

Η ιστορία της ακρίδας

Marsha Dunn Klein OTR/L MED, FAOTA

Θα ήθελα να μοιραστή μια οικογενειακή ιστορία που με βοήθησε να καταλάβω πώς ενδεχομένως αισθάνονται όσοι προβληματίζονται όταν δοκιμάζουν κάποιο καινούριο φαγητό.

Όταν οι γιοι μου ήταν δέκα και δεκατριών ετών, ταξιδέψαμε στην Οαχάκα στο Μεξικό για να μάθουμε ισπανικά για έναν μήνα σε ένα επιμορφωτικό πρόγραμμα. Ζούσαμε και τρώγαμε με μια ντόπια οικογένεια. Μας προσέφεραν εξαιρετικά νόστιμο φαγητό ολόκληρο τον μήνα και την τελευταία ημέρα, η οικοδέσποινά μας πήγε στην αγορά και έφερε στο σπίτι μια *έκπληξη*. «Τι είναι αυτό;», ρωτήσαμε με τα νεόκοπα ισπανικά μας. Η απάντησή της ήταν «*charulinas*». Χρειάστηκε να κοιτάξουμε τη λέξη στο ισπανικό λεξικό μας, καθώς δεν μπορούσε να μας τη μεταφράσει στα αγγλικά. Ήταν *ακρίδες*, ναι, αλήθεια, *ακρίδες*.

Θέλαμε να είμαστε ευγενικοί. Θέλαμε να εκτιμήσουμε την *έκπληξη* μας, αλλά *ακρίδες*;;! Αλήθεια;! Έτσι, αφού τα παιδιά μου με κοίταξαν σαν να μου έλεγαν «Μαμά, ΕΣΥ θα δοκιμάσεις ΠΡΩΤΗ», ξεκίνησα να τις εξετάζω. Αρχικά, λοιπόν, ήταν νεκρές. Αυτό ήταν μια καλή αρχή, μιας και είχα διαβάσει ότι σε ορισμένα μέρη του κόσμου οι άνθρωποι τρώνε *ζωντανά έντομα*. Έπειτα, προφανώς μύριζαν σαν σκόρδο και το σκόρδο μου αρέσει. Ωστόσο, το πολύ μεγάλο μπουλ με τις ακρίδες ήταν όλες

κομμάτια, κομμάτια από το κεφάλι, το σώμα, τα πόδια, τις κεραίες... κομμάτια! Έπειτα, άρχισα να ανησυχώ σοβαρά. Ρώτησα την οικοδέσποινά μας «πώς τις τρώμε;» Μας έδειξε πώς, απλώνοντας λίγο γουακαμόλε πάνω σε μια τορτίγια από αλεύρι και μετά έβαλε μια χούφτα ακρίδες, ναι, μια χούφτα *κομμάτια*, δίπλωσε την τορτίγια και έφαγε τη λιχουδιά! Όλα τα μάτια ήταν στραμμένα πάνω μου. Ήταν η σειρά μου να φάω ακρίδες.

Πήρα μια τορτίγια, η οποία μου αρέσει, και έβαλα ΠΟΛΥ γουακαμόλε. Έπειτα, με γενναιότητα πήρα ένα μικρό «*κομμάτι*» με τα ακροδάχτυλά μου, το έβαλα πάνω στο σωρό από γουακαμόλε, τη δίπλωσα και την έφαγα. Ένωσα στο στόμα μου ένα μικρό κρατς, το οποίο και περίμενα μιας και είχα νιώσει ότι ήταν «τραγανό στα δάχτυλά μου». Όλοι γέλασαν, αλλά ήμουν περήφανη που δεν βρέθηκα στη δύσκολη θέση να μου έρθει αναγούλα. Αλλά, η *δοκιμή* δεν είχε τελειώσει. Αυτό δεν ήταν ένα μικρό σνακ για την οικογένεια των *γκρίνγκο*, ήταν κανονικό ΓΕΥΜΑ. Έτσι, όταν έφτασα στην τέταρτη, έβαζα ακόμη πολύ γουακαμόλε, αλλά έβαλα και μια χούφτα από *κομμάτια*. Δεν είχαν ιδιαίτερα άσχημη ή καλή *γεύση*, μιας και οι γενναϊόδωρες ποσότητες γουακαμόλε κυριαρχούσαν αλλά ήταν αξιοσημείωτα τραγανές στο κέντρο της μπουκιάς. Επιζήσαμε όλοι από αυτή

την εμπειρία με πολλά γέλια και φωτογραφίες.

Συνειδητοποίησα αργότερα ότι είχα μόλις νιώσει προβληματισμό και φυσικά έκανα ό,τι κάνει κανείς για να βοηθήσει τους φίλους του που προβληματίζονται σχετικά με το φαγητό. Αρχικά, *κοίταξα* το καινούριο φαγητό και ρώτησα σχετικά με αυτό. Το *μύρισα* και το συσχέτισα με μια μυρωδιά που μου άρεσε ήδη (σκόρδο). *Παρατήρησα* κάποιον άλλο να το τρώει. Το *ακούμπησα* με τα δάχτυλά μου, καθώς το ετοιμάζα. Το δοκίμασα με *τον δικό μου ρυθμό* με πολύ γουακαμολε και τορτίγια αρχικά για να καμουφλάρω την ενοχλητική γεύση και υφή. Προσέθεσα λίγο περισσότερο από το ενοχλητικό φαγητό με τον ρυθμό μου και το *έφαγα*. Ήταν ξεκάθαρο για εμένα ότι εάν κάποιος άλλος είχε βάλει ένα σωρό ακρίδες σε ένα κουτάλι και είχε προσπαθήσει να με ΤΑΙΣΕΙ, θα μου είχε έρθει αναγούλα ή εμετός και θα ήταν μια συνολικά πολύ κακή εμπειρία.

Επειδή είχα τη δυνατότητα να κινηθώ με τον δικό μου ρυθμό, κατέληξα να περάσω καλά (παρόλο που οι ακρίδες πιθανώς δεν θα γίνουν μπουν ποτέ στη λίστα με τα αγαπημένα φαγητά μου!).

Πρέπει να σεβόμαστε την *ανησυχία* όταν τα παιδιά μας αγχώνονται δοκιμάζοντας καινούρια φαγητά. Πρέπει να τα βοηθάμε να μάθουν κάτι σχετικά με το καινούριο φαγητό εκ των προτέρων παρατηρώντας εμάς και μέσω όλων των αισθήσεών τους και *οπωσδήποτε* να τα αφήνουμε να κινούνται με τον δικό τους ρυθμό. Θυμίζουμε τώρα στους γονείς παιδιών που προβληματίζονται με το φαγητό ότι ίσως θεωρούν κάθε καινούριο φαγητό που προσφέρουν στα παιδιά τους ότι μοιάζει με ακρίδα και όμως το καινούριο αυτό φαγητό να είναι ευκολότερο! Σκεφτείτε ότι *στιδήποτε είναι μια ακρίδα* για κάποιον που προβληματίζεται με το φαγητό.

Σε όλο αυτό το βιβλίο θα χρησιμοποιήσουμε την ιστορία της ακρίδας ως αναφορά στις στρατηγικές μας για την υποστήριξη παιδιών που προβληματίζονται με τη δοκιμή καινούριων φαγητών ~Marsha Dunn Klein



© Get Permission 2019