

ΚΕΙΜΕΝΟ 1

Η αξία του «ταξιδεύειν»

Πολλές φορές αναρωτιόμαστε ποιο είναι το πολυτιμότερο συστατικό της ευτυχίας, η πεμπτουσία* της ζωής που αξίζει να παλέψουμε για να κατακτήσουμε, **έτσι ώστε** να φτάσουμε έστω κι ένα βήμα πιο κοντά στην πολυπόθητη ευδαιμονία. **Αν και** η ευτυχία είναι κάτι εντελώς υποκειμενικό για τον κάθε άνθρωπο, οι περισσότεροι τουλάχιστον από εμάς θα συμφωνούσαμε πως ευτυχία είναι αδιαμφισβήτητα μια ευρεία συλλογή στιγμών· στιγμών ιδιαίτερων και ξεχωριστών για τον καθένα από εμάς.

Πολύτιμες και ανεξίτηλες στη μνήμη στιγμές μπορούν να μας χαρίσουν πολλά και διαφορετικά πράγματα στη ζωή. Ένα από αυτά είναι και τα ταξίδια. Η αξία των ταξιδιών είναι από κάθε άποψη ανεκτίμητη. Κι αυτό, γιατί τα ταξίδια έχουν το μοναδικό χάρισμα να συνδυάζουν όλα αυτά τα συστατικά στοιχεία που χρειάζεται πραγματικά ο άνθρωπος προκειμένου να εξελιχθεί πνευματικά και ψυχικά, να ολοκληρωθεί και τελικά να ευτυχίσει. Πνευματικές κατακτήσεις για όσους «ορέγονται φύσει του ειδέναι»**, απεριόριστη ψυχαγωγία, αλλά και ψυχική και σωματική υγεία είναι τα οφέλη που μπορεί κανείς να αποκομίσει από ένα απλό ταξίδι.

Καλώς ή κακώς, ζούμε σε μια εποχή που η καθημερινότητα απαιτεί από εμάς μεγάλα ποσά ενέργειας και ψυχικών αποθεμάτων, προκειμένου να αντεπεξέλθουμε επιτυχώς στους ταχείς και άκρως πιεστικούς και απαιτητικούς ρυθμούς ζωής. Μέσα, λοιπόν, σ' αυτόν τον κυκεώνα των αλλεπάλληλων υποχρεώσεων και δυσκολιών, συχνά παρασυρόμαστε από τη ρουτίνα της καθημερινότητας και λησμονούμε να προσφέρουμε στον εαυτό μας ένα πολύτιμο δώρο: στιγμές προσωπικής ηρεμίας και ικανοποίησης.

Τα ταξίδια είναι μια ευκαιρία για φυγή από την, πολλές φορές, πληκτική και αγχογόνο πραγματικότητα, αλλά και ένας τρόπος για μια καλύτερη γνωριμία με τον ίδιο σου τον εαυτό και τα «θέλω» του. Η αλλαγή παραστάσεων σε συνδυασμό με τη συσσώρευση καινούριων εμπειριών και αναμνήσεων στην παρακαταθήκη του καθενός, καθιστά τα ταξίδια τον πλέον ενδεδειγμένο τρόπο ψυχικής εκτόνωσης και αναζωογόνησης του κάθε ανθρώπου.

Ακόμη, ο συγχρωτισμός ανθρώπων ενδεχομένως διαφορετικής εθνικής προέλευσης και κουλτούρας, σε συνδυασμό με την πνευματική μέθεξη*** με τον πολιτισμό του τόπου που επισκέπτεται κανείς, συμβάλλουν στην ευρύτερη μόρφωση του ανθρώπου, τη διεύρυνση των πνευματικών του οριζόντων, **καθώς και** τη γνώση και υιοθέτηση νέων τρόπων ζωής και σκέψης.

Επιπλέον, μέσα από τη διάδοση και ανταλλαγή ιδεών που παρέχουν τα ταξίδια, μπορεί να επιτευχθεί μια γόνιμη και υγιής επικοινωνία και γνωριμία διαφορετικών λαών. Το τελευταίο μπορεί να αποτελέσει σπουδαίο επίτευγμα στην προσπάθεια της ανθρωπότητας για την άρση των εθνικιστικών προκαταλήψεων, τον περιορισμό του ρατσισμού και την επικράτηση της διακρατικής ειρήνης και συνεργασίας.

Συμπερασματικά, διαφαίνεται πως τα ταξίδια δεν είναι κάτι απλό... Στην πραγματικότητα, αυτές οι μικρές αποδράσεις από την καθημερινότητα κρύβουν πολλά περισσότερα. Είναι μία από τις λίγες μορφές πραγματικής ψυχαγωγίας, που συνδυάζει με τον ωραιότερο δυνατό τρόπο τη γνώση με τη διασκέδαση και που αποτελεί μια αστείρευτη πηγή πολύτιμων και αξέχαστων αναμνήσεων και εμπειριών.

* πεμπτουσία: ουσιωδέστερο περιεχόμενο

** «ορέγονται φύσει του ειδέναι»: φράση του Αριστοτέλη που δηλώνει την επιθυμία του ανθρώπου να μαθαίνει

*** μέθεξη: συμμετοχή, επικοινωνία, επαφή

[Κείμενο της Ηλέκτρας Χατζηδημητρίου, από το διαδίκτυο 12-08-2016, ελαφρώς διασκευασμένο για τις ανάγκες της εξέτασης].

ΚΕΙΜΕΝΟ 2

ΑΝΩ ΑΙΓΥΠΤΟΣ

Τρένο. Μπαίνουμε στην Άνω Αίγυπτο. Απέναντι τα βουνά λάμπουν γυμνά, τριανταφυλλένια, έρημα. Κοντά μας, δίπλα στο νερό, η πράσινη γραμμή της κατοικούμενης γης. [...]

Φτάσαμε στις Θήβες, στη Μεγάλη Διδόπολη, στην Εκατοντάπυλο του Ομήρου, στην τεράστια πρωτεύουσα των Φαραώ. Σήμερα είναι ένα μικρό χωριό που ζει από τους χιλιάδες περιηγητές που έρχονται με τα βαπόρια και με τα τρένα. [...]

Πηγαίνω πρωί πρωί στους ναούς του Λούξορ και του Καρνάκ. [...] Τα ανάγλυφα, γιγάντια, παριστάνουν το Φαραώ να τανύζει* το τόξο, τους αιχμαλώτους δεμένους από το λαιμό να σηκώνουν τα χέρια, τους θεούς να επιφοιτούν απάνου στις βασιλίσσες και να δημιουργούν μαζί τους το διάδοχο. Αποπάνου τα ιερογλυφικά υμνούν τη μυστική αυτή ένωση. [...]

Συλλογίζομαι στις τελευταίες πια μεγάλες δυναστείες, όταν επετράπη στους ξένους να επισκέπτονται ανενόχλητοι την Αίγυπτο. Τι καταπληχτικό θέαμα θ' απλώθηκε μπροστά στα αφελή, νηφάλια μάτια των Ελλήνων! Αυτοί που ανατράφηκαν σε μικρές πολιτείες και που δούλευαν χαρούμενοι και περιόριζαν σε έναν ελάχιστο υλικό χώρο όλο το πνέμα—αντίκρισαν ξαφνικά τους τερατόμορφους θεούς και τις γιγάντιες κολόνες και τις ανθρώπινες μάξες που δούλευαν σκλάβες χωρίς ανταρσία και μάχονταν, σωριάζοντας όγκο πάνου σε όγκο, να συλλάβουν το πνέμα. [...]

Όλη αυτή η δυτική όχθη ήταν αφιερωμένη στο θάνατο. Έσκαβαν τους βράχους βαθιά και παράχωναν τη μούμια—όπως παραχώνουμε το σπόρο το σιτάρι. Για να φυτρώσει και ν' αναστηθεί. Και τώρα, σκάβοντας, τις ανακαλύπτουμε τυλιμένες στις φασκίες τους, με σταυρό τα χέρια επί χιλιάδες χρόνια, να περιμένουν. Βασιλιάδες και δούλοι, άγιοι και φονιάδες, ιερείς και χορεύτριες, περιμένουν την ψυχή τους.

* τανύζω: τεντώνω

[Νίκος Καζαντζάκης, Ταξιδεύοντας, εκδ. Καζαντζάκη, Αθήνα, σσ. 54-56]. Έχει διατηρηθεί η γλωσσική ιδιοτυπία του κειμένου.

ΚΕΙΜΕΝΟ 3

Το ταξίδι

Μου σφίγγει ο καημός σα θηλιά το λαιμό
και μες στην καρδιά με δαγκώνει σα φίδι.
Παράξενο θέλω ν' αρχίσω ταξίδι,
χωρίς, μα χωρίς τελειωμό.

Το δρόμο μου αργά να τραβώ, να τραβώ,
αλλά πουθενά και ποτέ να μη στέκω,
ψυχή να μη βρίσκω, ή πάντα να μπλέκω
με κόσμο τυφλό και βουβό.

Να νιώθω τριγύρω πλατιά ερημιά,
κλεισμένα τα σπίτια, τα τζάκια σβησμένα,
ψηλά να μη φέγγει αστέρι κανένα,
και κάτω γυναίκα καμιά.

Ε! ίσως σε τέτοιο ταξίδι αν βρεθώ,
ατέλειωτο, έρμο, σ' άγνωστη χώρα,
δε θα 'χω περίσσια λαχτάρα σαν τώρα,
αγάπη, από σε να χαθώ!

[Κωστής Παλαμάς, από τη συλλογή: Τα 100 καλύτερα ελληνικά ποιήματα, εκδ. Γλάρος, σ. 69].

Θέμα Α

A1. Να αποδώσετε συνοπτικά σε μία παράγραφο 60-70 λέξεων τα οφέλη του «ταξιδεύειν» σε ατομικό επίπεδο, όπως παρουσιάζονται στο απόσπασμα του **Κειμένου 1**: «Πολύτιμες και ανεξίτηλες... νέων τρόπων ζωής και σκέψης».

Μονάδες 20

Θέμα Β

B1. Να γράψετε στο τετράδιό σας δίπλα στον αριθμό της **Στήλης Α** το γράμμα από τη **Στήλη Β** που αντιστοιχεί στην ορθή απάντηση, με βάση το περιεχόμενο του **Κειμένου 1** (χωρίς αναφορά σε χωρία του κειμένου):

Στήλη Α	Στήλη Β
1. Στην πρώτη παράγραφο υποστηρίζεται ότι	α. η ευτυχία καθορίζεται με αντικειμενικά κριτήρια. β. η ευτυχία είναι κάτι το υποκειμενικό. γ. η ευτυχία είναι εύκολο να επιτευχθεί.
2. Στη δεύτερη παράγραφο υποστηρίζεται η άποψη ότι τα ταξίδια	α. δεν συνδέονται με την ευτυχία. β. αφήνουν σημαντικό αποτύπωμα στη μνήμη. γ. δεν βοηθούν στην ολοκλήρωση του ανθρώπου.
3. Στην τρίτη παράγραφο αναδεικνύεται	α. ο απαιτητικός χαρακτήρας των σύγχρονων συνθηκών ζωής. β. η εύκολη διαβίωση των ανθρώπων. γ. η απουσία δυσκολιών και εμποδίων της σύγχρονης ζωής.
4. Στην πέμπτη παράγραφο υποστηρίζεται ότι τα ταξίδια	α. είναι ευκαιρία αλληλεπίδρασης των ανθρώπων. β. δεν σχετίζονται με τον πολιτισμό του τόπου. γ. αμβλύνουν τους πνευματικούς ορίζοντες.
5. Στην έβδομη παράγραφο συμπεραίνεται ότι τα ταξίδια	α. είναι κάτι απλό. β. δεν συνδέονται με την καθημερινότητα. γ. συνδυάζουν τη γνώση με τη διασκέδαση.

Μονάδες 15

- B2. α.** Ποια είναι η πρόθεση της συντάκτριας στη δεύτερη παράγραφο του **Κειμένου 1 «Πολύτιμες...ένα απλό ταξίδι»** (μονάδες 2) και πώς ο τρόπος με τον οποίο την αναπτύσσει, εξυπηρετεί την πρόθεσή της αυτή; (μονάδες 3)
- β. έτσι ώστε** (1η παράγραφος), **Αν και** (1η παράγραφος), **ή** (3η παράγραφος), **καθώς και** (5η παράγραφος), **Συμπερασματικά** (7η παράγραφος). Να εξηγήσετε τι δηλώνουν οι παραπάνω διαρθρωτικές λέξεις (μονάδες 5).

Μονάδες 10

- B3.** Βασικό γνώρισμα του **Κειμένου 2** είναι ο βιωματικός του χαρακτήρας. Να αναφέρετε δύο (2) χαρακτηριστικά που επιβεβαιώνουν αυτό τον χαρακτηρισμό (μονάδες 4) και να αιτιολογήσετε τις επιλογές σας (μονάδες 4) παραθέτοντας και τα αντίστοιχα χωρία (μονάδες 2).

Μονάδες 10

Θέμα Γ

- Γ1.** Πώς λειτουργεί το ταξίδι, κατά τη γνώμη σας, για το ποιητικό υποκείμενο στο **Κείμενο 3**; Να τεκμηριώσετε την απάντησή σας αξιοποιώντας τρεις (3) διαφορετικούς κειμενικούς δείκτες. Πώς θα αντιδρούσατε εσείς, αν βρισκόσαστε σε ανάλογο συναισθηματική κατάσταση; (150-200 λέξεις)

Μονάδες 15

Θέμα Δ

- Δ1.** Στο **Κείμενο 1** διατυπώνεται η θέση ότι τα ταξίδια αποτελούν «τον πλέον ενδεδειγμένο τρόπο ψυχικής εκτόνωσης και αναζωογόνησης του κάθε ανθρώπου». α) Συμφωνείτε ή διαφωνείτε με την παραπάνω θέση της συντάκτριας και γιατί; β) Εσείς, ποιους τρόπους επιλέγετε, για να αναζητήσετε την προσωπική σας ηρεμία και ισορροπία και για ποιους λόγους κάνετε αυτές τις επιλογές; Αξιοποιώντας δημιουργικά τα **Κείμενα 1 και 2** να παρουσιάσετε τις απόψεις σας σε άρθρο 350-400 λέξεων, που θα δημοσιευτεί στην ιστοσελίδα του σχολείου σας.

Μονάδες 30

ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

Θέμα Α

- A1.** Στο απόσπασμα αναδεικνύονται οι ευεργετικές επιδράσεις των ταξιδιών στο άτομο. Μέσω αυτών ο άνθρωπος βελτιώνεται σε πνευματικό και συναισθηματικό επίπεδο, αποκτά ψυχοσωματική υγεία και εξασφαλίζει γαλήνη και χαρά. Παράλληλα, απομακρύνεται από την ανιαρή και ψυχοφθόρα πραγματικότητα και μαθαίνει καλύτερα τον εσωτερικό του κόσμο, αποκτώντας ταυτόχρονα ανεκτίμητες εμπειρίες και αναμνήσεις. Τέλος, μέσω της αλληλεπίδρασης με άλλους λαούς κατακτά γνώσεις, επεκτείνει τον τρόπο σκέψης του και αλλάζει τρόπο ζωής και νοοτροπία.

Θέμα Β

- B1.** 1 → β, 2 → β, 3 → α, 4 → α, 5 → γ

- B2. α.** Πρόθεση της συντάκτριας είναι να αποδείξει και να πείσει σχετικά με τη σημασία των ταξιδιών για τον άνθρωπο. Προκειμένου, λοιπόν, να πείσει για τη χρησιμότητα αυτή, επιλέγει τη χρήση της αιτιολόγησης ως τρόπο ανάπτυξης («κι αυτό, γιατί... απλό ταξίδι»). Καθιστά, έτσι, σαφές ότι τα ταξίδια συμβάλλουν στην κατάκτηση της γνώσης, εξασφαλίζουν τη σωματική και ψυχική υγεία και αποτελούν γόνιμο μέσο ψυχαγωγίας.

β. έτσι ώστε: αποτέλεσμα

αν και: εναντίωση

ή: διάζευξη

καθώς και: προσθήκη

συμπερασματικά: συμπέρασμα

- B3.** Ο χαρακτήρας του Κειμένου 2 είναι έντονα βιωματικός. Ένα χαρακτηριστικό που το αποδεικνύει είναι η χρήση του α' ενικού και α' πληθυντικού ρηματικού προσώπου («πηγαίνω», «συλλογίζομαι», «μπαίνουμε», «φτάσαμε»). Συγκεκριμένα, το α' ενικό πρόσωπο προσδίδει στο κείμενο εξομολογητικό τόνο, προσωπικό ύφος και υποκειμενική χροιά. Το κείμενο αποκτά, έτσι, αμεσότητα, οικειότητα, ζωντάνια και παραστατικότητα και ταυτόχρονα κερδίζει σε πιστότητα, αφού παίρνει τη μορφή προσωπικής εκμυστήρευσης. Με το α' πληθυντικό πρόσωπο εκφράζεται η καθολικότητα στο βίωμα, συμπεριλαμβανομένου και του πομπού, με αποτέλεσμα να αποκτά το κείμενο βιωματικότητα.

Ως δεύτερο στοιχείο βιωματικότητας λαμβάνεται η χρήση λέξεων και φράσεων που σχετίζονται με βιωματικές εμπειρίες («πηγαίνω πρωί... ένωση», «Κοντά μας, δίπλα... γης»). Πρόκειται για περιγραφικές εικόνες στις οποίες ο αφηγητής έχει προσωπική συμμετοχή.

Θέμα Γ

- Γ1.** Το ποιητικό υποκείμενο αντιλαμβάνεται το ταξίδι ως μέσο απόδρασης, διεξόδου και διαφυγής από έντονα αρνητικά συναισθήματα που φαίνεται να βιώνει. Χαρακτηριστική είναι η παρομοίωση («Μου σφίγγει ο καημός σα θηλιά το λαιμό») με την οποία αναδεικνύονται παραστατικά τα συναισθήματα που το ταλανίζουν. Ωστόσο, δεν πρόκειται για ένα ταξίδι που θα του προσφέρει ανάταση ψυχής, νέες συγκινήσεις και βιώματα· δεν πρόκειται απλώς για μια περιήγηση που εξάπτει τη φαντασία και τον ενθουσιασμό, που πλουτίζει το άτομο με γνώσεις και εμπειρίες. Περισσότερο προσιδιάζει σε μια

παθητική, ατέρμονη περιδιάβαση, χωρίς συγκεκριμένο προορισμό και σκοπό, όπως διαφαίνεται από τη χρήση συναισθηματικά φορτισμένου λεξιλογίου («ερημιά, σβησμένο, έρμος») και επανάληψης («...να τραβώ, να τραβώ»). Το ποιητικό υποκείμενο φαίνεται περισσότερο να αποσκοπεί σε μια γαλήνη που του προσφέρει η απομόνωση και η απομάκρυνση από ανεκπλήρωτες επιθυμίες του, κάτι που αποδίδεται με ενάργεια με την άμεση αποστροφή του στην αγάπη σε β' ενικό ρηματικό πρόσωπο («από σε να χαθώ!»).

Η στάση του ποιητικού υποκειμένου φαίνεται δικαιολογημένη κι αποτελεί επιλογή πολλών ανθρώπων όταν βιώνουν ασφυκτικές και έντονα φορτισμένες ή αδιέξοδες καταστάσεις. Έτσι αναζητούν μια διέξοδο. Προσωπικά, σε ανάλογη περίπτωση θα επιζητούσα την επαφή με αγαπημένα πρόσωπα και την ενασχόληση με δραστηριότητες, όπως οι τέχνες, ο αθλητισμός, η επαφή με τη φύση και τα ταξίδια· δραστηριότητες που μας αποφορτίζουν και συνάμα αποτελούν υγιές καύσιμο για το σώμα, το πνεύμα και την ψυχή.

Θέμα Δ

Δ1.

Ταξιδεύω...άρα υπάρχω!

Μια πρόσφατη δημοσκόπηση επιβεβαιώνει την ολοένα και μεγαλύτερη ροπή του σύγχρονου ανθρώπου στα ταξίδια, παρά το γεγονός ότι η οικονομική στενότητα είναι ορατή στις σύγχρονες κοινωνίες με τις οικονομικές απαιτήσεις να αυξάνονται αισθητά. Ωστόσο, είναι τόσο ο μύθος που καταβάλλει ο σύγχρονος άνθρωπος στη σύγχρονη κοπιαστική ρουτίνα του, που προσπαθεί να εξοικονομεί πάντα χρονικούς και οικονομικούς πόρους για την αναψυχή του ταξιδεύοντας αλλά επιδιώκοντας και σε άλλες ψυχαγωγικές δραστηριότητες.

Τα ταξίδια, αναμφίβολα, αποτελούν «τον πλέον ενδεδειγμένο τρόπο ψυχικής εκτόνωσης και αναζωογόνησης του κάθε ανθρώπου», για πολλούς λόγους:

- Καταρχάς, προσφέρουν στον άνθρωπο εναλλαγή παραστάσεων και εικόνων, βοηθώντας τον να δραστηριοποιήσει δημιουργικά από το γκρίζο τοπίο των σύγχρονων αστικών κέντρων. Έτσι, βιώνει νέες εμπειρίες και συγκινήσεις, εμπλουτίζοντας την ψυχή και τον πνεύμα του.
- Παράλληλα, τον βοηθούν να απεμπλακεί από τα αρνητικά και ψυχοφθόρα συναισθήματα (έντονο άγχος, στρες) τα οποία τον κατακλύζουν στην καθημερινότητα λόγω των αυξημένων απαιτήσεων της σύγχρονης ζωής. Αποφορτίζεται ψυχικά και συναισθηματικά και αντλεί χαρά και χαλάρωση από τις ταξιδιωτικές εξορμήσεις του.
- Επιπροσθέτως, αποτελούν ευκαιρία για σύσφιξη των δεσμών του ανθρώπου με τα οικεία του πρόσωπα σε ένα κλίμα χαλαρότητας μακριά από τη βουή και τις υποχρεώσεις της μεγαλούπολης ενώ παράλληλα συνιστούν πρόσφορο έδαφος για τη σύναψη νέων κοινωνικών δεσμών και της αλληλεπίδρασης με άλλους λαούς και πολιτισμούς. Έτσι, το άτομο κοινωνικοποιείται ευρύτερα και συνδέεται με τον συνάνθρωπο.
- Ταυτόχρονα, τα ταξίδια συχνά προσφέρουν στον άνθρωπο τη δυνατότητα να ασχοληθεί με αγαπημένες του αθλητικές δραστηριότητες όπως η ορειβασία, το κανόε καγιάκ, το θαλάσσιο σκι και άλλες καθώς και να συνδεθεί περισσότερο με το φυσικό περιβάλλον μέσα από περιπάτους στη φύση, εξορμήσεις στη θάλασσα και στο βουνό.
- Επιπλέον, οι ταξιδιωτικές εξορμήσεις αποτελούν για τον σύγχρονο άνθρωπο μια ευκαιρία συνάντησης με τον εσωτερικό εαυτό του, προβαίνοντας σε ενδοσκόπηση και αυτοκριτική, κατακτώντας την αυτογνωσία με στόχο την αυτοβελτίωση. Αποδρώντας από τους φρενήρεις αστικούς ρυθμούς ζωής, το άτομο αντλεί την ηρεμία να συσχεφθεί με τον εαυτό του, εμβαθύνοντας στις μύχιες ανάγκες και επιθυμίες του.

Καθίσταται σαφές ότι τα ταξίδια συνιστούν την πιο όμορφη ίσως διέξοδο από τον ασφυκτικό κλοιό της σύγχρονης ρουτίνας. Ωστόσο, προσωπική εκτίμηση αποτελεί ότι δεν είναι η μοναδική διέξοδος, εφόσον και άλλες γνήσιες δραστηριότητες γεμίζουν δημιουργικά τον ελεύθερο χρόνο.

Προσωπικά, προς αναζήτηση της προσωπικής μου ηρεμίας επιλέγω να ασχολούμαι με:

- Την τέχνη σε πολλές μορφές της όπως η μουσική, ο χορός, η ζωγραφική, εφόσον μέσω αυτής επιτυγχάνεται η δημιουργική έκφραση και η μετουσίωση των αρνητικών συναισθημάτων σε δημιουργικές δραστηριότητες. Εξωτερικεύοντας σκέψεις και συναισθήματα τραγουδώντας, χορεύοντας και ζωγραφίζοντας, επέρχεται η δημιουργική εκτόνωση από την ένταση της σύγχρονης απαιτητικής ζωής, αποβάλλοντας το άγχος και το στρες από το σύγχρονο φορτίο της ζωής.
- Το διάβασμα λογοτεχνικών βιβλίων, κυρίως μυθιστορημάτων, καθώς με αυτόν τον τρόπο πραγματώνεται ένα νοερό και ψυχικό ταξίδι μέσω της ταύτισης με τους ήρωες και βιώνονται ακίνδυνα νέες εμπειρίες, ξεφεύγοντας έστω και προσωρινά από την πεζότητα της σύγχρονης καθημερινότητας. Έτσι, εμπλουτίζεται ο συναισθηματικός μου κόσμος, βιώνοντας τη ζωή και τα συναισθήματα των ηρώων.
- Τον αθλητισμό όπως το κολύμπι, το ποδήλατο, το τρέξιμο και άλλα αθλήματα, διότι μέσω των εν λόγω δραστηριοτήτων, αντλείται πέρα από ψυχική χαλάρωση και σωματική ενέργεια, ώστε να αντιμετωπίζεται ο απαιτητικός και γοργός τόνος της ζωής σήμερα, η οποία κατακλύζεται από ποικίλου περιεχομένου υποχρεώσεις.
- Την επαφή με τη φύση, η οποία συμβάλλει στην αποβολή αρνητικών σκέψεων και ψυχοφθόρων συναισθημάτων, κατακτώντας την πνευματική διαύγεια που στερεί η πόλη. Μέσω της διεξαγωγής περιπάτων στη θάλασσα, σε πάρκα και δάση καθώς και μέσω του πικ νικ, επιτυγχάνεται η αποφόρτιση από την ένταση της καθημερινότητας.
- Τη γόνιμη κοινωνικοποίηση επιδιώκοντας τη συναναστροφή με αγαπημένα πρόσωπα τόσο του οικογενειακού όσο και του φιλικού κύκλου. Έτσι, παρέχεται η δυνατότητα αποφυγής της απομόνωσης και της εσωστρέφειας στις οποίες καταδικάζει συχνά η εμμονική ενασχόληση με την οθόνη. Ταυτόχρονα, ανταλλάσσονται συναισθήματα, σκέψεις και

ιδέες, επιτυγχάνεται η ουσιαστική σύνδεση με τον συνάνθρωπο και καλλιεργείται η κοινωνικότητα του ανθρώπου ως φύσει κοινωνικού όντος.

Επιλογικά, γίνεται αντιληπτό ότι τα ταξίδια δεν αποτελούν πολυτέλεια αλλά ζωτική και υπαρξιακή ανάγκη για τον σύγχρονο άνθρωπο, ο οποίος έρχεται καθημερινά αντιμέτωπος με κάθε λογής στρεσογόνες καταστάσεις και δυσεπίλυτα ζητήματα. Η γνήσια ψυχαγωγία, βέβαια, με ποικίλες εποικοδομητικές δραστηριότητες κρίνεται εξαιρετικά ωφέλιμη, εφόσον τροφοδοτεί/ενισχύει τον άνθρωπο ψυχικά και συναισθηματικά, ώστε να μπορεί να αντεπεξέλθει στη σύγχρονη απαιτητική του ρουτίνα.

Επιμέλεια

**Κόρκακα Σάνδη • Δασκαλάκη Ιωάννα • Μακρυγιαννάκη Κατερίνα • Μανδαλάκη Στέλλα
Πιτταροκοίλη Μαρία • Φαρσάρη Ελένη • Χρονάκη Κατερίνα**