

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Κούλου Κουáis

Μια φράση μαγική που την άκουγα πολύ συχνά από τους γονείς μου, ιδίως από τη μητέρα μου, και κυρίως κατά τα τελευταία χρόνια της ζωής της.

Οι γονείς μου μεγάλωσαν στην Αίγυπτο και στα Αραβικά Κούλου Κουáis σημαίνει "όλα καλά"

Πολλές φορές νευριάζα ή τουλάχιστον δεν κατανοούσα πως έλεγε "Κούλου Κουáis" ενώ εγώ την έβλεπα χάλια, αδύναμη και άρρωστη στο κρεβάτι.



Μου πήρε πολλά χρόνια για να καταλάβω το μεγαλείο της ψυχής της. Δεν το έλεγε από συνήθεια. Το εννοούσε, το αισθανόταν, το πίστευε. Ο πατέρας μου επίσης όταν τον ρωτούσαν τι κάνει έλεγε: «Τι με ρωτάς δεν ξέρεις πως εγώ είμαι πάντα καλά;». Πέρασαν τα χρόνια, ήρθαν τρικυμίες, μπόρες θύελλες και αναλογιζόμουν πόσο καλά είμαστε πριν και δεν το ξέραμε. Και πράγματι εκ των υστέρων βλέπεις πόσο καλά είμαστε, αλλά βρίσκουμε αφορμές να γκρινιάζουμε, να παραπονιόμαστε και να θυμώνουμε ή να στενοχωριόμαστε με ασήμαντες αφορμές. Ναι ήταν όλα καλά και δεν το ξέραμε. Έτσι και τώρα. Μέσα στις δυσκολίες και τη γενική αναστάτωση μπορούμε να λέμε και να νιώθουμε "κούλου κουáis" συγκρίνοντας την τωρινή κατάσταση με τα χειρότερα, γιατί πάντα υπάρχουν χειρότερα από δική μας συμφορά, με την δυστυχία, τον πόνο και την έλλειψη κατανόησης που υπάρχει γύρω μας.

Κούλου κουáis τελικά σημαίνει πίστη, ελπίδα, δύναμη ψυχής και άφεση στον Θεό γνωρίζοντας ότι τελικά όλα είναι καλά.

ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Πέτρος Γαρζώνης
Σχέδιο: Ρένα Καραλέκα

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΒΑΖΑΡ 2019

ΤΡΙΤΗ 17 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019
ΚΑΙ ΩΡΕΣ 8.30 - 17.00

ΣΤΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ ΤΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ ΘΩΡΑΚΟΣ «Η ΣΩΤΗΡΙΑ»

Η εκδήλωση οργανώνεται από τον
Σύλλογο Φίλων Περιθαλπομένων
του Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Τα έσοδα θα καλύψουν ανάγκες ασθενών
του Νοσοκομείου μας

Οι πάγκοι μας διαθέτουν εποχιακά
(στολίδια - γλυκά), κρασιά, βιβλία, φυτά, κλπ

Email: sylfilon@yahoo.gr
Τηλ. επικοινωνίας: 2107763638



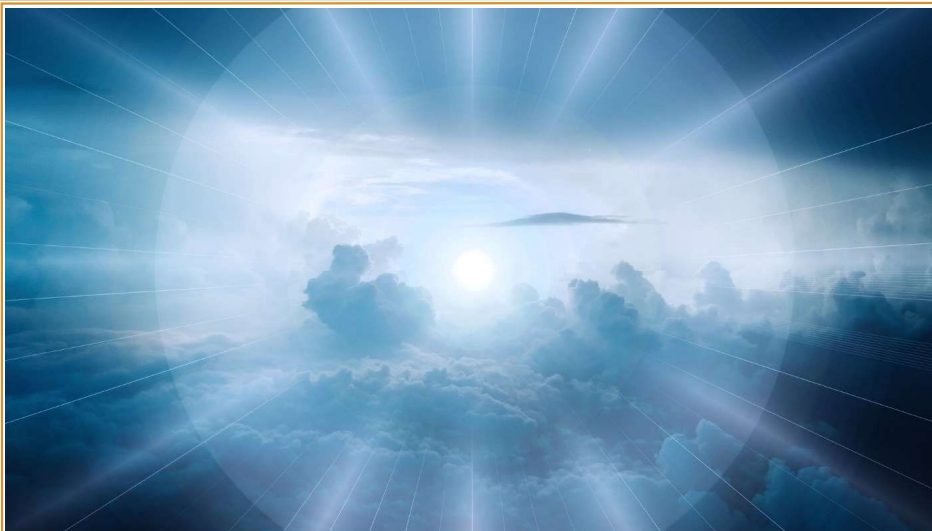
ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΞΕΝΩΝΑ

Τα έργα στον Ξενώνα ξεκίνησαν και πάλι και εξελίσσονται με πυρετώδη ρυθμό. Στις αρχές του νέου έτους θα είναι έτοιμος να λειτουργήσει.



Βρισκόμαστε στη φάση που μελετάμε πώς θα μπορέσει να εξοπλιστεί με έπιπλα (κρεβάτια, κομοδίνα, σαλόνι, καρέκλες) και κυρίως τον τρόπο και το καθεστώς κάτω από το οποίο θα λειτουργήσει. Όσοι από σας έχετε κάποιες ιδέες ή κάποια δυνατότητα πού θα μπορούσε να μας φανεί χρήσιμη, είμαστε έτοιμοι να την ακούσουμε.

Ελπίζουμε να ξεπεραστούν εύκολα τα οποιαδήποτε εμπόδια και να δούμε το όραμα μας να γίνεται σύντομα πραγματικότητα.



Ξεκινώντας τους Στοχασμούς μας, στο πρώτο μέρος ΣΤΟΧΑΣΜΟΙ..., διαπιστώσαμε πως ο Ορθός Λόγος είναι έμφυτος μέσα στην ανθρώπινη φύση και δεν θα μπορούσε να ήταν αλλιώς, καθώς ο δημιουργός είναι πάντα μέσα στο δημιούργημά του, αλλά και το δημιούργημα παραμένει πάντα μέσα σε αυτόν. Μάλιστα, επισημάνθηκε ότι αρκεί ο άνθρωπος να γνωρίσει ο ίδιος τον εαυτό του, να τον καθαρίσει από τις αναπόφευκτες σκουριές και τα παράσιτα των ιδεοληψιών, των προκαταλήψεων και των φανατισμών, προϊόντα που του φορτώνει η άγνοια, η κακία και ο εγωισμός, για να επιτρέψει στην έμφυτη ικανότητα του Ορθού Λόγου να αναδυθεί μέσα του, να καθαρίσει τη διάνοιά του, και να του δώσει το θάρρος και τη δύναμη να διορθωθεί και εν τέλει να διορθώσει...

Ακολούθως ΣΤΟΧΑΣΜΟΙ... Περί του Ορθού Λόγου (μέρος 2ο), στοχαζόμενοι για την ηθική του Ορθού Λόγου καταλήξαμε στο ότι η ανόρθωση της ανθρώπινης λογικής και του λόγου προϋποθέτει τη συνειδητή επιλογή της 'Λογικής του Καλού', της γνωστής σε εμάς με τον όρο «ΗΘΙΚΗ». Και δεχθήκαμε πως η «Ηθική» αυτή δεν είναι καθόλου μια αυθαίρετη και αμφιλεγόμενη ανθρώπινη κατασκευή, αλλά μια επέκταση της ίδιας της Φύσεως, καταλήγοντας να διατυπώσουμε το (φιλοσοφικό) αξίωμα: **«το φυσικό είναι ηθικό και το ηθικό είναι φυσικό».**

Προχωρώντας στους Στοχασμούς μας, σε

σημειώσουμε ότι αν και τα αξιώματα, εξ ορισμού, δεν αποδεικνύονται, εν τούτοις όμως εξηγούνται, έτσι ώστε η αλήθεια τους να γίνει ακόμα πιο προφανής.

Το εν λόγω αξίωμα διατηρεί και δεν καταργεί καθόλου τη διάκριση μεταξύ 'φυσικού' και 'ηθικού', αφού διατηρεί τις λέξεις ακέραιες. Αποφεύγοντας, λοιπόν, την ταύτιση των εννοιών αυτών, πράγμα που θα έφερνε σύγχυση, μπορούμε να υποστηρίξουμε ότι η διατύπωση **«Το Φυσικό είναι Ηθικό...»**, σημαίνει: **«το Φυσικό περιέχεται στο Ηθικό.»**

Το αξίωμα, για να ενισχύσει την αλήθεια του, συμπληρώνει: **«...και το Ηθικό είναι Φυσικό».** Και επειδή η Αλήθεια δεν ενισχύεται με επαναλήψεις, οφείλουμε να υποθέσουμε ότι εδώ, και πάλι, παρ' όλη τη φαινομενική επανάληψη, μας λέγει κάτι ιδιαίτερο και εξ ίσου σημαντικό.

Πράγματι, καθώς το φυσικό περιέχεται στο ηθικό, τότε το ηθικό αποτυπώνεται μέσα στο Φυσικό, αλλά δεν περιορίζεται μέσα σε αυτό, όπως ακριβώς -πάντοτε σε μια αναλογία- ο γενετικός κώδικας της μητέρας αποτυπώνεται μεν στο τέκνο της, αλλά, ταυτόχρονα, δεν περιορίζεται μέσα σε αυτό.

Εξετάζοντας, λοιπόν, μέσα στο ίδιο πνεύμα τη δεύτερη φράση: **«...το Ηθικό είναι Φυσικό»**, και προκειμένου να μην περιπέσουμε σε μία ταυτολογία, δηλ. να μην πούμε: «το ηθικό περιέχεται στο φυσικό», μπορούμε

εδώ να υποστηρίξουμε ότι: **«το Φυσικό απορρέει από το Ηθικό».**

Αλλά αυτό σημαίνει ότι το **'Ηθικό' προ-υπάρχει του 'Φυσικού'**, όπως -στην ίδια αναλογία- η μητέρα προϋπάρχει του τέκνου που η ίδια τίκτει. Πράγματι, το τέκνο περιέχεται στη μητέρα του ως έμβρυο και απορρέει από αυτήν όταν τίκτεται.

Σημ.: Αυτό εξηγεί και τη βαθιά διαδεδομένη πεποίθηση (αλλά, την τόσο παρεξηγημένη και κακοποιημένη) ότι το 'ηθικό' πρέπει να επιβάλλεται στο φυσικό, ώστε αυτό να μην παρεκκλίνει προς το 'αφύσικο'. Ναι, είναι η μητέρα που παιδαγωγεί τα τέκνα της, αλλά πάντοτε από αγάπη και με αγάπη.

Όμως, αν το Φυσικό περιέχεται και απορρέει από το Ηθικό, ποια είναι η διαφορά τους;

Μπορούμε, πλέον, με βεβαιότητα να ισχυριστούμε ότι το Φυσικό και το Ηθικό είναι το ίδιο 'πράγμα', αλλά σε διαφορετικό επίπεδο υπάρξεως, με την ίδια έννοια που μια μητέρα και το παιδί της είναι το ίδιο 'πράγμα', αλλά σε διαφορετικό χρόνο υπάρξεως!

Έτσι, ξεφεύγοντας από την τετριμμένη (και εν πολλοίς εσφαλμένη δι' ό και καταστρεπτική) κοινή αντίληψη περί 'ηθικής', μπορούμε σήμερα να ισχυριστούμε ότι:

Η ΗΘΙΚΗ είναι η Μητέρα (Μήτρα) της Φύσεως (αυτής που γνωρίζουμε, αλλά και αυτής που πάντοτε θα αγνοούμε).

Επίλογος

Ολοκληρώνοντας αυτούς τους στοχασμούς, ασφαλώς θα διερωτηθείτε: «και τι έχουν όλα αυτά να κάνουν με τον Ορθό Λόγο;»

Αν, πράγματι, δεν διαβλέπετε ακόμα την άμεση σχέση μεταξύ ΗΘΙΚΗΣ και ΟΡΘΟΥ ΛΟΓΟΥ, τότε στοχαστείτε και εσείς, μέχρι την επόμενη συζήτησή μας, πάνω στο συμπληρωματικό μας φιλοσοφικό αξίωμα: **«το ηθικό είναι λογικό και το λογικό είναι ηθικό»** και, σίγουρα, το Φως του Λόγου θα μας αναγεννήσει!

ΧΑΙΡΕΤΕ

Αναδημοσίευση από περιοδικό "Ορθός Λόγος" τεύχος 6

orthós logos
Αρσική Σελίδα 4 Τεύχος Προηγούμενα Τεύχη Συντάκτες

Καλωσήρθατε στο πρώτο ελληνικό μέσο επικοινωνιακής δημοσιογραφίας.

Εδώ επαναπροσδιορίζουμε την έννοια της "ενημέρωσης".

Χωρίς εξάρτηση από διαφημίσεις
Πόροι μας, η υποστήριξή σας!

https://orthoslogos.news

Μια διαφορετική οπτική

Το περιοδικό για όσους θέτουν ερωτήσεις και αναζητούν λύσεις...

- ☐ Αναδεικνύουμε τη λογική απάντητη στη σύγχυση
- ☐ Προάγουμε τη διαλεκτική συζήτηση, τη συνεργασία και την οικοδόμηση συνείδησης...
- ☐ Δείχνουμε πως ο κόσμος του σήμερα θα μπορούσε να είναι αόριστο...
- ☐ Παρουσιάζουμε μια πολυδιάστατη και πληρέστερη εικόνα του κόσμου...
- ☐ Αποτελούμε ανεξάρτητη έκδοση με υψηλή κοινωνική αξία...

Μια "ιδέα" και όχι απλά μια έκδοση...

Απευθυνόμαστε σε όσους έχουν "κουραστεί" από την ατελείωτη κριτική, τη συγκρουσιακή ρητορική και την εν γένει έλλειψη "λογικής" (ορθού λόγου) στα καθημερινά πολιτικά και κοινωνικά πεπραγμένα, σε όλους όσους αναζητούν και επιζητούν το "θετικό και αισιόδοξο", σε όλους όσους αναρωτιούνται "και τώρα Τι;"

"Στόχος μας είναι να χτίσουμε μαζί μια κοινότητα που συζητά επικοινωνιακά, αντί να αναζητούμε εχθρούς και ενόχους"

Τεύχος 6

- «Εμείς και Αυτοί»
- Ο Τόπος και ο Τρόπος
- Ποιος είναι Ευρωπαίος...
- Υπάρχει Ευρωπαϊκή Ταυτότητα;
- Το Μανιφέστο του Άμστερνταμ για την Ευρώπη
- Ο Κόσμος μας με δεδομένα
- Η Ελλάδα να «επιστρατεύσει» τον οικουμενικό Ελληνισμό...
- Το κόστος της κλιματικής αλλαγής και οι ευκαιρίες της πράσινης οικονομίας.
- Η εξυγίανση του τοπίου των ΜΜΕ
- Στοχασμοί
- Γόνιμες Μηνήμες

Τα χρυσά έπη του Πυθαγόρα

Να τιμάς πρώτα, τους αθάνατους θεούς, όπως ορίζει ο νόμος, και να σέβασαι τον όρκο [κι] έπειτα, τους ένδοξους ήρωες, και να σέβασαι τους καταχθόνιους δαίμονες¹, κάνοντας τα νόμιμα, και να τιμάς τους γονείς [σου] και τους κοντινότερους συγγενείς [σου], από τους άλλους δε, να κάνεις φίλο, όποιο είναι άριστος στην αρετή.

Να προτιμάς τα λόγια της πραότητας και τα έργα τα επωφελή. Ούτε να εχθρεύεσαι τον φίλο σου ένεκα μικρής αστοχίας, εφόσον μπορείς, διότι η δύναμη κοντά στην ανάγκη κατοικεί.

Αυτά μιν, έτσι να τα ξέρεις. Να συνηθίσεις δε, να κυριαρχείς στα παρακάτω: Πρώτα, στο στομάχι και στον ύπνο, και στη λαγνεία και στον θυμό. Ποτέ δε, να μην πράξεις κάτι που να σε κάνει να ντραπείς, ούτε με άλλον, ούτε μόνος σου, περισσότερο απ' όλους δε, να ντρέπεσαι τον εαυτό σου.

Έπειτα, να ασκείς τη δικαιοσύνη με τα έργα και με τα λόγια, ούτε να συνηθίζεις να είσαι ασυλλόγιστος για τίποτε, αλλά να γνωρίζεις μιν ότι είναι πεπρωμένο όλοι να πεθάνουν, τα χρήματα δε, άλλοτε [της μοίρας] αρέσει να τ' αποκτάς, άλλοτε να τα χάνεις.

Όσα δε βάσανα έχουν οι θνητοί, από δαιμονιακή² τύχη, όποιο μερίδιο τυχόν έχεις [από τα βάσανα], να το υποφέρεις χωρίς να αναγκάζεις, αλλά πρέπει, όσα μπορείς να τα θεραπεύεις. Τούτο δε σέψου: δεν δίνει η μοίρα στους αγαθούς το μεγαλύτερο μερίδιο απ' αυτά.

Στους ανθρώπους δε φτάνουν πολλά λόγια, και ευγενικά και ανάξια, για τα οποία να μην επιτρέπεις στον εαυτό σου, ούτε να εκπληρσεται, ούτε να τα απορρίπτει. Αν δε ψέματα για κάτι λέγεται, να είσαι πρσός. Ό,τι δε, θα σου πω, να το κάνεις πάντοτε: κείνεις να μην σε

πείθει, ούτε με λόγια, ούτε με κάποιο έργο, να πράξεις ή να πεις ό,τι δεν είναι καλύτερο για σένα.

Να σκέπτεσαι δε, πριν από κάθε σου έργο, για να μη κάνεις ανόητα [πράγματα], ο άνθρωπος που κάνει και λέει ανόητα, ανάξιος χαρακτηρίζεται, αλλ' εκείνα να εκτελείς, για τα οποία δεν θα μετανιώσεις μετέπειτα. Να μην κάνεις τίποτε, από κείνα που δεν ξέρεις, αλλά να διδάσκεισαι σε όσα υπολείπεται και με τον τρόπο αυτόν, θα ζήσεις την πιο ευχάριστη ζωή.

Δεν πρέπει ακόμη να αμελείς την υγεία του σώματός [σου],

αλλά, με μέτρο, να πίνεις, να τρως και να γυμνάζεσαι, ως μέτρο δε λέω εκείνο, για το οποίο δεν θα μετανιώσεις. Να συνηθίζεις δε να έχεις καθαρή, λιτή διατροφή, και να φυλάγεται από το να διατρέφεσαι έτσι, που να προκαλείς τον φθόνο, ούτε να σταπαλάς άκαιρα τα καλά, όπως οι αδαείς, μήτε να στερείσαι, γιατί το άριστο είναι το μέτρο σε όλα. Κάνε δε εκείνα που δεν θα σε βλάψουν και να σκέπτεσαι πριν πράξεις.

Μήτε να επιτρέπεις τον απαλό ύπνο στα μάτια σου, πριν εξετάσεις τρεις φορές τις ημερήσιες πράξεις [σου]: «Πού ξέφυγα; Τι έκανα; Τι απ' ό,τι έπρεπε δεν ολοκλήρωσα;» αρχίζοντας δε από το πρώτο να επεκτείνεσαι στα μετέπειτα, για τα ανάξια μιν που έπραξες να επιπλήτεις τον εαυτό σου και για τα χρυσά να ευχαριστιέσαι.

Αυτά να προσπαθείς, αυτά να μελετάς, αυτά πρέπει ν' αγαπάς, αυτά θα σε βάλουν στα ίχνη της θείας αρετής. Ναι, Μα τον παραδύσαντα στην ψυχή μας την Τετρακτύ! την πηγή της αένης φύσης! Αρχίζει λοιπόν, προσευχόμενος στους θεούς, για να ολοκληρώνεις τις πράξεις σου. Και εφόσον τα τηρείς αυτά: - Θα γνωρίσεις τη σύσταση

των αθανάτων θεών και των θνητών ανθρώπων, κι αν το κάθε τι παρέχεται, και διατηρείται. - Θα γνωρίσεις δε, αν η Θέμις το θέλει [αν το δικαιούσαι], ότι η φύση είναι παντού η ίδια, ώστε μήτε τ' ανέλπιστα να ελπίζεις, μήτε κάτι να σου ξεφύγει.

Θα γνωρίσεις ακόμη ταλαίπωρους ανθρώπους, από συμφορές που οι ίδιοι προκάλεσαν, οι οποίοι, ενώ τα αγαθά βρίσκονται κοντά τους, ούτε τα βλέπουν, ούτε τ' ακούν, λίγοι δε γνωρίζουν πώς να λύσουν τα κακά. Η μοίρα δε αυτή τους συσκοτίζει το μυαλό. Σαν κύλινδροι δε, περιφέρονται εδώ κι εκεί, μέσα σε ατελείωτες συμφορές, γιατί τους ξεφεύγει ότι η Έριδα, που τους είναι σύμφυτη, τους είναι μια ολέθρια συνοδος που τους βιάπτει, και [επομένως] δεν πρέπει να προάγεται, αλλά να αποφεύγεται.

Ζευ Πάτερ, μπορείς αναμφίβολα ν' απαλλάξεις όλους από πολλά κακά, εάν δείξεις σε όλους πώς να χρησιμοποιούν τον δαίμονά³ [τους]. Αλλά, να είσαι θαρραλέος, επειδή θείο γένος βρίσκεται μέσα στους θνητούς, στους οποίους η ιερή φύση δείχνει το κάθε τι, εφόσον σου τ' αποκαλύψει.

Τηρώντας αυτά που σε διατάσσω, απαλλάσσοντας δε την ψυχή [σου] από τους πόνους αυτούς, θα την σώσεις. Αλλά, να απέχεις από τις τροφές, για τις οποίες μιλήσαμε, και για την κάθαρση και για τη λύτρωση της ψυχής, κρίνοντας και σκεπτόμενος το κάθε τι, έχοντας ως ηνίοχο την, ως προς την ανωτερότητα, άριστη γνώμη. Όταν δε, εγκαταλείποντας το σώμα, έλθεις στον ελεύθερο αιθέρα, θα είσαι αθάνατος, θεός άφθαρτος, όχι πια θνητός.

Σημ.

(1) «τους καταχθόνιους δαίμονες»: τους υποχθόνιους θεούς, ή τους αγαπητούς τεθνεώτες διδασκάλους της σχολής κλπ

(2) «δαιμονιακή»: θεϊκή

(3) «τον δαίμονά τους»: ο δαίμων < δαήμων = γνωρίζων, το πνεύμα, το ανώτερο μέσα μας, το θεϊκό, παρβλ. το «δαιμόνιο» του Σωκράτη.

<http://www.ekivolos.gr/Ta%20xrysa%20ep%20ta%20pythagora.htm>

Τα μέσα μαζικής ενημέρωσης καθώς και το διαδίκτυο επηρεάζουν καταλυτικά την εξελικτική πορεία των ανθρώπων. Τι πρέπει όμως να προσέξουν οι άνθρωποι προκειμένου να επωφεληθούν απ' αυτά και όχι να βλαφθούν;

Η σύγχρονη κοινωνία που ζούμε χαρακτηρίζεται από τα επιτεύγματα της τεχνολογίας τα οποία χρησιμοποιούνται όλο και περισσότερο στην καθημερινότητα των ανθρώπων. Τα άτομα με τη χρήση τους διευκολύνουν και αναβαθμίζουν τη ζωή τους, επηρεάζονται καταλυτικά και δρουν ανάλογα. Έτσι, επιτεύγματα του σύγχρονου κόσμου αποτελούν και τα μέσα μαζικής ενημέρωσης μ' αποκορύφωμα το διαδίκτυο, τα οποία έχουν εισβάλει στη ζωή μας και την έχουν αλλάξει.

Η πληροφόρηση και η επικοινωνία έχουν διευκολυνθεί. Πλήθος γνώσεων από ειδήμονες παρέχονται στο ευρύ κοινό προκειμένου είτε να ενημερωθεί, είτε να εργαστεί, είτε να αντλήσει υλικό για εργασίες. Οι χρήστες μέσω διαδικτύου μπορούν να έρθουν σ' επαφή με τους ειδικούς, να ζητήσουν και ν' αποκομίσουν εξειδικευμένες γνώσεις. Έτσι, τα άτομα οξύνουν την κριτική και αντιληπτική τους ικανότητα και διευρύνουν τους πνευματικούς τους ορίζοντες. Επιπλέον, οι χρήστες έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο σε ποικιλία ιστοσελίδων με ηλεκτρονικά παιχνίδια, ταινίες και μουσική. Η ενασχόληση με την τέχνη ουσιαστικά καλλιεργεί το πνεύμα. Οι χρήστες εκτονώνονται από τα βάσανα της καθημερινής ζωής και χαλαρώνουν ξεδεύοντας τον ελεύθερο τους χρόνο με μια δραστηριότητα που τους είναι ευάρεστη και που γίνεται κατ' επιλογή τους.

Ιδιαίτερη είναι και η συμβολή των μέσων μαζικής ενη

μέρωσης στην οικονομία. Αυτά τα ίδια αποτελούν τον απόλυτα αποδοτικό τρόπο για την προώθηση των προϊόντων των εταιριών. Επιχειρηματίες και καλλιτέχνες έχουν τη δυνατότητα να γίνουν γνωστοί στο κοινό και να διαφημιστούν αυξάνοντας τις πωλήσεις. Κατά αυτό τον τρόπο δεν αποκοιμίζονται μόνο οι εταιρείες και τα κανάλια μεγάλα χρηματικά κέρδη, αλλά και ο καταναλωτής έχει την ευκαιρία να κάνει έρευνα αγοράς.

Παρ' όλα όμως τα θετικά οφέλη τους, έχουν και πολλά αρνητικά τα οποία πρέπει το κοινό να αποφεύγει. Καταρχάς, υπάρχει η πιθανότητα της παραπληροφόρησης. Στους χρήστες είναι διαθέσιμο πλήθος πηγών, πληροφοριών και υλικού, το οποίο όμως είναι ανεξέλεγκτο και πολλές φορές μη αξιόπιστο. Πολλές πληροφορίες είναι επεξεργασμένες ανάλογα με πολιτικά κριτήρια και οικονομικά συμφέροντα, ενώ πολλές είναι φιλτραρισμένες και συντεταγμένες ώστε να εξυπηρετούν έναν συγκεκριμένο σκοπό. Έτσι, γίνεται κατανοητό το γεγονός ότι ακόμη και προσωπικές πληροφορίες θυσιάζονται από ορισμένους στο βωμό του κέρδους. Η συνεχής χρήση του διαδικτύου και γενικότερα των μέσων μαζικής ενημέρωσης μπορεί να οδηγήσει σε πνευματική αποχαύνωση. Αυτά προσφέρουν γνώση, επικοινωνία, ψυχαγωγία, ωστόσο όμως αποχαυνώνουν και αποβλακώνουν τους χρήστες, οι οποίοι εθίζονται και απομακρύνονται από το κοινωνικό τους περιβάλλον. Αποτέλεσμα είναι οι

οικογένειες αποξενώνονται, τα μέλη τους να μην επικοινωνούν μεταξύ τους και να αποσυντονίζονται μπροστά από μια οθόνη. Έτσι το κοινό οδηγείται σε πνευματική αλλοτρίωση, η σκέψη του ακρωτηριάζεται και καταργείται η κριτική του ικανότητα.

Η κατάργηση της κριτικής ικανότητας, σε συνδυασμό με τη διαφήμιση, μπορεί να οδηγήσει στον καταναλωτισμό. Οι δέκτες των διαφημίσεων σε τηλεόραση και διαδίκτυο προωθούνται στην αγορά συνεχώς περισσότερων προϊόντων, καθώς ταυτόχρονα το "είναι" της ύπαρξης τους με το "έχειν" της ανάγκης τους. Οι διαφημιστές με τη σειρά τους χρησιμοποιούν τεχνικές εύκολης απομνημόνευσης των προϊόντων τους για το καταναλωτικό κοινό και τους ανθρώπους καθώς και το είδωλα των νέων προκειμένου να προσελκύσουν τους πελάτες. Έτσι, οι άνθρωποι επιδίδονται στο κυνήγι απόκτησης όλο και περισσότερων υλικών αγαθών τα οποία ξεπερνούν και υπερκαλύπτουν τις ανάγκες τους, παραγκωνίζοντας ταυτόχρονα την πνευματική καλλιέργεια. Συνοψίζοντας, αξίζει να τονιστεί η σημασία των μέσων μαζικής ενημέρωσης αλλά και οι κίνδυνοι που αυτά κρύβουν. Γι αυτό τον λόγο το κάθε άτομο πρέπει να κάνει χρήση κατά συνείδηση για να μην υπερβαίνει τα όρια και να επωφελείται χωρίς να βιάπτεται. Και αυτό γιατί η χρήση τους χωρίς σκέψη οδηγεί στην αποβλάκωση.

Μαριλένα Κύρκου

Συνεστίαση Εκδρομίων Ρωσίας



Ταξιδιωτών
Ρωσίας στο
"Πρεμιέρα"

Συνεστίαση



Πραγματοποιήθηκε την Κυριακή 17 Νοεμβρίου 2019 η συνεστίαση για τους εκδρομείς στη Ρωσία και άλλους φίλους στο ρώσικο εστιατόριο «Πρεμιέρα» στην Καλλιθέα, όπου γεύτηκαν υπέροχες παραδοσιακές συνταγές με αρώματα και γεύσεις της Ρωσίας, αντάλλαξαν εμπειρίες και αναμνήσεις από το μοναδικό αυτό ταξίδι και φυσικά προτάθηκαν επόμενοι ταξιδιωτικοί προορισμοί!

Ευχαριστούμε όσους παραβρέθηκαν και δίνουμε ραντεβού για το επόμενο ταξίδι μας!



Μαντινάδες που Αναμάζωξε ο Ολύμπιος Γέρος

Της λαϊκής μούσας Της λαϊκής μούσας

- Δεν είν' ανάγκη να γενείς φονιάς για να σκοτώσεις
Πεθαίνει κι ό,τι δεν μπορείς ελπίδα να του δώσεις
- Εσύ σε των ανθών ανθός και τση μηλιάς το μήλο
Εσύ σε που γεννήθηκες αντάμα με τον Ήλιο
- Ίντα το θέλει η μάνα σου τη νύχτα το λυχνάρι
Απού 'χει μες στο σπίτι της τον Ήλιο το Φεγγάρι
- Ο Ήλιος είναι στα ψηλά το πιο λαμπρό αστέρι
Μα η δική σου ομορφιά στη γη δεν έχει ταίρι
- Ομορφη που 'σαι μάθια μου, κι ο Ήλιος σε ζηλεύγει
Κι όντε γυρίσει και σε δει πάει και βασιλεύγει
- Όντε περνάς απ' την πόρτα μου να μην περνάς με φόρα
Μον' να περνά σιγά-σιγά να σε θωρώ πολληώρα
- Απομονή τσ' απομονής άνθρωπος πρέπει ναχεί
Για ν' αποδυνάζεται καλό-κακό του λάχει
- Εσύ 'σαι μια αρχόντισσα κι όλο τον κόσμο 'ρίζεις
Σα θέλεις παίρνεις τσι ψυχές, σα θέλεις τσι χαρίζεις
- Πολλά καλά έχει ο Θιος, μα δε μοιράζει δίκια
Σαν τη φουρτούνα που πετά σωρούς-σωρούς τα φύκια

Ό,τι και να "χει ο κρητικός
με λόγια δεν το λέει
με μαντινάδες χαίρεται
με μαντινάδες κλαίει

ΓΙΝΕ ΜΕΛΟΣ

Σύλλογος Φίλων
Περιθαλπομένων
Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

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 Μαρία Στόκα και κύριο Τάκη Τεντέ

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.

Ώρες Λειτουργίας Γραμματείας:

Δευτέρα & Πέμπτη 11:00 - 15:00

**Ο Ετήσιος Οικονομικός Ισολογισμός του
Συλλόγου μας δημοσιεύεται στην
Εφημερίδα της Κυβερνήσεως και
αναρτάται στο site του Συλλόγου μας
www.sylfilon.gr**

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, Νίκος
Πάσιος, Ματίνα Σπυράτου, Άρης Στρατάκος.

Εκτύπωση: Γεώργιος Κωστόπουλος, Σελλα-
σίας 6, Αθήνα, Τ.Κ. 10439 Τηλ.: 2108813241

**Για αυτό το τεύχος εργάστηκαν επίσης
οι:** Κυριακή Δημητρούλακη, Βασίλης Καλα-
φάτης, Τζόγια Καππάτου, Ειρήνη Καραλέ-
κα, Μπέση Κατσιμήτρου, Αθηνά Πέτση,
Σπύρος Πουρίκης και Ανδρέας Σακκάς.

Οι αρθρογράφοι φέρουν πλήρως
την ευθύνη των κειμένων τους

Πυξίδα για τη ζωή...



Να κοιμάσαι νωρίς. Η μέρα ξεκινάει από το βράδυ. Πριν πας για ύπνο να έχεις οργανώσει την επόμενη μέρα. Με χαρτί και μολύβι. Μην την αφήνεις στην τύχη. Οι μέρες γίνονται μήνες και οι μήνες γίνονται χρόνια. Μια φορά ζεις. Τίμα την. Να έχεις τετράδιο με στόχους. Να το τηρείς ευλαβικά. Να τους σκαλίζεις και να τους ξαναγράφεις. Αυτοί είναι ο μπουσουλός της ζωής σου. Γενικά να γράφεις. Σου κάνει καλό. Αλαφραίνει την ψυχή σου.

Να ξυπνάς νωρίς. Πολύ νωρίς. Εάν το μυαλό σου θέλει να χουζουρέψει να μην το ακούς. Να μάθεις να μη διαπραγματεύσαι με το μυαλό σου. Να περνάει το δικό σου. Να κοιτάς τον εαυτό σου στον καθρέφτη και να του χαμογελάς. Και να του μιλάς όμορφα. Φίλος σου είναι. Ο καλύτερος που έχεις. Να κατεβαίνεις για περπάτημα ή για τρέξιμο όπου κι αν μένεις. Τουλάχιστον για 20 λεπτά. Ζεσταίνει τις μηχανές σου. Να ακούς κάτι την ώρα που περπατάς. Εμπνευσμένες ομιλίες. Εμπνευσμένους ανθρώπους. Μ' έναν σμπάρο 2 τρυγόνια. Να χαμογελάς σε αυτούς που συναντάς. Να τους λες καλημέρα. Κι ας μη σου λένε. Κάποιο λόγο θα' χουν. Να κοιτάς την ομορφιά τριγύρω σου. Παντού υπάρχει. Να φτιάχνεις ένα όμορφο πρωινό. Όχι μόνο για σένα. Να μπαίνεις στο ντους και να το απολαμβάνεις. Να αφήνεις τις σκέψεις έξω. Να ντύνεσαι όμορφα.

Να φροντίζεις τον εαυτό σου σαν να ήταν ο σημαντικότερος άνθρωπος στον κόσμο.

Είσαι. Απλά δε στο 'παν. Να βρίσκεις 15 λεπτά για να διαβάσεις. Κάθε μέρα. Περιορίσε τα social. Μην ανοίξεις τηλεόραση. Είναι ψέμα ότι δεν υπάρχει χρόνος. Εσύ θα τον βρεις. Κανείς δεν στον χαρίζει. Όπως και τη ζωή. Να πηγαίνεις στη δουλειά σου με κέφι. Ακόμα κι αν δεν τη γουστάρεις. Αν χρειαστεί, να βρεις άλλη. Όσο είσαι εκεί όμως, να την τιμάς. Έτσι τιμάς τον εαυτό σου. Να αποδίδεις 10 φορές τον μισθό σου. Ακόμα κι αν είναι μικρός. Για σένα το κάνεις. Να δουλεύεις ομαδικά. Και να ζεις συλλογικά. Δεν γίνεται αλλιώς. Να τρως δεκατιανό. Να σε προσέχεις σαν τα μάτια σου. Μια μπανάνα, ή ένα μήλο. Μην παραμυθιάζεσαι. Εύκολο είναι. Να κάνεις παρέα με τους καλύτερους. Αυτούς που έχουν κάτι παραπάνω από σένα. Αυτό που θέλεις. Μην τους φοβάσαι. Μην τους ζηλεύεις. Αυτοί θα σε πάνε παραπάνω. Γίνεσαι αυτός που κάνεις παρέα. Βάλε τον πήχυ ψηλά. Να χαιρέσει με τη χαρά του άλλου.

Διάβασε ακόμα: Σημάδια ότι τα πράγματα είναι καλύτερα απ' όσο νομίζεις.

Να πίνεις μπόλικο νερό. Και να αναπνέεις βαθιά. Να φουσκώνει η κοιλιά σου όταν το κάνεις. Κι ας μην είναι της μόδας. Να βλέπεις λιγότερο τηλεόραση. Μια ώρα να κόψεις τη μέρα έχεις γλιτώσει 360 ώρες, δηλαδή 9 εργάσιμες εβδομάδες. Όταν οι άλλοι θα έχουν 12 μήνες εσύ θα έχεις 14. Να μην πιστεύεις στην τύχη. Εσύ τη φτιάχνεις. Χώνε-

ψέ το και θα αλλάξει όλη σου η ζωή. Να τη ζεις τη ζωή. Όταν γελάς να γελάς. Όταν κλαίς να κλαίς, όταν πονάς να πονάς. Δεν είσαι από πορσελάνη. Δεν θα σπάσεις. Οι πορσελάνες είναι για τη βιτρίνα. Να περνάς χρόνο με τον εαυτό σου. Μην το φοβάσαι. Δεν είναι μοναξιά. Είναι κακό να μην μπορείς να κάτσεις μόνος σου μαζί του και να πρέπει να 'χεις κάτι πάντα ανοιχτό. Σαν να 'χεις μουσαφίρη και να τον παρατάς μόνο. Όλες οι λύσεις είναι μέσα σου. Στο μυαλό σου και στην καρδιά σου. Χαμήλωσε τον θόρυβο. Κλείσε τη φασαρία και θα σου φανερωθούν. Ο Θεός είναι μέσα σου λένε. Αυτό εννοούν. Να χρησιμοποιείς και το μυαλό σου και την καρδιά σου. Εσύ θα βρεις πότε το ένα και πότε το άλλο. Σαν τον καλό μάγισσα που ξέρει πότε να βάλει αλάτι και πότε πιπέρι. Να σε βγάζεις βόλτα. Να σε πηγαίνεις σινεμά. Κι όπου αλλού γουστάρετε. Να νιώσεις ότι σε αγαπάς και σε τιμάς. Δεν το ξέρεις. Η ζωή σου είναι η σχέση σου με τον εαυτό σου. Μη σκοτίζεσαι για τις γνώμες των άλλων. Να τις ακούς. Αλλά πρώτα να ακούς τη δική σου. Να κλείνεις τα μάτια και να ονειρεύεσαι. Να κάνεις πάντα μια καλή πράξη. Να βοηθάς τους τριγύρω σου. Ειδικά αυτούς που δεν ξέρεις. Η οικογένειά σου δεν σταματάει στα παιδιά σου. Όλοι είναι οικογένειά σου. Έτσι μόνο θα ευτυχήσεις. Δεν γίνεται αλλιώς.

Να κρατάς ημερολόγιο με τις ομορφιές της ζωής. Κάθε μέρα έχει τουλάχιστον 100. Να τις γράφεις όλες. Άμα δεν τις γράφεις φεύγουν. Θαύματα τα λέει ο Δάσκαλός μου. Το ότι περπατάς είναι ένα από αυτά. Γράψ' το. Μην το προσπερνάς. Μην κουσομπολεύεις. Κοίτα τη δουλειά σου. Μόνο τον εαυτό σου ορίζεις. Να την ψάχνεις. Να ρωτάς. Να διαβάσεις. Να μην πιστεύεις όλα όσα νομίζεις. Να εξελίσσεσαι κάθε μέρα. Μέχρι την τελευταία σου. Να αγαπάς τον διπλανό σου. Πρώτα όμως να αγαπάς τον εαυτό σου. Δεν έχεις άλλο. Μη γελιέσαι. Μόνος έρχεσαι και μόνος φεύγεις από τον κόσμο αυτό. Χωρίς τα παιδιά σου. Χωρίς το αμάξι σου. Χωρίς τα λεφτά σου.

Μόνο η αγάπη χωράει στις αποσκευές σου. Αυτή που πήρες και αυτή που έδωσες. Μόνο αγάπη υπάρχει. Γι' αυτό είσαι εδώ.

<https://powerhouseproject.gr/πυξίδα-για-την-ζωή/>

ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΤΤΙΚΗΣ 2019-2020



Το νοσοκομειακό πρωτάθλημα Αττικής 2019-2020 έχει ήδη ξεκινήσει και τέσσερις αγωνιστικές πριν ολοκληρωθεί ο πρώτος γύρος η ομάδα του Νοσοκομείου μας «ΣΩΤΗΡΙΑ FC» βρίσκεται μόνη, πρώτη και αήττητη στον βαθμολογικό πίνακα του θεσμού. Θέλουμε να πιστεύουμε ότι και φέτος η ομάδα θα κατακτήσει το πρωτάθλημα αήττητη. Τέλος, ένα μεγάλο ευχαριστώ στην KIMBO ESPRESSO ITALIANO, που και φέτος μας στηρίζει ηθικά και οικονομικά στο δύσκολο αυτό νοσοκομειακό πρωτάθλημα.

Ο Αρχηγός της Ομάδος «ΣΩΤΗΡΙΑ FC»: Πουρικής Σπύρος
Ο Προπονητής: Λουκαδάκης Αντώνης
Ο Υπεύθυνος Αποστολής: Σιναιής Κώστας

Χριστουγεννιάτικες Συνταγές

Βασιλόπιτα

Υλικά:

1 κούπα βούτυρο μαργαρίνη σοφτ
2 1/2 κούπες ζάχαρη
9 αυγά
1 1/2 κ.γ. σόδα
2 κ.σ. κονιάκ
2 κ.σ χυμό λεμόνι
1 κ.σ ξύσμα λεμόνι
1 κούπα γιαούρτι
λίγη ζάχαρη άχνη
6 κούπες αλεύρι που φουσκώνει μόνο του



Εκτέλεση: Χτυπήστε στο μίξερ το βούτυρο με τη ζάχαρη ν' ασπρίσει και να αφρατέψει, ρίχνουμε ένα - ένα τ' αυγά ρίχνοντας μια κουταλιά αλεύρι ύστερα από κάθε αυγό. Διαλύστε τη σόδα στο κονιάκ και ρίξτε στο μείγμα. Ρίξτε το γιαούρτι εναλλάξ με το αλεύρι. Αδειάστε το μείγμα σε βουτυρωμένο ταψάκι με διάμετρο 35 εκ.. Ψήνεται τη βασιλόπιτα στους 175 βαθμούς για 1 ώρα και 15 λεπτά. Στολίζετε με την άχνη (το νόμισμα το βάζετε αφού ψηθεί η πίτα).

ΚΑΛΗ ΧΡΟΝΙΑ

Νικολοπούλου Νίκη

Βασιλόπιτα Κέικ

Υλικά:

4 φλ. αλεύρι
1 φλ. βούτυρο
Κερκύρας
5 αυγά
1 1/2 φλιτζάνι ζάχαρη
1 φλ. χυμό πορτοκαλιού – λεμονιού
2 κ.γλ. μπέικεν πάουντερ
3 κ.σ κονιάκ
1 κ.σ βούτυρο λιωμένο
1 κ.σ αλεύρι



Για το πασπάλισμα: Ζάχαρη άχνη

Εκτέλεση: Χτυπάμε στο μπλ του μίξερ το βούτυρο με τη ζάχαρη μέχρι να γίνει το μείγμα αφράτο. Προσθέτουμε ένα ένα τα αυγά και το κονιάκ. Ανακατεύουμε το αλεύρι με το μπέικεν και τα ρίχνουμε εναλλάξ με τον χυμό πορτοκαλιού – λεμονιού στο μπλ. Αλείφουμε με βούτυρο ένα ταψί Νο 24, πασπαλίζουμε με λίγο αλεύρι και στρώνουμε το μείγμα. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο 180 βαθμούς για 45 λεπτά. Αφήνουμε να κρυώσει η βασιλόπιτα, τη βγάζουμε από το ταψί, την αλείφουμε με λίγο λιωμένο βούτυρο και την πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη.

Καλή επιτυχία

Νίκη Νικολοπούλου

Μελομακάρονα

Υλικά: 1 1/2 κούπα λάδι
1/2 κούπα βούτυρο
1 κούπα ζάχαρη
3/4 κούπας χυμό πορτοκαλιού
1/4 κούπας κονιάκ
2 κ.γ ξύσμα πορτοκαλιού
2 κ.γ μπέικεν πάουντερ
1 κ.γ σόδα
1 κιλό αλεύρι για όλες τις χρήσεις



Σιρόπι: 2 κούπες μέλι, 2 κούπες ζάχαρη, 2 κούπες νερό

Γαρνίρισμα: 1 1/2 κούπα ψιλοκομμένα καρύδια
1 κουτ. γλυκό κανέλα
1/2 κ.γ. γαρύφαλο

Εκτέλεση: Χτυπάμε για 4 λεπτά στο μίξερ τα 6 πρώτα υλικά. Κοσκινίζουμε το αλεύρι με τη σόδα, το μπέικεν σε λεκάνη. Ανοίγουμε έναν λάκκο στο κέντρο και ρίχνουμε το μείγμα των υγρών υλικών και ζυμώνουμε ελαφρά. Πλάθουμε τα μελομακάρονα και αραδιάζουμε σε ταψί και ψήνουμε 175 λεπτά για 30 λεπτά περίπου. Στο μεταξύ βράζουμε το σιρόπι για 5 λεπτά. Μόλις βγουν από το φούρνο περιχύνουμε τα μελομακάρονα. Όταν πιουν το σιρόπι αναποδογυρίζουμε και τ' αφήνουμε να σταθούν ώσπου να κρυώσουν. Ανακατεύουμε τα καρύδια με την κανέλα και το γαρύφαλο. Αναποδογυρίζουμε πάλι τα μελομακάρονα και πασπαλίζουμε με την κανέλα και αραδιάζουμε σε πιατέλα. Σκεπάζουμε με πλαστική μεμβράνη.

Καλή επιτυχία

Νίκη Νικολοπούλου

Ποια είναι η προέλευση των μελομακάρωνων

και ποια είναι η σχέση τους με τα... μακαρόνια που μελώνουν οι Πόντιοι;

Την απάντηση δίνει η φιλόλογος Γιώτα Ιωακειμίδου, η οποία είναι ποντιακής καταγωγής. Η εξήγηση που δίνει είναι ιστορική και έχει γλωσσικές προεκτάσεις.

«Η μακαρωνία ήταν ένα νεκρώσιμο δείπνο με βάση τα ζυμαρικά, ένα δείπνο με το οποίο μακάριζαν τον νεκρό, ένας νεκρόδειπνος δηλαδή. Η λέξη προέρχεται από την αρχαία «μακαρία», μια ψυχόπιτα που έμοιαζε σε σχήμα με τα σημερινά μελομακάρονα και το πρόσφεραν μετά την κηδεία. Αργότερα το περιέλουσαν με μέλι και ονομάστηκε μελομακάρονο και πολύ αργότερα στα βυζαντινά χρόνια καθιερώθηκε σαν γλυκό του δωδεκαημέρου. Οι Λατίνοι και αργότερα οι Ιταλοί χρησιμοποιούσαν τη λέξη μακαρωνία ως maccarone που τελικά κατέληξε να σημαίνει το σπαγγέτι. Τέλος, από τον μεσαίωνα και μετά στη Γαλλία και την Αγγλία, ένα είδος αμυγδαλωτού μπισκότου ονομάστηκε "macaroon" (το γνωστό σε όλους σήμερα "μακαρόν").

»Οι Μικρασιάτες και οι Πόντιοι τα λένε "φοινίκια" από το πορφυρό χρώμα τους», αναφέρει η εκπαιδευτικός από τη Θεσσαλονίκη και εκπαιδευτριά εκμάθησης της ποντιακής διαλέκτου.

Χάριν αστεϊσμού θα μπορούσαμε να παρατηρήσουμε ότι τώρα δικαιώνονται οι Πόντιοι για τα μελομακάρονα, αφού όπως διαβάσατε παραπάνω, η λέξη μακαρωνία χρησιμοποιήθηκε ως maccarone και κατέληξε να εννοείται το σπαγγέτι, δηλαδή τα δικά μας μακαρόνια.

Αναδημοσίευση του άρθρου του Χρήστου Κωνσταντινίδη από το newpost.gr.

ΑΓΑΠΑΝ – ΓΑΛΗΝΟΣ

Συνεργασία για στήριξη καρκινοπαθών



Οι δύο πλευρές συνεργάζονται με στόχο την κάλυψη των τεράστιων αναγκών για ψυχική στήριξη και ψυχοκοινωνική φροντίδα που έχουν οι πάσχοντες από καρκίνο συνάνθρωποί μας και οι οικείοι τους, καθώς και στον συντονισμό των προσπαθειών τους και για άλλους κοινωφελείς σκοπούς.

Πρωτόκολλο Συνεργασίας υπέγραψαν η κυρία Άσπα Ζαΐμη, Πρόεδρος του Σωματίου Ανακουφιστική Συμμετοχική Παρηγορητική Αγωγή Ελλάς «ΑΓΑΠΑΝ», και ο κύριος Νίκος Σιδέρης, Ψυχίατρος και Επιστημονικός Διευθυντής του Ινστιτούτου Ψυχικής Υγείας και Προσωπικής Ανάπτυξης «Γαληνός».

Η συνεργασία αποσκοπεί στην κάλυψη των τεράστιων αναγκών για ψυχική στήριξη και ψυχοκοινωνική φροντίδα που έχουν οι πάσχοντες από καρκίνο συνάνθρωποί μας και οι οικείοι τους, καθώς και στον συντονισμό των προσπαθειών τους και για άλλους κοινωφελείς σκοπούς.

Το Σωματίο ΑΓΑΠΑΝ στοχεύει στην παροχή κοινωνικής και ψυχικής υποστήριξης σε πάσχοντες από καρκίνο και άλλες χρόνιες παθήσεις με ισχυρή ψυχολογική διάσταση. Ένας από τους κύριους σκοπούς του Σωματίου ΑΓΑΠΑΝ είναι η δημιουργία, οργάνωση και λειτουργία ξενώνων νοσηλευτικής φροντίδας και ανακουφιστικής αγωγής ασθενών.

Το Ινστιτούτο Γαληνός παρέχει δωρεάν υψηλού επιπέδου ιατροψυχολογικές θεραπευτικές υπηρεσίες σε πάσχοντες και οικείους τους, ενήλικες και παιδιά, στο πλαίσιο του Προγράμματος Δωρεάν Ψυχικής Στήριξης Καρκινοπαθών «Πνοή», το οποίο υλοποιείται χωρίς στη γενναιοδωρία ενός ευεργέτη ο οποίος επιθυμεί να παραμείνει ανώνυμος.

Στο πλαίσιο της συνεργασίας τους, το Σωματίο ΑΓΑΠΑΝ και το Ινστιτούτο Ψυχικής Υγείας και Προσωπικής Ανάπτυξης «Γαληνός» συντονίζουν τις ενέργειές τους σε πνεύμα συνεργασίας και συμπληρωματικότητας στην υπηρεσία του κοινωφελούς σκοπού τους.

Όποιος επιθυμεί να ενημερωθεί ή να συμβάλει στην πραγμάτωση των κοινών στόχων μπορεί να επικοινωνήσει με το Σωματίο «ΑΓΑΠΑΝ» στο τηλέφωνο 210 7291079 και με το Ινστιτούτο «Γαληνός» στο τηλέφωνο 210 6523300.

<https://ygeiamou.gr/ειδησεις/47727/agapan-galinos-sinergasia-gia-stirixi-karkinopathon/>



Τα πιο σημαντικά στη ζωή μας



Η Μητέρα Τερέζα θεωρείται ένας από τους πιο σημαντικούς ανθρώπους στον κόσμο. Ωστόσο, η επιρροή της δεν έχει σε τίποτα να κάνει με τα χρήματα και το γόητρο.

Ήταν η πίστη της, ο τρόπος ζωής της και τα επιτεύγματά της που την καθιστούν αξέχαστη.

Η Μητέρα Τερέζα ήταν αλβανικής καταγωγής. Καθολική μοναχή, ιδρύτρια του τάγματος «Ιεραπόστολοι της Φιλανθρωπίας», που ανέπτυξε πολυετή ανθρωπιστική δράση και ιεραποστολικό έργο, ειδικότερα στην Ινδία. Μετά τον θάνατό της ο Πάπας Ιωάννης Παύλος Β΄ ξεκίνησε τη διαδικασία αγιοποίησής της και στις 19 Οκτωβρίου 2003 οσιοποιήθηκε φτάνοντας το τρίτο από τα τέσσερα στάδια της διαδικασίας αγιοποίησης.

Για τη δράση της έλαβε πολλές διακρίσεις, μεταξύ αυτών και το βραβείο Νόμπελ Ειρήνης του 1979 «σε αναγνώριση της βοήθειας που προσέφερε στους δυστυχισμένους ανθρώπους... τα παιδιά και τους πρόσφυγες... για τους οποίους εργάστηκε ανιδιοτελώς τόσο πολλά χρόνια».

«Λόγω αίματος είμαι από την Αλβανία. Λόγω ιθαγένειας, είμαι Ινδή. Λόγω πίστης είμαι καθολική καλόγρια. Από το κάλεσμά μου, ανήκω στον κόσμο. Από την καρδιά μου, ανήκω ολόκληρη στην καρδιά του Ιησού». Αυτά ήταν λόγια της Agnes Gonxha Bojaxhiu όπως ήταν το πραγματικό της όνομα.

Τα λόγια και τα έργα της είχαν τεράστια επίδραση σε όλο τον κόσμο. Κάποια μάλιστα από τα σοφά λόγια της κατάφεραν να αλλάξουν τον τρόπο σκέψης χιλιάδων ανθρώπων.

Τι χρειάζεται να "προσφέρω" στον εαυτό μου

Να Μου επιτρέπω να θέτω όρια
Να Με συγχωρώ όταν κάνω λάθη
Να Μου παρέχω χώρο και χρόνο για ξεκούραση
Να Με επιβραβεύω
Να αναγνωρίζω τις αδυναμίες **Μου**
Να Μου φέρομαι με καλοσύνη

Χριστός Γεννάται

Χριστός γεννάται, η οικουμένη, στο φως λουσμένη, αναγεννάται.

Άγγελοι μέλνουν σ' ουράνιους τόπους και στους ανθρώπους μήνυμα στέλνουν.

Σε κάποια στάνη μ' έκσταση πάνε και προσκυνάνε φτωχοί τσοπάνοι.

Και κάποιο αστέρι φωτίζει γύρω με φως πορφύρο τα άγια μέρη.

Κι από μια χώρα, ως το θωρούνε, οδοιπορούνε μάγοι με δώρα.

Χρυσό κρατούνε σμύρνα λιβάνι κι εκεί στη στάνη τον προσκυνούνε.

Να μπουν τα αστέρια, Θεού καντήλι. Εχθροί και φίλοι δώστε τα χέρια.

Στα βόδια πλάι, σα λουλουδάκι, κάποιο παιδάκι χαμογελάει.

Χωρίς κακία θωρεί την πλάση. Ειρήνη πάσι και ευδοκία.

Χριστός γεννάται η οικουμένη φωτολουσμένη αναγεννάται

Άρης Κανδηλάπτης

Υ.Γ Το ποίημα αυτό μελοποιήθηκε από τον συνθέτη Σπύρο Σαμοίλη και προβάλλεται στο διαδίκτυο πλαισιωμένο με εικόνες.

Ημερολόγιο 2019

2019 Δεκέμβριος

Κυρ.	Δε.	Τρ.	Τε.	Πε.	Πα.	Σα.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Πανσέληνος

Νέα Σελήνη

Ισημερία

ΜΗΤΕΡΑ ΤΩΝ ΒΑΣΑΝΩΝ, Η ΕΠΙΘΥΜΙΑ ΠΑΤΕΡΑΣ ΤΩΝ ΒΑΣΑΝΩΝ, Ο ΦΟΒΟΣ

Απαρχή των βασάνων είναι η επιθυμία να έχεις κάτι που δεν έχεις ή να μην έχεις κάτι που έχεις. Υπερβολή των βασάνων είναι η επιθυμία να είσαι κάτι που δεν είσαι ή να μην είσαι κάτι που είσαι.

Απ' αυτά που επιθυμείς να έχεις ή να μην έχεις, άλλα μεν σου χρειάζονται, άλλα δε όχι. Αυτά όμως που επιθυμείς να είσαι, ενώ δεν είσαι, ή που επιθυμείς να μην είσαι, ενώ είσαι, δεν τα χρειάζεσαι καθόλου και, μάλλον, θα σε βλάψουν!

Φόβος μνήμη Πόνου. Επιθυμία μνήμη Ηδονής.

Εκείνος που δεν είναι ευχαριστημένος με ό,τι έχει δεν θα είναι ευχαριστημένος ούτε με αυτά που θα ήθελε να έχει.

(Σωκράτης)

Να επιθυμείς λιγότερο, και να θέλεις περισσότερο.

Η θέληση πηγάζει από μέσα σου, είσαι Εσύ. Δυναμίνει και κινητοποιεί την ψυχή σου με τάξη και τη στρέφει προς το αναγκαίο.

Η Επιθυμία εισβάλλει απ' έξω, αναστατώνει και εξουθενώνει την ψυχή και τη σύρει προς το περιττό και το μάταιο.
(Οι Σοφοί της Εφέσου)

ΑΝΘΡΩΠΕ, ΓΝΩΘΙ ΣΑΥΤΟΝ

ΑΝΑΚΑΛΥΨΕΙΣ-ΕΦΕΥΡΕΣΕΙΣ

Χαρτί γραφής

Αφ' ότου ο άνθρωπος ανακάλυψε την γραφή, αναζήτησε και την ευκολομεταφερόμενη ύλη, πάνω στην οποία θα μπορούσε να γράφει. Οι αρχαίοι Αιγύπτιοι χρησιμοποίησαν τον πάπυρο (από το 3000 π.Χ.): Κατασκευάζονταν με επεξεργασία της ψίχας του ομώνυμου φυτού. Στη μινωική και μυκηναϊκή εποχή, χάραζαν κείμενα σε υγρές πήλινες πλάκες που μετά ξέραναν στον ήλιο. Στην κλασική αρχαιότητα, δημοφιλή ήταν τα λειασμένα δέρματα ζώων. Ο βασιλιάς Ευμένης Β΄ της Περγάμου (βασιλεύσε 197 – 158 π.Χ.) ζήτησε να βελτιώσουν την επεξεργασία των δερμάτων ως γραφική ύλη, καθώς είχε σχέδια για την περίφημη Βιβλιοθήκη του και ο πάπυρος κόστιζε πανάκριβα. Προέκυψε η περγαμηνή (από δέρματα προβάτων, κατσικιών και μοσχαριών). Στην Κίνα, έγραφαν πάνω σε ξύλινες ή μεταξωτές επιφάνειες.

Στην Κίνα όμως έγινε η μεγάλη επανάσταση (το 105 μ.Χ., κατά την παράδοση). Τότε, κάποιος Τσάι Λουν παρουσίασε στον αυτοκράτορα Χο-Τι της δυναστείας των Χαν, ένα λεπτό λείο προϊόν πάνω στο οποίο μπο-

ρούσαν να γράφουν ή να ζωγραφίζουν. Ήταν φτιαγμένο από φλούδες δέντρων, ίνες κανναβουριού, κουρέλια υφάσματος και μετάξι που είχαν πολτοποιηθεί μέσα σε νερό. Όταν το μίγμα στέγνωσε, εμφανίστηκε το πρώτο χαρτί. Γραμμένα χαρτιά που ξέρουμε, χρονολογούνται πριν από το 137.

Στα 751, Άραβες και Κινέζοι συγκρούστηκαν στη Σαμαρκάνδη (στο σημερινό Ουζμπεκιστάν). Δυο Κινέζοι αιχμάλωτοι αντάλλαξαν τη ζωή τους με τα μυστικά της δουλειάς τους: Ήταν χαρτοποιοί (το αρχαιότερο γνωστό αραβικό χειρόγραφο είναι του 866). Το χαρτί έγινε πολύτιμο εμπόρευμα για τους Άραβες και τους Βυζαντινούς (αρχαιότερο γνωστό βυζαντινό χειρόγραφο ένα χρυσόβουλο του Κωνσταντίνου Θ' Μονομάχου από το 1052). Οι Νορμανδοί της Σικελίας το χρησιμοποίησαν από τον 11ο αιώνα. Τον 12ο αιώνα, μέσω Ισπανίας, πέρασε και στην Ευρώπη. Η πρώτη μηχανή παρασκευής χαρτιού εφευρέθηκε το 1798 από το Γάλλο Νικόλαο Λουδοβίκο Ρομπιέρ. Ο Άγγλος Ντίκινσον παρουσίασε, το 1809, την πρώτη κυλινδρική χαρτοποιητική μηχανή, πρόδρομο των σημερινών.

<https://koutalianosimos.wordpress.com/2013/10/21/ανακαλυψεις-εφευρεσεις/>

