



# Υπομονή στην πράξη

Το γεγονός που άλλαξε τη ζωή μου

Όπως το αφηγήθηκε ο Naji Cherfan  
στην Karen Solomon

© Ίδρυμα Naji Cherfan – 2010  
Ηλεκτρονική έκδοση – 2010  
© Διαφύλαξη όλων των δικαιωμάτων  
ISBN 978-960-9463-06-5  
[www.najicherfanfoundation.org](http://www.najicherfanfoundation.org)  
[NCF@najicherfanfoundation.org](mailto:NCF@najicherfanfoundation.org)

# Εικονική Υπομονή

Το γεγονός που μου άλλαξε τη ζωή



Συγγραφέας: Karen Solomon

Συγγραφέας: Naji Cherfan

Επιμέλεια: Naji Cherfan

Εκδότης: CCM International

Κονίτσης 5, Μαρούσι, 15125, Αθήνα

Εικονογράφηση: Έλενα Χιρδάρη

Αυτό το βιβλίο είναι αφιερωμένο στους δύο καλύτερους  
ανθρώπους στη ζωή μου:  
Στον πατέρα μου, George Cherfan,  
που η παρουσία του μου έδωσε το κουράγιο να ξεπεράσω  
όλα τα εμπόδια.  
Στη μητέρα μου, Sana Cherfan,  
που η αγάπη της και η τρυφερότητά της  
είναι το στήριγμά μου.

Naji Cherfan

<b>Κεφάλαιο I</b>	<b>1</b>
<b>1978-1996 (Από τη γέννηση στο κώμα )</b>	
<b>Κεφάλαιο II</b>	<b>6</b>
<b>1996-1999 (Ανάρρωση και Αποθεραπεία)</b>	
<b>Κεφάλαιο III</b>	<b>33</b>
<b>1999-2006 (Εικονικές Σημειώσεις)</b>	

## Πρόλογος

Η ζωή ορίζεται ως η κατάσταση που χαρακτηρίζεται από ανάπτυξη, αναπαραγωγή και ανταπόκριση σε ερεθίσματα. Πραγματιστικά, μπορεί να θεωρηθεί ως η περίοδος μεταξύ της γέννησης και του θανάτου. Αυτό το χρονικό διάστημα είναι θείο δώρο. Η επιθυμία για ζωή είναι μία συνεχής δύναμη που διατηρεί την επιβίωση ενώ ενθαρρύνει την εξέλιξη. Ο άνθρωπος μπορεί να επιβιώσει χωρίς πρακτικά να ξεπεράσει τα όρια της ύπαρξης. Η επέκταση των ορίων της ασφάλειας, της άνεσης και των γνωστών και πεπραγμένων απαιτεί κάτι περισσότερο από απλή δυσαρέσκεια για τις υπάρχουσες καταστάσεις. Απαιτεί την επιθυμία βελτίωσης της ποιότητας της ζωής και το κουράγιο για την εφαρμογή αυτών των αλλαγών με οποιοδήποτε κόστος. Οι επιλογές του ανθρώπου, οι αποφάσεις του και οι πράξεις του σχηματίζουν την πραγματικότητά του ενώ καθορίζουν τη δύναμη του και τη φώτιση του πνεύματός του.

Από τα πρώτα βήματα της ζωής έως την τελευταία μας πνοή, ο οργανισμός που ονομάζεται άνθρωπος αλλάζει, δημιουργώντας συνεχείς κύκλους χαράς και πόνου, προόδου και μάχης, επιτυχίας και αποτυχίας. Το ανθρώπινο πρόσωπο γελάει και κλαίει, ενώ τα μάτια του αναβλύζουν ελπίδα ή απελπισία. Ο άνθρωπος μιλάει με φωνή που μπορεί να καταπραΰνει ή να εξαγριώσει, ενώ με απλωμένα τα χέρια χαϊδεύει ή καταστρέφει. Μία δυαδική φύση μεταξύ γης και παραδείσου, ο άνθρωπος εξ επιλογής παραπατάει σε τεντωμένο σκοινί. Όταν στέκει ακίνητος, κοιτώντας μπροστά και όχι κάτω, αρχίζει η σταθερότητα. Όταν αποβάλλει το φόβο και απλώνει τα χέρια για να ισοροπήσει, περπατάει. Έχει μία σχέση με μία φωτεινή κλωστή που τον τραβά σιγά-σιγά προς τα μπροστά. Συνειδητά ή ασυνειδητά, ο άνθρωπος εξελίσσεται μέσω της επιβίωσης. Η δύναμη της ζωής ενεργοποιεί τις αλλαγές που δρουν εσωτερικά και εξωτερικά.

Ο Naji Cherfan πιστεύει ότι η ζωή είναι ένας μεγάλος κύκλος που τα πάντα μπορούν να συμβούν. Για περισσότερα από δέκα χρόνια, αυτός ο νέος άνδρας παλεύει με την απελπισία, το φόβο, τον πόνο και

το θυμό. Η ομιλία, η κίνηση και η έκφρασή του είναι μία συνεχής μάχη. Ζει σε αυτήν την πραγματικότητα, ενώ με πείσμα δημιουργεί μία άλλη, με βάση τα λόγια του πατέρα του που του είπε ότι η υπομονή είναι αρετή. Η εμπειρία του έμαθε ότι η αρετή είναι ηθικό αγαθό και η υπομονή είναι η ικανότητα για να αντέχουμε τις δυσκολίες ήρεμα. Μαθαίνοντας ξανά από την αρχή να σκέπτεται, να μιλά και να κινείται ο Naji ανέπτυξε την υπομονή ως προϊόν τόσο της πραγματικότητας όσο και της φαντασίας του. Μέρα με τη μέρα, η ζωή του Naji Cherfan γίνεται ζωή της “υπομονής στην πράξη”. Μέρα με τη μέρα, ο Naji Cherfan ζει τη ζωή του με “πραγματική υπομονή”

## Κεφάλαιο I (1978 έως 1996)

### Από τη Γέννηση στο Κώμα

Το 1978, ο εμφύλιος πόλεμος μαινόταν στο Λίβανο. Η Sana Cherfan περίμενε το τρίτο της παιδί και ήταν αποφασισμένη να μείνει στη Βηρυτό για τον τοκετό. Όμως, καθώς η σκιά του πολέμου γινόταν βαρύτερη, ο σύζυγός της George Cherfan αποφάσισε να μετακομίσει την οικογένειά του στην Ιορδανία όπου εργάζονταν σε μία Αμερικανική εταιρεία. Η οικογένεια εγκαταστάθηκε στο νέο της σπίτι και περίμενε με ενθουσιασμό την άφιξη του καινούργιου μέλους. Ο επτάχρονος Hicham και ο πεντάχρονος Maher, μοιράζονταν τον ενθουσιασμό του ερχομού ενός μωρού.

Στις 20 Νοεμβρίου, η Sana γέννησε τον τρίτο της γιο. Ονομάστηκε Naji, που σημαίνει “προσευχή στο Θεό”. Στην Αραβική γλώσσα, τα ονόματα έχουν ένα νόημα που μπορεί να μεταφραστεί σε μία εικόνα, ιδέα ή συναίσθημα. Δεκαεπτά χρόνια αργότερα, αυτό το παιδί θα γίνονταν η ζωντανή απόδειξη της πίστης της οικογένειας Cherfan στο Θεό και στη δύναμη της αγάπης.

Λίγο μετά τη γέννηση του μωρού, η οικογένεια επέστρεψε στο Λίβανο. Ένας τρόπος ζωής αιώνων, είχε εξαφανιστεί στο χάος του πολέμου. Ο George Cherfan ήθελε η οικογένειά του να μεγαλώσει σε ένα ειρηνικό περιβάλλον και έτσι μετακόμισαν στην Αθήνα και ο ίδιος έκανε αυτή την πόλη βάση της επιχείρησής του. Η οικογένεια Cherfan έγινε μέλος μίας μεγάλης Λιβανέζικης κοινότητας στην Αθήνα όταν ο Naji ήταν δύο χρονών. Κινούμενος με ευκολία στους επιχειρηματικούς κύκλους, ο George με τη διπλωματική συμπεριφορά και τη ζεστασιά του έγινε γρήγορα αρεστός και κέρδισε το σεβασμό των συνεργατών του και της κοινωνίας. Με την καλοσύνη του και τη θετική του ενέργεια γρήγορα και σταθερά εγκατέστησε την οικογένεια του στην Αθήνα.

Η μοναδική ανάμνηση του Naji από τη μετακόμιση από το Λίβανο στην Ελλάδα ήταν ότι τώρα αισθανόταν ασφαλής και ότι μέσα σε αυτή την ασφάλεια μεγάλωναν αυτός και τα αδέρφια του. Οι χαρακτήρες τους διαμορφώθηκαν σε ένα άνετο σπίτι που κάλυπτε τις



ανάγκες τους. Οι γονείς τους χάριζαν στα παιδιά απλόχερα αγάπη, κατανόηση και γνώση. Το μέλλον υπόσχονταν πολλά στον Hicham, το Maher και το Naji. Καθώς έκαναν εύκολα φίλους, έμαθαν Ελληνικά γρήγορα προκειμένου να επικοινωνούν με άλλα παιδιά. Ο Naji ήταν ένα έξυπνο παιδί, γεμάτο ενεργητικότητα. Στα πρώτα χρόνια της ζωής του πήγε στο Lycee French School of Athens. Πέντε χρόνια αργότερα, ο Naji μεταγράφηκε στο ACS. Όταν έφθασε στα 17, μιλούσε με ευφράδεια Γαλλικά, Αραβικά, Αγγλικά, Ελληνικά και Ισπανικά. Η επικοινωνία ήταν ένα μεγάλο κομμάτι της προσωπικότητας του Naji και έτσι ανέπτυξε αυτήν την ικανότητα σε μεγάλο βαθμό.

Σαν αποτέλεσμα της περιέργειάς του και του πλούτου των προσλαμβανόμενων παραστάσεων από το περιβάλλον του το μυαλό του Naji είχε πάντοτε προκλήσεις να αντιμετωπίσει. Ήταν κινητικός, διανοητής και άνθρωπος της πράξης ταυτόχρονα. Το σώμα του ήταν δυνατό από τον αθλητισμό και τη γυμναστική. Καθώς έμεναν κοντά στη θάλασσα είχε τις ευκαιρίες να κολυμπά και να κάνει θαλάσσιο σκι. Η ύπαρξη ελεύθερου χρόνου τον έκανε καλό στο πιναγκ-πονγκ, το σκουός και το τένις. Ο Naji οδηγούσε από την ηλικία των 14 ετών και η ταχύτητα τον μάγευε, αλλά δεν είχε καμία συναίσθηση των πιθανών κινδύνων που ελλόχευαν. Ήταν οργανωμένο άτομο χωρίς καμία ανοχή για τους βραδείς και ανεπαρκείς ανθρώπους. Ο Naji απαιτούσε τα πράγματα να γίνονται γρήγορα και με λίγο κόπο.

Στα δεκαεπτά του, ο Naji ήταν ευλογημένος καθώς είχε οικογένεια, φίλους, υγεία και ευστροφία. Πράγματι, μπορούσε να έχει ό,τι επιθυμούσε αληθινά. Όμως, δεν είχε κανένα κίνητρο να πιεστεί για οτιδήποτε δεν τον ευνοούσε ή ενδιέφερε άμεσα. Για τον Naji, τίποτε δεν ήταν πιο επιθυμητό από το να βρίσκει κάτι που να τον ενθουσιάζει ώστε να χρησιμοποιήσει τις ικανότητές του για να το πετύχει. Χρησιμοποιώντας τη φαντασία του σχετικά με το πώς θα ήθελε να είναι τα πράγματα, δημιούργησε έναν κόσμο που δεν είχε καμία πραγματική σχέση με αυτόν στον οποίο ζούσε πραγματικά. Είχε ένα δυνατό μυαλό, μία ισχυρή θέληση και γενναιοδωρη γεμάτη αγάπη φύση. Αυτό, επιβεβαιώθηκε από το μεγάλο αριθμό ανθρώπων που ενδιαφέρονταν βαθιά και αληθινά γι' αυτόν. Μόνο χρόνια αργότερα

κατάλαβε πόσο ευλογημένος ήταν να περιβάλλεται από αυτούς τους ανθρώπους.

Όμως, ο Najī ήταν απείθαρχος και το μοναδικό του κίνητρο ήταν να παίρνει αυτό που ήθελε όσο πιο εύκολα και γρήγορα ήταν δυνατόν. Αυτός ο τρόπος δεν ευνοούσε την ανάπτυξη του χαρίσματος της υπομονής στο Najī. Αντίθετα, τορπίλιζε την ικανότητά του να χρησιμοποιεί την επιμονή ως μέθοδο επίτευξης στόχων. Η έλλειψη υπομονής στην προσπάθεια για πράγματα τα οποία δεν τον ενδιέφεραν, τον άφησε απροετοίμαστο μπροστά σε αναπάντεχες προκλήσεις που θα απαιτούσαν την αφοσίωση χρόνου και προσοχής. Η αντιμετώπισή του στα πράγματα ήταν “κάντα όλα τώρα, πάρτα όλα τώρα”. Αυτό, τον έκανε αδιάφορο προς γεγονότα και καταστάσεις που δεν αφορούσαν άμεσα τις υλικές και συναισθηματικές ανάγκες του. Πίστευε ότι θα μπορούσε να κάνει ο,τιδήποτε χωρίς πρώτα να το μάθει και να το εξασκήσει.

Τον Απρίλιο του 1995, δανείστηκε τη μοτοσικλέτα ενός φίλου του για να κάνει μία γρήγορη βόλτα στη γειτονιά του. Δεν έτρεφε μεγάλο σεβασμό για τη δυνατή μηχανή ή τον κίνδυνο από την ταχύτητα και οδηγούσε όπως του άρεσε, χωρίς κράνος. Οι έφηβοι δεν έχουν καμία αίσθηση κινδύνου έναντι των ατυχημάτων, λες και τα νιάτα τους κάνουν άτρωτους σε τραυματισμούς. Είναι εύκολο να φαντάζεσαι ότι θα ζήσεις παντοτινά όταν είσαι έφηβος γεμάτος ζωή και ενθουσιασμό. Αυτή η αντιμετώπιση, όσο αισιόδοξη και να είναι μπορεί να οδηγήσει σε άγνοια της πραγματικότητας. Έτσι, κάπου μεταξύ των υπερφίαλων νιάτων και της δυνατής μηχανής, ο Najī οδηγούσε μέσα σε γνώριμους δρόμους. Λάτρευε την αίσθηση της “πτήσης” καθώς και εκείνη του ελέγχου πάνω στην ταχύτητα και τη γεύση της περιπέτειας. Δυστυχώς, η μηχανή και η κατάσταση του δρόμου συνωμότησαν ώστε να δώσουν κάτι που δεν περίμενε. Η μοτοσικλέτα έκανε μία βουτιά στο δρόμο, γλίστρησε και έπεσε. Η δύναμη της σύγκρουσης ήταν τόσο δυνατή, που το κεφάλι του Najī πέρασε μέσα από το παρμπρίζ. Δεν έχασε τις αισθήσεις του και μόνο μετά από λίγα λεπτά συνειδητοποίησε ότι είχε τραυματιστεί. Με αποφασιστικότητα τσούλησε τη μηχανή πίσω στο σπίτι του φίλου του. Οδηγήθηκε στο νοσοκομείο με ένα κόψιμο στο κεφάλι, από το

μέτωπο έως πίσω και πάνω από το αριστερό φρύδι. Νοιώθοντας σχετικά αλώβητος και κάπως αθάνατος, ο Naji αργότερα είπε σε ένα φίλο ότι αυτό το ατύχημα δεν του έγινε καθόλου μάθημα. Όμως, περίμενε δύο μήνες προτού ξανανέβει σε μηχανή .

Ένα χρόνο και κάτι μήνες μετά το ατύχημα, ο Naji μπήκε σε ένα τοπικό πανεπιστήμιο ως πρωτοετής. Το όνειρό του ήταν να σπουδάσει θέατρο και να ακολουθήσει μία καριέρα ηθοποιού. Αν και το πανεπιστήμιο δεν πρόσφερε θεατρικές σπουδές, σκόπευε να σπουδάσει μόνο για ένα εξάμηνο και μετά να πάει στο Μόντρεαλ όπου θα τελείωνε το πανεπιστήμιο ενώ θα συγκατοικούσε με τον αδερφό του Maher. Αν και ο Naji αγαπούσε τη ζωή στην Ελλάδα ήθελε να γευτεί τη ζωή και σε ένα άλλο μέρος του κόσμου. Η Ελλάδα ήταν όμορφη και έδινε ερεθίσματα, αλλά η ζωή στον Καναδά θα προσέφερε διαφορετικές ευκαιρίες για την ανάπτυξη του πνεύματος και των ικανοτήτων του.

Στις 25 Σεπτεμβρίου, 1996, ο Naji ήταν συνεπιβάτης σε μία μεγάλου κυβισμού μοτοσικλέτα έχοντας μεταθέσει την ευθύνη της οδήγησης σε άλλο άτομο. Κανένα από τα δύο αγόρια δεν φορούσε κράνος, σαν μία αόρατη ασπίδα να τα προστάτευε από τον κίνδυνο. Η αφοβία τους εκφράζονταν από την ευκολία με την οποία οδηγούσαν μια μοτοσικλέτα διπλάσια σε μέγεθος και δύναμη από αυτούς. Καθώς οδηγούσαν η μοτοσικλέτα τράκαρε. Τα αίτια του δυστυχήματος ποτέ δεν διαλευκάνθηκαν. Και τα δύο αγόρια πετάχτηκαν από τη μηχανή κι' ο οδηγός σκοτώθηκε ακαριαία. Ο Naji υπέστη βαριά τραύματα στο κεφάλι και έπεσε σε κώμα λίγα λεπτά μετά τη σύγκρουση. Σε αυτά τα κλάσματα δευτερολέπτων, έχασε 17 χρόνια ανάπτυξης και εξέλιξης. Για τις επόμενες λίγες εβδομάδες, αιωρούνταν στο κενό μεταξύ ζωής και θανάτου. Το σώμα του υποστηριζονταν από μηχανές και ανέπνεε μόνο μέσα από ένα σωλήνα τραχειοτομής στη βάση του λαιμού του. Η ιατρική αναφορά τον κατέτασσε ως ευρισκόμενο σε βαθύ κώμα. Φαίνονταν σαν να κοιμάται και δεν υπήρχε καμία ένδειξη ότι θα ξυπνούσε ποτέ ξανά.

Μία από τις πραγματικότητες της ζωής είναι ότι ποτέ δεν μπορούμε να γυρίσουμε πίσω. Η μοναδική επιλογή είναι να προχωράμε μπροστά από εκεί που βρίσκουμε τους εαυτούς μας σε

οποιαδήποτε δεδομένη στιγμή. Για το Naji δεν υπήρχαν πια στιγμές, μόνο ένα κενό όπου ο χρόνος δεν είχε κανένα νόημα και όπου ένα απίθανο ταξίδι ήταν μπροστά του. Αργότερα, θεώρησε αυτό το ατύχημα ως αιτία για να αλλάξει τις αξίες του και τη φιλοσοφία του. Πίστευε ότι αυτό το γεγονός του έδωσε έναν καινούργιο τρόπο να μεγαλώσει και να ωριμάσει. Όμως, αυτή τη στιγμή μονάχα κοιμόταν.

## Κεφάλαιο II(1996 – 1999)

### Ανάρρωση και Αποθεραπεία

Πολλοί πιστεύουν ότι ο Naji κρατήθηκε στη ζωή μόνο από τη θέληση και τις προσευχές της οικογένειας και των φίλων του. Οι Cherfan ερεύνησαν κάθε πιθανότητα για τη βελτίωση της κατάστασης του παιδιού τους. Η αισιόδοξη αντιμετώπιση αυτού του γεγονότος ήταν η αιτία για μεγάλο μέρος της θετικής έκβασης που είχε το ατύχημα του Naji. Ο George Cherfan ήξερε ότι η πειθαρχία και η σκληρή δουλειά οδηγούν στην επιτυχία και κατάλαβε τι θα χρειαζόταν να αντιμετωπίσει ο Naji, ενώ περίμενε για σημάδια της ανάρρωσής του. Πριν το ατύχημα, το Σεπτέμβριο του 1996, η κύρια έννοια του Naji ήταν η ολοκλήρωση των σπουδών του και η απόλαυση της ζωής του ως έφηβος που αγαπούσε την καλή ζωή, αλλά ήταν ταυτόχρονα προσγειωμένος και φιλόδοξος. Παρότι ο Naji ήταν εγωκεντρικός και απορροφημένος στο εγώ του, είχε μία μεγάλη καρδιά και γενναιοδωρή φύση. Η ευαίσθητη πλευρά του κρύβονταν πίσω από αποστασιοποιημένους τρόπους και υψηλόφωνες απαιτήσεις. Ήταν καλός φίλος, αγαπούσε τις διασκεδάσεις και ένα μικρό παιδί, και όλα αυτά μαζί. Τώρα, ήταν στο κρεβάτι ήσυχος και ακίνητος. Κανείς δεν ήξερε εάν θα μιλούσε ποτέ ξανά.

Οι Cherfan δεν σπατάλησαν καθόλου χρόνο προκειμένου να παρέχουν την καλύτερη φροντίδα που υπήρχε, για το γιο τους. Πίστευαν ότι ο Naji θα ανάρρωνε πλήρως και θα επέστρεφε στην παραγωγική ζωή. Αυτή η ζωή περιλάμβανε μία πανεπιστημιακή μόρφωση, επαγγελματικές επιτυχίες και προσωπική ικανοποίηση. Ο George και η Sana εστίασαν την προσοχή τους στο μικρότερο γιο τους και προσεύχονταν να ξυπνήσει. Μαζί τους ήταν φίλοι και συνεργάτες απ' όλο τον κόσμο που ειλικρινά ενδιαφέρονταν για το Naji. Πολλοί από αυτούς τους φίλους τον είχαν παρακολουθήσει να μεγαλώνει από βρέφος σε έφηβο. Οι δύο μεγαλύτεροι αδερφοί του και οι συμμαθητές του τον επισκέπτονταν στο νοσοκομείο καθημερινά, για να ελέγξουν την πρόοδό του, ελπίζοντας σε ένα θαύμα.

Η Sana Cherfan μοιράζονταν την πίστη του συζύγου της ότι ο Najj θα ξυπνούσε και θα γίνονταν εντελώς καλά. Ήταν μία δυναμική, ενεργητική και γελαστή γυναίκα με ζεστή προσωπικότητα. Αφοσιωμένη σύζυγος και μητέρα, ασκούσε θετική επίδραση στα παιδιά της. Τα μεγαλύτερα αγόρια, ο Hicham και ο Maher λάτρευαν το μικρότερο αδερφό τους και τον εκπαίδευαν με όλους τους τρόπους. Ο Najj αισθάνονταν απόλυτα ασφαλής γνωρίζοντας ότι ήταν το κέντρο της προσοχής και των τεσσάρων μελών της οικογένειάς τους. Αυτοί ήταν οι άνθρωποι που μοιράζονταν τον πόνο και την αγωνία της παρούσης κατάστασής του. Φίλοι τους συμπαραστέκονταν στο νοσοκομείο ενώ άλλοι προσεύχονταν για το Najj. Ενώ η Sana παρακολουθούσε το μικρότερο γιο της να κοιμάται, του έπλεξε μια κουβέρτα και κρατούσε ένα βιβλίο γεμάτο υπογραφές του μεγάλου αριθμού ανθρώπων που τους επισκέπτονταν.

Ο Najj έμεινε πολλές εβδομάδες σε κώμα χωρίς να δίνει σημεία ανάκαμψης. Παρόλα αυτά, όλοι πίστευαν ότι αυτό το παιδί που το όνομά του ήταν “προσευχή στο Θεό” θα άνοιγε τα μάτια του. Είχαν πίστη ότι η θέλησή του για ζωή και η αγάπη τους για αυτόν θα υπερνικούσαν τα τραύματα του εγκεφάλου. Επικοινωνούσαν μαζί του μέσω της μνήμης και της επιθυμίας να μεταδώσουν δύναμη και ελπίδα στο κοιμισμένο σώμα του. Η εμφάνισή του δεν είχε αλλάξει, αλλά ο τραυματισμός ήταν πολύ σοβαρός. Οι γιατροί ήταν απαισιόδοξοι σχετικά με την κατάσταση του και είπαν στους γονείς του ότι εάν πράγματι ξυπνούσε, θα χρειαζόνταν μακρά θεραπεία και αποθεραπεία επειδή οι λειτουργικές ικανότητές του θα βρίσκονταν σε πολύ χαμηλό επίπεδο. Διατηρούνταν με μηχανική υποστήριξη, χωρίς να μπορεί να αναπνεύσει ή να λειτουργήσει με δικές του δυνάμεις. Υπό συνεχή παρακολούθηση για οποιοδήποτε σημάδια ότι επανακτούσε τις αισθήσεις του, ο Najj έμενε μετέωρος μεταξύ ύπνου και επιβίωσης, χωρίς συναίσθηση του τι του είχε συμβεί.

Κατά τα τέλη Νοεμβρίου, η οικογένεια Cherfan προσκάλεσε έναν ειδικό από το νοσοκομείο John's Hopkins στη Βαλτιμόρη. Ο Δρ. Dan Hanley ήταν στη Γερμανία όταν προσκλήθηκε στην Ελλάδα προκειμένου να εξετάσει την κατάσταση του Najj. Αυτός συμβούλεψε τους Cherfan σχετικά με το είδος της θεραπείας που θα χρειαζόνταν

ο γιος τους σε περίπτωση που έβγαινε από το κώμα. Αφού τον εξέτασε, ο γιατρός ρώτησε την οικογένεια σχετικά με τα πράγματα που άρεσαν στο Najj. Ήλπιζε ότι θα προκαλούσε κάποια αντίδραση του Najj και έψαχνε για μια ιδέα ως προς το τι θα ήταν το ερέθισμα για μια τέτοια αντίδραση. Προσπαθώντας να εκμαιεύσει μία σωματική αντίδραση του Najj, έκανε μία σειρά από τεστ, ακόμη και τραβώντας του τα μαλλιά.

Ο Δρ. Hanley επέμενε στο να κάνει ερωτήσεις και ανακάλυψε ότι ήταν οικογενειακό αστέιο το να λέγεται ότι ο Najj θα έκανε το οτιδήποτε για τα χρήματα. Κατά το διάστημα αυτό, υπήρχαν μερικά σημάδια ότι ο Najj προσπαθούσε να επανακτήσει τις αισθήσεις του. Παίρνοντας ένα στοιχείο από την πληροφορία σχετικά με την εμμονή του Najj με τα χρήματα, ο κ. Cherfan έδωσε στο γιατρό ένα τουρκικό νόμισμα του ενός εκατομμυρίων λιρών. Στην πραγματικότητα η αξία του ήταν περίπου πέντε δολάρια Αμερικής. Όταν ο Δρ. Hanley κούνησε το χαρτονόμισμα μπροστά του, ο Najj άνοιξε τα μάτια του και παρακολουθούσε την κίνηση του νομίσματος. Στην ιατρική αναφορά καταγράφεται ότι ο Najj βρίσκονταν σε κώμα για περίπου δύο μήνες ως αποτέλεσμα σοβαρών κρανιοεγκεφαλικών κακώσεων. Γύρω στις 20 Νοεμβρίου 1996, άρχισε να βγαίνει από το βαθύ ύπνο του. Είχε μετατραυματική αμνησία τριών έως τεσσάρων μηνών περίπου, αλλά η ανάδρομη αμνησία του (απώλεια μνήμης για γεγονότα που είχαν συμβεί πριν από το ατύχημα) ήταν πολύ ελαφριά. Στην πραγματικότητα, θυμόταν τα πάντα έως τη στιγμή του ατυχήματος.

Το κώμα είναι μία ξεχωριστή πνευματική κατάσταση και έτσι είναι δύσκολο να μελετηθεί υπό ελεγχόμενο περιβάλλον. Οι μαρτυρίες των ασθενών παίζουν σημαντικό ρόλο στη συλλογή της έρευνας. Ο πιο βασικός ορισμός του κώματος είναι ότι πρόκειται για μία υποσυνείδητη κατάσταση πνευματικής ύπαρξης, στην οποία ο άνθρωπος δεν είναι ικανός να αισθανθεί ή να ανταποκριθεί σε εξωτερικά ερεθίσματα. Στην περίπτωση του Najj υπήρχαν τρεις κύριοι τύποι κώματος. Ο πρώτος είναι το βαθύ κώμα, κατά το οποίο οι ακούσιες λειτουργίες του ασθενούς βρίσκονται στο χαμηλότερο σημείο τους συχνά διατηρούμενες με τη βοήθεια μηχανικής υποστήριξης. Αυτό, καμιά φορά αποκαλείται φυτική κατάσταση. Ο

δεύτερος, είναι το ημι-κώμα, στο οποίο ο ασθενής περιστασιακά επιδεικνύει σημεία κίνησης, συχνά σε ανταπόκριση πνευματικής δραστηριότητας, που δεν απευθύνεται ή δεν είναι ανταπόκριση σε εξωτερικά ερεθίσματα. Ο τρίτος τύπος κώματος, γνωστός ως άγρυπνο κώμα, χαρακτηρίζεται από τη μειωμένη ικανότητα του ασθενούς να αντιλαμβάνεται την κατάστασή του.

Η μαρτυρία του ασθενούς βοηθά στο σχηματισμό της ταξινόμησης των κωματωδών καταστάσεων. Η πλησιέστερη αναλογία με το κώμα, που ο μέσος άνθρωπος μπορεί να χρησιμοποιήσει ως σημείο αναφοράς για την κατανόηση αυτού του φαινομένου, είναι ο ύπνος. Στο βαθύ κώμα, δεν υπάρχει τίποτε στον εγκέφαλο του ασθενούς που να μπορεί να χαρακτηριστεί ως συνειδητό. Καμία πνευματική εικόνα ή παράσταση δεν χαρακτηρίζει αυτήν τη μετέωρη κατάσταση, καθώς ο ασθενής βρίσκεται στο χείλος μεταξύ ζωής και θανάτου. Οι ζωτικές λειτουργίες βρίσκονται σε εξαιρετικά υποβαθμισμένο επίπεδο, καθιστώντας το αδύνατο για τον εγκέφαλο να εκτελέσει τις υψηλότερες λειτουργίες που είναι απαραίτητες για τη βασική συνειδητότητα. Ορισμένοι ασθενείς αναφέρουν εμπειρίες μίας σχεδόν μυστικιστικής φύσης κατά τη διάρκεια του βαθιού κώματος. Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι ασθενείς μπορούν να καταλάβουν το πέρασμα του χρόνου και συγχέουν την αλληλουχία των διανοητικών διαδικασιών τους. Η μνήμη του Naji ήταν το απόλυτο σκοτάδι. Η επιθυμία για ανάρρωση είναι ζωτικής σημασίας και ο ασθενής πρέπει να ενθαρρύνεται να βγει έξω από την κατάθλιψη και να μπει στην ελπίδα. Αυτό καλύτερα μπορεί να το κάνει η ίδια η οικογένεια του ασθενούς καθώς και οι ίδιοι μπορεί να έχουν υποστεί μεγάλο ψυχικό τραύμα από το σχεδόν θανατηφόρο τραυματισμό του συγγενούς τους. Ένας ψυχολόγος μπορεί να βοηθήσει την οικογένεια να συμφιλιωθεί με τη συλλογική τους τραγωδία, ενώ συνιστά το συνδυασμό φαρμάκων και άλλου τύπου θεραπείες. Η απάθεια και η παραίτηση είναι οι μεγαλύτεροι εχθροί της ανάρρωσης. Έτσι, είναι πολύ σημαντικό να πεισθεί ο ασθενής ότι η ανάρρωση είναι δυνατή. Όσο περισσότερη προσοχή δίνει η οικογένεια στον ασθενή, τόσο αυτός θα αισθάνεται υποχρεωμένος να βελτιωθεί. Η οικογένεια δίνει κάποια αίσθηση σκοπού πέρα και πάνω από απλά την προσωπική



βελτίωση. Η προσωπική επιθυμία συχνά δεν επαρκεί ως κινητήριος παράγοντας, επειδή συχνά ο ασθενής αισθάνεται ότι η ζωή του έχει ήδη τελειώσει. Η θλίψη που προκαλεί η κατάσταση του ασθενούς επιβεβαιώνει την αίσθηση συσχετισμού του με τους άλλους.

Η περίοδος ανάρρωσης είναι μεγάλη και αργή. Το ηθικό είναι ζωτικής σημασίας και η ελπίδα είναι απαραίτητη. Πέρα από τη θεραπεία του σώματος, συχνά, ο ασθενής πρέπει να υποβληθεί σε γνωσιακή θεραπεία. Οι τραυματισμένοι μετωπιαίοι λοβοί του εγκεφάλου περιπλέκουν τις γνωσιακές λειτουργίες. Συνεπώς, άλλες περιοχές του εγκεφάλου πρέπει να πληρωθούν με τα σχετικά πλέγματα νευρικών συνάψεων ώστε να αντικατασταθούν εκείνα που χάθηκαν. Όσο ο πάσχων και η οικογένειά και οι φίλοι του πιστεύουν ότι μπορεί να αναρρώσει, αυτό μπορεί να συμβεί. Η δύναμη της θέλησης στον άνθρωπο είναι κάτι πέρα από τα όρια των λογικών ερμηνειών. Σε όλη τη διάρκεια της περιπέτειας του τραυματισμού και του κόματος, η οικογένεια Chefan παρέμεινε με αισιόδοξη και θετική διάθεση ότι η θέληση του Naji και η δύναμη της θέλησης εκείνων που τον αγαπούσαν θα υπερνικούσε το θάνατο.

Όταν ο Δρ. Hanley κούνησε το χαρτονόμισμα μπροστά από τα μάτια του, ο Naji αναδύονταν από το κώμα που τον είχε προστατέψει από το σωματικό τραύμα που υπέστη λόγω του ατυχήματος. Αυτή η κατάσταση λειτούργησε και σαν μονωτικό έναντι του υπόλοιπου κόσμου. Αυτοί οι δύο μήνες ακινησίας, επέτρεψαν στο σώμα να αναπαυθεί και να αρχίσει να αναρρώνει από το σοκ του τραυματισμού. Ο Naji ξύπνησε τυφλός, μουγγός και παράλυτος. Δεν ήξερε γιατί ήταν στο νοσοκομείο. Όμως, θυμόταν τα χρήματα που του χρωστούσε ένας φίλος την ημέρα του ατυχήματος. Αργότερα, σχολίασε ότι γεννήθηκε δύο φορές στη ζωή του, μία φορά ως βρέφος και την άλλη ως έφηβος. Μία τρομακτική δουλειά τον περίμενε: έπρεπε να μάθει από την αρχή όλες τις βασικές επιδεξιότητες της ζωής. Αναρωτήθηκε εάν ήταν θαύμα ή κατάρα που είχε επανέλθει στη ζωή. Σε όλη τη διάρκεια των πρώτων μηνών αφότου βγήκε από το κώμα, άκουγε μόνο τα λόγια του πατέρα του: Η υπομονή είναι αρετή. Υπάρχει χρόνος για τα πάντα και μη φοβάσαι! Δεν είχε άλλη επιλογή από το να ακούσει και να προσπαθήσει. Έτσι και έκανε...

Όταν ο Naji ξύπνησε, οι πρώτες του σκέψεις ήταν για ανάρρωση και επιστροφή στη ζωή ως έφηβος. Οι πιο κοντινοί του άνθρωποι είχαν μείνει δίπλα του όλες αυτές τις εβδομάδες που ήταν σε κώμα. Αν και δεν καταλάβαινε τι έλεγαν, η οικογένεια και οι φίλοι του συνέχιζαν να επικοινωνούν μαζί του μέσα από την ανάγνωση και να μιλούν δυνατά. Πίστευαν ότι μπορούσαν να πείσουν τον τραυματισμένο εγκέφαλο του Naji να ανταποκριθεί και να γίνει καλά. Η επιρροή του George Cherfan στο Naji ήταν πιο σημαντική από ποτέ και η παρουσία του και ενεργητικότητά του θα καθόριζαν την αρχή και τη συνέχεια της θεραπείας του γιου του. Ο Naji θυμάται την ήρεμη, θετική στάση του πατέρα του καθώς συζητούσαν τα επόμενα στάδια της ανάρρωσης. Αυτά, περιλάμβαναν θεραπεία σε νοσοκομεία στην Αθήνα και αργότερα παραμονή στη Γερμανία προκειμένου να συνεχίσει με εκτεταμένη δουλειά στο Κέντρο Ανάνηψης Jugenwerk στο Γκαίλιγκεν.

Τα παρακάτω είναι οι συστάσεις του κέντρου και το καθημερινό πρόγραμμα του Naji για ανάρρωση, όπως το έγραψε ο νευρολόγος Δρ. A. Voss:

*Ο Naji Cherfan θα πρέπει να έχει ένα τακτικό καθημερινό πρόγραμμα με ένα διάλειμμα το μεσημέρι, διάρκειας περίπου δύο ωρών. Οι στόχοι είναι η εκπαίδευση των γνωσιακών και κινητικών ελλειμμάτων και η θεραπεία των προβλημάτων συμπεριφοράς.*

*Το πρόγραμμα θα αποτελούνταν από γνωσιακές και κινητικές ασκήσεις. 9:00-9:45 π.μ. Εκπαίδευση στη βάδιση και αντιδράσεις στάσεις σώματος. Έναρξη με τέντωμα των τενόντων των ποδιών και ιδιαίτερα εκείνων των άκρων ποδών. Εκπαίδευση σε κυλιόμενο διάδρομο και έπειτα πήδηση στο ένα ή και στα δύο πόδια. Εκπαίδευση στη στάση στο ένα πόδι. 10:00-10:45 π.μ.*

*Γνωσιακή εκπαίδευση: Το καλύτερο θα ήταν η επανάληψη των μαθημάτων του προηγούμενου σχολικού έτους, η ανάγνωση εφημερίδων και η αναφορά των κυρίων σημείων κατά το μεσημβρινό γεύμα. Με την αναφορά αυτή, θα βελτιώνονταν ο*

συγχρονισμός ομιλίας και αναπνοής. 11:00-11:45 π.μ.

Εκπαίδευση του αριστερού βραχίονα και του αριστερού χεριού. Υπάρχουν ορισμένες φωτοτυπίες που σας έδωσε ο εργασιοθεραπευτής καθώς και ορισμένο υλικό να χρησιμοποιήσετε για αυτόν τον σκοπό. Η κα. Pilgermann σας έδειξε τις ασκήσεις με το υλικό και χωρίς το υλικό. Η εκπαίδευση των κινήσεων των δακτύλων μπορεί να γίνει με την εργασία σε υπολογιστές ή με το παίξιμο σε ηλεκτρικό πιάνο. Το αριστερό χέρι θα πρέπει να χρησιμοποιείται σε φυσιολογικές καθημερινές εργασίες όπως η χρήση μαχαιροπίρουνου, η παρασκευή ποτών “φραπέ”, ο καθαρισμός παραθύρων, κ.λπ.

12:00-14:00 μ.μ.

Διάλειμμα

14:00-15:00

Περίπατος στην πόλη Διόρθωση του βηματισμού κατά τη βάδιση. Προσπάθησε να βαδίζεις με άνεση και ρυθμό. Άφησε το αριστερό χέρι να κρέμεται. Βρες μόνοι σου, τη σωστή ταχύτητα βάδισης για σένα. Με την επιστροφή στο σπίτι, κάνε μερικές ασκήσεις στην αλλαγή της στάσης του σώματός σου. Από την καθιστή θέση στην όρθια, από την πρηνή στην καθιστή και στην όρθια. Προσπάθησε να χαλαρώσεις το αριστερό σου χέρι και άφησέ το να κρέμεται.

15:15-16:00 μ.μ.

Γνωσιακή εκπαίδευση όπως το πρωί.

Τρεις φορές την εβδομάδα θα ήταν καλό να κολυμπάς το απόγευμα. Η κολύμβηση γυμνάζει τους μύες σου και τους χαλαρώνει και κάνει τις κινήσεις σου ανετότερες. Το απόγευμα θα ήταν καλό να υπάρχει η δυνατότητα τρεις φορές την εβδομάδα να επικοινωνείς με το νευρολόγο ή με τον ψυχοθεραπευτή για να μιλάς σχετικά με την ανάρρωσή σου και να αναπτύξεις μηχανισμούς αντιμετώπισης.

*Αγαπητέ Najj,*

*Γνωρίζω ότι ένα πρόγραμμα σαν αυτό απαιτεί μεγάλη δύναμη και προσήλωση από μέρους σου. Αλλά νομίζω ότι έχεις την ενέργεια και την δυνατότητα να το κάνεις. Μετά από λίγο καιρό θα δεις τα καλά αποτελέσματα της δουλειάς σου. Είναι η δική σου υπευθυνότητα έναντι του εαυτού σου που θα σου φέρει την επιτυχία. Τα σαββατοκύριακα μπορείς να ξεκουράζεσαι και να βλέπεις τους φίλους σου. Πιστεύω ότι ένα βράδυ μπορείς να επιστρέφεις αργότερα από ό,τι συνήθως. Για παράδειγμα: Το Σάββατο το βράδυ. Μπορείς να κοιμηθείς περισσότερο την Κυριακή. Αλλά, μέσα στην εβδομάδα το καλύτερο για εσένα θα είναι να κοιμάσαι μεταξύ των 10:00 και 11:00 μ.μ.*

*Με εκτίμηση, Δρ. Voss*

Πριν το ατύχημα, ο Najj ποτέ δεν είχε δώσει πολλή σκέψη στην αξία του χρόνου ή στην αρετή της υπομονής. Ακόμη λιγότερο είχε σκεφθεί τις εφαρμογές τους στην πράξη. Ξαφνικά, είχε μία ολοκαίνουργια αντίληψη για το τι είναι η υπομονή και πως εφαρμόζονταν στην κατάσταση του. Ο χρόνος επίσης, αποκτούσε ένα νέο νόημα και αξία. Είχε χάσει σχεδόν δύο μήνες από τη ζωή του ξαπλωμένος, ακίνητος και σε κώμα ενώ ο υπόλοιπος κόσμος συνέχιζε να περιστρέφεται στον κύκλο της ανάπτυξης, ανακάλυψης και κινητικότητας. Όταν τελικά ξύπνησε, ήταν ακόμη ακινητοποιημένος. Τώρα, έπρεπε να αντιμετωπίσει την απώλεια της όρασης, της ομιλίας, της κινητικότητας και της μνήμης.

Αυτός ο δραστήριος δεκαοκτάχρονος νέος ήταν σε κατάσταση σοκ και σύγχυσης σχετικά με το τι είχε συμβεί και το γιατί είχε συμβεί σε αυτόν. Αισθανόμενος ως ξένος μέσα στο ίδιο του το σώμα, έστελνε νοητικές οδηγίες σε όλα τα μέρη της φυσικής του δομής, αλλά τίποτε δεν αντιδρούσε. Αν και άκουγε φωνές και διαισθανόταν τις κινήσεις γύρω του, αισθάνονταν αόρατος. Υπό κάποια φυσική έννοια, βρίσκονταν εκεί ώστε όλοι να τον βλέπουν και να τον αγγίζουν, αλλά δεν μπορούσε να συμμετάσχει στην παρέα. Πολλές φορές

αισθάνονταν αιχμάλωτος, αιωρούμενος μεταξύ ζωής και θανάτου, κόλασης και παράδεισου. Ενώ είχε συναισθηματικές αντιδράσεις σχετικά με το τι γινόταν γύρω του, δεν μπορούσε να κάνει τίποτε όπως και δεν μπορούσε να εκφράσει αυτά τα συναισθήματα. Ο Najji, που δεν είχε τα χαρίσματα της υπομονής και της πειθαρχίας, ξαφνικά υποχρεώθηκε να επαναπροσδιορίσει όλα όσα έχουν σχέση με την εργασία και το χρόνο. Ευτυχώς, η ικανότητά του να σκέφτεται, να εκλογικεύει και να θυμάται δεν είχε υποστεί μόνιμες βλάβες. Αφού ανάρρωσε από την αμνησία, η μνήμη του επέστρεψε πολύ γρήγορα. Σύντομα, θυμόταν αριθμούς τηλεφώνου φίλων και μεμονωμένα, άσχετα μεταξύ τους γεγονότα.

Ενώ η λειτουργία του εγκεφάλου του φαίνονταν φυσιολογική και λιγότερο τραυματισμένη,

Είχαν γίνει άλλες ζημιές που επηρέασαν δραματικά τις σωματικές ικανότητες. Όταν ξύπνησε, οι γιατροί δεν είχαν πολλές ελπίδες ότι θα μπορούσε ποτέ ξανά να δει, να μιλήσει ή να κινηθεί. Ο Najji Cherfan είχε άλλες απόψεις και η οικογένειά του ήταν αποφασισμένη ότι θα ανάρρωνε πλήρως. Αυτός ο συνδυασμός επιθυμιών έδωσε τον τόνο στο ταξίδι του Najji από το κώμα στην ανάρρωση. Μετά από ενός μηνός τύφλωση, η όραση του Najji βελτιώθηκε σε θολή εικόνα. Σιγά-σιγά άρχισε να βγάζει ήχους. Όταν τελικά μίλησε, το πρώτο πράγμα που είπε ήταν “Βγάλτε με από εδώ μέσα”. Ο άμεσος τρόπος επικοινωνίας της άποψης και των επιθυμιών του είχε παραμείνει μέρος της προσωπικότητας του Najji.

Παρά τις ευχάριστες στιγμές γύρω από την ανάδυσή του από το κώμα και τη σταθερή βελτίωσή του, παρέμεινε ανάπηρος με πολλούς κρίσιμους τρόπους. Το αριστερό του χέρι, από τον ώμο έως τα δάχτυλα ήταν άχρηστο και δεν μπορούσε να το χαμηλώσει. Το χέρι ήταν διπλωμένο σε κλειστή θέση σαν γροθιά και ήταν άχρηστο. Η διπλή και θολή όραση είχε διορθωθεί και το ανοιγοκλείσιμο του ματιού του είχε εξαφανιστεί, αλλά χρειάζονταν γυαλιά για το διάβασμα. Ακόμη και εάν τα πόδια του Najji δεν λειτουργούσαν φυσιολογικά, αυτός άρχισε να κινείται σιγά αλλά σταθερά. Οι μελλοντικοί στόχοι του ήταν η ανάκτηση της ισορροπίας του και να γίνει σωματικά δραστήριος. Αυτός, ήταν ένας ρεαλιστικός στόχος

λαμβάνοντας υπόψη ότι ο Naji κάθονταν σε αναπηρική καρέκλα για σαράντα ημέρες και μία μέρα ανακοίνωσε “Στο διάβολο με ετούτο, εγώ θα πετάξω”. Λίγο μετά από αυτήν την ανακοίνωση, σηκώθηκε και περπάτησε. Ο Naji επίσης είχε υποστεί σοβαρό τραυματισμό στην τραχεία, που τον υποχρέωνε να αναπνέει μέσα από μία τραχειοτομή καθ’ όλη τη διάρκεια του κώματος και μερικές εβδομάδες αφού ξύπνησε. Το ατύχημα είχε αφήσει το Naji με ένα μυαλό που λειτουργούσε σχεδόν στο ίδιο επίπεδο όπως προηγουμένως και ένα σώμα που λειτουργούσε κατά πολύ κατώτερα από όσο χρειαζόνταν για μία φυσιολογική ζωή ενός εφήβου.

Καθώς ήταν ξαπλωμένος στο νοσοκομείο στην Αθήνα, ο Naji άρχισε να κατανοεί και να αξιολογεί την κατάστασή του. Δεν μπορούσε να πιστέψει αυτό που του είχε συμβεί ούτε μπορούσε να καταλάβει το τι τον περίμενε. Στο μυαλό του, μπορούσε να δει ότι όλα όσα είχε καταφέρει στα 17 χρόνια της ζωής του είχαν σβηστεί με μία μικρή κίνηση κάποιας μοτοσικλέτας. Άρχισε να συνειδητοποιεί την αξία των λόγων του πατέρα του όταν τον προειδοποιούσε για την ταχύτητα και τον προέτρεπε να φορά κράνος. Τελικά, κατάλαβε ότι το μέλλον εξαρτιόταν από την ικανότητά του να ξαναμάθει όλα όσα ήξερε παλαιότερα καθώς και από την επιθυμία του να ανακαλύψει καινούργια πράγματα. Ο πατέρας του ενθάρρυνε το Naji λέγοντας “Εάν επιθυμείς κάτι, μπορείς να το επιτύχεις” και για μια φορά, ο Naji τον άκουσε. Πρώτα, ήρθε το θαύμα της επιστροφής του από το θάνατο. Το δεύτερο θαύμα θα ήταν μία επιτυχημένη ανάρρωση και η επιστροφή του σε μία παραγωγική ζωή. Ο Naji έθεσε στόχο του να γίνει σωματικά δραστήριος και να συνεχίσει τις σπουδές του. Είχε την αγάπη και την υποστήριξη της οικογένειας και των φίλων του καθώς και την καλύτερη θεραπεία που υπήρχε. Άρχισε να δουλεύει για να πετύχει αυτούς τους στόχους.

Αφού επανέκτησε την ομιλία και την κινητικότητά του, αυτός και οι γονείς του μετακόμισαν στη Γερμανία όπου εργάστηκε πολύ εντατικά με θεραπευτές σε ένα κέντρο αποθεραπείας στο Gailingen. Η αλλαγή του τρόπου ζωής από την Ελλάδα στη Γερμανία ήταν δύσκολη για το Naji επειδή το σύστημα αποθεραπείας ήταν περιοριστικό και απαιτούσε αυτοπειθαρχία από όλους του; ασθενείς. Ο Naji ήταν

συνηθισμένος σε μεγάλες προσωπικές ελευθερίες και αντιμετώπιζε μεγάλες δυσκολίες προσαρμογής στο καθημερινό πρόγραμμα που απαιτούνταν ως αποτέλεσμα του ατυχήματός του. Η ζωή του πιο πριν ήταν γεμάτη από αυτοκίνητα, κορίτσια, clubs και ξενύχτια. Τώρα οι μέρες του περιλάμβαναν εργασιοθεραπεία, λογοθεραπεία και φυσιοθεραπεία συν νευροψυχολογία. Του συνέστησαν να κολυμπά, να διαβάσει εφημερίδες και να αναφέρει όσα είχε διαβάσει κατά το μεσημβρινό διάλειμμα.

Κατά τη διάρκεια της παραμονής του στη Γερμανία, ο Naji ήταν δυστυχισμένος και θλιμμένος. Είχε δυσκολίες να κοιμηθεί και τον ενοχλούσε ο αποχωρισμός από τους φίλους και τις ασχολίες του. Πολλά βράδια περνούσε ξάγρυπνος και αναρωτιόταν “γιατί να συμβεί αυτό σε εμένα;” Σκεφτόταν τους φίλους του στην Ελλάδα, τον Καναδά και σ’ όλο τον κόσμο να οδηγούν αυτοκίνητα και μηχανές, να πηγαίνουν σχολείο και για καφέ. Όταν τελικά τον έπαιρνε ο ύπνος, ξυπνούσε για μία ακόμη ημέρα θεραπείας που άρχιζε στις 7 το πρωί και τελείωνε στις 5 το απόγευμα. Αισθάνονταν πολύ βαθιά την απώλεια της εφηβείας του που μέσα είχε του φίλους και το σχολείο του.

Ο Naji έκανε γνωσιακή θεραπεία προκειμένου να διατηρήσει τη μνήμη του και να αυξήσει την ικανότητα κατανόησης. Τον έβαλαν σε μία επαναληπτική τάξη Αγγλικών, αλλά όταν εξετάστηκε στα μαθηματικά, οι ικανότητές του ήταν υψηλότερες και πληρέστερες. Ευτυχώς, οι φυσικές ικανότητες και η κατανοητική μνήμη με ψηφία δεν είχαν πληγεί και παρέμεναν ισχυρές. Κατά τη διάρκεια της θεραπείας του στη Γερμανία, ο Naji είχε την ενθάρρυνση ενός οικογενειακού φίλου που τον ενέπνεε με ωραία λόγια και αρκετό γέλιο. Μετά από αυτήν την εμπειρία, ο Naji είπε σε ένα φίλο ότι η ζωή είναι ένας μεγάλος κύκλος και ποτέ δεν ξέρεις τι πρόκειται να συμβεί. Συμπέρανε ότι το καλύτερο ήταν να ζει τη στιγμή και να προγραμματίζει για ό,τι ήθελε να κάνει. Ζώντας και εργαζόμενος στο παρόν, το μέλλον του προσδιορίζονταν με κάθε βήμα που έπαιρνε προς την ολοκλήρωσή του.

Ο Naji άλλαξε κατά πολλούς τρόπους αυτούς τους μήνες της θεραπείας. Αν και ωριμάζε συναισθηματικά και πνευματικά, ακόμη

αντιδρούσε με ανώριμο τρόπο όταν βαριόταν. Η καθημερινή θεραπεία τον πίεζε ώστε να αναπτύξει μία νέα αίσθηση αυτοπειθαρχίας. Ο βαθμός επιτυχίας του ήταν ευθέως ανάλογος του κόπου και της δουλειάς που είχε αφιερώσει. Αυτό, ήταν κάτι άγνωστο για το Najī. Εάν δεν προπονείτο στη βάδιση δεν μπορούσε να περπατήσει. Εάν δεν εξασκούσε το σαγόνι του με κυκλικές κινήσεις, εάν δεν σφύριζε, έφτυνε και μάζαγε τσίχλα, δεν μπορούσε να μιλήσει. Τα πρωινά και τα απογεύματα ήταν αφιερωμένα σε πολλές μικρές δουλειές που μπορούσαν να βοηθήσουν την επιστροφή του στις φυσιολογικές και απαραίτητες δεξιότητες. Όσοι γνώριζαν το Najī πριν το ατύχημά του τον θαύμαζαν και τον σέβονταν που διατηρούσε αυτή την ξεχωριστή προσωπικότητα και την καλή διάθεσή του κατά τη διάρκεια των ωρών και των μηνών της θεραπείας του τόσο στη Γερμανία όσο και στην Ελλάδα.

Ο Najī ήταν πεπεισμένος ότι η επιστροφή στην προηγούμενη ζωή του ήταν κάτι που μπορούσε να γίνει. Φαντάζονταν πώς θα ήταν να είναι καλά και προσεύχονταν για ένα ακόμη θαύμα, πιστεύοντας ότι θα ξυπνούσε μία ημέρα και θα ήταν απολύτως καλά. Κάποιες ημέρες, φαντάζονταν ότι θα υποβάλλονταν σε εγχείρηση εγκεφάλου και οι χειρουργοί θα διόρθωναν όλα τα τραύματά του. Τότε, θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει το αριστερό του χέρι και τα πόδια του θα έτρεχαν αντί να βαδίζουν αργά-αργά και να παραπαίουν από τη μία πλευρά στην άλλη. Μπορούσε να γευτεί τη θάλασσα και να αισθανθεί τον αέρα στο πρόσωπό του. Αφού ταξίδευε με μεγάλη ταχύτητα, ξαφνικά ξυπνούσε και συνειδητοποιούσε ότι κινείται έτσι, μόνο στα όνειρά του. Η πραγματικότητά του ήταν ένα μυαλό που θυμόταν την τελειότητα και ένα σώμα που δεν υπάκουε. Τώρα, η επιθυμία για το τί θα θεωρείτο φυσιολογικό έπρεπε να βασίζεται στην τρέχουσα κατάσταση του και όχι στις προηγούμενες ικανότητές του. Ο Najī σκέφτονταν πως θα ήταν η ζωή του σε δέκα χρόνια και σχημάτιζε την ιδέα της τελειότητας. Γι' αυτόν, η τελειότητα απαιτούσε, συνεργασία, κίνητρα και θετικές επιρροές.

Καθώς αυτές οι σκέψεις περνούσαν από το μυαλό του, σιγά-σιγά άρχισε να αναπτύσσει μια καινούργια φιλοσοφία για τη ζωή. Αναγνώρισε ότι η ζωή είναι ένας συνεχής κύκλος δούναι και λαβείν



και ότι η συμμετοχή στη ζωή είναι αυτό που της δίνει αξία. Αναρωτήθηκε για το σκοπό της ζωής και το ρόλο του ανθρώπου από τη γέννηση ως το θάνατο. Διατηρώντας την καλή του διάθεση, εμβάθυνε τη σκέψη του σχετικά με ορισμένα θέματα. Ως αποτέλεσμα της εντατικής θεραπείας, ο Najji προκάλεσε τόσο το πνεύμα όσο και το σώμα του με τρόπους που ούτε θα είχε σκεφτεί πριν το ατύχημα.

Ο Najji επέστρεψε στην Ελλάδα στις 14 Ιουνίου, 1997. Δεν είχε κοιμηθεί στο δωμάτιο ή στο σπίτι του για σχεδόν δέκα μήνες και είχε μεγάλη προσμονή και ανυπομονησία. Πριν το ατύχημα, έτρεχε στους δρόμους με αυτοκίνητα και μοτοσυκλέτες. Τώρα, κάποιος έπρεπε να τον πηγαίνει οπουδήποτε ήθελε να πάει και χρειάζονταν βοήθεια για σχεδόν όλες του τις κινήσεις. Και όμως, ο Najji είχε πετύχει πολύ μεγάλη πρόοδο. Οι γιατροί και οι φίλοι του ήταν έκπληκτοι και ευτυχείς που τον έβλεπαν να περπατάει, να μιλάει και να κάνει αστεία. Όλοι τον ενθάρρυναν σε αυτή την μάχη για επιστροφή σε μία λειτουργική ζωή και προσπαθούσαν να έχουν κατανόηση για τις δυσκολίες που αντιμετώπιζε.

Πριν το ατύχημα, ο Najji ήταν εγωκεντρικός και απαιτητικός. Τώρα, έγινε δύσθυμος και κυκλοθυμικός. Αυτό ήταν εμφανές ιδιαίτερα όταν ήταν πολύ κουρασμένος ή δεν είχε κοιμηθεί αρκετά. Η ανάπαυση ήταν σημαντικός παράγοντας στην ανάρρωση του Najji απλά και μόνο γιατί ο εγκέφαλος και το σώμα του δεν μπορούσαν να λειτουργήσουν στα προηγούμενα επίπεδά τους. Ήταν οξέθυμος και η συμπεριφορά του ήταν αυτή ενός μικρού παιδιού. Ήδη ήταν συναισθηματικά ανώριμος πριν τον τραυματισμό του, τώρα η συμπεριφορά του ήταν ακόμη περισσότερο ασταθής και ανεξέλεγκτη. Έβαζε τις φωνές για ψύλλου πήδημα και απαιτούσε την άμεση προσοχή όλων γύρω του.

Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου προσαρμογής, οι φίλοι του Najji έδειξαν σεβασμό και κατανόηση για τη διάθεση και τους περιορισμούς του. Τα αγόρια τον έβγαζαν έξω και του συμπεριφέρονταν όπως σε οποιονδήποτε άλλον. Οι εναλλαγές της διάθεσής του δεν επηρέασαν την ικανότητά του να είναι ειλικρινής ή να εκφράζει τις απόψεις του. Ήταν διπλωματικός όταν ήθελε κάτι, και διατηρούσε το ταλέντο του για επικοινωνία. Όταν είχε να κερδίσει κάτι ήταν γοητευτικός και πειστικός. Αυτός ήταν ο Najji που γύρισε

από τη Γερμανία περπατώντας αργά αλλά με αποφασιστικότητα. Κανένας από τον περίγυρο του Najj δεν είχε ποτέ περάσει αυτό που περνούσε αυτός. Ήταν όμως περήφανοι για ό,τι είχε πετύχει και του έλεγαν ότι έπρεπε να είναι περήφανος για τον εαυτό του. Παρ' όλα αυτά, ο εκνευρισμός και ο θυμός ήταν συναισθήματα που είχε καθημερινά και συχνά αναρωτιόταν εάν ήταν ευλογία ή κατάρα το ότι ήταν ζωντανός μεν αλλά σε αυτή την κατάσταση. Αν και ο Najj ήταν απαιτητικός, οι φίλοι και η οικογένειά του τον αποδέχονταν και του έκαναν τα χατίρια αυτούς τους πρώτους μήνες μετά την επιστροφή του στην Ελλάδα. Ήθελε να τον αντιμετωπίζουν φυσιολογικά και να ζει σαν πρωτοετής στο κολέγιο. Οι γιατροί του τον συμβούλευαν να κοιμάται νωρίς και να βγαίνει έξω μόνον μία φορά την εβδομάδα. Όμως, ο Najj δεν μπορούσε να πειθαρχηθεί και ξενυχτούσε πιο συχνά από ότι έπρεπε. Αργότερα παραδέχτηκε ότι η συμπεριφορά του καθυστέρησε την ανάρρωσή του. Κατά τις πρώτες εβδομάδες αφού ξύπνησε από το κώμα, ο Najj αισθάνονταν ότι ζούσε σε δύο κόσμους. Φαντάζονταν τον εαυτό του σαν φάντασμα που αιωρείτο πάνω από το σώμα του, βλέποντας και ακούγοντας τα πάντα, αλλά χωρίς να μπορεί να κινηθεί. Ήταν σαν να ήταν ο αόρατος άνθρωπος. Κάποτε, είχε μία εξωσωματική εμπειρία, όπου αιωρήθηκε μεταξύ δύο διαστάσεων. Για κάποιο διάστημα βρίσκονταν σε νεκρό χώρο, όπου έβλεπε και αισθάνονταν αλλά δεν μπορούσε να ανταποκριθεί στους ανθρώπους και τα πράγματα γύρω του. Ήταν μπερδεμένος, εκνευρισμένος και τρομαγμένος. Για ένα λεπτό, κάλπαζε πάνω στο φως και τον άνεμο. Δύο μήνες αργότερα, ξύπνησε χωρίς μνήμη, κίνηση ή κατανόηση του τι είχε συμβεί ή γιατί είχε συμβεί σε αυτόν.

Καθώς περνούσε ο καιρός, ο Najj σκέφτονταν ότι σωματικά, ξαναγεννήθηκε την ημέρα που ξύπνησε από το κώμα. Ακριβώς όπως ένα βρέφος αρχίζει από το μηδέν και μαθαίνει να μιλάει και να περπατάει, έτσι και ο Najj αντιμετώπισε το τεράστιο άθλο να ξαναεκπαιδεύσει το σώμα του να κάνει τα πράγματα που έκανε χωρίς σκέψη και προσπάθεια για 17 χρόνια. Προσπαθούσε σκληρά να καταλάβει γιατί όλα όσα είχε για δεδομένα, όπως να περπατάει, να τρέχει, να οδηγεί, ακόμη και να γελάει, ξαφνικά ήταν αδύνατα στην παρούσα κατάσταση του. Στις σκοτεινότερες στιγμές του,

πανικοβάλλονταν σκεπτόμενος το μέλλον. Όλα όσα ήθελε να κάνει χρειάζονταν τρομακτική προσπάθεια. Η θεραπεία του απαιτούσε πειθαρχία και υπομονή, δύο αρετές που δεν είχε αναπτύξει ακόμη. Αν και φοβόταν ότι δεν θα επέστρεφε ποτέ στην προηγούμενη φυσική κατάστασή του, η αντιμετώπισή του προς τη θεραπεία του ήταν να μπορέσει να βρει τον ευκολότερο και ταχύτερο τρόπο στην ανάρρωση. Τελικά, ο φόβος του ήταν ισχυρότερος από την ενδογενή σκηνηρία του. Τάχθηκε στο να κάνει ό,τι χρειάζονταν για να γίνει καλά.

Αφού έκανε μεγάλη πρόοδο βρέθηκε στο στάδιο όπου οι μελλοντικοί στόχοι του για ανάρρωση ήταν και ρεαλιστικοί και επιτεύξιμοι. Τώρα, περπατούσε μόνος του. Η ομιλία του επέστρεψε, και αν και έλλειπε κάποιο χρώμα και εκφραστικότητα από τη φωνή του, ήταν κατανοητός όταν μιλούσε. Για το Najj αυτά ήταν μεγάλα κατορθώματα. Δεν ήταν πια ανίκανος, μπορούσε να εκφράσει τα συναισθήματα και τις επιθυμίες του. Κατά την αρχή της θεραπείας, η διανοητική του κατάσταση ήταν καλύτερη από τη φυσική του κατάσταση. Μέσα στο μυαλό του αισθάνονταν το ίδιο όπως πάντα και αυτό τον ενθάρρυνε να δουλεύει με στόχο να πετύχει όλα όσα έκανε παλιότερα.

Δυστυχώς όμως, αυτός ο τρόπος σκέψης του δημιούργησε μία αυταπάτη σχετικά με το τι ήταν ικανός να κάνει και τι όχι ακόμη. Ζούσε με μη ρεαλιστικές απαιτήσεις και δεν αποδέχονταν το γεγονός ότι είχε αναπηρία. Αναδρομικά, ο Najj πιστεύει ότι εάν είχε μείνει στη Γερμανία και συνέχιζε το σκληρό πρόγραμμα της θεραπείας που του είχαν εφαρμόσει οι γιατροί εκεί, θα είχε αναρρώσει πιο γρήγορα και πιο ολοκληρωμένα. Αντ' αυτού, προτίμησε να επιστρέψει στην Ελλάδα όπου ξανάρχισε τη ζωή μέσα σε ένα σώμα που λειτουργούσε σε πολύ κατώτερο επίπεδο από την προηγούμενη κατάστασή του. Όλοι πίστευαν ακόμη ότι θα γίνονταν ένας δυνατός και αθλητικός νέος ξανά. Ο ίδιος ο Najj εξακολουθούσε να περιμένει για ακόμη ένα θαύμα που θα αποκαθιστούσε το σώμα του και το μυαλό του στην τελειότητα. Είχε ξυπνήσει από ένα κώμα. Τώρα, ήθελε να ξυπνήσει και να είναι πλήρως αποθεραπευμένος.

Μπαίνοντας στο Πανεπιστήμιο το Σεπτέμβριο του 1997, πήρε ένα πρόγραμμα στα Αγγλικά μόνο και μόνο για να ξανασυνηθίσει τις

απαιτήσεις της σχολικής ζωής. Δεν ήταν δύσκολο, απλά βαρετό. Όμως, η σκληρή δουλειά της θεραπείας του είχε δώσει μία νέα αίσθηση αυτοπειθαρχίας και αυτό τον βοήθησε στο να εργάζεται περισσότερο μόνος του. Μέσα στον ενθουσιασμό του να είναι πάλι με φίλους και να επιστρέψει σε μία δραστήρια ζωή, ο Najī παράβλεπε ορισμένες πραγματικότητες της κατάστασής του. Καμιά φορά, αισθάνονταν τόσο πολύ σαν τον παλιό εαυτό του που ξεχνούσε τους περιορισμούς του. Οι αναπηρίες του τον σόκαραν και τον εκνεύριζαν μέχρις ότου ηρέμησε και ξανακοίταξε τα πάντα κάτω από ένα άλλο πρίσμα. Σε μόνο ένα χρόνο, είχε κάνει τεράστια πρόοδο και είχε τη δυνατότητα να προοδεύσει πολύ περισσότερο στους επόμενους μήνες. Όμως, δεν είχε αποδεχθεί ακόμη το γεγονός ότι τα πάντα που αφορούσαν το μέλλον του εξαρτιόταν από αυτόν τον ίδιο και από την ικανότητά του να εστιάζει την ενεργητικότητα και τις προσπάθειές του. Το ότι περιβάλλονταν από αγάπη και φροντίδα δεν επαρκούσε ώστε να γίνει εντελώς καλά.

Το ότι παραστάθηκε στο γάμο του αδερφού του στο Λίβανο τον Ιούλιο του 1997 ήταν ένα μεγάλο βήμα για το Najī και τον βοήθησε για την επανείσοδό του σε έναν κόσμο όπου η συνεχής κίνηση και επικοινωνία θεωρούνται δεδομένα. Η επιτυχής έκβαση της θεραπείας της προηγούμενης χρονιάς εκδηλώθηκε σε δύο γεγονότα: το γάμο και την επιστροφή του Najī στο πανεπιστήμιο. Όμως, το φθινόπωρο του 1997 βρήκε τον εαυτό του σε μία γνώριμη ζωή μέσα σε ένα σώμα που δεν υπάκουε πάντοτε στις οδηγίες του.

Κατά τη διάρκεια της θεραπείας του έμαθε ότι τα νεύρα του είχαν υποστεί αποκλεισμό και έτσι έπρεπε να στέλνει τις οδηγίες στα χέρια του και τα πόδια μέσα από το μυαλό του. Τώρα αντιμετώπιζε την πρόκληση του να χρησιμοποιεί το μυαλό του με μοναδικό τρόπο, και να δίνει νοητικές εντολές για κινήσεις και λειτουργίες που πριν ήταν αυτόματες. Ο Najī Cherfan ήταν έτοιμος να χρησιμοποιήσει τις ικανότητές του στους υπολογιστές και το γρήγορο μυαλό του για να παίξει το πιο ανταγωνιστικό και απαιτητικό παιχνίδι που είχε ποτέ δοκιμάσει. Τα μόνα όπλα του ήταν το κουράγιο, η αποφασιστικότητα, η πειθαρχία και η υπομονή. Ορισμένα από αυτά τα όπλα, τα είχε ήδη αποκτήσει. Άλλα, θα έπρεπε να τα βρει στο δρόμο. Πήρε μια βαθιά

ανάσα και άκουσε τη φωνή του πατέρα του. "Η υπομονή είναι αρετή, υπάρχει χρόνος για τα πάντα και μη φοβάσαι." Αφού ξύπνησε από το κώμα και πέρασε ένα χρόνο σε θεραπεία, αποδέχτηκε ότι αυτά τα λόγια θα ήταν τα καλύτερα όπλα στη μάχη να ξανακερδίσει τη φυσιολογική ζωή του.

Λόγω της πετυχημένης θεραπείας του Najji στη Γερμανία και της επανεισόδου του στο πανεπιστήμιο, ο George Cherfan πίστεψε ότι ήταν ο καιρός να εκτιμηθεί η κατάσταση του γιού του. Αυτό, θα καθόριζε και τον καλύτερο τρόπο για να συνεχιστεί η πρόοδος του. Στις 25 Οκτωβρίου 1997, ο Najji εξετάστηκε στο Κέντρο Oliver Zangwill για Νευροψυχολογική Αποθεραπεία στην Αγγλία. Ο λόγος γι' αυτό το ραντεβού ήταν να γίνει μια μικρή εκτίμηση της νευροψυχολογικής λειτουργικότητας, να αναγνωριστούν οι ανάγκες αποθεραπείας και να απαντηθεί εάν η εισαγωγή στο πρόγραμμα αυτού του κέντρου θα έδινε σημαντικό όφελος.

Ο Δρ Jonathan Edwards πήρε αυτές τις πληροφορίες μιλώντας με το Najji και τον πατέρα του. Άρχισε ρωτώντας το Najji για λεπτομέρειες γύρω από το ατύχημα και τον τραυματισμό του. Συζήτησαν για τη θεραπεία του στη Γερμανία και ο γιατρός έμαθε ότι ο Najji τώρα, έκανε θεραπεία στο σπίτι του στην Αθήνα. Ένας εργασιοθεραπευτής δούλευε πάνω στη λειτουργικότητα των άνω άκρων και ένας φυσικοθεραπευτής στη γενική λειτουργικότητα. Ο Najji ακόμη έκανε κολύμπι ως μέρος της θεραπείας του και η κύρια ανησυχία του για τη φυσική του κατάσταση ήταν η απώλεια της λειτουργικότητας του αριστερού χεριού του. Ο βραχίονας δεν μπορούσε να χαλαρώσει αλλά έμενε σε ανάταση με το χέρι διπλωμένο σε γροθιά. Η εμφάνιση αυτού του άκρου του τον έκανε να αισθάνεται άβολα. Λόγω των πολλών και διάφορων σταδίων στην αποθεραπεία του αριστερού χεριού του, ο Najji εφηύρε απλά οπτικά ανάλογα για να περιγράψει την εμφάνιση του χεριού καθώς θεραπεύονταν. Ονόμασε τα στάδια ως εξής:

1. Η αρπάγη
2. Το αγκίστρι
3. Το ρόπαλο
4. Ο ιστός της αράχνης.

## 5. Το γάντι του μποξ.

Το δεξί του πόδι ακόμη του δημιουργούσε προβλήματα με την κίνηση που ήταν αργή και αδέξια. Δεν μπορούσε να σταθεί όρθιος εύκολα και έπρεπε να κινείται μπρος-πίσω για να σηκωθεί από την καθιστή θέση. Αν και γενικά, μπορούσε να κάνει αυτά τα πράγματα μόνος του, ακόμη χρειάζονταν κάπου-κάπου βοήθεια και αυτό του προκαλούσε άγχος. Παρά τα προβλήματά του, ο Najī πίστευε ότι η γνωσιακή του κατάσταση ήταν φυσιολογική. Είπε στο γιατρό ότι η μνήμη και η συγκέντρωσή του ήταν άριστες και ότι καταλάβαινε τα πάντα όσα συνέβαιναν γύρω του. Όταν ο γιατρός ρώτησε για τους στόχους του, ο Najī είπε ότι ήθελε να βελτιώσει τη φυσική κατάσταση του χεριού και του ποδιού του και την ισορροπία του. Ο άλλος του στόχος ήταν να επιστρέψει με επιτυχία στο κολέγιο. Ο Najī εξετάστηκε σε πολλές περιοχές συμπεριλαμβάνοντας τις γενικές νοητικές ικανότητες, τη μνήμη, την προσοχή, τη συγκέντρωση και την ταχύτητα της επεξεργασίας των πληροφοριών, την αντίληψη, τη γλώσσα και την εκτελεστική λειτουργικότητα. Ποτέ στο παρελθόν δεν του άρεσαν οι νευροψυχολογικές εξετάσεις, αλλά ήταν συνεργάσιμος σε αυτήν την αξιολόγηση που ήταν αρκετά έντονη και λεπτομερής. Το συμπέρασμα που βγήκε έλεγε ότι είχε κάνει αξιοσημείωτη ανάρρωση σε μόλις ένα χρόνο λαμβάνοντας υπόψη την έκταση των τραυμάτων του. Ο γιατρός θεώρησε θαύμα την πρόοδο του και του έδωσε πολύ θετικές ενδείξεις για τη συνέχιση της βελτίωσής του. Παρ' όλα αυτά, ο Najī είχε ακόμη σωματικές δυσκολίες στο αριστερό χέρι, το δεξί πόδι και την ισορροπία του. Αν και ο Najī πίστευε ότι δεν είχε καμία γνωσιακή δυσκολία, οι νευροψυχολογικές εξετάσεις διαφωνούσαν και υπέδειξαν ότι μπορεί να παρουσιάζονταν προβλήματα με την ταχύτητα επεξεργασίας των πληροφοριών και με τη μνήμη. Αυτό, συμβαίνει πολύ συχνά μετά από εγκεφαλικές κακώσεις και θα ήταν παράξενο εάν δεν υπήρχαν κάποιες βλάβες σε αυτούς τους τομείς.

Ο Najī είπε στο γιατρό ότι οι ανάγκες αποθεραπείας του θα επικεντρώνονταν σε μία σωματική ανάρρωση. Ήταν σαφές ότι θα συνέχιζε να εργάζεται για τη λειτουργικότητα του χεριού και του ποδιού του. Επέμενε ότι το μυαλό του ήταν το ίδιο με πριν και ότι

μόνο το σώμα του είχε αλλάξει. Ο γιατρός πρότεινε οι γνωσιακές ικανότητες του Najj να εξεταστούν και αξιολογηθούν σε ένα πραγματικό περιβάλλον που θα απαιτούσε ορισμένους τρόπους λειτουργικότητας. Η επιστροφή στα θρανία θα ήταν ένας θετικός και κατάλληλος τρόπος δράσης. Ενώ ο Najj πίστευε ότι τα πήγαινε καλά, Ο Δρ Evans συνέστησε να αυξάνει σταδιακά τις ακαδημαϊκές απαιτήσεις του και να έχει πρόσβαση σε ένα άτομο με το οποίο θα μπορούσε να συζητά το πρόγραμμα, να προβλέπει τις περιοχές που πιθανόν να αντιμετώπιζε δυσκολίες και να συζητά τα προβλήματά του καθώς αυτά θα εμφανίζονταν. Ο γιατρός είπε ότι ήταν συχνή συμπεριφορά μετά από μία εγκεφαλική κάκωση οι άνθρωποι να βιάζονται να επιστρέψουν σε ένα υψηλό επίπεδο δραστηριότητας. Αυτό όμως, θα είχε ως αποτέλεσμα την αποτυχία που θα ήταν δύσκολο να γίνει αποδεκτή. Πρότεινε ο Najj να προσπαθήσει να κερδίζει σταδιακά παρά να δοκιμάσει τα πάντα με μιας. Επίσης, του πρότεινε να βλέπει έναν ψυχολόγο που να έχει ειδικές γνώσεις σχετικά με τις βλάβες από εγκεφαλικές κακώσεις.

Τα προβλήματα με την ευερεθιστότητα και το θυμό ήταν συχνά μετά τις εγκεφαλικές κακώσεις και ήταν ακόμη συχνότερες με τα γνωστά πρόσωπα. Αυτό, ήταν εμφανές από τον τρόπο που ο Najj φώναζε και έχανε τον έλεγχο του όταν τα πράγματα δεν πήγαιναν όπως ήθελε. Επίσης, έχανε την ψυχραιμία του όταν δεν μπορούσε να κάνει ορισμένα πράγματα γρήγορα ή όταν οι άλλοι διαφωνούσαν μαζί του. Αυτές οι κρίσεις ανταγωνίζονταν προβλήματα προσοχής, συγκέντρωσης και ιδιαίτερα, κόπωσης. Ως αποτέλεσμα των εγκεφαλικών κακώσεων, ο Najj κουράζονταν πιο εύκολα. Τις ημέρες που ξενυχτούσε και έχανε ώρες ύπνου, ήταν δύσθυμος και λειτουργούσε σε χαμηλό επίπεδο. Ακόμη και η ομιλία και τα σωματικά αντανακλαστικά του γίνονταν βραδύτερα. Αν και έχανε την ψυχραιμία του με τα μέλη της οικογένειάς του, σπάνια διαπληκτιζόνταν με τους φίλους και τους συμμαθητές του.

Επίσης συνέστησαν στο Najj να αναπτύξει στρατηγικές που αντιμετωπίζουν το θυμό και την ευερεθιστότητα. Ακόμη, έπρεπε να μάθει κάποιο τύπο τεχνικής χαλάρωσης ή έναν τρόπο να απομακρύνεται από καταστάσεις προτού να γίνεται επιθετικός. Η

μέθοδος του Najji να αντιμετωπίζει την έλλειψη αυτοελέγχου ήταν να παίρνει βαθιές αναπνοές ή να χτυπά δυνατά, αλλά όχι βίαια, τη γροθιά του σε μία στερεή επιφάνεια όπως ένα τραπέζι ή στο μηρό του. Αυτό, θα επικέντρωνε τα συναισθήματά του προτού συνεχίσει τη συνομιλία ή τη δραστηριότητα. Κάνοντας αυτό, έμαθε να αντιμετωπίζει τις καταστάσεις και όχι να βρίσκει έναν τρόπο να εκμηδενίζει την πραγματική βλάβη. Όμως, αυτό έκανε μία σημαντική διαφορά στην ικανότητά του να λειτουργεί. Όπως όλη η αποθεραπεία του Najji, αυτές οι καταστάσεις απαιτούσαν να αναγνωρίζει ότι είχε πρόβλημα και μετά να δείξει τη διάθεση να το αντιμετωπίσει.

Η έκβαση της εκτίμησης του Najji στην Αγγλία αποκάλυψε ότι θα προόδευε καλύτερα σε ένα γνώριμο περιβάλλον και ότι το να μπει στο Κέντρο Oliver Zangwill δεν θα του έκανε καλό. Τότε, του συνέστησαν να συνεχίσει με τους ιδιωτικούς θεραπευτές του και να αυξάνει σταδιακά τις απαιτήσεις από τον εαυτό του τόσο σε πνευματικό όσο και σε ακαδημαϊκό επίπεδο. Ο Δρ Evans ήταν της γνώμης ότι ο Najji θα έπρεπε να αρχίσει γνωσιακή θεραπεία με κάποιον που θα μπορούσε να τον βοηθήσει να καταλάβει τις δυσκολίες του μέσα από μία συνειδητότητα και καλύτερες δεξιότητες επικοινωνίας. Όταν ο κ. Cherfan ρώτησε σχετικά με τα οφέλη από τα παιχνίδια / προγράμματα ηλεκτρονικών υπολογιστών στην αποθεραπεία του Najji, του είπαν ότι απλά, τα παιχνίδια και τα προγράμματα αναδεικνύουν τα δυνατά και τα αδύναμα σημεία του ατόμου. Όμως, η έκταση στην οποία μπορούσαν να βελτιώσουν την προσοχή και τη λειτουργικότητα δεν ήταν σαφής από επιστημονικής άποψης και δεν μπορούσαν εύκολα να γενικευτούν σε πιο καθημερινές καταστάσεις. Ο Najji είχε ήδη αρχίσει να παίζει σκάκι στον υπολογιστή. Επίσης, είχε πρόσβαση στο Ιντερνέτ και ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, γεγονός που τον βοηθούσε να επικοινωνεί με φίλους από όλο τον κόσμο. Ο υπολογιστής του είχε ενδιαφέροντα προγράμματα που ήταν πρόκληση για το μυαλό του.

Η αξιολόγηση της νευρολογικής κατάστασης του Najji θεωρήθηκε ευεργετική για το επόμενο στάδιο της ανάπτυξης και της θεραπείας του. Λαμβάνοντας υπόψη που βρίσκονταν μετά το ατύχημα, η παρούσα κατάσταση του Najji έδειχνε μεγάλη πρόοδο. Η επιλογή να συνεχιστεί η θεραπεία του στην Αθήνα ήταν ευπρόσδεκτη και



αποδεκτή από το Najj που ήθελε να μείνει κοντά στους φίλους και το σχολείο του. Ήξερε ότι η ανεξαρτησία και η ελευθερία θα έρχονταν ως προϊόν της επιμονής και της πειθαρχίας του. Ξανασκέφτηκε την προηγούμενη κατάστασή του, την τωρινή και εκείνη που ήθελε να φτάσει. Με την υποστήριξη της οικογένειάς του, των φίλων και των θεραπειών του, μέτρησε την πιθανότητα να ξαναγίνει σωματικά δραστήριος και αποδέχτηκε την πραγματικότητα του και τι θα απαιτείτο από αυτόν. Ήξερε ότι μπορούσε να υπολογίζει μόνον στον εαυτό του. Όσο περισσότερο εξαρτιόταν από άλλους, τόσο λιγότερο θα προόδευε. Μέσα από τη θεραπεία του ανακάλυψε ότι είχε δύναμη αλλά όχι πάντοτε αρμονία. Η επίγνωση των δυνατοτήτων του τον ενέπνευσε να αλλάξει τη φιλοσοφία του σχετικά με τη ζωή. Η έλλειψη πειθαρχίας τον δυσκόλευε να διατηρεί αυτή τη νέα φιλοσοφία και να εργάζεται προκειμένου να αρχίσει μία αλλαγή συμπεριφοράς και σκέψης. Εναντίον του ίδιο του εαυτού του, ο Najj Cherfan άρχισε να εξελίσσεται σιγά-σιγά.

Στην Αθήνα, ο Najj δούλευε μόνος με έναν φυσιοθεραπευτή, το Βασίλη Βορωτή που έγινε ο αγαπημένος θεραπευτής του επειδή ήταν εξωστρεφής και μετέτρεπε τις ασκήσεις σε διασκέδαση. Οι καθημερινές συνεδρίες περιλάμβαναν πέντε έως οκτώ ώρες βάδιση, κολύμπι, γυμναστήριο και παραδοσιακή φυσικοθεραπεία στην οποία ο Βασίλης τέντωνε και χειρίζονταν τα χέρια και τα πόδια του Najj. Η σχέση τους εξελίχθηκε ως αποτέλεσμα αμοιβαίου σεβασμού και κατανόησης. Με τη συνεργασία τους, βελτίωσαν τη φυσική κατάσταση του Najj μέχρις ότου αύξησε την αντοχή του και περπατούσε πέντε χιλιόμετρα την ημέρα το 1998. Αυτή η δραστηριότητα απαιτούσε επιμονή και αποδείχθηκε η καλύτερη άσκηση για την κατάστασή του καθώς συνέχιζαν να αναπτύσσουν και να σταθεροποιούν το σώμα του.

Αυτή η πρόοδος ενθάρρυνε το Najj και του έδωσε το κίνητρο να εργαστεί σκληρότερα. Αν και έβρισκε αυτές τις πολλές ώρες επίπονης θεραπείας βαρετές και κουραστικές, ήξερε ότι το αποτέλεσμα θα ήταν θετικό και θα τον έβετε κοντύτερα στο στόχο του να ξανακερδίσει όσα είχε χάσει. Η υπομονή δεν ζητούσε να αναπτυχθεί. Απαιτούσε την προσοχή του. Η επιμονή έγινε συνήθεια

επειδή έπρεπε να προσπαθεί επανειλημμένα για να κάνει ορισμένα πράγματα που ποτέ δεν είχαν χρειαστεί σκέψη ή προσπάθεια.

Στις αρχές του 1998 είχε μάθημα δύο πρωινά την εβδομάδα και είχε συνεχές πρόγραμμα αποθεραπείας που περιλάμβανε φυσικοθεραπεία, εργασιοθεραπεία, λογοθεραπεία και δεξιότητες επικοινωνίας. Εξασκείτο στη βάρδια και την αναπνοή από το κέντρο του σώματός του. Επιδεικνύοντας μεγάλη βελτίωση, ο Naji έμπαινε και έβγαινε από δωμάτια, σπίτια και αυτοκίνητα. Καθώς η φωνή του ξανακέρδιζε κάτι από το παλιό χρώμα και εκφραστικότητα, το μυαλό του γέμιζε με νέες σκέψεις σχετικά με τη ζωή και το σκοπό της. Ο Naji γιόρτασε τα 19α γενέθλιά του το Νοέμβριο 1998 με ένα μεγάλο πάρτυ που παραβρέθηκαν η οικογένεια και οι φίλοι του. Σε αυτό το στάδιο της θεραπείας του θεώρησε ότι είχε ανακάμψει κατά 80%. Το τελευταίο 20% θα ήταν το πιο δύσκολο να επιτευχθεί. Στις δύσκολες στιγμές του, περικυκλωμένος από τους δαίμονες του φόβου και του εγωισμού, αναρωτιόταν εάν θα εύρισκε το κουράγιο να φθάσει στα άκρα του ταξιδιού του. Κατά τη διάρκεια αυτής της δύσκολης περιόδου, αποδέχθηκε το θέλημα του Θεού για τη ζωή του καθώς και όλα τα μαθήματα που θα έρχονταν στο μέλλον. Μερικές εβδομάδες αργότερα μετά από ακόμη περισσότερη θεραπεία, συμβουλευτική και μία αναπτυσσόμενη κοινωνική ζωή με φίλους, ο Naji ετοιμάζονταν να αγγίξει ένα όνειρο που είχε αρχίσει να βλέπει εδώ και μήνες. Είχε αρχίσει να καταλαβαίνει την αξία και τις πιθανότητες της ζωής καθώς ετοιμάζονταν να πετάξει στον Καναδά.

Στις 3 Μαρτίου 1999, ο Naji πήγε να ζήσει με τον αδερφό του Maher και τη γυναίκα του Μαρία, που περίμενε το πρώτο τους παιδί. Ήταν ενθουσιασμένος που θα ζούσε στο Μόντρεαλ, που θα ήταν κοντά στον αδερφό του και σε καλούς φίλους. Περιμένοντας τον ερχομό ενός μωρού στην οικογένεια, ήταν ευτυχισμένος που θα γίνονταν θείος. Και οι δύο αδερφοί του είχαν παντρευτεί πρόσφατα και έβλεπε την ευτυχία και την ικανοποίησή τους. Στις πιο εσωστρεφείς στιγμές του, ο Naji σκεπτόταν για το γάμο και την οικογένεια. Όμως, σε αυτό το στάδιο της ζωής του, ήξερε ότι είχε πολλά χρόνια σκληρής δουλειάς μπροστά του προτού να αναλογιστεί τις ευθύνες της οικογενειακής ζωής. Ευτυχισμένος που βρίσκονταν

στον Καναδά, γρήγορα ενσωματώθηκε στο σπίτι του αδερφού του. Ενώ κυνηγούσε το όνειρο της υποκριτής, εξακολουθούσε να παίρνει την καλύτερη φυσικοθεραπεία και εργασιοθεραπεία που μπορούσε να βρει. Προτού φύγει από την Αθήνα, είχε μερικές πολύ ωφέλιμες συνεδρίες με έναν εξαιρετικό θεραπευτή. Η δουλειά που έκανε με αυτόν τον άνθρωπο του ανανέωσε την πίστη για υπομονή και επιμονή. Ο Naji έφθασε στον Καναδά με μία θετική αντίληψη και μία αίσθηση αναμονής για τις ευκαιρίες της ζωής του.

Αυτός και ο πατέρας του έψαξαν για ένα μέρος να σπουδάσει θέατρο, πιστεύοντας ότι μία ατμόσφαιρα εστιασμένη στο άτομο θα ήταν ό,τι το καλύτερο για τη μόρφωση και την ανάπτυξή του. Αφού παρακολούθησε θεατρικές σπουδές για δύο περιόδους, κατέληξε ότι το “παίξιμο” είναι μέρος της ζωής και το να το σπουδάζει θα κατάστρεφε τα πάντα. Αφού βρήκε άλλο κολέγιο, γράφτηκε στο διεθνές marketing.

Όταν ο Naji ξύπνησε από το κώμα, αισθάνθηκε ότι είχε αιωρηθεί σε ένα καθαρτήριο. Όταν έψαξε για τον ορισμό του καθαρτηρίου, βρήκε ότι ήταν ένα μέρος βασανισμού. Δεν υπέφερε πια με τον ίδιο τρόπο, αλλά δεν ήταν και απόλυτα ευτυχής. Παρά το γεγονός ότι είχε επανέλθει κατά 80% στην προηγούμενη κατάστασή του, ακόμη είχε πολλούς σωματικούς περιορισμούς. Αυτό, του προκαλούσε και συναισθηματικούς περιορισμούς και πάλευε να ξαναβρεί την ευτυχία του. Ίσως η αγάπη και οι προσευχές που είχε από τους φίλους και την οικογένειά του θα δημιουργούσαν ένα ακόμη θαύμα. Αυτό ήταν το θέμα που τον βασάνιζε περισσότερο και τον οδηγούσε να σκέφτεται γιατί ήταν ακόμη ζωντανός και τι έπρεπε να κάνει.

Το παρακάτω, είναι ένα email που έστειλε στην οικογένειά του στην Αθήνα:

*“Όταν είμαι μακριά από κάποιους ανθρώπους τότε είναι που μου λείπουν περισσότερο και καταλαβαίνω πόσο πολύ τους αγαπώ. Εάν επιμένεις να ρωτάς “γιατί” ξανά και ξανά θα βρεις την απάντηση μόνος σου. Η ερώτηση που πάντα θέτεις είναι ποιος είμαι; Αυτή την απάντηση τη βρίσκεις με την επαγωγή. “Εάν δεν είμαι ένα σώμα, τότε ποιος είμαι;” “Εάν δεν είμαι μόνο μία*

ψυχή, τότε ποιος είμαι;” Έπρεπε να πάψω να παίρνω τα πράγματα ως δεδομένα, ιδιαίτερα την οικογένειά μου. Εάν χρησιμοποιήσω την αρρώστια μου για να πετύχω κάτι, ιδιαίτερα από εκείνους που με αγαπούν, σε κάποιο σημείο θα μπουχτίσουν και θα με αγνοούν. Πρέπει να θεωρώ τον εαυτό μου ως φυσιολογικό άνθρωπο και όχι ως άτομο με ειδικές ανάγκες. Επίσης πιστεύω ότι οι ψευδαισθήσεις είναι η άγνοια της πραγματικότητας. Είναι η σύγχυση του μυαλού που θεωρεί την ψευδαίσθηση ως πραγματικότητα. Η δική μου ψευδαίσθηση της τελειότητας μου έδωσε την ώθηση να δουλέψω σκληρότερα. Ψευδαίσθηση είναι αυτό που οι άνθρωποι θεωρούν ζωή. Η λέξη κλειδί στη ζωή είναι συνειδητοποίηση ή αυτογνωσία. Γνώση του ποιο είμαστε ... ποιοι πραγματικά είμαστε. Είπα ότι πρέπει να παρακολουθείς τις σκέψεις σου και να τις παρατηρείς και εάν δεν μπορείς να παρατηρείς τις σκέψεις άμεσα, τότε να παρατηρείς αυτά που λες ή κάνεις. Όταν λες ότι είσαι καλά και πράγματι είσαι καλά, σημαίνει ότι οι σκέψεις σου είναι υπό έλεγχο. Ξέρω ότι πρέπει να χαλαρώσω και να μην ελέγχομαι από τις σκέψεις μου. Αυτό, ονομάζεται αυτοέλεγχος.. Πραγματικά έχω πολύ άγχος και κανείς δεν γνωρίζει τι περνώ. Κάποια στιγμή ο κόσμος και οι γιατροί δεν μου έδιναν καμία ελπίδα, αλλά εγώ μου δίνω λιγότερο χρόνο για πλήρη ανάρρωση. Γνωρίζω ότι δεν αποδέχομαι τι γεγονός ότι δεν είμαι ο ίδιος ο παλιός Naji”.

Στην αρχή της παραμονής του στον Καναδά, ο Naji έκανε τα “ίδια συνηθισμένα πράγματα”, όλων των ειδών θεραπείες και ζούσε μία ζωή εικονικής υπομονής. Είχε κουραστεί να πηγαίνει σε διάφορα κέντρα αποθεραπείας. Αν και μπορούσε να αντέξει την καθημερινή θεραπεία, η σκέψη της νευροψυχολογίας τον θύμωνε. Πίστευε ότι δεν χρειάζονταν καμία διανοητική βοήθεια. Όταν τελικά συμφώνησε να δει έναν νευροψυχολόγο στο Μόντρεαλ, συνειδητοποίησε τα οφέλη του να μιλάει με κάποιον σχετικά με τις ανησυχίες και τους φόβους

του. Ο Naji ανακάλυψε ότι οι παλιοί του τρόποι που δεν εκτιμούσε τα πράγματα ήταν αρνητικοί και καταστροφικοί για την ανάπτυξή του. Έχοντας οδυνηρή συναίσθηση του τι έπρεπε να κάνει για να αλλάξει, δεν μπορούσε να βρει την πειθαρχία να το κάνει. Η επιθυμία για ανεξαρτησία ήταν ένα κίνητρο για να συνεχίσει τη θεραπεία και προσδοκούσε με ανυπομονησία να έρθει μία ημέρα που θα ζούσε μόνος του. Σκεπτόμενος το πόσο γρήγορα περνά ο καιρός, τον απασχολούσε η σωματική του αρτιότητα προκειμένου να είναι συναισθηματικά ευτυχής.

Κατά τη διάρκεια αυτής της εποχής ήταν που ο Naji επίσης αποφάσισε να επικεντρωθεί στην υγεία του. Έκοψε το κάπνισμα και άρχισε να τρώει πιο θρεπτικά γεύματα. Είχε δείξει αυτού του είδους την αποφασιστικότητα όταν έκανε δίαιτα και γυμνάζονταν όταν ήταν στο γυμνάσιο. Τώρα, είχε έναν παρόμοιο στόχο στον οποίο η έκβαση εξαρτιόταν από την νέο-ευρεθείσα ικανότητα συγκέντρωσης και τη χρήση αυτοπειθαρχίας. Κριτικός και καμιά φορά επικριτικός, συνειδητοποίησε τώρα ότι όταν κρίνουμε τους άλλους θα κριθούμε και εμείς. Έκανε τα πάντα μόνος του και αισθάνονταν ότι πετύχαινε στόχους επειδή είχε ισχυρότερη αίσθηση της αξίας του. Η ιδέα του επιτεύγματος βασιζόταν στις εσωτερικές ποιότητές του και όχι τόσο σε υλικά αγαθά του. Επιτρέποντας στο μυαλό του να χαλαρώσει προκειμένου να συγκεντρωθεί, δημιούργησε μία εικονική πραγματικότητα. Αυτή η πραγματικότητα συνδύασε την πραγματικότητα της αναπηρίας του με τη φαντασία της ανάρρωσής του.

Με μεγάλη προσμονή, ο Naji έκανε σχέδια να επισκεφθεί την Αθήνα τον Ιούλιο 1999. Η άφιξή του ήταν γεμάτη με παλιούς φίλους, παλιές δραστηριότητες και παλιές αναμνήσεις. Αυτές οι αναμνήσεις τον μπέρδευαν και τον λυπούσαν. Είχε ονειρευτεί μία επιστροφή όπου θα ήταν εντελώς φυσιολογικός, αλλά με όσο θέρμη να το πίστευε αυτό, η πραγματικότητα ήταν κρύα και σκληρή. Ήταν πολύ καλύτερα και με ορατή βελτίωση, αλλά δεν ήταν ο παλιός Naji ή ακόμη αυτός που έλπιζε να είναι. Τουλάχιστον, όχι ακόμη. Κρατούσε ημερολόγιο κατά τη διάρκεια αυτών των εβδομάδων στην Ελλάδα και μία ημέρα έγραψε "Θέλω να είμαι καλύτερος από το Naji που κάποτε ήμουν. Εάν όχι σωματικά, τουλάχιστον ασφαλώς πιο σοφός. Έχω

μάθει τόσα πολλά από αυτό το ατύχημα. Μία τεχνική να γίνεις σχεδόν όπως παλαιότερα είναι να εστιαστείς και να συγκεντρωθείς προκειμένου να γίνεις πιο δυνατός.” Ο Naji ήταν ενθουσιασμένος σχετικά με την επιστροφή στη ζωή του στην Αθήνα, αλλά ο ενθουσιασμός του μεταστράφηκε σταδιακά σε συναισθηματική σύγχυση. Είχε υπερβολικά πολλές συγκρούσεις μεταξύ του παρελθόντος και της νέας πραγματικότητάς του. Οι άνθρωποι, οι τοποθεσίες και οι καταστάσεις από την προηγούμενη ζωή του και τα αισθήματα ήταν συντριπτικά. Αιωρείτο μεταξύ του τι θυμόταν ότι μπορούσε να κάνει και αυτού που μπορούσε πραγματικά να κάνει. Το ταξίδι δεν του έφερε, ούτε την παρηγοριά ούτε την ευχαρίστηση που περίμενε.

Κατά τη διάρκεια του έγραψε στο ημερολόγιό του: “Τον Αύγουστο 1999, έφθασα το 85% της υγείας. Ξέχνα το. Θα το πετύχω όλο. Όταν κάνεις κάτι, κάντο σωστά. Απλά κάντο, απλά κάντο. Είπα να δώσω στον εαυτό μου έναν ακόμη χρόνο και δείτε με. Άρχισα να εκτιμώ τη ζωή, να δίνω αξία στα πράγματα και τελικά σταμάτησα να παίρνω τους ανθρώπους για δεδομένο. Ξύπνησα μία μέρα και συνειδητοποίησα ότι είμαι σε αυτή τη γη και έχω σωθεί πολλές φορές ώστε να αποτελώ ένα κομμάτι αυτού του κόσμου για κάποιο λόγο. Στο παρελθόν, πάντοτε έλεγα ότι η ζωή τελείωσε και αυτό ήταν φίλε μου. Τώρα λέω, η ζωή μόλις άρχισε”. Πίστεψε σε αυτά τα λόγια και έγινε ένας καινούργιος άνθρωπος. Μία μέρα ξύπνησε και συνειδητοποίησε ότι τα χρήματα δεν είναι τόσο σημαντικά όσο η καλή υγεία ή η αξία της ζωής. Αυτή η ανακάλυψη ήταν αντίθετη από τον έφηβο που ήταν παλιά του οποίου το σύστημα αξιών περιστρέφονταν γύρω από το “να επιθυμείς και να αποκτάς”. Αυτή η φιλοσοφία του έδωσε ψυχική ισορροπία και μία νέα εκτίμηση των ανθρώπων και των πραγμάτων γύρω του. Οι οργανωτικές ικανότητές του βελτιώθηκαν και κρατούσε ημερολόγιο όπου κατέγραφε το καθημερινό πρόγραμμά του. Ενώ ανάρρωνε, ο Naji θεωρούσε το εαυτό του ένα θαύμα εν τω γίνεσθαι. Αφού υποβλήθηκε σε εντατική θεραπεία στην Ελλάδα, τη Γερμανία και τον Καναδά, άρχισε να πετυχαίνει τους στόχους που είχε θέσει στον εαυτό του τόσο πιο παλιά. Συνειδητοποιώντας αυτά που είχε πετύχει μέσα από τη θεραπεία και την προσωπική

προσπάθεια, αυτός ο θαρραλέος νεαρός προχώρησε και έζησε με την αναπηρία του. “Απλά να σκέπτεσαι τον εαυτό σου ως φυσιολογικό και πες Ξέχνα το φίλε. Ήταν ένα ατύχημα δύο δευτερολέπτων. Δεν χρειάζεσαι εντατική θεραπεία ή σοβαρή βοήθεια πια.

Η καλύτερη θεραπεία είναι να πας στο κολέγιο και να ζήσεις μια φυσιολογική ζωή όπως όλοι. Ξέχνα το παρελθόν. Έχω την πιθανότητα να πετύχω όπως και οι περισσότεροι φίλοι μου. Μπορώ να περπατήσω, να σκεφθώ και πάνω από όλα έχω τις αισθήσεις μου. Ειλικρινά δεν με πειράζει. Θα μπορούσε να είναι χειρότερα. Η ζωή είναι η θεραπεία μου.

Τρία χρόνια πιο πριν ο Najj δεν μπορούσε να φανταστεί τον εαυτό του να λέει αυτές τις λέξεις. Η ζωή μπορεί να μην είναι δίκαιη, αλλά πάντοτε σου δίνει την ευκαιρία για ανάπτυξη και μάθηση. Εγγραψε στο ημερολόγιό του τα παρακάτω λόγια: “Δες τον εαυτό σου δύο χρόνια από τώρα και θεώρησε τον εαυτό σου ως φυσιολογικό, εκτός εάν χρειαστεί να έχεις ένα πολύ σημαντικό προνόμιο αναπηρίας”. Σε μερικές από τις πιο σκοτεινές στιγμές του θα πήγαινε στο βουνό να πάρει μερικές ανάσες. Τότε, θα έλεγε στον εαυτό του “Ποτέ, μα ποτέ, ποτέ-ποτέ να μην αφήνεις τους ανθρώπους να σε λυπούνται εκτός εάν σου αρέσει αυτό το συναίσθημα. Πάντοτε να έχεις την περηφάνεια και την αξιοπρέπεία σου”. Αυτές τις στιγμές, θεωρούσε τους άλλους λιγότερο τυχερούς από τον ίδιο και συνειδητοποίησε ότι είχε την ικανότητα να κάνει τον εαυτό του ευτυχέστερο. Άρχισε να εκτιμά αυτά που είχε και τη θέση του στη ζωή.

Αυτές, ήταν καινούργιες σκέψεις για το Najj καθώς είχε συνηθίσει να περνά τη ζωή του ανέμελα. Εξέφρασε αυτές στις σκέψεις τόσο προφορικά όσο και γραπτά. Σωματικά και ψυχικά αλλαγμένος, φαντάζονταν πως μία ημέρα θα ξυπνούσε και θα ήταν τέλειος. Μέρα με τη μέρα, κίνηση με την κίνηση, έβλεπε πρόοδο. Συνειδητοποίησε ότι η ανάρρωση εξαρτιόταν από το χρόνο, την υπομονή και πολύ σκληρή δουλειά. Προσευχόμενος για ένα ακόμη θαύμα, επέμενε ότι μπορούσε να κάνει οτιδήποτε. Ο μεγαλύτερος φόβος του ήταν ότι δεν θα ανάρρωνε και έτσι έπαιζε παιχνίδια με το υποσυνείδητο μυαλό του για να πείσει τον εαυτό του ότι μία ημέρα θα ήταν τέλειος στα μάτια των άλλων. Ανακάλυψε ότι το να ξεγελά έτσι τον εαυτό του ήταν

πράγματι αποτελεσματικό. Πιστεύοντας τόσο δυνατά από την καρδιά του, ο Najī έμαθε αυτή τη λεπτή γραμμή μεταξύ πραγματικότητας και φαντασίας και τη σχέση μεταξύ συγκέντρωσης και αποτελέσματος. Είχε τελικά πέσει πάνω στη δύναμη του εστιασμού και των οφελών της στα σωματικά και τα συναισθηματικά επιτεύγματα. Αυτό το συνειδητοποίησε κατά τη διάρκεια μιας συνεδρίας φυσικοθεραπείας στο Μόντρεαλ, όταν ο φυσικοθεραπευτής του, ο Frank, του είπε ότι έπρεπε να ενσωματωθεί στην κοινωνία. Συμβούλεψε το Najī να ζει στην πραγματικότητα αντί να κρύβεται κάπου, περιμένοντας για ένα ακόμη θαύμα να συμβεί. Εκείνο το λεπτό, ο Najī αντιμετώπισε την παρούσα κατάστασή του με την αλήθεια και όχι με μία αυταπάτη. Κοιτάζοντας μέσα στον καθρέπτη είδε έναν νεαρό άνδρα λίγες εβδομάδες πριν τα 20ά γενέθλιά του. Αντί να περπατά με δυσκολία, τώρα κινιόταν με πιο ομαλό και ισορροπημένο τρόπο. Η όρασή του, η μνήμη και η πνευματική συγκέντρωση είχαν βελτιωθεί εξαιρετικά. Τα πήγαινε καλά στη σχολή του και οι τάξεις και η θεραπεία του έδιναν κίνητρο. Η επικοινωνία με φίλους μέσω τηλεφώνου και Internet ήταν πηγή ανακούφισης και δύναμης.

Αν και είχε πρόβλημα στη συγκέντρωση όταν ήταν κουρασμένος, οι πνευματικές ικανότητες του Najī παρέμεναν δυνατές μετά το ατύχημα. Δεν είχε ιδέα του πόσο δυνατό θα μπορούσε να είναι το μυαλό του μέχρις ότου σοβάρεψε και είπε στον εαυτό του “Φίλε πρέπει να προκαλέσεις σοβαρά τον εαυτό σου και να θεωρήσεις ότι όλα είναι πιθανά”. Αυτή η ιδέα έδωσε κίνητρα στο Najī για να λειτουργήσει φυσιολογικά μέσα σε ένα σώμα που αρνείτο να υπακούσει και δεν μπορούσε να θυμηθεί τι έκανε πριν τον τραυματισμό του. Το μυαλό του θυμόταν τη σωματική ελευθερία και έσπρωχνε τα χέρια και τα πόδια του να πάνε προς τα εκεί. Υπάκουαν στις διαταγές του, αλλά με περιορισμούς. Η σκέψη υποτάσσει τις σωματικές και τις ψυχικές δομές να εκτείνονται και να προκαλούνται. Σιγά-σιγά, ο Najī έμαθε ότι το μυαλό είναι ένα δίκικοπο μαχαίρι. Η μία πλευρά είναι ο εχθρός ενώ η άλλη είναι ο σωτήρας. Ο Najī έστειλε αυτό το fax σε έναν φίλο στην Αθήνα:

*“Μία μέρα στο σχολείο δεν μπορούσα να συγκεντρωθώ στο πρόβλημα που εξηγούσαν στην τάξη.*



*Τότε, άρχισα να αναρωτιέμαι γιατί έχω τόση μεγάλη δυσκολία στη συγκέντρωση. Μου ήρθε μία ιδέα. Είναι μία ένταση στο μυαλό. Ουάου!!! Εάν το μυαλό μπορεί να είναι υπό ένταση και γνωρίζουμε ότι τα πάντα έρχονται από το μυαλό, τότε καταλαβαίνω ότι η ένταση στο σώμα μου προέρχεται από το μυαλό μου. ΘΑΥΜΑΣΙΑ! Το καταλαβαίνω; Χαλαρώνω το μυαλό μου και χαλαρώνει το σώμα μου. Απλό. Τόσο απλό, που φαίνεται υπερβολικά εύκολο. Εντάξει, πώς δουλεύει; Πώς μπορώ να κάνω το μυαλό μου να χαλαρώσει; Ο εστιασμός σε πολλά πράγματα μαζί, προκαλεί ένταση. Λύση. Εστιάσου σε ένα πράγμα τη φορά”.*

Ως αποτέλεσμα “πολλής θεραπείας και διαλέξεων από ανθρώπους που τον αγαπούν και τον υποστηρίζουν”, ο Naji πέταξε την επικριτική διάθεσή του. Η ωριμότητα τον έπεισε ότι “δεν μπορούσε να φύγει και δεν μπορούσε να ξεφύγει”. Ο Naji κάνει τη δική του θεραπεία με τη συγκέντρωση και τη χρήση αυτοπειθαρχίας. Σιγά-σιγά, κερδίζει μία κατανόηση και εκτίμηση του νοήματος του σεβασμού για τον εαυτό του και τους άλλους.

Το να είσαι με το Naji Cherfan είναι μία αναζωογονητική εμπειρία. Η επικοινωνία του είναι άμεση και ακόμη και εάν η συμπεριφορά του είναι καμιά φορά εγωκεντρική, έχει μία μοναδική γοητεία. Ο Naji εξακολουθεί να αναπτύσσει το μυαλό του και να πειραματίζεται με επεκτατικές σκέψεις. Έχει ανακαλύψει έναν πλούτο από ευλογίες που κάνουν τη ζωή του ικανοποιητική και γεμάτη ευκαιρίες. Μία ημέρα κατέβηκε τις σκάλες που οδηγούσαν στο διαμέρισμα της οικογένειας στο Μόντρεαλ. Καθώς κατέβαινε βαθύτερα στο σκοτάδι, συνειδητοποίησε πόσο μικρές ήταν οι σκέψεις του μέχρι τότε. Κάτι έκανε “κλικ” μεταξύ του μυαλού και της καρδιάς του μέχρις ότου δεν μπορούσε πια να αρνηθεί έναν σκοπό για τη ζωή του. Έπρεπε να κάνει μεγάλες σκέψεις, να πάει πέρα από αυτό που ήθελε το εγώ του ή αυτό που του υποδείκνυαν τα μοντέλα συμπεριφοράς του. Είπε δυνατά “είμαι μόνο εγώ, με εμένα και τον εαυτό μου”. Αυτή τη φορά πίστεψε στα λόγια του. Κατάλαβε ότι είχε την ποιότητα για επιτυχία και όλες τις ευλογίες που η οικογένεια, οι φίλοι και η αγάπη

μπορούσαν να του δώσουν. Ευτυχισμένος απλά και μόνο που ήταν καλοκαίρι, ένοιωθε ευγνωμοσύνη για τους θεραπευτές και τους γιατρούς του που τον βοήθησαν να φθάσει σε αυτό το θαυμαστό σημείο όπου όλα φαίνονταν λογικά. Γέλασε από μέσα του και είπε “απλά κοίταξέ με να πετάω” Κατά τη διάρκεια των χρόνων της θεραπείας του, ο Naji κρατούσε ένα ημερολόγιο και ήθελε να γράψει ένα βιβλίο για την εμπειρία του. Το 1998, άρχισε να δουλεύει πάνω στο ημερολόγιό του και αυτό, έγινε η σημαντικότερη ασχολία του από όλες. Αυτή η διαδικασία, τον έφερε πιο κοντά στον στόχο του να γράψει ένα βιβλίο που θα περιέγραφε τα γεγονότα που οδήγησαν στο ατύχημα, το κώμα, τη θεραπεία και την ανάρρωσή του. “Γνωρίζω τόσους πολλούς που είχαν παρόμοια περιστατικά, ακόμη και χειρότερα, αλλά κανένας από αυτούς δεν θέλει να μιλάει για αυτό. Απλά το έκανα για να το βγάλω από μέσα μου και να μάθουν όλοι τι υπέφερα. Πιο πολύ από όλα, θέλω να βοηθήσω αυτούς που βρίσκονται στην ίδια θέση που ήμουν εγώ. Τα περιεχόμενα αυτού του βιβλίου είναι πολύ προσωπικά, αλλά αισθάνθηκα την ανάγκη να εκτονωθώ και να εκφραστώ ακριβώς όπως αισθάνομαι”. Τέλος, τελείωσε το βιβλίο μέσα στο κεφάλι του και το αφιέρωσε στους θεραπευτές που τον έμαθαν να περπατάει και σε αυτόν που τον έμαθε να αναπνέει και να μιλάει από το κέντρο του σώματός του. Τελικά, κατάλαβε τα λόγια του πατέρα του: “Η υπομονή είναι αρετή, υπάρχει χρόνος για τα πάντα και μη φοβάσαι”.

Μία κατάσταση πραγματικότητας είναι αυτή που βασίζεται σε γεγονότα ή αλήθειες. Όταν κάποιος ζει μέσα στην πραγματικότητα, τότε οι καταστάσεις που τον περιβάλλουν είναι πρακτικές, ειλικρινείς και αληθινές. Αυτές οι συνθήκες δεν είναι πάντοτε εύκολες ή ευχάριστες, αλλά οι δυσκολίες απαιτούν προσοχή και επιβάλλουν επίγνωση. Όταν μία κατάσταση γίνει αρκετά οδυνηρή, τότε υποχρεωνόμαστε να πετάξουμε τα πέπλα της αυταπάτης που με τόση ελεημοσύνη μας προστατεύουν από όλα αυτά που επιθυμούμε να ξεχάσουμε. Ο Naji Cherfan έγραψε αυτά τα λόγια στην οικογένειά του στην Αθήνα. “Γνωρίζετε ότι η ζωή για μένα έχει γίνει μία εικονική πραγματικότητα. Αλλά ξέρετε κάτι; Η πραγματικότητα είναι σκληρή”. Αυτά τα λόγια ήταν το αποτέλεσμα μίας κακής διάθεσης που

προκάλεσε η κούραση. Οι διακυμάνσεις της διάθεσής του ήταν μία συνεχής υπενθύμιση του πόσο είχε αλλάξει η ζωή του μετά το ατύχημα.

Όποτε ήταν λυπημένος ή είχε κατάθλιψη, σκέφτονταν “ε, και; Όλοι έχουν αισθήματα σαν αυτά”. Αναγνώριζε την ύπαρξη των άλλων και καταλάβαινε ότι, με πολλούς τρόπους, ήταν ακριβώς όπως όλοι οι άλλοι. Άρχισε να σκέφτεται ότι “ο καθένας από εμάς έχει τις δικές του οικειότητες με το Θεό”. Ένας σκεπτόμενος νεαρός αναδύονταν από την αποφασιστικότητα που χρειάστηκε για να αντιμετωπίσει τις συνθήκες της ζωής του. Πάλευε για να κυριαρχεί στο άγχος του, αλλά είχε τη συνήθεια να μπλέκει σε καυγάδες για να εκφορτίσει την ένταση που ήταν παγιδευμένη στο μυαλό και το σώμα του. Έγραψε ότι “Είχα ανάγκη να ξεσπάω σε κάποιον”. Με το κούμπι, τις αναπνοές και το διαλογισμό έλεγχε τις διαθέσεις του.

Καθώς ο Najj Cherfan ωριμάζε πήρε τα μαθήματα που του είχε δώσει η ζωή και δούλεψε μαζί τους προκειμένου να μεγαλώσει. Βρήκε ένα κομμάτι του εαυτού του που είχε μία καινούργια αντίληψη για τη ζωή. Ακόμη και όταν είχε κακή διάθεση και ήταν κουρασμένος, ήταν και πάλι ευτυχημένος. Ο Najj είπε στον εαυτό του ότι ο χρόνος είναι χώρος κομμένος σε μικρά κομματάκια και έγραψε στο ημερολόγιό του: “Ο χρόνος είναι η στιγμή του μυαλού, από το παρελθόν στο μέλλον και από το μέλλον στο παρελθόν, περνώντας μέσα από το παρόν. Ποιος νοιάζεται να γράψει ένα βιβλίο για τη ζωή όταν είναι τόσο απασχολημένος γράφοντας την ίδια τη ζωή του. Γιατί να ανησυχούμε τόσο για τη ζωή όταν αυτή απλά συμβαίνει. Η ζωή είναι σαν ένα παιχνίδι. Όσο μεγαλύτερο και περισσότερο καλό κάνεις σε άλλους, τόσο καλύτερος γίνεσαι και τόσο πιο πολύ κερδίζεις. Εστιάσου και μην αποσπάζ την προσοχή σου. Εάν δεν είμαι ευτυχημένος, εγώ θα πω ότι θα γίνω ευτυχής. Πως είναι η ευτυχία τώρα; Η ευτυχία είναι να αισθάνεσαι καλά. Να αισθάνεσαι καλά, καλά, καλά. Τόσο καλά, που είμαι σούπερ τέλεια, τέλεια, τέλεια. Τώρα έχω σωστή σκέψη. Θέλω να είμαι καλύτερος από ότι ήταν ο Najj παλιότερα. Σήμερα είναι μία καινούργια ημέρα. Έχουμε κάτι να κάνουμε. Θα είμαι τόσο φιλικός και καλός με τους ανθρώπους. Όλοι θα με αγαπάνε επειδή τους αγαπώ και εγώ. Αυτό είναι το πώς έγινε η

ζωή για μένα. Όλοι είναι ευτυχισμένοι. Εγώ, θα τους χαμογελάω. Εάν δεν είσαι ευτυχισμένος και έχεις πρόβλημα μαζί μου, μην το κάνεις μεγάλο θέμα”.

Ο Najji έχει φθάσει σε ένα στάδιο όπου όσο λιγότερο έχει να δουλέψει πάνω στην αποθεραπεία του, τόσο πιο μεγάλη πρόκληση αντιμετωπίζει. Ενώ η σωματική του κατάσταση συνεχίζει να βελτιώνεται, δουλεύει επίσης και στο χαρακτήρα του και δείχνει θετικές αλλαγές στη στάση και τη συμπεριφορά του. Τα λόγια του πατέρα του, η υπομονή είναι αρετή, υπάρχει καιρός για όλα και μη φοβάσαι, έχουν γίνει κομμάτι της καθημερινότητας του Najji. Ο George Cherfan είναι πηγή δύναμης και ενθάρρυνσης για το γιο του και ο Najji έχει αρχίσει να εκτιμά περισσότερο από ποτέ το παράδειγμα σοφίας και κουράγιου του πατέρα του.

Αργά αλλά σταθερά, ο Najji Cherfan προχωρά προς την αποθεραπεία και την υπόσχεση για μία ζωή με σκοπό και νόημα. Ανακάλυψε την επιθυμία να ζει με πληρότητα, ενώ αντιμετωπίζει την πρόκληση της αναπηρίας. Οι εμπειρίες του έδωσαν το κίνητρο να θέλει να γίνει πρότυπο για τα άτομα με αναπηρία. Μοιραζόμενος τις εμπειρίες του με άλλους νεαρούς με αναπηρίες, ο Najji Cherfan θεωρεί τον εαυτό του “ένα θαύμα εν τω γενέσθαι” και πιστεύει ότι μπορεί να υπάρχουν και άλλα θαύματα που περιμένουν να συμβούν. Το θάρρος και η επιμονή είναι τα υλικά για την αποθεραπεία, μαζί με τον χρόνο και την προσευχή. Μία ζωή εικονικής υπομονής σιγά-σιγά έγινε ζωή εικονικής πραγματικότητας.

Στις 8 Ιουνίου 1999, ο Najji Cherfan έγραψε αυτά τα λόγια και τα έστειλε με fax σε ένα φίλο του στην Ελλάδα. Ενώ βρισκόμουν στον Καναδά συνειδητοποίησα ότι δεν είχα πολλά σοβαρά προβλήματα. Τι σημαίνει και αν το αριστερό μου χέρι και το δεξί μου πόδι δεν είναι 100% εντάξει. Στο κάτω-κάτω κανείς δεν είναι τέλειος. Είμαι πολύ τυχερός. Μερικοί άνθρωποι δεν έχουν καθόλου χέρια ή πόδια. Πρέπει να αποδεχθώ την πραγματικότητα και να βελτιώσω τον εαυτό μου όσο είναι δυνατόν, πρώτα να είμαι ευχαριστημένος από τον εαυτό μου όπως είμαι και μετά να κάνω ό,τι μπορώ για να βελτιωθώ. Δεν υπάρχει κανένας περιορισμός σε αυτά που μπορεί να πετύχει το μυαλό μου. Δέκα χρόνια μετά το ατύχημα που του στέρησε την όραση, το λόγο

και την κίνηση, αυτός ο νεαρός άνδρας πραγματοποιεί τα όνειρά του. Έχει μάθει ότι η υπομονή είναι αρετή και την χρησιμοποιεί καλά. Το ταξίδι από το ατύχημα – στο κώμα – στη θεραπεία – στη φυσιολογική ζωή συνεχίζεται για τον Naji Cherfan.

“Μπορούν επειδή πιστεύουν ότι μπορούν”

Βιργίλιος

## Κεφάλαιο III (1999-2006)

### Εικονικές Σημειώσεις

1. Άρνηση. Ζούσα και ακόμη εν μέρει ζω σε άρνηση. Τελικά συνειδητοποιώ ότι χρειάζεται να αποδεχθώ ορισμένες πραγματικότητες της ζωής. Κανείς δεν είναι τέλειος. Αυτό είναι κάτι που δεν μπορώ να αποδεχθώ. Μπορεί απλά να συνειδητοποιώ πόσο βαθύ και οδυνηρό ήταν να ξεπεράσω το ατύχημά μου. Θα μπορούσα να είμαι αυτός που είμαι χωρίς αυτό; Χρόνος. Ο χρόνος για μένα έχει έρθει να παραμερίσει την άρνηση και να αρχίσω να προσαρμόζομαι στη ζωή μου.

2. Έμαθα να χιτίζω σωστές αρχές να τις ακολουθώ και ότι εάν πιστεύεις σε κάτι, πρέπει να ξέρεις σε τι πιστεύεις.

3. Η ισχυρή θέληση και η πίστη με οδήγησαν κατά τη διάρκεια της ανάρρωσής μου.

4. Πρέπει να προστατεύω τον εαυτό μου από ορισμένες από τις σκέψεις μου. Όταν ήμουν μικρός, χρησιμοποιούσα μία αναλογία να παίρνω κάτι θετικό πολλαπλασιάζοντας δύο αρνητικά. Τώρα, καταλαβαίνω ότι εάν ανταποκριθώ με θετικό τρόπο σε κάτι αρνητικό, θα δημιουργήσω θετική ενέργεια.

5. Μόνο αυτοί που είχαν μία τραυματική εμπειρία παρόμοια με τη δική μου μπορούν να καταλάβουν τι περνώ.

6. Ένα πρόβλημα που αντιμετωπίζω μετά από εννέα χρόνια θεραπείας και σκληρής δουλειάς, είναι ότι αφήνω τις καταναγκαστικές ιδέες μου να με ελέγχουν. Αν και έχω πετύχει τόσα πολλά, πρέπει να καταλάβω ότι υπάρχουν πολλά περισσότερα να πετύχω. Κάθε εμπειρία μου δίνει ένα κλειδί να ανοίξω μία διαφορετική πόρτα σε όλες τις περιοχές της ζωής μου. Αυτά τα κλειδιά πρέπει να χρησιμοποιηθούν με προσοχή και να μην κακοποιηθούν. Όλοι έχουμε τη δυνατότητα να προχωρήσουμε με αγάπη. Με ενθάρρυναν ώστε να έχω μεγάλη αυτοπεποίθηση και έμαθα ότι η ωριμότητα έρχεται μέσα από την εμπειρία.

7. Δίνουμε τόσο μεγάλη σημασία στον εαυτό μας και σε αυτά που έχουμε. Δεν είναι πάντοτε μία λαμπρή ηλιόλουστη ημέρα. Καμιά φορά

πρέπει να μιμούμαστε τη φύση. Κανείς δεν είναι τέλειος.

8. Πάντα θα έχουμε παρεξηγήσεις. Έχω μία θετική διάθεση και βλέπω τη φωτεινή πλευρά τη ζωής αγαπώντας, δουλεύοντας και παίζοντας.

9. Σε αυτή τη ζωή, γεννιόμαστε χωρίς τίποτα και όταν πεθαίνουμε, δεν παίρνουμε τίποτα μαζί μας. Διευθύνουμε το δικό μας χώρο και το πώς αποφασίζουμε να ζήσουμε αυτή τη ζωή.

10. Οι άνθρωποι έρχονται στη ζωή σου για ένα λόγο. Εάν οι άνθρωποι είναι φτιαγμένοι να είναι μαζί, τότε η πραγματική αγάπη τους ενώνει και ο Θεός τους ευλογεί.

11. Μη φοβάσαι. Κλείσε την πόρτα στο ρεύμα του αέρα και άφησέ τον πίσω σου.

12. Όταν προσευχόμαστε με ειλικρίνεια, μόνο η πραγματική πίστη μπορεί να χαραχτεί στο μυαλό, την καρδιά και την ψυχή. Έμαθα το “να προσεύχεσαι για αυτά που επιθυμείς και να εργάζεσαι για αυτά που χρειάζεσαι”.

13. Αισθάνομαι τόσο καλύτερα όταν βοηθώ κάποιον και βλέπω ένα χαμόγελο στο πρόσωπό του.

14. Δεν μπορώ να αφήσω τη γνώμη των άλλων να επηρεάσει τα αισθήματά μου. Μπορεί οι άνθρωποι να νομίζουν ότι σε ξέρουν. Στο τέλος, μόνον εσύ γνωρίζεις το ποιός είναι και τί χρειάζεσαι. Δεν έχει να κάνει τόσο με το να ανοίγεις το μυαλό σου, όσο με το να μεγαλώνεις την καρδιά σου.

15. Όλα όσα περνώ συμβαίνουν για να μου δείξουν και να μου διδάξουν την υπομονή. Η υπομονή είναι αληθινή αγάπη και απόλυτη ομορφιά.

16. Όλοι έχουμε μία έκτη αίσθηση. Συνειδητοποίησα ότι μερικές φορές μπορώ να δω και να αισθανθώ πολλά κρυφά μηνύματα.

17. Το να είμαι ανεξάρτητος, να φροντίζω τον εαυτό μου και να πιστεύω ότι μπορώ να κάνω ότι βάζω με το μυαλό μου, πραγματικά με βοηθά να εξελιχθώ.

18. Μόνο ο Θεός μπορεί να δώσει και να πάρει τη ζωή. Φύσηξε μέσα μας και μας έδωσε την ικανότητα να είμαστε δημιουργικοί. Ο Θεός ποτέ δεν απομακρύνεται από εμάς. Οι άνθρωποι απομακρύνονται από το Θεό.

19. Όταν οι άνθρωποι επιθυμούν κάτι, το σκέφτονται. Οι σκέψεις γίνονται υγρές, Το υγρό πηγαίνει στα κύτταρα. Εάν σκεφτείς ότι θέλεις να κουνήσεις το δάχτυλο του αριστερού χεριού σου, τότε το υγρό πηγαίνει στα κύτταρα του εγκεφάλου που είναι υπεύθυνα για αυτήν την περιοχή. Εάν τα κύτταρα σε αυτήν την περιοχή είναι τραυματισμένα ή έχουν υποστεί βλάβες, τότε παίρνουν το μήνυμα από το υγρό, αλλά το διαβάζουν λάθος και έτσι όταν στέλνουν το μήνυμα στο δάχτυλο, η εντολή είναι λάθος. Δεν είναι σφάλμα του δάχτυλου ή της σκέψης. Το πρόβλημα βρίσκεται στα κύτταρα που ευθύνονται για να μεταφέρουν τη σκέψη στο δάχτυλο. Υπάρχει μία λειτουργική αλυσίδα μεταξύ της σκέψης, του κυττάρου και του δάχτυλου. Εάν υπάρχει κάποιο πρόβλημα σε οποιοδήποτε κρίκο της αλυσίδας, όλα θα επηρεαστούν.

20. Η εμπειρία με έμαθε ότι εάν φανταστώ την κίνηση σε οποιοδήποτε σημείο του σώματός μου, στο τέλος θα την κάνω. Η επιμονή, η συγκέντρωση και η πειθαρχία ήταν τα προαπαιτούμενα για αυτήν την προσπάθεια. Τα άτομα που πάσχουν από εγκεφαλικές κακώσεις πρέπει να βρουν έναν τρόπο να επικεντρωθούν σε οποιοδήποτε μέρος του σώματος έχει επηρεαστεί από τον τραυματισμό.

21. Το σώμα είναι ένα κέλυφος, ένα σπίτι. Το σώμα σου δεν καθορίζει και το ποιός είσαι. Εάν κάποιος σου πει ότι έχεις περιορισμούς, αυτό είναι η δική τους αντίληψη για το σώμα σου. Όμως, δεν είναι εσύ. Κάποιος μπορεί να σε πείσει ότι το σώμα σου είναι αυτός που είσαι. Σε αυτήν την περίπτωση, οι περιορισμοί του σώματός σου γίνονται αυτό που είσαι.

22. Οι δύο χειρότερες λέξεις που σχηματίστηκαν ποτέ, είναι “δεν μπορώ”. Ο Θεός δεν ακούει τα λόγια σου· ακούει την καρδιά σου. Με την επιμονή, το μυαλό σου μπορεί να πετύχει όσα επιθυμεί η καρδιά σου. Ο Βιργίλιος είπε κάποτε “Μπορούν επειδή πιστεύουν ότι μπορούν”.

Μερικά από τα πιο δύσκολα πράγματα:

1. Εάν μου είναι πραγματικά δύσκολο να περπατώ στο δρόμο και μετά να προσπαθώ να ανοίξω μία πόρτα, τότε κάποιος άλλος απλά θα την ανοίξει για μένα. Αυτό είναι πολύ καλό από μέρους τους, αλλά



τότε αισθάνομαι και λέω στον εαυτό μου και μερικές φορές φωναχτά, Τι;;; Μιλάω έξι γλώσσες και νομίζετε ότι δεν μπορώ να ανοίξω μία πόρτα; Τελικά, καταλαβαίνω ότι οι άνθρωποι βλέπουν μόνο αυτό που θέλουν να δουν.

2. Πολλές φορές και εγώ μετρώ τον εαυτό μου βάσει της εκτίμησης των άλλων. Εάν προσπαθούσα να εκπληρώσω τις προσδοκίες των άλλων, πάντα θα ξεκινούσα από το μηδέν. Το να αφήσω τόσους πολλούς ανθρώπους να με αξιολογήσουν και το να πάω σε όλα αυτά τα κέντρα, είναι το πιο δύσκολο πράγμα που έχω βιώσει. Ψάχνοντας τον εύκολο δρόμο προς την αποθεραπεία, απλά κοροϊδεύα τον εαυτό μου. Πίστευα ότι κάποιος, κάπου θα μου έδινε ένα κλειδί άμεσης επιτυχίας. Η υπομονή ήταν η καλύτερη επιλογή μου. Φαίνεται τόσο εύκολο να λέγεται. Εντάξει, είναι εύκολο, αλλά έμαθα ότι όλα στην αρχή πρέπει να γίνονται αργά και προσεκτικά.

3. Έχω καταφέρει να συνειδητοποιήσω το γιατί βρίσκομαι εδώ. Δεν ερχόμαστε σε αυτόν τον κόσμο και μετά έτσι απλά φεύγουμε. Όχι!! Αυτό το ατύχημα μου έδειξε ότι επιβίωσα προκειμένου να μιλήσω και σε άλλους σχετικά με την εμπειρία μου. Καθένας από εμάς υποφέρει με διαφορετικό τρόπο, προκειμένου να μάθει σχετικά με τη ζωή και τους ανθρώπους. Αυτό είναι η ανάπτυξη και η εξέλιξη της ψυχής. Η ικανοποίηση των αναγκών των άλλων είναι κάτι που η εμπειρία με έμαθε να σκέπτομαι.

4. Μία συνεχής σταγόνα νερού μπορεί να ανοίξει μία τρύπα στο βράχο. Αυτό με ενέπνευσε να συνεχίσω την προσπάθεια και να μην παραιτούμαι ποτέ.

5. Η υπερβολική προσκόλληση σε κάτι χρειάζεται και μία αποστασιοποίηση.

6. Η αντίληψή μας για το ομαλό έχει να κάνει με το κάθε άτομο. Το φυσιολογικό είναι όπως το ορίζει το κάθε άτομο.

Στους αναγνώστες

Ευχαριστώ για το ενδιαφέρον σας για την προσωπική μου ιστορία καθώς εγώ ξαναζούσα τα γεγονότα.

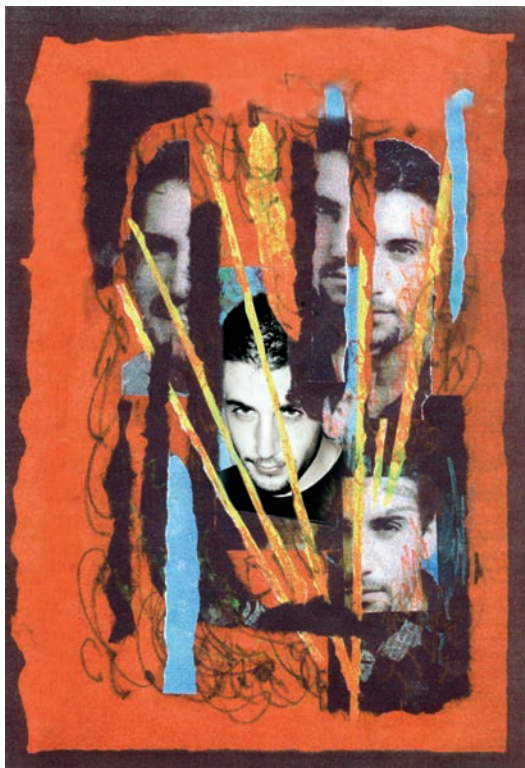
*"Η νίκη ανήκει σε αυτούς που  
επιμένουν"*

*Ναπολέον*

---

## ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Από το 1999 έως το 2001 ο Najj και ο πατέρας του ταξίδεψαν σε κέντρα θεραπείας στην Αριζόνα, το Τέξας και τη Φλόριντα. Σε κάθε πόλη βρήκαν καλούς γιατρούς και ανθρώπους που συνεισέφεραν στην ανάρρωση και την πρόοδο του Najj. Τελικά, μετακόμισε στη Φλόριντα όπου έκανε πολλούς στενούς φίλους. Σπούδασε πολυμέσα στο Ινστιτούτο Τεχνών του Fort Lauderdale και μετά επέστρεψε στην Ελλάδα όπου γράφτηκε στο BCA (Business College of Athens) και αποφοίτησε με δίπλωμα σε E-Business. Τα τελευταία τρία χρόνια δουλεύει στην οικογενειακή επιχείρηση στη διοίκηση και τις δημόσιες σχέσεις. Στη διάρκεια των χρόνων της αποθεραπείας του συνεχίζει να γράφει και να επιμελείται των γραπτών του. Το ταξίδι του είναι ένα ταξίδι επιμονής, κουράγιου και αλλαγής. Οι πιο πρόσφατες σκέψεις του βρίσκονται περιληπτικά στο τελευταίο μέρος του βιβλίου. Αυτά είναι τα λόγια ενός άνδρα που βίωσε μία τραυματική εμπειρία και την μετέτρεψε σε τρόπο ζωής. Ο Najj Cherfan ήταν 17 χρόνων όταν υπέστη το ατύχημα των “δύο δευτερολέπτων” που τον υποχρέωσε να ξαναδεί τα πάντα, όλα όσα είχε δει και μάθει μέχρι τότε. Στις 20 Νοεμβρίου 2005, έγινε 27 ετών. Αυτή η δεκαετία της ζωής του αποκαλύπτεται στις “εικονικές σημειώσεις”. Ο Najj Cherfan πέθανε στις 31 Ιουλίου, 2008 από ένα επιληπτικό επεισόδιο το οποίο σταμάτησε την καρδιά του ενώ κοιμόταν.



## Υπομονή στην πράξη

Στην ηλικία των δεκαεπτά ετών, ο Naji Sherfan υπέστη εγκεφαλικές κακώσεις και έπεσε σε κώμα. Όταν ξύπνησε δεν μπορούσε να κινηθεί, να δει ή να μιλήσει. Πιστεύει ότι αυτό του έδωσε την εμπειρία να είναι βρέφος δύο φορές στη ζωή του. Όμως, τη δεύτερη φορά είχε την επίγνωση και έπρεπε να ωριμάσει κατά ένα πιο δύσκολο τρόπο. Από τη στιγμή που ο Naji μπορούσε να μιλήσει και πάλι, είχε τεράστια ανάγκη να πει την ιστορία του προκειμένου να καταλάβει τί συνέβη και γιατί. Η τέχνη του να γράφει τις σκέψεις και τα συναισθήματά του που πέρασε τον βοήθησαν να γίνει ένας καλύτερος άνθρωπος.

[www.virtualpatience.com](http://www.virtualpatience.com)

[www.najicherfanfoundation.org](http://www.najicherfanfoundation.org)

ISBN 978-960-9463-06-5