

Σταμάτης Μαλέλης

# Το ΤΕΡΑΣ κι ΕΓΩ

ΑΝΑΝΕΩΜΕΝΗ ΚΑΙ ΑΝΑΘΕΩΡΗΜΕΝΗ ΕΚΔΟΣΗ

6η ΧΙΛΙΑΔΑ



*ΝΙΚΗΣΕ ΤΗΝ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ.  
ΔΕΝ ΕΙΣΑΙ ΜΟΝΟΣ ΣΟΥ.*

 ΜΙΝΩΑΣ  
ΕΚΔΟΣΕΙΣ





















διαλέξεις, ανθρώπους υπεράνω πάσης υποψίας, καθηγητές, καλλιτέχνες, διανοούμενους, οι οποίοι με πλησίαζαν συνωμοτικά και με ρωτούσαν τι να κάνουν. Η κατάθλιψη, βλέπεις, είναι υπερταξική. Άνθρωποι που σύμφωνα με την κοινή γνώμη ζουν την απόλυτη ευτυχία βασανίζονται από την αρρώστια. Άλλοι παίρνουν δυο χούφτες φάρμακα για να σταθούν στα πόδια τους. Ποια είναι λοιπόν η λύση; Μήπως αυτό που προτείνει ο Σοπενχάουερ, να αποφεύγουμε ό,τι προκαλεί οδύνη; Έχει αμφισβητηθεί! Τι να γίνει δηλαδή κάποιος, μισάνθρωπος ή μισογύνης;

# Το ΤΕΡΑΣ κι ΕΓΩ

Ήταν, νομίζω, άνοιξη του 2007, λίγο πριν τελειώσει η τηλεοπτική σεζόν, όταν μου ζητήθηκε μια συνέντευξη από έναν τηλεοπτικό σταθμό, για να κάνω τον γνωστό απολογισμό της χρονιάς που πέρασε. Προς το τέλος της, η παρουσιάστρια άρχισε να πλέκει το εγκώμιό μου, καταλήγοντας: «Πρέπει να αισθάνεστε ευτυχημένος».

Η αυθόρμητη απάντησή μου μάλλον τη σόκαρε.

«Όχι, αγαπητή μου, δεν αισθάνομαι ευτυχημένος. Ποτέ δεν ήμουν! Μια ζωή οι φίλοι μου με ρωτούσαν τι έχω, γιατί με έβλεπαν λυπημένο. Όταν όλοι οι άνθρωποι νόμιζαν ότι απολάμβανα τη μεγάλη μου επιτυχία, εγώ πάλευα από το πρωί μέχρι το βράδυ με το “τέρας” της κατάθλιψης».

Το επιτυχημένο αυτοβιογραφικό βιβλίο του Σταμάτη Μαλέλη, που αφηγείται την ιστορία της σχέσης του με την κατάθλιψη, επανακυκλοφορεί σε αναθεωρημένη και ανανεωμένη έκδοση. Πώς είναι να τα έχεις όλα και να μην έχεις τίποτα; Ένα βιβλίο που βοήθησε χιλιάδες ανθρώπους και άλλαξε τον τρόπο που αντιμετωπίζουμε την κατάθλιψη στην Ελλάδα.

Νικιέται, όμως, η κατάθλιψη; Ο Σταμάτης Μαλέλης μάς αποδεικνύει ότι το «τέρας» αντιμετωπίζεται. Διαβάστε στη Σκιά του Μαύρου Ήλιου, στο επόμενο βιβλίο του συγγραφέα, πώς η ζωή αλλάζει όταν βρίσκουμε τη ζωή που ψάχνουμε...