

Σύλλογος Φίλων Περιβαλλομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Η Σχετικότητα της Θεωρίας

Πριν από 100 χρόνια παρουσίασε ο Albert Einstein τη Γενική θεωρία της σχετικότητας η οποία αντικατέστησε τη Νευτώνεια θεωρία για τη βαρύτητα. Ανασάτωση και αμφισβήτησεις τάραξαν τα ήσυχα νερά της καταστημένης φυσικής, που μέχρι και σήμερα κάποιοι επιστήμονες δεν την ασπάζονται πλήρως.

Πριν από 500 χρόνια ο Galileo Galilei ανέπτυξε την ηλιοκεντρική θεωρία και παραλίγο να τον κάψουν ζωντανό αν δεν δήλωνε μετάνοια.



Η ανθρώπινη διάνοηση έχει το προνόμιο, μέσα από βαθιά μελέτη, σκληρή δουλειά, εμπνευση ή αποκάλυψη, να βλέπει μέρος της αλήθειας. Θωρώντας λοιπόν λιγότερο ή περισσότερο προς το φως διατυπώνει σαν θεωρία αυτό που είδε και κατάλαβε. Ελλοχεύει βέβαια

πάντοτε και ο κίνδυνος της πλάνης, δηλαδή να νομίζει κάποιος ότι είδε κάτι, που ουσιαστικά είναι γέννημα της φαντασίας του.

Οι θεωρίες όμως, είναι τελικά η βάση πάνω στην οποία κτίζονται οι επιστημονικές, θρησκευτικές, πολιτικές και κοινωνικές δομές. Κάποιες από αυτές επιβεβαιώνονται, επαληθεύονται και λαμβάνουν ισχύ θεωρήματος, αξιώματος ή νόμου, που αλλάζουν τη ροή της ιστορίας της ανθρωπότητας. Κάποιες άλλες αγνοούνται και χάνονται στο διάβα του χρόνου ως μη εφαρμόσιμες ή αποδεκτές. Άλλες τροποποιούνται, συμπληρώνονται, παρανοούνται ή αντικαθίστανται από άλλες θεωρίες πιο κατανοητές ή πιο ισχυρές και το ανθρώπινο πνεύμα συνεχίζει να πορεύεται προς την αλήθεια ψηλαφώντας το άγνωστο, που του αποκαλύπτεται λίγο λίγο μέσα από πόνο, διαμάχη, πολέμους και δυσκολίες.

Σχεδόν πάντα οι νέες ιδέες και οι νέες θεωρίες καταπολεμήθηκαν και καταδικάστηκαν πριν δικαιωθούν. Έγιναν αιτίες διαμάχης μεταξύ αυτών που τις ασπάζονται και εκείνων που τις μάχονται. Πολλοί κάρηκαν στην πυρά, απομονώθηκαν, εξορίστηκαν, φιμώθηκαν ή σταυρώθηκαν για το φως που έφεραν στον κόσμο και την καινοτομία που συνέλαβαν. Δεν μπορούσε να δεχθούμε κάτι διαφορετικό από αυτό που δεν κατανοούμε ή που δεν εξυπηρετεί τα συμφέροντα μας.

Όπως και να χει το θέμα, όλοι οι δρόμοι οδηγούν στη Ρώμη. Δηλαδή μέσα από πόνο, περιπλάνηση, λάθος δρόμο, δυστυχία ή ευημερία το ανθρώπινο πνεύμα θα οδηγείται όλο και περισσότερο προς το Φως.

Υπάρχει όμως ένας άλλος πολύ πιο σύντομος δρόμος. Ένα κρυφό εσωτερικό μονοπάτι που συνήθως το αγνοούμε και ξεδεύουμε τη ζωή μας υπεραμυνόμενοι, υπερασπιζόμενοι, θυσιάζόμενοι ή αρνούμενοι και καταπολεμώμενοι θεωρίες, ξεχνώντας ότι είμαστε αδελφια, ότι είμαστε συμπληρωματικοί, ότι καθένας μας άσχετα με το τι πιστεύει είναι πλασμένος από τον ίδιο Δημιουργό.

Αν μπορούσαμε να καταλάβουμε ότι δεν έχει κανένα νόημα η επιβολή ή η καταπολέμηση των θεωριών που ασπάζόμαστε ή αρνούμαστε, αλλά η αποδοχή και ο σεβασμός του κάθε ανθρώπου να είναι ελεύθερος να θεωρεί τον κόσμο μας όπως ο ίδιος τον καταλαβαίνει, χωρίς να επιμένει να δουν όλοι τα πράγματα με τα δικά του μάτια, θα βασιλευε η αγάπη ανάμεσα μας και σύντομα ο κόσμος μας ενωμένος θα άλλαζε.

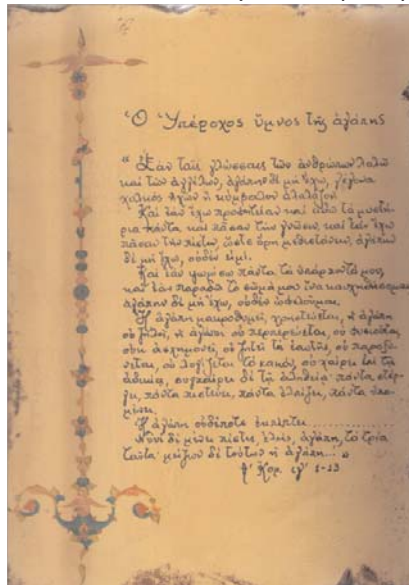
Πέτρος Γαρζώνης
Σχέδιο: Ρένα Καραλέκα

Ο υπέροχος Ύμνος της Αγάπης

Απόστολος Παύλος - Προς Κορινθίους Α' (Κεφάλαιο 13)

1. Αν τις γλώσσες των ανθρώπων λαλώ και των αγγέλων, αλλά αγάπη δεν έχω, έχω γίνει χαλκός που ηχεί ή κύμβαλο που αλαλάζει. 2. Και αν έχω προφητεία και ξέρω τα μυστήρια όλα και όλη τη γνώση, και αν έχω όλη την πίστη, ώστε όρη να μετακινώ, αλλά αγάπη δεν έχω, τίποτα δεν είμαι. 3. Και αν δώσω για τροφή όλα τα υπάρχοντά μου και αν παραδώσω το σώμα μου, για να καώ, αλλά αγάπη δεν έχω, τίποτα δεν ωφελοῦμαι. 4. Η αγάπη μακροθυμεί, συμπεριφέρεται με χρηστότητα η αγάπη, δε ζηλεύει, η αγάπη δε μεγαλοκαυχιέται, δε φουσκώνει από υπερηφάνεια, 5. δε συμπεριφέρεται άσχημα, δε ζητά τα δικά της, δε παροξύνεται, δε λογίζεται το κακό, 6. δε χαίρει για την αδικία, συγχαίρει όμως στην αλήθεια. 7. Όλα

τα ανέχεται, όλα τα πιστεύει, όλα τα ελπίζει, όλα τα υπομένει. 8. Η αγάπη ποτέ δεν πέφτει. Είτε όμως προφητείες θα καταργηθούν, είτε γλώσσες θα πάψουν, είτε γνώση θα καταργηθεί. 9. Γιατί μερικώς γνωρίζουμε και μερικώς προφητεύουμε. 10. Όταν όμως έρθει το τέλος, το μερικό θα καταργηθεί. 11. Όταν ήμουν νήπιο, λαλούσα σαν νήπιο, φρονούσα σαν νήπιο, λογιζόμουν σαν νήπιο. όταν έγινα άντρας, κατάργησα τα νηπιακά πράγματα. 12. Γιατί βλέπουμε τώρα μέσα από κάτοπτρο αινιγματικά, τότε όμως πρόσωπο με πρόσωπο. τώρα γνωρίζω μερικώς, τότε όμως θα γνωρίσω καλά καθώς και γνωρίστηκα καλά. 13. Τώρα λοιπόν μένουν: πίστη, ελπίδα, αγάπη. τα τρία αυτά. Μεγαλύτερη όμως από αυτά είναι η αγάπη.



Μια Επωφελής Τακτική

Αν κάθε Έλληνας καταφέρει μέσα στο 2015 να αγοράσει ελληνικά προϊόντα αξίας 1.000 ευρώ στη θέση ξένων προϊόντων που αγόρασε πέρυσι, τότε θα προστεθεί στην προβληματική ελληνική οικονομία το αστρονομικό ποσό των 12 δισεκατομμυρίων ευρώ.

Ολόκληρο το περιβόητο ΕΣΠΑ που υποτίθεται ότι θα αναζωογονούσε τη χώρα, είναι 18 δισεκατομμύρια να τέσσερα χρόνια.

Στροφή στο ελληνικό τρόφιμο, στο ελληνικό ποτό, στροφή στον Έλληνα παραγωγό.

Και σιγά-σιγά, στροφή στο ελληνικό ρούχο και το ελληνικό παπούτσι.

<http://ellinikahoaxes.gr/2015/07/08/barcode-520/>

Αποφθέγματα

Αν η θεωρία της σχετικότητας αποδειχτεί πετυχημένη, οι Γερμανοί θα με πουν Γερμανό και οι Γάλλοι πολίτη του κόσμου. Αν η θεωρία της σχετικότητας αποδειχτεί λάθος, τότε οι Γάλλοι θα με πουν Γερμανό και οι Γερμανοί Εβραίο.

Albert Einstein

Αν τα γεγονότα δεν συμφωνούν με τη θεωρία, τότε αλίμονο στα γεγονότα.

Albert Einstein

Η χώρα αυτή είναι δική μας

Η χώρα αυτή π' ορμά απ' την Ασία με καλπαισμό και που προβάλλει τ'ώριο κεφάλι σαν το πουλάρι γεμάτο χάρη προς της Μεσόγειος το νερό η χώρ' αυτή είναι δική μας με ματωμένους τους καρπούς δόντια σφιγμένα πόδια γυμνά.

Σα μεταξένιο τούτη η γη μας είναι χαλί μας τούτη η γη μας η κόλασή μας τούτ' η παράδεισο είναι δική μας.

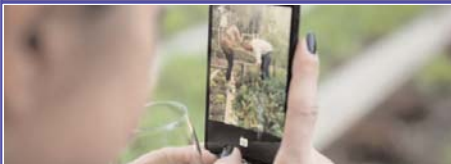
Η θέλησή μας τώρα τρανέυει να 'ναι δική μας παντοτινά να ζούμε λεύτεροι σα δέντρα σα τα δέντρα του ίδιου δάσους αδερφωμένα αγκαλιαστά.



Ναζίμ Χικμέτ 1948

Ο Ναζίμ Χικμέτ ήταν Τούρκος ποιητής και δραματουργός, τα έργα του οποίου μεταφράστηκαν σε πολλές γλώσσες. Γεννήθηκε στη Θεσσαλονίκη το 1902 και πέθανε στη Μόσχα από καρδιακή προσβολή σε ηλικία 61 ετών.

Οι Καλύτερες Εφαρμογές της Google για κάθε Ταξιδιώτη

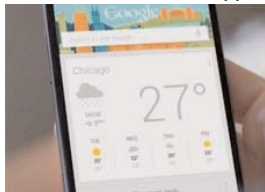


Το διαδίκτυο όπως και το "έξυπνο" κινητό έχει γίνει αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής του σύγχρονου ανθρώπου. Τι πιο ωραίο λοιπόν, να "ξετρυπώνουμε" τις σωστές εφαρμογές που βοηθούν τον χρήστη ανά περίπτωση.

Εν προκειμένω, ο ταξιδιώτης που βρίσκεται σε μια άγνωστη χώρα και δεν μπορεί να συνεννοηθεί ούτε στα αγγλικά τι κάνει; Βγάζει το smartphone του και "google-άρει" αυτά που θέλει να μάθει, χρησιμοποιώντας τα σωστά apps.

1. Google Now

Χρησιμοποιήστε το Google Now για να δείτε πληροφορίες για την κίνηση στους δρόμους προτού ξεκινήσετε



για τον οποιοδήποτε προορισμό σας. Για να γνωρίζετε τότε και τι είδους πληροφορίες πρέπει να εμφανίζει, το Google Now χρησιμοποιεί δεδομένα με βάση το περιβάλλον από τη συσκευή σας και από άλλα προϊόντα Google, καθώς και δεδομένα από προϊόντα τρίτων κατασκευαστών στα οποία μπορεί να έχει πρόσβαση το Google Now. Για παράδειγμα, το Google Now χρησιμοποιεί την ώρα της ημέρας, την τρέχουσα τοποθεσία σας και το ιστορικό τοποθεσίας για να σας δείξει την κίνηση στην περιοχή όπου βρίσκεστε όταν ζητάτε το πρωί. Έτσι, θα ξέρετε πόση ώρα θα χρειαστείτε για να επισκεφθείτε το αξιοθέατο που επιθυμείτε και το κυριότερο: θα γνωρίζετε επακριβώς την κίνηση μέχρι το αεροδρόμιο ώστε να μην χάσετε το αεροπλάνο της επιστροφής. Επίσης, μπορείτε να επιβεβαιώσετε μέσω της εφαρμογής αυτής την κράτησή σας στο ξενοδοχείο, αλλά και την επιβεβαίωση της αεροπορικής σας πτήσης σε περίπτωση ακύρωσης ή καθυστέρησης κλπ.

2. Google Maps

Είναι η εφαρμογή που γίνεται τα μάτια και τα αφτιά σας σε έναν άγνωστο τόπο. Σας ενημερώνει σε περίπτωση που έχετε χαθεί πού ακριβώς βρίσκεστε αλλά και πώς θα μεταβείτε στον προορισμό σας, είτε αυτός είναι κάποιο εστιατόριο, είτε ένα ξακουστό αξιοθέατο.



3. Field Trip

Είναι η εφαρμογή που λειτουργεί ως ο "κατάσκοπος" μιας περιοχής. Η Google περιγράφει την Field Trip ως οδηγό για "δροσερά, κρυφά και μοναδικά πράγματα στον κόσμο γύρω σας", έχοντας μια σειρά από μεγάλους συνεργάτες που υποστηρίζουν την υπηρεσία όπως οι Zagat, Public Art Archive και Dezeen. Η Field Trip εφαρμογή είναι σε θέση να παρέχει σχετικές πληροφορίες και σημεία ενδιαφέροντος με βάση την τρέχουσα τοποθεσία σας, όμως ξεπερνάει την απλή παροχή πληροφοριών, δίνοντάς σας τη δυνατότητα να μάθετε για τον κόσμο γύρω σας όπως την ιστορία ενός συγκεκριμένου δρόμου ή χώρου. Είναι κάτι σαν ένας ηλεκτρονικός ξεναγός.



4. Google Translate

Όσο καλά αγγλικά κι αν γνωρίζετε εσείς δεν είναι απαραίτητο ότι στο μέτρος που θα επισκεφθείτε θα γνωρίζουν τη διεθνή γλώσσα της επικοινωνίας. Έτσι, η εφαρμογή μετάφρασης της Google μέσω της οποίας μπορείτε να μεταφράσετε αυτό που θέλετε να πείτε σε 70 γλώσσες, μπορεί να αποβεί πραγματικά χρήσιμη και για το κινητό σας.



5. Google+

Κάθε ταξιδι πρέπει να απαθανάτιστε και να "χαραχτεί" στη μνήμη μας ή γιατί όχι και στο διαδίκτυο. Το μέσο κοινωνικής δικτύωσης Google+ μπορεί να φιλοξενήσει τις φωτογραφίες μας και τα βίντεό μας...



Οδηγίες από τον πρόεδρο της Google, Έρικ Σμιτ

Ο εκτελεστικός πρόεδρος και πρώην διευθύνων σύμβουλος της Google, Έρικ Σμιτ, αναλύει τους κανόνες του σωστού "emailing" (ή μήπως να λέγαμε καλύτερα "gmailing;") σε ένα νέο βιβλίο με τίτλο "How Google works", το οποίο υπογράφει μαζί με τον πρώην Ανώτερο Αντιπρόεδρο Προϊόντων, Τζόνι Χαν Ρόζενμπεργκ.

Η επικοινωνία στον "αιώνα του Διαδικτύου" (τουλάχιστον η επαγγελματική) περιλαμβάνει στην πλειοψηφία των περιπτώσεων την ανταλλαγή μηνυμάτων μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου.

Σύμφωνα με δημοσίευμα στην ιστοσελίδα του περιοδικού Time, παρακάτω παρατίθεται οι "χρυσοί κανόνες" του σωστού emailing:



1. Απαντήστε γρήγορα.

Υπάρχουν οι άνθρωποι στους οποίους μπορείτε να βασίζεσαι για μια έγκαιρη απάντηση. Υπάρχουν όμως και οι άλλοι που δεν μπορείτε να βασιστείτε επάνω τους. "Φροντίστε να ανήκετε στην πρώτη κατηγορία" επισημαίνουν στο βιβλίο τους τα "κεφάλια" της Google. Όταν απαντάει κανείς έγκαιρα δημιουργεί θετική επικοινωνιακή ανατροφοδότηση, με αποτέλεσμα την επόμενη φορά που κάποιος θα χρειαστεί να πάρει μια σοβαρή απόφαση να σας έσχει στα υπόψη του. Ανάλογα με την περίπτωση, δε χρειάζεται να γράφει κανείς μεγάλα κείμενα. Ακόμη και μια φράση του τύπου "ελήφθη και θα δω τι μπορώ να κάνω" μπορεί να είναι αρκετή, για να δημιουργηθεί ένα σωστό, επαγγελματικό κλίμα.

2. Όταν γράφετε ένα email κάθε λέξη μετράει.

Οι "σάλτσες" είναι άχρηστες. Να είστε όσο πιο σύντομοι και περιεκτικοί μπορείτε. Αν περιγράφετε κάποιο πρόβλημα που αντιμετωπίζετε, να προσπαθείτε να το περιγράψετε αναλυτικά. Ωστόσο, αυτό δε σημαίνει ότι χρειάζεται και να το "γεμίσετε" με άχρηστες πληροφορίες. Αποφύγετε όσες πληροφορίες δεν είναι σχετικές και χρήσιμες. Να είστε όσο πιο σύντομοι και περιεκτικοί μπορείτε.

3. "Καθαρίζετε" τακτικά το φάκελο εισερχομένων.

Φροντίστε να "καθαρίζετε" τακτικά τον φάκελο των εισερχόμενων μηνυμάτων σας, απαντώντας έγκαιρα σε όσα χρειάζεται και μην αφήνετε "μισές δουλειές". Διαφορετικά, το email σας θα καταλήξει να είναι μια ατελείωτη "to-do" λίστα υποχρεώσεων.

4. Μην ξεχνάτε να μεταβιβάζετε κι άλλου τις πληροφορίες.

Κάθε φορά που λαμβάνετε ένα μήνυμα, που θα μπορούσε να ενδιαφέρει κι άλλους, φροντίστε να το μεταβιβάζετε και σε εκείνους.

5. Αναρωτηθείτε πόσο συχνά χρησιμοποιείτε την υπηρεσία bcc (blind copy).

Όταν κανείς προσπαθεί να κρύψει κάτι, καταλήγει αντιπαραγωγικός και σε τελική ανάλυση, επηρεάζει την κουλτούρα διαφάνειας (που είναι το ιδανικό σε κάθε σχέση).

<http://www.iefimerida.gr/news/173891>

Φυματίωση

Μια Επίκαιρη Νόσος του Χθες και του Σήμερα

Μέχρι προ λίγων ετών η ΦΥΜΑΤΙΩΣΗ στην Ελλάδα ήταν "ΤΑΒΟΟ" όπως ο "ΚΑΡΚΙΝΟΣ". Η δε "ΣΩΤΗΡΙΑ" θεωρείτο γκέτο φυματικών. Με την πολιτισμική εξέλιξη αυτό έπαψε να υπάρχει.

Ο τίτλος ειδικότητας όμως και ο ελληνικός και ο ευρωπαϊκός (Ιταλία - Γαλλία - Ισπανία π.χ) παραμένει ΠΝΕΥΜΟΝΟΛΟΓΟΣ - ΦΥΜΑΤΙΟΛΟΓΟΣ. Όχι βέβαια τυχαία. Ποια άλλη ειδικότητα ασχολείται με Φυματίωση; Ουδεμία. Επομένως αυτό μας δίνει το δικαίωμα ως ιατροί και ως ΝΝΘΑ να το χειριστούμε σωστά.

Η ημέρα για την Φυματίωση, ειδικά για το ΝΝΘΑ είναι το κέντρο αναφοράς για τη Φυματίωση.

Αυτό το ξέρουν και το Υπουργείο Υγείας και όλοι οι φορείς. Αυτό το ζούμε όλοι μας (από τους γιατρούς, τους νοσηλευτές, το παραϊατρικό προσωπικό, το φαρμακείο).

Όμως τι κάνουμε γι' αυτό; Πρέπει την ημέρα αυτή να την κοινοποιήσουμε και στους φορείς και στο κοινό.

Άρα πρέπει όλα τα θεσμικά όργανα και η ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΠΝΕΥΜΟΝΟΛΟΓΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ να στραφούν σε αυτό τον στόχο. Με δημοσιοποίηση στα ΜΜΕ στους Φορείς προβαλλόμενα τα έργα και το υψηλό κόστος αυτού.

Το όφελος θα είναι πολλαπλό. Γνώση επαρκής του πληθυσμού άρα μεγαλύτερη αναγνώριση και σεβασμός και κυρίως ένας ξεχωριστός προϋπολογισμός για το νοσοκομείο μας και σε οικονομικούς πόρους και ανθρώπινο δυναμικό.

Μόνο έτσι θα μπορέσουμε να ανταπεξέλθουμε στη διατήρηση της ύπαρξης του Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ".

Σας Ευχαριστώ
Ιωάννης Ντάνος

Σωστή επανέκδοση άρθρου λόγω τυπογραφικού λάθους στο προηγούμενο τεύχος.

Προσκύνημα στη Βασιλίδα των Πόλεων

Η Κωνσταντινούπολη, η Πόλη του Βύζαντος και του Μεγάλου Κωνσταντίνου, τόπος ιστορίας και μνήμης, πνευματικής μαρτυρίας και μαρτυρίου, έμπονου αγώνα και ελπίδας, είναι αδιάσπαστο τμήμα της Ρωμιοσύνης, σάρκα από τη σάρκα της.

Στον πολύπαθο αυτόν τόπο των αλαλήτων στεναγμών και της εγκαρτέρησης, τα μνημεία της πίστης και της τέχνης, οι ναοί, οι μονές και τα αγιάσματα, είναι μια ζώσα και διαρκής παρουσία, που και σήμερα μπορεί να την ψηλαφήσει ο επισκέπτης - προσκυνητής. Η Αγία του Θεού Σοφία, ο Πατριάρχικος Ναός του Αγίου Γεωργίου, η Παμμακάριστος Παναγία, η Υπερμαχος Στρατηγός του Γένους μας, η Μπαλουκλιώτισσα των θρύλων μας, η Μουχλιώτισσα της κατασκευτικής σιωπής, η Φανερωμένη, η Οδηγήτρια, η Καμαριώτισσα, είναι άπαρατα κάστρα ενός ανώτερου πολιτισμού του πνεύματος, που σφραγίζουν ανεξίτηλα τις ψυχές, εμπνέουν ιερούς πόθους και οράματα και βεβαιώνουν ότι ζει Κύριος και οι ζώντες εν Αυτώ.

Στη Μονή της Χώρας, του σημαντικότερου μνημείου της εποχής των Παλαιολόγων, μεταξύ των καταπληκτικών ψηφιδωτών τα οποία κοσμούν τον ναό, είναι και ο Χριστός που απεικονίζεται ως η Χώρα των Ζώντων. Ο αχώρητος Θεός περιχωρεί και θεώνει την ανθρώπινη ύπαρξη, χορηγώντας της την όντως ζωή, που νικά τη φθορά και το θάνατο.

Στη Βασιλίδα των Πόλεων χτυπά, δεκαεπτά αιώνες τώρα, η καρδιά της Ορθοδοξίας. Στο Φανάρι εδρεύει το Οικουμενικό Πατριαρχείο, ο πνευματικός πυρήνας όλων των Ορθόδοξων Εκκλησιών, διαχρονικό και οικουμενικό σύμβολο ενότητας, που με αίσθημα αλληλεγγύης έχει ταχθεί στον αγώνα για την προστασία και τη διάδοση της ορθόδοξης πίστης, όπως έχει παραληφθεί απαρασάλευτη και απαράχαρκτη από τους πρώτους αποστολικούς χρόνους.

Ο Προκαθήμενος της Μεγάλης του Χριστού Εκκλησίας, ο Οικουμενικός Πατριάρχης κ.κ. Βαρθολομαίος, με τη χαρακτηριστική παρουσία του, τον εμπνευσμένο λόγο και την πολύπλευρη δράση του για την προώθηση της θρησκευτικής ελευθερίας και των ανθρώπινων δικαιωμάτων, αλλά και για την προστασία του περιβάλλοντος, έχει αναγνωρισθεί ως υπερεθνική προσωπικότητα με παγκόσμια ακτινοβολία. Όμως το διεθνές κύρος του Πατριάρχη δεν σημαίνει δόξα και δύναμη. Αντίθετα, είναι ύψιστο χρέος και ευθύνη. Ο Πατριάρχης φέρει στους ώμους του το βάρος της Οικουμένης. Με άγιο πόθο και πόνο πορεύεται πάνω στις τραγικές στιγμές της ανθρωπότητας και της Ρωμιοσύνης και μάχεται με την αμελικτική πραγματικότητα να φυλαχθούν οι αξίες και τα ιδανικά μας ακατάβλητα, να περισωθούν τα ατίμητα του Γένους, να διαφυλαχθεί η ενότητα της Ορθοδοξίας, να μη σβήσει η ελπίδα. Έτσι διατρανώνει στα πέρατα της Οικουμένης τα θαυμαστά της πίστης μας και σταθερά χαράζει το πεπρωμένο του Γένους, που γαλουχείται από τη μητέρα και τροφό Εκκλησία.

Λέει ο Οικουμενικός Πατριάρχης:

"Η Μητέρα όλων μας Αγία του Χριστού Μεγάλη Εκκλησία ζει αιώνες τώρα ως μηδέν έχουσα και πάντα κατέχουσα. Ποτέ στην ιστορία ένα μικρό στήμμα του γεωγραφικού χάρτη δεν νοηματοδοτήσε τον παγκόσμιο πνευματικό χάρτη, όσο το Οικουμενικό Πατριαρχείο. Πάντοτε οι δια Χριστόν νεκροί κρίνουν με τη ζωντάνια τους όσους νομίζουν ότι είναι ζωντανοί. Ο χρόνος, η φθορά, τα χαλάσματα, δεν κατίσχυσαν ποτέ του Φαναρίου, διότι αυτό δεν μέτρησε ποτέ τη δύναμη

του με τα μέτρα των δυνατών του κόσμου τούτου, με τα μέτρα των ισχυρών της γης. Εδώ στο Φανάρι, ο Σταυρός και η Ανάσταση είναι οι δυο όψεις του ιδίου νομίσματος. Στο Φανάρι, που είναι συγχρόνως μικρό και μεγάλο - τόσο μεγάλο που να χωρεί όλη την οικουμένη, γιατί μέσα στην οικουμενικότητα ενυπάρχει η αγάπη και ο σεβασμός του αλλού, του συγγενούς και πλησίον μας, αλλά και του ξένου και μακρινού. Του κάθε ανθρώπου.

"Εδώ, αδελφοί μου, τίποτε δεν είναι ερείπιον, τίποτε δεν είναι χαμένο. Ό,τι αγιάστηκε από άσκηση και προσευχή, δεν είναι ποτέ νεκρό. Ό,τι είναι φτιαγμένο για τον Χριστό, δεν πεθαίνει. Ό,τι υπάρχει για τον Χριστό, δεν παγιδεύεται από τις πύλες του Άδου. Μετρώντας τους τάφους, δεν μπορούμε να μετρήσουμε και τον αριθμό των νεκρών. Όσοι πεθαίνουν εν Χριστώ, μεταβαίνουν εκ του θανάτου εις την ζωήν. Ποιος μπορεί να καταγράψει ποσοτικά την ζωή εν τάφω;"

Και απευθύνεται ο Πατριάρχης του Γένους και της Οικουμένης σε όλους εμάς, στο πρόσωπο των ευλαβών προσκυνητών που επισκέπτονται την Πόλη, λέγοντας:

"Να μάς έρχεσθε συχνά! Εδώ είναι το σπίτι σας! Έτσι να αισθάνεσθε! Να σας είπωμεν ότι η Πόλις δεν είναι μακριά σας. Είναι μαζί σας! Σας έχει εις την καρδιά της!"

"Σας φέρει άρωμα βυζαντιδίου ευσεβείας, ρωμαϊκής αρχοντίας, οσιακής υπομονής, μαρτυρικής εγκαρτερήσεως, αγιασμένης χαρμολύπτης και ζωντανής ελπίδος.

"Σας έχουμε εις την καρδιά μας, όπως σας έχουμε και εις την προσευχή μας! Όλους σας, όλον τον ευσεβή λαό, με τους Ποιμένες του, τους άρχοντες του, την ιερή κληρονομία του, τους καμμούς του, τις χαρές του, τα προβλήματά του, τα πάντα!"

"Να έρχεσθε, για να βιώσετε το θεότυκτο μεγαλείο και την αρχοντία της Ρωμιοσύνης. Εάν κάθε εδώ επίσκεψή σας δια σας θα είναι χαρά και ικανοποίησις και μαθητεία, δίημάς, που σηκώνουμε την ιστορία τόσον πολλών αιώνων, θα είναι ενίσχυσις και υπόσχεσις από σας ότι δεν μας αφήνετε μόνους χωρίς συμπαράσταση, χωρίς αλληλεγγύη, χωρίς ενδιαφέρον για την εστία την πρωτογενή, που δεν πρέπει να σβήσει ποτέ".

Επιστρέφοντας από το προσκύνημα στην Πόλη, νοιώθω σαν να έχει περάσει από πάνω μου μια στιγμή και μια αιωνιότητα. Και με συγκίνηση και περιουλογή μοιράζομαι τα γραφόμενα του πολυού Ιεράρχη του Οικουμενικού Θρόνου:

"...Σελίδες από την οικειώσή μου με το Φανάρι. Από το φέγγος του χρόνου μου. Από την άσκησή μου στην ιδιόμορφη ασκητικότητα του. Πέρασα χρόνια μαζί σου. Μαζί με τα κρυπτά του Θεού και τα εκφαντορικά του Φαναρίου. Που έγιναν και τα αγαπητά μου. Έστω και σαν πόνους και σαν θλίψη και σαν αγωνία. Είναι από τις ψυχάλες του θαύματος που περιφλέγει το μυστήριο.

"...Πήρε να βραδιάζει. Μια ολόκληρη ζωή την περνάω στο στασιδί μου. Ανάμεσα σ' ένα Ιερό και σε μια Πύλη. Ανάμεσα σ' έναν Όρθο και σ' έναν Εσπερινό. Σ' ένα Πάθος και σε μια Ανάσταση. Κοιμήθηκα και ξύπνησα, έχοντας στα μάτια μου εικόνες και πιστούς, υπέρθερα εκκλησιών και επίτιτλα κωδίκων, στολισμένους επιτάφιους και μια διακινούμενη Ρωμιοσύνη. Όλα μέσα σ' ένα θάμβος. Το θάμβος της Ορθοδοξίας. Κι όλα μέσα σε μια αχλύ. Τήν αχλύ της Πόλης." (Μητροπολίτου Πέργης κ. Ευαγγέλου, "Εκ Φαναρίου...").

Μοναχί Θεοσεμνή
Ιερά Μονή Παναγίας Χρυσοπηγής
Χανιά - Κρήτη

Η τελευταία διαδρομή

Μόλις έφτασα στη διεύθυνση, πάτησα την κόρνα του αυτοκινήτου μου. Περιμένα μερικά λεπτά και κόρναρα ξανά. Ήταν η τελευταία κόρνα της βαρδιάς μου, οπότε σκέφτηκα να συνεχίσω την πορεία μου. Αντί να συνεχίσω όμως, σταμάτησα, περπάτησα έως την πόρτα και χτύπησα.

"Μισό λεπτό", απάντησε μια αδύναμη, ηλικιωμένη φωνή. Ακουγόταν σαν να σέρνει κάτι στο πάτωμα. Μετά από μια μικρή παύση, η πόρτα άνοιξε και μπροστά μου στάθηκε μια γυναίκα γύρω στα 90. Φορούσε ένα φόρεμα και ένα καπέλο με πέπλο, έμοιαζε με χαρακτήρα από ταινία του 1940. Έχει δίπλα της μια μικρή τσάντα από νάιλον. Το σπίτι έμοιαζε εγκαταλειμμένο. Όλα τα έπιπλα ήταν καλυμμένα με σεντόνια. Δεν υπήρχαν πουθενά ρολόγια, διακοσμητικά και γενικώς αντικείμενα. Σε μια γωνία υπήρχε ένα χαρτονένιο κουτί γεμάτο παλιές φωτογραφίες και γυαλικά.

"Θα μπορούσες να πας την τσάντα μου στο αυτοκίνητο;" είπε. Πήρα την τσάντα και την πήγα μέχρι το ταξί, έπειτα γύρισα για να τη βοηθήσω. Πιάστηκε από το χέρι μου και πήγαμε σιγά σιγά προς το ταξί. Με ευχαριστούσε διαρκώς για την καλοσύνη μου. "Δεν κάνει τίποτα" της είπα. "Προσπαθή απλώς να συμπεριφέρομαι στους επιβάτες μου, όπως θα ήθελα να συμπεριφερόταν στη μητέρα μου" συνέχισε, "Είσαι τόσο καλό παιδί" είπε.

Όταν μπήκαμε στο ταξί, μου έδωσε μια διεύθυνση και με ρώτησε αν θα μπορούσαμε να πάμε μέσω του κέντρου της πόλης. Της είπα πως δεν ήταν η γρηγορότερη διαδρομή αλλά μου απάντησε πως δεν έχει πρόβλημα. "Δεν βιάζομαι, η διεύθυνση που σας έδωσα, είναι η διεύθυνση ενός ασύλου". Κοίταξα στον καθρέφτη και είδα πως τα μάτια της άστραφταν και πως ήταν έτοιμη να κλάψει. "Έχω χάσει όλη μου την οικογένειά", συνέχισε με μια γλυκιά και κουρασμένη φωνή. "Ο γαμπρός μου, μου είπε πως δεν μου έχει μείνει τίποτα πλέον". Ακούγοντάς την έδειξα διακριτικά το ταξίμετρο.

"Ποια ηλικία θα θέλατε να ακολουθήσω;" την ρώτησα. Για τις επόμενες δύο ώρες οδηγήσαμε μέσα στην πόλη. Μου έδειξε το κτίριο που εργαζόταν κάποτε, μου έδειξε το σπίτι που εκείνη και ο σύζυγός της έμεναν όσο ήταν νιόπαντροι, σταματήσαμε μπροστά από ένα κατάστημα επίπλων που παλιότερα ήταν αίθουσα χορού και πήγαμε όσο ήταν νέα. Πολλές φορές μου ζήτησε να επιβραδύνω μπροστά από κάποιο κτίριο ή κάποια γωνία ενώ εκείνη κοιτούσε μέσα από το σκοτάδι, χωρίς να λείπει κουβέντα.

Καθώς η πρώτη αχτίδα του ήλιου γεννιόταν από τον ορίζοντα, μου είπε απότομα "Κουράστηκα, ας πάμε τώρα". Οδηγήσαμε στη σιωπή. Όταν φτάσαμε, είδαμε μπροστά μας ένα χαμηλό κτίριο, σαν μικρό αναρροτήριο, με ένα δρομάκι που περνούσε από μια στοά. Δύο νοσηλεύτριες βγήκαν έξω, και ήρθαν προς το μέρος μας. Ήταν σχολαστικοί και παρακολουθούσαν την κάθε τους κίνηση. Υπέθεσα πως την περιμένα.

Άνοιξα το πορτμπάγκάζ και πήγα την τσάντα της μέχρι την πόρτα. Όταν έφτασα, η γυναίκα είχε ήδη καθίσει σε ένα αναπηρικό καροτσάκι. "Πόσο σας ορείλων;" με ρώτησε. "Τίποτα" της απάντησα. Μου είπε πως δουλεύω για να βγάλω λεφτά, και της απάντησα πως υπάρχουν και άλλοι πελάτες. Σχεδόν χωρίς να το σκεφτώ, έσκυφα και την αγκάλιασα. Με κράτησε σφιχτά και μου είπε πως της έδωσα μια μεγάλη χαρά, "Σε ευχαριστώ" μου είπε. "Εσφίξα το χέρι της και έφυγα μέσα στο αμυδρό πρωινό φως."

Πίσω μου έκλεισε μια πόρτα, η πόρτα μιας ζωής. Δεν πήρα άλλους επιβάτες εκείνη την μέρα, οδηγούσα χωρίς προορισμό βυθισμένος στις σκέψεις μου. Για το υπόλοιπο της μέρας δεν μπορούσα καν να μιλήσω. Σκεφτόμουν πόσο εύκολα θα μπορούσε να έχει πετύχει έναν νευρικό οδηγό, ή κάποιον που θα βιαζόταν να τελειώσει τη βαρδιά του. Τι θα συνέβαινε αν είχα αρνηθεί την κόρνα ή αν είχα κορναρέι άλλη μια φορά και είχα φύγει. Κάνοντας μια φευγαλέα αναδρομή, συνειδητοποίησα πως αυτή η κόρνα ήταν ό,τι πιο σημαντικό είχα κάνει στη ζωή μου. Είμαστε προγραμματισμένοι να πιστεύουμε πως οι ζωές μας στρέφονται γύρω από τις μεγάλες μας στιγμές. Οι μεγαλύτερες στιγμές μας όμως συνήθως έρχονται όταν δεν τις περιμένουμε.

Οδηγός ταξί, Νέα Υόρκη.
<http://enallaktikidrasi.com/2014/05/i-teleytaia-diadromi/>

Δημοσιεύεται σε συνέχειες το βιβλίο του Ιωάννου Θ. Νάκου
ΤΟ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟΝ ΕΝΟΣ ΦΥΜΑΤΙΚΟΥ
Το βιβλίο
του Πόνου και του Έρωτα

1. Ο ΧΩΡΙΣΜΟΣ

- Εγκαταλείπω τας Αθήνας δι' άγνωστον χρονικόν διάστημα.

Οι ιατροί κ.κ. Καρζ... και Β..., είπον στη Μαριάννα, τη γυναίκα μου, ότι, η παραμονή μου εις την κλινικην ουδεμίαν βελτίωσιν της καταστάσεως μου θα επιφέρει. Εις στιγμην μάλιστα, καθ' ην αι αιματεμέσεις έπαισαν, παρίσταται ανάγκη να μεταφερθώ αμέσως εις την εξοχην ή εις ένα προάστειον των Αθηνών και εκεί να παραμείνω, μέχρι της ημέρας που θα αναλάβω δυνάμεις.

- Εάν απομακρυνθή ο Ανδρέας των Αθηνών και εγκατασταθή εις ένα προάστειον της Αττικής και μείνη μόνος, άνευ ουδεμίας επαφής με τας παλαιάς του γνωριμίας και αναπαυθή - είπεν ο διακεκριμένος ιατρός κ' Β... - στη γυναίκα μου - τότε μόνον θα δυνηθή, αποτελεσματικώς, ο οργανισμός του να παλαίση κατά της ασθενείας. Άλλως, εντός ολίγου χρόνου θα γίνη φθισικός...

Ευτυχώς η τελευταία μικροβιολογική εξέταση των πτυέλων ήτο αρνητική και ο ιατρός επέτρεψε να ιδω δι' ολίγας στιγμάς, πριν η αναχωρήσω δια την εξοχή, το παιδί μου, την Πόλα μας...

Ένα αυτοκίνητον, με τας απαραίτητους αποσκευάς μου και με διάφορα τρόφιμα, μας μετέφερον, την Μαριάννα και εμέ, ένα ωραίο πρωινό του Αυγούστου του 192... εις την νέαν μου κατοικίαν.

Από τας Αθήνας μέχρι του προαστείου *** ουδεμίαν λέξιν αντηλλάξαμεν. Τα χείλη μας δεν εκινήθησαν, δεν είπον τίποτε.

Την ήσυχίαν μας ετάρασε μόνον ο κύτπος της μηχανής του αυτοκινήτου και η σιρήνα του, η οποία ειδοποιεί ενίοτε τους αραιούς διαβάτας της Λεωφόρου Κ..., να παραμερίσουν και να σεβασθούν ένα συνάθροιστόν τους, που μεταφέρεται στο γολγοθα του.

Όταν είμεθα προς το τέρμα του ταξειδίου μας, η Μαριάννα μου λέγει:

- Ανδρέα, πρέπει να αντιληφθής πλέον ότι δι' εσε αρχίζει μία ζωή νέα, ζωή μονώσεως, ζωή ηρεμίας, διά να αποφυγής μίαν νέαν δυσάρεστον τροπήν της ασθενείας σου.

-Ναι, Μαριάννα μου, βλέπω ήδη, την αρχή μιας τραγωδίας, της οποίας η τελευταία πράξις είναι άγνωστον τότε και που θα δοθή...

Το αυτοκίνητον εοστάθμευσεν εις την άκρα του προαστείου *** όπου ευρίσκεται μία θαυμάσια, μία ηλιόλουστος, ευάερος οικία, με ωραίον κήπο και περιτριγυρισμένη από πεύκα.

Την οικίαν αύτη, συγκειμένη από τρία δωμάτια, ενοικίασε η Μαριάννα μου, δι' εμέ.

Η Μαριάννα ανεχώρησε με το τραίνον των εννέα, αφού προηγουμένως εξακτοποίησε τα δωμάτια και με παρέδωσε στην ευσπλαχνίαν της κυράς Σταυρούλας, της οικοκυράς μου, στην αδελφικην περιποίησιν του νοσοκομίου μου Σ... και εις την επιστημονικην μόρφωσιν του ιατρού κ. Ρ... Άλλο καθήκον, εξ ίσου επιτακτικόν, την εκάλει εις τας Αθήνας... Ήτο μητέρα μιας παιδούλας χαριτωμένης, ενός αγγέλου, και έπρεπε να μένη πλησίον του.

Ήτο επίσης υποχρεωμένη να περιποιείται και την μητέρα μας, μία αγία γυναίκα εβδόμηντα πέντε ετών.

Όταν ήλθεν η στιγμή του χωρισμού, εστάθη αδύνατον να συγκρατήσωμεν αμφοτέρωι τα δάκρυα μας.

Εύχομαι εις τον Θεόν και ο ασπονδότερος εχθρός μου - εάν έχω - να μη δοκιμάση ποτέ, τας συγκινήσεις μιας παρόμοιας στιγμής.

Όταν έμεινα μόνος και ο συριγγός της ατμομηχανής του τραίνου με ειδοποίησεν ότι η Μαριάννα επιστρέφει στις Αθήνας, τότε, και μόνον τότε αντηλήφθην την μόνωσίν μου,

την θέσιν μου, τα αποτελέσματα της παράφρου, της οργιώδους ζωής μου, το μέγεθος της συμφοράς μου και... έκλαυσα. Έκλαυσα πολύ... Στρέφον δε τα βλέμματα μου προς όλα τα σημεία του δωματίου και ζητών βοήθειαν από το άγνωστον, είδον εκεί, στη γωνιά κάποιον φως να τρεμοσβύνη. Ήτο το φως από το καντυλάκι της Μεγαλόχαρης.

Προς το σημείον εκείνο κάποια δύναμις με ωθεί. Κάτι μέσα μου με πειθαναγκάζει να ζητήσω την προστασίαν Εκείνης που είχαν λησμονήσει ότι υπάρχει! Σύρομαι σχεδόν, κάτω από την αγία εικόνα και εκεί τα χείλη μου, αργά αργά, ψιθυρίζουν λέξεις... προσυχομένη... ουδέποτε είχον προσευχηθή...

"Παναγία μου, Δέσποινα μου, το φως της σκοτεινιασμένης μου ψυχής, η ελπίς, η σκέπη, η καταφυγή... βοήθησαν με..."

Το προάστειον *** όπου εγκατεστάθην, είναι ένα ήρεμο χωριό, πλησίον των Αθηνών και εις ύψος 400 μέτρων από της θάλασσης, με απλά και ολόασπρα σπιτικάκια μεταξύ των οποίων και μεγάλοι οικοδόμοι της τελευταίας αρχιτεκτονικής τέχνης! Ο ήριζων του είναι πολύ εκτεταμένος και ο θεατής βλέπει όλον τον Σαρωνικόν. Η ατμόσφαιρα του είναι καθαρά, τα δέ νερά του δροσερά, διαυγή, ωφέλιμα ως εμπριέχοντα πολλά υγιεινά συστατικά.

Ο ήλιος, που ζωογονεί κάθε οργανισμόν, δεν μας εγκαταλείπει, δεν παύει να μας διδη την χαράν της ζωής από της ανατολής του, μέχρι της δύσεως.

Από απόψεως φυσικών καλλόνων, το προάστειον *** έρχεται εις την πρώτην γραμμην. Περιβάλλεται από το Πεντελικόν, την Πάρνηθα, από εύφορωτάτους κήπους και από κάμπον ολοτριανόν, με παντός είδους γεννήματα από αμπέλια και ελαιώνα.

Με λίγα λόγια το *** είναι μία κωμόπολις εις την οποίαν ο πανάγαθος εχάρισε όλα τα αγαθά του.

Διακεκριμένοι υγιεινολόγοι, Έλληνες και Ξένοι, ίδια δε ιατροί των ελβετικών σανατορίων, συνιστούν εις τους ασθενείς των να μη μεταβαίνουν εκεί, αλλά να μένουν εις την Ελλάδα και να εγκαθίστανται εις *** του οποίου το κλίμα είναι από πάσης απόψεως υγιεινόν, ωφέλιμον.

Εις το *** εκατοντάδες ασθενών αποσταλέντες υπό των ιατρών, διά να αποθάνουν, ως βαδίζοντες ασφαλώς προς το τέλος του τάφου, επανεύρον την ζωήν των, την υγιάν των! και επανήλθον μετά πάροδον χρόνου εις τους κόλπους της οικογενείας των, εις την κοινωνίαν.

Δεδομένης της τοιαύτης κλιματολογικής Θεσεως του *** και των άλλων υγιεινών τοποθεσιών της Ελλάδος και των δημιουργηθέντων ήδη από ετών κοινωνικοϋγιεινών όρων, νομίζω ότι αι αρμόδια κρατικά υπηρεσίαι εν τη ευρύτατη αυτών κοινωνική αποστολή, λαμβάνουσαι υπ' όψιν των τα επιστημονικά δεδομένα, θα νομοθετήσουν γενικά μέτρα, διά των οποίων θα χαρακτηρίσουν ωρισμένους ορεινάς περιφερείας της χώρας μας ως κέντρα νοσηλείας των ασθενών!

Ιωάννης Θ. Νάκος
(συνεχίζεται στο επόμενο τεύχος)

Η Θεωρία του Κικέρωνα...

Ο πτωχός εργάζεται.
Ο πλούσιος τον εκμεταλλεύεται.
Ο στρατιώτης προστατεύει και τους δύο.
Ο φορολογούμενος πληρώνει και για τους τρεις.
Ο απατεώνας εκμεταλλεύεται και τους τέσσερεις.
Ο μεθύστακας πίνει στην υγεία και των πέντε.
Ο τραπεζίτης εξαπατάει και τους έξι.
Ο δικηγόρος αγορεύει ξεγελώντας και τους επτά.
Ο γιατρός σκοτώνει και τους οκτώ.
Ο νεκροθάφτης θάβει και τους εννέα.
Ο πολιτικός ζει σε βάρος και των δέκα.

ΓΙΝΕ ΜΕΛΟΣ

Σύλλογος Φίλων
Περιθαλπομένων
Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"

Νοσοκομείο Νοσημάτων

Θώρακος Αθηνών

"Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Λεωφ. Μεσογείων 152 - Αθήνα 11527

Τηλ.2107763638

FAX 2107707211

E-mail: info@sylfilon.gr

site: www.sylfilon.gr

ΔΩΡΕΕΣ

Για την οικονομική ενίσχυση του Συλλόγου μας

Ευχαριστούμε θερμά την:

Κυρία Τασία Μαρίνου Κατπάτου και Ανώνυμη δωρεά.

Ευχαριστούμε θερμά για δωρεά

αντί στεφάνου: τον Φιλικό μας κύκλο, και τους Μεταξία Μπιζίμη, Κώστα και Μάνο Μπιζίμη στη μνήμη του **Πέτρου Μπιζίμη**, την κυρία Χρυσούλα Παπαδάτου στη Μνήμη του **Άρη Θαμβόπουλου** και τον κ. Γεώργιο Ριζόπουλο στη Μνήμη της μητέρας του **Ευαγγελίας Ριζόπουλου**.

Λογαριασμός τραπεζής για κατάθεση δωρεών:

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ: 6274-040035-006

IBAN: GR7101712740006274040035006

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων "Σοφία Σλήμαν"
Παρακαλούμε ενημερώστε μας και τηλεφωνικά για την κατάθεσή σας, ώστε να εκδίδουμε με λεπτομέρειες το παραστατικό είσπραξης.

Οικονομικά

Ιουλίου 2015

ΕΣΟΔΑ	ΕΞΟΔΑ
460,00 ευρώ	1.650,00 ευρώ
ΑΝΑΛΥΣΗ ΕΣΟΔΩΝ	
Περιθαλπόμενοι:	630,00 ευρώ
ΕΛΤΑ, εφημερίδα, Διανομή:	520,15 ευρώ
Διάφορα έξοδα:	500,00 ευρώ

Επι κοινωνία εν τύπω

Μηνιαία εφημερίδα. Εκδίδεται σε 2.500 φύλλα

Ιδιοκτησία:

«Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων
Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"»

Έδρα: Γ.Ν.Ν.Θ.Α. «Η ΣΩΤΗΡΙΑ»,
Μεσογείων 152, Αθήνα 11527

Εκδότης: Πέτρος Γαρζώνης.

Συντακτική Ομάδα: Γιώργος Δεδούσης, Αθηνά Δούσου, Νίκος Παΐσιος, Ματίνα Σπυράτου, Άρης Στρατάκος.

Εκτύπωση: Κωστόπουλος Γεώργιος, Σελλασίας 6, Αθήνα, Τ.Κ. 10439 Τηλ.: 2108813241

Για αυτό το τεύχος εργάστηκαν επίσης οι:
Κυριακή Δημητρούλακη, Βασίλης Καλαφάτης, Κατσιμήτρου Μπέση, Αθηνά Πέση και Ανδρέας Σακκάς.

Οι αρθρογράφοι φέρουν πλήρως την ευθύνη των κειμένων τους

100 ετών η Γενική Θεωρία της Σχετικότητας



<http://www.lbi.org/2012/09/albert-einstein/#1>

Ήταν Νοέμβριος του 1915, όταν ο Αλβέρτος Αϊνστάιν εκμυστηρευόταν σε φίλο του πως είχε κάνει μια ανακάλυψη που για ημέρες του είχε προκαλέσει τέτοιο ενθουσιασμό, ώστε ναιώθει την καρδιά του να "φτερουγίζει". Ο ενθουσιασμός του αφορούσε μια απειροελάχιστη μετακίνηση της τροχιάς του πλανήτη Ερμή, η οποία ήταν αδύνατον να εξηγηθεί στο πλαίσιο της νεωτέρων φυσικής, αλλά εβρίσκα απάντηση από μια νέα θεωρία που είχε στα σκαριά ο γερμανοεβραϊκής καταγωγής φυσικός. Η θεωρία αυτή πήρε το όνομα Γενική Θεωρία της Σχετικότητας και "γεννήθηκε" επίσης στις 2 Δεκεμβρίου 1915, με τη δημοσίευση ενός άρθρου μόλις τεσσάρων σελίδων, με το οποίο ουσιαστικά άνοιξαν καινούργιοι δρόμοι για τη θεωρητική φυσική, την κοσμολογία και την αστρονομία. Μετά την Ειδική Σχετικότητα που διατύπωσε το 1905, η Γενική Σχετικότητα είναι η δεύτερη ανεξίτηλη "σφραγίδα" που άφησε ο Αϊνστάιν στην ιστορία της επιστήμης. Φέτος κλείνει 100 χρόνια "ζωής", συνεχίζοντας να αποτελεί για την επιστημονική κοινότητα την καθιερωμένη θεωρία για την περιγραφή του τρόπου με τον οποίο δρα η βαρύτητα. "Η βασική ιδέα της είναι πως η γεωμετρία του χωροχρόνου καθορίζει την επίδραση της βαρύτητας, με συνέπεια κάθε μάζα να παραμορφώνει τοπικά τη γεωμετρία του χωροχρόνου και να επηρεάζει τις τροχιές των σωματιδίων σε σχετικά μικρές αποστάσεις", λέει στην "Κ" ο κ. Λεάνδρος Περιβολαρόπουλος, καθηγητής στο Τμήμα Φυσικής του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων.

Καμπύλωση χωροχρόνου

Έτσι, για παράδειγμα, ένα άστρο καμπυλώνει το χωροχρονικό συνεχές με τον ίδιο τρόπο που αν τοποθετούσαμε μια μπάλα πάνω σε ένα τεταμένο σεντόνι, αυτή θα έκανε το σεντόνι να "βουλιάξει" στη συγκεκριμένη περιοχή. Επομένως, στην περίπτωση που μια ακτίνα φωτός περάσει κοντά από το άστρο, τότε θα διαγράφει καμπύλη πορεία, ακολουθώντας την καμπύλωση του

χωροχρόνου. "Τέτοιες προβλέψεις άλλαξαν τη ροή της φυσικής και μας έδωσαν τη δυνατότητα να κατανοήσουμε καλύτερα τον κόσμο μας και τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί το σύμπαν σε μεγάλες αποστάσεις", προσθέτει ο καθηγητής. Είναι χαρακτηριστικό πως δεν χρειάστηκε να περάσει περισσότερο από ένας μήνας από το άρθρο του Αϊνστάιν για να δημοσιευθεί μια μαθηματική λύση των εξισώσεων της Γενικής Σχετικότητας, η οποία για πρώτη φορά περιέγραφε θεωρητικά τις μαύρες τρύπες. Με ανάλογο τρόπο, χωρίς στη Γενική Σχετικότητα μπόρεσαν στην πορεία να εξηγηθούν οι ιδιότητες των αστέρων νετρονίων ή των πάλαρ. "Η θεωρία έγινε επίσης η βάση πάνω στην οποία αναπτύχθηκε η κοσμολογία, περιγράφοντας τη λειτουργία του διαστελλόμενου σύμπαντος και εδραιώνοντας την κοσμική δημιουργία μέσω της Μεγάλης Εκρήξης, η οποία προκύπτει από τις εξισώσεις της", σημειώνει στην "Κ" ο κ. Μιχάλης Τσαμπαρλής, αναπληρωτής καθηγητής στο Φυσικό Τμήμα του Καποδιστριακού Πανεπιστημίου.

Στον ένα αιώνα που μεσολάβησε από το 1915, πολλά πειράματα και αστρονομικές παρατηρήσεις έχουν επιβεβαιώσει τη Γενική Σχετικότητα "ξεκινώντας ήδη από το 1919 και την αποστολή στο νησί Πρίνσιπε ανοιχτά της Αφρικής, η οποία κατά τη διάρκεια μιας ηλιακής έκλειψης κατέγραψε μετρήσεις που συμφωνούσαν με την καμπύλωση του φωτός. Μια από τις πιο εντυπωσιακές επιβεβαιώσεις έγινε με τη μελέτη ενός ζεύγους αστέρων νετρονίων, η οποία επαλήθευσε έμμεσα την ύπαρξη των βαρυτικών κυμάτων" των διαταραχών που προκαλεί η κίνηση σωμάτων με πολύ μεγάλες μάζες και τα οποία διαδίδονται στον χωροχρόνο όπως "ταξιδεύουν" τα μικρά κύματα σε μια λίμνη όταν πετάξουμε μια πέτρα. "Μέχρι σήμερα δεν έχει εντοπισθεί κανένα φαινόμενο που να είναι ασύμβατο με τη θεωρία, παρά μάλιστα τη θεαματική αύξηση της ακρίβειας των αστρονομικών μετρήσεων", επισημαίνει ο κ. Περιβολαρόπουλος. Την ίδια στιγμή που η αστρονομία προσέφερε τη δυνατότητα ελέγχου της Γενικής Σχετικότητας, η Γενική Σχετικότητα προσέφερε νέα εργαλεία για τη μελέτη του σύμπαντος, όπως τους βαρυτικούς φακούς ή τη βαρυτική μετατόπιση του φωτός προς το ερυθρό. Το ίδιο ισχύει και στην περίπτωση των βαρυτικών κυμάτων, τα οποία ελπίζουν να ανιχνεύσουν επιστήμονες σε πειράματα που γίνονται σήμερα στις ΗΠΑ και την Ευρώπη. "Έτσι, αν εντοπισθεί άμεσα βαρυτική ακτινοβολία, από τις ιδιότητές της θα καταφέρουμε να εξακριβώσουμε ακόμη καλύτερα αν όντως ισχύει και αυτή η πρόβλεψη της θεωρίας", υπογραμμί-

ζει ο καθηγητής από τα Ιωάννινα.

Από την άλλη μεριά, χάρις στα βαρυτικά κύματα, οι αστρονόμοι θα καταφέρουν να "δουν" πιο πίσω στον χρόνο απ' ό,τι μπορούν σήμερα με την ηλεκτρομαγνητική ακτινοβολία, αποκτώντας πληροφορίες για το σύμπαν σε ακόμη πιο "νεαρή" ηλικία από τα 380.000 χρόνια.

Το μυστήριο της "σκοτεινής" ύλης

Σύμφωνα με τον κ. Τσαμπαρλή από το Πανεπιστήμιο Αθηνών, η Γενική Σχετικότητα έχει και πρακτικές εφαρμογές, με κυριότερη τη διόρθωση που γίνεται στα συστήματα GPS με βάση ένα σχετικιστικό φαινόμενο, ώστε οποιαδήποτε συσκευή πλοήγησης ή smartphone να μπορεί να βρει με ακρίβεια τη γεωγραφική του θέση. "Παράλληλα, γίνονται έρευνες με σκοπό την αξιοποίηση φαινομένων που προβλέπει η θεωρία σε νέες τεχνολογίες για τον εντοπισμό από το Διάστημα μετάλλων στο γήινο υπέδαφος", συμπληρώνει.

Πάντως, σε αποστάσεις πολύ μεγαλύτερες από τις τροχιές που διαγράφονται οι δορυφόροι GPS, η θεωρία του Αϊνστάιν έχει ανοίξει επίσης ένα "παράθυρο" σε έναν άγνωστο κόσμο, μπροστά στον οποίο μάλιστα η ορατή ύλη μοιάζει να παίζει αρκετά υποδεέστερο ρόλο. Κι αυτό, γιατί ολοένα και περισσότερες παρατηρήσεις, οι οποίες ερμηνεύονται με τη Γενική Σχετικότητα, δείχνουν πως το 27% του σύμπαντος καταλαμβάνεται από σκοτεινή ύλη, έναν άγνωστο τύπο ύλης που επιδρά βαρυτικά σε δομές όπως οι γαλαξίες, ενώ το 68% από σκοτεινή ενέργεια, μια μυστηριώδη μορφή αβυσσικής ενέργειας η οποία είναι υπεύθυνη για την επιταχυνόμενη συμπαντική διαστολή. Στον αντίποδα, η ορατή ύλη αντιστοιχεί μόλις στο 5%. Η φύση της σκοτεινής ενέργειας και της σκοτεινής ύλης είναι γρίφος στον οποίο οι επιστήμονες δεν έχουν καταφέρει ακόμη να απαντήσουν. Την ίδια στιγμή, πάντως, όσο επιτυχημένη κι αν έχει αποδειχθεί η θεωρία στις προβλέψεις της, είναι βέβαιο πως δεν αποτελεί την τελευταία λέξη της φυσικής στην περιγραφή της βαρύτητας. "Γνωρίζουμε πως η Γενική Σχετικότητα είναι ατελής, αφού προβλέπει επιρροές μεγεθών όπως η καμπυλότητα της γεωμετρίας του χωροχρόνου στο εσωτερικό μιας μαύρης τρύπας και οι απειρισμοί είναι μια μαθηματική έννοια που δεν υπάρχει στη φύση. Επομένως, θα πρέπει να βρούμε μια καινούργια θεωρία που δεν θα εμφανίζει αυτό το πρόβλημα", σημειώνει ο κ. Περιβολαρόπουλος από το Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων.

Κώστας Δελγιάννης

<http://www.kathimerini.gr/808340/article/epikairothta/episthmi/100-etwn-h-genikh-8ewria-ths-sxetikothtas>

Διαβάστε το Εκπληκτικό κείμενο... (από Γάλλο λογοτέχνη)

- Γκρεμίστε όλη την Ελλάδα σε βάθος 100 μέτρων.
- Αδειάστε όλα τα μουσεία σας, από όλον τον κόσμο.
- Γκρεμίστε κάθε τι Ελληνικό από όλο τον πλανήτη.
- Έπειτα σβήστε την Ελληνική γλώσσα από παντού.
- Από την ιατρική σας, τη φαρμακευτική σας.
- Από τα μαθηματικά σας (γεωμετρία, άλγεβρα).
- Από τη φυσική σας, τη χημεία.
- Από την αστρονομική σας.
- Από την πολιτική σας.
- Από την καθημερινότητά σας.

Διαγράψτε τα μαθηματικά, διαγράψτε κάθε σχήμα, κάντε το τρίγωνο-οκτάγωνο, την ευθεία-καμπύλη, σβήστε τη γεωμετρία από τα κτίριά σας, τους δρόμους σας, τα παιχνίδια σας, τα αμάξια σας, σβήστε την ονομασία κάθε ασθένειας και κάθε φαρμάκου, διαγράψτε τη δημοκρατία και την πολιτική, διαγράψτε τη βαρύτητα και φέρτε το πάνω κάτω, αλλάξτε τους δορυφόρους σας να έχουν τετράγωνη τροχιά, αλλάξτε όλα τα βιβλία σας (γιατί παντού θα υπάρχει μια ελληνική λέξη), σβήστε από την καθημερινότητά σας κάθε ελληνική λέξη, αλ-



Ο Jean Richepin είναι Γάλλος μυθιστοριογράφος και δραματουργός. Γεννήθηκε στην Αλγερία το 1849 και απεβίωσε στο Παρίσι το 1926.

λάξτε τα ευαγγέλια, αλλάξτε το όνομα του Χριστού που και αυτό βγαίνει από τα Ελληνικά και σημαίνει αυτός που έχει το χρίσμα, αλλάξτε και το σχήμα κάθε ναού (να μην έχει την ελληνική γεωμετρία), σβήστε τον Μέγα Αλέξανδρο, σβήστε όλους τους Μυθικούς και Ιστορικούς ήρωες, αλλάξτε την παιδεία σας, αλλάξτε το όνομα της ιστορίας, αλλάξτε τα ονόματα στα πανεπιστήμιά σας, αλλάξτε τον τρόπο γραφής σας, χρησιμοποιήστε τον αραβικό, διαγράψτε τη φιλοσοφία, διαγράψτε, διαγράψτε, διαγράψτε...
Θα πείτε "δεν γίνεται".

Σωστά, δεν γίνεται γιατί μετά δεν θα μπορούσατε να στερήσετε ούτε μία πρόταση! Δεν γίνεται να σβήσει η Ελλάδα, ο Έλληνας, η προσφορά του πάνω σε αυτόν τον πλανήτη...

Η πρόκληση πάντως ισχύει.

Jean Richepin

<http://iscintilladubitare.blogspot.gr/2015/03/blog-post.html>

Η ζωή μας χαμογελά και εμείς της το ανταποδίδουμε

2 Αυγούστου 2006. Σε τρεις μέρες αρχίζει η καλοκαιρινή άδεια. Επιτελους ξεκούραση, μπάνια, χωριό και βόλτες μαζί με τα παιδιά μου.

Το μεσημέρι στο γραφείο στηρίζω τον λαιμό μου στο χέρι μου και... κάτι με ενοχλεί. Ένα πρήξιμο στον λαιμό.

Το ίδιο απόγευμα ο φίλος γιατρός συστήνει να γίνει ακτινογραφία. Πηγαίνω αμέσως και την κάνω. Δεν τον βοηθά. Χρειάζεται υπέρηχος.

Την επόμενη μέρα στο νοσοκομείο, αφού έγινε ο υπέρηχος, συστήνουν στοχευμένη παρακέντηση με υπέρηχο. Ραντεβού 17 Αυγούστου, απόγευμα.

Φεύγουμε από την Αθήνα για διακοπές.

17 Αυγούστου. Φεύγω από τις διακοπές και έρχομαι μόνη μου στην Αθήνα για την εξέταση.

Έγινε η παρακέντηση και περιμένω τα αποτελέσματα. Η ώρα περνάει και εγώ διαμαρτύρομαι για την καθυστέρηση της απάντησης. Σε λίγο έχω στα χέρια μου ένα χαρτί που γράφει: **μεταστατικό Ca ρινοφάρυγγα.**

Προσπαθώ να καταλάβω αν διαβάζω σωστά.

"Μήπως έχει γίνει λάθος; Αποκλείεται να είναι δική μου αυτή η απάντηση!"

Εγώ έχω πρήξιμο στο λαιμό! Άλλου είναι ο ρινοφάρυγγας. Σίγουρα έχουν κάνει λάθος!"

Η κυτταρολόγος με ενημερώνει για τη διαδικασία που ακολουθεί κάποιος που αντιμετωπίζει αυτή την ασθένεια. Καρκίνος.

Μάλιστα. Τώρα πρέπει να μαζέψω τα διάσπαρτα κομμάτια μου, να οδηγήσω μιάμιση ώρα και να πάω στους δικούς μου.

Οδηγώ στην Εθνική Οδό. Το ράδιο παίζει μουσική δυνατά. Τραγουδάω, κλαίω, ουρλιάζω και πάλι από την αρχή, ίσως και με διαφορετική σειρά. Ακόμη δεν θυμάμαι πώς οδήγησα και έφτασα στους δικούς μου.

Πώς διαχειρίζεται κανείς αυτά τα νέα; Ca καρκίνος, πόνος, νοσοκομεία, θάνατος. Η σκέψη μου στα τρία παιδιά μου, στη φροντίδα τους, στα σχολεία τους, στο μέγαλμά τους.

Ποιος θα φροντίσει ποιόν τώρα! Άλλες προτεραιότητες μπαίνουν στη ζωή μας. Αρχίζουν χημειοθεραπείες και ακτινοβολίες. Περίεργο, αντιμετωπίζω την ασθένεια σαν κάτι συνηθισμένο. Θα μπω στο νοσοκομείο, θα βγω, θα κάνω εξετάσεις και θα ακολουθώ τις οδηγίες των γιατρών μου.

Όλα καλά! **Όλοι είναι δίπλα μου!** Η οικογένεια, οι συγγενείς, οι φίλοι. Δεν μπορώ πάντα να του πω το ευχαριστώ γιατί δυσκολεύομαι να μιλήσω. Γράφουμε όμως ωραία σημειώματα.

Δυσκολεύομαι να φράω. Χάνω 17 κιλά. Τι ωραία αδυνασία! Πάντα παιδεύομαι να αδυνατίσω.

Μου πέφτουν και τα μαλλιά. Μετά την πρώτη στενοχωρία αρχίζει το ψάξιμο για περούκες, τυρμπάν, μαντήλια.

Το κρεβάτι και το κομοδίνο του νοσοκομείου θα είναι τώρα για 7 με 10 μέρες, ανάλογα την αντίδραση του οργανισμού στην κάθε φορά χημειοθεραπεία, ο νέος μου χώρος. Ραδιοφωνάκι, ακουστικά, βιβλία και βόλτα με το stand του ορού στον διάδρομο του νοσοκομείου.

Πάντα με παρέα. Ποτέ μόνη. Πόσο τυχερή είμαι. Παίρνω τόση αγάπη από όλους.

Στις μέρες εκτός νοσοκομείου προσπαθώ να κάνω πράγματα που με ευχαριστούν. Βόλτες, συναυλίες, παρέα με φίλους.

Και βέβαια πάντα δίπλα μου ο άνδρας μου, τα παιδιά μου, οι γονείς μου, οι συγγενείς, οι φίλοι.

Μετά από εννέα μήνες τελειώνω με θεραπείες και νοσοκομεία. Όλα θα πάνε καλά! Θα κάνουμε τις εξετάσεις μας και θα προσέχουμε την υγεία μας. Τι ζωή μας περισσότερο από δω και πέρα.

Επιστροφή στη δουλειά, στη ζωή. Και όλα πηγαίνουν καλά για τα επόμενα 6 χρόνια.

Το 2012 ψηλαφώ ένα ογκίδιο στο στήθος.

Ο πρώτος γιατρός, στην παρακέντηση και τα άτυπα κύτταρα, συστήνει να περιμένω 3 μήνες που είναι η επόμενη προγραμματισμένη ετήσια μαστογραφία και να το ξαναδούμε. Απευθύνομαι σε άλλον. Και σε τρίτον.

Η τρίτη γιατρός με κερδίζει. Την εμπιστεύομαι και προχωράω άμεσα στην αντιμετώπιση του όγκου. Μαστεκτομή. Τώρα τα πράγματα είναι πιο δύσκολα. Η ψυχολογία μου είναι πολύ πεσμένη.

Με βασανίζουν τα ερωτήματα που έχουμε όλοι, όσοι νοσήσαμε. Γιατί πάλι, γιατί εγώ, γιατί, γιατί... Ξεκινάνε χημειοθεραπείες. Πέφτουν πάλι τα μαλλιά.

Η βοήθεια που έχω ανάγκη τώρα είναι μεγαλύτερη από την πρώτη φορά. Και πάλι μου δίνεται απλόχερα από όλους. Η συνδρομή του ψυχιάτρου - ψυχολόγου είναι πολύτιμη.

Στην αναζήτησή μου για να ξεπεράσω το νέο δυσβάσταχτο βάρος, γκωρίζω τον σύλλογο καρκινοπαθών ΚΕΦΙ. Μοιράζομαι με ανθρώ-

πους που νοσούν ή νόσησαν, τις ίδιες αγωνίες, τους ίδιους προβληματισμούς, τους ίδιους φόβους. Μαθαίνουμε μαζί να διαχειριζόμαστε τις δύσκολες καταστάσεις που αντιμετωπίζουμε.

Στέκομαι και πάλι όρθια. Επιστροφή στη δουλειά, στη ζωή. Συνεχίζω να κάνω ό,τι αγαπώ, ό,τι αγαπούσα. Πηγαίνω στη θάλασσα και μαζεύω τα κοχύλια μου, ανεβάνω στο βουνό και βρίσκω τα αγαπημένα μου αγριολούλουδα. Τραγουδάω στις συναυλίες τα αγαπημένα μου τραγούδια. **Ναι αυτό είναι ζωή!**

Έναν χρόνο αργότερα η συλλογή των καρκίνων μου πλουτίζεται με έναν ακόμη. Ca ενδομητρίου. Όλοι οι καρκίνοι μου είναι ανεξάρτητοι μεταξύ τους. Δεν υπάρχει μετάσταση.

Νέος κύκλος αρχίζει. Χειρουργεί για ολική υστερεκτομή. Δεν θα χρειαστεί αυτή τη φορά όμως τίποτα παραπάνω, αποφάσισε το ογκολογικό συμβούλιο. Νοσηλείες τέλος. Οι επισκέψεις στο νοσοκομείο, από δω και πέρα, θα είναι μόνο για εξετάσεις.

Δεν αναφέρθηκα σε λεπτομέρειες της αρρώστιας μου, της νοσηλείας μου, γιατί δεν έχουν σημασία. Μίλησα για πράγματα που με βοήθησαν. Με βοήθησε η γνώση του γιατρού, του ψυχολόγου, το βίωμα του συνασθενή μου.

Με βοήθησε όμως και η αγκαλιά, το ειλικρινές κοίταγμα στα μάτια, το κράτημα του χεριού...

Με βοήθησαν οι γιατροί μου στον Άγιο Σάββα, η ακτινοθεραπεύτρια κα Σωτηροπούλου, ο ογκολόγος κ. Κουμάκης, η χειρουργός μαστού κα Μητσάκα, ο γυναικολόγος κ. Τερζάκης, οι βοηθοί των γιατρών μου, οι νοσηλεύτριες, το προσωπικό του νοσοκομείου, η κα Ανδρουλάκη, παθολογοανατόμος στο "Ελπίς". Παρά τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν καθημερινά, δίνουν τον καλύτερό τους εαυτό. Ευχαριστώ από καρδιάς.

Σε αυτή τη διαδρομή της αρρώστιας μου άκουσα, είδα, σκέφτηκα, προβληματίστηκα για τα στραβά και τα σωστά, της ως τώρα ζωής μου.

Ζω για το σήμερα, για το τώρα και όχι για το χτες και το αύριο! Αφήνω τα άγχη μου, τα πρέπει μου έξω από τη ζωή μου!

Προσπαθώ να αλλάξω, να θωρακίσω τον εαυτό μου. Κατάφερα και σηκώθηκα όρθια. Βγήκα από τη θλίψη και τη μαυρίλα της αρρώστιας και είπα ότι θέλω να συνεχίσω να ζω.

Ναι η ζωή μας χαμογελά και εμείς της το ανταποδίδουμε!

Γιάννα Χρήστου

Ένα Μάθημα από τις Αγριόχηνες



Αναρωτήθηκες ποτέ γιατί οι αποδημητικές χήνες πετάνε σε σχηματισμό V;

Όπως με τα περισσότερα ζώα και τη συμπεριφορά τους, η Φύση έχει κάποιο καλό λόγο που το έχει βάλει στο ένστικτό τους.

Όταν η κάθε χήνα κτυπά τα φτερά της, δημιουργεί ένα ανοδικό ρεύμα για τη χήνα που ακολουθεί.

Στον σχηματισμό V, όλο το σμήνος προσθέτει τουλάχιστον 71% περισσότερη πτηνική εμβέλεια από το αν πετούσαν το καθένα από μόνο του.

Αν μια αγριόχηνά ξεφύγει από τον σχηματισμό, ξαφνικά αισθάνεται τη δυσκολία και την αντίσταση στην προσπάθεια να πετάξει μόνη της... και πολύ γρήγορα επιστρέφει στον σχηματισμό μαζί με τις άλλες.

Όπως και οι αγριόχηνες... έτσι και οι άνθρωποι που μοιράζονται μια κοινή κατεύθυνση και ένα ομαδικό πνεύμα με τους γύρω τους μπορούν να φτάσουν πιο γρήγορα και πιο εύκολα εκεί που πηγαίνουν, αντίθετα με εκείνους που προσπαθούν να τα καταφέρουν μόνοι τους.

Όταν μια αγριόχηνά κουραστεί, πάει στο πίσω μέρος του σχηματισμού και μια άλλη αγριόχηνά παίρνει την μπροστινή θέση. Αν οι άνθρωποι είχαν τόσο λογική όσο και οι αγριόχηνες, θα συνειδητοποιούσαν πως τελικά η επιτυχία τους εξαρτάται από τη συνεργασία τους σαν ομάδα, κάνοντας ο καθένας με τη σειρά του τις δύσκολες δουλειές και αναλαμβάνοντας την αρχηγία.

Οι αγριόχηνες που βρίσκονται στο πίσω μέρος του σχηματισμού φωνάζουν για να ενθαρρύνουν εκείνες που βρίσκονται μπροστά ώστε να αυξήσουν την ταχύτητά τους. Είναι σημαντικό οι "φωνές απ' τα πίσω" να είναι ενθαρρυντικές. Διαφορετικά είναι απλά φωνές και τίποτα άλλο.

Όταν μια αγριόχηνά αρρωστήσει ή τραυματιστεί, δύο άλλες αγριόχηνες αφήνουν τον σχηματισμό και την ακολουθούν προς τα κάτω για την βοήθειά τους και να την προστατέψουν.

Παραμένουν με το άρρωστο μέλος του σμήνους μέχρι να μπορέσει να πετάξει ξανά ή να πεθάνει. Μετά ξαναπετάνε με ένα άλλο σμήνος που περνά ή προσπαθούν να προλάβουν το δικό τους.

Μακάρι να είμαστε και εμείς τόσο θυσιαστικοί, ώστε να αξίζουμε τέτοιους φίλους όταν το έχουμε ανάγκη.

ΔΕΝ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΕΙΣΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΑΣ...

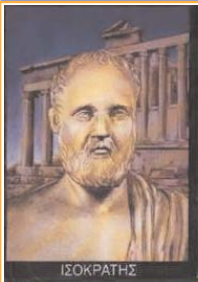
Για να μάθεις από την υπέροχη δημιουργία της Φύσης, το μόνο που έχεις να κάνεις είναι να σταματήσεις για όση ώρα χρειάζεται για να παρατηρήσεις και να αφήσεις τη Φύση να σου αποκαλύψει τα θαύματά της.

"Ρώτησε τα ζώα και θα σε διδάξουν, και τα πτηνά του ουρανού, και θα σου μιλήσουν ή μίλησε στη γη, και θα σε διδάξει, και τα ψάρια της θάλασσας θα σου εξηγήσουν. Πιο από όλα αυτά δεν γνωρίζει πώς το χέρι της Φύσης τα έκανε;"

ΚΑΠΟΙΟΣ "ΡΩΤΗΣΕ" ΤΙΣ ΑΓΡΙΟΧΗΝΕΣ

https://www.youtube.com/watch?v=HpP_Y9lkKAE

Η διαφορά μεταξύ φτωχών και πλούσιων χωρών



«Η ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ ΜΑΣ ΔΥΤΟΚΑΤΑΣΤΡΕΦΕΤΑΙ ΔΙΟΤΙ ΚΑΤΕΥΡΑΣΘΗ ΤΟ ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΤΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ ΚΑΙ ΤΙΣ ΙΣΟΤΗΤΑΣ ΔΙΟΤΙ ΕΜΑΘΕ ΤΟΥΣ ΠΟΛΙΤΕΣ ΝΑ ΦΕΡΟΥΝ ΤΗΝ ΔΥΦΑΔΕΙΑ ΩΣ ΔΙΚΑΙΩΜΑ. ΤΗΝ ΠΑΡΑΝΟΜΙΑ ΩΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ. ΤΗΝ ΑΝΑΙΔΕΙΑ ΤΟΥ ΛΟΓΟΥ ΩΣ ΙΣΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΝΑΡΧΙΑ ΩΣ «ΥΔΑΙΜΟΝΙΑ»

ΝΑ ΣΚΕΠΤΕΣΑΙ ΚΑΙ ΝΑ ΕΝΕΡΓΗΣΙ ΠΙΑ ΤΟ ΔΙΚΟ ΣΟΥ ΚΑΛΟ. ΠΙΑ ΤΟ ΚΑΛΟ ΤΗΣ ΠΑΤΡΙΔΑΣ ΣΟΥ!

Η διαφορά μεταξύ φτωχών και πλούσιων χωρών δεν έγκειται στην ηλικία της χώρας.

Αυτό αποδεικνύεται από χώρες όπως η Ινδία και η Αίγυπτος, που έχουν ιστορία 2.000 χρόνων όμως είναι φτωχές.

Από την άλλη ο Καναδάς, η Αυστραλία και η Νέα Ζηλανδία, που πριν από 150 χρόνια ήταν άνευ σημασίας, σήμερα είναι ανεπτυγμένες και πλούσιες χώρες.

Η διαφορά μεταξύ φτωχών και πλούσιων χωρών δεν έγκειται στον φυσικό πλούτο που διαθέτουν.

Η Ιαπωνία είναι χώρα περιορισμένης έκτασης, κατά 80% ορεινή, ανεπαρκής για καλλιέργεια και κτηνοτροφία, αλλά η οικονομία της είναι δεύτερη στον κόσμο. Η χώρα μοιάζει με ένα απέραντο πλωτό εργοστάσιο, που εισάγει πρώτες ύλες από όλο τον κόσμο και εξάγει βιομηχανικά προϊόντα.

Ένα άλλο παράδειγμα είναι η Ελβετία, η οποία δεν έχει φυτείες κακάου, έχει όμως την καλύτερη σοκολάτα στον κόσμο. Παρ' όλη τη μικρή της έκταση αυτή η χώρα έχει αναπτύξει την κτηνοτροφία και το έδαφός της καλλιεργείται 4 μήνες τον χρόνο. Σα να μην ήταν αυτό αρκετό, παράγει γαλακτοκομικά προϊόντα αρίστης ποιότητας. Είναι μια χώρα που εκπέμπει μια εικόνα ασφάλειας, τάξης και μόχθου.

Ανώτεροι υπάλληλοι πλούσιων χωρών που επικοινωνούν με αντίστοιχους ανώτερους υπαλλήλους φτωχών χωρών δείχνουν ότι δεν υπάρχει σημαντική διανοητική διαφορά μεταξύ τους.

Ούτε και η ράτσα ή το χρώμα της επιδερμίδας έχουν καμιά σημασία: οι μετανάστες, που στις χώρες τους αποκαλούνται τεμπέληδες, αποτελούν την παραγωγική δύναμη των πλούσιων Ευρωπαϊκών χωρών.

Πού έγκειται λοιπόν η διαφορά;

Η διαφορά έγκειται στη στάση των ανθρώπων, όπως αυτή έχει διαμορφωθεί δια μέσου των ετών από την παιδεία και την κουλτούρα (καλλιέργεια).

Αναλύοντας τη συμπεριφορά των ανθρώπων σε πλούσιες και ανεπτυγμένες χώρες βρίσκουμε ότι η πλειονότητα των ανθρώπων ακολουθεί τις ακόλουθες αρχές στη ζωή της:

1. Ηθική ως βασική αρχή.
2. Ακεραιότητα.
3. Υπευθυνότητα.
4. Σεβασμός προς τους νόμους και τους κανόνες.
5. Σεβασμός των δικαιωμάτων των συμπολιτών τους.
6. Αγάπη για την εργασία.
7. Αγώνες για αποταμίευση και επένδυση.
8. Βούληση για πολύ μεγάλη δράση.
9. Ακρίβεια.

Στις φτωχές χώρες μόνο μια μικρή μειονότητα ακολουθεί αυτές τις βασικές αρχές στην καθημερινή της ζωή.

Δεν είμαστε φτωχοί επειδή έχουμε έλλειψη πρώτων υλών ή επειδή η φύση είναι σκληρή απέναντί μας. Είμαστε φτωχοί επειδή μας λείπει η σωστή στάση.

Μας λείπει η βούληση να συμμορφωνόμαστε και να διδάσκουμε αυτές τις λειτουργικές αρχές των πλούσιων και ανεπτυγμένων κοινωνιών.

<http://slideplayer.gr/slide/2449964/>

50 Μαθήματα Ζωής

1. Η Ζωή δεν είναι δίκαιη, αλλά ακόμα κι έτσι είναι ωραία.
2. Όταν αμφιβάλεις για κάτι, απλά κάνε το επόμενο μικρό βήμα.
3. Η ζωή είναι πολύ μικρή για να σπαταλάς χρόνο μισώντας τον οποιοδήποτε.
4. Μην παίρνεις τον εαυτό σου τόσο στα σοβαρά. Κανένας άλλος δεν το κάνει.
5. Πλήρωνε τις πιστωτικές σου κάθε μήνα.
6. Δε χρειάζεται να κερδίζεις σε κάθε διαφωνία. Συμφώνησε με το να διαφωνείς.
7. Κλάψε παρά με κάποιον. Είναι πιο εύκολο να συνέλθεις απ' το να κλαίς μόνος.
8. Δεν πειράζει να θυμώνεις με τον Θεό. Το δέχεται.
9. Βάζε στην άκρη χρήματα για όταν θα βγεις στη σύνταξη, ξεκινώντας από τον πρώτο σου μισθό.
10. Απέναςτι στη σοκολάτα κάθε αντίσταση είναι μάταιη.
11. Συμφιλίωσε με το παρελθόν σου για να μην καταστρέφει το παρόν σου.
12. Δεν πειράζει αν σε δουν τα παιδιά σου να κλαίς.
13. Μην συγκρίνεις τη ζωή σου με των άλλων. Δεν έχεις ιδέα περι τίνος πρόκειται το δικό τους το ταξίδι.
14. Αν μια σχέση πρέπει να κρατιέται μυστική, τότε δεν πρέπει να την κρατάς.
15. Τα πάντα μπορεί να αλλάξουν μ' ένα ανοιγοκλείσιμο των ματιών. Αλλά μην ανησυχείς. Ο Θεός δεν ανοιγοκλείνει τα βλέφαρά του.
16. Η ζωή είναι πολύ μικρή για να κάθεσαι να στεναχωριέσαι. Ζήσε!
17. Μπορείς να αντιμετωπίσεις τα πάντα αν επικεντρωθείς στο σήμερα.
18. Ο συγγραφέας γράφει. Αν θες να γίνεις συγγραφέας, γράψε!
19. Ποτέ δεν είναι αργά για να έχεις μια ευτυχισμένη παιδική ηλικία. Αλλά τη δεύτερη φορά εξαρτάται από σένα και κανέναν άλλο.
20. Όταν είναι να κυνηγήσεις αυτά που αγαπάς στη ζωή, μη δεχτείς ποτέ το όχι σαν απάντηση.
21. Άναψε τα κεριά, στρώσε τα καλά σεντόνια, φόρεσε τα ακριβά εσώρουχα. Μην τα φυλάγεις για ειδικές περιπτώσεις. Κάθε μέρα είναι ειδική περίπτωση.
22. Προετοιμάσου για όλα. Και μετά ακολουθήσε το ρεύμα.
23. Γίνε εκκεντρικός τώρα. Μην περιμένεις να γεράσεις για να φορέσεις μοβ χρώμα!
24. Το πιο σημαντικό σεξουαλικό όργανο είναι το μυαλό.
25. Κανείς δεν είναι υπεύθυνος για την ευτυχία σου παρά μόνο εσύ.
26. Σε κάθε «καταστροφή» σκέψου: «Σε 5 χρόνια, αυτό θα έχει καμιά σημασία».
27. Πάντα να επιλέγεις τη ζωή.
28. Συγχώρησε σε όλους τα πάντα.
29. Το τι πιστεύουν οι άλλοι για σένα δεν είναι δική σου δουλειά.

30. Ο χρόνος θεραπεύει σχεδόν τα πάντα. Δώσε χρόνο στον χρόνο.
31. Όσο καλή ή κακή κι αν είναι μια κατάσταση, θα αλλάξει.
32. Αν αρρωστήσεις, δε θα σε φροντίσει η δουλειά σου. Θα σε φροντίσουν οι φίλοι και η οικογένειά σου. Μη χάνεσαι.
33. Πίστευε στα θαύματα.
34. Ο Θεός σ' αγαπάει επειδή είναι αυτός που είναι, όχι για κάτι που έκανες ή δεν έκανες.
35. Ό,τι δε σε σκοτώνει πράγματι σε κάνει δυνατότερο.
36. Το να γερνάς είναι καλύτερο από την εναλλακτική λύση: Να πεθαίνεις νέος.
37. Τα παιδιά σου θα ζήσουν μόνο μία παιδική ηλικία. Κάνε την αξιομνημόνευτη!
38. Διάβασε τους Ψαλμούς. Καλύπτουν κάθε ανθρώπινο συναίσθημα.
39. Βγες έξω κάθε μέρα. Τα θαύματα παραμονεύουν παντού.
40. Αν όλοι ρίχναμε τα προβλήματά μας σε ένα σωρό δίπλα-δίπλα και βλέπαμε αυτά των άλλων, θα αρπάζαμε τα δικά μας πίσω.
41. Μην παρακολουθείς τη ζωή. Βγες μπροστά και ζήσε την στο έπακρο!
42. Ξεφορτώσου ό,τι δεν είναι χρήσιμο, όμορφο ή γεμάτο χαρά.
43. Το μόνο που έχει σημασία τελικά είναι ό,τι αγάπησες.
44. Η ζήλια είναι χάσιμο χρόνου. Έχεις ήδη όλα όσα χρειαζόσαι.
45. Τα καλύτερα έπονται.
46. Ό,τι διάθεση και να έχεις, σήκω, ντύσου και πήγαινε εκεί που έχεις να πας.
47. Πάρε μια βαθιά ανάσα. Ηρεμεί το μυαλό.
48. Αν δεν ζητήσεις, δεν θα πάρεις.
49. Να ενδίδεις.
50. Η ζωή δεν είναι τυλιγμένη με κορδέλα, δεν παύει όμως να είναι δώρο.

Regina Brett

Αρθρογράφος σε εφημερίδα του Cleveland στο Ohio των Ηνωμένων Πολιτειών και υποψήφια για βραβείο Pulitzer το 2008 & 2009.

<http://www.otherside.gr/2011/09/50-pragmata-prou-mou-emathe-i-zwi/>

Μικρή Αγγελία

Πωλείται ηλεκτροκίνητο κρεβάτι ξύλινο με αερόστρωμα. Χρησιμοποιημένο 2 μόνο βραδιές στη μισή τιμή απ' ό,τι πωλείται στο εμπόριο ήτοι 700 ευρώ περίπου.

Τηλ. Επικοινωνίας κα Βασιλική 2106779156

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΔΗΜΟΣ ΑΘΗΝΑΙΩΝ
ΓΡΑΦΕΙΟ ΑΝΤΙΜΗΜΑΡΧΟΥ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΙΣΤΗΣ
ΠΡΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΙΣΟΤΗΤΑΣ

Ταχ. Δ/ση : Αγίου Κωνσταντού 14
Ταχ. Κωδ. : 104 31 ΑΘΗΝΑ

Βαθμιαία Ασφάλεια - Αδιεύθητο
Βαθμιαία Προεργασία: 1 Κουνοεική
Χρόνος Διάρθρωσης: 3 Χρόνια

ΔΗΜΟΣ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

Α.Π. 239/157

Πρόσκληση Εκδήλωσης Ενδιαφέροντος

Ο Δήμος Αθηναίων λειτουργεί 25 Αίθρες Φιλίας, οι οποίες προσφέρουν υπηρεσίες σε άτομα άνω των 60 ετών στα 7 διαμερίσματα του Δήμου Αθηναίων.

Με στόχο τον εμπλουτισμό των υπηρεσιών που προσφέρονται στα μέλη των Αιθρών καλούμε άτομα, δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς, μη κυβερνητικές οργανώσεις (Μ.Κ.Ο.) και εθελοντικές οργανώσεις που ενδιαφέρονται να προτείνουν δράσεις και αν το επιθυμούν να συμμετάσχουν εθελοντικά στους τομείς:

- Δημιουργικές και βιωματικές δραστηριότητες
- Πολιτιστικά και καλλιτεχνικά δρώμενα
- Προληπτικές εγχειρίσεις υγείας
- Ενημερωτικές διαλέξεις
- Διαγινεσσικές δραστηριότητες
- Νομική συμβουλευτική

Η προσφορά υπηρεσιών αφορά την χρονική περίοδο Οκτώβριος 2015 μέχρι Ιούλιος 2016 και μπορεί να απευθύνεται σε μία ή περισσότερες Αίθρες Φιλίας.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις Αίθρες Φιλίας βλ. την ιστοσελίδα www.cityofathens.gr - Κόστος - Τμήση ηλικία ή/και αναπηρία στην υπεύθυνη του Γραφείου Αθωνών Τμήση Ηλικίας της Διεύθυνσης Κοινωνικής Αλληλεγγύης & Υγείας κ. Άννα Κωνσταντοπούλου στο τηλέφωνο 210- 52 10 640 (labostoniou@cityofathens.gr)

Οι ενδιαφερόμενοι/ες θα πρέπει να εκδηλώσουν το ενδιαφέρον τους μέχρι και 10-09-2015 μέσω της κεντρικής αίτησης στην ιστοσελίδα του Δήμου Αθηναίων <https://www.cityofathens.gr/ethelontismos/symetosh>

Η ΑΝΤΙΜΗΜΑΡΧΟΣ
ΜΑΡΙΑ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ

Επισκεφθείτε

το νέο Site του Συλλόγου μας

<http://www.sylfilon.gr>

- ⇒ Ενημερωθείτε για τους σκοπούς του.
- ⇒ Δείτε τις Ανακοινώσεις και τα Νέα του.
- ⇒ Συμμετέχετε στις δραστηριότητές του.
- ⇒ Διαβάστε όλα τα φύλλα της εφημερίδας "Επι κοινωνία εν τύπω".
- ⇒ Μελετήστε το καταστατικό του.
- ⇒ Επικοινωνήστε μαζί μας.



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΙΛΩΝ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΜΕΝΩΝ
ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ 'Η ΣΩΤΗΡΙΑ'

Εγγραφή στο Newsletter | Επικοινωνία

Αναζήτηση... Αναζήτηση

Τα νέα μας Ταυτότητα Το έργο μας Εκδηλώσεις Στήριξή μας

Στο πλευρό του περιθαλπόμενου
και των οικείων του



ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ: ΜΕΘΟΔΟΣ TheraSuit
ΕΓΚΕΦΑΛΙΚΗ ΠΑΡΑΛΥΣΗ
ΚΙΝΗΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ
ΝΕΥΡΟΜΥΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ

ΕΝΗΛΙΚΩΝ:

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΝΕΥΡΟΛΟΓΙΚΩΝ ΠΑΘΗΣΕΩΝ
ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΑ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΑ
ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΚΑΚΩΣΕΙΣ

ΩΤΟΔΙΑΓΝΩΣΗ
ΩΤΟΒΕΛΟΝΙΣΜΟΣ
ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΠΙΛΑΤΕΣ



PHYSIOiasis

ΚΕΝΤΡΟ

ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ &
ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

Μ.ΓΕΡΟΥΛΑΝΟΥ 147 ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ
ΤΗΛ.2109902913

WWW.physioiasis-therasuit.gr

Υποστηρίζω τα δικαιώματά μου
σημαίνει αναγνωρίζω
την αξία της ζωής μου.



Κ.Ε.Φ.Ι



Φρέσκα Οργανικά Καλλυντικά
από την Ελλάδα

ΑΓΑΠΑΝ
HOSPICE CARE

Μπορείτε να βοηθήσετε!
Ελάτε μαζί μας!

Για πληροφορίες απευθύνεστε στο
ΑΓΑΠΑΝ, Πηλίους 14, Τ.Κ.: 106 74, Αθήνα
Τηλ.: 010 7991079, fax: 010 7910695
Επισκεφτείτε το site μας: www.agapan.gr ή
επικοινωνήστε μαζί μας, μέσω
επιχειρησιασ@agapan.gr

Κάθε προσφορά προς το ΑΓΑΠΑΝ είναι τη
διαφορά. Είναι πολύτιμη!

Ο αριθμός λογαριασμού του αμαρτίου μας είναι:

ALPHA BANK

ALPHA BANK (1080)

Αρ. Λογισμ. 115 002101 279306

ΑΓΑΠΑΝ
HOSPICE CARE

*Η Αγορά Προστασίας Αθηνών (HPIEL) Αρ. Δελ. 82/9

*«Όταν η Ιατρική επιστήμη
δεν μπορεί να προσθέσει
περισσότερες μέρες σε μία ζωή,
το Hospice Care προσφέρει
περισσότερη ζωή σε κάθε μέρα»*

Dame Cicely Saunders

