

## Διδακτική ιστορία: "Μια αγελάδα μια φορά..."

Μια φορά κι έναν καιρό, ένας σοφός δάσκαλος ήθελε να διδάξει σε έναν μαθητή του τα μυστικά της ευτυχισμένης και επιτυχημένης ζωής. Γνωρίζοντας τα πολλά περιττά εμπόδια και τις δυσκολίες που οι περισσότεροι άνθρωποι αντιμετωπίζουν στην αναζήτηση της ευτυχίας, σκέφτηκε ότι στο πρώτο μάθημα θα έπρεπε να του εξηγήσει γιατί τόσο πολλοί άνθρωποι ζουν μέτριες και συνηθισμένες ζωές.

Άλλωστε, σκέφτηκε ο γέροντας, **πολλοί άνθρωποι δείχνουν αδύναμοι να ξεπεράσουν τα κωλύματα που παρεμποδίζουν την επιτυχία τους και καταλήγουν να ζουν μια μη ικανοποιητική και μετά βίας ανεκτή ζωή.** Ο δάσκαλος ήξερε ότι, για να κατανοήσει ο νέος αυτό το πολύ σημαντικό μάθημα, θα έπρεπε να δει με τα ίδια του τα μάτια τι συμβαίνει όταν επιτρέπουμε στη μετριότητα να κυβερνά τη ζωή μας.

**Για να διδάξει αυτά τα σημαντικά μαθήματα,** αποφάσισε να κάνουν ένα ταξίδι με τον μαθητή του και να επισκεφθούν ένα από τα πιο φτωχά χωριά της επαρχίας τους. Αθλιότητα και εγκατάλειψη επικρατούσε σε ολόκληρη την περιοχή και οι κάτοικοι έδειχναν να έχουν συμβιβαστεί με την τύχη τους.

Λίγο μετά την άφιξή τους, ο δάσκαλος ζήτησε από τον νέο να τον βοηθήσει να βρουν το πιο φτωχικό σπίτι στην περιοχή. Εκεί θα έμεναν το βράδυ.



Αφού περπάτησαν για λίγο, έφτασαν στα περίχωρα. Κι εκεί, στη μέση του πουθενά, οι δύο άντρες σταμάτησαν μπροστά στην πιο ρημαγμένη και μικρή καλύβα που είχαν δει ποτέ στη ζωή τους.

Το οίκημα, που ήταν έτοιμο να καταρρεύσει, ήταν χτισμένο στην πιο μακρινή άκρη μιας μικρής ομάδας σπιτιών. Αναμφίβολα, ήταν της πιο φτωχής οικογένειας. Οι τοίχοι στέκοταν όρθιοι από θαύμα, απειλώντας ανά πάσα στιγμή να γκρεμιστούν. Το νερό

εισχωρούσε από την πρόχειρη αυτοσχέδια στέγη, που έδειχνε ανίκανη να κρατήσει οτιδήποτε μακριά, ενώ διάφορα σκουπίδια στοιβάζονταν γύρω γύρω από το σπίτι, κάνοντας ακόμα χειρότερη τη ρημαγμένη του όψη.

Ο ιδιοκτήτης, αφού ενημερώθηκε για την παρουσία των δύο ξένων από ένα μικρό παιδί, βγήκε έξω και τους απηύθυνε θερμό χαιρετισμό.

«Γεια σου κι εσένα, καλέ μου άνθρωπε», απάντησε ο δάσκαλος. «Θα μπορούσαν δυο κουρασμένοι ταξιδιώτες να βρουν καταφύγιο στο σπίτι σου για το βράδυ;»

«Επικρατεί συνωστισμός στο σπίτι, αλλά, αν αυτό δε σας πειράζει, είστε καλοδεχόμενοι».

Όταν οι δύο άντρες μπήκαν μέσα, ένωσαν έκπληξη μόλις συνειδητοποίησαν ότι ο μικροσκοπικός χώρος, που δεν ήταν μεγαλύτερος από 14 τετραγωνικά μέτρα, αποτελούσε το σπίτι οκτώ ατόμων. Ο πατέρας, η μητέρα, τα τέσσερα παιδιά και οι δύο παππούδες έκαναν ό,τι καλύτερο μπορούσαν για να τους προσφέρουν λίγο χώρο κάτω από αυτές τις περιοριστικές συνθήκες.



Το απεριποίητο και οδυνηρά αδύνατο σώμα τους και τα κουρελιασμένα ρούχα τους ήταν ατράνταχτες αποδείξεις των βασικών ελλείψεων της καθημερινής τους ζωής. Τα λυπημένα πρόσωπα και τα σκυφτά τους κεφάλια πρόδιδαν ότι η φτώχεια δεν είχε καταβάλει μόνο το κορμί τους, αλλά είχε ριζώσει βαθιά μέσα τους.

Οι δύο επισκέπτες κοίταξαν τριγύρω, αναλογιζόμενοι αν υπήρχε κάτι που να αξίζει μέσα σ' αυτή την έσχατη ένδεια. Δεν υπήρχε τίποτα!

Αλλά καθώς βγήκαν από το σπίτι, συνειδητοποίησαν ότι έκαναν λάθος. Παραδόξως, η οικογένεια είχε την πιο ασυνήθιστη περιουσία – αρκετά εντυπωσιακή δεδομένων των συνθηκών. Είχαν μια αγελάδα.

Η αγελάδα δεν ήταν τίποτα το ιδιαίτερο, αλλά η καθημερινή ζωή και οι δραστηριότητες της οικογένειας φαίνεται ότι περιστρέφονταν γύρω από την αγελάδα. «Τάισε την αγελάδα», «Φρόντισε η αγελάδα να έχει αρκετό νερό», «Δέσε καλά την αγελάδα», «Μην ξεχάσεις να πας την αγελάδα να βοσκήσει», «Άρμεξε την αγελάδα!». Ήταν φανερό ότι η αγελάδα έπαιζε κυρίαρχο ρόλο στη ζωή της οικογένειας, παρόλο που το ελάχιστο γάλα που έβγαζε μετά βίας αρκούσε για να τους θρέψει όλους.

Παρ' όλα αυτά, η αγελάδα φαίνεται ότι εξυπηρετούσε έναν ακόμα μεγαλύτερο σκοπό: ήταν το μόνο πράγμα που τους προστάτευε από την απόλυτη και έσχατη δυστυχία. Σε ένα μέρος όπου όλα τα αγαθά ήταν λιγοστά, το να έχουν στην κατοχή τους μια τέτοια πολύτιμη περιουσία προκαλούσε τον σεβασμό, αν όχι τον φθόνο, των γειτόνων τους.

Κι εκεί λοιπόν -μέσα στη βρομιά και την ακαταστασία- ο δάσκαλος και ο μαθητής ξάπλωσαν για να περάσουν το βράδυ.

Το επόμενο πρωί, πριν το ξημέρωμα και προσέχοντας να μην ξυπνήσουν κανέναν, οι δύο ταξιδιώτες έφυγαν για να συνεχίσουν το ταξίδι τους.

Ο μαθητής κοίταξε τριγύρω του σαν να προσπαθούσε να φωτογραφίσει με τον νου του το φρικτό μέρος. Για να είμαστε ειλικρινείς, δεν ήταν βέβαιος ότι είχε καταλάβει το μάθημα που ο δάσκαλος ήθελε να του διδάξει. Ωστόσο, πριν συνεχίσουν την πορεία τους, ο γέροντας του ψιθύρισε: «Ήρθε η ώρα να μάθεις το μάθημα που μας έφερε σε αυτό τον θλιβερό τόπο».

Κατά τη διάρκεια της σύντομης επίσκεψής τους, είχαν γίνει μάρτυρες μιας ζωής σχεδόν πλήρους εγκατάλειψης, αλλά ο νέος δεν ήταν σίγουρος για την αιτία της φρικτής ζωής που περνούσε η οικογένεια. Πώς είχαν επιτρέψει στον εαυτό τους να φτάσει σε αυτό το σημείο; Τι τους κρατούσε εκεί;

Ο δάσκαλος περπάτησε αργά προς την αγελάδα, η οποία ήταν δεμένη σε έναν ασταθή φράχτη είκοσι μέτρα περίπου από το σπίτι. Όταν βρέθηκαν περίπου ένα βήμα από το ζώο, έβγαλε ένα σπιλέτο από τη θήκη που κουβαλούσε. Ο μαθητής παραξευέντηκε. Όταν ο γέροντας ύψωσε ξαφνικά το χέρι του, ο νέος σοκαρίστηκε συνειδητοποιώντας τι επρόκειτο να συμβεί. Παρακολουθούσε, χωρίς να μπορεί να πιστέψει στα μάτια του, τον δάσκαλό του να κόβει τον λαιμό της αγελάδας με μια γρήγορη κίνηση. Το μοιραίο πλήγμα έκανε το ζώο να καταρρεύσει σιωπηλά στο έδαφος.

Ο μαθητής βρισκόταν σε κατάσταση πλήρους αμηχανίας. «Τι έκανες δάσκαλε;» είπε ψιθυρίζοντας με αγωνία για να μην ξυπνήσει την οικογένεια. «Πώς μπόρεσες να σκοτώσεις το κακόμοιρο το ζώο; Τι είδους μάθημα είναι αυτό που θα ρημάξει την οικογένεια; Αυτή ήταν η μόνη περιουσία τους. Τι θα απογίνουν τώρα;»

Χωρίς να δείχνει προβληματισμένος από την ανησυχία του νέου και αγνοώντας τις ερωτήσεις, ο δάσκαλος προχώρησε, αφήνοντας πίσω του τη μακάβρια σκηνή, εμφανώς αδιάφορος για τη μοίρα που περίμενε τη φτωχή οικογένεια μετά την απώλεια του ζώου. Μπερδεμένος ακόμα, ο μαθητής ακολούθησε τον δάσκαλο καθώς συνέχιζαν το ταξίδι τους.

Κι έτσι κι έγινε. Αυτή η φτωχή οικογένεια έπρεπε να αντιμετωπίσει μια αβέβαιη ζωή γεμάτη δυσκολίες και την πιθανότητα μιας ακόμη μεγαλύτερης μιζέριας.

Τις επόμενες μέρες, η τρομακτική ιδέα ότι η οικογένεια θα πέθαινε της πείνας χωρίς την αγελάδα της στοίχειωνε τον μαθητή. Τι άλλο θα μπορούσε να συμπεράνει μετά την απώλεια της μοναδικής πηγής τροφής; Αυτές οι σκέψεις τον βασάνιζαν για μήνες. Περισσότερο απ' όλα όμως ένιωθε απογοητευμένος με τον εαυτό του που ποτέ δε ρώτησε τον δάσκαλό του για τα γεγονότα εκείνου του φρικτού πρωινού.



Ένας χρόνος πέρασε, και ένα απόγευμα ο δάσκαλος πρότεινε στον μαθητή να επιστρέψουν στο μικρό χωριό για να δουν τι είχε απογίνει η οικογένεια. Η αναφορά και μόνο του επεισοδίου που θα νόμιζε κανείς ότι είχε λησμονηθεί προ πολλού ήταν αρκετή για να ξυπνήσει τις ζωντανές μνήμες ενός μαθήματος που, ακόμα και μετά από τόσο καιρό, ο νέος δεν είχε πλήρως καταλάβει.

Για μια ακόμα φορά, ο νους του κατακλύστηκε από σκέψεις για τη φτωχή οικογένεια και τον ρόλο που είχε παίξει ο ίδιος στη μοίρα τους. Τι να είχαν απογίνει; Επέζησαν μετά απ' αυτό το βαρύ πλήγμα; Μπόρεσαν να ξεκινήσουν μια καινούρια ζωή; Θα μπορούσε να τους αντικρίσει μετά απ' αυτό που είχε γίνει; Παρά τις ενοχλητικές αυτές σκέψεις δέχτηκε απρόθυμα, και με μισή καρδιά ξεκίνησε το ταξίδι που θα έριχνε φως στο θλιβερό επεισόδιο του περασμένου χρόνου.

Μετά από πολλές μέρες ταξιδιού, οι δύο άντρες έφτασαν στο χωριό. Έψαχναν μάταια για το σπίτι. Ο γύρω χώρος έμοιαζε ίδιος, αλλά η καλύβα στην οποία είχαν περάσει το βράδυ τους πριν από έναν χρόνο δεν υπήρχε πια. Αντιθέτως, ένα καινούριο και πολύ ωραιότερο σπίτι είχε χτιστεί στο ίδιο σημείο. Σταμάτησαν και κοίταξαν προς όλες τις κατευθύνσεις για να βεβαιωθούν ότι πράγματι βρίσκονταν στο σωστό μέρος.

Ο νέος φοβόταν ότι ο θάνατος του ζώου είχε σταθεί ένα πλήγμα που η φτωχή οικογένεια ήταν δύσκολο να ξεπεράσει. Ίσως να τους είχαν διώξει από το σπίτι και μια άλλη οικογένεια με λίγο καλύτερη τύχη να είχε πάρει τη γη τους και να έχτισε αυτό το καινούριο σπίτι. Τι άλλο θα μπορούσε να τους είχε συμβεί; Ίσως η ντροπή να τους είχε κάνει να φύγουν.

Ενώ αυτές οι σκέψεις τριγύριζαν στον νου του, ταλαντευόταν μεταξύ δύο αποφάσεων: να βρει τι είχε συμβεί στην οικογένεια ή απλώς να συνεχίσει τον δρόμο του, αποφεύγοντας το δυσάρεστο έργο της επιβεβαίωσης των χειρότερων υποψιών του. Επέλεξε να μάθει - έπρεπε να μάθει- και έτσι χτύπησε την πόρτα και περίμενε.

Μετά από λίγο, ένας πολύ ευχάριστος άντρας φάνηκε στην πόρτα. Στην αρχή ο μαθητής δεν τον αναγνώρισε. Ωστόσο, δεν μπόρεσε να κρύψει την έκπληξη του όταν συνειδητοποίησε ότι ήταν το ίδιο άτομο που τους είχε προσφέρει καταφύγιο πριν από έναν χρόνο. Ήταν σίγουρα ο ίδιος άντρας, αλλά κάτι είχε αλλάξει πάνω του. Φορούσε καθαρά ρούχα και ήταν πολύ περιποιημένος. Ήταν χαμογελαστός και το βλέμμα του είχε μια λάμψη. Ήταν σαφές ότι κάτι αρκετά σημαντικό είχε συμβεί στη ζωή του.

Ο νεαρός μαθητής σχεδόν δεν μπορούσε να πιστέψει στα μάτια του. Πώς ήταν δυνατόν; Τι θα μπορούσε να είχε συμβεί μέσα σε έναν χρόνο; Χαιρέτησε αμέσως τον άντρα και χωρίς να χάσει καιρό άρχισε να τον ρωτά για την καλή τύχη που προφανώς είχε χτυπήσει την πόρτα στον ίδιο και την οικογένειά του.

«Πριν από μόλις έναν χρόνο, κατά τη σύντομη παραμονή μας εδώ», είπε ο νέος, «φάνηκε ότι ζούσατε κάτω από τις πιο δυσμενείς και απελπιστικές συνθήκες. Σας παρακαλώ, πείτε μου τι συνέβη από τότε και τα πράγματα άλλαξαν τόσο πολύ. Ποια ήταν η αιτία της καλής σας τύχης;»

Ανύποπτος για το γεγονός ότι οι δύο ταξιδιώτες ήταν υπεύθυνοι για τη σφαγή της αγελάδας του, ο άντρας τούς προσκάλεσε μέσα και **μοιράστηκε μαζί τους μια απίστευτη ιστορία – μια ιστορία που θα άλλαζε για πάντα τη ζωή του νέου.**

Τους διηγήθηκε ότι, συμπτωματικά, την ίδια μέρα που είχαν φύγει, κάποιος παλιάνθρωπος, που πιθανότατα ζήλευε τη λιγοστή τους τύχη, είχε σφαγιάσει άγρια το κακόμοιρο ζώο.

«Πρέπει να ομολογήσω», είπε ο άντρας, «ότι η πρώτη μας αντίδραση ήταν η πλήρης απελπισία και το άγχος. Για πολύ καιρό, το γάλα της αγελάδας ήταν ο μόνος μας πόρος. Εκτός απ' αυτό, το ζώο ήταν η μόνη μας περιουσία· η ζωή μας εξαρτιόταν απ' αυτήν. Η αγελάδα ήταν το επίκεντρο της καθημερινής μας ύπαρξης και, ειλικρινά, η κατοχή της και μόνο μας έδινε μια αίσθηση ασφάλειας και έτσι κερδίζαμε και τον σεβασμό των γειτόνων μας.

»Λίγο μετά από εκείνη την τραγική μέρα, συνειδητοποιήσαμε ότι, αν δεν κάναμε κάτι, θα πηγαίναμε γρήγορα από το κακό στο χειρότερο. Είχαμε φτάσει στον πάτο χωρίς το ζώο. Χρειαζόμασταν τροφή για εμάς και τα παιδιά μας. Καθαρίσαμε λοιπόν μια μικρή έκταση γης πίσω από το σπίτι και φυτέψαμε μερικούς σπόρους λαχανικών. Έτσι, καταφέραμε να επιβιώσουμε τους πρώτους μήνες μετά την τραγική μέρα.

»Μετά από λίγο καιρό, συνειδητοποιήσαμε ότι ο μικρός κήπος παρήγε περισσότερα λαχανικά απ' όσα χρειαζόμασταν εμείς οι ίδιοι. Σκεφτήκαμε ότι, αν μπορούσαμε να πουλάμε τα υπόλοιπα στους γείτονές μας, θα είχαμε τη δυνατότητα να αγοράσουμε περισσότερους σπόρους. Έτσι κι έγινε, και σύντομα υπήρχε αρκετή τροφή για μας και πολύ περισσότερη για να πουλήσουμε στην αγορά της πόλης».

«Έτσι συνέβη!» είπε με ενθουσιασμό ο άντρας. «Για πρώτη φορά στη ζωή μας, είχαμε κάποια χρήματα για τροφή και ρούχα. Από κει και πέρα ξέραμε ότι υπήρχε ελπίδα για μια καινούρια ζωή, μια ζωή που δε φανταζόμασταν και δεν ονειρευόμασταν ότι θα ήταν δυνατή.

»Τον τελευταίο μήνα μπορέσαμε να χτίσουμε αυτό το μικρό σπίτι. Είναι σαν η απώλεια της αγελάδας να μας άνοιξε τα μάτια για μια καινούρια και ευτυχισμένη ζωή».

Ο νέος ένωσε κατάπληκτος από την ιστορία. Τελικά, κατάλαβε **το μάθημα που ο αγαπημένος του δάσκαλος ήθελε να του διδάξει**. Ήταν φανερό ότι ο θάνατος της αγελάδας δεν ήταν στην ουσία το τέλος της οικογένειας, όπως ο ίδιος φοβόταν, αλλά η αρχή μιας καινούριας ζωής γεμάτης από καλύτερες ευκαιρίες.

Ο δάσκαλος, που παρέμενε σιωπηλός σε όλη τη διάρκεια της επιβλητικής ομολογίας, πήρε τον μαθητή του παράμερα και ρώτησε: «Πιστεύεις ότι η οικογένεια θα είχε επιτύχει τόσο πολλά τον τελευταίο χρόνο αν είχε ακόμα την αγελάδα της;»

«Μάλλον όχι», απάντησε ο νέος χωρίς δισταγμό.

«Τώρα καταλαβαίνεις; Η αγελάδα που τόσο αγαπούσαν και περιποιούνταν ως πολύτιμη περιουσία ήταν αυτή που στην πραγματικότητα τους κρατούσε δέσμιους σε μια ζωή φτώχειας και μετριότητας. Τους παρηγορούσε η ιδέα ότι η αγελάδα τους προστάτευε από τη συντριβή. Αλλά μόνο όταν έχασαν αυτή την ψεύτικη ασφάλεια αναγκάστηκαν να στρέψουν το βλέμμα τους προς μια νέα κατεύθυνση».

«Με άλλα λόγια, η αγελάδα, την οποία οι γείτονες θεωρούσαν ευλογημένη, τους έκανε να νιώθουν ότι δε ζούσαν μέσα στην απόλυτη φτώχεια, ενώ στην ουσία ζούσαν μέσα σε απόλυτη μιζέρια», παρατήρησε ο μαθητής.



«Ακριβώς», απάντησε ο γέροντας. «Αυτό συμβαίνει όταν πείθεις τον εαυτό σου ότι το λίγο που έχεις είναι παραπάνω κι από αρκετό. Η σκέψη αυτή από μόνη της γίνεται μια βαριά αλυσίδα που σε εμποδίζει να αναζητήσεις κάτι καλύτερο. Η υποχωρητικότητα αρχίζει να κυβερνά τη ζωή σου. Μαθαίνεις να αποδέχεσαι τις καταστάσεις, παρόλο που δεν είσαι καθόλου ικανοποιημένος απ' αυτές. Ξέρεις ότι δεν είσαι ευτυχισμένος με τη ζωή σου, αλλά δεν είσαι και τελείως δυστυχισμένος. Είσαι απογοητευμένος με τη ζωή που

αντιμετωπίζεις, αλλά δε σε ενοχλεί τόσο ώστε να κάνεις κάτι γι' αυτό. Βλέπεις πόσο τραγικό είναι αυτό;

»Όταν έχεις μια δουλειά που δε σου αρέσει, που ποτέ δε θα σου επιτρέψει να ικανοποιήσεις τις πιο βασικές σου ανάγκες και δε σου παρέχει προσωπική ικανοποίηση ή τη ζωή που επιθυμείς, η απόφαση να παραιτηθείς και να βρεις μια καλύτερη δουλειά είναι εύκολη. Αλλά όταν αυτή η δουλειά σου επιτρέπει να πληρώνεις τα χρέη, να επιβιώνεις ή ακόμα και να απολαμβάνεις μικρές ανέσεις, είναι πολύ εύκολο να πέσεις στην παγίδα του να είναι ικανοποιημένος που τουλάχιστον έχεις κάτι. Άλλωστε, η λογική σου λέει ότι κάποιοι άνθρωποι θα ήταν ευγνώμονες για αυτή τη δουλειά.

»Όπως συνέβαινε και με την αγελάδα, αυτή η στάση θα σε κρατάει πάντα πίσω. Αν δεν απαλλαγείς απ' αυτήν, δε θα μπορέσεις ποτέ να βιώσεις κάτι διαφορετικό απ' αυτό που ήδη γνωρίζεις. Θα καταδικαστείς να είσαι ισόβιο θύμα των περιορισμών που εσύ ο ίδιος επέβαλες στην ύπαρξή σου. Είναι σχεδόν σαν να έχεις αποφασίσει να κλείσεις τα μάτια σου στην αφετηρία της διαδρομής και να προσεύχεσαι για το καλύτερο».

Ο μαθητής στεκόταν χαμένος στις σκέψεις του. Ήταν εντυπωσιασμένος από τις παρατηρήσεις του δασκάλου του και άρχισε να βλέπει το προφανές. «Όλοι έχουμε αγελάδες στη ζωή μας. Κουβαλάμε το βαρύ φορτίο των λανθασμένων πεποιθήσεων, των προφάσεων, των φόβων και των δικαιολογιών μας. Το τραγικό είναι ότι όλοι αυτοί οι περιορισμοί, που επιβάλλουμε στον εαυτό μας, μας κρατούν δέσμιους μιας μέτριας ζωής».

«Όχι μόνο αυτό», πρόσθεσε ο γέροντας. «Πολλοί άνθρωποι διατηρούν και προβάλλουν πεισματικά τις προφάσεις που αφορούν το γιατί δεν μπορούν να ζήσουν τη ζωή που πάντα ονειρεύονταν. Κατασκευάζουν σχεδόν πιστευτές δικαιολογίες για να εξηγήσουν στους άλλους τις καταστάσεις και ύστερα συνεχίζουν να ζουν μια ζωή εσωτερικής ταραχής, καθώς συνειδητοποιούν ότι αυτές οι εξηγήσεις, αν και πειστικές για τους άλλους, δεν έχουν καμία αξία για τους ίδιους».

«Τι υπέροχο μάθημα», αναλογίστηκε ο νέος, αρχίζοντας άμεσα την καταγραφή των δικών του αγελάδων.

Κατά τη διάρκεια του υπόλοιπου ταξιδιού, εξέτασε προσεκτικά τους περιορισμούς που είχε θέσει σε όλη τη διάρκεια της ζωής του. Υποσχέθηκε να εξαλείψει όλες εκείνες τις πε-



ποιθήσεις που τον κρατούσαν δέσμιο μιας μέτριας ύπαρξης και τον εμπόδιζαν να αξιοποιήσει το πλήρες δυναμικό του.

Αναμφίβολα, σκέφτηκε, εκείνη η μέρα σημάδεψε το ξεκίνημα μιας νέας ζωής, μιας ύπαρξης ελεύθερης από αγελάδες.

*Από το βιβλίο "Μια αγελάδα, μια φορά..." του ΔΡ. ΚΑΜΙΛΟ ΚΡΟΥΖ – εκδόσεις Πατάκη.*