλάζουν ρόλους, υποδύονται χαρακτήρες
και μέσω του παιχνιδιού ανακαλύπτουν τις διαφορετικές
πλευρές του χαρακτήρα τους. Αυτός ο τρόπος είναι ο πλέον

ασφαλής για να εξερευνήσουν, μέσω του
παιχνιδιού, όλη τη γκάμα των
συναισθημάτων και των αντιδράσεων τους
.

Μεγαλώνοντας η ικανότητα αυτή καταπιέζεται από το
περιβάλλον. Το αποτέλεσμα είναι κάποιοι να αισθάνονται
άβολα ή και αμήχανα μπροστά στην προοπτική να
μεταμφιεστούν ή να «τσαλακώσουν», έστω και για λίγο, την
εικόνα που έχουν χτίσει οι ίδιοι για τον εαυτό τους.

Ας αδράξουμε την ευκαιρία που μας δίνει η εποχή χωρίς
καμία κριτική διάθεση και ας παίξουμε με τον εαυτό μας, ας

μεταμφιεστούμε με έτοιμα ή χειροποίητα κοστούμια, ας
χαρούμε όπως τα παιδιά και ας επιστρέψουμε στην
καθημερινότητά μας
ξαλαφρωμένοι, ζωντανοί και με θετική διάθεση
! Ένα παιχνίδι είναι η ζωή!