



ISSN: 2241-6218

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΤΩΝ ΦΙΛΩΝ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΡΙΟΥ

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ - ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2018 # No 75

Ιδιοκτησία - Διεύθυνση: "Οι Φίλοι του Δρομοκαϊτείου Θεραπευτηρίου", Κωλέττη 17, ΤΚ. 10681, Αθήνα, τηλ.: 68 11 424, fax: 210 6857841 email: filoidromokaiteiou@gmail.com

**ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΒΙΖΥΗΝΟΣ
(1849-1896)**

Η ζωή και το έργο του

Του Ισίδωρου Ιωαν. Πρωΐου

σελ. 3

**Έννοιες κλειδιά
για την ευτυχία**

Της Μαρίας Φράγκου

σελ. 4

**Γυναίκα και
κατάθλιψη**

Της Ίλια Θεοτοκά

σελ. 5

**Οδυσσέας:
Από τον Όμηρο
στον Καζαντζάκη**

Της Αναστασίας Φραγκοπούλου

σελ. 6

Ζητείται ένας Ιωάννης Καποδίστριας



Αγαπητές φίλες και φίλοι

Φτάσαμε αισίως και στα φετινά Χριστούγεννα και σε λίγο πρώτα ο θεός θα μπούμε στον Καινούριο Χρόνο το 2018.

Οι μέρες και τα χρόνια, ειδικά όταν έχεις κάποια ηλικία, περνούν και φεύγουν σαν το νεράκι που κυλάει στο αυλάκι. Για να δούμε τι μας επιφυλάσσει και ο Νέος Χρόνος...

Η βαριά μπότα του οικονομικού εχθρού και κατακτητή, ακούγεται όλο και πιο βαριά όλο και πιο αμεύλητη και ζοφερή.

Η χώρα μας οδηγείται σε αδιέξοδο. Τα νειάτα και δυνατό μυαλά, ό,τι ανεβάσει αυτόν τον τόπο προσπαθούν να βρουν διέξοδο και σωτηρία έξω από την πατρίδα.

Προ ημερών ήλθε στα χέρια μου ένα έντυπο σχετικά με τον Καποδίστρια, τον πρώτο αδικοκαμένο κυβερνήτη της Ελλάδας.

Έγραφε λοιπόν ο φωτισμένος ηγέτης και άνθρωπος:

«Όσοι ευρίσκονται εις δημόσια υπουργήματα, δεν είναι δυνατόν να λαμβάνουν μισθούς αναλόγως με το βαθμό υψηλού υπουργήματός των και με τας εκδουλεύσεις των, αλλ' ότι οι μισθοί ούτοι πρέπει να αναλογούν ακριβώς με τα χρηματικά μέσα, τα οποία έχει η Κυβέρνηση εις την εξουσίαν της.

Εφ' όσον τα ιδιαίτερα εισοδήματά μου αρκούν για να ζήσω, αρνούμαι να αγγίσω μέχρι και του οβολού τα δημόσια χρήματα, ενώ ευρισκόμεθα εις το μέσον ερειπίων και ανθρώπων βυθισμένων εις εσχάτην πενίαν.

1928. Ο Ιωάννης Καποδίστριας είναι βαθύς διανοούμενος, λάτρης του διαφωτισμού, πολύπειρος πολιτικός και διπλωμάτης, άριστος γνώστης της νέας Ευρωπαϊκής τάξεως, φθάνει στην Ελλάδα, με το μεγάλο Εθνικό όραμα: Να αναμορφώσει τη χώρα σε μια εύρυθμη και ευνοούμενη πολιτεία αντάξια της αίγλης της ιστορίας της. Να δημιουργήσει δηλ. επάνω στα συντρίμια ένα κράτος σύγχρονο, πειθαρχημένο, δημοκρατικό, ομότιμο εταίρο της Ευρώπης.

Αυτό ακριβώς μας άφησε, ως καταπίστευμα και μάλιστα μας έδειξε και τη μοναδική οδό, που συνιστά η παιδεία, στην ευρεία της έννοια. Να υπάρχουν καλοί νόμοι δια μέσου των οποίων να χαίρονται οι άνθρωποι μιαν απόλυτον ομοιότητα, και να είναι εις την διοίκειν, ως η ψυχή εις το σώμα «Οι καλοί νόμοι ενώνονται με θαυμάσιαν τέχνην, την μερικήν με την κοινήν ωφέλειαν, και προετοιμάζουν τους πολίτας εις την αρετήν και εις την δόξαν, από την πλέον τρυφερήν ηλικίαν των διαμέσου μιας ανατροφής, αληθούς και γλυκιάς... γιατί η ανατροφή είναι μια δευτέρα φύσις και πρέπει να αρχίζει μαζί με τη ζωή».

Με όραμα την πατρίδα και τη θρησκεία ο χαρισματικός ηγέτης θέλησε να γαλουχήσει τους νέους και να οδηγήσει τη χώρα σε νέα εύτακτη πολιτεία.

Η χώρα μας τότε μιας παθημασίας τόπος, καθημαγμένη από τον πολυετή επαναστατικό αγώνα, αλλά και από τις εσωτερικές μας έριδες, ήταν έρμαιο στις προσωπικές επιδιώξεις των οπληρχηγών. Ποιος θα έχει το πάνω χέρι.

Έτσι σκότωσαν τον χαρισματικό ηγέτη.

Και αναρωτιέσαι, ποιοι άραγε έβλαψαν το έθνος μας περισσότερο οι «ξένοι» ή εμείς οι ίδιοι οι Έλληνες. Πόσο καλύτερη θα ήταν ακόμα και σήμερα η ζωή μας εάν είχε ζήσει λίγο περισσότερο ο Κυβερνήτης!

Πώς να προοδεύσει λοιπόν αυτή η έρημη χώρα, αφού ούτε στο όνειρό μας δεν φαντάζομαι να βρεθεί τέτοιος ηγέτης. Τώρα γκρεμίζονται τα θεμέλια που είναι πρώτα πρώτα η παιδεία, δεν υπάρχει φόβος θεού και η πατρίδα δεν υπολογίζεται ειδικά στην προσπάθεια του να πλουτίσει ο καθένας. Να αποκτήσει πλούτο και ευημερία εις βάρος των άλλων.

Αποδεικνύεται όμως, ότι, όταν ο πλούτος και η ευημερία στηρίζονται σε πύλινά πόδια, χωρίς αντίστοιχη παιδεία και όταν κυριαρχεί ο φρενήρης εγωισμός, τότε προκαλείται ηθικό τέλμα. Ανατρέπεται η ιεράρχηση των αξιών. Η αξία της πατρίδας ξεθωριάζει και τη θέση του ιερού καταλαμβάνει το αρρωστημένο εγωκεντρικό άτομο, με σχετικές αξίες: την ατομική ευδαιμονία, την ευζωία, την άνεση και την κατανάλωση αγαθών. Ό,τι αρέσει στον καθένα και ό,τι συμφέρει το άτομο, ενώ αγνοείται το γενικό καλό.

Έτσι φτάσαμε στον απόλυτο μηδενισμό, ο οποίος εξισώνει το όλο με το τίποτα και προκαλεί ένα τρομακτικό κενό. Τι πρέπει να γίνει λοιπόν;



**Το Δ.Σ των Φίλων του Δρομοκαϊτείου σας εύχεται Καλά Χριστούγεννα.
Ευτυχισμένη Χρονιά!**

Απαιτείται μια ειρηνική εκστρατεία ευρύτατης και ολιστικής παιδείας. Να γίνουμε όμως ευνοούμενοι πολίτες και λιγότερο εγωκεντρικά άτομα. Να καταστήσουμε στη σκέψη, στα συναισθήματα και στις πράξεις «Ευέλπιδες» μιας νέας Ελλάδας.

Να καθορίσουμε, τους γεωμετρικούς ηθικούς στόχους.

Εμείς οι ίδιοι, αφού δεν υπάρχουν Καποδιστριακοί ηγέτες.

Την πατρίδα, ως ιδανικό συνειδησιακό τόπο της αυτοπραγμάτωσής μας.

Τη θρησκεία. Το φόβο θεού που δίνει την προθυμία για ηθική προσφορά, που φθάνει, εάν απαιτηθεί, στην αυτοθυσία και όσα απορρέουν από τη διδαχή και αυτοθυσία του θεανθρώπου που σε λίγες ημέρες τιμούμε.

Ίσως όλα αυτά μας φαίνονται ξεχασμένα και ουτοπικά. Εντούτοις η κρίση που βιώνουμε μας διδάσκει επάδυνα ότι είμαστε αναγκασμένοι να τα εγκολπωθούμε ξανά.

Αυτό συνιστά και το μεγαλύτερο κίνητρο για ανάληψη μιας προσπάθειας. Είθε η γέννηση του θεανθρώπου να ξαναγεννήσει την Ελλάδα και ο Νέος Χρόνος να φέρει την επίγνωση των πολιτών στο να τηρήσουν μια δημιουργική προσωπικότητα, αλλά όχι μόνο να δέχεται, αλλά και να χαρίζει στους συνανθρώπους μας, όπως έκανε πάντοτε, κοινωνική πολιτική, και πολιτισμικές αξίες. Είθε να παρουσιασθεί ξανά ένας Ιωάννης Καποδίστριας.

Αν. Σκαρβέλη

Την συνδρομή ή οποιαδήποτε οικονομική ενίσχυση προς το Σωματείο "ΟΙ ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ" μπορείτε να καταθέσετε στον παρακάτω λογαριασμό: 00260064940200183718 Eurobank

ΦΟΥΡΤΟΥΝΙΑΣΜΕΝΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΣΤΟΝ ΑΤΛΑΝΤΙΚΟ

Γράφει ο καπ. Κώστας
Μιχ. Φράγκος



Βρεθήκαμε με το καράβι «S/S AKTIS» για φόρτωση σιτηρών στα λιμάνια του Κόλπου GALVESTON, HOUSTON και το τελευταίο για κομπλιτάρισμα NEW ORLEANS. Πλησίαζαν τα Χριστούγεννα. Μέσα στο καράβι, η ζωή συνεχιζόταν, όπως και τις άλλες ημέρες, έξω στην πόλη η εικόνα της άρχιζε κι άλλαζε με χριστουγεννιάτικα στολίδια στους κεντρικούς δρόμους της Νέας Ορλεάνης, Canal Street και άλλους.

Ο τροφοδότης μας πρώην ναυτικός, ο καπετάν Γιάννης Φατοής μας τροφοδότησε στο καράβι πριν σαλπάρουμε, το Χριστουγεννιάτικο δένδρο με τα στολίδια του και από όλα τα αγαθά, την ελληνική βασιλόπιττα, γαλοπούλες, κέικ, γλυκά, ξηρούς καρπούς και διάφορα ποτά για να γιορτάσουμε στο πέλαγος τα Χριστούγεννα.

Σαλπάρουμε κι αφήσαμε τον πλοηγό κοντά στις εκβολές του ποταμού MISSISSIPPI στην πιλοτίνα, που μας ακολουθούσε χαιρετώντας με την ευχή «καλά Χριστούγεννα». Λίγα λεπτά αργότερα ο τηλεγράφος της γέφυρας χτύπησε κάτω στο μηχανοστάσιο «FULL AWAY» πρόσω ολταχώς για τον προορισμό μας.

Το ξάνοιγμα στο πέλαγος γεμίζει την καρδιά του ναυτικού με χρώματα γκριζωπά, μελαγχολικά, τα μάτια του διψασμένα πασχίζουν να τρυπήσουν τους όγκους των κυμάτων καθώς το καράβι αλαργεύει από τις στεριές.

Φορτωμένοι στάρι για το ROTTERDAM της Ολλανδίας με το καλοσυντηρημένο καράβι τύπου «LIBERTY» δοκιμασμένο στις φουρτούνες και στα μποφώρ, έχοντας, στην τσιμινιέρα του για σινιάλο της εταιρείας «Θάρρος» Καρδαμυλίων πλοιοκτητών το θήτα το Ελληνικό, «Θ», δηλαδή Θάρρος στην θάλασσα, βάλαμε τη ρότα μας με λοξοδρόμηση λόγω της εποχής, για να αποφύγουμε τις κακοκαιρίες. Οι πρώτες μέρες καλωσυνάτες με μπουνάτσες, αλλά μετά την παράλλαξη στα νησιά Βερμούδες και ενώ βγήκαμε από το τρίγωνο του διαβόλου, μας ήλθαν και τα πρώτα μηνύματα της κακοκαιρίας, που όσο περνούσε ο χρόνος όλο και δυνάμωνε κι άρχισε να παίρνει την εικόνα της μεγάλης φουρτούνας με πολύ υψηλό κυματισμό.

• Ο Μαρκόνης με τα ακουστικά στα αυτιά του, γυρόφερνε τα κουμπιά του ασυρμάτου για να αποφύγει τα ερτζιανά που τόσο τον είχαν εκνευρίσει και σημειώνει ταυτόχρονα τα χαρακτηριστικά του καιρού και την ταχύτητα του ανέμου. Άνοιγε το πορτάκι της επικοινωνίας γέφυρας και δωματίου ασυρμάτου και μας προσκόμιζε το ίδιο ραπόρτο, το «STORM» σε εξέλιξη. Σε όλο το Βόρειο Ατλαντικό επικρατεί μεγάλη κακοκαιρία, το ύψος των κυμάτων απροσπέλαστο, είναι αυτό που λένε οι θαλασσοπόροι η «θάλασσα βγάζει φίδια».



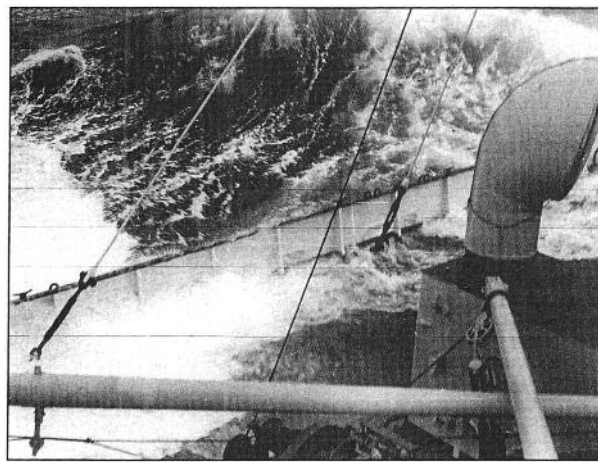
S/S «AKTIS» Εταιρεία «ΘΑΡΡΟΣ» Καρδαμυλίων - Θάρρος στη θάλασσα.

Το καράβι μας η «ΑΚΤΙΣ» άρχισε να κλονίζεται και να καταπονείται, και το πλήρωμα να ταλαιπωρείται. Αρχισαν και πέφτανε τα πένθιμα κρέπια, κρεμασμένα από τον μολυβένιο σκοτεινό ορίζοντα που τα έχτιζε η πλήρη μας και εμείς προχωρούσαμε τραβεσομέντοι κόντρα σε εκείνο το θαλασσομάνι. Χάσει κόσμου. Το βαρόμετρο της γέφυρας όλο και χαμηλώνει. Η θάλασσα βουνό κατάπλωρα, κουβαλούσε και σάρωνε το καράβι από την πλήρη και ξεχύνονταν σαν μολύβι στα καταστρώματα. Ουρανός και θάλασσα είχαν σμίξει σε ένα μακάβριο εναγκαλισμό. Η μηχανή αγκομαχούσε, ο α' Μηχανικός ο μάστορ Νικόλας, παλιός έμπειρος μάστορας και θαλασσοδαρμένος. Το καράβι τύπου Λίμπερτυ καλά σενιαρισμένο. Το πλήρωμα εξουθενωμένο και κουρασμένο από τα σκαμπανεβάσματα και το μπότζι. Τρία 24ωρα άραζε όπου βρισκότανε κι όπου το βόλευε. Άπλυτο, αξύριστο, αξιοθρήνητο. Πού να ξεμυτίσει άνθρωπος στην κουβέρτα! Θα τον άρπαζε η θάλασσα. Μόνο σε κάτι αποθαλασσιές απ' αυτές τις ανεξήγητες παραξενιές



της φουρτούνας, λες και θέλει κι αυτή να ξαποστάσει για λίγο και να ξαναρχίσει πάλι μανιασμένη με λύσσα τον αγώνα της να καταπιεί στα υγρά σπλάχνα της κάθε πλεούμενο που βρίσκεται πάνω της.

Και τότε μόνο ο μακαρίτης ο καπετάν Στεφάνης Καλλίκης, μαζί με τον Λαγκαδόση Λοστρόμο Μαυρέλο έβγαλαν με προφύλαξη στο κατάστρωμα, για να τσεκάρουν μήπως έσπασαν τα τσιμέντα από τα όκια στις άγκυρες καθώς επίσης για να κάνουν έναν πρόχειρο έλεγχο στις σφήνες από τα κουβούσια των αμπαριών.



Η θάλασσα βουνό σάρωνε το καράβι και ξεχύνονταν σαν μολύβι στα καταστρώματα παρασύροντας τα πάντα στον Ωκεανό.

Η μηχανή γουργούλιζε την προπέλα με «SLOW SPEED» πότε βουτούσε στο νερό και πότε στον αέρα, που την φρενάριζε η πεταλούδα τ' ατμοφράκτη.

Εξουθενωμένος κι εγώ άγρυπνος, σταλκωμένος, αξύριστος, εκεί στη γέφυρα ορθόπλωρος, σφυρίζοντας σαν το κότσυφα σε κάθε κύμα που καβαλούσε την πλήρη μας και λέγοντας «έλα Παναγιά μου» κάθε λεπτό, κάθε φορά που το καράβι κουκουλιώνονταν με κύματα νεροσέντονα, για ν' ανέβουν οι νεροαφροί ακόμα πιο ψηλά να σκεπάσουν τα τζάμια της τιμονιέρας. Με αγωνία παρακολουθούσα από κοντά τον τιμονιέρη για να τραβερωύνουμε το καράβι πάνω στον καιρό, να κρατάμε την πλήρη ολόμπροστα στο μάτι του πελώριου ύπουλου κύματος.

Παραμονή Χριστουγέννων πρωί-πρωί, ο καμαρώτος Μιχάλης Μελέκος κατόρθωσε με μεγάλο κόπο να στεριώσει επιτέλους στο σαλόνι το Χριστουγεννιάτικο δένδρο αφού το ρεφορτσάρισε γερά. Πέρασαν λίγες ώρες και μετά από ένα τρομερό μπότζι ήρθε κάτω και το δένδρο παρασύροντας και την δάση του μαζί στην γωνιά του σαλονιού.

Οι Βόγγοι από τα χτυπήματα των κυμάτων στις πλευρές και στις μάσκες του καραβιού και εκείνα τα σφυρίγματα τ' αγέρα στα ξάρτια από τα άλμπουρα των αμπαριών σε κάνουν να αφουγκράζεσαι την ίδια σου την αναπνοή.

Μεγάλωνε ο φόβος μας μη κουπαστάρουμε στις μεγάλες κλίσεις του καραβιού κι αυτό γινότανε η αφορμή να πάμε όλοι μαζί φούντο. Τούτες οι σκέψεις πέρασαν σαν αστραπή απ' το μυαλό μου.

Πάνω σ' αυτήν ακριβώς την ώρα, περασμένα μεσάνυχτα, ακούω το τηλέφωνο από το μηχανοστάσιο. Ήταν ο Μαστρο-Νικόλας Καμπάνης με εκείνη τη Χιώτικη προφορά: «ίντα κάνεις κάππα - Κώστα. Ξέρεις μαζί με τη φουρτούνα, ξημερώνουν και τα Χριστούγεννα... Χρόνια πολλά Τσιφ και του χρόνου στα σπίτια μας». Αυτή ήταν η καλύτερη ευχή μεταξύ μας σε τέτοιες ώρες και τέτοιες χρονιάρες μέρες.

Χριστούγεννα μου ήρθαν οι μνήμες στην σκέψη μου από τη ναυτομάνα πατρώα μου γη, τη μυροβόλο Χίο με τις ομορφιές της, τα παιδικά μου χρόνια τα ξέγνοιαστα, χωρίς φουρτούνες κι ευθύνες. Τότε που τις ευθύνες τις είχαν οι γονιό

μου, που ο μακαρίτης ο πατέρας μου με προέτρεπε, όταν τέλειωσα το γυμνάσιο να μην γίνω ναυτικός, μια και εκείνος μια ολόκληρη ζωή θαλασσοδάρθηκε και ναυάγησε δύο φορές. Την πρώτη φορά παιδόπουλο αμούστακο μαζί με τον πατέρα του, τον παππού μου, στα Καβάκια της Μαύρης Θάλασσας, όταν έπεσε το καράβι στα βράχια και τσακίστηκε, πνίγοντας και τον πατέρα του μόλις 38 χρονών. Αντιδρούσα κι απαντούσα ως δικαιολογία, ότι και τον αδελφό μου σπούδασε φαρμακοποιό για να αποφύγει το επικίνδυνο και επίτονο επάγγελμα του ναυτικού, αλλά δυστυχώς στην θάλασσα χάθηκε κι αυτός τον Μάιο 1941. Το πεπρωμένο φυγείν αδύνατον.

Χριστούγεννα λοιπόν, πανανθρώπινη γιορτή, με τη Γέννηση του Θεού βρέφους, που συμβολίζει τη Σωτηρία της ανθρωπότητας, που δυστυχώς και πάλι Βρίσκεται σε λάθος δρόμο κι επικρατεί αβεβαιότητα και απογοήτευση. Νύχτα ελπιδοφόρα και λυτρωτική, η νύχτα των Χριστουγέννων... Επί γης Ειρήνη! Θεόσταλο μήνυμα αγάπης και ευλογία του Ουρανού προς τη γη. Τούτη την άγια νύχτα διασκορπίζεται σ' όλα τα μήκη και τα πλάτη του Χριστιανικού κόσμου.

Το καράβι φώτιζε το πέλαγο σαν ένα μεγάλο πολυκάνδηλο, που κοντραστάριζε πάνω στη φουρτουνιασμένη θάλασσα. Δεν υπάρχει λέξη, που να μπορεί να εκφράσει με ακρίβεια το ψυχικό μαρτύριο του ναυτικού, αυτές τις Άγιες μέρες. Άνθρωποι, που είναι ξένοι προς το ναυτικό επάγγελμα είναι αδύνατον να καταλάβουν τις ψυχές αυτών που ζουν μόνοι χωρίς τους δικούς τους, σε μια επιφάνεια λίγων τετραγωνικών μέτρων, όπως είναι το κάθε καράβι, περιτριγυρισμένοι από την θάλασσα που 'ναι ακαταλόγιστη και πολλές φορές πρόξενος τραγικών καταστάσεων...

Νά 'μαι και πάλι στην άλλη εικόνα και σκέψη!... Θυμάμαι πόσο διαφορετικές από τις σημερινές ήτανε εκείνες οι μέρες, όπως τις έβλεπα μέσα από τον συναισθηματικό, παιδικό μου κόσμο. Τότε που με τους παιδικούς μου φίλους Στάμο, Σωτήρη, Κώστα, Μιχάλη κι άλλους, ξέγνοιαστα λέγαμε τα κάλαντα στις γειτονιές.

Πάνω σ' αυτές τις αναθυμήσεις, ανοίγει το συρταρωτό παραθυράκι του ασυρμάτου και προβάλλει το χέρι και το κεφάλι του μαζί, ο πληθωρικός Μαρκόνης ο Χιώτης ο Δημήτρης Λοΐζος «Χρόνια Πολλά καπετάνιε», τρατάροντας και το φρέσκο ρεπόρτο του καιρού.

Προσπαθώ να το διαβάσω σκυφτός κάτω από το αμυδρό φως του πάγκου των χαρτών στο χώρο της τιμονιέρας, αλλά με πρόκανε ο Δημήτρης. Ο καιρός καπετάνιε αρχίζει και πέφτει. Το θαλασσομάνι και το STORM αλλάζει ρότα.

Με το χάραμα της αυγής και της Γέννησης του Θεανθρώπου! Μια καινούργια μέρα αρχίζει, αλλά και η ρότα της πυξίδας μας συνέχιζε και θα συνεχίσει να ταξιδεύει πότε με φουρτούνες και πότε με μπουνάτσες.

Πάντως, εάν ο ναυτικός θυμότανε τις φουρτούνες που πέρασε και η γυναίκα τους πόνους που πέρασε την ώρα της γέννας, τότε ούτε ο ναυτικός θα ξαναταξίδευε, αλλά ούτε και η γυναίκα θα ξαναγεννούσε... αλλά αυτό δεν συμβαίνει, διότι ο Θεός κανόνισε την φουρτούνα να την διαδέχεται η μπουνάτσα.

«Για τους ναυτικούς δεν έχει κόλαση στην άλλη ζωή. Την ζούμε μέσα στα σίδερα ζωντανοί. Είμαστε συγχωρεμένοι ό,τι κι αν κάνουμε, προτού να μας συγχωρέσουν».



Ένας «οτρηρός θεράπων» της επιστήμης και της λογοτεχνίας
ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΒΙΖΥΗΝΟΣ (1849-1896)

Η ζωή και το έργο του

Του Ισίδωρου Ιωαν. Πρωίου Φιλολόγου
Προέδρου του Ψ.Ν.Α.
«Δρομοκαΐτειο»



Ο Γεώργιος Βιζυηνός ήταν πολυτάλαντος και ακαταπρόθετος πνευματικός δημιουργός. Ποιητής, διηγηματογράφος, φιλοσοφικός μελετητής, αισθητικός, παιδαγωγός και λογογράφος. Υπήρξε νους διαυγής και φύση ευαίσθητη και φιλότεχνη.

Γεννήθηκε στις 8 Μαρτίου 1849 στην κωμόπολη Βιζύη (Βίζα, Βιζώ, τουρκ. Vize), που βρίσκεται στην Ανατολική Θράκη και πέθανε αρκετά πρόωρα, στις 16 Απριλίου 1896, στο Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Αττικής «Δρομοκαΐτειο». Το «Βιζυηνός» είναι φιλολογικό ψευδώνυμο που το πήρε από το όνομα της γενετείρας του. Το πραγματικό του όνομα ήταν Γεώργιος Σύρμας ή Μιχαηλίδης του Μιχαήλ.

Η ζωή του ήταν πλήρης από περιπετειώδεις εναλλαγές. Θα μπορούσε να τη χαρακτηρίσει, κανείς χωρίς υπερβολή μυθιστορηματική.

Προερχόταν από μια πολύ φτωχή εξαμελή οικογένεια. Είχε ένα αδελφό και δύο αδελφές. Σε ηλικία 5 ετών (1854) έμεινε ορφανός από πατέρα. Τα πρώτα γράμματα τα έμαθε στο σχολείο της Βιζύης.

Όταν ήταν δεκαετής, λόγω οικονομικών δυσκολιών, η μητέρα του τον έστειλε στην Κωνσταντινούπολη, για να μάθει την τέχνη της ραπτικής κοντά σε κάποιο θείο του. Παράλληλα παρακολουθούσε μαθήματα σε ενοριακή σχολή της Πόλης.

Μετά από δύο χρόνια πεθαίνει ο θείος του. Για την τύχη του ορφανού παιδιού ενδιαφέρθηκε ένας συντοπίτης του, ο Γιάγκος Τσελεμπής, ο οποίος είχε συγγενή τον μητροπολίτη Κύπρου και τον έστειλε σ' αυτόν με την παράκληση να θέσει υπό την προστασία του τον μικρό Γεώργιο. Εκεί με πολλή χαρά περιβάλλεται το σχήμα του μοναχού και ασκεί με επιμέλεια τα καθήκοντα του υποτακτικού του Γέροντά του, του οποίου την εύνοια κέρδισε πολύ γρήγορα. Συγχρόνως φοιτά ευδοκίμως στο σχολαρχείο, το οποίο και τελειώσε. Εκτελεί προσέτι τα καθήκοντά του παιδονόμου και ιεροψάλτη, και λαμβάνει μισθό 50 γρόσια κάθε μήνα.

Μετά την πάροδο τεσσάρων χρόνων ασκητικού βίου, το 1872 επιστρέφει στην Πόλη και του δίδεται τότε η ευκαιρία να μεταβεί στη Βιζύη για λίγες ημέρες, για να δει τη μητέρα του και τους συγχωριανούς του, οι οποίοι, μόλις πληροφορήθηκαν τον ερχομό του, σπεύδουν να τον χαιρετήσουν με υπερηφάνεια και ενθουσιασμό, γιατί είναι ο πρώτος «Καλαμαράς» που έβγαλε το χωριό τους.

Στην Πόλη γνωρίστηκε με τον καθηγητή Χασιώτη, ο οποίος τον έθεσε υπό την προστασία του και τον εισήγαγε στην περιώνυμη Θεολογική σχολή της Χάλκης. Ο μαθητής έγινε το αντικείμενο αγάπης των καθηγητών του και ιδιαίτερα του καθηγητή και τυφλού ποιητή Ηλία Τανταλίδη. Η Χάλκη άσκησε πολύ έντονη επίδραση στην ψυχή του Βιζυηνού. Κατά τη διάρκεια της φοίτησής του στη σχολή, με προτροπή του καθηγητή του Τανταλίδη, εκδίδει το 1873 τα «Ποιητικά πρωτόλεια», τα οποία προκαλούν την προσοχή του ζάμπλουτου εθνικού ευεργέτη Γεώργιου Ζαρίφη. Το 1874 αποβάλλει το ράσο και με έξοδα του Ζαρίφη μεταβαίνει στην Αθήνα, για να σπουδάσει φιλολογία. Το ίδιο έτος συμμετέχει στον Βουτσιναίο ποιητικό διαγωνισμό με το επικολυρικό του ποίημα «Κόδρος», σε γλώσσα αρχαίζουσα, και παίρνει το πρώτο βραβείο.

Το επόμενο όμως έτος, επειδή δεν τον ικανοποιούσε η επιστημονική εργασία του πανεπιστημίου, πετυχαίνει να αποσταλεί από τον χορηγό του στη Γερμανία, για να σπουδάσει στα Γερμανικά πανεπιστήμια φιλοσοφία. Εκεί παρέμεινε έξι χρόνια 1875-1881. Έτσι στη Γοττίγγη (Göttingen) γίνεται αγαπητός μαθητής του καθηγητή της φιλοσοφίας και της ψυχοφυσιολογίας Ροδόλφου Λότσε, έπειτα στο Βερολίνο πρώτος ομιλητής του φροντιστηρίου Τσέλλερ και στη Λειψία φίλος του καθηγητή της φιλοσοφίας και πειραματικής ψυχολογίας Γουλιέλμου Βουντ.

Παράλληλα με τη σπουδή της φιλοσοφίας και της αισθητικής, εμπλουτίζει τις γνώσεις του με εκδρομές και επισκέψεις σε μουσεία, ασχολείται συστηματικά με τη μουσική και συνεχίζει να γράφει ποιήματα.

Από τη Γερμανία το 1876 αποστέλλει στον Βουτσιναίο διαγωνισμό την ποιητική συλλογή με τον τίτλο «Άρες, μάρες, κουκουναρές» και βραβεύεται πάλι. Ο

εισηγητής Θεόδωρος Ορφανίδης βρήκε στα ποιήματα εκείνα «λεπτότητα πνεύματος, πολύ το αποφθεγματικό, διδακτικό και χαρίεν, πολλοχού μεν χριστοπούλειον και τανταλίδειον μύρον αποπνέοντα, ενιαχού δε και της ανακρεντείου μούσης τη φαιδρότητα μη στερούμενα». Τη συλλογή αυτή, αφού τη συμπλήρωσε και με άλλα ποιήματα, τη μετονόμασε σε «Βοσπορίδες αύραι». Η συλλογή αυτή δεν εκδόθηκε.

Η τέταρτη κατά σειρά ποιητική του προσφορά «Εσπερίδες ή μύθοι του λαού και παραμύθια», που κι αυτή πήρε τον πρώτο έπαινο στο Βουτσιναίο διαγωνισμό του 1877, αποτελείται από τρεις μπalaντες, που το περιεχόμενό τους βασίζεται σε ελληνικούς θρύλους και παραμύθια. Διαφάνεται σ' αυτήν καθαρά η επιρροή του κηρύγματος του γερμανού Γιόχαν Χέρντερ για τη διαμόρφωση της εθνικής λογοτεχνίας κάθε λαού μέσα από τα απρόσωπα λαϊκά τραγούδια και τους παλιούς, ποιητικούς θρύλους.

Ο Βιζυηνός το 1881 αναγορεύεται στη Γερμανία διδάκτορας της φιλοσοφίας με τη μεγάλη εναίσιμη διατριβή του στα γερμανικά «Περί της παιδιάς υπό έποψη ψυχολογική και παιδαγωγική».

Τον επόμενο χρόνο 1882 μεταβαίνει στο Παρίσι, όπου γράφει το πρώτο του διήγημα «Το αμάρτημα της μητρός μου», το οποίο μεταφράζει στα γαλλικά και το 1883 δημοσιεύεται στη «Nouvelle Revue» (Επιθεώρηση διηγήματος). Με την παρότρυνση του Δ. Βικέλα και του φιλέλληνα Ζαίντ Ιλαίρ μεταφράζει πολλά ποιήματά του και πετυχαίνει να δημοσιευθούν σε γαλλικά και γερμανικά περιοδικά, συνοδευόμενα από εύφημη μνεία.



Από το Παρίσι, προπεμπόμενος από την αγάπη των ομογενών, μεταβαίνει στο Λονδίνο, όπου επίσης γίνεται αντικείμενο λατρείας της ελληνικής παροικίας. Το 1883 τυπώνεται στο Λονδίνο η συλλογή «Ατθίδες αύραι» με κύρια θέματα μύθους θρακικούς και πανελλήνιους και αναμνήσεις από τη Βιζύη.

Η συλλογή αυτή είχε απήχηση στους ευρωπαϊκούς φιλολογικούς κύκλους σε αντίθεση με τους φιλολογικούς κύκλους της Αθήνας, που δεν την υποδέχτηκαν θερμά.

Βρισκόμενος στο Λονδίνο το 1884 πληροφορείται τον θάνατο του προστάτη του Ζαρίφη και αναγκάζεται να επιστρέφει την Αθήνα. Το 1885 αναγορεύεται υφηγητής της ιστορίας της φιλοσοφίας με το πολύκροτο έργο του «Η φιλοσοφία του καλού παρά Πλωτίνω».

Αν η θέση του Βιζυηνού στην ποίηση αμφισβητείται τα καλύτερα ποιήματά του είναι αναντίρρητα τα παιδικά που δημοσίευε τακτικά στο περιοδικό «Η διάπλασις των παιδων» - στη διηγηματογραφία παραμένει απαραγνώριστη.

Ο Βιζυηνός με τον Παπαδιαμάντη και τον Καρκαβίτσα τάσσεται στους πρωτοπόρους της νεοελληνικής διηγηματογραφίας. Στέκεται στην πρώτη γραμμή μιας πεζογραφικής γενιάς, που έσπασε τους δεσμούς της με το παλαιό ιστορικό μυθιστόρημα, και δημιούργησε με μια απλή καθημερινή, ελληνική προπάντων θεματογραφία το ηθογραφικό και ψυχογραφικό διήγημα. Η φήμη του Βιζυηνού ως ποιητή και διηγηματογράφου ζημίωσε τη

φήμη του φιλοσοφικού και αισθητικού μελετητή και του λογογράφου.

Από την ποικίλη και πολύ εκτεταμένη συγγραφική δραστηριότητα του Γ. Βιζυηνού διαρκέστερο και αξιολογότερο κατά κοινή ομολογία αποδείχτηκε το αφηγηματικό του έργο. Δώδεκα περίπου όλα κι όλα διηγήματα αποτελούν την αφηγηματική παραγωγή του.

Ο Βιζυηνός είναι ο πρώτος που δίνει νεοελληνικό διήγημα με αξιώσεις. Χωρίς παράδοση διηγηματογραφική πίσω του, έβαλε τις βάσεις για τη δημιουργία νεοελληνικής διηγηματογραφίας και γενικότερα της αφηγηματικής πεζογραφίας, εισάγοντας, εκτός από τα άλλα, την αλήθεια και τη γνησιότητα του βιωματικού στοιχείου, αν λάβουμε υπόψη ότι η πρώτη ύλη για το έργο του στάθηκε η ατομική του ζωή η συνυφασμένη με απρόοπτες εξελίξεις και μεταστροφές της τύχης, και η οικογενειακή του τραγωδία με ήρωες τον εαυτό του και τα πρόσωπα του στενού οικογενειακού του περιβάλλοντος. Σκοπός του βέβαια δεν είναι να αφηγηθεί τα ατομικά του παθήματα και της οικογένειάς του, αλλά να συνθέσει έργα ικανά να δώσουν μια εικόνα του ανθρώπινου δράματος, όπου ο μύθος, η πλοκή και τα πρόσωπα να κινούνται και να συμπλέκονται με τη δύναμη του μοιραίου. Ιδιαίτερα πρέπει να εξαρθεί η δραματική πυκνότητα και οι επεμβάσεις της μοίρας που φέρνουν τους χαρακτήρες αντιμέτωπους, καθώς από το ένα το αρχικό μοιραίο γεγονός προκύπτουν στη συνέχεια άλλες δραματικές συνέπειες που έχουν αντίκτυπο επάνω σε άλλους.

Η πεζογραφία του ψυχολογική κατά βάθος και ψυχογραφική, παρόλα τα ηθογραφικά και λογογραφικά της στοιχεία, εμφανίζεται αρμονικά υποταγμένη στις απαιτήσεις της πλοκής και του μύθου. Ο μύθος και η πλοκή γίνονται ο κεντρικός μοχλός, που προκαλεί και οξύνει τις ψυχολογικές καταστάσεις και συχνά οδηγεί τα πρόσωπα σε μια οξυτάτη κρίση συνειδήσεων. Η συντριβή, η αγάπη, η συγγνώμη, η ευσπλαχνία και η ανθρωπιά έρχονται για να φέρουν στο τέλος την κάθαρση. Από τα κυριαρχικά γνωρίσματα της πεζογραφίας του Βιζυηνού είναι ο τόνος της ανθρωπιάς και της επώδυνης τρυφερότητας.

Τα κορυφαία αφηγηματικά του έργα είναι «Το αμάρτημα της μητρός μου», «Ποιος ήταν, ο φονεύς του αδελφού μου», «Μοσχώβ- Σελήμ» και «Το μόνο της ζωής μου ταξίδιον». Αυτά αποτελούν ολοκληρωμένες συνθέσεις που εξασφαλίζουν στον συγγραφέα τους μια ξεχωριστή θέση στην ελληνική αφηγηματική πεζογραφία.

Το πλούσιο έργο του Βιζυηνού θεωρούμενο στην ολόκληρά του διαπιστώνεται ότι ο Βιζυηνός απαλλάσσεται γρήγορα από τη θρησκοληπτική μυστικοπάθεια του δασκάλου του Ηλία Τανταλίδη και από τα ελαττώματα της φαναριώτικης σχολής (ρομαντικά ψεύδη, πατριωτικοί στόμφοι, γλωσσικές υπερβολές). Αναδείχτηκε μουσούλος με πρωτοτυπία, με λεπτή αισθητική και με ευγένεια σκέψης. Εμπνεόταν από το λαϊκό αίσθημα, την εθνική παράδοση και το δημοτικό τραγούδι. Στο λυρισμό του ο Βιζυηνός είναι και δραματικός. Ο ποιητικός του τόνος όμως υποχωρεί, όταν επιδιώκει να υπηρετήσει διδακτικούς σκοπούς. Τον φυσικό κόσμο περιγράφει ελάχιστα, προτιμώντας να ακολουθεί τις μεταφυσικές του τάσεις, τραγουδάει όμως μελωδικά και με συγκίνηση βαθιά τον πόνο του σπιτιού και το μητρικό αίσθημα.

Ο Βιζυηνός ήθελε στα γραφόμενά του αμιγή τη ζωντανή γλώσσα του έθνους, προτιμώντας το φυσικό και απέριπτο ύφος. Όπου χρησιμοποίησε την καθαρεύουσα, αυτή είναι πλούσια, εύηχη, εκφραστική και όπου έκανε χρήση της δημοτικής, αυτή δεν είναι εντελώς απαλλαγμένη από λέξεις και φράσεις της καθαρεύουσας. Οι στίχοι του εντούτοις είναι λαξευτοί, με πλούσια και ακριβή ομοιοκαταληξία και με ρυθμική πρωτοφανή για την εποχή που γράφτηκαν.

Από το 1892 μέχρι το 1896, έτος θανάτου του, ο Βιζυηνός, χτυπημένος από ανίατη ασθένεια, έζησε διανοητικά νεκρός, με ελάχιστες αναλαμπές στο Δρομοκαΐτειο. Κατά τη διάρκεια αυτών των φωτεινών διαλείψεων επιδίδονταν στη σύνθεση ποιημάτων. Ένα από αυτά είναι το ακόλουθο:

Σαν μ' αρπάχτηκε η χαρά
που χαϊρόμουν μια φορά
έτσι σε μίαν ώρα...
μες σ' αυτή τη χώρα
όλα αλλάζουν τώρα!
Κι από τότε που θρηνώ
Το ξανθό και γαλανό
και ουράνιο φως μου,
μετεβλήθη εντός μου
κι ο ρυθμός του κόσμου.

ΕΝΝΟΙΕΣ ΚΛΕΙΔΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΥΤΥΧΙΑ

Μαρία Φράγκου, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας - Ψυχοθεραπεύτρια



Για καλή μας τύχη, εμείς οι άνθρωποι είμαστε φτιαγμένοι έτσι ώστε ο νους μας να μπορεί να μας προσφέρει άφθονες ιδέες και λύσεις και η ψυχή μας ατελείωτη ενέργεια, δημιουργικότητα και πειθαρχία. Με αυτά τα εφόδια έχουμε την ικανότητα να χαράξουμε την πορεία της ζωής μας έτσι ώστε να νιώθουμε προσωπική ευτυχία, πραγματοποιώντας τις επιθυμίες μας.

Αναλυτικότερα, αν πιστεύουμε ότι η ευτυχία μας δεν εξαρτάται από εμάς, τότε περιμένουμε την τύχη ή κάποιο τρίτο πρόσωπο ή κάποιο γεγονός ή – ακόμα καλύτερα – όλα μαζί να συνεισφέρουν στην πραγματοποίησή της. Αν το πιστεύουμε αυτό, τότε η εμπειρία της ευτυχίας μας εξαρτάται από τους άλλους ή από ένα συμβάν και όχι από εμάς, οπότε βρισκόμαστε στο έλεος του καθενός και της κάθε περίπτωσης. Με αυτές τις προϋποθέσεις, η ευτυχία είναι σαν την κινούμενη άμμο. Ποτέ δεν ξέρεις πότε θα την νιώσεις, αφού δεν εξαρτάται από εσένα, αλλά από εξωγενείς παράγοντες, ούτε ξέρεις πόσο θα διαρκέσει και, τέλος, μπορεί κάλλιστα να μετατραπεί σε δυστυχία, αν παύει να υπάρχει η εξωγενής αιτία που την προκάλεσε.

Αν δεχτούμε ότι η ευτυχία είναι μια καθημερινή εμπειρία που μπορούμε και αξίζουμε να ζούμε, ανεξάρτητα από εξωγενείς παράγοντες, τότε την αναζητάμε μέσα μας. Όσο πιο πολύ πίνουμε από την πηγή ευτυχίας μέσα μας, τόσο περισσότερες χαρές ξεπηδάνε. Η ευτυχία χωρίς ένα ξαφνικό γεγονός ή ιδιαίτερο λόγο είναι απόφαση ζωής. Και τρόπος ζωής. Επομένως, δεν πειράζει αν δε γεννηθήκαμε αισιόδοξοι.

Επιλέγοντας να είμαστε ευτυχείς, βρίσκουμε την ευτυχία πίσω από καθενά. Από το φαγητό που τρώμε κάθε μέρα μέχρι τη θέα του ήλιου που λάμπει στον ουρανό, κι από τις κοντινές μας σχέσεις μέχρι την κατάσταση της υγείας μας. Ακόμα κι όταν έρθουν τα δύσκολα, η προσκόλλησή μας στην απόφαση να είμαστε ευτυχισμένοι μας βοηθά να τα αντιμετωπίσουμε ανάλογα. Γιατί η ευτυχία μας δεν εξαρτάται από τους άλλους, αλλά από την δική μας αντίδραση στις πράξεις των άλλων και στα γεγονότα που εκείνοι προκαλούν. Αν διαλέγουμε να μη μας χαλάνε τη καρδιά, μπορούμε να είμαστε πιστοί στην απόφασή μας να ζούμε ευτυχισμένοι.

Επιπλέον, οι περισσότεροι άνθρωποι νομίζουν ότι οι σκέψεις μας πετάνονται ξαφνικά από το μυαλό μας χωρίς να μπορούμε να τις ελέγξουμε. Κι όμως, είναι στο χέρι μας να εκπαιδεύσουμε το νου μας να πειθαρχήσει και να σκέφτεται υπέρ μας, ώστε να νιώθουμε ευτυχισμένοι. Κατευθύνοντας το μυαλό μας σε θετικές σκέψεις, βοηθάμε τον εαυτό μας να ζει αρμονικά και με ισορροπία. Είναι θέμα συνήθειας και προπόνησης.

Η πρώτη, λοιπόν, και σημαντική απόφαση που πρέπει να πάρουμε είναι να διαλέγουμε εμείς τις περισσότερες από τις σκέψεις μας. Ξεκινάμε απλά παρατηρώντας τες. Είναι εύκολο να τρομάξεις όταν συνειδητοποιήσεις πόσες αρνητικές σκέψεις περνούν απ' το μυαλό σου. Όταν όμως αποφασίσεις να αυγήσεις τις θετικές και να μειώσεις τις αρνητικές, μπαίνεις σε μια νέα διαδικασία επιλογής που, με τη συνεχή εφαρμογή, έχει ως αποτέλεσμα να αλλάξει σιγά σιγά η αναλογία τους.

Αν αυτή τη διαδικασία τη θεωρήσουμε παιχνίδι, το παίζουμε χαλαρά, χωρίς φόβο, απλά δοκιμάζοντας τη δύναμή μας. Το πόσο καλά το καταφέρνουμε δεν το παρακολουθεί άλλος παρά μόνο εμείς, ούτε υπάρχει βαθμολογία με σκορ. Είναι αποκλειστικά προσωπική μας υπόθεση.

Περαιτέρω, οι σκέψεις που επαναλαμβάνονται συνεχώς μέσα στο μυαλό μας γίνονται σταθερές πεποιθήσεις. Για την ακρίβεια, είναι τα πιστεύω μας. Αποτελούν το αξιακό μας σύστημα, που διαμορφώνεται είτε όταν είμαστε μικροί από το οικογενειακό μας περιβάλλον, είτε από εμάς τους ίδιους σταδιακά, με την επανάληψη των ίδιων σκέψεων. Ανάλογα με τα πιστεύω μας διαμορφώνεται και η ζωή μας, που είναι ο καθρέφτης των πεποιθήσεων μας. Αν σκεφτόμαστε ότι η ζωή είναι δύσκολη, η ζωή θα γίνεται όλο και πιο δύσκολη για εμάς. Αν πιστεύουμε ότι οι άνθρωποι είναι προδότες, σίγουρα θα βρεθούμε πολύ σύντομα περικυκλωμένοι από προδότες. Οι εμπειρίες μας επιβεβαιώνουν τα πιστεύω μας.

Ακόμη, σημαντικό ρόλο στην ευτυχία παίζει η αγάπη. Όταν νιώθουμε αγάπη για τον εαυτό μας, μπορούμε να νιώσουμε και για τους άλλους. Μπορείς να δώσεις στους άλλους

αυτό που έχεις μέσα σου. Αν μέσα σου έχεις αγάπη, αγάπη αναβλύζει για τον εαυτό σου, για τα παιδιά σου, για το σύντροφό σου, για τους ανθρώπους γύρω σου, για τη δουλειά σου, για τη γειτονιά σου, για τις σχέσεις σου. Αυτό που νιώθουμε για τον εαυτό μας, αυτό καθρεφτίζεται στις σχέσεις μας με τους άλλους. Αν νιώθουμε αγάπη διαλέγουμε αυτούς που μας αγαπούν. Αν νιώθουμε ότι είμαστε ανάξιοι να αγαπηθούμε, διαλέγουμε ανθρώπους που μας κριτικάρουν ή μας υποτιμούν.

Αγαπώντας τον εαυτό μας και τους άλλους, γιατρευόμαστε από τον πόνο. Αγαπώντας φεύγουν οι φόβοι μας, η επιβίωσή μας γίνεται ευκολότερη και δε νιώθουμε ποτέ μοναξιά. Γιατί η αγάπη είναι το οξυγόνο της ζωής μας και οι ανθρώπινες σχέσεις υπάρχουν για να παράγουν αγάπη. Δίνοντας αγάπη στους άλλους, θα μας έρθει πίσω.

Ακόμη οφείλουμε να είμαστε καλοί με τον εαυτό μας. Με δεδομένο ότι η μόνη παρουσία που ορίζουμε είναι ο εαυτός μας, καθένας μας χρειάζεται να σκέφτεται τα καλύτερα γι' αυτόν. Μερικοί συγκεντρώνονται στις αδυναμίες και στα ελαττώματά τους.

Όλη τους η ζωή εστιάζεται στη συνεχή κριτική και την άρνηση να δουν πόσο σπουδαία πλάσματα είναι, οπότε όλα τα άσχημα που σκέφτονται γίνονται πραγματικότητα.

Ο εαυτός μας χρειάζεται τη φροντίδα και την αγάπη μας σωματικά, νοητικά και πνευματικά. Η ενέργειά μας είναι το πολύτιμο κεφάλαιο που διαθέτουμε και που δεν έχουμε την πολυτέλεια να το σπαταλάμε ή να το χάνουμε σε ό,τι δε μας ωφελεί.

Επιπρόσθετα, πολλές φορές για να μην δυσαρεστήσουμε τους άλλους, κάνουμε ό,τι τους ευχαριστεί χωρίς εμείς οι ίδιοι να θέλουμε. Αν η έγκριση ή η αγάπη των τρίτων είναι αυτό που αναζητάμε στη ζωή, τότε οι δικές μας επιλογές μπαίνουν σε δεύτερη μοίρα. Ξεπερνάμε τα προσωπικά μας όρια και ταυτιζόμαστε με τις επιθυμίες και τα όνειρα των άλλων, δίνοντάς τους προτεραιότητα.

Έτσι, χρειάζεται κάποιες φορές να λέμε «όχι» και να έχουμε την ευθύνη για τη ζωή μας και την δύναμή μας. Σταματάμε να σαμποτάρουμε τον εαυτό μας, παύοντας να παριστάνουμε τον υπεράνθρωπο που κάνει τα πάντα 24 ώρες το 24ωρο για τους άλλους και τίποτα για τον ίδιο. Αυτοί που μας αγαπούν πραγματικά αναγνωρίζουν την ελευθερία μας να μπορούμε να είμαστε ο εαυτός μας και μας αγαπούν ακόμα και όταν τους λέμε «όχι».

Άλλο σημείο προσοχής είναι πως πρέπει να ασχολούμαστε με τον εαυτό μας. Αν πιστέψεις πως έχεις τον έλεγχο της ζωής σου, θα ασχοληθείς με την δική σου ζωή και όχι με των άλλων. Έχει σημασία να έχουμε ως αντικείμενο της προσοχής μας τον εαυτό μας και όσα μπορεί να ζήσει ευτυχισμένος σε αυτό εδώ το ταξίδι του στη γη.

Επίσης, υπάρχει πάντα η ανάγκη προσαρμογής στην αλλαγή. Οι μεγάλες αλλαγές μάς κατευθύνουν σε ένα εντελώς διαφορετικό μονοπάτι από αυτό που ακολουθούσαμε πριν. Καμιά φορά δε χρειάζεται να ρωτάμε γιατί συνέβη κάποιο γεγονός. Η ζωή μας εκπλήσσει και οι απαντήσεις είναι λαβύρινθος. Ίσως καλύτερη ερώτηση είναι «πώς μπορώ να κάνω αυτό που συνέβη στη ζωή μου να δουλέψει για μένα;» ή «τι μπορώ εγώ να κάνω ή να μην κάνω ώστε να βοηθήσω τον εαυτό μου να ωφεληθεί από αυτή την κατάσταση;» ή «τι θετικό μπορεί να βγει για μένα από αυτές τις συνθήκες;»

Κλείνοντας, να τονίσουμε πως δε χρειάζεται να είμαστε επιτυχημένοι, καταξιωμένοι και τέλειοι για να αξίζουμε την ευτυχία. Η ευτυχία είναι δωρεάν και την αξίζουμε όλοι και χωρίς να προσπαθούμε γι αυτήν.

ΥΓ. Όλες οι παραπάνω πληροφορίες έχουν αντληθεί ανεξαιρέτως από το βιβλίο «Η Ευτυχία είναι Απόφαση», της Κατερίνας Τσεμπερλίδου, Εκδόσεις Χάρτινη Πόλη, Μάιος 2016, Αττική.



Μέσα κοινωνικής δικτύωσης: Πόσο "κοινωνικά" είναι τελικά;

Γιατί πολλοί νέοι άνθρωποι σήμερα προτιμούν να μην βγούν έξω το Σάββατο βράδυ και να μείνουν στο σπίτι; Τι κάνουν στο σπίτι; Είναι στο internet, στο facebook, ή σε άλλα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, ή παίζουν παιχνίδια, ή ασχολούνται με τζόγο ή πορνογραφία στο ίντερνετ.

Οι νέες τεχνολογίες υπόσχονται νέους τρόπους για να κάνουμε διάφορα πράγματα πολύ πιο εύκολα. Και αυτό είναι γεγονός. Η εξάπλωση όμως αυτή των εφαρμογών, των μέσων κοινωνικής δικτύωσης έχει αλλάξει εντελώς το τοπίο των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων δημιουργεί νέες συναισθηματικές καταστάσεις, νέες συνήθειες, νέα προβλήματα και ασφαλώς απαιτεί χρόνο και ενέργεια.

- Ασχολείστε αρκετή ώρα με το ίντερνετ, ακόμα και όταν δεν υπάρχει συγκεκριμένος λόγος;

- Ο σύντροφός σας παραπονείται συχνά ότι δεν ασχολείστε μαζί του, γιατί είστε συνέχεια στο ίντερνετ;

- Ακόμα και όταν τρώτε είστε στο ίντερνετ;

Έχει ψυχοδραστική φύση το ίντερνετ;

Είναι τρόπος αντιμετώπισης της μοναξιάς ή μήπως την προκαλεί κιόλας;

Δρ. Ιλία Θεοτοκά,
Κλινική Ψυχολόγος -
Ψυχοθεραπεύτρια,
ΑΙΓΙΝΗΤΕΙΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ
Πρόεδρος της Δράσης
για την Ψυχική Υγεία
Email:
iliatheotoka@yahoo.com
drasipsy@gmail.com



μενο, η εύκολη πρόσβαση, η άνεση που ενέχει, το χαμηλό κόστος, ο οπτικός ερεθισμός, η αυτονομία και η ανωνυμία επηρεάζουν έντονα συναισθηματικά.

Όταν λέμε ότι κάτι είναι ψυχοδραστικό, εννοούμε ότι επηρεάζει τη διάθεση και πιθανά τη συμπεριφορά.

Ασφαλώς, σημαντικό ρόλο παίζει εάν η παραπάνω ενασχόληση επηρεάζει αρνητικά την επαγγελματική, προσωπική, οικογενειακή και κοινωνική ζωή του ατόμου.

Σίγουρα, μπορεί να επηρεάσει την προσοχή και τη συγ-

κέντρωση, προκαλώντας διακοπή ή διάσπαση της σκέψης ή της προσοχής. Μας αποσπούν από το να διατηρήσουμε την προσοχή μας σε μία δραστηριότητα, ή απλά να μείνουμε μόνοι με τις σκέψεις μας, ή να σκεφτόμαστε βαρύτερα θέματα που μας απασχολούν.

Βέβαια, θα πρέπει να σημειωθεί ότι δεν υπάρχουν ακόμα επίσημα διαγνωστικά κριτήρια για νέες εξαρτήσεις, που έχουν εμφανιστεί τα τελευταία χρόνια, όπως εξάρτηση από το ίντερνετ, παιχνίδια στο ίντερνετ, εξάρτηση από κινητά τηλέφωνα. Ωστόσο, αν κάποιος ή το περιβάλλον του παρατηρεί ότι αυξάνει τις ώρες στις παραπάνω δραστηριότητες, παραμελεί άλλες δραστηριότητες, ή κοινωνικές επαφές με ανθρώπους, έχει μειώσει τη φυσική δραστηριότητα, τότε ίσως θα πρέπει να προβληματιστεί μήπως οι ώρες ενασχόλησης θέτουν προβλήματα στις παραπάνω δραστηριότητες.

Τα social media, όπως facebook, instagram, έχουν επηρεάσει τον τρόπο που επικοινωνούμε και αλληλεπιδρούμε. Συνεπώς, επηρεάζουν κάποιες πλευρές της ανθρώπινης συμπεριφοράς και μπορεί να προκαλέσουν και ψυχολογικά προβλήματα, όπως κατάθλιψη, χαμηλή



Γυναίκα και κατάθλιψη

Δρ. ΙΛΙΑ ΘΕΟΤΟΚΑ
 ΚΛΙΝΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ-ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ
 ΑΙΓΙΝΗΤΕΙΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ - Πρόεδρος της Δράσης για την Ψυχική Υγεία
 iliatheotoka@yahoo.gr



Η κατάθλιψη είναι νόσος των γυναικών; Ισχύει πραγματικά σε μεγάλο βαθμό, εφόσον τα ποσοστά κατάθλιψης των γυναικών σε σχέση με τους άντρες είναι σχεδόν τα διπλάσια. Οι αλλαγές που παρατηρούνται στις ορμόνες των γυναικών σε διάφορες φάσεις της ζωής τους, επηρεάζουν τη χημεία του εγκεφάλου τους και κατά συνέπεια την συναισθηματική τους κατάσταση. Ένα τέτοιο παράδειγμα αποτελεί η επιλόχεια κατάθλιψη, που παρατηρείται μετά τη γέννηση του παιδιού.

Επίσης η απώλεια σε οποιαδήποτε μορφή μπορεί να προκαλέσει κατάθλιψη σε μερικές γυναίκες. Βέβαια, θα πρέπει να πούμε ότι οι ορμονικές αλλαγές από μόνες τους δεν προκαλούν κατάθλιψη. Άλλοι βιολογικοί παράγοντες, κληρονομικότητα ,τα γεγονότα και οι εμπειρίες στη ζωή συμβάλλουν περισσότερο στην κατάθλιψη.

Φάσεις στη ζωή της γυναίκας που συνδέονται με κατάθλιψη.

- Εφηβεία ο συνδυασμός ορμονικών αλλαγών και παραγόντων, όπως, σεξουαλικότητα και αίσθηση ταυτότητας του κοριτσιού, συγκρούσεις με τους γονείς, αυξημένη πίεση για επιδόσεις στο σχολείο ή στα σπορ μπορούν να συσχετιστούν με κατάθλιψη.
- Διαταραχές στην έμμηνο ρύση. Σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να συνδεθεί με δυσθυμική διάθεση.
- Εγκυμοσύνη. Η περίοδος των αρμονικών αλλαγών σε συνδυασμό με τον τρόπο ζωής, την πίεση στη δουλειά, προβλήματα στη σχέση με το σύντροφό, έλλειψη κοινωνικής υποστήριξης, προηγούμενη υπογονιμότητα, λιγότερο η περισσότερο επιθυμητή εγκυμοσύνη, πιθανή διακοπή αντικαταθλιπτικής αγωγής μπορεί να είναι κάποιοι από τους παράγοντες που μία εγκυμονούσα γυναίκα μπορεί να εμφανίσει κατάθλιψη.
- Επιλόχεια Κατάθλιψη. Πολλές γυναίκες μετά τη γέννηση του παιδιού τους νιώθουν θλιμμένες, θυμωμένες, ευερέθιστες, έχουν αίσθημα κενού. Παράλληλα, μπορεί να νιώθουν ότι δεν είναι αρκετά καλές μητέρες, μπορεί να είναι ιδιαίτερα αγχωμένες με την ανατροφή του μωρού, να πιέζονται από τις υπόλοιπες υποχρεώσεις της καθημερινότητας και να μην έχουν την κατάλληλη υποστήριξη από το σύντροφό τους. Οι παραπάνω παράγοντες πολύ συχνά αποτελούν λόγους για την εμφάνιση της επιλόχειας κατάθλιψης. Η επιλόχεια κατάθλιψη απαιτεί άμεση αντιμετώπιση και με φαρμακευτική αγωγή !αλλά και με ψυχοθεραπευτική αντιμετώπιση της μητέρας και του οικογενειακού της περιβάλλοντος.
- Εμμηνόπαυση. Οι ορμονικές αλλαγές επηρεάζουν τη διάθεση της γυναίκας, η οποία νιώθει ότι χάνει τη νεότητα της. Παράλληλα, η εμμηνόπαυση μπορεί να συνοδεύεται και από διαταραχές ύπνου, αύξηση βάρους κλπ. Στις περιπτώσεις αυτές, η πιθανότητα κατάθλιψης είναι μεγαλύτερη.
- Όμως δεν θα πρέπει να παραλείψουμε τους κοινωνικούς και πολιτιστικούς παράγοντες που αυξάνουν τα ποσοστά Κατάθλιψης στις γυναίκες, όπως η ανισότητα ως προς την εξουσία που μπορεί να διαθέτει μία γυναίκα, το μεγάλο φορτίο υποχρεώσεων στην εργασία και στο σπίτι, το να μεγαλώνει μία γυναίκα μόνη της ένα παιδί, η φροντίδα ηλικιωμένων ατόμων. Όλα αυτά βαρύνουν Περισσότερο τις γυναίκες και ακόμα και σήμερα η ευαισθητοποίηση του κοινωνικού συνόλου γύρω από αυτά τα θέματα είναι περιορισμένη.

ΠΩΣ ΝΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΕΤΕ ΤΗΝ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ

Μιλήστε σε κάποιον δικό σας για τα συναισθήματά σας.

Διατηρείστε, όσο γίνεται, μία θετική διάθεση. Αποδεχτείτε ότι στη ζωή υπάρχουν δυσκολίες, θλίψη, δυσάρεστες στιγμές. Είναι σημαντικό να μπορούμε να αγαπάμε τη ζωή, ακόμα και στις πιο δύσκολες φάσεις της.

Προσπαθήστε να σκέφτεστε ρεαλιστικά.

Ελέγξτε τις προσδοκίες και τις προτεραιότητες σας. Μην εστιάζετε στα αρνητικά μίας κατάστασης, δείτε και τις θετικές της πλευρές.

Μην αφήντε τις αρνητικές σκέψεις να επηρεάζουν τον τρόπο που θα επιλύσετε ένα πρόβλημα. Να είστε ανοιχτοί σε πιθανές λύσεις.

Κάντε μία λίστα με αυτά που σας αρέσουν στον εαυτό σας.

Επιτρέψτε στον εαυτό σας να μην είστε τέλειοι.

Να θέτετε μικρούς καθημερινούς στόχους. Όταν τους ολοκληρώνετε, να επιβραβεύετε τον εαυτό σας. Φροντίστε τη διατροφή σας. Επιλέγετε τροφές με Ω3 λιπαρά και πλούσιες σε βιταμίνη Β12. Αποφύγετε το αλκοόλ και την υπερβολική ποσότητα καφέ. Φροντίστε τον ύπνο σας.

Βάλτε συστηματικά την άσκηση στη ζωή σας (πχ. περπάτημα καθημερινά, κάποιο σπορ, γυμναστική κλπ), μπορείτε να συνδυάσετε την άσκηση με φιλική παρέα, που την κάνει πιο ευχάριστη.

Να εκτίθεστε συστηματικά σε ηλιόλουστα μέρη.

Βάλτε καινούργιες δημιουργικές δραστηριότητες στη ζωή σας (ζωγραφική, μουσική, φωτογραφία).Το να είμαστε δημιουργικοί, μας επιτρέπει να εξερευνούμε τα συναισθήματά μας και να εκφραζόμαστε. Παράλληλα, μας κάνει να νιώθουμε καλύτερα και μας δίνει ικανοποίηση.

Εμπλακείτε πιο ενεργά σε δραστηριότητες. Εμπλουτίστε την κοινωνική σας ζωή κρατείστε κοντά σας τους φίλους και την οικογένεια.

Οι παραπάνω συμβουλές μπορεί να σας βοηθήσουν σημαντικά, αλλά όχι από μόνες τους, εάν τα καταθλιπτικά συναισθήματα είναι έντονα, διαρκούν πάνω από 2 εβδομάδες και επηρεάζουν σοβαρά την καθημερινή σας λειτουργικότητα. Στην περίπτωση αυτή, αλλά και στην περίπτωση που σκέπτεστε ότι η ζωή δεν αξίζει και κάνετε σκέψεις να δώσετε τέλος στη ζωή σας, θα πρέπει να επισκεφτείτε άμεσα έναν κλινικό ψυχολόγο ή ψυχίατρο και να ξεκινήσετε ψυχοθεραπεία ή και να πάρετε αντικαταθλιπτική αγωγή. Να έχετε υπόψη σας ότι Η ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ ΠΟΥ ΘΕΡΑΠΕΥΕΤΑΙ, ΕΦΟΣΟΝ ΑΠΟΦΑΣΙΣΕΤΕ ΝΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΕΤΕ.

→ αυτοεκτίμηση, ειδικά στα παιδιά και στους εφήβους. Κάποιες μελέτες, βέβαια, έδειξαν και αντίθετα αποτελέσματα, όπως πχ., ότι θα μπορούσαν να είναι χρήσιμα για άτομα που είναι απομονωμένα, ή, άτομα με παρερμηνευτική ετοιμότητα, που επιθυμούν να κρατούν σε απόσταση τους ανθρώπους και έτσι, με τον τρόπο αυτό, νιώθουν περισσότερη ασφάλεια.

Το facebook έχει αυξήσει την συνδεσιμότητα μεταξύ των ατόμων, βοηθά στην ανταλλαγή ιδεών και στην online εκμάθηση. Από την άλλη, το Facebook αποτελεί ένα δίκτυο με πολλές, αλλά αδύναμες σχέσεις, που δεν μπορούν να λειτουργήσουν υποστηρικτικά στη ζωή των ανθρώπων.

Σε κάποιες περιπτώσεις, μπορεί να προκαλέσει κατάθλιψη, ζήλεια και φθόνο για τις ζωές των άλλων, (θεωρούμε ότι οι άλλοι είναι πιο ευτυχημένοι και περνάνε καλύτερα) υποτίμηση της εικόνας του σώματος, κακό ύπνο, μειωμένη επίδοση στο σχολείο. Αν έχεις χαμηλή αυτοεκτίμηση, συγκρίνοντας τους φίλους σου με τους φίλους άλλων ατόμων, αμέσως νιώθεις μειονεκτικά και το γεγονός αυτό μπορεί να αποτελέσει προδιαθεσικό παράγοντα για κατάθλιψη. Λειτουργεί όμως και αντίστροφα. Το καταθλιπτικό άτομο μπορεί να καταφύγει στο facebook για να αποφύγει να αντιμετωπίσει τα προβλήματα του. Επίσης άτομα με διαταραχές προσωπικότητας, τα οποία έχουν δυσκολία στην επικοινωνία τους με τους ανθρώπους, χρησιμοποιούν το facebook για να καλύψουν τις "δύσκολες" πλευρές της προσωπικότητάς τους. Εξάλλου, οι πολλές ώρες στα social media μειώνουν την επικοινωνία με την οικογένεια, τον κοινωνικό κύκλο του χρήστη. Η μείωση αυτή συχνά οδηγεί σε συναισθήματα μοναξιάς και αποξένωσης και ειδικά στα παιδιά μπορεί να επηρεάσει την κοινωνική τους ανάπτυξη. Ένας άλλος τομέας που θίγεται μέσα από την επικοινωνία μας με social media, είναι η αντίληψη που έχουμε σχετικά με την εμ-



φάνιση μας- ειδικά αν υπάρχει προδιάθεση για διαταραχές διατροφής.

Συχνά, στα social media παίζουμε ένα ρόλο, παρουσιάζουμε τον εαυτό μας όπως τον θέλουμε και δίνουμε έμφαση σε χαρακτηριστικά που επιλέγουμε να τονίσουμε. Έτσι, σ' ένα βαθμό, χάνεται η αυθεντικότητα και ο αυθορμητισμός στην επικοινωνία. Όταν το άτομο γίνεται αντικείμενο, η αίσθηση του εαυτού μειώνεται. Το facebook δεν μπορεί να αντικαταστήσει την face to face επικοινωνία.

Πώς να διαχειριστούμε όλα αυτά; Κρατήστε μία επιφύλαξη όταν οι άλλοι άνθρωποι παρουσιάζουν μία τέλεια ζωή. Μοιραστείτε ποιοτικό χρόνο με τους φίλους και την οικογένειά χωρίς την παρουσία κινητού. Μπορείτε να επικοινωνείτε με τους φίλους σας, μέσω των social media, αλλά σκεφτείτε να τους πάρετε τηλέφωνο και να τους συναντήσετε από κοντά. Είναι σημαντικό να γνωρίζουμε πως επηρεάζουν την ψυχική μας υγεία τα social media.

Πάντα να αξιολογείτε τα sites στα οποία μπαίνετε και τις πληροφορίες που παρέχουν.

Γενικότερα, είναι σημαντικό στη ζωή να υπάρχει ποι-

κιλία ερεθισμάτων και επικοινωνίας γιατί ότι γίνεται με μέτρο δεν είναι ποτέ βλαβερό.

Τι μπορούμε να κάνουμε όταν νιώθουμε ότι μας συμβαίνουν κάποια από τα παραπάνω;

Καταρχήν, να ελέγχουμε τις ώρες που περνάμε στο ίντερνετ, στο κινητό μας και να βάλουμε ένα χρονικό περιορισμό.

Να επιδιώκουμε να μιλήσουμε στο τηλέφωνο με τα άτομα που επικοινωνούμε στο ίντερνετ ή να τα συναντήσουμε έξω (εφόσον φυσικά είναι άτομα που τα γνωρίζουμε, όχι άγνωστοι και αναφερόμαστε ασφαλώς στους ενήλικες).

Να καλλιεργούμε πραγματικές, ουσιαστικές σχέσεις με αυτούς που πραγματικά θέλουμε. Αν νιώθουμε ότι το ίντερνετ καλύπτει κάποιους φόβους, δισταγμούς ή αδυναμίες μας να σχετιστούμε πιο πραγματικά και πιο αυθεντικά με τους ανθρώπους, θα πρέπει να σκεφτούμε υπεύθυνα για τον εαυτό μας πάνω σε αυτό και να μιλήσουμε μ έναν ψυχολόγο.

Να εστιασθούμε στη δουλειά.

Να χρησιμοποιούμε τον ελεύθερο χρόνο μας πιο εποικοδομητικά (περπάτημα, σωματική άσκηση, σπορ).

ΕΠΙΣΗΣ:

- Να σκεφτούμε τις καταστάσεις και τα συναισθήματα που μας κάνουν να κολλάμε με τις νέες τεχνολογίες.. Είναι επειδή βαριόμαστε, νιώθουμε μόνοι, έχουμε άγχος ή αγωνία για κάτι; Μιλήστε σε κάποιον αν νιώθετε κάποια από αυτά τα συναισθήματα.
- Τέλος, προσπαθείτε να πειθαρχείτε με τη χρήση του κινητού, όταν είστε με τα παιδιά σας, όταν οδηγείτε, όταν είστε σε μια συνάντηση, σε μία κοινωνική εκδήλωση. Θα εκπλαγείτε όταν νιώσετε ότι έχετε καταφέρει να ελέγξετε αυτή τη συνεχή επιθυμία. Βάλτε στο αθόρυβο το κινητό σας κάποιες στιγμές που χρειάζεται να εστιασθείτε σε μία σοβαρή δουλειά ή να ξεκουραστείτε.

Οδυσσέας: Από τον Όμηρο στον Καζαντζάκη

Της Αναστασίας Φραγκοπούλου, Δικηγόρου

«Τον άντρα τον πολύτροπο πες μου, θεά, που χρόνια παράδερνε, σαν πάτησε της Τροίας τ' άγιο κάστρο, κι ανθρώπων γνώρισε πολλών τους τόπους και τη γνώμη κι έπαθε πλήθος συμφορές στα πέλαγα, ζητώντας πώς στην πατρίδα του άβλαβος να πάει με τους συντρόφους. Μα κι έτσι αυτούς δεν γλίτωσε, μ' όσο καημό και αν είχε.»

«Ηλιε, μεγάλε ανατολίτη μου, χρουσό σκουφί του νου μου, αρέσει μου στραβά να σε φορώ, πεθύμησα να παίξω, όσο να ζεις, όσο να ζω κι εγώ, για να χαρεί η καρδιά μας. Καλή 'ναι τούτη η γης, αρέσει μας, σαν το σγουρό σταφύλι στον μπλάβο αγέρα, Θε μου, κρέμεται, στο δρόλαπα κουνιέται..... Κρασί δεν είναι, αδέρφια, η λευτεριά μήτε γλυκιά γυναίκα μήτε και βιός μες στα κελάρια σας μήτε και γιος στην κούνια· Έρμο τραγούδι 'ναι ακατάδεχτο και σβήνει στον αγέρα!»

Ο Οδυσσέας ως γενικό σύμβολο

Ο Οδυσσέας, πρόσωπο πολυσυζητημένο και πολυέδρο, ανέγγιχτο απ' τα χρόνια, τους καιρούς, τις ερμηνείες και τις διαστάσεις που πάντα του αποδίδονταν, συνεχίζει και θα συνεχίζει πάντα να αποτελεί μια προσωπικότητα ενδιαφέρουσα για φιλόλογους, ιστορικούς, ψυχολόγους και λογοτέχνες, μια προσωπικότητα σύμβολο του πολυμήχανου αγωνιστή, του αέναου ταξιδιώτη, του αιώνιου νοσταλγού όποιας Ιθάκης.

Τ' όνομά του προέρχεται από το ρήμα «οδύσσομαι», που σημαίνει οργίζομαι, αλλά και μισώ κάποιον. Ερμηνεύεται λοιπόν ως ο *εξοργισμένος*, αλλά και ως ο *μισούμενος από τους θεούς*, αυτός που *έδωσε αφορμές δυσaréσκιας*.

Ο Οδυσσέας είναι αυτός που παρά την θέλησή του ανέλαβε έναν πόλεμο, άφησε την «κραναή και τρηχείν» Ιθάκη, για να φτάσει στις πολύχρυσες Μυκήνες κι από κει να βρεθεί προσκυνητής των θεών στην ιερή Δήλο. Είναι αυτός που δέκα χρόνια επαλήθευε μαζί με τους άλλους συμπολεμιστές του τον χρησμό του Κάλχα, είναι αυτός που έπερσεν το της Τροίας ιερόν πτολίεθρον. Αλλά είναι και ο μόνος από τους ζώντες πορθητές της Τροίας που δεν κατόρθωσε τον ομαλό γυρισμό στην πατρίδα του.

Ο Οδυσσέας του Ομήρου: χαρακτηριστικά, στόχοι, τρόποι

Ο Οδυσσέας της ομηρικής Οδύσσειας είναι ένας ατέρμονος νοσταλγός που -κατατρεγμένος από τους θεούς- βρίσκεται αναγκασμένος να πλανιέται μέσα στις θάλασσες του κόσμου και να γίνει ο ήρωας-ναυτικός, που παλεύει δέκα χρόνια με τη θάλασσα και ο οποίος κατά τη θαλασσινή του περιπέτεια έρχεται αντιμέτωπος με άπειρες δυσκολίες, φανταστικά όντα, ανθρώπους, ημίθεους και θεούς, με τον ίδιο το θάνατο, πραγματικά αλλά και νοητικά, αφού ακόμη και οι οικείοι του τον θεωρούν νεκρό. Παρά το γεγονός ότι είναι ένας πιστός λάτρης των θεών, και ορισμένοι απ' αυτούς τον αγαπούν και νοιάζονται γι' αυτόν, ένα από τα βασικά στοιχεία

που καθορίζουν τη μοίρα του και συνεπώς διαμορφώνουν τον χαρακτήρα του είναι ότι τον κυνηγά η οργή των θεών. Όλα αυτά όμως τα αντιμετωπίζει τόσο με τις γνώσεις και την ναυτική του ικανότητα και εμπειρία, αλλά κυρίως με την νηφαλιότητα του νου, την ταχύτητα και την διαύγεια της σκέψης, την ψυχραιμία στο συναίσθημα και τον λογικό σχεδιασμό, και την ευελιξία και αμεσότητα στην πράξη. Ταυτόχρονα παρουσιάζεται σκληρός, αποφασιστικός, αδιάτακτος στις ειλημμένες αποφάσεις του και χωρίς όρια στην επίτευξη του επιδιωκόμενου σκοπού του, ανεξάρτητα από την προσωπικότητα ή τις ιδιότητες του αντιπάλου του. Έτσι δεν διστάζει να τυφλώσει τον γιο του θεού, να τραβήξει το γυμνό σπαθί του κατά της θεϊκής Κίρκης, αλλά και να αφεθεί μέσα στον χώρο της απόλυτης παντοδυναμίας του θείου, στο χώρο του θανάτου και των νεκρών περνώντας την Στύγη, τον Αχέροντα και την Αχερουσία και μπαίνοντας στο σκοτεινό βασίλειο του Άδη. Είναι ο πρίγκιπας των στρατηγικών τεχνασμάτων, ήρωας χάρη στην άσογη λειτουργία του νου του, με όπλο του την αγάπη ενός γυρισμού, ή -όπως μας ζωγραφίζει ο Σεφέρης- με «γερή την αρματωσιά μιας αγάπης».



Βασικό χαρακτηριστικό του Οδυσσέα του Ομήρου η νοσταλγία, ο πόθος του γυρισμού στην πατρίδα και τους αγαπημένους, την οικογένεια. Η Πηνελόπη και ο Τηλέμαχος ενσωματώνουν όλα τα όνειρα και τις ελπίδες του πολυταξιδεμένου και θαλασσοδαρμένου νοσταλγού ταξιδιώτη. Τίποτε δεν είναι πιο δυνατό απ' αυτό τον στόχο. Ακόμα και στοιχεία που σαγηνεύουν τον μέσο άνθρωπο κάθε εποχής, όπως ο ατελείωτος έρωτας, η αιώνια νεότητα, η βεβαιότητα και η ισχύς της αθανασίας, δεν είναι ικανά να απομακρύνουν τον νοσταλγό ομηρικό Οδυσσέα από τον στόχο-Ιθάκη, που γι' αυτόν είναι τα αγαπημένα του πρόσωπα. Όταν πια φτάνει και γαληνεύει στην αγκαλιά της Πηνελόπης της εξομολογείται ότι η λαχτάρα του είναι να ζήσει μέχρι τα βαθειά του θαλερά γεράματα στην Ιθάκη του, στην οικογένειά του, ανάμεσα στο λαό του που τον ονειρεύεται γαληνεμένο, ειρηνεμένο κι ευτυχισμένο. Το τέρμα του ταξιδιού του ομηρικού ήρωα οριοθετείται από την ανθρώπινη παρουσία, την ανάγκη του συνανθρώπου που πρέπει να είναι μέτοχος της ειρήνης, της ευημερίας, της ευτυχίας. Ο Καζαντζάκης δεν έχει στην ουσία διαφορετικό στόχο, αλλά διαφοροποιείται στους τρόπους και την εσωτερική ηθική παρόρμηση που προσδίδει στον ήρωα του Οδυσσέα, όπως θα δούμε λίγο αργότερα.

Δεν είναι τυχαίο ότι ο Μέγας Βασίλειος τονίζει πως «πάσα η ποίησις τω Ομήρῳ αρετής εστιν έπαινος». Ο Οδυσσέας του Ομήρου παρά το γεγονός ότι δεν διστάζει να χρησιμοποιήσει τον δόλο, τα πονηρά τεχνάσματα, την βία πολλές φορές -και προς τους αντιπάλους και κάποτε και προς τους ίδιους τους συντρόφους του (έστω κι αν αυτή είναι μια ήπια μορφή βίας)-, είναι ο ενάρετος, το πρότυπο του ανθρώπου που μπορεί να συνδυάζει την ευελιξία, την διπλωματία, τον δόλο, με την πίστη στα ιδανικά, την πατρίδα, την ευτυχία των συντρόφων, την οικογένεια, ό,τι ευγενέστερο συνθέτει τον κόσμο της αρετής.

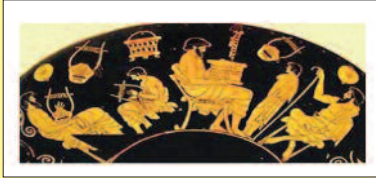
Συνέχεια στο επόμενο τεύχος

ΗΜΕΡΙΔΑ ΜΕ ΘΕΜΑ ΤΑ ΚΛΑΣΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ ΣΗΜΕΡΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ, ΓΛΩΣΣΑ, ΙΣΤΟΡΙΑ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

17 Δεκεμβρίου 2017, 11.00 π.μ.



Ερυθρόμορφο αγγείο του 5^{ου} π.Χ. αιώνα που απεικονίζει μαθητές να διαβάζουν και να παίζουν λύρα. (Αρχαιολογικό Μουσείο Βερολίνου)



Ερυθρόμορφο αγγείο του 5^{ου} π.Χ. αιώνα που απεικονίζει μαθητές με τον γραμματιστή, τον κιθαριστή και τον παιδαγωγό (Αρχαιολογικό Μουσείο Βερολίνου)

ΙΔΡΥΜΑ ΜΑΡΙΑ ΤΣΑΚΟΥ ΜΕΓΑΡΟΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ Λεωφ. Συγγρού 367 (έναντι "Ωνασείου")

Η EUROCLASSICA (ΟΜΙΛΟΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΩΝ ΕΤΑΙΡΕΙΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ ΚΛΑΣΙΚΩΝ ΓΛΩΣΣΩΝ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΩΝ) ΚΑΙ Η ΟΜΗΡΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ

σε συνεργασία με την Ο.Χ.Σ.Α.

(Ομοσπονδία Χιακών Σωματείων Αττικής),
ΤΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ "ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΧΙΩΤΙΚΟΥ ΧΩΡΙΟΥ",
ΤΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ "ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ",
ΤΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΤΩΝ "ΑΠΑΝΤΑΧΟΥ ΚΑΡΔΑΜΥΛΙΩΝ",
ΤΟ ΣΥΛΛΟΓΟ "ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΤΟΥ ΛΙΒΑΝΕΙΟΥ ΚΑΡΔΑΜΥΛΩΝ",
σας προσκαλούν να συμμετάσχετε στην ημερίδα που οργανώνουν στο ΙΔΡΥΜΑ «ΜΑΡΙΑ ΤΣΑΚΟΥ», στις 17 Δεκεμβρίου 2017, 11 π.μ.

Με τιμή,
Οι Οργανωτές

Δρ. ΜΑΡΙΑ Γ ΓΙΑΤΡΑΚΟΥ
επ. Α' Αντιπρόεδρος της Euroclassica
Διευθύντρια της Ομηρικής Ακαδημίας

ΑΡΓΥΡΙΟΣ ΚΟΚΚΙΝΑΚΗΣ
Πρόεδρος της Ο.Χ.Σ.Α.

ΜΑΡΙΑ - ΜΑΡΚΕΛΛΑ ΒΑΡΩΝΗ
Πρόεδρος του Σωματείου
"ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΧΙΩΤΙΚΟΥ ΧΩΡΙΟΥ"

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΓΛΥΠΤΗΣ
Εκπρόσωπος Σωματείου των
«Απανταχού Καρδαμυλίων»

ΝΙΚΗ Μ. ΣΚΑΡΒΕΛΗ
Πρόεδρος του Σωματείου
«ΟΙ ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ»

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΣΤΕΦ. ΜΑΤΘΑΙΟΣ
Πρόεδρος του Σωματείου
"ΟΙ ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΤΟΥ ΛΙΒΑΝΕΙΟΥ"

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- Χαιρετισμός και εισαγωγή υπό του Ακαδημαϊκού και Προέδρου της «ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΦΙΛΟΛΟΓΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΚΛΑΣΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ» κ. Νικολάου Κονομή.
- Χαιρετισμός υπό του κ. Αργυρίου Κοκκινάκη, Προέδρου της Ο.Χ.Σ.Α.
- Ανάγνωση χαιρετισμών επισήμων.
- Prof. Dr. Ph. Jose Luis Navarro Gonzalez (Ισπανία). *Η κατάσταση των κλασικών σπουδών και της ελληνικής γλώσσας στην Ισπανία.*
- Dr. Ph. Μαρία - Ελευθερία Γ. Γιατράκου, Διευθύντρια της Ομηρικής Ακαδημίας. *Η διαχρονικότητα της ελληνικής γλώσσας και η συμβολή της στην ανθρωπότητα.*
- Μαριάννα Γεωργούντζου - Νικητοπούλου, Φιλολόγος, Αντιπρόεδρος της Ελληνικής Φιλολογικής Εταιρείας Κλασικών Σπουδών, *Τα κλασικά γράμματα στην Ελλάδα κατά τους νεότερους χρόνους.*
- Μαριζα Φουντοπούλου Καθηγήτρια Πανεπιστημίου Αθηνών και Πρόεδρος Τμήματος ΦΠΨ, *Ένα παραδοσιακό μάθημα σ' ένα σύγχρονο κόσμο. Το παράδειγμα των Αρχαίων Ελλήνων.*
- Νικόλαος Λιγερός, Καθηγητής Πανεπιστημίων, *Λέξη, η αρχή της Ιστορίας.*
- Κώστας Θεολόγου, Καθηγητής Φιλοσοφίας του Εθνικού Μετσόβειου Πολυτεχνείου, *Η εγγενής αξία των αρχαίων ελληνικών στη μαθητεία και στην καθημερινή ζωή.*
- Ευάγγελος Πρωτοπαπαδάκης, Καθηγητής Πανεπιστημίου Αθηνών, *Η φιλοσοφία ως ανάγκη επιβίωσης.*
- Δρ. Φιλ. Αλεξάνδρα Ροζοκόκη, Διευθύντρια Τμήματος Ερεύνης Κλασικών Σπουδών Ακαδημίας Αθηνών, *Κλασικά γράμματα και Έλληνες φιλόλογοι: ανασκόπηση της συμβολής τους από τους αλεξανδρινούς χρόνους μέχρι τις ημέρες μας.*
- Μαριέλλα Βαρώνη, Φιλολόγος, Πρόεδρος του Σωματείου «ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΧΙΩΤΙΚΟΥ ΧΩΡΙΟΥ» Γενική Γραμματέας της Ελληνικής Φιλολογικής Εταιρείας Κλασικών Σπουδών, *Τα ελληνικά γράμματα στην Κίνα σήμερα.*
- Νίκη Σκαρβέλη, Πρόεδρος του Σωματείου «ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΔΡΟΜΟΚΑΪΤΕΙΟΥ», *Η αναγέννηση των ελληνικών γραμμάτων στον κόσμο.*
- Δρ. Αθανάσιος Γιαλούρης, Συντονιστής Δ/ντής Παθολογικής Κλινικής Νοσοκομείου "ΕΛΠΙΣ", *Η αναβίωση του αρχαίου ελληνικού δράματος στη σύγχρονη εποχή.*
- Σοφία Σαλαπάτα, Φιλολόγος, Ειδική Γραμματέας της Ελληνικής Φιλολογικής Εταιρείας Κλασικών Σπουδών, *Ειδήσεις από τη διδασκαλία μου της Νεοελληνικής γλώσσας και Λογοτεχνίας στην Ομηρική Ακαδημία.*
- Αναστασία Φραγκοπούλου, Δικηγόρος, Νομική Σύμβουλος της «ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΦΙΛΟΛΟΓΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΚΛΑΣΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ» και της «ΟΜΗΡΙΚΗΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ», *Η φθορά της ελληνικής γλώσσας και οι επιπτώσεις της στο έθνος.*
- Τιμητικές διακρίσεις
- Δεξίωση υπό του Ιδρύματος «ΜΑΡΙΑ ΤΣΑΚΟΥ»
- Προσφορά βιβλίων υπό ΙΔΡΥΜΑΤΟΣ «ΔΑΜΙΑΝΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ»

Σημείωση: Το όλον πρόγραμμα συντονίζει ο Καπετάν Κώστας Φράγκος.

ΚΩΣΤΑΣ ΚΑΡΥΩΤΑΚΗΣ (1896-1928) Ο ΠΟΙΗΤΗΣ ΜΕ ΤΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΔΡΑΜΑ ΚΑΙ ΤΟ “ΠΕΙΣΙΘΑΝΑΤΟ ΠΑΡΑΠΟΝΟ”

Υπό Μαρίας-Ελευθερίας Γ. Γιατράκου
Δρ. Φιλ. Πανεπιστημίου Αθηνών



Ο Κώστας Καρυωτάκης γεννήθηκε στην Τρίπολη στις 30 Οκτωβρίου 1896! Ήταν ένα από τα τρία παιδιά του νομομηχανικού Γεωργίου Κ. Καρυωτάκη από την Κορινθία και της Κατίγκως Σκάγιαννη, από την Τρίπολη. Οι συχνές μεταθέσεις του πατέρα του λόγω επαγγέλματος υποχρέωσαν την οικογένειά σε συνεχείς μετακινήσεις κι έτσι ο Καρυωτάκης πέρασε την παιδική του ηλικία σε διάφορες πόλεις της Ελλάδας (Λευκάδα, Κεφαλονιά, Καλαμάτα, Πάτρα, Αθήνα, Χανιά). Στην Κρητική πρωτεύουσα ολοκλήρωσε τις γυμνασιακές του σπουδές, όπου και έμεινε μέχρι το 1913.

Δειλός και συνεσταλμένος εκ χαρακτήρος ήταν ο εύκολος στόχος των ομηλικών του. Με μελαγχολική διάθεση προτιμούσε τη μόνωση, και δημιουργούσε τότε στο χώρο της λογοτεχνίας και της ζωγραφικής.

Τα ταλέντα του άρχισαν να εμφανίζονται ήδη από την ηλικία των δεκατεσσάρων ετών. Την εποχή αυτή συμμετέχει στο διαγωνισμό διηγήματος «Διαπλάσεως των Παίδων» και στη συνέχεια κινείται πυρετωδώς η γραφίδα του. Στέλνει ποιήματα, διηγήματα και ανταποκρίσεις σε περιοδικά και εφημερίδες, ενώ δεν εγκαταλείπει τη ζωγραφική και μάλιστα την σκισσογραφία. Το 1913 εγγράφεται στη Νομική Σχολή Αθηνών, με προοπτική να ακολουθήσει το διπλωματικό στάδιο. Τον πρώτο χρόνο των σπουδών του έζησε περιορισμένα, ως οικοτρόφος στην Ιόνιο Σχολή, γεγονός που επέτεινε την καταγωγή του, ενώ αργότερα απελευθερώνεται, νοικιάζοντας σπίτι στην περιοχή της Νεάπολης. Το 1916 κατατάσσεται εθελοντικά στη φοιτητική φάλαγγα από όπου συνάμα ζητάει να απολυθεί και το 1917 παίρνει το πτυχίο της Νομικής με «Λίαν Καλώς» και το 1918 εγγράφεται στη Φιλοσοφική Σχολή. Επιτυγχάνει αναβολή στρατεύσεως χάρη σε ευεργετική διάταξη για τους φοιτητές φιλολογίας. Το 1919 παίρνει άδεια δικηγόρου, ανοίγει δικό του γραφείο, αλλά αμέσως στρατεύεται για να διορισθεί μετά την απόλυσή του το 1920, υπάλληλος στη Νομαρχία Σύρου.

Δημοσιεύει με δικά του έξοδα την πρώτη του ποιητική συλλογή «Ο Πόνος των Αντροπών και των Πραγμάτων» και εκδίδει με φίλο του περιοδικό για να παραιτηθεί σύντομα κι από αυτήν την προσπάθεια.

Παντού τον συνοδεύει το ανικανοποίητο. Αναζητάει επαγγελματική διέξοδο στο δημόσιο τομέα. Έτσι αρχίζει μία συνεχή περιπλάνηση θα λέγαμε στους χώρους των δημοσίων υπηρεσιών. Ο χώρος του γραφείου τον απογοητεύει, αλλά στ’ αλήθεια υπήρξε και κανένας χώρος που να τον ενθουσίασε; Η ποιητική του δημιουργία παρά το ανικανοποίητο και τη μελαγχολία του δεν αναστέλλεται. Βραβεύεται στο Φιλαδέλφειο διαγωνισμό για τη συλλογή «Τραγούδια της Πατρίδας» κι ένα τμήμα τους δημοσιεύεται στα «Νηπενθή» κι εν τω μεταξύ νοσηλεύεται στο Στ’ Στρατιωτικό Νοσοκομείο στη συνέχεια θα μεταβεί στο Ρέθυμνο για να γράψει το άγνωστο μέχρι σήμερα μονόπρακτο του «Ο Αρρωστος» με υπόθεση που διαδραματίζεται σε Ελβετικό σανατόριο.

Το 1920 απαλλάσσεται οριστικά από τις στρατιωτικές του υποχρεώσεις δια καρδιακών νόσημα και στη συνέχεια ασκεί για τρεις μήνες χρέη Νομάρχη Άρτας. Μετατίθεται σε διάφορες πόλεις γεγονός που τον κουράζει γι’ αυτό το 1923 μετατάσσεται στο Υπουργείο Πρόνοιας. Χρησιμοποιεί τις άδειες του για ταξίδια του στο εξωτερικό (Ιταλία, Γερμανία, Ρουμανία, Παρίσι). Παρ’ όλα αυτά τίποτε δεν μπορεί να γεμίσει το κενό της ψυχής του, το οποίο επιτείνει κατά το διάστημα της απουσίας του η μετάθεσή του στην Πάτρα. Κάνει σχέδια διάφορα για επαγγελματική ικανοποίηση. Σκέπτεται να εργασθεί ως καθηγητής, ασυρματιστής, εμπορευόμενος... Όταν ήταν στο Παρίσι σκεπτόταν να ακολουθήσει το επάγγελμα του σωφέρ ή τυπογράφου. Όμως όλα αυτά δεν γίνονταν ποτέ πράξη παρά μόνο επιθυμίες που δεν θεράπευαν το θανάσιμο βάρος και κενό που ενέδρευαν στην ψυχή του. Η ελληνική επαρχία όπου έζησε επέτεινε το ψυχικό του δράμα. Το παιδικό του όνειρο να ζει στην πρωτεύουσα παρέμεινε ανέφικτο και αύξησε την απελπισία του.

Κατά καιρούς διορίζεται σε διάφορες δημόσιες θέσεις και ευαισθητοποιείται ιδι-

αιτέρως με το δράμα των προσφύγων ως Προϊστάμενος του Β’ Γραφείου Εγκαταστάσεως Προσφύγων που υπάγεται σε Κεντρική Υπηρεσία του Υπουργείου Υγείας. Τον συγκινεί το δράμα των προσφύγων και στιγματίζει τη διαφθορά, όπου την συναντά μέσω της αρθρογραφίας και του συνδικαλισμού.

Παρά τις απογοητεύσεις η γραφίδα του μένει ακατανίκητη. Επισκέπτεται τη Ρουμανία αλλά η δυστυχία του επιτείνεται διότι κλονίζεται η υγεία του από «ωχράν σπειροχαίτην» γεγονός που θα μεταστοιχειώσει σε ποίημα. Η δημοσιοϋπαλληλική του καριέρα δεν του προσπορίζει έπαινο και αναγνώριση αλλά κάποτε και τιμωρίες με επιπτώσεις στην μείωση της μισθοδοσίας του. Οι διώξεις και οι μεταθέσεις του δεν έχουν τέλος. Η αρρώστιά του επιδεινώνεται. Με άδεια επισκέπτεται το Παρίσι και κατά την επιστροφή του έρχεται η δυσμενής αλλά και μοιραία μετάθεσή του στην Πρέβεζα. Εκεί βυθίστηκε στα σκοτάδια της πιο μαύρης απελπισίας και η έμμονη πια ιδέα να γίνει «ιδανικός αυτόχειρ» ποτέ δεν τον εγκατέλειψε από τότε. Δύο απόπειρές του να πνιγεί στη θάλασσα δεν τελεσφορούν αφού ήταν καλός κολυμβητής. Ό,τι δεν κατάφερε στη θάλασσα το πέτυχε στην ξηρά. Αγοράζει ένα πιστόλι, γράφει σημείωμα που βρέθηκε στην τσέπη του και αυτοπυροβολείται στην καρδιά.

Η τραγική του χειρονομία συγκλόνισε όλους, έγινε η αυτοχειρία του αντικείμενο ιδιαίτερης προσοχής κι ο μέχρι τότε άσημος ποιητής των 32 χρόνων βρίσκεται στο επίκεντρο της επικαιρότητας και με το μελαγχολικό πεισιθανατισμό στη ζωή του και την απεγνωσμένη αυτοχειρία του, θα λέγαμε και με την άρρωστη γοητεία του, σημάδεψε την εποχή του κι έγινε θρύλος.

Θα γράψει γι’ αυτόν ο Ι.Μ. Παναγιωτόπουλος ότι η γοητεία του στίχου του είναι μια νοσηρή και οδυνηρή γοητεία, που διατηρεί ακατάκτητη την ιδιοτυπία της.

Τι κρίμα, αν αυτός ο ταλαντούχος άνθρωπος είχε αφήσει ανοικτή την ψυχή του να διεισδύσει το φως, η ελπίδα κι η χαρά που ο Θεός χαρίζει στους ανθρώπους, δεν θα έφτανε σίγουρα ποτέ στην κα-

τάσταση της απόγνωσης που τον οδήγησε στον εκούσιο θάνατο. Τα τάλαντά του και το έργο του μας επιτρέπουν να τον κατατάξουμε στους αξιόλογους ποιητές με μοναδικότητα αφού με τον συμμετρικό του στίχο και με τον χαρακτηριστικό του κλαυσίγελο έγινε αρχηγός ποιητικού ρεύματος που δεν έσβησε με τον καιρό.

Η επίδραση του συμβολισμού και ρομαντισμού υπήρξε καταλυτική στην ποίησή του.

Ο Καρυωτακισμός παρά τον μελαγχολικό χαρακτήρα του και τον άκρατο πεισιθανισμό του έχει επικαιρότητα και προκαλεί τη συμπάθεια μαζί και τη θλίψη, όταν κανείς αναλογίζεται το μοιραίο αυτοπαραβολισμό του ποιητή που ενώ είχε όλες τις δυνατότητες και τα προσόντα να δημιουργήσει και να χαρεί τη ζωή που ο Θεός του χάρισε, τόσο σκληρά έκοψε το νήμα της.

ΡΩΤΗΣΑ ΓΙΑ ΤΟ ΘΕΟ...

Ρώτησα για το Θεό
και μου ‘παν «πυρ καταναλίσκον»,
μα τότε μ’ άρεσε η φωτιά
κι άρχισα να ψάχνω.
Στο δρόμο κουράστηκα πολύ,
λυγίζαν τα πόδια μου,
έσταζε ιδρώτα το μέτωπο
και τα μάτια θολώνανε.
Δε βρήκα τη φωτιά
-εκτός κι αν ήταν
τούτος ο καθαρτήριος κόπος-
Δεν άντεξα άλλο.
σε μια ήσυχη γωνιά του δάσους
γονάτισα
κι άρχισα να Του μιλώ,
όπως εγώ ένοιωθα.
Μάτωσαν τα γόνατα,
δάκρυσε η καρδιά,

έσταζε αίμα και δάκρυ
η ύπαρξή μου ολάκερη.
Άρχισ’ ο κόπος να φεύγει.
το δάσος είχε μια μοναδική ευωδιά,
και τα πουλιά σκόρπιζαν πρωτόφαντη
μελωδία,
πλημμύρισε ο τόπος φως και χαρά.
Μπήκαν όλα τούτα στο μέσα μου
κόσμο
Κι άρχισα να βρίσκω την αρμονία.
Και τότε θυμήθηκα ένα λόγο,
Που κάποτε είχα ξανακούσει.
«Είναι Χάρις ο Θεός»
Είναι γαλήνη, ευτυχία, άνεση ο Θεός,
Χάρις Θεία, μοναδική.
Κι έγιναν όλα γύρω κι εντός μου
Μια ουρανική παναρμονία συμφωνία
Στης Χάρης μέσα το αιώνιο Φως.

Αναστασία Η. Φραγκοπούλου

Ποίηση από την Νομική σύμβουλο του Σωματείου Φίλοι του Δρομοκαΐτειου

ΕΙΚΟΝΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

Ήρθες Μεγάλε Αναμενόμενε,
κι έλαμψε με φως η πλάση ολόγουρά Σου,
και τα σκοτάδια σκόρπισαν
που τις ψυχές επνίγαν.
Ήρθες Εμμανουήλ γλυκύτατε,
μεσ’ του πόνου την αφέγγαρη νύχτα,
κι άστραψαν χίλια μύρια της ελπίδας τ’ άστρα
στις μαραμένες των ανθρώπων τις καρδιές.
Ήρθες, κι ήρθε, Ιησού, «μεθ’ ημών ο Θεός»,
μεσ’ στης θλίψης την αβάσταχτη βαρυχειμωνιά
και σηκώθηκε το βάρος
και τρεμόπαιξε η χαρά στα βουρκωμένα μάτια.
Ήρθες μυριάκριβε Μεσσία,
και στο γαλήνιο φως της γέννησής Σου
αναπαυθήκαν οι ψυχές

που άγιος δρόλαπας τις κυνηγούσε.
Ήρθες, Χριστέ, της ειρήνης Άρχοντα,
και στη ματωβαμμένη μας τη γη
άρχισαν να φυτρώνουν ολόλευκα τα κρίνα,
μύριες πηγές αμόλευτες για την ειρήνη Σου στη γη.
Ήρθες «Μεγάλε Αναμενόμενε,
του δύστυχου, πεσμένου ανθρώπου».
Τι δώρα στα χέρια να κρατώ,
στη φάτνη Σου να ‘ρθω να προσκυνήσω;
Πονεμένη, πεφορτισμένη, ματωμένη η ψυχή μου,
τι να Σου προσφέρει, Κύριε της γης και τ’ ουρανού;
Μονάχα η ύπαρξή μου –κι αυτή δικό Σου δώρο-,
πάρ’ την, Ιησού μου ποθεινότεατε,
πάρ’ την δική Σου, να την καθαρίσεις,
να τη γεμίσεις Φως και Χάρη.

Και κάν’ την, Κύριε, πιστά και δίχως δισταγμό
να Σου δώσει όλο το δάκρυ, όλο το αίμα της
και να μείνει, Κύριέ μου, σπλαχνικέ,
πιστή σε Σένα, ακατάπαυστα να Σ’ ακολουθεί
εκεί όπου το Φως Σου, που ανέτειλε στη γη,
τα βήματα τ’ ανθρώπου οδηγεί,
στο δρόμο της αιώνιας αγάπης, της ένωσης της θεϊκής,
στο στρατί το στενό της αγνής θυσίας,
να Σ’ Ακολουθεί, όσο κι αν πονά,
από την Φάτνη την ταπεινή,
στο ματωβαμμένο Γολγοθά
και στον ηλιοστόλιστο της Ανάστασης τον κήπο.
Πάρ’ την, Χριστέ, ολόδική Σου.

Αναστασία Η. Φραγκοπούλου



Από την διασκέδαση των τροφίμων στου Μπαϊραχτάρη και μετά βόλτα στη Πλάκα. Διακρίνεται χορεύοντας με τους τροφίμους η αντιπρόεδρος κα Φυστέ, ψυχίατρος του Δρομοκαϊτειου Ιδρύματος.



Από την γιορτή των Αγίων Αναργύρων στο Δρομακαϊτειο. Διακρίνονται οι πρόεδροι του Δ.Σ. του Δρομοκαϊτειου κ. Πρώιος και η κα Σκαρβέλη μαζί με τον αντιπρόεδρο κο Χλωρό.



Επίσκεψη στον Ξενώνα Χαλανδρίου



Η πρόεδρος Ν. Σκαρβέλη, ο κ. Πρώιος, η Εύη Παπαϊωάννου και η κα Μαρ. Νικολαΐδου.



Ο κος Λιβανός, Καπ. Κώστας Φράγκος, η κα Σκαρβέλη, στο μέσον (όρθιος) ο κ. Τριπολίτης, ο κ. Πρώιος και η αγαπητή φίλη του Σωματείου κα Παπαϊωάννου.



Συντακτική Επιτροπή: Α. Σκαρβέλη Διευθύντρια (Πρόεδρος Δ.Σ.), Μ. Θεοδωράκη, Ε. Τσίμπλη, Α. Φραγκοπούλου και αναπληρωματική Μ. Φυστέ
Υπεύθυνη Οικονομικών: Ε. Μπαρτζόγλου - Καλλιτεχνική Επιμέλεια: Ανδρ. Σκαρβέλη
Επιμέλεια - Παραγωγή - Εκτύπωση: Δ. ΔΕΣΠΟΤΟΠΟΥΛΟΣ
* ΤΑ ΕΝΥΠΟΓΡΑΦΑ ΑΡΘΡΑ ΕΚΦΡΑΖΟΥΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΑΠΟΨΕΙΣ