

Κοίτα ψηλά

Περιοδική Έκδοση των Νέων του Λυκείου της Κατακόμβης



Χειμώνας 2022, τεύχος 41

• Μικρασία Χαίρε • Για τη γυναίκα • Χορός • Μουντιάλ 2022 • Ψυχική υγεία • Αθλητισμός



ΕΦΗΒΟΙ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Ακούγεται σχεδόν αυτονόητο και για τους πολλούς οι έννοιες έφηβος και αθλητισμός είναι ταυτόσημες.

Οι έφηβοι σήμερα, εκτός από το διάβασμα και τα φροντιστήρια, μετά από το σχολείο επιλέγουν να γυμνάζονται σε καθημερινή βάση.

Γυμνάζονται κάθε μέρα, μερικές φορές και χωρίς να το θέλουν, χωρίς να έχουν κίνητρο, γιατί έτσι μαθαίνουν και πειθαρχία. Επίσης ο καλύτερος τρόπος μείωσης του στρες και της έντασης και πολλών άλλων που μπορεί να νιώθει ένας έφηβος σε τέτοια ηλικία είναι μέσω της γυμναστικής. Μπορεί να εκτονωθεί σηκώνοντας βάρη ή ακόμα πεγαίνοντας για ένα ολιγόλεπτο περπάτημα.

Η ζωή τους ξεκινάει με πρωινό ξύπνημα και συνεχίζει με το πρόγραμμα του σχολείου μέχρι τις 2 η ώρα.

Έπειτα, αφιερώνουν τουλάχιστον δυο ώρες στο διάβασμα και ακόμα 2 με 3 ώρες την ημέρα στα φροντιστήρια και μετά από όλα αυτά επιλέγουν να γυμναστούν. Είναι ο τρόπος τους να αποβάλουν όλη την ένταση της ημέρας και να έχουν λίγο προσωπικό χρόνο. Στη συνέχεια θα πρέπει να κοιμηθούν νωρίς ώστε να προλάβουν να ξεκουραστούν για την επόμενη ημέρα.

Μερικοί από αυτούς έχουν συγκεκριμένες διατροφικές συνήθειες ώστε να τρέφονται πιο υγιεινά, να συμπληρώνουν συγκεκριμένο αριθμό θερμίδων, πράγμα που ένας άνθρωπος που δεν ασχολείται τόσο πολύ με τον εαυτό δεν θα έκανε.

Το να γυμνάζεσαι δεν αφορά μόνο το σώμα, αλλά είναι ένας τρόπος ζωής που γίνεται συνήθεια και που σταδιακά σε οδηγεί σε μια ζωή χωρίς προβλήματα υγείας, προσφέροντάς σου μακροζωία.

Πηγή: <https://fitnesstraining.gr/gymnastiki-gia-to-stress/>

ΓΙΑ ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ
ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΗΚΑΝ:

ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ
ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΚΟΥΤΛΙΟΣ
ΜΙΧΑΗΛΙΔΗΣ ΦΩΤΗΣ
ΡΕΝΤΗΦ ΕΛΕΝΗ
ΜΑΣΤΟΡΕΚΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ
ΖΟΥΜΠΟΥΛΗ ΕΙΡΗΝΗ

ΤΑΡΑΠΑΤΖΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ
ΜΑΡΑΝΤΙΔΗΣ ΜΙΧΑΗΛ
ΧΑΡΑΛΑΜΠΙΔΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ
ΜΟΥΣΑΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
ΚΑΣΟΥΜΗ ΑΝΝΑ
ΜΠΑΡΓΙΩΤΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ
ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ

ΟΛΓΑ ΘΕΟΦΑΝΙΔΟΥ
ΝΑΤΑΛΙΑ ΜΠΟΥΡΛΕΤΣΙΚΑ
ΚΥΡΙΑΚΗ ΚΕΛΕΣΙΔΟΥ
ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΦΟΥΝΤΟΥΚΙΔΟΥ
ΤΣΟΡΜΠΑΤΖΟΓΛΟΥ ΜΑΡΙΑ
ΣΑΜΑΡΑ ΕΙΡΗΝΗ
ΠΕΛΤΕΚΗ ΕΥΘΥΜΙΑ ΜΑΡΙΑ

ΜΑΡΙΑ ΦΩΤΟΥΔΗ
ΕΛΠΙΔΑ ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΚΑΜΑΡΙΩΤΗ
ΣΩΤΗΡΙΑ ΤΣΙΑΔΗΜΟΥ
ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΦΩΤΟΥΔΗ
ΚΑΛΙΑΡΙΝΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ



Χορός, ένα καλλιτεχνικό άθλημα

Ένα τόσο διαχρονικό όσο και μοντέρνο μέσο επικοινωνίας

Μέσα από τον χορό μπορείς να εκφράσεις τα συναισθήματα σου με ένα τρόπο που τα λόγια μπορεί να μην κατάφερναν ποτέ να περιγράψουν. Τρία βασικά είδη χορού στην Ελλάδα είναι τα παραδοσιακά, τα ποντιακά και οι πιο σύγχρονοι (μοντέρνος, hip hop).

Οι ελληνικοί παραδοσιακοί και ποντιακοί χοροί είναι αναρίθμητοι. Οι χοροί μας προσφέρουν επικοινωνία, ψυχαγωγία, άσκηση και εκπαίδευση. Είναι το μέσο έκφρασης έντονων συναισθημάτων και ο πιο σημαντικός σύνδεσμος με τις παραδόσεις μας. Οι παραδοσιακοί και ποντιακοί χοροί για τους Έλληνες της διασποράς, είναι μέρος της ζωής τους, είναι η επαφή τους με την πατρίδα. Κάθε περιοχή της Ελλάδας έχει τους δικούς της χορούς, οι οποίοι διαφέρουν ακόμη και από χωριό σε χωριό. Αυτή η διαφορά των χορών οφείλεται σε λόγους όπως ο τρόπος ζωής των κατοίκων, το κλίμα, οι πόλεμοι και οι καταστροφές.

Το hip hop είναι πολύ δημοφιλές, διδάσκεται και παρουσιάζεται παγκοσμίως γνωρίζοντας μια νέα άνθηση. Εμφανίζονται διαρκώς νέα είδη και στυλ χορού καθώς σαν μοντέρνα κουλτούρα συνεχίζει να εξελίσσεται και να εμπνέει πολλά εκατομμύρια ανθρώπους, όλων των ηλικιών, παγκοσμίως.

Ο σύγχρονος χορός προέκυψε ως μία μορφή «επανάστασης» ενάντια στις αυστηρές αρχές του μπαλέτου. Επικεντρώνεται στην προσωπική ερμηνεία του χορευτή και όχι σε βήματα με συγκεκριμένη δομή όπως στο μπαλέτο. Βασικά χαρακτηριστικά του είναι η ελευθερία και η έντονη εκφραστικότητα στις κινήσεις καθώς επιτρέπει στους χορευτές να κινούνται ελεύθερα, χωρίς να θέτει κανόνες και περιορισμούς, γι' αυτό και αποτελεί την απόλυτα ελεύθερη έκφραση κάθε χορευτή.

Αν και σημαντικός καλλιτεχνικός τομέας, είναι πολύ υποτιμημένος. Στην Αμερική, η απασχόληση με το ποδόσφαιρο προσφέρει υποτροφία στους μαθητές για το κολλέγιο αλλά αυτό δεν συμβαίνει για τον χορό. Παρόλα αυτά ο χορός συνεχίζει να παραμένει ένα από τα πιο όμορφα και μαγευτικά καλλιτεχνικά αθλήματα.



Καλλιτεχνικός Διαγωνισμός Νέων

Ι. Μ. Νεαπόλεως και Σταυρουπόλεως

Θέμα: «Μικρά Ασία, χαίρει! 1922-2022»

Η βράβευση των νικητών του διαγωνισμού έλαβε χώρα στο Κέντρο Πολιτισμού του Δήμου Παύλου Μελά. Το 1ο, 2ο και 3ο βραβείο έλαβαν και 300€, 200€ και 100€ χρηματικό έπαθλο αντίστοιχα. Όλοι οι συμμετέχοντες έλαβαν από έναν αναμνηστικό έπαινο μαζί με μια δωροεπιταγή των 20 ευρώ για το εκκλησιαστικό βιβλιοπωλείο της Μητροπόλεως.



(1ο βραβείο στην κατηγορία: Εικαστικά)
Κυριάκος Μανάτος, Εύοσμος

Κοίτα Ψηλά 4

Μικρασία ...

*Κάθε γωνιά σου, μια ιστορία, ένας πόθος, μια προσευχή
κεντημένη μ' ελπίδες ονείρων, η πατρίδα λευτεριά να γευτεί.*

*Χάρτης είσαι μεγαλείων, χαραγμένος με ίχνη αγίων
ποτισμένος με αίμα ηρώων και φρουρός ιστορίας αιώνων.*

*Απ' τη Σμύρνη ως την Καισάρεια
καμπαναριά χρυσά πλέκουν για σε μεγαλυνάρια.*

*Ευωδίες, μπαχάρια και αρώματα κανείς θα βρει
στον δρόμο απ' τη Σαμψούντα ως τ' Αϊβαλί .*

*Κι απ' τη Σινώπη ως την Αττάλεια
χοροί, τραγούδια, φορεσιές απ' τα βάθη ως τα παράλια.*

*Μια άνοιξη που ανθίζει, μια αυγή που ξημερώνει
Μια γη που ευφορεί, μια ομογένεια που δεσπόζει.*

*Μα ξάφνου...σύννεφο δίνης κρύβει το φως στη ματιά σου,
πέπλο καπνού απλώνεται πάνω απ' τα χρώματά σου.*

*Η φλόγα που ως τότε αδελφικά ένωσε τα παιδιά σου
θέρριψε, ξέφυγε, έκαψε σελίδες της καρδιάς σου.*

*Υποκλίνεται τώρα και δύνει μιας νιότης λαμπερή αυγή
παιάνες νικητήριοι που γίνηκαν του πόνου ιαχή.*

*Απ' τη Σμύρνη ως την Καισάρεια,
βουβές καμπάνες μηνούν ξεριζωμού τροπάρια.*

*Ποτάμι το αίμα, χιλιάδες νεκροί,
Πενθούν απ' τη Σαμψούντα ως τ' Αϊβαλί.*

*Κι απ' τη Σινώπη ως την Αττάλεια
ερήμωσαν οι δρόμοι, σιγή παντού,
απ' τα βάθη ως τα παράλια.*

*Εσύ, η φιλόξενη χώρα τόσων πατρίδων
έγινες κοιμητήριο χαμένων ελπίδων...*

Τι δέος! Αναριγιά! Πίσω μου σαν σε κοιτώ...

*Πατρίδα μου θα στο πω, ποτέ μου δεν σε ξεχνώ
Υφαίνω σαν ύμνο λαμπρό, τις ρίζες μου φυλαχτό*

*Την ιστορία κρατώ μες στην καρδιά θησαυρό
Στα χρώματά σου τα ιερά, σαν με τον νου ξαναγυρνώ*

*φωνές αιώνων αντηχούν που στη θωριά σου ψηλαφώ
Χάρτης είσαι ερημωμένος, απ' άκρη σ' άκρη καπνισμένος*

*Θαμμένη μια περγαμηνή σφιχτά το παρελθόν κρατεί
Κρατεί τον σπόρο, την ευχή, πάλι να ξαναγεννηθεί ,*

*Να βγει απ' τη στάχτη , απ' τη φωτιά,
Κυρά ντυμένη στα χρυσά!*

*Στη θύμησή σου σκιρτάει η δόξα
κι αναδύει περασμένα μεγαλεία....*

Ένδοξη Μάνα

Μικρασία!

(Συμμετοχή στην κατηγορία: Ποίηση)
Παναγιώτα Καμαριώτη, Διαβατά

Εκατό χρόνια μνήμης και τιμής

Εδώ που ξαναφύτρωσαν καινούργιες οι ρίζες της Ανατολής

Στις αναμνήσεις της γιαγιάς και του παππού η Μικρά Ασία, η Σμύρνη και η Πόλη, τα Σώκια και το Αϊβαλί, το Ικόνιο και τα Φάρασα, η Τραπεζούντα και η Σινώπη μοιάζουν να στέκουν δίπλα μας. Μοιάζουν να είναι η αυλή και το περιβολάκι μας. Μοιάζουν να είναι το σοκάκι και ο μαχαλάς μας. Μοιάζουν να είναι δικά μας κι ας μην τα συναντήσαμε ποτέ. Είναι η πατρίδα. Μια πατρίδα που γνωρίζουμε τις μυρωδιές της, τους ήχους της, τις γεύσεις της μα δεν έχουμε βηματίσει ποτέ το χώμα της. Δεν έχουμε τρέξει στις εξοχές της. Δεν έχουμε πλυθεί στις ακρογιαλιές της. Είναι μια πατρίδα που ήρθε μέσα στην πιο μεγάλη, στην πιο βαριά νυκτιά που είναι σίγουρα όμως Ανατολή. Και μάλιστα χωρίς δύση.

Στο κονάκι της κυρά Λωξάντρας γνώρισα πώς ψήνεται σωστά ο χαλβάς, πώς σε ξυπνά το πρωί η μυρωδιά του ελληνικού καφέ. Εκεί γνώρισα πως στρώνεται το χριστουγεννιάτικο τραπέζι και πώς τα εγγόνια φιλούν το χέρι των παππούδων για να πάρουν την ευχή τους για την καινούργια χρονιά. Εκεί γνώρισα και την Παναγιά την Μπαλουκλιώτισσα και το αγίασμά της, το γιατρικό.

Πόσοι βίοι αγίων δεν ξεκίνησαν και δεν τελείωσαν μαρτυρικά σ' αυτά τα χώματα; Προτίμησαν να ανταλλάξουν τη ζωή τους με ζωή παρά να κερδίσουν τη ζωή με το θάνατο της ψυχής. Πόσα ξωκλήσια δεν ερήμωσαν, πόσα καντήλια δε σβήσανε, πόσα στασίδια δεν ορφάνεψαν στην πατρίδα.....για μια πατρίδα;

Το Αϊβαλί του Κόντογλου με έμαθε πως μια πολιτεία δε χρειάζεται να είναι μεγάλη και τρανή για να ριζώσει στην καρδιά σου και να σου καίνε την ψυχή οι θύμησές της. Φτάνει μόνο να μοσχοβολά κυδωνιά και να 'ναι χτισμένη πάνω στην ακρογιαλιά της Ανατολής. Και να γεμίζει χιλιάδες χρώματα κάθε που βασιλεύει ο ήλιος.

Μέσα απ' το τεφτέρι με τις αναμνήσεις του Μανώλη Αξιώτη γνώρισα τα ματωμένα

χώματα. Γνώρισα τον Κιρκιντζέ. Πώς αυτή η γης που κάθε σπίτι κάθε σοκάκι, κάθε δεντρί και κάθε πετράδι ήταν ζυμωμένα με τη ζωή τους γίνηκε ένας έρημος, ένας άδειος τόπος; Πώς έγινε

ξένος ο τόπος

μας; Η γη η Αιολική του Βενέζη με έμαθε τον πόνο να αποχαιρετά κανείς τον τόπο που άκουσε το πρώτο του κλάμα και που βάσταξε τα πρώτα του βήματα. Αβάσταχτος ο ξεριζωμός. Σκληρή η προσφυγιά. Μόνη παρηγοριά το χώμα το φυλαγμένο στο μικρό, άσπρο μαντήλι. Απ' την Πατρίδα την Αλησμόνητη. Η σάρκα και η φωνή αυτής της γης.

Ξεμάκρυναν τα χρόνια και οι αναμνήσεις. Φύγανε και οι άνθρωποι που ζήσανε τη φωτιά. Και νομίζουμε πως ξεμάκρυνε και η Μικρά Ασία. Μα εκείνη στέκει εκεί πάντα στον ίδιο τόπο και μας γνέφει. Μας λέει πως η Ιστορία μας είναι βαριά και μεγάλη και μας ανήκει.



ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΤΟΥ ΣΗΜΕΡΑ

Μας φυτεύουν φόβο μα φυτρώνουν φτερά!



Στις 16/11/2022 η 22χρονη Ιρανή Μαχσά Αμινί

υπέκυψε στα τραύματά της στην περιοχή της Τεχεράνης του Ιράν. Συνελήφθη από την αστυνομία ηθών εξαιτίας παραβίασης του ενδυματολογικού κώδικα του Ισλάμ..

Συγκεκριμένα, η εμφάνιση ενός μέρους του μαλλιού της, ήταν στην ουσία αυτό που την καταδίκασε σε άγριο ξυλοδαρμό και έπειτα σε θάνατο. Ο θάνατός της έγινε αιτία οι γυναίκες του Ισλάμ να ξεσηκωθούν και να αψηφήσουν τον αυστηρό ενδυματολογικό κώδικα, ο οποίος επιβάλλει στις γυναίκες να φορούν συνεχώς μαντήλα. Ανά τον κόσμο, το γυναικείο κατά κύριο λόγο φύλο, προέβη σε έντονα επαναστατικές ενέργειες: κόψιμο μαλλιών, κάψιμο μαντηλών και άλλες διαδηλώσεις.. Το γεγονός αυτό μας οδηγεί σε ένα μεγάλο ερώτημα: Έχουν ως στόχο οι θρησκευτικοί νόμοι να καταπνίξουν την ανθρώπινη βούληση(και κυρίως την γυναικεία) ή να μας δώσουν την ευκαιρία να έρθουμε πιο κοντά στην θεϊκή οντότητα της πίστewς του καθενός;

Ανάλογα γεγονότα βλέπουν συνεχώς το φως της δημοσιότητας προκαλώντας ανησυχία στο ευρύ κοινό. Γυναίκες όλων των ηλικιών ζουν κάτω από έναν συνεχή τρόπο και πανικό, με την μία και μόνο σκέψη ότι ίσως να είναι αυτές ή τα παιδιά τους τα επόμενα θύματα. Τέτοιες σκέψεις και συναισθήματα γυρνάνε διαρκώς γύρω από τον όρο «γυναικοκτονία». Αν και ο ίδιος δεν έχει νομικά επικυρωθεί, δεν σταματάει να αποτελεί αμφιλεγόμενο θέμα ακόμα και στις πιο απλές, καθημερινές συζητήσεις. Για τα κορίτσια της ηλικίας μας, έφηβες, η νύχτα μοιάζει με αγώνα επιβίωσης καθώς το να κυκλοφορείς μόνη σου γίνεται όλο και πιο επικίνδυνο. Με μοναδικό όπλο τα κλειδιά τους, το κινητό τους αλλά και την σκέψη τους, πασχίζουν να φτάσουν σπίτι ασφαλείς. Γονείς ανήσυχoi παίρνουν την θέση του «σοφέρ» αφού προκειμένου να εξασφαλίσουν την ακεραιότητα των παιδιών τους, είναι διατεθειμένοι να διανύσουν ξανά και ξανά τις ίδιες αποστάσεις.



Η 22χρονη Ιρανή Μαχσά Αμινί που συνελήφθη και ξυλοκοπήθηκε μέχρι θανάτου!



Ο άδικος θάνατός της ξεσήκωσε μια παγκόσμια θύελλα αντιδράσεων.



Τη νύχτα ιδίως μοιάζει με αγώνα επιβίωσης το να κυκλοφορείς μόνη σου.

ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΠΑΝΤΟΤΙΝΕΣ

Η Υπεραγία Θεοτόκος μας δείχνει το δρόμο!



Μέσα σε όλη αυτή την απελπισία, πολλοί

άνθρωποι βρίσκουν καταφύγιο στην ορθόδοξη πίστη, η οποία είναι βασισμένη στο σεβασμό της ελευθερίας, στην αναγνώριση της προσωπικότητας και στην ισότητα των ανθρώπων.

Στα αποσπάσματα του Ευαγγελίου που αναφέρονται στην Ανάσταση του Χριστού, οι πρώτοι άνθρωποι που αντίκρισαν τον αναστημένο Ιησού ήταν γυναίκες (Μυροφόρες). Η επιλογή αυτή δεν ήταν τυχαία, ειδικά σε μία εποχή όπου η θέση της γυναίκας στην κοινωνία ήταν σαφώς κατώτερη. Με αυτό τον τρόπο η ορθοδοξία εξυμνεί την γενναιότητα των γυναικών τόσο σε εκείνη την εποχή όσο και σήμερα. Ακόμα ένα σημείο της Αγίας Γραφής που δείχνει την αξία της γυναίκας βρίσκεται στην Γένεση και την δημιουργία του ανθρώπου. Εκεί βλέπουμε πως ο Θεός έπλασε τον Αδάμ από το χώμα και έπειτα την Εύα από το πλευρό του. Η δημιουργία της γυναίκας από το πλευρό του άντρα υποδηλώνει την ισότητα μεταξύ των δύο, αποκλείοντας κάθε υπόνοια περί ανωτερότητας του άνδρα και δείχνοντας την στενή και αδιάσπαστη σχέση μεταξύ των δύο φύλων.

Ο Χριστιανισμός, σε αντίθεση με κάποιες συντηρητικές απόψεις που ισχυρίζονται πως η γυναίκα δεν έχει ίση θέση με τον άντρα στις θρησκείες, έχει εξυψώσει το γυναικείο φύλο. Τρανό παράδειγμα αποτελεί η Υπεραγία Θεοτόκος. Αν και θνητή έφερε στη ζωή τον Θεάνθρωπο και όπως μαρτυρεί το όνομά της, Παναγία, είναι ανώτερη όλων των Αγίων. Προς τιμήν Της άλλωστε, υπάρχει το άβατο του Αγίου Όρους, στο οποίο δεν επιτρέπεται η είσοδος στις γυναίκες, κάτι που ανά περιόδους έχει ξεσηκώσει θύελλες αντιδράσεων. Όμως, όσο παράδοξο κι αν φαίνεται, η απαγόρευση της εισόδου στις γυναίκες στον Άθωνα, είναι τιμητική προς αυτές και όχι προσβλητική, κι αυτό διότι, προς τιμή μιας Γυναίκας δεν επιτρέπεται σε καμία άλλη να εισέλθει σε αυτόν, πράγμα που δεν συμβαίνει για κανέναν άνδρα Άγιο σε κάποια άλλη τοποθεσία.



Μυροφόρες: οι πρώτες που αξιώθηκαν να δουν τον Χριστό αναστημένο!



Ο Θεός έπλασε την Εύα από το πλευρό του Αδάμ.



Το άβατο του Αγίου Όρους είναι μοναδική τιμή προς την γυναίκα Παναγία!



Το 2022 είναι έτος Μουντιάλ. 32 ομάδες θα αγωνιστούν στα γήπεδα του Κατάρ με έπαθλο το πολυπόθητο χρυσό «τρόπαιο της νίκης», ένα τρόπαιο το οποίο πολλοί από εμάς ονειρευόμαστε να «σηκώσουμε» από μικρή ηλικία, όταν παίζαμε ποδόσφαιρο στις γειτονιές και στα σχολεία. Για πρώτη φορά φέτος το Μουντιάλ θα διεξαχθεί χειμώνα, μεταξύ 20 Νοεμβρίου και 18 Δεκεμβρίου, σε μία χώρα της Μέσης Ανατολής, το Κατάρ. Βασική αιτία για τη διοργάνωση του Μουντιάλ τον χειμώνα είναι οι καιρικές συνθήκες, αφού στο Κατάρ η υψηλή θερμοκρασία το καλοκαίρι καθιστά απαγορευτική τη διεξαγωγή ποδοσφαιρικών αγώνων.

Το Μουντιάλ του Κατάρ έχει ελκύσει την προσοχή πολλών ποδοσφαιρόφιλων αλλά και ευσυνειδητών πολιτών στον κόσμο για αρκετούς λόγους. Κατ' αρχάς η επιλογή της διοργανώτριας χώρας – υπάρχουν ενδείξεις ότι – δεν έγινε με διαφάνεια, καθώς ο φάκελος του Κατάρ που κατατέθηκε το 2010 στη FIFA ήταν ελλιπής. Το Κατάρ δεν είχε ανεπτυγμένες ποδοσφαιρικές δομές και γήπεδα, στη χώρα επικρατούν ακραίες καιρικές συνθήκες, το οδικό της δίκτυο είναι περιορισμένο, ενώ και σε ζητήματα προσωπικών ελευθεριών και ισότητας των δύο φύλων η χώρα χαρακτηρίζεται ως ακραία συντηρητική.

Το Κατάρ έπρεπε λοιπόν να κάνει τεράστια άλματα από το 2010, προκειμένου να είναι όλα έτοιμα για τη διεξαγωγή του Παγκοσμίου Κυπέλλου το 2022. Για αυτόν τον λόγο υπολογίζεται ότι ξόδεψε 200 δις δολάρια σε επενδύσεις οι οποίες σχετιζόνταν με τη διοργάνωση του Μουντιάλ, ένα ποσό 20 φορές μεγαλύτερο από εκείνο που επένδυσε η Ρωσία για τη διεξαγωγή του Κυπέλλου το 2018.

Μεγάλη συζήτηση έχει υπάρξει για την καταπάτηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων των ανθρώπων, οι οποίοι εργάστηκαν για την κατασκευή των υποδομών του Παγκοσμίου Κυπέλλου. Σύμφωνα με ξένα δημοσιεύματα, περισσότεροι από 6,500 χιλιάδες συνάνθρωποί μας έχασαν τη ζωή τους καθώς εργάζονταν υπό απάνθρωπες συνθήκες στα έργα υποδομής του Μουντιάλ, έναν αριθμό τον οποίο η διοργανώτρια χώρα απορρίπτει ως ψευδή. Προσπαθώντας να αντιδράσουν στο «Παγκόσμιο Κύπελλο της ντροπής», όπως το ονόμασαν τα ξένα Μέσα, πολλοί ποδοσφαιριστές, ομάδες, οργανώσεις για τα ανθρώπινα δικαιώματα και κυρίως οι απλοί φίλαθλοι προωθούν το μήνυμα του μπουκόταζ της διοργάνωσης.

Ο προπονητής της Λίβερπουλ Γιούργκεν Κλοπ δήλωσε πρόσφατα ότι το φταίξιμο για την κατάσταση βαραίνει και τους δημοσιογράφους, οι οποίοι παρότι γνώριζαν για την τραγική κατάσταση της διοργάνωσης του Μουντιάλ, δεν ανέφεραν τίποτα από το 2010 έως και σήμερα. Ο Γερμανός τεχνικός εξέφρασε και την αντίθεσή του για τη διεξαγωγή του Μουντιάλ τον χειμώνα, γεγονός που «θα κόψει» την ποδοσφαιρική χρονιά στη μέση για τις ομάδες παγκοσμίως.

Επίσης, ο Γάλλος θρύλος του ποδοσφαίρου Ερίκ Καντονά, γύρισε την πλάτη του στο Μουντιάλ λέγοντας ότι «Όλα γίνονται για τα λεφτά. Ο τρόπος που συμπεριφέρθηκαν και συμπεριφέρονται στους ανθρώπους που συμμετείχαν στην κατασκευή των γηπέδων είναι φρικτός. Τόσοι άνθρωποι σκοτώθηκαν. Και εμείς θα πάμε να γιορτάσουμε το Παγκόσμιο Κύπελλο;».

Πρώτος γύρος:

Έντονες συγκινήσεις, ωραίο θέαμα. Μεγάλο ενδιαφέρον λόγω των ανατροπών και των εκπλήξεων και έπεται συνέχεια..



Ένα πρόβλημα του φετινού Παγκοσμίου

Κυπέλλου ακόμη είναι και η προβολή του στην Ελλάδα. Το κανάλι όπου πρόκειται να προβληθεί το Μουντιάλ είναι ο ANT1. Ωστόσο, δεν θα προβληθούν και τα 64 παιχνίδια από το πανελλαδικής εμβέλειας κανάλι του ANT1, αλλά τα μισά από αυτά (32 στον αριθμό) θα προβληθούν από το συνδρομητικό κανάλι του ANT1+. Δηλαδή οι ποδοσφαιρόφιλοι στην Ελλάδα θα πρέπει να πληρώσουν μάλλον τελικά για να παρακολουθήσουν κάποια από τα παιχνίδια που τους ενδιαφέρουν.

Το Παγκόσμιο Κύπελλο πάντοτε έλκει και θα

συνεχίσει να ελκύει το ενδιαφέρον όλων των ποδοσφαιρόφιλων στον κόσμο. Παρότι θα απουσιάσουν αρκετά αστέρια του ποδοσφαίρου, είτε λόγω τραυματισμών είτε γιατί οι εθνικές ομάδες τους δεν κατάφεραν να προκριθούν στην τελική φάση, η διοργάνωση θα λάμψει όπως γίνεται κάθε τέσσερα χρόνια. Ας ελπίσουμε ότι όλα θα κυλήσουν ομαλά και θα απολαύσουμε όμορφο ποδόσφαιρο όπως κάθε φορά, παρά το αρνητικό παρασκήνιο που έχει προηγηθεί.

Οι κορυφαίοι ποδοσφαιριστές του πλανήτη διεκδικούν το απόλυτο τρόπαιο. Ποιος τελικά θα το σηκώσει;



Για την ψυχική υγεία



Ψυχολόγος ή πνευματικός;

Στη σύγχρονη εποχή, και κυρίως στα τελευταία δύο χρόνια της έξαρσης του Covid-19, η ψυχική υγεία των ανθρώπων έχει επέλθει σε μεγάλη ρήξη. Σε πολλές περιπτώσεις, οι ίδιοι τους στρέφονται στην αναζήτηση βοήθειας από κάποιον ψυχολόγο ή πνευματικό, προκειμένου να αντιμετωπίσουν διάφορα εσωτερικά προβλήματα που τους έχουν προκληθεί.

Παρόλα αυτά , οι περισσότεροι από εμάς δεν έχουμε καταφέρει ακόμα να διακρίνουμε τη σημασία του ψυχολόγου σε σύγκριση με αυτήν του πνευματικού, με αποτέλεσμα να συγχέουμε και να μπερδεύουμε τη λειτουργικότητα του καθενός. Αρκετοί χριστιανοί σκέφτονται «Αφού εξομολογούνται, γιατί να συμβουλευτούν ψυχολόγο;» και το αντίστροφο. Είναι όμως έτσι;

Αρχικά, διαφέρει ο χαρακτήρας του κάθε αντικειμένου. Όσον αφορά στην συνεδρία, ο ψυχολόγος θα χρησιμοποιήσει μία, κατά βάση, επιστημονική και αντικειμενική προσέγγιση, καθώς και το αντικείμενο του μελετά και ερμηνεύει την ανθρώπινη σκέψη και συμπεριφορά εξ ολοκλήρου. Βοηθάει τους ανθρώπους στην επίλυση προβλημάτων και στη βελτίωση διαχείρισης των συναισθημάτων τους σε γενικότερο πλαίσιο. Στην εξομολόγηση πραγματοποιείται επικοινωνία του εξομολογουμένου με τον ιερέα σε πνευματικό επίπεδο. Ο εξομολογούμενος εμπιστεύεται στον ιερέα τις αμαρτίες του , τον συμβουλευτεί σε διάφορα πνευματικά/θεολογικά, αλλά και ηθικής φύσεως, ζητήματα ενώ στο τέλος ο ιερέας, απευθυνόμενος στον Θεό, ζητά τη συγχώρεση των αμαρτιών του εξομολογουμένου.

Η συνεδρία με ψυχολόγο δεν θα έπρεπε να θεωρείται κάτι υπερβολικό ή, ακόμη, αντιχριστιανικό. Πολλοί ιερείς παροτρύνουν τους πιστούς να συμβουλευτούν ψυχολόγο όταν αντιλαμβάνονται ότι το πρόβλημά που αντιμετωπίζουν είναι άλλης φύσεως. Ας είμαστε ανοιχτοί, ως χριστιανοί, και στις δύο περιπτώσεις βοήθειας, καθώς η καθεμία θα μας ωφελήσει σε διαφορετικούς τομείς της ζωής μας.

Τα παραδοσιακά Χριστούγεννα στην Ελλάδα ήταν πάντα υπόθεση οικογενειακή.

ALL I WANT FOR CHRISTMAS ...

Για σχεδόν όλους από εμάς οι γιορτές των Χριστουγέννων είναι μια περίοδος που περιμένουμε με αγωνία κάθε χρόνο. Ανυπομονούμε να ξανασιμίζουμε με τα αγαπημένα μας πρόσωπα, να ανταλλάξουμε δώρα και να ξεκουραστούμε.

Όταν τα σκεφτόμαστε αυτά καθ' όλη την διάρκεια του χρόνου, έχουμε ένα αίσθημα χαράς και ανυπομονησίας. Όταν όμως αρχίζουν και πλησιάζουν οι μέρες των Χριστουγέννων, συνειδητοποιούμε πως μας κυριεύει το άγχος για την καλύτερη οργάνωση των γιορτών. Προσπαθούμε να έχουμε τα πάντα υπό έλεγχο. Οποιαδήποτε αναποδιά και αν συμβεί, ανεξάρτητα από το πόσο σημαντική είναι, στα δικά μας μάτια μπορεί να φανεί σαν ένα άλυτο πρόβλημα.

ΤΟ ΤΕΡΠΝΟ ΚΑΙ ΤΟ ΩΦΕΛΙΜΟ

Αντί να ηρεμήσουμε και να σκεφτούμε το πραγματικό νόημα αυτής της ξεχωριστής γιορτής, ασχολούμαστε με το «πότε θα στολίσουμε, τι δώρο θα πάρουμε στον τάδε, τι θα ετοιμάσουμε για το γιορτινό τραπέζι, με ποιους θα βρεθούμε και ποιες μέρες κτλ.».

Όμως όλα αυτά θα έπρεπε να ήταν

δευτερεύοντα και να σκεφτόμαστε όλα αυτά που έχουν πραγματικά αξία.

Ας πάψει να μας απασχολεί το πότε και πώς θα στολίσουμε και ας κοιτάξουμε να καθαρίσουμε τις ψυχές μας. Αντί να σκεφτούμε τι δώρο θα πάρουμε σε αυτούς που αγαπάμε, ας φροντίσουμε να περάσουμε περισσότερο και πιο ποιοτικό χρόνο μαζί τους. Αντί να φροντίζουμε για τα μεγάλα τραπέζια με πολύ κόσμο, ας φροντίσουμε να νιώσουμε καλύτερα το πραγματικό νόημα του ερχομού του Χριστού στον κόσμο μας.

Τα πραγματικά Χριστούγεννα της ψυχής μας είναι υπόθεση πνευματική.





2021 - 2022

**Τα δύο ματωμένα χρόνια
Του εκλεισμού και της απόστασης
Του ιού και του εμβολίου
Του προσφυγο-μεταναστευτικού
Του πολέμου στην Ουκρανία**