

Ευχαριστίες	11
Αρκεί να υπάρχει ΑΓΑΠΗ... ..	13
Οι ωραίες σχέσεις δεν τυχαίνουν... δημιουργούνται	17
Ο εαυτός μας που... δεν ξέρουμε	33
Ας μείνουμε μαζί	53
Γάμος: το μεγάλο βήμα	65
Στο δρόμο για την εκκλησία.....	75
Καλημέρα αμφιβολία.....	85
Αλήθειες, μύθοι και σοφίες	99
Το νόημα της επικοινωνίας	117
Μιλάω σημαίνει... ακούω!	133
Μη φοβάστε τα συναισθήματα!	149
Η αξία της σωστής «διαχείρισης»	157
Ο θυμός: η μεγάλη παγίδα	185
Μπόρες και... κεραυνοί!.....	205
Προβλήματα ή, μήπως, ευκαιρίες;.....	223
Αλλαγές και αντοχές!	243
Ο ερχομός του πρώτου παιδιού	255
Απιστία: το «Α» το κακό!	275
Όταν το παιδί δεν έρχεται.....	309
Χάνοντας τους δικούς μας	319
Η διπλή όψη της μετακόμισης	337
Ο «άθλος» της εργαζόμενης μητέρας.....	341
Το φά(ν)τα της ανεργίας!.....	357
Εφηβεία: η μεγάλη φουρτούνα!	365
Τα παιδιά φεύγουν από το σπίτι	371
Σύνταξη: η... τρίτη νιότη!	377

Κόβεται το σεξ;	379
Εμπόδια στην ερωτική ζωή	415
Ερωτικός επίλογος	435
Σ' ευχαριστώ... ..	441

Ευχαριστίες

Αυτό το βιβλίο πέρασε κάποιες δυσκολίες μέχρι να γίνει πραγματικότητα. Πιο πολύ συγκυρίες ζωής, θα έλεγα... Εκείνο που έχει σημασία όμως είναι ότι τώρα το κρατάτε στα χέρια σας και νιώθω την ανάγκη να πω ένα πολύ μεγάλο ευχαριστώ γι' αυτό. Στη ζωή όλα ξεκινούν από ένα όνειρο και μια ιδέα –κι όλα τριγύρω μας είναι το αποτέλεσμα ονείρων και ιδεών. Το ίδιο ισχύει και γι' αυτό το βιβλίο: είχα το όνειρο, είχα την ιδέα. Η πραγμάτωσή του οφείλεται...

- Στην κόρη μου, Βιργινία. Το άγρυπνο πλάσμα που κινείται γύρω μου, άυλο σαν δροσερός, ανακουφιστικός άνεμος, αλλά με μια τόσο ήρεμη δύναμη. Κόρη μου, είσαι η έμπνευσή μου, η ευλογία μου. Με κάνεις συνεχώς καλύτερη.
- Στον αδελφό μου, Σάκη, και τη γυναίκα του, Χρυσούλα. Κοντά μου πάντα, ακούραστοι, με σοφία και δράση, γεμίζουν τις μπαταρίες μου κάθε φορά που χρειάζονται φόρτιση. Είστε το λιμάνι μου.
- Στη γλυκιά, έμπιστη, σοφή φίλη, Εμμανουέλα Νικολαΐδου. Με πιστεύει, με υποστηρίζει, μ' ακούει, με συμβουλεύει και τη συμβουλεύω. Σπάνια φιλή με γερά, σταθερά θεμέλια. Επιμελήθηκε το βιβλίο αυτό με την απaráμιλλη δεξιότητά και πείρα της. Είσαι η γείωσή μου.
- Στον ειδικρινή, ντόμπρο, τρυφερό και καθοδιάθετο εκδότη μου, Παύλο Παπαχριστοφίλου. Δεν μας συνδέει επαγγελματική σχέση. Αυτή ήρθε από «σπόντα». Εκείνο που μας δίνει είναι ότι γελάμε – γελάμε πολύ όταν βρισκόμαστε. Είσαι το οξυγόνο στις ιδέες μου.
- Στη φίλη μου δημοσιογράφο, τηλεοπτική παρουσιάστρια στην Κύ-

προ, Ελίτα Μιχαηλίδου, που με πιστεύει και που η συνεργασία μας έχει την αρμονία ενός καλοχορεμένου ταγκό. Είσαι η αύρα μου.

- Η Κύπρος είναι ένα από τα νησιά που ομορφαίνουν την ψυχή μου και καθησυχάζουν τις ανησυχίες μου. Είναι σαν ηρεμιστικό για μένα. Ένα μέρος του βιβλίου γράφτηκε σ' αυτόν το γεμάτο ενέργεια τόπο, με τους καταπληκτικούς, ενδοστροφείς, συναισθηματικούς, γνήσιους ανθρώπους. Σας ευχαριστώ πολύ, φίλοι μου!
- Και, φυσικά, σ' όλους εσάς, αναγνώστες μου, που με διαβάζετε, με παρακολουθείτε στις ομιλίες μου, με βλέπετε στην τηλεόραση και με εμπιστεύεστε χρόνια τώρα. Χωρίς εσάς, που διαβάζετε τα βιβλία μου με τόση πίστη και εμπιστοσύνη, δεν θα είχα το κουράγιο να γράψω κι αυτό, το τρίτο της σειράς.
Σας υπόσχομαι ότι θα συνεχίσω, όσο μπορώ, να σας τροφοδοτώ με γνώσεις εκλαϊκευμένης ψυχολογίας, ώστε οι σχέσεις σας ν' αποκτήσουν νόημα για σας και να γίνουν στόχος ζωής. Χίλια ευχαριστώ από την καρδιά μου. Είστε το στήριγμά μου.
- Τέλος, ευχαριστώ τους πωλητές των βιβλίων μου, τους βιβλιοπώλες που το παραγγέλλουν επειδή το πιστεύουν και το προωθούν, τους ανθρώπους του εκδοτικού οίκου ΜΕΛΙΝΟ που εργάζονται στις «κουίντες» και δίνουν σε κάθε συγγραφικό έργο σάρκα και οστά.

Υστερόγραφο

Η... «πολιτικά ορθή» σύνταξη του κειμένου θα επέβαλε κανονικά να χρησιμοποιώ συνέχεια και τα δύο άρθρα –αρσενικό και θηλυκό. Για παράδειγμα, στο/η σύντροφο, ο/η αγαπημένος/η σας και πάει λέγοντας... Διαβάζοντάς το όμως, διαπίστωσα ότι αυτή η... πολιτική της ισοτιμίας γινόταν κουραστική για τον αναγνώστη! Έτσι, κατέληξα στη χρήση του αρσενικού μόνο, με τη σημείωση ότι σε κάθε περίπτωση αναφέρομαι και στα δύο φύλα!