



# ΤΑ ΣΑΪΝΙΑ



## Τι γιορτάζουμε το Πάσχα ;

Το Πάσχα, είναι μία από τις μεγαλύτερες γιορτές της Χριστιανοσύνης, καθώς εκείνη την μέρα γιορτάζεται η Ανάσταση του Χριστού . Η ονομασία του προέρχεται από το εβραϊκό **Πεσάχ** που σημαίνει διάβαση, προς ανάμνηση της εξόδου των Εβραίων από την Αίγυπτο και συγκεκριμένα της απελευθέρωσής τους από τη δουλεία των Φαραώ και της διάβασής τους από την Ερυθρά θάλασσα προς τη Γη της Επαγγελίας. Η λέξη Πάσχα είναι ελληνοποιημένη απόδοση της εβραϊκής Πεσάχ.

Είναι η μεγαλύτερη κινητή γιορτή, δηλαδή δε γιορτάζεται κάθε χρόνο

την ίδια ημερομηνία, όπως καθορίστηκε από την **Α' Οικουμενική Σύνοδο της Νίκειας το 325 μ.Χ.** Τότε ορίστηκε ότι η Κυριακή του Πάσχα θα ήταν η πρώτη Κυριακή που ακολουθεί την πανσέληνο μετά την εαρινή ισημερία στις 21 Μαρτίου. Έτσι οι χριστιανοί, ξεχωριστά και αντίθετα από τους Εβραίους, γιορτάζουν τη σταύρωση και ανάσταση του Χριστού και το πέρασμα από το θάνατο στη ζωή. Το Πάσχα διαρκεί δύο εβδομάδες: από την Κυριακή των Βαΐων (συμβολίζει την είσοδο του Χριστού στα Ιεροσόλυμα) ως την Κυριακή του Θω-

*(Συνέχεια στη σελίδα 2)*



El Greco : Η Ανάσταση  
1577—1579, Τολέδο – Ισπανία

<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΤΕΥΧΟΥΣ:</b>	
Επικαιρότητα	1 – 6
Παραδόσεις–Ηθη & Έθιμα	6 – 11
Οικολογία–Περιβάλλον	11 – 14
Επιστήμες	14–16
Κείμενα προηγ. τευχών	17 – 19
Ψυχαγωγία	19 – 20

## Η εργατική Πρωτομαγιά

Η Πρωτομαγιά είναι ετήσια γιορτή, με παγκόσμιο χαρακτήρα για τους ανθρώπους της μισθωτής εργασίας. Με συγκεντρώσεις και πορείες, οι εργαζόμενοι έχουν την ευκαιρία να προβάλουν τα κοινωνικά και οικονομικά τους επιτεύγματα και να καθορίσουν το διεκδικητικό τους πλαίσιο για το μέλλον. Η Πρωτομαγιά είναι απεργία και όχι αργία, τόσο στην Ελλάδα, όσο και σε πολλές χώρες του κόσμου.

Καθιερώθηκε ως εργατική γιορτή, στις 20 Ιουλίου 1889, κατά τη διάρκεια του ιδρυτικού συνεδρίου της Δεύτερης Διεθνούς (Σοσιαλιστικής Διεθνούς) στο Παρίσι, σε ανάμνηση του ξεσηκωμού των εργατών του Σικάγου την 1η Μαΐου 1886, που διεκδικούσαν το οκτάωρο και καλύτερες συνθήκες εργασίας. Κατέληξε σε αιματοχυσία λίγες μέρες

*(Συνέχεια στη σελίδα 5)*

## Μαρία Ευθυμίου : 10 απαραίτητες γνώσεις για την Επανάσταση του 1821

**Β΄ μέρος**

### 6. Το λαϊκό αίσθημα ήταν φιλορωσικό, όχι φιλοδυτικό

Η σύνδεσή μας με την Αγγλία κατά την Επανάσταση του 1821 είναι εξαιρετικά σημαντικό στοιχείο της νεότερης Ιστορίας μας, γιατί ερμηνεύει και μία εθνική σχιζοφρένεια που ακόμη μάς συνοδεύει, μετά από 200 χρόνια ζωής. Το γεγονός δηλαδή ότι από το '21 συνδεθήκαμε με τη Δύση, ενώ ο μέσος Έλληνας

*(Συνέχεια στη σελίδα 17)*

*Πολλές ευχές για Καλή Ανάσταση & Καλό Πάσχα!*



## ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

### Τι γιορτάζουμε το Πάσχα ;

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

μά.

Η πρώτη εβδομάδα ονομάζεται **Μεγάλη Εβδομάδα** ή Εβδομάδα των Παθών, αρχίζει με την Κυριακή των Βαΐων και λήγει το Μεγάλο Σάββατο. Όλη τη Μεγάλη Βδομάδα υπάρχει συνήθεια να νηστεύουν οι χριστιανοί και να

παρακολουθούν τακτικά τις εκκλησιαστικές λειτουργίες.

Η δεύτερη εβδομάδα του Πάσχα ονομάζεται Εβδομάδα του Πάσχα ή **Λαμπρή** και αρχίζει με την Κυριακή του Πάσχα. Όλες οι ημέρες που ακολουθούν θεωρούνται ημέρες χαράς και διασκέδασης.

Το βαθύτερο νόημα του Πάσχα είναι η **Θυσία Του Ιησού για τον άνθρωπο** και τ' ανθρώπινα βάσανα θέλησε να διδάξει την αντίσταση στο κακό, αλλά και την έννοια της αγάπης για αυτό είναι η γιορτή της αγάπης, γιατί ο ίδιος ο Χριστός μας θυσιάστηκε για τη σωτηρία τη δική μας.

ΓΚΙΜΙ ΜΠΡΕΣΑΝΑΙ

### Οι μέρες της Μεγάλης Εβδομάδας

Τι γιορτάζουμε κάθε μέρα της Μεγάλης Εβδομάδας.

Η Μεγάλη Εβδομάδα αρχίζει από την Κυριακή των Βαΐων το βράδυ και φτάνει μέχρι το Μεγάλο Σάββατο.

Ονομάζεται Μεγάλη όχι γιατί έχει περισσότερες μέρες από τις άλλες εβδομάδες αλλά γιατί τα γεγονότα που αναπαριστώνται στις εκκλησίες είναι πολύ σημαντικά για τον άνθρωπο.

#### Κυριακή των Βαΐων:

Από την Κυριακή των Βαΐων αρχίζει ουσιαστικά η λεγόμενη Μεγάλη Εβδομάδα. Την ημέρα αυτή γιορτάζεται η θριαμβευτική είσοδος του Ιησού Χριστού στα Ιεροσόλυμα και η υποδοχή του από τους Ιουδαίους. Τον υποδέχθηκαν κρατώντας βγάγια δηλαδή κλαδιά από φοίνικες που άπλωναν στο έδαφος ζητωκραυγάζοντας: "Ωσαννά ευλογημένος ο ερχόμενος εν ονόματι Κυρίου".

**Μεγάλη Δευτέρα** (Βράδυ της Κυριακής των Βαΐων):

Είναι αφιερωμένη στη μνήμη του Ιωσήφ που αναφέρεται στην Παλαιά Διαθήκη και στην άκαρπη συκιά που την καταράστηκε ο Χριστός και ξεράθηκε με ένα του λόγο.

Ο Ιωσήφ ήταν ο μικρότερος γιος του Ιακώβ που τα αδέρφια του από ζήλια αρχικά τον έριξαν σε ένα λάκκο και προσπάθησαν να εξαπατήσουν τον πατέρα τους χρησιμοποιώντας ένα ματωμένο ρούχο ότι δήθεν τον κατασπάραξε κάποιο θηρίο. Αφού δεν μπό-

ρεσαν να εξαπατήσουν τον πατέρα τους τον πούλησαν σε εμπόρους που με τη σειρά τους τον πούλησαν στον αρχιμάνειρα του Φαραώ της Αιγύπτου.

**Μεγάλη Τρίτη** (Βράδυ της Μεγάλης Δευτέρας):

Η μεγάλη Τρίτη είναι αφιερωμένη σε δύο παραβολές:

Στην παραβολή των δέκα παρθένων και στην παραβολή των ταλάντων.

Παραβολή των δέκα παρθένων: Η βασιλεία των ουρανών μοιάζει με δέκα παρ-



θένες οι οποίες αφού πήραν μαζί τους τα λυχνάρια τους πήγαν να υποδεχθούν τον νυμφίο. Οι πέντε από αυτές ήταν μυαλωμένες φρόντισαν να έχουν μαζί τους απόθεμα λαδιού για τα λυχνάρια τους. Οι άλλες πέντε ήταν ανόητες γιατί δεν προνόησαν να έχουν λάδι μαζί τους για να γεμίσουν τα λυχνάρια τους. Όταν ο νυμφίος έφτασε και μπήκε στο χώρο όπου γίνονταν ο γάμος η πόρτα έκλεισε. Οι πέντε μυαλωμένες παρθένες μπήκαν μέσα και παρακολούθησαν τον γάμο ενώ οι άλλες πέντε έμειναν από έξω.

**Παραβολή των ταλάντων:** Μας διδάσκει να είμαστε εργατικοί και ότι πρέπει να καλλιεργούμε και να αυξάνουμε τα πνευματικά μας χαρίσματα.

**Η Μεγάλη Τετάρτη** (Βράδυ της Μεγάλης Τρίτης):

Είναι αφιερωμένη στην αμαρτωλή γυναίκα που μετανιωμένη για τις αμαρτίες της άλειψε τα πόδια του κυρίου με μύρο και συγχωρέθηκε για τις αμαρτίες της. Την ημέρα αυτή ψάλλεται το τροπάριο της Κασσιανής.

**Η Μεγάλη Πέμπτη** (Βράδυ της Μεγάλης Τετάρτης):

Τη Μεγάλη Πέμπτη γιορτάζουμε το πλύσιμο των ποδιών των μαθητών από τον Χριστό, τον μυστικό δείπνο, την προσευχή του Χριστού στο όρος των Ελαιών και την προδοσία του Ιούδα.

**Μεγάλη Παρασκευή** (Βράδυ της Μεγάλης Πέμπτης):

Τη Μεγάλη Παρασκευή θυμόμαστε τα πάθη του κυρίου δηλαδή τα μαστιγώματα τα χτυπήματα

το ακάθινο στεφάνι τη σταύρωση και το θάνατο του Χριστού. Τη Μεγάλη Παρασκευή διαβάζονται τα γνωστά 12 Ευαγγέλια τα οποία είναι 12 περικοπές από τα 4 Ευαγγέλια του Ματθαίου, του Μάρκου, του Λουκά και του Ιωάννου. Οι περικοπές αυτές των Ευαγγελίων αναφέρονται στα φρικτά πάθη του Κυρίου, στην Σταύρωση και την Ταφή. Ανάμεσα στο 5ο και 6ο Ευαγγέλιο γίνεται η Έξοδος του Τιμίου Σταυρού με τον Εσταυρωμένο από την Αγία Τράπεζα, γίνεται η περιφορά Του σε όλο τον Ναό

(Συνέχεια στη σελίδα 3)

## ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

### Οι μέρες της Μεγάλης Εβδομάδας

(Συνέχεια από τη σελίδα 2)

και ψάλλεται το «Σήμερον κρεμάται επί ξύλου».

**Μεγάλο Σάββατο** (Το Πρωί και το Βράδυ της Μεγάλης Παρασκευής):

Το Μεγάλο Σάββατο το πρωί γιορτάζουμε την Ταφή του Κυρίου και την Κάθοδό του στον Άδη.

Το πρωί της Μεγάλης Παρασκευής έχουμε τα γεγονότα που διαδραματίστηκαν όταν ο Χριστός ήταν επάνω στο σταυρό και το βράδυ που ο ιερέας κατεβάζει τον Εσταυρωμένο από τον Σταυρό και τον τυλίγει σε καθαρό σε-

ντόνι.

Μετά έχουμε την περιφορά του Επιταφίου στους δρόμους των πόλεων ή των χωριών όπου ψάλλονται τα Εγκώμια του Επιταφίου (Η ζωή εν τάφω, Άξιον εστί, Αι γενεαί πάσαι).

**Κυριακή του Πάσχα** (Το Πρωί μέχρι και το Βράδυ του Μεγάλου Σαββάτου):

Γιορτάζουμε την Ανάσταση του Κυρίου. Το πρωί του Μεγάλου Σαββάτου ψάλλεται ο Εσπερινός της Ανάστασης, λεγόμενη και 1η Ανάσταση όπου ψάλλεται το τροπάριο «Ανάστα ο Θεός».

Το μεσημέρι στον Πανάγιο Τάφο υπό του Πατριάρχου Ιεροσολύμων πραγματοποιείται η αφή του Αγίου Φωτός και διανέμεται σε όλους τους Ορθόδοξους Χριστιανούς σε όλη την Οικουμένη.

Το βράδυ τελείται η Ακολουθία της Αναστάσεως με ψάλλεται το «Δεύτε λάβετε φως» και στις 12:00 π.μ. (Κυριακή) ψάλλεται το Χριστός Ανέστη.

Μετά το πέρας της Τελετής της Αναστάσεως τελείται ο Όρθρος και η Αναστάσιμη Θεία Λειτουργία της Κυριακής του Πάσχα.

ΕΚΤΟΡΑΣ ΦΕΡΡΟ

### Ποια είναι κάθε φορά η ημερομηνία του Πάσχα ;

Όλοι γνωρίζουμε ότι το **Πάσχα** είναι κινητή γιορτή αλλά δεν γνωρίζουμε ίσως τον ακριβή λόγο. Αυτό λοιπόν γίνεται κάθε χρόνο, έχει βαθεί τις ρίζες του στο χρόνο και βασίζεται στην εξής παράδοση. Σύμφωνα λοιπόν με την ιστορία, ο Εβραίοι γιόρταζαν το πέρασμα από την Ερυθρά θάλασσα με επικεφαλής τον Μωυσή την 14η μέρα του μήνα Νισάν, δηλαδή ανήμερα της **πρώτης εαρινής πανσελήνου**. Οι πρώτοι Χριστιανοί συνήθιζαν να γιορτάζουν το Πάσχα μαζί με τους Εβραίους, ωστόσο αργότερα θέλοντας να το συνδέσουν με την αναστάσιμη ημέρα, την Κυριακή, αποφάσισαν να το γιορτάζουν **την πρώτη Κυριακή μετά την ανοιξιάτικη πανσέληνο** ούτως ώστε να μην συμπίπτει με το εβραϊκό.

Η απόφαση για τις ημερομηνίες εορτασμού του Πάσχα λήφθηκε στην **πρώτη**

**Οικουμενική Σύνοδο** που έγινε το κύκλου δηλαδή την 14η μέρα. 325μ.Χ. στη Νίκαια της Βιθυνίας.



Α' Οικουμενική Σύνοδος—Νίκαια 325 μ.Χ.

Η πρώτη μέρα της Σελήνης τοποθετείται στο διάστημα μεταξύ της 8ης Μαρτίου και της 5ης Απριλίου. Επομένως, δεδομένου ότι η περιστροφή της σελήνης γύρω από τη Γη διαρκεί περίπου 28 μέρες, έχουμε πανσέληνο στο μέσο του

κύκλου δηλαδή την 14η μέρα.

Αυτό σημαίνει ότι το Πάσχα μπορεί να πέσει στο διάστημα μεταξύ 22ας Μαρτίου και 25ης Απριλίου.

Σημειώστε ότι οι παραπάνω ημερομηνίες αφορούν το παλαιό ημερολόγιο. Άρα αν προσθέσουμε τις 13 μέρες που είναι η διαφορά παλιού και νέου ημερολογίου, βρί-

σκουμε ότι το **Ορθόδοξο Πάσχα** θα «πέφτει» πάντα από **4 Απριλίου ως 8 Μαΐου**.

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΠΑΠΑΤΗ

### Γιατί δε συμπίπτει το Ορθόδοξο Πάσχα με το Καθολικό ;

Ο λόγος που συμβαίνει αυτό είναι γιατί οι καθολικοί καθορίζουν το Πάσχα σύμφωνα με το νέο ημερολόγιο, σε αντίθεση με τους ορθόδοξους οι οποίοι βασίζουν τον υπολογισμό του στο παλαιό ημερολόγιο. Για το λόγο αυτό το Πάσχα των Καθολικών γιορτάζεται νωρίτερα από αυτό των Ορθοδόξων. Μάλιστα, το

καθολικό Πάσχα μπορεί να εορταστεί από μια βδομάδα μέχρι και έναν ολόκληρο μήνα νωρίτερα σε σχέση με το ορθόδοξο Πάσχα.

Υπάρχει ωστόσο και μια ειδική περίπτωση, που συμβαίνει κάποιες φορές βάσει συγκεκριμένων ημερομηνιών της

εαρινής πανσελήνου, που η ημερομηνία των δύο Πάσχα, δηλαδή του εορτασμού του από τις δύο εκκλησίες συμπίπτει.

Πάντως σύμφωνα με τη σύνοδο της Νίκαιας της Βιθυνίας που έγινε το 325

(Συνέχεια στη σελίδα 4)



## ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

### Γιατί δε συμπίπτει το Ορθόδοξο Πάσχα με το Καθολικό ;

μ. Χ., θα έπρεπε το Πάσχα να γιορτάζεται από όλους τους Χριστιανούς συγχρόνως, άσχετα που κάτι τέτοιο δεν συμβαίνει.

**Συνολικά, στα 100 χρόνια του 21ου αιώνα το Πάσχα θα είναι κοινό τα 31 έτη, αλλά κάθε επόμενο αιώνα αυτό θα συμβαίνει όλο και σπανιότερα. Μάλιστα, το τελευταίο κοινό Πάσχα υπολογίζεται ότι θα συμβεί το έτος 2698. Από εκεί και πέρα, Ορθόδοξοι και Καθολικοί δεν θα γιορτάσουν ξανά**

**από κοινού την Ανάσταση του Χριστού.**

**Οι Καθολικοί και Διαμαρτυρόμενοι γιορτάζουν το Πάσχα σύμφωνα με τον κανόνα της Α' Οικουμενικής Συνόδου, αλλά η εαρινή ισημερία και η εαρινή πανσέληνος υπολογίζονται σύμφωνα με το νέο Γρηγοριανό Ημερολόγιο, έχοντας λάβει υπόψη και το Μετώνιο σφάλμα.**

Από κοινού εορτάζεται το Πάσχα για Ορθόδοξους και Καθολικούς, όταν τόσο η Γρηγοριανή, όσο και η Ιουλιανή-

Νευτώνεια πασχαλινή πανσέληνος πέ-



Ο Οικουμενικός Πατριάρχης Βαρθολομαίος (δεξιά) και ο Πάπας Φραγκίσκος των Καθολικών

σουν από την Κυριακή μέχρι το Σάββατο της ίδιας εβδομάδας.

**Όμως μετά το 2700 -λόγω συσσώρευσης του Μετώνιου σφάλματος- δεν θα μπορούν να συμπέσουν ποτέ την ίδια εβδομάδα η Ιουλιανή και η Γρηγοριανή πανσέληνος, οπότε δεν θα υπάρξει ξανά κοινό Πάσχα.** Εκτός κι αν μέχρι τότε έχει επιτευχθεί η **ένωση των χριστιανικών εκκλησιών**, αν και με τα σημερινά δεδομένα δεν μοιάζει έως πολύ πιθανό ενδεχόμενο...

Στην «καρδιά» του Αιγαίου, βρίσκεται μία από τις ελάχιστες γωνιές στον κόσμο, όπου οι δύο διαφορετικές χριστιανικές κοινότητες, Ορθόδοξοι και Καθολικοί, γιορτάζουν ταυτόχρονα το Πάσχα.

Το Πάσχα στη Σύρο είναι ένα μοναδικό φαινόμενο στον κόσμο και αυτό γιατί -ανεξάρτητα από το πότε πέφτει το Πάσχα των καθολικών- η Ορθόδοξη και Καθολική κοινότητα του νησιού (η μεγαλύτερη στην Ελλάδα) γιορτάζουν μαζί τις άγιες αυτές μέρες, επιδεικνύοντας μια παραδειγματική ατμόσφαιρα συνύπαρξης και επισφραγίζοντας έτσι κάθε χρόνο τη μακραίωνη αρμονική συμβίωσή τους!

Σε αντίθεση με τα περισσότερα μέρη της Ελλάδας, όπου η πιο εντυπωσιακή στιγμή της Μεγάλης Εβδομάδας είναι η Ανάσταση, στη Σύρο είναι η Μεγάλη Παρασκευή και αυτό γιατί συνυπάρχουν οι Επιτάφιοι από τις ορθόδοξες και καθολικές εκκλησίες!

**MARINIKH ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**

## Η Πρωτομαγιά – Γιορτή των λουλουδιών και της φύσης

Υπάρχουν διάφορες εκδοχές για την προέλευση του ονόματος του μήνα Μάη. Στην ελληνική μυθολογία, η μητέρα του θεού Ερμή λεγόταν **Μαία** και ήταν μία από τις Πλειάδες, ενώ η σύζυγος του Ηφαίστου ήταν η ρωμαϊκή θεότητα **Μάγια**. Ο Μάιος πάντα ήταν ένας μήνας που σχετιζόταν με την αρχή του καλοκαιριού και την εύφορη και ανθισμένη γη. Οι άνθρωποι συνήθιζαν να γιορτάζουν την αρχή του μήνα με διάφορους τρόπους.

Ο Μάιος σηματοδοτεί τη **Γιορτή των Λουλουδιών**. Αν πάμε πίσω στα αρχαία ελληνικά χρόνια, οι αρχαίοι Έλληνες αγαπούσαν τη φύση και για αυτό γιόρταζαν τον ερχομό της άνοιξης και την άνθιση των λουλουδιών. Η πρώτη γιορτή των λουλουδιών στην αρχαία Ελλάδα ήταν τα **Ανθεστήρια ή Διονύσια** και γιορτάζονταν κάθε χρόνο από την

11η ως την 13η ημέρα του μηνός Ανθεστηρίωνος, δηλαδή 2 με 4 Φεβρουαρίου. Η γιορτή αυτή ήταν αφιερωμένη στο θεό Δίονυσο και με τον καιρό απέκτησε πανελλήνιο χαρακτήρα.

Εκτός από την ελληνική εκδοχή με τα **Ανθεστήρια** αντίστοιχες γιορ-



τήδες υπήρχαν και στην Ευρώπη, με την Πρωτομαγιά να

σηματοδοτεί συνήθως την αρχή του καλοκαιριού.

Στην προχριστιανική Ευρώπη

υπήρχαν γιορτές όπως το κέλτικο Μπελτέιν (η λέξη «Μπελτέιν» προέρχεται από την ιρλανδική λέξη «Bealtaine» που σημαίνει «ζωηρή φωτιά») και γιορταζόταν κυρίως στην **Σκωτία** και την **Ιρλανδία**, το οποίο συνοδευόταν με το άναμμα μεγάλων τελετουργικών φωτιών στα βουνά.

Σε κάποιες περιοχές της **Ιρλανδίας** μάλιστα συνήθιζαν να φτιάχνουν τον "θάμνο του Μαΐου" όπως τον αποκαλούσαν, χρησιμοποιώντας αγκάθια, λουλούδια και κορδέλες. Κάπι σαν το δικό μας πρωτομαγιάτικο στεφάνι. Αντίστοιχη γιορτή ήταν η Βαλπουριανή νύχτα η οποία γιορταζόταν στην **κεντρική και βόρεια Ευρώπη** και επίσης συνδεόταν με μεγάλες φωτιές και αντίστοιχους τελετουργικούς χορούς γύρω από αυτές.

(Συνέχεια στη σελίδα 5)

## ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

### Η Πρωτομαγιά – Γιορτή των λουλουδιών και της Φύσης

(Συνέχεια από τη σελίδα 4)

Αργότερα, με την επικράτηση του χριστιανισμού στην Ευρώπη πολλές γιορτές από αυτές είτε απαγορεύτηκαν είτε μεταλλάχτηκαν.

Κάπως έτσι ο εορτασμός της

Πρωτομαγιάς έπαψε να έχει θρησκευτικό-τελετουργικό χαρακτήρα και επικεντρώθηκε στην φύση και τα λουλούδια. Στις μέρες μας υπάρχουν κάποιες νεοπαγανιστικές ομάδες οι οποίες προσπαθούν να επαναφέρουν αρχαία πρωτο-

μαγιάτικα έθιμα.

ΛΥΔΙΑ ΨΥΧΑ  
ΣΙΜΗΝΗ ΓΚΟΤΣΗ

### Η Εργατική Πρωτομαγιά

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

αργότερα, με την επέμβαση της αστυνομίας και των μπράβων της εργοδοσίας.

#### Τα γεγονότα του Σικάγου

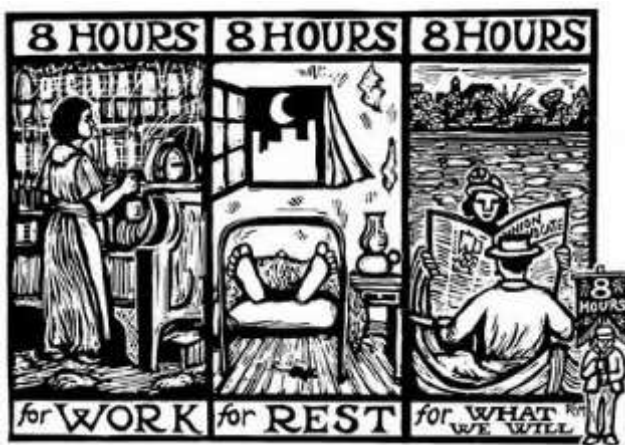
Τα εργατικά συνδικάτα των ΗΠΑ αποφάσισαν την έναρξη απεργιακών κινητοποιήσεων την 1η Μαΐου 1886 για το οκτώωρο, μετά από τις επιτυχημένες διεκδικήσεις των Καναδών συντρόφων τους.

Την περίοδο εκείνη το κανονιστικό πλαίσιο εργασίας στις ΗΠΑ ήταν σχεδόν ανύπαρκτο και οι εργοδότες μπορούσαν να απασχολούν το προσωπικό τους κατά το δοκούν, ακόμη και τις Κυριακές.

Στην απεργία πήραν μέρος περίπου 350.000 εργάτες σε 1.200 εργοστάσια των ΗΠΑ. Την Πρωτομαγιά του 1886

έγινε στο Σικάγο η πιο μαχητική πορεία, με τη συμμετοχή 90.000 ανθρώπων. Στην κεφαλή της πορείας ήταν ο συνδικαλιστής Άλμπερτ Πάρσονς, η γυναίκα του Λούσι και τα επτά παιδιά τους.

Το πρώτο αίμα χύθηκε δύο ημέρες αργότερα έξω από το εργοστάσιο ΜακΚόρμικ στο Σικάγο. Απεργοσπάστες προσπάθησαν να διασπάσουν τον απεργιακό κλοιό και ακολούθησε συμπλοκή. Η Αστυνομία και οι μπράβοι της επιχείρησης επενέβησαν δυναμικά. Σκότωσαν τέσσερις απεργούς και τραυμάτισε πολλούς, προκαλώντας οργή στην εργατική τάξη της πόλης.



Την επομένη αποφασίστηκε συλλαλητήριο καταδίκης της αστυνομικής βίας στην Πλατεία Χειμάρκετ. Η συγκέντρωση ήταν πολυπληθής και ειρηνική. Το κακό, όμως, δεν άργησε να γίνει. Οι αστυνομικές δυνάμεις πήραν εντολή να διαλύσουν δια της βίας τη συγκέντρω-



ση και τότε από το πλήθος των απωθούμενων διαδηλωτών ρίφθηκε μια χειροβομβίδα προς το μέρος τους, η οποία εξερράγη, σκοτώνοντας έναν αστυνομικό και τραυματίζοντας δεκά-

δες. Η αστυνομία άνοιξε πυρ κατά βούληση κατά των συγκεντρωμένων, με αποτέλεσμα να σκοτωθούν τουλάχιστον τέσσερις διαδηλωτές και να τραυματιστεί απροσδιόριστος αριθμός, ενώ έξι αστυνομικοί έχασαν τη ζωή τους από πυρά (φίλια ή των διαδηλωτών παραμένει ανεξκρίβωτο), ανεβάζοντας τον αριθμό τους σε επτά.

Για τη βομβιστική επίθεση, που προκάλεσε τον θάνατο του αστυνομικού, κατηγορήθηκαν οι

Άουγκουστ Σπις, Γκέοργκ Έγκελ, Άντολφ Φίσερ, Λούις Λινγκ, Μίκαελ Σβαμπ, Σάμουελ Φίλντεν, Όσκαρ Νίμπι και Άλμπερτ Πάρσονς, που ήταν από τους οργανωτές της διαδήλωσης. Όλοι, εκτός του Πάρσονς και του Φίλντεν, ήταν γερμανοί μετανάστες. Η δίκη των

οκτώ ξεκίνησε στις 21 Ιουνίου 1886. Ο εισαγγελέας Τζούλιους Γκρίνελ ζήτησε τη θανατική ποινή και για τους οκτώ κατηγορούμενους.

Από την πλευρά της, η υπεράσπιση έκανε λόγο για προβοκάτσια και συνέδεσε τη βομβιστική επίθεση με το διαβόητο πρακτορείο ντετέκτιβ «Πίνκερτον», που συχνά χρησιμοποιούσαν οι εργοδότες ως απεργοσπαστικό μηχανισμό.

Οι ένορκοι εξέδωσαν την ετυμηγορία τους στις 20 Αυγούστου 1886 κι έκριναν ενόχους και τους οκτώ κατηγορούμενους. Οι Σπις, Έγκελ, Φίσερ, Λινγκ, Σβαμπ, Φίλντεν και Πάρσονς καταδικάστηκαν σε θάνατο, ενώ ο

(Συνέχεια στη σελίδα 6)

## ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

### Η Εργατική Πρωτομαγιά

(Συνέχεια από τη σελίδα 5)

Νίμπι σε κάθειρξη 15 ετών. Μετά την εξάντληση και του τελευταίου ενδίκου μέσου, ο κυβερνήτης της Πολιτείας του Ιλινόις, Ρίτσαρντ Ογκλεσμπι, μετέτρεψε σε ισόβια τις θανατικές ποινές των Σβαμπ και Φίλντεν, ενώ ο Λιγκ αυτοκτόνησε στο κελί του. Έτσι, στις 11 Νοεμβρίου 1887 οι Σπις, Πάρσονς, Φίσερ και Έγκελ οδηγήθηκαν στην αγχόνη, τραγουδώντας τη «Μασσαλιώτιδα». Η δίκη των οκτώ θεωρείται από διαπρεπείς αμερικανούς νομικούς ως μία από τις σοβαρότερες υποθέσεις κακοδικίας στην ιστορία των ΗΠΑ.

#### Η Εργατική Πρωτομαγιά στην Ελλάδα

Στη χώρα μας, ο πρώτος εορτασμός της Εργατικής Πρωτομαγιάς έγινε το 1893, στην Αθήνα, με πρωτοβουλία του Κεντρικού Σοσιαλιστικού Συλλόγου του Σταύρου Καλλέργη. Η 1η Μαΐου ήταν Σάββατο και εργασιμη. Έτσι, επελέγη η Κυριακή 2 Μαΐου, για να έχει η γιορτή μαζικό χαρακτήρα.

Σύμφωνα με την εφημερίδα «Σοσιαλιστής», που εξέδιδε ο Καλλέργης, στις 5 το απόγευμα της Κυριακής συγκεντρώθηκαν στο Στάδιο πάνω από 2.000 σοσιαλιστές και εργαζόμενοι. Η «Εφημερίς» τους υπολόγισε μόνο σε 200 και σημείωνε σε άρθρο της: «Οι

πλείστοι εξ αυτών ήσαν εργάται, ευπρεπώς κατά το πλείστον ενδεδυμένοι, με ερυθράς κονκάρδας επί της κομβιοδόχης, και πολύ ήσυχου άνθρωποι. Αυτοί είναι οι πρώτοι σοσιαλισταί εν Ελλάδι, και συνήλθον χθες εις το πρώτον αυτών εν Αθήναις συλλαλητήριον».

Οι συγκεντρωμένοι ενέκριναν ψήφισμα το οποίο είχε ως εξής:

«Συνελθόντες σήμερον την 2 Μαΐου, ημέραν Κυριακήν και ώραν 5 μ.μ. εν τω Αρχαίω Σταδίω, οι κάτωθι υπογεγραμμένοι μέλη του Κεντρικού Σοσιαλιστικού Συλλόγου» και υπό μισθόν πάσχοντες εψηφίσαμεν:

- Α) Την Κυριακήν να κλείωσιν τα καταστήματα, καθ' όλην την ημέραν, και οι πολίται ν' αναπαύωνται.
- Β) Οι εργάται να εργάζωνται 8 ώρας την ημέραν.
- Γ) Ν' απονέμηται σύνταξις εις τους εκ της εργασίας παθόντας και καταστάνας ανικάνους προς διατήρησιν εαυτών και της οικογενείας των.
- Δ) Το συμβούλιον του «Κεντρικού Σοσιαλιστικού Συλλόγου» να επιδώση το ψήφισμα εις την Βουλήν.»

Το ψήφισμα επιδόθηκε, τελικά, στον Πρόεδρο της Βουλής την 1η Δεκεμβρί-

ου 1893 από τον Σταύρο Καλλέργη. Ο πρωτοπόρος σοσιαλιστής ανήλθε στη συνέχεια στο δημοσιογραφικό θεωρείο και περίμενε με ανυπομονησία από τον Πρόεδρο της Βουλής να το εκφωνήσει. Αυτός κωλυσιεργούσε και «ησυχολείτο εις την ανάγνωσιν ετέρων αναφορών προερχομένων εκ διαφόρων προσώπων και πραγματευομένων κατά το μάλλον και ήττον περί ανέμων και υδάτων»,

όπως έγραψε στον «Σοσιαλιστή».

Ο Καλλέργης διαμαρτυρήθηκε μεγαλοφώνως και με εντολή του Προέδρου συνελήφθη για διατάραξη της συνεδρίασης. Οι στρατιώτες της φρουράς, αφού τον κτύπησαν με τα κοντάκια των όπλων τους, τον μετέφεραν στο αστυνομικό τμήμα, όπου παρέμεινε επί διήμερο. Στις 9 Δεκεμβρίου 1893 δικάστηκε και καταδικάστηκε σε φυλάκιση 10 ημερών, τις οποίες εξέτισε στις φυλακές του Παλαιού Στρατώνα. Με τον περιπετειώδη αυτό τρόπο έληξε και τυπικά ο πρώτος εορτασμός της Εργατικής Πρωτομαγιάς στην Ελλάδα.

Πηγή: <https://www.sansimera.gr/articles/256>

© SanSimera.gr



Σταύρος Καλλέργης

## ΠΑΡΑΔΟΣΗ – ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

### Το πασχαλινό αυγό

Υπάρχουν πολλά ελληνικά πασχαλινά έθιμα, αλλά το πιο διαδεδομένο και πιο χρωματιστό είναι το πασχαλινό αυγό.

Τη Μεγάλη Πέμπτη μικρά και μεγάλα παιδιά λαχταρούν να βάψουν τα πασχαλινά αυγά. Παλαιότερα τα αυγά τα έβαφαν μόνο κόκκινα. Στις μέρες μας όμως τα βάφουμε και σε άλλα χρώματα όπως πράσινα, μπλε, κίτρινα και τους βάζουμε και σχέδια. Το χρώμα όμως που επικρατεί είναι το κόκκινο και υπάρχει λόγος για αυτό. Το κόκκινο είναι το χρώμα της Χαράς της

Ανάστασης της Ελπίδας και της Αναγέννησης.

Σύμφωνα με την ορθόδοξη παράδοση το Πάσχα βάφουμε κόκκινα αυγά επειδή συμβολίζουν το αίμα του Χριστού που το θυσίασε για την σωτηρία του κόσμου.

Τα κόκκινα αυγά βάφονται τη Μεγάλη Πέμπτη (Κοκκινοπέμπτη) και σε εξαιρετικές περιπτώσεις το Μεγάλο Σάββατο.



Αρχίζουν να καταναλώνονται την Κυριακή του Πάσχα, αφού προηγηθεί η ιεροτελεστία του τσουγκρίσματος, με την ανταλλαγή των ευχών “Χριστός Ανέστη” και “Αληθώς ο Κύριος”. Όποιος βγει νικητής αυτής της

(Συνέχεια στη σελίδα 7)



## ΠΑΡΑΔΟΣΗ – ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

### Το πασχαλινό αυγό

(Συνέχεια από τη σελίδα 6)

“αυγομαχίας”, δηλαδή δεν έχει σπάσει το αυγό του, θεωρείται ότι έχει την τύχη μαζί του.

Το αυγό, πριν τον χριστιανισμό ήταν σύμβολο της νέας ζωής και είχε συνδεθεί με παγανιστικούς εορτασμούς της άνοιξης.

Αρχικά το αυγό έγινε πασχαλινό έθιμο στη Μικρά Ασία και έπειτα διαδόθηκε στην Ελλάδα και στην υπόλοιπη Ευρώπη.

Το αυγό για τους Έλληνες συμβολίζει τη γέννηση της ζωής και τη δημιουργία.

Πέρα από τα χρωματιστά αυγά, της Ελληνικής παράδοσης, υπάρχουν και τα σοκολατένια πασχαλινά αυγά, που είναι ένα πολύ αγαπημένο δυτικό έθιμο.

Τα πρώτα σοκολατένια πασχαλινά αυγά δημιουργήθηκαν στη Γαλλία και τη Γερμανία στις αρχές του 19ου αιώνα. Ήταν συμπαγή, αρκετά

βαριά και δεν ήταν εύκολο να καταναλωθούν πολύ γρήγορα, αφού οι ζαχαροπλάστες για την κατασκευή τους χρησιμοποίησαν αρκετές στρώσεις πάστας σοκολάτας.

Οι Γερμανοί ζαχαροπλάστες ήταν εκείνοι που διακόσμησαν την επιφάνεια του αυγού με τις χαρακτηριστικές κάθετες γραμμές που βλέπουμε μέχρι και σήμερα. Τα πρώτα σοκολατένια πασχαλινά αυγά δεν ήταν πλούσια διακοσμημένα, αλλά πολύ απλά και τυλιγμένα σε απλό χαρτί. Αργότερα άρχισαν να τα τυλίγουν σε χαρτί με ζωηρά, έντονα χρώματα και να τα συσκευάζουν σε πολυτελή κουτιά ή καλάθια. Φυσικά ήταν αρκετά ακριβά για αυτό προορίζονταν μόνο για τους πλούσιους.

Το 1873 η αγγλική εταιρεία Js Fry δημιουργεί για πρώτη φορά το πρώτο σοκολατένιο αυγό χρησιμοποιώντας καλούπι με μια λεπτή πλάκα σοκο-



λάτας και άδειο στο εσωτερικό του. Την τεχνική αυτή τη χρησιμοποίησαν πολλές εταιρείες στην Αγγλία αλλά και σε ξένες χώρες. Έτσι αρχίζουν τη μαζική παραγωγή σοκολατένιων αυγών, αρχικά από μαύρη σοκολάτα και αργότερα και με σοκολάτα γάλακτος.

Στην Ελλάδα τα σοκολατένια αυγά ήρθαν στο τέλος του 19ου αιώνα και στις αρχές του 20ού!

**ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΖΟΡΜΠΑΝΟΥ**

### Η μαγειρίτσα

Η μαγειρίτσα είναι το παραδοσιακό φαγητό που τρώμε το βράδυ της Ανάστασης. Οι περισσότεροι γνωρίζουν από τι αποτελείται και πως φτιάχνεται η μαγειρίτσα. Όμως ξέρετε τι ακριβώς συμβολίζει και πως προέκυψε σαν έθιμο;

Το βράδυ της Ανάστασης είναι ουσιαστικά το τέλος της Σαρακοστής, δηλαδή το τέλος της 40ημερης νηστείας από την Καθαρά Δευτέρα. Το πιάτο με την μαγειρίτσα είναι μια πολύ εύστοχη και ήπια επιλογή για το στομάχι, αφού όσοι νήστεψαν το κρέας για σαράντα ημέρες, θα πρέπει να προσέξουν και να ξεκινήσουν σταδιακά την κρεατοφαγία που ακολουθεί τις επόμενες ημέρες. Οπότε η μαγειρίτσα είναι το φαγητό που προετοιμάζει τον ανθρώπινο οργανισμό ώστε να μην πέσει κατ' ευθείαν στα βαθιά, με το αρνί και το κατσίκι της επόμενη μέρας. Γι' αυτό και επιλέχθηκε να τρώγεται το βράδυ του Μεγάλου Σαββάτου και

καθιερώθηκε ως έθιμο.

τόσο, ποιος είναι ο συμβολισμός της; Τα χορταρικά της συμβολί-



ζουν τα πικρά χόρτα που έτρωγαν οι Εβραίοι προς ανάμνηση της πολύχρονης σκλαβιάς τους από τους Αιγύπτιους. Το Πάσχα των Εβραίων είναι εθνική γιορτή. Πάσχα στα εβραϊκά σημαίνει έξοδος ή διάβαση. Οι Χριστιανοί γιορτάζουν την Ανάσταση του Χρι-

στού και το πέρασμα από τον θάνατο στη ζωή.

Μια άλλη επιστημονική άποψη σχετικά με την προέλευση της γιορτής του Πάσχα, είναι πως τα περί κατανάλωσης αρνιού ανήκαν αρχικά σε ποιμενική γιορτή, που λάμβανε χώρα την πανσέληνο που ήταν πιο κοντά στην εαρινή ισημερία. Επρόκειτο μάλλον για θυσία ενός αρνιού έτσι ώστε ο θεός των ποιμνίων (της γονιμότητας) να πάρει το μερίδιό του για να εξασφαλίσει τη γονιμότητα του ποιμνίου. Το αρνί τρωγόταν σε ένδειξη κοινωνίας με τον θεό προστάτη.

Σύμφωνα με αυτό, ο θεός είχε πει στους Εβραίους ότι πρέπει το αρνί να φαγωθεί όλο και να μην μείνει κανένα κομμάτι του. Έτσι προέκυψαν και τα φαγητά όπως η μαγειρίτσα αλλά και το κοκορέτσι στα οποία χρησιμοποιούνται τα εντόσθια του ζώου.

**ΜΑΡΚΕΛΛΑ ΜΙΧΑΗΛΙΔΗ**

## ΠΑΡΑΔΟΣΗ – ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

### Το πασχαλινό τσουρέκι

Τα τσουρέκια είναι ο εξελιγμένος τύπος του πασχαλινού ψωμιού, της Λαμπροκουλούρας ή του Λαμπρόψωμου.

Το όνομα “τσουρέκι” προέρχεται από την Τουρκική λέξη “cogek” που αναφέρεται σε οποιοδήποτε ψωμί είναι φτιαγμένο ζύμη που περιέχει μαγιά, ενώ υπάρχουν πολλά είδη cogek, τόσο αλμυρά όσο και γλυκά, που εμφανίζονται σε διάφορα σχήματα και μεγέθη ανάλογα με την περιοχή.

Οι Αρμένιοι, καθώς και οι άνθρωποι στο Αζερμπαϊτζάν, φτιάχνουν ένα “churek” που είναι ένα στρογγυλό επίπεδο ψωμί πασπαλισμένο με σουσάμι. Το όνομα “τσουρέκι” μάλλον υιοθετήθηκε από τους Έλληνες κατά την περίοδο της τουρκικής κατοχής, και έκτοτε ξεκίνησαν να φτιάχνουν τη δική τους εκδοχή ενός γλυκού ψωμιού φτιαγμένο με γάλα, βούτυρο και αβγά.

Το τσουρέκι είναι μόνο ένα από τα ποικίλα εορταστικά ψωμιά της ελληνικής παράδοσης, όμως ίσως είναι το πιο

γνωστό. Εκτός από το τσουρέκι, υπάρχουν και άλλες ποικιλίες Πασχαλινού ψωμιού γνωστές ως “λαμπροκούλουρα” ή “λαμπρόψωμο” ή με άλλες ονομασίες ανάλογα με την τοπική παράδοση.



Το ψωμί αυτό είναι συμβολικό, γιατί αντιπροσωπεύει την ανάσταση του Χριστού, καθώς το αλεύρι ζωντανεύει και μεταμορφώνεται σε ψωμί. Το ψωμί συμβόλιζε τη “ζωή” και στην ειδωλολατρική παράδοση και μπορούμε να βρούμε απομεινάρια της ακόμη και σήμερα, σε παραδόσεις όπως της προσφοράς Πασχαλινού ψωμιού και κόκκινων αβγών στους τάφους αγαπημένων προσώπων κατά το Πάσχα.

Το σχήμα των Πασχαλινών ψωμιών ποικίλλει ανάλογα με τις τοπικές παραδόσεις. Το πιο γνωστό είναι φυσικά η πλεξούδα, με ή χωρίς κόκκινο αβγό. Οι πλεξούδες και οι κόμποι προέρχονται από τους ειδωλολατρικούς χρόνους ως σύμβολα για την απομάκρυνση των κακών πνευμάτων.

Πρώι-πρώι τη μεγάλη Πέμπτη, σε όλη την Ελλάδα, οι γυναίκες καταπίνουν με το ζύμμα. Ζυμώνουν με μυρωδικά τις κουλούρες της Λαμπρής και τις στολίζουν με λουρίδες από ζυμάρι και ξηρούς καρπούς. Ανάλογα με το σχήμα που τους έδιναν παλιότερα είχαν και διάφορα ονόματα. “Κοφίνια”, “καλαθάκια”, “δοξάρια”, “αυγούλες”, “κουτσούνες”, “κουζουνάκια”. Παρόμοιες κουλούρες έφτιαχναν και στα βυζαντινά χρόνια, τις “κολλυρίδες” και ήταν ειδικά ψωμιά για το Πάσχα, σε διάφορα σχήματα, που είχαν στο κέντρο ένα κόκκινο αυγό.

**ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**

### Το σουβλισμα του αρνιού

Στις περισσότερες περιοχές της Ελλάδας, κάθε Πάσχα, έχουμε το έθιμο του σουβλισματος του αρνιού. Το έθιμο αυτό προέρχεται από το εβραϊκό Πάσχα και σχετίζεται με την έξοδο των Ισραηλιτών από την Αίγυπτο.

Πριν ξεκινήσουν για την μεγάλη έξοδο ο Θεός μέσω του Μωυσή, τους είπε να συγκεντρωθούν σε μικρές ομάδες και να θυσιάσουν όλες οι οικογένειες από ένα αρνί.

Με το αίμα του έπρεπε να βάψουν τις πόρτες των σπιτιών τους για να μην εξολοθρευτούν από τον άγγελο του Θεού που εκείνο το βράδυ θα θανάτωνε τα πρωτότοκα παιδιά κάθε οικογένειας που δεν θα είχε σημάδεψει με το αίμα του αρνιού την είσοδο του σπιτιού της.

Εκείνο το βράδυ κάθε οικογένεια

πρόσφερε ως θυσία στο Θεό ένα αρνί για τη σωτηρία όλου του λαού. Το έφαγαν χωρίς να σπάσουν τα κόκαλα



του μαζί με άζυμο ψωμί και πικρά χόρτα. Με το αίμα του έβαψαν τις πόρτες τους.

#### Τι συμβολίζει το αρνί

Το αρνί ή ο αμνός συμβολίζει τον Χριστό μας, (ο αμνός του Θεού) που θα σήκωνε στις πλάτες του τις αμαρτίες του κόσμου.

Οι Εβραίοι τσοπάνηδες ήταν αυτοί που έσφαζαν και προσέφεραν τα αρνιά ως θυσία στο Θεό για να τον τιμήσουν και να τον ευχαριστήσουν. Στη συνέχεια όμως οι Χριστιανοί καθιέρωσαν το Πάσχα ως δική τους εορτή.

#### Τι συμβολίζει το σουβλισμα

Οι Χριστιανοί σουβλίζουν και μοιράζονται το αρνί του Πάσχα που συμβολίζει τον Χριστό ο οποίος θυσιάστηκε για μας.

Κάθε γωνιά της Ελλάδας αυτή τη μέρα γιορτάζει με το δικό της

(Συνέχεια στη σελίδα 9)



## ΠΑΡΑΔΟΣΗ – ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

### Το σούβλισμα του αρνιού

(Συνέχεια από τη σελίδα 8)

τρόπο και οι κάτοικοι των περιοχών αυτών μαγειρεύουν και ψήνουν το αρνί με το δικό τους παραδοσιακό τρόπο όπως :

Στη **Λιβαδειά** οι κάτοικοι στήνουν σε σειρά υπαίθριες σούβλες και συγκεντρώνονται γύρω τους πίνοντας και τρώγοντας για ώρες.

Τη **Ρόδο**, συνηθίζουν να σφά-

ζουν στο σπίτι τους το αρνάκι τους και το λένε Πασκάτη ή Λαμπριώτη. Το γεμίζουν με χοντρό σιτάρι αλεσμένο στον μύλο και το ψήνουν στον φούρνο. Το έθιμο αυτό συνηθίζεται και στη Σάμο, την Ικαρία και τη Λέσβο.

Στην **Άνδρο**, το αρνάκι λέγεται Λαμπριάτης και μαγειρεύεται στο φούρνο με λαχανικά και ρύζι

Στη **Σίφνο** το αρνάκι ψήνεται

στο «Μαστέλο», δηλαδή σε πήλινο δοχείο με άνηθο και κόκκινο κρασί.

Στη **Νάξο** συνηθίζεται το παραδοσιακό «Μπατούδο», δηλαδή κατσίκακι γεμιστό με εντόσθια, λαχανικά, ρύζι, αυγά και τυρί ψημένο στο φούρνο.

**ΚΑΛΟ ΠΑΣΧΑ!!!!!!!**

ΓΙΑΝΝΗΣ ΑΒΡΑΜΗΣ

### Έθιμα της Μεγάλης Εβδομάδας

Ο εορτασμός του Πάσχα είναι μία από της σημαντικότερες εορτές του Χριστιανισμού. Τα Θεία Πάθη και η Ανάσταση του Κυρίου συμβολίζουν τον αγώνα, την ελπίδα και την αναγέννηση, τη μετάβαση από το θάνατο στη ζωή. Η περίοδος αυτή είναι γεμάτη έθιμα και παραδόσεις, που κρατούν ζωντανή την πίστη και την αγάπη των ανθρώπων στον Χριστό και τη διδασκαλία του.

**Μεγάλη Δευτέρα:** Νηστεία για όλους  
Στις μέρες μας, τη Μεγάλη Δευτέρα



ξεκινούν πολλοί την νηστεία της Μεγάλης Εβδομάδας μέχρι να κοινωνήσουν το Μεγάλο Σάββατο. Η Μεγάλη Δευτέρα είναι αφιερωμένη στον Ιωσήφ, ο οποίος σύμφωνα με τις Γραφές, έφερε τον λαό του Ισραήλ στην Αίγυπτο (μέχρι την εποχή που ο Μωυσής τους βοήθησε να επιστρέψουν στη Γη της Χαναάν).

**Μεγάλη Τρίτη: Καθαριότητα**

Η μέρα αυτή είναι αφιερωμένη

στο **καθάρισμα του σπιτιού**. Σε κάποιες περιοχές της Ελλάδας, τη Μεγάλη Τρίτη φτιάχνονται και τα κουλουράκια και τσουρέκια, έθιμο που συνήθως γίνεται Μ. Πέμπτη.

Τη Μεγάλη Τρίτη στην εκκλησία διαβάζεται η Παραβολή των Δέκα Παρθένων, ενώ το βράδυ ψάλλεται το τροπάριο της Κασσιανής.

**Μεγάλη Τετάρτη : Η νέα ζύμη**

Κάθε χρόνο τη Μ. Τετάρτη παρασκευάζοταν η νέα ζύμη -το προζύμι της χρονιάς. Οι γυναίκες της εκκλησίας πήγαι-

ναν από σπίτι σε σπίτι, μάζευαν αλεύρι και το ζύμωναν χωρίς προζύμι. Έπειτα το πήγαιναν στην εκκλησία και ο παπάς το ακουμπούσε πάνω του το σταυρό και το αλεύρι φούσκωνε. Αυτό θα ήταν το προζύμι της χρονιάς.

Τη Μεγάλη Τετάρτη διαβάζεται **το μύρωμα του Ιησού** από την αμαρτωλή, κατά την διάρκεια του οποίου μιλά για τον επερχόμενο θάνατό του.

Το απόγευμα της Μεγάλης Τετάρτης, στις εκκλησίες μας, τελείται το Μυστήριο του Μεγάλου Ευχελαίου.

Σε κάποιες περιοχές της Ελλάδας, οι γυναίκες πηγαινούν στο **Μεγάλο Ευχέλαιο**, έχοντας μαζί τους μια σουπιέρα με αλεύρι. Σε αυτό στερεώνουν τρία κεριά, τα οποία καίνε κατά την τέλεση του Μυστηρίου. Το αλεύρι αυτό, το χρησιμοποιούν για να φτιάξουν τα πασχαλινά κουλούρια την επόμενη ημέρα.

**Μεγάλη Πέμπτη: Κοκκινοπέφτη**

Την Μεγάλη Πέμπτη γίνεται το **βάψιμο των αυγών**, που μαρτυρά το αίμα του Ιησού που χύθηκε στα μαρτύριά του. Για αυτό και τη λέμε Κόκκινη Πέφτη ή Κοκκινοπέφτη. Το αυγό έχει έναν ακόμα συμβολισμό ως προς την Ανάσταση. Με το αυγό οι Χριστιανοί συμβόλισαν τον τάφο, από τον οποίο εξήλθε όταν αναστήθηκε ο Χριστός -εξ ου και το σπάσιμο των αυγών μετά την Ανάσταση.

Τη Μεγάλη Πέμπτη το βράδυ, αφού τελειώσουν τα 12 Ευαγγέλια, κοπέλες αναλαμβάνουν να **στολίσουν τον επιτάφιο** με όλα τα ανοιξιάτικα λουλούδια. Βιολέτες, τριαντάφυλλα, μενεξέδες. Φτιάχνουν στεφάνια και γιρλάντες, ενώ ψέλνουν το μοιρολόγι της Παναγίας. Το βράδυ της Μεγάλης Πέμπτης, οι γυναίκες αγρυπνούν στην εκκλησία και μοιρολογούν το Χριστό. **Προσκυνάνε τον Επιτάφιο όλοι και περνάνε από κάτω** “για να τους πιάσει η χάρη του Χριστού”.

Σε μερικά μέρη τη Μεγάλη Πέμπτη ετοιμάζουν τον **Ιούδα**. Με παλιά ρούχα φτιάχνουν το ομοίωμα του και το περιφέρουν από σπίτι σε σπίτι ζητώντας “καψίδια”. Κάθε νοικοκυρά δίνει ό,τι της βρίσκεται. Κληματόβεργες, λινάτσες ή του ρίχνει πετρέλαιο.

Το Θείο Δράμα προχωρά προς την αποκορύφωσή του. Την ημέρα εκείνη έγινε ο Μυστικός Δείπνος -από εκεί ξεκινά το μυστήριο της Θείας Κοινωνί-

(Συνέχεια στη σελίδα 10)

## ΠΑΡΑΔΟΣΗ – ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

### Έθιμα της Μεγάλης Εβδομάδας

(Συνέχεια από τη σελίδα 9)

ας. Το ίδιο βράδυ ο Ιούδας προδίδει τον Χριστό, ο οποίος συλλαμβάνεται στον κήπο της Γεσθημανής, όπου έχει πάει για να προσευχηθεί με τους μαθητές του.

Επίσης, σε πολλές περιοχές της χώρας τη Μ. Πέμπτη οι γυναίκες ζυμώνουν τσουρέκια ή τις λεγόμενες «**κουλούρες της Λαμπρής**», οι οποίες επίσης συμβολίζουν την Ανάσταση, καθώς το αλεύρι μεταμορφώνεται με το ζύμωμα και γίνεται ψωμί.

Στην εκκλησία το βράδυ ψέλνονται τα Δώδεκα Ευαγγέλια, ενώ περιφέρεται και ο Σταυρός του Ιησού, συμβολίζοντας τη Σταύρωσή του. Αργότερα γίνεται και ο στολισμός του Επιταφίου από γυναίκες και κορίτσια. Σε πολλά μέρη της Ελλάδας, μάλιστα, οι γυναίκες διανυκτερεύουν στην εκκλησία, «φυλάγουν και μοιρολογούν το Χριστό» όπως συνηθίζουν να κάνουν για κάθε αγαπημένο τους νεκρό. Σε κάποιες εκκλησίες, ωστόσο, ο στολισμός του Επιταφίου γίνεται Παρασκευή μεσημέρι.

#### Μεγάλη Παρασκευή: Πένθος μεγάλο

Η Μεγάλη Παρασκευή αναπαριστά την δίκη του Ιησού από τον Πόντιο Πιλάτο, τη μαρτυρική του πορεία προς τον Γολγοθά και τη Σταύρωση. Πρόκειται για την **ημέρα των Παθών**. Σύμφωνα με τις γραφές, το μαρτύριο του Ιησού στον Σταυρό θα κρατήσει 6 ώρες, ενώ το μεσημέρι γίνεται ο ενταφιασμός του –ο λόγος για την τελετή της Αποκαθήλωσης και του ενταφιασμού που η εκκλησία κάνει το μεσημέρι.

Το βράδυ τελείται η περιφορά του Επιταφίου, ενώ οι καμπάνες χτυπούν πένθιμα όλη την ημέρα. Σε άλλα μέρη της Ελλάδας τα λουλούδια του Επιταφίου φυλάσσονται, μετά την περιφορά, από τους πιστούς γιατί θεωρούνται θαυματουργά.

Για τους πιστούς η νηστεία της ημέρας είναι αυστηρότατη και απαγορεύει

ακόμα και το λάδι, ενώ το έθιμο απαγορεύει κάθε εργασία την ημέρα αυτή. Σε πολλές περιοχές της χώρας φτιάχνουν ένα ομοίωμα του Ιούδα, το οποίο παραδίδουν στη φωτιά μετά την περιφορά του Επιταφίου. Επίσης, την ημέρα αυτή οι πιστοί συνηθίζουν να επισκέπτονται τους τάφους των νεκρών συγγενών και φίλων.

#### Μεγάλο Σάββατο: Χριστός Ανέστη

Το Μεγάλο Σάββατο είναι η τελευταία μέρα της Μεγάλης Σαρακοστής και η



γιορτή της Ανάστασης. Πρώτη Ανάσταση γιορτάζεται στην πρωινή λειτουργία σε πολλές εκκλησίες της χώρας. Η Πρώτη Ανάσταση συμβολίζει ότι, ενώ το σώμα του βρίσκεται στον τάφο, ο Ιησούς κατεβαίνει προσωρινά στον Άδη για να μεταφέρει στους νεκρούς το Λόγο του. Άλλωστε, και στην ψαλμωδία της Θείας Λειτουργίας την ημέρα εκείνη αναγγέλλεται η Ανάσταση του Χριστού.

Στα Ιεροσόλυμα γίνεται η **Αφή του Αγίου Φωτός** και μεταφέρεται σε όλο τον χριστιανικό κόσμο. Στην Ελλάδα, συνήθως τα μεσάνυχτα, δίδεται στους πιστούς, που ψάλλουν το Χριστός Ανέστη, ανάβοντας λαμπάδες και βεγγαλικά. Οι πιστοί επιστρέφοντας στο σπίτι κρατούν άσβεστη τη φλόγα του Αγίου Φωτός για σαράντα μέρες. Το γιορτινό τραπέζι περιλαμβάνει μαγειρίτσα και κόκκινα αυγά, ενώ πολλοί προετοιμάζουν τα κρέατα που θα ψήσουν την επόμενη ημέρα.

Σε πολλά μέρη της Ελλάδας υπάρχουν

ιδιαίτερα έθιμα και παραδόσεις. Στο Λεωνίδιο τα παιδιά ανάβουν πολύχρωμα φαναράκια, που αφήνουν να πετάξουν στον ουρανό. Στην Κέρκυρα, οι Μπότηδες σπάνε μεγάλες στάμνες και στη Χίο επιδεικνύονται σε ρουκετοπόλεμο. Τέλος, στη Ζάκυνθο, απελευθερώνουν λευκά περιστέρια στον ουρανό.

**Κυριακή του Πάσχα:** Αυγό, γλέντι κι αρνί!

Πρόκειται για τη μεγάλη γιορτή της Λαμπρής. Από νωρίς το πρωί ψήνεται ο

παραδοσιακός οβελίας στη σούβλα, ενώ συγκεντρώνονται φίλοι και συγγενείς γύρω από το εορταστικό τραπέζι για να φάνε και να γλεντήσουν μέχρι αργά το απόγευμα.

Το Πάσχα είναι η μεγαλύτερη γιορτή του χριστιανισμού. Η λέξη έχει τις ρίζες της στην αρχαία Αίγυπτο. Με το “Πισάχ” -

η λέξη σημαίνει διάβαση- οι Αιγύπτιοι γιόρταζαν τη διάβαση του ήλιου από τον ισημερινό, την εαρινή δηλαδή ισημερία και μαζί της τον ερχομό της άνοιξης. Οι Εβραίοι καθιέρωσαν και αυτοί τη γιορτή με την ονομασία “Πεσάχ” (διάβαση-επέμβαση) σε ανάμνηση της απελευθέρωσης τους από τους Αιγυπτίους και της διάβασης της Ερυθράς θάλασσας.

Στη χριστιανική γιορτή δόθηκε το όνομα “Πάσχα” και με απόφαση της Α΄ Οικουμενικής Συνόδου, το 325 μ.Χ., ορίστηκε να γιορτάζεται την πρώτη Κυριακή μετά από την πανσέληνο της εαρινής ισημερίας.

Το Πάσχα, ο λαός, μαζί με την “εκ νεκρών Ανάσταση” του Χριστού, τη νίκη Του δηλαδή ενάντια στο θάνατο, γιορτάζει και την ανάσταση της άνοιξης, το ξύπνημα της φύσης μετά τη νάρκη του χειμώνα.

ΛΥΔΙΑ ΨΥΧΑ

## ΠΑΡΑΔΟΣΗ – ΗΘΗ ΚΑΙ ΕΘΙΜΑ

### Πασχαλινά Έθιμα

Η Ρόδος έχει πολλά ιδιαίτερα έθιμα που αξίζει να αναφερθούν. Το πιο ενδιαφέρον είναι αυτό του «καλαφουνού», της μεγάλης φωτιάς που πρέπει να καίει ασταμάτητα από το Μεγάλο Σάββατο μέχρι την Κυριακή του Πάσχα που θα καεί ο Ιούδας. Η παράδοση θέλει τους ελεύθερους άνδρες του χωριού να είναι υποχρεωμένοι το Μεγάλο Σάββατο να φέρουν μεγάλους κορμούς δέντρων -ή αλλιώς «κουτσούρους»- για να διατηρήσουν τη φωτιά στο κέντρο της πλατείας ζωντανή. Την ίδια ημέρα εκλέγεται και ένα «προεδρείο» υπεύθυνο για το έθιμο και την τήρησή του. Την Κυριακή του Πάσχα, αφού πραγματοποιηθεί η Δεύτερη Ανάσταση, οι άντρες που πρόκειται να παντρευτούν και συμμετέχουν τελευταία φορά στο έθιμο βάζουν φωτιά στον Ιούδα. Την επόμενη ημέρα το εκλεγμένο προεδρείο «δικάζει» καθέναν από τους συμμετέχοντες και όσοι βρεθούν ότι δεν τήρησαν τους κανόνες του εθίμου έχουν χρηματικά πρόστιμα που συγκεντρώνονται για φιλανθρωπικούς σκοπούς. Αν κάποιος αρνηθεί να πληρώσει το πρόστιμο, τον πετούν με τα ρούχα σε μια γούρνα με νερό!

**ΗΛΙΑΣ ΚΥΡΙΟΥ** Καλαμάτα : Σαϊτοπόλεμος

Η βραδιά της Ανάστασης είναι κατασκευαστική στο **Λεωνίδιο**, όπου εδώ και έναν αιώνα αναβιώνει κάθε χρόνο το φαντασμαγορικό έθιμο των αερόστατων, που κάνει το σκοτεινό αρκαδικό ουρανό να λαμπυρίζει μοναδικά. Σύμφωνα με το έθιμο, οι πέντε ενορίες της κωμόπολης συναγωνίζονται για το ποια θα πετάξει

τα περισσότερα αερόστατα. Κανείς δεν είναι απόλυτα σίγουρος για την προέλευση του εθίμου. Ωστόσο, οι περισσότεροι υποστηρίζουν ότι οι ναυτικοί της



Πάσχα στο Λεωνίδιο

περιοχής είχαν δει κάτι αντίστοιχο σε κάποια ασιατική χώρα και αποφάσισαν να μεταφέρουν το έθιμο αυτό στον τόπο τους.



**ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΠΑΓΙΑΤΗ**

#### Πάσχα στην Καλαμάτα - Σαϊτοπόλεμος

Στην Καλαμάτα την Κυριακή του Πάσχα, αναβιώνει ένα ξεχωριστό τοπικό έθιμο, ο σαϊτοπόλεμος, του οποίου οι ρίζες βρίσκονται στους απελευθερωτικούς αγώνες του 1821. Σύμφωνα με το

θρύλο, οι Μεσσήνιοι χρησιμοποίησαν σαΐτες γεμάτες εκρηκτικά για να αναχαιτίσουν το ιππικό των Τούρκων, τρομάζοντας τα άλογα τους. Όσοι συμμετέχουν στο έθιμο είναι συχνά ντυμένοι με παραδοσιακές φορεσιές και οπλισμένοι με σαΐτες που έχουν κατασκευάσει μόνοι τους από χαρτονένιους σωλήνες γεμισμένους μπαρούτι. Όταν η εκτόξευση αρχίσει, το πλήθος που βρίσκεται γύρω αρχίζει να ζητωκραυγάζει δημιουργώντας ένα εκπληκτικό σκηνικό. Τα «μπουλούκια», όπως ονομάζονται οι ομάδες των σαϊτολόγων αναβιώνουν ένα έθιμο που δίνει έμφαση στην εφευρετικότητα των Ελλήνων και θυμίζει τον ηρωισμό τους επί Τουρκοκρατία.

#### Πάσχα στην Άνδρο - Τα μάσκουλα

Η Ανάσταση στις ενορίες της Άνδρου είναι εντυπωσιακή με αμέτρητα βεγγαλικά και κροτίδες που θυμίζουν έντονα το ρουκετοπόλεμο της Χίου. Εκτός από τα πυροτεχνήματα όμως, οι νέοι τοποθετούν σιδερένιους σωλήνες γεμισμένους με μπαρούτι στο χώμα και τους πυροδοτούν. Την Κυριακή του Πάσχα μετά τη Δεύτερη Ανάσταση πραγματοποιούνται εκρήξεις από τα παλιά κανόνια του ενετικού κάστρου και το απόγευμα, στο χωριό Στενιές, οι δύο ενορίες περιφέρουν τις εικόνες της Ανάστασης καταλήγοντας στην πλατεία του χωριού. Τη στιγμή που συναντιούνται, δίνεται το σύνθημα και τα «μάσκουλα» σκάνε απ' άκρη σ' άκρη στο χωριό με εκκωφαντικό θόρυβο.

**MARINIKH ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**

Πολλές ευχές για Καλή Ανάσταση & Καλό Πάσχα!



## ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

### Τα λαχανικά της Άνοιξης

#### Πράσινα Φασολάκια

Τα πράσινα φασολάκια είναι πάντα διαθέσιμα, κατεψυγμένα σε σακουλάκια, αλλά είναι πολύ καλύτερα όταν είναι φρέσκα. Αναζητήστε φασολάκια που φαίνονται έτοιμα να σπάσουν αν

προσπαθήσετε να τα λυγίσετε. Αποφύγετέ τα αν είναι μαλακά ή μοιάζουν αφυδατωμένα. Διατηρήστε τα στο ψυγείο μέχρι και μία εβδομάδα.

#### Αρακάς

Ο αρακάς είναι ένα ακόμα λαχανικό

που μπορείτε να το βρείτε κατεψυγμένο σε συσκευασία. Αλλά ο αρακάς είναι πολύ καλύτερος την άνοιξη. Μπορείτε να βρείτε αρακά που είναι ακόμα μέσα στο φωτεινό πράσινο κέλυφός του,

(Συνέχεια στη σελίδα 12)



## ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

### Τα λαχανικά της Άνοιξης

(Συνέχεια από τη σελίδα 11)

αλλά μπορείτε να τον βρείτε και χωρίς το κέλυφος. Διατηρήστε τον στο ψυγείο και καταναλώστε τον μέσα σε τρεις ημέρες.

#### Σπανάκι

Το φρέσκο σπανάκι μπορεί να χρησιμοποιηθεί ωμό ως σαλάτα, σε σάντουιτς, σε πίτες, μαγειρεμένο ή ως γαρνιτούρα. Το σπανάκι είναι καλύτερο τους τρεις μήνες της άνοιξης. Ψάξτε για φύλλα που έχουν καλή εμφάνιση, είναι πράσινα και τραγανά. Διατηρήστε το στο ψυγείο μέχρι και πέντε ημέρες.

#### Σέσκουλο

Το σέσκουλο είναι ένα υπέροχο λαχανικό με σκούρα πράσινα φύλλα και πολύχρωμα στελέχη. Το χρώμα είναι το κλειδί για την επιλογή φρέσκου σέσκουλου. Αναζητήστε σέσκουλο που φαίνεται καθαρό και δεν έχει κιτρινωπά ή καφετιά φύλλα. Διατηρήστε το στο ψυγείο αλλά να γνωρίζετε πως πρέπει να καταναλωθεί εντός τριών ή τεσσάρων ημερών.

#### Αγκινάρες

Αν αγαπάτε τις αγκινάρες η καλύτερη εποχή να τις βρείτε και να τις καταναλώσετε είναι η άνοιξη. Ψάξτε για τις αγκινάρες που έχουν ερμητικά κλειστά φύλλα και δεν έχουν ατέλειες. Θα πρέπει επίσης να τις αισθάνεστε κάπως βαριές για το μέγεθός τους όταν τις κρατάτε στα χέρια σας. Όταν τις πάρε-



Μπρόκολο και αγκινάρες

τε στο σπίτι πρέπει να τις βάλετε στο ψυγείο και να τις καταναλώσετε το αργότερο σε μία εβδομάδα από την αγορά τους.

#### Σπαράγγια

τους αυτό το διάστημα και όλα όσα μας προσφέρουν.

#### Φράουλες

Η φράουλα αποτελεί ένα από τα αγαπημένα φρούτα της άνοιξης. Αντέχει αρκετά στις χειμερινές χαμηλές θερμοκρασίες, όμως μια απότομη αλλαγή θερμοκρασίας ή ένας παγετός μπορεί να τη βλάψει. Η φράουλα φυτεύεται το φθινόπωρο έτσι ώστε να υπάρχει παραγωγή το επόμενο έτος, αν και η αυξανόμενη ζήτησή της τη μετέτρεψε σε μονοετές φυτό με πιο εντατική καλλιέργεια, ακόμη και σε θερμοκήπια. Η συγκομιδή της γίνεται μόλις κοκκινίσει, συνήθως νωρίς την άνοιξη. Τι μας προσφέρουν: Οι φράουλες αποτελούν μια εξαιρετική πηγή αντιοξειδωτικών ουσιών, βιταμινών και μετάλλων. Ειδικότερα, αποτελούν από τις πλουσιότερες πηγές βιταμίνης C. Πολλές μελέτες τα τελευταία χρόνια δείχνουν μια ισχυρότατη συσχέτιση της βιταμίνης C με

Τα φρέσκα σπαράγγια είναι νόστιμα και την άνοιξη βρίσκονται στην καλύτερη στιγμή τους. Οι μίσχοι πρέπει να μυρίζουν φρεσκάδα και να είναι σταθεροί αλλά όχι άκαμποι. Μην αγοράσετε σπαράγγια που έχουν μαραθεί ή είναι μαλακά. Κρατήστε τα σπαράγγια φρέσκα τυλίγοντας τις άκρες τους με βρεγμένο χαρτί κουζίνας και βάλτε τα σε πλαστικό δοχείο. Καταναλώστε τα μέσα σε μία εβδομάδα από την αγορά τους.

#### Μπρόκολο

Το μπρόκολο είναι ένα ευέλικτο λαχανικό που μπορεί να καταναλωθεί με πολλούς τρόπους. Επιλέξτε μπρόκολο που έχει βαθύ πράσινο χρώμα και δεν είναι μαραμένο. Διατηρήστε στο ψυγείο και χρησιμοποιήστε το μέσα σε τρεις-τέσσερις ημέρες αν δεν θέλετε να μαραθεί και να χαθεί η γεύση και τα συστατικά του.

ΛΑΕΡΤ ΚΑΣΟ

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΟΥΤΣΟΣ

### Φρούτα της Άνοιξης : Φράουλες

Την άνοιξη και το καλοκαίρι τα φρούτα είναι άφθονα. Είναι ευκαιρία λοιπόν να αυξήσουμε την κατανάλωσή τους και να προσφέρουμε στον εαυτό μας γεύση, ενυδάτωση και πολύτιμες θρεπτικές ουσίες. Κάθε πράγμα στον καιρό του, λέει μια λαϊκή ρήση και το ίδιο φυσικά ισχύει και για τη διατροφή μας και τα τρόφιμα που καθημερινά καταναλώνουμε. Ιδιαίτερως για τα φρούτα, των οποίων η καθημερινή κατανάλωση αποτελεί μια από τις βασικότερες αρχές μιας σωστής και ισορροπημένης διατροφής.

Τους πιο ζεστούς μάλιστα μήνες του έτους, δηλαδή την περίοδο της άνοιξης και του καλοκαιριού, καθίστανται ακόμη πιο αναγκαία, καθώς μας βοηθούν να αναπληρώσουμε τα χαμένα με τον ιδρώτα συστατικά μας, όπως νερό, απαραίτητα μέταλλα και ιχνοστοιχεία. Ας γνωρίσουμε λοιπόν καλύτερα τα φρούτα που κάνουν την εμφάνισή



μειωμένο κίνδυνο εμφάνισης λοιμώξεων τόσο του αναπνευστικού όσο και των λοιπών συστημάτων του οργανισμού. Υψηλή είναι η περιεκτικότητά της και σε βιταμίνη Κ, φυλλικό οξύ, μαγγάνιο, κάλιο και βιταμίνες του συμπλέγματος Β, που βοηθούν τη βέλτιστη ανάπτυξη και δράση των διαφόρων συστημάτων του οργανισμού, όπως του ανοσοποιητικού, του νευρικού, του καρδιαγγειακού, του κυκλοφορικού κ.ά. Ισως όμως τα σημαντικότερα συστατικά της είναι ορισμένες φαιολικές ενώσεις, με κυριότερη την ανθοκυανίνη και την ελλαγιτανίνη. Θερμίδες: 50 ανά μπόλακι.

**ΝΕΦΕΛΗ ΚΥΡΙΑΖΗ**

## ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

### Τα ανοιξιότικα φρούτα και οι βιταμίνες τους

#### Δαμάσκηνα

Τα δαμάσκηνα είναι εξαιρετικά πλούσια σε φυτικές ίνες, πράγμα που τα κάνει πολύτιμο σύμμαχο για την καλή λειτουργία του εντέρου – αλλά αυτό το ξέρεις. Αυτό που ίσως δεν ξέρεις, είναι ότι τα δαμάσκηνα περιέχουν επίσης υψηλές ποσότητες βιταμινών Α και C, εκ των οποίων η πρώτη είναι πανίσχυρος σύμμαχος της υγείας των ματιών μας, ενώ η δεύτερη είναι διάσημη για την αντιοξειδωτική της δράση.

#### Βερίκοκα

Από τα πιο αγαπημένα φρούτα της (προχωρημένης) άνοιξης, το βερίκοκο είναι φημισμένο για μια μακρά λίστα βιταμινών και άλλων πολύτιμων θρεπτικών στοιχείων, στα οποία περιλαμβάνονται οι βιταμίνες Α, C, B1, B2, το β-καροτένιο, το κάλιο, το μαγνήσιο, ακόμα και μια μικρή αλλά όχι αμελητέα ποσότητα σιδήρου, πράγμα εξαιρετικά σπάνιο για φρούτα.

#### Μούρα

Μικρά στο μάτι, τεράστια σε διατροφική αξία. Τα **μούρα**, κάθε εί-

δους, περιέχουν ελάχιστες θερμίδες και τεράστια ποσότητα φυτικών ινών – ειδικά αν συνυπολογίσουμε το μέγεθός τους. Επιπλέον, είναι από τα πιο πλούσια φρούτα σε βιταμίνη C, όπως και σε



περιεκτικότητα αντιοξειδωτικών. Για παράδειγμα, τα μύρtila είναι πλούσια σε ένα πολύ ισχυρό αντιοξειδωτικό, τις ανθοκυανίνες –είναι η χρωστική που τους δίνει το έντονο μωβ χρώμα τους.

#### Κεράσια

Το αγαπημένο σύμβολο της προχωρημένης άνοιξης, αυτό που το βλέπεις έξω σε πάγκους και σκέφτεσαι «καλοκαίριασε» (όχι ακόμα, βιάζεσαι, το καλοκαίρι ξεκινά επίσημα στις 21 Ιουνίου, κεράσια έχουμε πολύ νωρίτερα) τα κεράσια είναι πλούσια σε βιταμίνες του συμπλέγματος Β και βιταμίνη C, καθώς και σε φυλλικό οξύ. Περιέχουν επίσης μικρές ποσότητες σιδήρου, μαγνησίου, καλίου και πρωτεϊνών. Και τίποτα απ' όλα αυτά να μην είχαν, πάλι θα τα λατρεύαμε, γιατί είναι πεντανόστιμα τόσο του αναπνευστικού όσο και των λοιπών συστημάτων του οργανισμού. Υψηλή είναι η περιεκτικότητά της και σε βιταμίνη Κ, φυλλικό οξύ, μαγγάνιο, κάλιο και βιταμίνες του συμπλέγματος Β, που βοηθούν τη βέλτιστη ανάπτυξη και δράση των διαφόρων συστημάτων του οργανισμού, όπως του ανοσοποιητικού, του νευρικού, του καρδιαγγειακού, του κυκλοφορικού κ.ά. Ίσως όμως τα σημαντικότερα συστατικά της είναι ορισμένες φαινολικές ενώσεις, με κυριότερη την ανθοκυανίνη και την ελλαγιτανίνη. Θερμίδες: 50 ανά μπόλακι.

ΠΕΛΑΓΙΑ ΑΛΙΜΠΕΡΤΗ

## Βιολογικά προϊόντα

#### Τι είναι τα βιολογικά προϊόντα ;

Με τον όρο “βιολογικά” ή “οργανικά” χαρακτηρίζονται τα προϊόντα εκείνα που παράγονται χωρίς τη χρήση χημικών φυτοφαρμάκων και λιπασμάτων ή άλλων ορμονών. Αυτή η μορφή βιολογικής παραγωγής που τέθηκε σε εφαρμογή στις 5 Αυγούστου 2009 στηρίζεται σε φυσικές και όχι χημικές διεργασίες. Τα βιολογικά προϊόντα σε σύγκριση με τα συμβατικά είναι πολύ πιο υγιεινά γιατί στην καλλιέργεια τους δεν χρησιμοποιήθηκαν ορμόνες, λιπάσματα βιταμίνες ή αντιβιοτικά, δηλαδή παρεμβάσεις που είναι έξω από τη φυσιολογική τους ζωή.

#### Γιατί να επιλέξω βιολογικά προϊόντα ;

Η απουσία φυτοφαρμάκων και άλλων χημικών, που αθροιστικά και στη διάρκεια, μπορεί να προκαλέσουν σωρεία

προβλημάτων υγείας, είναι ο σπουδαιότερος λόγος για να τα εντάξει κάποιος τα βιολογικά τρόφιμα στην καθημερινή διατροφή του.

Συγκρίνοντας βιολογικά τρόφιμα με τα αντίστοιχα συμβατικά,

εύκολα διαπιστώνουμε τα προτερήματα των πρώτων και τα οφέλη που προσφέρουν στην υγεία μας. Τα επιστημονικά στοιχεία είναι αναρίθμητα.

Τα θρεπτικά συστατικά που παρέχει ένα βιολογικό προϊόν μπορούν να προσληφθούν στο ακέραιο, χωρίς την αντίστοιχη πρόσληψη χημικών .

Η βιολογική γεωργία έχει αποδεδειγμένα θετική επίπτωση τόσο στην ανθρώπινη υγεία όσο και στο περιβάλλον.



Η παραγωγή των βιολογικών προϊόντων στηρίζεται σε φυσικούς τρόπους, σε τεχνικές καλλιέργειας και στη χρήση εναλλακτικών μορφών προστασίας, στηρίζοντας παράλληλα τη διατήρηση της φυσικής ισορροπίας και τη γονιμότητα του εδάφους. Ταυτόχρονα διασφαλίζουμε την υγεία των εργαζομένων στη γεωργική παραγωγή αφού δεν εκτίθενται σε επιβλαβείς χημικές ουσίες.

ΙΣΜΗΝΗ ΓΚΟΤΣΗ

## ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ

### Πασχαλινά διακοσμητικά από ύφασμα

Μπορείτε να αγοράσετε υφάσματα και να δώσετε σχέδιο με ένα ψαλίδι. Στην συνέχεια κολλήστε πάνω στα υφάσματα χάρτινα λαγουδάκια, καροτάκια και ό,τι άλλο σας αρέσει. Μπορείτε να τα ενώσετε μεταξύ τους με έναν σπάγκο και

να φτιάξετε μία υπέροχη Πασχαλινή γιρλάντα ή να τα δώσουμε στα παιδιά μας σκέτα για το δωμάτιό τους.

**ΜΑΡΚΕΛΛΑ ΜΙΧΑΗΛΙΔΗ**



## ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ

### Γιατί έχουμε δίσεκτα έτη ;

Δίσεκτο ονομάζεται το έτος στο οποίο προσμετράται μία παραπάνω ημέρα, με σκοπό τη διόρθωση σφαλμάτων που προκαλούνται από τον μη ακριβή υπολογισμό της διάρκειας της ημέρας, πλήρους περιφοράς της Γης, στη μέτρηση του ηλιακού έτους.

Δίσεκτο έτος έχουμε κάθε 4 χρόνια

Έτος είναι ο χρόνος που χρειάζεται ένα ουράνιο σώμα για να κάνει μια πλήρη περιφορά γύρω από ένα άλλο. Ανάλογα πώς θα μετρήσεις αυτόν τον χρόνο, παίρνεις ένα διαφορετικό αποτέλεσμα. Αν μετρήσεις τον χρόνο που χρειάζεται ο Ήλιος για να επιστρέψει στην ίδια θέση στον ουρανό σε σχέση με τους μακρινούς αστέρες, θα πάρεις το «αστρικό» έτος. Αν μετρήσεις τον χρόνο μεταξύ δύο εαρινών ισημεριών, θα πάρεις το «τροπικό» έτος. Και τέλος, αν μετρήσεις τον χρόνο που χρειάζεται η Γη για να περάσει δύο φορές από το κοντινότερο στον Ήλιο σημείο της τροχιάς της, θα πάρεις το «ανωμαλιακό» έτος. Φυσικά, τα τρία αυτά έτη έχουν λίγο διαφορετική διάρκεια. Το ημερολόγιό μας θέλουμε να συμβαδίζει συγκεκριμένα με το τροπικό έτος γιατί αυτό εκφράζει τον κύκλο των εποχών.

Σκοπός της των δίσεκτων ετών είναι να εναρμονιστεί το τροπικό έτος με το καθημερινό-πολιτικό έτος των ημερολογίων. Δηλαδή να αποφευχθεί σε βάθος χρόνου να έχουμε τον Ιανουάριο καλοκαίρι και τον Ιούλιο χειμώνα. Τη τελική λύση σε αυτό το πρόβλημα βρήκε ο Ιούλιος Καίσαρας με την βοήθεια φιλοσόφων και μαθηματικών. Πρόσθεσαν λοιπόν στο ημερολόγιο ορισμένες μέρες

σε κάθε έτος για να συμβαδίζει η μέτρηση του χρόνου με τις εποχές. Ο Έλληνας αστρονόμος Σωσιγένης, πρότεινε να υιοθετηθεί το ημερολόγιο του Πτολεμαίου του Γ', δηλαδή αυτό που ισχύει και σήμερα.

Το δίσεκτο έτος πήρε το όνομα του από τους Ρωμαίους. Ανάμεσα στις 24 και στις 25 Φεβρουαρίου προσέθεταν κάθε 4 χρόνια άλλη μια μέρα και έτσι υπολόγιζαν την 24η Φεβρουαρίου δύο φορές. Επειδή η 24 Φεβρουαρίου είναι 6 μέρες πριν από την 1η Μαρτίου την ονόμασαν «δίσεκτη», δηλαδή δεύτερη έκτη μέρα πριν από το Μάρτιο. Με τον καιρό η ονομασία καθιερώθηκε για όλο το έτος.

Ο μύθος της γρουσουζιάς ξεκίνησε το 600 π. Χ. όταν οι Ρωμαίοι έφτασαν να γιορτάζουν τις καλοκαιρινές γιορτές του θερισμού μέσα στον ημερολογιακό χειμώνα και αποφάσισαν να αναστρέψουν την κατάσταση.

Κατά τα δίσεκτα χρόνια, που θεωρούνταν κακότυχα, έπρεπε να αποφεύγονται οι γάμοι και το φύτεμα των αμπελιών. Η χρήση της έκφρασης «δίσεκτοι χρόνοι» επεκτάθηκε και πέραν των συγκεκριμένων ετών, ως γενικότερη αναφορά σε εποχές πολλών συμφορών και δεινών

Στην Ελληνική παράδοση τα δίσεκτα έτη θεωρούνται τόσο γρουσουζικά που ο κόσμος αποφεύγει τους γάμους, το κτίσιμο του σπιτιού, τις νέες επαγγελματικές δραστηριότητες και γενικά τους μακροχρόνιους συνεταιρισμούς ή σχέσεις.

(Συνέχεια στη σελίδα 15)





## ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ

### Γιατί έχουμε δίσεκτα έτη ;

(Συνέχεια από τη σελίδα 14)

Σε ορισμένες χώρες τα δίσεκτα έτη έχουν και θετική πλευρά. Στην Ιρλανδία

για παράδειγμα στις 29 Φεβρουαρίου κάθε δίσεκτου έτους, μπορεί όποια Ιρλανδή θέλει να κάνει πρόταση γάμου

στον αγαπημένο της και εκείνος είναι υποχρεωμένος να δεχτεί.

**MARINIKH ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**

### Τι είναι το έτος φωτός ;



Λέμε ότι ο γαλαξίας της Ανδρομέδας απέχει από τη Γη 2,5 εκατομμύρια έτη φωτός. Τι σημαίνει όμως αυτό? Αρχικά να ξεκαθαρίσουμε ότι το έτος φωτός είναι μονάδα μέτρησης της απόστασης (μήκους) και είναι 9,5 τρισεκατομμύρια χιλιόμετρα. Για την ακρίβεια είναι 9.460.730.472.580 χιλιόμετρα! Έστω ότι διέθετα ένα διαστημόπλοιο που έτρεχε με την ταχύτητα του φωτός και είχα επιλέξει να πάω στον γαλαξία της Ανδρομέδας. Θα έφτανα λοιπόν

εκεί σε 2,5 εκατομμύρια χρόνια!

Όπως όλες οι μονάδες μέτρησης, έτσι και το έτος φωτός έχει υποδιαιρέσεις! Έτσι λοιπόν η Σελήνη από τη Γη απέχει 1,3 δευτερόλεπτα φωτός! Κι αν με το ίδιο διαστημόπλοιο πήγαινα εκεί, θα έφτανα σε 1,3 δευτερόλεπτα!

Ενώ αν πήγαινα στον αγαπημένο Πλούτωνα θα έφτανα σε μόλις 4,6 ωρίτσες! Σκεφτείτε ότι η Ανδρομέδα απέχει από τη Γη 9.500.000.000.000 x 2.500.000 = .....χιλιόμετρα! Κι όμως τη βλέπουμε με γυμνό μάτι!

Βέβαια ό,τι βλέπουμε από αυτήν συνέβη πριν από 2,5 εκατομμύρια χρόνια. Κοινώς κοιτάζοντάς την.. ταξιδεύουμε στο παρελθόν!

**ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΟΥΤΣΟΣ**

### ΗΞΕΡΕΣ ΌΤΙ...

1. Το κέτσαπ το χρησιμοποιούσαν κάποτε ως φάρμακο. Το 1834 το πουλούσαν σε χάπια για τη θεραπεία της διάρροιας και του ίκτερο.
2. Ο αμερικανός Τζον Κέλογκ, διευθυντής ιατρικού κέντρου στο Μίτσιγκαν, επινόησε τα κορν-φλέικς για έναν ασθενή με χαλασμένα δόντια.
3. Αργεντινή σημαίνει «Ασημένια Χώρα».
4. Το σάντουιτς δεν ήταν εφεύρεση του λόρδου Σάντουιτς. Επινοήθηκε, όμως, για χάρη του, για να μη λερώνει τα χέρια του όταν έπαιζε χαρτιά και για να

μπορεί να τρώει χωρίς να διακόπτει το παιχνίδι.

5. Το 1853 στη Σαρατόνγκα της Νέας Υόρκης, ένας πελάτης εξόργισε τον μάγειρα ενός εστιατορίου, ονόματι Τζορτζ Κραμ, ότι είχε κόψει πολύ χοντρές τις τηγανητές πατάτες. Τότε αυτός για να τον τιμωρήσει τις ψιλόκοψε, φτιάχνοντας τα πρώτα πατατάκια.
6. Το 1756 ο μάγειρας του Ρισελιέ ετοίμαζε το γεύμα στο λιμάνι του Μαχόν για να γιορτάσουν οι Γάλλοι τη νίκη κατά των βρετανών στη ναυμαχία της Μινόρκας (1756). Το γεύμα περιλάμ-



βανε, μεταξύ άλλων, σάλτσα από κρέμα και αυγά. Όταν ο σεφ συνειδητοποίησε ότι του τελείωσε η κρέμα, έβαλε αντί αυτής λάδι και την ονόμασε Μαχονέζ. Ήταν η πρώτη μαγιονέζα.

**ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**  
**ΓΙΑΝΝΗΣ ΑΒΡΑΜΗΣ**  
**ΜΑΡΚΕΛΛΑ ΜΙΧΑΗΛΙΔΗ**

## ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ

## Όταν η τεχνητή νοημοσύνη γράφει παραμύθια για παιδιά

Εφημερίδα «Καθημερινή» Θεοδώρα Βασιλοπούλου

02/02/2023

«Κάν' το σαν συγγραφέας. Γράψε μια ιστορία που να διδάσκει στα παιδιά με απλό τρόπο την τεχνητή νοημοσύνη. Το βιβλίο θα πρέπει να είναι σύντομο και να έχει ως πρωταγωνίστρια μια 7χρονη με το όνομα Ηλέκτρα».

Αυτή είναι η «εντολή» που πληκτρολόγησε ο Γιώργος Ευστρατιάδης στον υπολογιστή του, και συγκεκριμένα στο ChatGPT, ώστε να μπορέσει με αυτόν τον τρόπο να εξηγήσει στην κόρη του την τεχνητή νοημοσύνη χρησιμοποιώντας την ίδια την τεχνητή νοημοσύνη.

Σε δέκα δευτερόλεπτα ο κορμός του παραμυθιού ήταν έτοιμος. Συνέχισε ζητώντας από την εφαρμογή να αναπτύξει την πλοκή, να περιγράψει αναλυτικά τους ήρωες και τους κόσμους στους οποίους αυτή εξελισσόταν.

Έδωσε την οδηγία να του περιγράψει και τις εικόνες που θα χρειαζόταν για να «ντύσει» την ιστορία.

Στη συνέχεια, απευθύνθηκε σε ένα άλλο μοντέλο τεχνητής νοημοσύνης που ονομάζεται «Midjourney». Αφού το τροφοδότησε με τις περιγραφές που πήρε από το ChatGPT, είχε έτοιμη και την εικονογράφηση. Το παραμύθι είχε ολοκληρωθεί σε περίπου 45-50 λεπτά.

Όσο για το αποτέλεσμα... «της άρεσε πολύ. Ειδικά όταν της εξήγησα πώς δημιουργήθηκε. Ωστόσο, μου έκανε και την παρατήρηση πως “τα μάτια του κοριτσιού είναι μια πράσινα και μια μελί”, προσθέτοντας πώς “η τεχνητή νοημοσύνη μάλλον ακόμα μαθαίνει, οπότε θα βελτιωθεί”», λέει στην «Κ» ο κ. Ευστρατιάδης σχετικά με την αντίδραση της κόρης του.

Ο Γ. Ευστρατιάδης είναι κάτοχος πτυχίου στην Επιστήμη Υπολογιστών και είναι συνιδρυτής μιας παγκόσμιας εταιρείας προστασίας ψηφιακών αρχείων με τεχνολογίες web 3.0 και επομένως γνωρίζει καλά τις τελευταίες τεχνολογικές εξελίξεις. Και δεν κρύβει την ανησυχία του για όλα όσα έρχονται.

«Το AI (τεχνητή νοημοσύνη) είναι κάτι που υπάρχει στη ζωή μας εδώ και πολλά χρόνια. Στις τηλεοράσεις μας, στα κινητά μας, τα αυτοκίνητά μας. Πλέον, όμως, περνάμε σε μια νέα φάση. Η τεχνητή νοημοσύνη μεγαλώνει και επεκτείνεται γεωμετρικά. Αυτό που έρχεται θα είναι ραγδαίο, ολοκληρωτικό και ισοπεδωτικό. Σύντομα θα είναι πρακτικά αδύνατο να την παρακολουθήσουμε με ανθρώπινα μέσα. Δεν μιλάμε για μία ακόμα “βιομηχανική επανάσταση”. Θα αλλάξουν όλα και γρήγορα. Και κανείς δεν είναι προετοιμασμένος για ό,τι έρχεται» εξηγεί.

Ο μεγαλύτερος φόβος του είναι το γεγονός ότι η πληροφορία βρίσκεται σε πολύ λίγα χέρια και πως πολύ σύντομα δεν θα μπορούμε να διασταυρώσουμε τίποτα, γιατί ακόμα και η έννοια της αλήθειας θα αλλάξει.



«Αυτή τη στιγμή που μιλάμε το AI μπορεί να φτιάξει πολύ γρήγορα κείμενα, εικόνες, ήχους και βίντεο με ό,τι περιεχόμενο του ζητήσουμε. Τι θα γίνει αν ο πρωθυπουργός μιας χώρας εμφανιστεί σε βίντεο να απειλεί μια άλλη χώρα με πόλεμο; Θα είναι αληθινό; Πώς θα το γνωρίζουμε; Και πώς θα είμαστε βέβαιοι ότι απλώς δεν το έφτιαξε η άλλη χώρα για να το χρησιμοποιήσει ως αφορμή;» αναρωτιέται.

Και το χειρότερο, όπως λέει, είναι ότι ο περισσότερος κόσμος δεν έχει ιδέα τι συμβαίνει.

Για τον Γιώργο Ευστρατιάδη το πιο ανησυχητικό είναι ότι τα παιδιά,

ουσιαστικά, προετοιμάζονται από γονείς και δασκάλους για έναν κόσμο που στο μέλλον δεν θα υπάρχει.

«Κάποιοι φίλοι των παιδιών μας θα είναι ψηφιακοί. Με αυτούς θα συζητούν, με αυτούς θα μοιράζονται τα πιο βαθιά τους μυστικά και θα μαθαίνουν. Ήδη υπάρχουν ψηφιακές περσόνες με εκατοντάδες χιλιάδες φίλους με τους οποίους συζητούν ιδιωτικά. Δεν μπορώ να μη σκέφτομαι το γεγονός πως πάμε τα παιδιά μας σε ένα σχολείο το οποίο τα προετοιμάζει για έναν κόσμο που δεν θα υπάρχει όταν αποφοιτήσουν. Για παράδειγμα, οι ξένες γλώσσες σύντομα δεν θα χρειάζονται, κι όμως, μαθαίνουμε στα παιδιά μας μία, δύο και τρεις γλώσσες. Τα μαθαίνουμε πράγματα που μπορούν πλέον να βρουν σε ένα δευτερόλεπτο στο κινητό τους. Πραγματικά τα προετοιμάζουμε για κάτι που δεν θα υπάρχει. Είναι τρομακτικό».

Ασπίδα στην επέλαση της τεχνητής νοημοσύνης θα μπορούσε να αποτελέσει μια νοητή παύση μέχρι να θεσπιστούν ξεκάθαροι κανόνες από τα κράτη και η καλύτερη προετοιμασία της νέας γενιάς για όσα θα ακολουθήσουν.

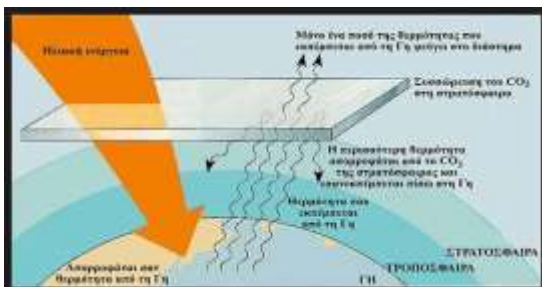
Όπως επισημαίνει και ο Γ. Ευστρατιάδης, «τα παιδιά μας πρέπει να εκπαιδευτούν πλέον στην εργασιακή ευελιξία, στην ενσυναίσθηση, στη συναισθηματική νοημοσύνη και στην ευκολία στη νέα γρήγορη μάθηση σε ποικιλία αντικειμένων. Ικανότητες γενικά που θα αργήσουν να αντικατασταθούν από την τεχνητή νοημοσύνη. Να μάθουν να μπορούν να αντέξουν ψυχικά τη συνεχόμενη εναλλαγή επαγγελματικού προσανατολισμού στο νέο αυτό ρευστό περιβάλλον. Τα κράτη, αντίστοιχα, θα πρέπει να προετοιμαστούν, μεταξύ άλλων, για το μεγαλύτερο κύμα ανεργίας που έχουμε βιώσει ποτέ και την κοινωνική και ψυχολογική αναστάτωση που όλο αυτό θα φέρει».

Πηγή : kathimerini.gr

## ΚΕΙΜΕΝΑ ΑΠΟ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ ΤΕΥΧΗ

### Η κλιματική αλλαγή

Το κλίμα της Γης πάντα αλλάζει! Με πολύ αργούς ρυθμούς, σε μεγάλα χρονικά διαστήματα, γινόταν πιο ζεστό ή πιο κρύο. Όλες αυτές οι αλλαγές ήταν αποτέλεσμα φυσικών αιτιών. Οι αλλαγές που βλέπουμε σήμερα στο κλίμα είναι διαφορετικές και υπεύθυνοι είμαστε εμείς. Ο άνθρωπος προκαλεί με τη δράση του περισσότερα αέρια που παγιδεύουν τη θερμότητα στην ατμόσφαιρα και αυτό προκαλεί την αύξηση της θερμοκρασίας στη γη μας, με πολύ γρήγορο ρυθμό.



Όταν το φως του ήλιου χτυπά την επιφάνεια της Γης, ένα μέρος της ενέργειας απορροφάται, ενώ η υπόλοιπη ενέργεια διαφεύγει πίσω στο διάστημα. Ένα μέρος της, όμως, παγιδεύεται στην ατμόσφαιρα και θερμαίνει τη Γη. Αυτό ονομάζεται "Φαινόμενο του θερμοκηπίου". Η αύξηση λοιπόν της ποσότητας των αερίων στην ατμόσφαιρα καθιστά το φαινόμενο του θερμοκηπίου ισχυρότερο και αυξάνει περισσότερο τη θερμοκρασία της Γης.

Το λιώσιμο των πάγων, οι φονικές πλημμύρες, οι τεράστιες πυρκαγιές, η πείνα

και οι λιμοί εξαιτίας της ξηρασίας, η άνοδος της στάθμης της θάλασσας και οι βίαιες μετακινήσεις των κατοίκων και γενικότερα η διαταραχή των οικοσυστημάτων, είναι μερικές από τις συνέπειες της απότομης αύξησης της θερμοκρασίας της γης.



Τα ορυκτά καύσιμα, όπως ο άνθρακας, το πετρέλαιο και ο λιγνίτης είναι τα απομεινάρια αρχαίων φυτών και ζώων που έχουν θαφτεί βαθιά στο έδαφος και έχουν μετατραπεί σε ουσίες που μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως καύσιμα.

Όταν καίγονται τα ορυκτά καύσιμα απελευθερώνουν αέρια του θερμοκηπίου.

Τα περισσότερα αυτοκίνητα, φορτηγά πλοία, τρένα και αεροπλάνα κινούνται με ορυκτά καύσιμα. Συνήθως τα εργοστάσια, τα σπίτια, τα δημόσια κτίρια χρησιμοποιούν πετρέλαιο, φυσικό αέριο ή ηλεκτρισμό που έχει παραχθεί από ορυκτά καύσιμα.

Επιπλέον η αύξηση των σκουπιδιών (που απελευθερώνουν διοξείδιο του άνθρακα όταν σαπίζουν), η αποψίλωση των δασών (που απορροφούν

διοξείδιο του άνθρακα) καθώς και τα πολλά εκτρεφόμενα ζώα (που παράγουν μεθάνιο), είναι άλλοι τρεις παράγοντες που εντείνουν το φαινόμενο του θερμοκηπίου.

Η ανθρωπότητα πρέπει γρήγορα να προσπαθήσει να μειώσει όλες τις αιτίες που προκαλούν την κλιματική αλλαγή. Ο καθένας μας πρέπει να αναλάβει τις ευθύνες του απέναντι στον πλανήτη μας. Η μείωση της χρήσης ηλεκτρικού ρεύματος και υπερκατανάλωσης νερού, η ανακύκλωση, το περπάτημα και το ποδήλατο για τις μετακινήσεις μας, η επιλογή εναλλακτικών πηγών ενέργειας, η αποφυγή χρήσης πλαστικών, είναι μερικά από αυτά που ο καθένας μας πρέπει να κάνει για να βοηθήσει στην αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής.

Ας προσπαθήσουμε όλοι πριν να είναι πολύ αργά!

**ΜΑΡΙΝΙΚΗ ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**

### Μαρία Ευθυμίου :

#### 10 απαραίτητες γνώσεις για την Επανάσταση του 1821

(Συνέχεια από τη σελίδα 1)

ήταν –και σε έναν βαθμό εξακολουθεί να είναι– κατά βάση φιλορώσος και αντιδυτικός. Την ίδια στιγμή όμως ήθελε να θεωρείται δυτικός, αφενός για να προστατεύεται από την ισχυρή Δύση και αφετέρου για να συγκαταλέγεται στους ισχυρούς, πρωτοπόρους, και

επιτυχημένους του σύγχρονου κόσμου.

#### 7. Η εχθρότητα «πολιτικών»-«στρατιωτικών»

Επί 200 χρόνια υπηρετούμε ως κοινωνία ένα σχήμα που δημιουργήθηκε στην Επανάσταση: αυτό της εχθρότητας μεταξύ «πολιτικών» και «στρατιωτικών».

Την επεξεργασία αυτής της πόλωσης



ανέλαβαν αργότερα, στο πρώτο μισό του 20ού αιώνα, κατά κύριο λόγο αριστερής κατεύθυνσης συγγραφείς, σαν τον Γιάννη Κορδάτο, οι οποίοι εξήγησαν ότι οι «κακοί πολιτικοί» πήραν στα χέρια τους την επανάσταση και αδίκησαν τους «καλούς στρατιωτικούς». Και αυτό είναι το αφήγη-

(Συνέχεια στη σελίδα 18)



## ΚΕΙΜΕΝΑ ΑΠΟ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ ΤΕΥΧΗ

### Μαρία Ευθυμίου : 10 απαραίτητες γνώσεις για την Επανάσταση του 1821

(Συνέχεια από τη σελίδα 17)

μα που έχει περάσει για την Επανάσταση του '21. Αν ρωτήσει κανείς τον μέσο Έλληνα ποιός ήταν ο καλός της επανάστασης, θα πει ο Θεόδωρος Κολοκοτρώνης. Ποιος ήταν ο κακός, θα πει ο Αλέξανδρος Μαυροκορδάτος. Η αντίληψη αυτή πρώτα πρώτα βασίζεται σε κάτι πραγματικό: ότι κατά την επανάσταση, υπήρξε σύγκρουση μεταξύ «πολιτικών» και «στρατιωτικών». Έπειτα, στην επανάσταση την ίδια, ο μέσος απλός άνθρωπος καταλάβαινε περισσότερο τον Κολοκοτρώνη και τη στάση του, παρά τον Μαυροκορδάτο, μια και ο δεύτερος ήταν ένας Ευρωπαίος πολιτικός ενώ ο Κολοκοτρώνης ένας δικός του άνθρωπος, σαν τον ίδιο. Όμως στο γεγονός ότι γίναμε ανεξάρτητο κράτος

μεγάλο ρόλο έπαιξαν τόσο οι στρατιωτικοί όσο και οι πολιτικοί. Ανάμεσα στα άλλα, οι «πολιτικοί» κράτησαν και το διπλωματικό σκέλος των πραγμάτων του Αγώνα. Αν δεν ήταν αυτοί, πιθανά θα είχαμε γίνει αυτόνομο κράτος, όχι ανεξάρτητο. Θα ανήκαμε, δηλαδή, στην Οθωμανική Αυτοκρατορία, θα της πληρώναμε φόρους, στα εσωτερικά μας θα είχαμε ευρείες ελευθερίες, δεν θα είχαμε δικό μας στρατό ούτε δική μας εξωτερική πολιτική. Γενικά, η Επανάσταση του 1821 ιδεολογικοποιήθηκε πολύ τα 200 χρόνια

που κύλησαν. Όλες οι πολιτικές πλευρές τη διεκδίκησαν ως δική τους και, φυσικά, το ίδιο έκανε η Εκκλησία.

#### 8. Οι εμφύλιοι πόλεμοι

Βασικό χαρακτηριστικό της Επανάστασης του '21 είναι και οι μεγάλης κλίμακας εσωτερικές συγκρούσεις, που πήραν τον χαρακτήρα εμφυλίου. Στην ουσία, όλο το 1824 ήταν χρονιά εμφυλίου πολέμου. Αυτό που οδήγησε την επανάσταση σε δύο κύκλους εμφυλίων

ήταν η επιδίωξη του Θ. Κολοκοτρώνη να την ελέγξει πολιτικά. Τελικά, ο Κολοκοτρώνης και οι Πελοποννήσιοι ηττήθηκαν, γι' αυτό και φυλακίστηκαν από τους αντιπάλους τους το 1825 στο μοναστήρι του Προφήτη Ηλία, στην Ύδρα. Ο Κολοκοτρώνης μπήκε στη διαδικασία διεκδίκησης της εξουσίας εκ μέρους των «στρατιωτικών» στηριγμένος στο γεγονός ότι είχε νικήσει, το καλοκαίρι του 1822, τον Δράμαλη στα Δερβενάκια, κάτι που εκτίναξε το κύρος και τη δύναμη του ίδιου, αλλά και των «στρατιωτικών» απέναντι στους «πολιτικούς». Με τις κινήσεις του να ελέγξει την Εθνοσυνέλευση του Άστρους, κατηγορήθηκε ότι επεδίωκε να εγκαθιδρύσει «γκοβέρνο μιλιτάρε», δηλαδή στρατιωτική κυβέρνηση. Θα



Ευγένιος Ντελακρουά, Η μάχη του Γκιαούρη και του Χασάν, 1827.

μπορούσε να είχε επιτύχει, αλλά χειρίστηκε το πράγμα αφρόνως και τελικά απέτυχε, την ίδια ώρα που ο Ιμπραήμ και οι Αιγύπτιοι έμοιαζε πως συνέτριβαν την Επανάσταση, με μεγάλο κίνδυνο να ακολουθήσει γενική σφαγή. Εδώ έχουμε μία πραγματικότητα που αξίζει προβληματισμού: το γεγονός δηλαδή ότι ένας άνθρωπος, ο οποίος πράγματι στα Δερβενάκια έσωσε την Επανάσταση, δρα μετά με τρόπο βλαπτικό για αυτήν,

όπως αργότερα έπραξε και ο Μιαούλης, ο μέγιστος των Ελλήνων ναυτικών της Επανάστασης, ο οποίος, αντιπολιτευόμενος τον Καποδίστρια, έκαψε στον Πόρο τον ελληνικό στόλο το 1831. Στην πραγματικότητα ο Εμφύλιος δεν σταμάτησε το 1825, παρά υπέβασκε και τα επόμενα χρόνια, αναζωπυρώθηκε μετά το 1830 ως αντιπολίτευση στον Καποδίστρια, κορυφώθηκε το 1831 μετά τη δολοφονία του Κυβερνήτη, για να πάψει το 1833 με την έλευση της Αντιβασιλείας και του ενόπλου βαυαρικού σώματος που τη συνόδευε.

#### 9. «Ετερόχθονες» και «αυτόχθονες»

Άλλη μία πώλωση της Επανάστασης υπήρξε εκείνη μεταξύ «αυτοχθόνων» και «ετεροχθόνων». Ετερόχθονες θεωρούνταν οι Έλληνες που ήρθαν από αλλού στα σημεία που κρατήθηκε η Επανάσταση – δηλαδή στην Πελοπόννησο, στη Στερεά και σε κάποια νησιά. Αυτοί ήρθαν να πολεμήσουν, μαζί με τους αδελφούς τους, για την ελληνική υπόθεση, ωστόσο Πελοποννήσιοι και Στερεοελλαδίτες τους θεωρούσαν «ετερόχθονες», δηλαδή από άλλη χθόνα, άλλη γη, και τους αντιμετώπιζαν εχθρικά κατηγορώντας τους ότι ήρθαν ακόπως για να τους πάρουν τις δουλειές και τα αξιώματα.

Ένας από τους «ετερόχθονες» ήταν και ο Ιωάννης Καποδίστριας.

Η διάσταση αυτή διατηρήθηκε επί μακρόν στην ελληνική πολιτική ζωή, μέχρι και τη δεκαετία του 1840. Πάντως, έχει ενδιαφέρον ότι στην Εθνοσυνέλευση της Επιδαύρου, τον Ιανουάριο του 1822, οι Έλληνες ψήφισαν ως πρώτο πρωθυπουργό τους έναν «ετερόχθονα», τον μεγάλης

(Συνέχεια στη σελίδα 19)

## ΚΕΙΜΕΝΑ ΑΠΟ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ ΤΕΥΧΗ

**Μαρία Ευθυμίου :**

### 10 απαραίτητες γνώσεις για την Επανάσταση του 1821

(Συνέχεια από τη σελίδα 18)

μόρφωσης και ικανοτήτων Φαναριώτη Αλέξανδρο Μαυροκορδάτο. Το δε 1827, στην Εθνοσυνέλευση της Τροιζήνας, ως πρώτο Κυβερνήτη τους επέλεξαν τον επανήσιο Ιωάννη Καποδίστρια, επίσης «ετερόχθονα», άνθρωπο εντυπωσιακών ικανοτήτων, παιδείας και ήθους.

#### 10. Αποκοπή από το Πατριαρχείο

Μεγάλης σημασίας είναι τέλος η αποκοπή των Ελλήνων από το Πατριαρχείο Κωνσταντινουπόλεως. Τούτο, όπως και η σύνδεση των Ελλήνων με τη Δύση καθώς και τα εντυπωσιακά, δυτικού τύπου, Συντάγματα που ο Αγώνας υιοθέτησε, δικαιολογούν το γεγονός ότι ο Πόλεμος της Ελληνικής Εθνικής Ανεξαρτησίας θεωρείται Επανάσταση, μια και συνιστούν πολιτικές ανατροπές μεγάλης κλίμακας και εύρους. Η αποκοπή της Εκκλησίας των επαναστατημένων περιοχών συνέβη αμέσως με την έκρηξη του Αγώνα, σαν να ήταν αυτονόητη, και διατηρήθηκε όλα τα χρόνια μέχρι και το 1833, οπότε το πράγμα έγινε επίσημο με την αναγνώριση το 1850 της Αυτοκέφαλης

Εκκλησίας της Ελλάδος – με την οποία και πορευόμαστε μέχρι σήμερα. Στη διάρκεια του Αγώνα, τα θέματα της Εκκλησίας λύνονταν από το κράτος μέσω του «Μινιστερίου της Λατρείας» και τον αντίστοιχο υπουργό, τον Μινί-



Βρυζάκης Θεόδωρος, Η υποδοχή του Λόρδου Βύρωνα στο Μεσολόγγι, 1861.

τρο της Λατρείας. Με τον τρόπον αυτό, η θρησκεία υπετάγη στο κράτος – στο εθνικό κράτος– κάτι που συνοδεύει τα πράγματα μέχρι σήμερα. Οι Έλληνες στην επανάστασή τους δημιούργησαν ένα εθνικό σχήμα ελέγχου

της Εκκλησίας τους. Τούτο συνέβη, στη συνέχεια, με όλα τα Χριστιανικά Ορθόδοξα κράτη της Βαλκανικής όταν απέκτησαν την ανεξαρτησία τους, καθώς έσπευσαν –και αυτά– να αποκοπούν από το Πατριαρχείο Κωνσταντινουπόλεως, με

δικούς τους, μάλιστα, Πατριάρχες. Στη βάση των εξελίξεων αυτών βρίσκεται το γεγονός ότι πολιτικός προϊστάμενος του Πατριαρχείου Κωνσταντινουπόλεως ήταν επί Βυζαντίου ο αυτοκράτορας, επί δε Οθωμανικής Αυτοκρατορίας ο σουλτάνος. Έχοντας δημιουργήσει δικό σου ανεξάρτητο εθνικό κράτος, εάν ο κλήρος σου παρέμενε διοικητικά συνδεδεμένος με το Πατριαρχείο Κωνσταντινουπόλεως, τότε, εμμέσως, ο σουλτάνος θα είχε λόγο στα δικά σου

πράγματα. Και τούτο δεν επιθυμούσε κανένα βαλκανικό κράτος την ώρα της εθνικής δημιουργίας του.

**ΠΕΤΡΟΣ ΚΑΣΙΔΙΑΡΗΣ**  
**ΜΑΡΚΕΛΛΑ ΜΙΧΑΗΛΙΔΗ**

## ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

### Σπαζοκεφαλιές

Δύο ορειβάτες ανεβαίνουν προς την κορυφή ενός βουνού από ένα στενό και απόκρημνο μονοπάτι. Το μονοπάτι μόλις που χωράει στο πλάτος του έναν ορειβάτη, για αυτό οι δύο ορειβάτες προχωρούν ο ένας πίσω από τον άλλον. Φτάνοντας περίπου στη μέση αυτής της δύσκολης διαδρομής, συναντούν μια ομάδα πέντε ορειβατών, που κατεβαίνουν από αυτό το μονοπάτι. Για καλή

τους τύχη, στο σημείο συνάντησης το μονοπάτι είναι λίγο πλατύτερο και μπορεί να σταθεί ένας από όλους, χωρίς να εμποδίζει την κίνηση των υπόλοιπων. Πώς οι δύο ομάδες θα συνεχίσουν την πορεία τους;

Κάποιοι μένει στον 10ο όροφο μιας πολυκατοικίας. Όταν φεύγει από το διαμέρισμά του, κατεβαίνει στο ισόγειο

με το ασανσέρ. Όταν επιστρέφει, ανεβαίνει με το ασανσέρ μέχρι τον 10ο μόνο αν η μέρα είναι βροχερή ή βρίσκονται άλλοι μέσα σε αυτό, αλλιώς ανεβαίνει με το ασανσέρ μέχρι τον 8ο και συνεχίζει με τα πόδια από τις σκάλες μέχρι τον 10ο. Γιατί δεν ανεβαίνει πάντα με το ασανσέρ μέχρι τον 10ο όροφο;

**ΑΙΜΙΛΙΑ ΠΑΠΑΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ**

# ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

## Σπαζοκεφαλιές

Οδηγείς ένα λεωφορείο και μέσα υπάρχουν 10 παιδιά. Στην επόμενη στάση βγαίνουν 3 και μπαίνουν 6. Στην επόμενη στάση βγαίνουν 9 και μπαίνουν 4. Πώς λένε

τον οδηγό;

\_\_\_\_\_

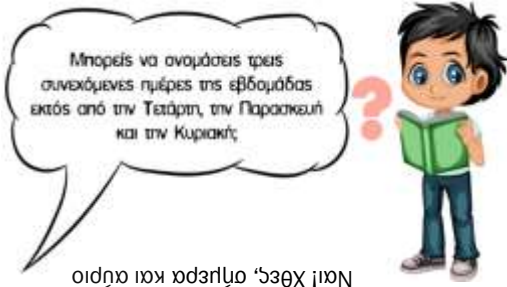
Σε μια πιτσαρία, 5 φούρνοι ψήνουν 5 πίτσες σε 5 λεπτά. Σε πόσα λεπτά θα

ψήσουν

15 πίτσες οι 15 φούρνοι;

\_\_\_\_\_

ΓΙΩΡΓΟΣ ΓΚΙΟΥΛΕΡΟΓΛΟΥ



ΜΑΡΚΕΛΛΑ ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ

## Ανέκδοτα

Ένας κλέφτης αποφασίζει να κλέψει ένα σπίτι πλουσίων. Το παρακολουθεί μαθαίνει πότε θα λείπουν και το βράδυ εξοπλισμένος με όλα τα σύνεργα μπαίνει μέσα. Εξουδετερώνει το συναγερμό και εκεί που κλέβει ακούει μια φωνή.

- "Ο Ιησούς σε βλέπει και θα σε τιμωρήσει."

Ξαφνιασμένος κοιτάει να δει από που έρχεται η φωνή αλλά μη βλέποντας τίποτα συνεχίζει τη δουλειά του. Οπότε σε λίγο ξανακούει τη φωνή να του λέει:

- "Ο Ιησούς σε βλέπει και θα σε τιμωρήσει."

Αποφασισμένος να δει από που έρχεται η φωνή βλέπει ένα παπαγαλάκι.

- "Εσύ μιλάς και με τρώμαξες;"

- "Ναι, εγώ."

- "Μπα και πως σε λένε;"

- "Όμηρο."

- "Όμηρο; Μα καλά τι όνομα είναι αυτό για παπαγάλο;"

- "Γιατί είναι το Ιησούς όνομα για ντόπερμαν;"



ΘΕΜΗΣ ΜΕΤΑΞΑΣ

## Κρυπτόλεξο—Σταυρόλεξο

Π	Α	Σ	Χ	Α	Δ	Φ	Ε	Ε	Μ
Λ	Τ	Υ	Δ	Ν	Γ	Γ	Υ	Ρ	Α
Κ	Η	Κ	Ο	Α	Υ	Γ	Α	Ο	Γ
Ε	Α	Π	Δ	Σ	Ν	Μ	Λ	Β	Ε
Χ	Ρ	Ι	Σ	Τ	Ο	Σ	Ω	Ο	Ι
Ε	Τ	Υ	Ε	Α	Ρ	Χ	Ρ	Ε	Ρ
Λ	Ρ	Ω	Β	Σ	Κ	Ν	Ψ	Ζ	Ι
Ζ	Χ	Ι	Τ	Η	Υ	Μ	Ε	Ι	Τ
Ψ	Μ	Β	Ω	Ι	Η	Σ	Ο	Υ	Σ
Β	Ρ	Ι	Λ	Ι	Ρ	Κ	Ε	Ν	Α

Οριζόντια

2: Τα πασχαλινά αυγά τα βάφουμε...

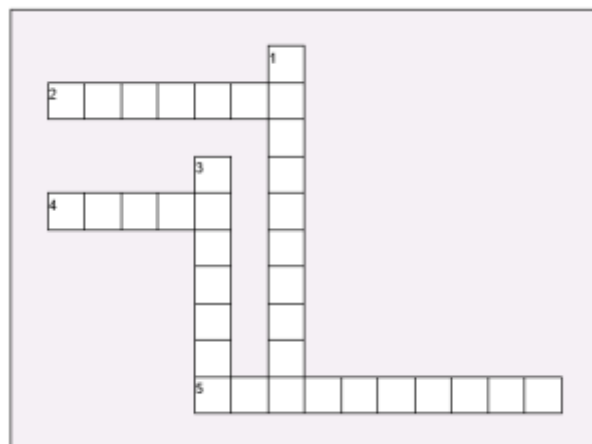
4: Παλιά λεγόταν "Πέσχα"

5: Ο Χριστός τρεις μέρες μετά τον θάνατό του...

Κάθετα:

1: Το πρώτο στην ανάσταση

3: Η μητέρα του Χριστού



ΓΙΩΡΓΟΣ ΓΚΙΟΥΛΕΡΟΓΛΟΥ