

ΠΑΡΗΡΗΜΕΝΟ
ΤΕΛΟΣ
Ταχ. Γραφείο
ΚΕΜΠΑ
Αριθμός σελίδας
85



ΝΕΒΡΟΠΟΛΗ

ΕΔΡΑ:
ΣΑΤΩΒΡΙΑΝΔΟΥ 29
10431 ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ: 6971735155
ΣΥΝΤΑΣΣΕΤΑΙ ΑΠΟ
ΕΠΙΤΡΟΠΗ

ΜΗΝΙΑΤΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΗΣ ΕΝΩΣΗΣ ΜΕΣΣΗΝΙΚΟΛΙΤΩΝ ΑΘΗΝΑΣ

Κωδ. 3028 Έτος 37ο Δεκέβριος 2014 Αριθμός φύλλου 428 Ιδρυτής - Εκδότης: Ένωση Μεσσηνικολιτών Αθήνας

Ταχυδρομικές επιταγές

Επειδή πολλές επιταγές χάνονται, γι' αυτό παρακαλούμε στο εξής να αποστέλλονται στη διεύθυνση:
Καρβούνης Χρυσόστομος
Ψαρά Ε. 4 - 8, Αγ. Ελευθέριος, Τ.Κ. 111 43
Αποστολή κειμένων στο mail: syl_mes_ath@yahoo.gr

ΔΩΔΕΚΑΗΜΕΡΟ

Χριστούγεννα

Από τη Γέννηση του Χριστού στα Θεοφάνεια

ΓΡΑΦΕΙ Ο ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΣ ΚΑΡΒΟΥΝΗΣ

Τα Χριστούγεννα (σύνθετη λέξη της δημοτικής Χριστός + γέννα) δηλώνουν την ετήσια χριστιανική εορτή της γέννησης του Χριστού και κατ' επέκταση το σύνολο των εορτών από της Γεννήσεως μέχρι των Θεοφανίων ("Γιορτές των Χριστουγέννων"). Τα Χριστούγεννα γιορτάζονται στις 25 Δεκεμβρίου. Το χρονικό διάστημα που περιλαμβάνει τις γιορτές των Χριστουγέννων, Πρωτοχρονιάς και Θεοφανίων, ονομάζεται στη λαογραφία και Δωδεκαήμερο.

Ιστορία του εορτασμού των Χριστουγέννων

Η παράδοση θεωρεί ότι η αρχαιότερη ομιλία για τη γιορτή των Χριστουγέννων εκφωνήθηκε από τον Μέγα Βασίλειο στην Καισάρεια της Καπαδοκίας το έτος 376 μ.Χ. Άλλες Ιστορικές πηγές επισημαίνουν πως ο εορτασμός των Χριστουγέννων άρχισε να τηρείται στη Ρώμη γύρω στο 335, αν και κάποιοι ερευνητές βασιζόμενοι σε αρχαίους ύμνους με χριστουγεννιάτικη θεματολογία θεωρούν ότι τα πρώτα βήματα που οδήγησαν στον εορτασμό αυτό έγιναν μέσα στον 3ο αιώνα.

Επί Πάπα Ιουλίου Α' (337-352) τα Χριστούγεννα σταμάτησαν να γιορτάζονται μαζί με τα Θεοφάνεια και θεσπίστηκε ως επέτειος η 25 Δεκεμβρίου κατόπιν έρευνας των αρχείων της Ρώμης, όπως πιστεύεται, επί της απογραφής που έγινε επί αυτοκράτορα Οκταβιανού Αυγούστου, σε συνδυασμό με υπολογισμό ρήσης του Ευαγγελίου (το οποίο και συνέτεινε) του Προδρομού λεχθείσα περί τον Χριστόν: "Εκείνος δε αυξάνει, εμέ δε ελατούσθαι" (Ιωάνν. γ'30). Με βάση αυτή την υποθετική πηγή, η Γέννηση του Χριστού ορίστηκε κατά το χειμερινό ηλιοστάσιο όπου αρχίζει η αύξηση των ημερών. Στον καθορισμό της 25ης Δεκεμβρίου ως ημερομηνίας εορτασμού συντέλεσαν προφανώς η μεγάλη εθνική εορτή του "ακατανίκητου" θεού Ήλιου (Dies Natalis Solis Invicti) και ο εορτασμός των γενεθλίων του Μίθρα που ήταν διαδεδομένα σε όλη την επικράτεια της Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας με την έννοια ότι η επιλογή αυτής της ημέρας ως ημέρας γέννησης του Χριστού είχε να κάνει με την προσπάθεια αντικατάστασης των παγανιστικών (μη χριστιανικών) γιορτών που τηρούνταν εκείνον τον καιρό, όπως τα Σατουρνάλια και τα Μπρουμάλια.

σελ. 2

Ανακοίνωση - Πρόσκληση

Την Κυριακή 8 Φεβρουαρίου 2015, στις 10:00' π.μ., με απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου της Ένωσης, σας παρακαλούμε και σας παρακαλούμε να έλθετε στην Ένωσή μας για το ετήσιο αντάμωμα και την κοπή της πίτας. Αυτή την ημέρα όλοι μαζί θα εορτάσουμε τα 37 χρόνια από την έκδοση της Νεβροπόλης και τα 42 χρόνια από την ίδρυση της Ένωσης. Θα γίνει Διοικητικός και οικονομικός απολογισμός από το Διοικητικό Συμβούλιο της Ένωσης. Σας παρακαλούμε και σας περιμένουμε να έλθετε όλοι, ιδιαίτερα του νέους και τους δυνάμεις να προσφέρουν στην Ένωση. Η Ένωση στην προσπάθεια ανανέωσης που κάνει για τη διατήρησή του για τα επόμενα χρόνια σας παρακαλεί θερμώς να τιμήσετε την εκδήλωσή μας όχι μόνο με τη δική σας παρουσία αλλά και αυτή των παιδιών σας. Η παρουσία νέων μελών θα μας δώσει μεγάλη χαρά, ανακούφιση, αλλά και δύναμη ότι θα συνεχιστεί το έργο της Ένωσης, έτσι ώστε να συνεχίσουμε τη λειτουργία της για πολλά χρόνια ακόμη. Είναι ευκαιρία να γνωρίσουν την Ένωση και τις προσπάθειες που κάνουν τόσο για τους απόδημους Μεσσηνικολίτες όσο και για τους κατοίκους του χωριού μας.

Για το Διοικητικό Συμβούλιο
Ο πρόεδρος

Καρβούνης Ν. Χρυσόστομος

Υ.Σ. Για να ανοίξει η κεντρική είσοδος της πολυκατοικίας θα πατάτε το κουδούνι του 7ου ορόφου για να σας ανοίγουμε την πόρτα από πάνω.

Στους δύσκολους και χαλεπούς καιρούς που διανύουμε όλοι μας, η Ένωση έχει ανάγκη την αρωγή σας. Βοηθώντας την Ένωση βοηθάτε στην κοινή μας προσπάθεια αναβάθμισης της ποιότητας ζωής του χωριού μας. Είστε οι μοναδικοί μας χορηγοί.



ΕΘΙΜΑ ΤΗΣ ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΣ

Γράφει ο Χρήστος Μηλιότης

Μέσα στο δωδεκαήμερο γιορτάσι, λίγες μέρες μετά τα Χριστούγεννα έρχεται και η Πρωτοχρονιά. Είναι η πρώτη γιορτή του καινούργιου χρόνου, που τόσο την περιμένουμε όλοι μας και ιδίως τα παιδιά. Περιμένουν τον Αι-Βασίλη, για να τα φέρει τα δώρα τους. Τον φαντάζονται, έτσι τα διηγείτο η γιαγιά, γέρο-Ασπρομάλλη με πυκνοδοσασμένη κατάλευκη γενειάδα, με το χιονισμένο δισάκι ακουμπισμένο στη γερόντικη ράχη του γεμάτο από δώρα. Ξεκίνησε από την Καισάρεια για να μας φέρει την ευτυχία, τα δώρα, τη χαρά.

Αν και γέρος, όπως τον θέλει η παράδοση, ενώ ο Μ. Βασίλειος αποδήμησε εις Κύριον νεότερος σε ηλικία 49 ετών, βαδίζει βιαστικά στα τελευταία ψυχροαγήματα του χρόνου του παλιού. Βιάζεται να φθάσει γρήγορα σε κάθε πόλη σε κάθε χωριό για να ξελαφρώσει από το βάρος το σακούλι του και να μας φέρει τον καινούργιο χρόνο. Ξέρει πως οι άνθρωποι τον περιμένουν παντού με ανοιχτή καρδιά. Τον περιμένει κάθε Χριστιανός να ζεσταθεί με τον ανασμό του. Έρχεται μέσα στη καρδιά του Χειμώνα, μέσα στη πιο ψυχρότερη εποχή, να μας ζεστάνει με

τα γλυκά του, και τα πολλά δώρα του. Ο Αι-Βασίλης είναι ο πανανθρώπινος Άγιος. Ο γέρος με τ' άσπρα γένια του, τις βαριές γυαλιστερές μπότες, τη βαριά χειμωνιάτικη αρματοσιά του και προ παντός την πλούσια και απέραντη παιδική καρδιά. Δεν ξεχωρίζει φυλή, σύνορα και Έθνη.

Ξεκινά από τη μακρινή Ανατολή, η από τις χιονοσκέπαστες χώρες του βορριά και σε μια νύχτα, μέσα στους πάγους και στα χιόνια, περνά από τα σπίτια όλου του κόσμου κατεβαίνει από την καμινάδα και αφήνει τα δώρα του μέσα στις κάλτσες που είναι κρεμασμένες στο τζάκι, στο σπίτι κάθε παιδιού, δώρα πλούσια ή φτωχά, μικρά ή μεγάλα, που σκορπίζουν μια απερίγραπτη χαρά. Μεγάλη είναι η αγάπη που νοιώθουν τα παιδιά για τον γέρο Αι-Βασίλη, γι' αυτό την παραμονή, την τελευταία νύχτα του χρόνου που φεύγει, πριν έρθει η μέρα της Πρωτοχρονιάς, τρέχουν από σπίτι σε σπίτι και τραγουδούν τα κάλαντα της Πρωτοχρονιάς, ξαναζωντανεύοντας έτσι ένα πανάρχαιο έθιμο. Αρχή Μηνιά κι' αρχή χρονιά, ψιλή μου δεντρολιβανιά/Κι αρχή καλός μας χρόνος, Εκκλησιά με τ' Άγιο Θρόνος. Και τελείωναν με την ευχή. Καλή χρονιά. Λεφτά κυρά. Έπαιρναν τα φιλοδωρήματα και



κτύπαγαν τη διπλανή πόρτα, με το ξύλο που κρατούσαν για να φυλαχτούν από τα σκυλιά, που ήταν κι' αυτά ανάστατα τη μεγάλη και Άγια αυτή νύχτα. Αν δεν έπαιρναν τίποτα, άρχιζαν τις κατάρες αναθέματα και τα σκωπτικά, /Αφέντη μου στη τάβλα σου, χίλιες χιλιάδες ψείρες. /Άλλες γεννούν, άλλες κλώσουν, κι άλλες σε βγαν' τα μάτια. Το έλεγαν και χάνονταν μέσα στο σκοτάδι της νύχτας. Πάρα πολλά είναι τα έθιμα που αναβιώνουν τις μέρες αυτές. Τα χαρτιά την παραμονή της Πρωτοχρονιάς, δίνουν και παίρνουν.

Λέγεται ότι ο Μ. Βασίλειος είναι ο προστάτης της τράπουλας, μια Μικρασιατική παράδοση αναφέρει πως ο Άγιος εμφανίστηκε στα χρόνια της Τουρκοκρατίας, κέρδισε ένα Τούρκο έφορο στα χαρτιά και έτσι έσωσε τις περιουσίες των συμπατριωτών του. Περιμένοντας τον καινούργιο χρόνο, σε πολλά σπίτια το χαρτο-

παίγνιο παίρνει οικογενειακό χαρακτήρα. Εν τω μεταξύ, οι γυναίκες στο διάστημα αυτό έχουν ετοιμάσει τα πάντα, Βασίλοκουλούρες, μηλόπιτες, πρόσφορα και γλυκά, ακόμα και τηγανίτες για τα βαφτιστικά τους που τις προσφέρουν με ζάχαρη, ή μέλι. Πριν έρθει ο καινούργιος χρόνος έχνουν το νερό, που είχαν στο σπίτι τους, για να μην το βρει ο καινούργιος χρόνος και έτρεχαν στις βρύσες του χωριού να φέρουν φρέσκο και άκριτο, (αμιγλήτο). Αλείφανε τους κρουνοί της βρύσης με λύπα και βούτυρο. Έχουν γάλα και έριχναν στο νερό σπόρους από δημητριακά και άλλα όσπρια και έλεγαν την ευχή. ("Όπως τρέχει το νερό, έτσι να μας τρέχουν τ' αγαθά). Και ονομάτιζαν το σπάρι, το καλαμπόκι, το γάλα το βούτυρο τα σταφύλια. το κρασί κ.λ.π. Γέμιζαν τη βαρέλα με νερό από τη βρύση και γύριζαν σπίτι, χωρίς να μιλίσουν όποιον και αν συναντούσαν στο δρόμο τους. Έφεραν το νερό αμιγλήτο και ράντιζαν μ' αυτό όλα τα δωμάτια του σπιτιού, ακόμα και το στάβλο.

Ένα από τα έθιμα της πρωτοχρονιάς είναι και το ποδαρικό. Αυτή τη μέρα προσέχουν πολύ ποίος θα τους κάνει ποδαρικό, ποιος δηλαδή θα πάει πρώτος στο σπίτι να τους επισκεφθεί. Σκορπίζουν στο σπίτι φύλλα

ελιάς και σπάζουν ένα ρόδι που είναι σύμβολο πλούτου και γονιμότητας. Όποιος εξωσπικτός ερχόταν να τους επισκεφτεί τον έβαζαν υποχρεωτικά να πατήσει πάνω σε σιδηρικό ή σε πέτρα, για να είναι γερό στο σπίτι σαν το σίδερο ή την πέτρα. Ήθελαν αυτός που θα πρωτοπαίει στο σπίτι να είναι καλός άνθρωπος και τυχερός για να τους φέρει γούρι.

Ο καινούργιος χρόνος δεν άρχιζε για τους παλιούς στις 12 η ώρα τα μεσάνυχτα, όπως γίνεται σήμερα, αλλά με το πρώτο φως της μέρας που συνέπτε με το σχόλασμα της θείας λειτουργίας. Τότε άρχιζαν τα χειροφιλήματα και οι ευχές. Χρόνια πολλά. Καλή Χρονιά. Στο μεσημεριανό Πρωτοχρονιάτικο τραπέζι, πρώτα απ' όλα η Βασίλόπιτα. Η μητέρα, είχε βάλει όλο το μεράκι να τη φράξει και να την πετύχει στο ψήσιμο. Έβαζε, σύμφωνα πάντα με το έθιμο, μέσα στο ζυμάρι, Χρήματα (κέρματα), κλαρί, άχυρο, κλίμα, και διάφορα άλλα δείγματα σπόρων από προϊόντα που είχαν σχέση με την εργασία τους και την καθημερινή τους ζωή. Από το τραπέζι δεν έλειπαν φυσικά η κότα, η γαλοπούλα το χοιρινό κρέας, τα φρούτα και το κρασί. Μετά το Άγιο-Βασίλιτικο τραπέζι άρχιζαν οι επισκέψεις, που τελείωναν αργά το βράδυ.

Χριστούγεννα

από σελ. 1

Συνεπώς, όταν ο Χριστιανισμός έγινε η επίσημη θρησκεία της αυτοκρατορίας, προσπάθησε να απορροφήσει και να δώσει νέα διάσταση και νέα σημασία σε πανάρχαια λατρευτικά έθιμα και λατρευτικές συνήθειες αιώνων. Πάντως, παρά τις απαγορεύσεις της εκκλησίας για πολλές από τις εκδηλώσεις που τελούνταν στην αντίστοιχη του Δωδεκαημέρου περίοδο ή τις νομοθεσίες, αυτές διατηρήθηκαν κυρίως στην ύπαιθρο καθ' όλη την διάρκεια των ρωμαϊκών αυτοκρατορικών χρόνων, μέχρι τον 5ο μ.Χ. αιώνα. Σε μεταγενέστερη εποχή πολλά από τα έθιμα τους (ανταλλαγή δώρων, γλέντια, χαρτοπαίγνια κ.ο.κ.) μεταβιβάστηκαν στον εορτασμό της Προτοχρονιάς.

Στη Ρώμη το καλεντάρι των Φιλοκαλίων (354 μ.Χ.) περιλαμβάνει στην ημερομηνία της 25ης Δεκεμβρίου, απέναντι από την παγανιστική Natalis invicti, δηλ. "γέννηση του ακατανίκητου (ήλιου)", την φράση "VIII kaalitan natis Christus in Bethleem Judea".

Από τη Δύση ο εορτασμός της Γεννήσεως στις 25 Δεκεμβρίου πέρασε και στην Ανατολή γύρω στο 376. Το 386 ο Αγ. Ιωάννης ο Χρυσόστομος παρότρυνε την εκκλησία της Αντιόχειας να συμφωνήσει στην 25η Δεκεμβρίου ως ημέρα εορτασμού της Γεννήσεως. Τον καιρό του Αγ. Αυγουστίνου (354-430) η ημερομηνία της Γιορτής της Γεννήσεως είχε καθοριστεί, πάντως ο Αυγουστίνος την παραλείπει από τον κατάλογό του με τις σημαντικές χριστιανικές επετείες.

Με τον χρόνο επεκράτησε σε όλο τον χριστιανικό κόσμο εκτός της Αρμενικής Ορθόδοξης Εκκλησίας που συνεχίζει τον συνεορτασμό με τα Θεοφάνια.

Το 529 ο αυτοκράτορας Ιουστινιανός απαγόρευσε την εργασία και τα δημόσια έργα κατά τη διάρκεια των Χριστουγέννων και τα ανακήρυξε δημόσια αργία. Ως το 1100, καθώς είχε επεκταθεί η δράση των ιεραποστολών στις παγανιστικές ευρωπαϊκές φυλές, όλα τα έθνη της Ευρώπης γιόρταζαν τα Χριστούγεννα. Εντούτοις, αργότερα, εξαιτίας της Μεταρρύθμισης απαγορεύτηκε ή περιορίστηκε κατά περιόδους η τήρησή του εορτασμού τους σε διάφορες χώρες της Ευρώπης και στην Αμερική, καθώς θεωρούνταν ότι περιλάμβανε σε μεγάλο βαθμό ειδωλολατρικά στοιχεία.

Βιβλική αφήγηση της γέννησης του Χριστού

Εκ των τεσσάρων Ευαγγελιστών μόνο ο Λουκάς και ο Ματθαίος αρχίζουν τις αφηγήσεις τους από τη Γέννηση του Ιησού. Οι δύο αυτές περιγραφές φέρονται να συμπληρώνουν η μία την άλλη. Ενώ πληρέστερη φέρεται του Λουκά. Από τον συνδυασμό των παραπάνω και άλλων πηγών, το ιστορικό έχει ως εξής:

Επί Ρωμαίων Αυτοκράτορα Οκταβιανού Αυγούστου και Ηγεμόνα Κυρηνίου της Συρίας, διατάχθηκε απογραφή πληθυσμού σε όλη την Αυτοκρατορία. (Λουκάς Β' 1-3). Άγγελος Κυρίου επισκέφθηκε τον Ιωσήφ και τον ενημέρωσε για την Θεία Γέννηση του Θεάνθρωπου εκ της Παρθένου Μαρίας (Ματθαίος Α' 20). Τότε ο Ιωσήφ παρέλαβε την Μαρία και από την Ναζαρέτ ήλθαν στη Βηθλεέμ (της Ιουδαίας) που Βασιλεύς της περιοχής ήταν ο Ηρώδης ο Μέγας όπου και γεννήθηκε ο Ιησούς Χριστός (Ματθ. Β' 1, - Λουκ. Β' 4-7). Άγγελος Κυρίου εμφανίζεται σε ποιμένες αγγέλλοντας το χαρμόσυνο γεγονός ενώ πλήθος αγγέλων ψάλλουν «Δόξα εν υψίστοις Θεού και επί γης ειρήνη εν ανθρώποις ευδοκία» (Λουκ. Β' 8-14). Ενώ συμβαίνουν αυτά άστρο φωτεινό εξ Ανατολής οδηγεί τρεις Μάγους προς τα Ιεροσόλυμα που μετά συνάντηση με τον Βασιλέα Ηρώδη συνεχίζουν και φθάνουν στη Βηθλεέμ όπου μαζί με τους βοσκούς προσκυνούν τον Θεάνθρωπο προσφέροντας Χρυσόν, Λίβανο

και Σμόνα. (Ματθ. Β' 2-12). Οι χριστιανοί θεωρούν ότι η γέννηση του Χριστού εκπληρώνει τις προφητίες των Εβραϊκών Γραφών και ότι ως Μεσσίας ήλθε για να λυτρώσει τους ανθρώπους από τις αμαρτίες τους.

Ιστορική έρευνα της ημερομηνίας γέννησης του Ιησού Χριστού
Η ακριβής χρονολόγηση της ζωής του Ιησού είναι αδύνατη αφού οι υπάρχουσες μαρτυρίες που προέρχονται από την Καινή Διαθήκη χαρακτηρίζονται από χρονολογική ασάφεια και επίσης το αφετηριακό 1 μ.Χ. δεν εναρμονίζεται επακριβώς με τα γενικότερα ιστορικά δεδομένα των χρόνων εκείνων.



Το ημερολόγιο

Η γέννηση του Ιησού τοποθετείται γύρω στο 7 ή 6 π.Χ. ή μεταξύ του 4 ως 1 π.Χ. Αυτό συμβαίνει καθώς το σημερινό ημερολόγιο, στηρίζεται βασικά στους υπολογισμούς του μοναχού και αστρονόμου Διονυσίου του Μικρού, που κατά τον 4ο αιώνα μ.Χ. καθόρισε με τα δεδομένα που είχε τότε, το έτος 754 από κτίσεως Ρώμης ως το χρόνο της γέννησης του Ιησού, αντί του έτους 747 όπως θα έπρεπε με τα σημερινά δεδομένα. Αυτό σημαίνει πως, αν σήμερα ήταν δυνατό να γίνει επανακαθορισμός του παγκόσμιου ημερολογίου, η αρχή του χριστιανικού ημερολογίου θα βρισκόταν επτά περίπου χρόνια νωρίτερα. Τη στιγμή αυτή, συμβαίνει το παράδοξο να θεωρούμε ότι εξαιτίας των λανθασμένων υπολογισμών, η γέννηση του Ιησού να τοποθετείται σε χρόνια προ Χριστού.

Οι πληροφορίες των Ευαγγελίων

Πέρα από αυτό, τα λίγα στοιχεία που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη κατά προσέγγιση χρονολόγηση της γέννησης του Ιησού, προέρχονται κυρίως από το Ευαγγέλιο του Λουκά και του Ματθαίου και αφορούν: Τη γέννηση του Ιησού επί αυτοκράτορα Αυγούστου (Λουκ. 2,1), του οποίου η βασιλεία διήρκεσε για μεγάλο χρονικό διάστημα (27 π.Χ. - 14 μ.Χ.) Τη γέννηση του Ιησού "εν ταις ημέραις Ηρώδου βασιλέως της Ιουδαίας" (Λουκ. 1,5), του οποίου επίσης η βασιλεία στην Ιουδαία ήταν από τις μακρότερες χρονικά (37-4 π.Χ.). Στις περιγραφές για το άστρο της Βηθλεέμ (Ματθ. 2,2)

Στα γεγονότα της "πρώτης" απογραφής, η οποία "εγένετο ηγεμονεύοντος της Συρίας Κυρηνίου" (Λουκ. 2,2) (12-8 π.Χ. ή 8-6 π.Χ.)

Οι Μάγοι και ο Θάνατος του Ηρώδη Το πιο γνωστό σημείο στην προσπάθεια προσέγγισης χρονολογικά της γέννησης του Ιησού, είναι ο θάνατος του Ηρώδη του Μεγάλου. Μπορεί να ειπωθεί με σχετική ακρίβεια ότι ο Ηρώδης πέθανε κατά το έτος 750 "από κτίσεως Ρώμης" (4 π.Χ.) ή λίγο πριν και στη συνέχεια κηρύχθηκε πένθος μιας εβδομάδας. Εφ' όσον ο Ιησούς, γεννήθηκε "εν ημέραις Ηρώδου του βασιλέως", πρέπει να γεννή-

θηκε σίγουρα πριν από το 750 "από κτίσεως Ρώμης" (4 π.Χ.) κατά το οποίο πέθανε ο Ηρώδης. Αλλά το πρόβλημα είναι, πόσο πριν. Λαμβάνοντας υπ όψη τη διαταγή του Ηρώδη να φονευθούν τα νήπια στη Βηθλεέμ "από διετούς και κατωτέρω", υπολογίζεται ότι ο Ιησούς μπορεί να γεννήθηκε έως και δύο χρόνια πριν από τον θάνατο του Ηρώδη. Δηλαδή οι υπολογισμοί φτάνουν στο 6 π.Χ. υποθέτοντας ότι ο Ηρώδης θα επιμήκυνε τον σχετικό χρόνο για να είναι βέβαιος ότι μέσα σ' αυτό το χρονικό διάστημα θα είχε οποσδήποτε γεννηθεί ο μελλοντικός βασιλιάς των Ιουδαίων. Εξάλλου κατά την ευαγγελική ρήση, αφού ο Ηρώδης κάλεσε τους Μάγους, τους έστειλε στη



Βηθλεέμ, όπου συνάντησαν πλέον τον Ιησού ως "παιδίον" και όχι ως βρέφος. Συνεπώς, οι σχετικοί αυτοί υπολογισμοί οδηγούν στο συμπέρασμα ότι ο Ιησούς μάλλον θα γεννήθηκε σε χρονικό διάστημα δύο τουλάχιστο χρόνια πριν το θάνατο του Ηρώδη, δηλαδή περίπου το έτος 747 ή 748 "από κτίσεως Ρώμης" (7 ή 6 π.Χ.).

Το άστρο της Βηθλεέμ

Το άστρο της Βηθλεέμ, αν τελικά αφορούσε κάποιο αστρονομικό φαινόμενο, οδηγεί και πάλι στο έτος 747 από κτίσεως Ρώμης ή 7 π.Χ., αφού κατά τον Κέπλερ και άλλους αστρονόμους υπήρξε πράγματι τότε ένα παρόμοιο ουράνιο φαινόμενο που προκαλείται κατά τη συνάντηση των τριών πλανητών, του Κρόνου, του Δία και της Αφροδίτης. Στο φαινόμενο αυτό, μετά παρέλευση δύο ή τριών μηνών, ο Δίας δύνει ή εξέρχεται από την τροχιά. Τότε παρατηρείται και πάλι το ίδιο έντονο φωτεινό φαινόμενο που παρουσιάζεται στην αρχή, σαν να εμφανίζεται εκ νέου.

Το γεγονός αυτό ταιριάζει με την παρατήρηση του Ματθαίου ότι οι Μάγοι πορευόμενοι προς τη Βηθλεέμ, "είδον" τον "αστέρα" και "εχάρησαν χαράν μεγάλην σφόδρα", προσθέτοντας ότι το "αστέρι" αυτό ήταν ίδιο με εκείνο "ον είδον εν τη Ανατολή" (Ματθ. 2,9-10). Καθώς ένα ταξίδι από τη Μεσοποταμία στην Παλαιστίνη με τα μέσα της εποχής απαιτούσε δύο ή τρεις μήνες, η χρονική αυτή απόσταση ταιριάζει με την αντίστοιχη φυσική κίνηση του πλανήτη Δία και τη διπλή εμφάνιση του κατά την είσοδο και έξοδο από την τροχιά συνάντησης με τους άλλους δύο πλανήτες.

Η απογραφή Κυρηνίου και οι δυσκολίες χρονολόγησης

Μετά την αποκάλυψη που είχε ο Ιωσήφ για τα συμβαίνοντα στην Μαρία, πέρασαν οι υπόλοιποι μήνες της αναμονής μέχρι το χρόνο του τοκετού. Τότε, "εγένετο εν ταις ημέραις εκείναις και εξήλθεν δόγμα παρά Καίσαρος Αυγούστου απογράφεσθαι πάσαν την οικονόμησιν" (Λουκ. 2,1). Από την ιστορία γνωρίζουμε, ότι ο αυτοκράτορας Αύγουστος είχε διατάξει και άλλοτε τέτοιες γενικής φύσεως απογραφές. Κατά συνέπεια, η αναφορά του Λουκά σε

μα παρόμοια απογραφή δεν πρέπει να δημιουργεί προβλήματα. Η αναφορά, όμως, στη συγκεκριμένη αυτή απογραφή του Κυρηνίου, δημιουργεί δυσκολίες από πλευράς χρονολόγησης των γεγονότων της Καινής Διαθήκης, καθώς την εποχή στην οποία αναφέρεται η απογραφή του Ιωσήφ και της Μαρίας, στην ηγεμονία της Συρίας βρισκόταν ο Σέντιος Σατουρνίνος και όχι ο Κυρήνιος.

Μέσα από μελέτη των πηγών, προκύπτει ότι η πρώτη ηγεμονία του Κυρηνίου, αν υπήρξε, τοποθετείται μεταξύ των ετών 12-8 π.Χ. Η πρώτη λύση που δόθηκε στο πρόβλημα της χρονολόγησης ήταν να υποθεθεί πως ο Κυρήνιος εκτέλεσε την απογραφή προς το τέλος της θητείας του (8 π.Χ.), όπως διέταξε ο Αύγουστος Οκταβιανός. Η απογραφή αυτή επειδή ήταν η "πρώτη" που γινόταν στους Ιουδαίους διήρκεσε πολύ χρόνο και την έφερε εις πέρας, σύμφωνα και με τον Τερτυλλιανό, ο διάδοχος του στην ηγεμονία της Συρίας, ο Σέντιος Σατουρνίνος. Έτσι, οι μεν Ρωμαίοι ανέφεραν στα ρωμαϊκά έγγραφα το όνομα εκείνου που ολοκλήρωσε την απογραφή, του Σέντιου Σατουρνίνου, οι δε Ιουδαίοι, από τους οποίους άντλησε την πληροφορία ο Ευαγγελιστής Λουκάς, κράτησαν στη μνήμη τους το όνομα αυτού που την άρχισε και ο οποίος αργότερα, το 6-7 μ.Χ., διενήργησε και την άλλη απογραφή. Συνεπώς, αφού ο Ευαγγελιστής Λουκάς αναφέρει "απογραφή πρώτη εγένετο", εννοείται ότι γνώριζε τη δεύτερη απογραφή του 6-7 μ.Χ. και χρησιμοποίησε το ελάττω "πρώτη" σε αντιδιαστολή προς τη δεύτερη απογραφή. Η απογραφή, επομένως, που αναφέρει ο Λουκάς πρέπει να αποφασίστηκε



την περίοδο 12 π.Χ. έως 8 π.Χ. και να συνδέθηκε με το όνομα του Κυρηνίου αντί του Σατουρνίνου. Η δεύτερη λύση, που προτείνεται, είναι εκείνη η οποία δέχεται μεν επί Κυρηνίου την αρχή της απογραφής περί το 9 π.Χ., η πρακτική ολοκλήρωση της όμως, ιδιαίτερα στις περιοχές της Συρίας, Παλαιστίνης κ.λπ., πραγματοποιήθηκε από το διάδοχό του, Σατουρνίνο, έξαρχο της Συρίας από το 8-6 π.Χ. Αλλά η απογραφή συνέχισε να ονομάζεται "απογραφή Κυρηνίου" εξαιτίας σχετικού διατάγματος, και προς την οποία είναι σύμφωνο το σχετικό κείμενο του Λουκά.

Ως τρίτη λύση έχει προταθεί η συνύπαρξη δύο έξαρχων σε κάποια περιοχή, σύμφωνα με πρακτική της εποχής εκείνης, ιδιαίτερα κατά την περίοδο διαδοχής, για ενημέρωση και ομαλή μεταβίβαση της εξουσίας. Μπορεί έτσι να υποθεθεί ότι κατά τη χρονική περίοδο μεταξύ των ετών 8-6 π.Χ., κατά το σύστημα της συνδιοίκησης υπάρχουν στην εξουσία της Συρίας δύο αξιωματούχοι, ο Κυρήνιος και ο Σατουρνίνος, εκδοχή που προσφέρει μία ακόμη λύση στο πρόβλημα της απογραφής.

Η σφαγή των νηπίων

Το χαρμόσυνο γεγονός της γέννησης του Χριστού, κατά τον Ευαγγελιστή Ματθαίο, κλείνει με το θλιβερό συμβάν της σφαγής των νηπίων "υπό του Ηρώδου αναρεθέντα", τα οποία σύμφωνα με το εορτολογικό Συναξάρι της Ορθόδοξης Εκκλησίας ανέρχονται σε 14.000 αν και στα ιερά κείμενα δεν υπάρχει καμιά αναφορά αριθμητικής φύσης. Από πλευράς καθαρά ιστορικής ακρίβειας, τα γεωγραφικά και πληθυσμιακά δεδομένα της εποχής εκείνης οδηγούν στο συμπέρασμα ότι στη Βηθλεέμ και τα περίχωρα της θα ζούσαν τότε περίπου 1.000 κάτοικοι κι επομένως τα άρρενα νήπια "διετούς και κατωτέρω" δεν θα ξεπερνούσαν τα 30 με 40, ίσως και λιγότερα. Επειδή δε μια τέτοια σφαγή αριθμητικά θα αποτελούσε μια τεράστια γενοκτονία, γεγονός που δεν το αναφέρει κανένας ιστορικός ούτε ο Ιώσηπος, λογικό είναι πολλοί ερευνητές να θεωρούν τον αριθμό των νηπίων που αναφέρει ο Συναξαριστής ως αναξιόπιστο, φανταστικό και εμβόλιμο κατά του Ηρώδη. Η αναφορά ωστόσο, από τον ευαγγελιστή Ματθαίο στο γεγονός της σφαγής, γίνεται για να τονισθεί η εκπλήρωση της προφητείας του Ιερεμία "Τότε έπληρώθη τό όψηθεν διά 'Ιερειών του προφήτου λέγοντος, Φωνή εν 'Ραμά ήκούσθη, κλαυθμός και όδυρμός πολύς. 'Ραχήλ κλαίονσα τὰ τέκνα αυτής, και ούκ ήθελεν παρακληθήναι, ότι ούκ εισίν." Ο υπολογισμός εξάλλου των σφαιρισθέντων νηπίων σε μερικές δεκάδες, εξηγεί την απουσία οποιασδήποτε αναφοράς στους ιστορικούς της εποχής, δικαιολογεί όμως τον "κλαυθμό και οδυρμό" της μικρής κοινωνίας της περιοχής.

ΝΕΒΡΟΠΟΛΗ

Μηνιαίτικη Εφημερίδα

Εκδότης

Ένωση Μεσονηοικτών Αθηνών
Υπεύθυνος σύμφωνα με τον νόμο
ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΣ ΚΑΡΒΟΥΝΗΣ

Ψαρά 3-4-8, Αγ. Ελευθέριος Τ.Κ. 111 43
Τηλ. & Fax: 210 2289877
Κινητό: 6977686749

ΣΥΝΤΑΚΤΕΣ

Εκλεγμένη 7μελής επιτροπή

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΓΡΑΦΕΙΩΝ

Σατωβριάνδου 29-7ος όροφος,
104 31 Αθήνα - Κιν: 6971735155
Σύλλογοι, Οργανισμοί:20€, Ιδιώτες: 20€

Σχεδιασμός - Επιμέλεια

"Καλαυρία"

ΚΩΝ/ΝΟΣ ΚΥΡΙΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

ΤΗΛ: 6847794 - 6845288 - FAX: 6842009
e-mail: calavria@acci.gr

Σύλλογος των Απανταχού Καρδιτσιωτών

Επιμνημόσυνη δέηση στους τάφους του Μακαριστού Αρχιεπισκόπου Αθηνών και Πάσης Ελλάδος, Σεραφείμ Τίκα και του Πρωθυπουργού και Στρατηγού, Νικολάου Πλαστήρα.

Την Κυριακή, 7.12.2014, ο Σύλλογος των Απανταχού Καρδιτσιωτών τίμησε τη μνήμη του Μακαριστού Αρχιεπισκόπου Αθηνών και Πάσης Ελλάδος, Σεραφείμ Τίκα και του Πρωθυπουργού και Στρατηγού, Νικολάου Πλαστήρα, στους τάφους τους στο Α' Νεκροταφείο Αθηνών.

Για την καθιέρωση της ετήσιας επιμνημόσυνης δέησης στους τάφους των επιφανών αυτών νεκρών, αναφέρθηκε ο Πρόεδρος του διοργανωτή Συλλόγου, Κων/νος Κουσαλής, ο οποίος και καλωσόρισε τους παρευρεθέντες.

Στην επιμνημόσυνη δέηση χοροστάτησε ο εκπρόσωπος του Μακαριωτάτου Αρχιεπισκόπου Αθηνών και Πάσης Ελλάδος, κ.κ. Ιερωνύμου Β', Θεοφιλέστατος Επίσκοπος Ναζιανζού, κ.κ. Θεοδώρητος, πλαισιωμένος από τον εκπρόσωπο του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτη Θεσσαλιώτιδος & Φαναριοφερσάλων, Πανοσιολογιότατο Αρχιμανδρίτη, κ. Μάξιμο Παφίλη και από άλλους κληρικούς αλλά και από τη χορωδία ιεροψαλτών της Μητρόπολης Αθηνών.

Η λιτή μεν, αλλά άφρογη διοργάνωση της τελετής μπροστά στον τάφο του Μακαριστού Σεραφείμ, όσο και στον τάφο του Νικολάου Πλαστήρα, έδωσε την ευκαιρία στο πλήθος που συγκεντρώθηκε να τιμήσει τη μνήμη των δύο αυτών άξιων τέκνων της Καρδίτσας με τρόπο συγκινητικό.

Πράγματι και στις δύο επιμνημόσυνες δεήσεις, πριν από την ανάκρουση του Εθνικού μας ύμνου από την πολυπληθή μπάντα του Δήμου Αθηναίων, οι συγκεντρωθέντες κράτησαν ενός λεπτού σιγή προς τιμή των μεγάλων αυτών νεκρών.

Εντονότατη ήταν η παρουσία των Καρδιτσιωτών της Αττικής ανάμεσα στο πλήθος των εκατοντάδων ατόμων που προσήλθαν στην εκδήλωση αυτή, μνήμης και τιμής προς τους δύο επιφανείς Καρδιτσιώτες, οι τάφοι των οποίων είναι σε περιοιτή θέση στο Α' Νεκροταφείο Αθηνών. Σημαντική ήταν και η παρουσία των εκπροσώπων των Μικρασιατικών σωματείων της Αττικής, που με τις παραδοσιακές φορεσιές της Μικράς Ασίας και τα λάβαρα που έφεραν από τις αλύτρωτες πατρίδες τους τίμησαν στη δεύτερη τελετή τον σωτήρα των προσφύγων, που



Ο πρόεδρος κ. Χ. Καρβούνης καταθέτει στεφάνι στον τάφο του Ν. Πλαστήρα εκ μέρους της Ένωσης Μεσσηνολιτών Αθηνών



κατέκλυσαν την Ελλάδα το 1922. Ιδιαίτερη και πολυπληθής υπήρξε και η παρουσία των εκπροσώπων και μελών των Καρδιτσιώτικων σωματείων που εδρεύουν στην Αττική και των τιμητικών αγγεμάτων του Χορευτικού Ομίλου Καρδίτσας «Το Σεργιάν» αλλά και του Πολιτιστικού Συλλόγου Βαθυλακκιωτών Καρδίτσας, που πλαισιώναν τους τάφους, ενδεδυμένα με τοπικές φορεσιές της ορεινής και πεδινής Καρδίτσας.

Ο κ. Χρήστος Τίκας, συγγενής του Αρχιεπισκόπου Σεραφείμ και εκπρόσωπος του Πανελληνίου Συνδέσμου αποφοίτων Ιεροδιδασκαλείου Βελλάς Ιωαννίνων, υπήρξε ο κεντρικός ομιλητής για τη ζωή και το έργο του Μακαριστού Αρχιεπισκόπου. Αναφέρθηκε κυρίως στις άγνωστες στον πολύ κόσμο υπηρεσίες που προσέφερε ο τιμηθείς στην Εκκλησία και στην πατρίδα και κυρίως στις ευαίσθητες κοινωνικές ομάδες

ανθρώπων που στέγασε σε οίκους ευημερίας, τους οποίους ίδρυσε στα είκοσι τέσσερα χρόνια που βρέθηκε στον αρχιεπισκοπικό θρόνο. Για τον Μακαριστό Αρχιεπίσκοπο μίλησε και ο Θεοφιλέστατος Επίσκοπος Ναζιανζού, κ.κ. Θεοδώρητος, ο οποίος υπηρέτησε τα χρόνια εκείνα κοντά του.

Ο Αντιπεριφερειάρχης Καρδίτσας, κ. Βασίλειος Τσιάκος ήταν ο κεντρικός ομιλητής για τη ζωή και το έργο του Νικολάου Πλαστήρα. Η ομιλία του επικεντρώθηκε όχι μόνο στη διαδρομή του «Άξιου της πατρίδας», αλλά στις υπηρεσίες που προσέφερε ο μεγάλος αυτός Καρδιτσιώτης στην πατρίδα ως στρατιωτικός και ως πολιτικός. Δεν παρέλειψε να αναφερθεί στο παράδειγμα που έδωσε για την αφιλοχρηματία του, αφού μετά το θάνατό του, στην τσέπη του βρέθηκαν λίγες δραχμές, οκτώ από τις οποίες άφησε στο Ελληνικό Δημόσιο για την αρωμία που του καταλόγισε ενός ράντζου εκστρατείας.

Παρόντες στη δέηση ήταν ο πρώην Πρόεδρος της Βουλής των Ελλήνων, κ. Δημ. Σιούφας, οι Βουλευτές Καρδίτσας, Ασ. Σκόνδρα, Σπ. Ταλιαδούρος και Γ. Αναγνωστόπουλος, η Βουλευτής Β' Αθηνών, Χ. Καφαντάρη, οι πρ. Βουλευτές Βασ. Μπρακατσούλας, Νικ. Καντερές και Μ. Θεοδότη και ο εκπρόσωπος του Βουλευτή Καρδίτσας, Κ. Τσιάρα, Κ. Μακρυγιάννης.

Στεφάνια κατέθεσαν στον τάφο του Μακαριστού Αρχιεπισκόπου Σεραφείμ: ο Αντιπεριφερειάρχης Καρδίτσας, η Τοπική Κοινότητα Αρτεσιανού Καρδίτσας, ο Πανελλήνιος Σύνδεσμος αποφοίτων Ιεροδιδασκαλείου Βελλάς Ιωαννίνων, ο Σύλλογος Σοφαδιτών Αθήνας, η Θεσσαλική Ένωση Θριασίου Πεδίου και ο διοργανωτής Σύλλογος των Απανταχού Καρδιτσιωτών. Στον τάφο του Νικολάου Πλαστήρα κατέθεσαν στεφάνια: ο Αντιπεριφερειάρχης Καρδίτσας, η Πανελλήνια Ομοσπονδία Προσφυγικών Σωματείων, ο Σύλλογος Μορφοβουνιωτών Αθήνας, η Ένωση Μεσσηνολιτών Αθήνας, ο Σύλλογος Σοφαδιτών Αθήνας, η Θεσσαλική Ένωση Θριασίου Πεδίου, η Ένωση Μικρασιατών Νέας Ερυθραίας, ο Σύλλογος Γυναικών Νέας Αρτάκης «Η Κύζικος» και ο διοργανωτής Σύλλογος των Απανταχού Καρδιτσιωτών.

ΜΕΤΑΔΗΜΟΤΕΥΣΗ

Ήθελα να με πάρτε πολύ στα σοβαρά σε τούτο εδώ το ποίημα δεν γράφω χωράτά.

Οι στίχοι απευθύνονται σ' όλους τους χωριανούς που για τα ξένα έφυγαν τους άσχημους καιρούς.

Ο τόπος δεν σας χόραγε όλους εδώ μαζί και για τα ξένα φύγατε να δείτε προκοπή.

Όλοι σας επροκόψατε είστε όλοι φτιαγμένοι μα το φτωχό σας το χωριό πίσω σας περιμένει.

Άμα το θέλουμε όλοι μαζί να ζήσει το χωριό πρέπει να βοηθήσουμε όλοι μαζί γι' αυτό.

Θα πρέπει όπως φύγατε να έρθετε όλοι πίσω καθήκον να το βάλετε εγώ θα ξαναψηφίσω.

Δύο χιλιάδες εκλογείς θα έχει το χωριό μας και με τη μα θα βγάλουμε το ΔΗΜΑΡΧΟ δικό μας.

Όλοι να μεταδημοτεύσετε να 'ρθίτε στο χωριό αφού εδώ τρανέγατε πονέσατε γι' αυτό.

Όσάν καλοδεχόμενοι να 'ρθίτε όλοι στο χωριό κι ας πικραμένοι φύγατε παλιά από αυτό.

Να 'στε περηφάνοι πολύ μαζί με τ' άλλα όλα που έχετε καταγωγή απ' το Μεσσηνικόλα.

Είχαμε πάντα από παλιά αλιώτικη κονιτόρα και πάντα ξεχωρίζαμε απ' τα χωριονόκια όλα.

Οι άλλοι ζαλικώνονταν ξύλα με την τριχιά εμείς άλογα είχαμε για την μεταφορά.

Όταν εμείς χορεύαμε το ευρωπαϊκό οι Σιαπανίσιοι κούβονταν στο κρι το μοναχό.

Όμως τώρα γενίκαμε κατώτεροι από εκείνους που χίλια χρόνια είχαμε εργάτες και κολίγους.

Γι' αυτό και σας παρακαλώ όλοι εδώ να 'ρθίτε να φέρετε διακώματα εδώ για να ψηφίσετε.

Να ξαναγίνει το χωριό πρωτεύουσα όπως ήταν κι όχι να είναι γειτονιά όπως την καταντήσαν.

Κερασπούλας

ΠΩΛΗΤΗΡΙΑ

- 1) Πωλείται **χωράφι 8 στρεμμάτων**, στην τιμή των 2000€, στη θέση Αλέξη Βρύση. Τηλ. Επικοινων.: 2102626327 Τσαγιανού Μαρία.
- 2) Πωλείται **παλιά πέτρινη οικία** στο Μεσσηνικόλα. Τηλ. Επικοινων.: 2105323865, 6940869551 Ποδημάτα Ελένη.

ΠΩΛΗΤΗΡΙΑ

- 1) Πωλείται πέτρινη οικία 87m2 με αυλή στο Μεσσηνικόλα.
- 2) Πωλείται λιβάδι 5στρεμ. στη θέση Λογριά. Πληροφορίες στο τηλ.: 6986826408

Η Νεβρόπολη ενημερώνει

Κηδείες

† Στις 3/12/2014 απεβίωσε στην Αθήνα, η συγχωριανή μας **Σωτηρία (Ρούλα) Παπαθανασίου**, κόρη της Φωτούλας Γιαννακού. Η κηδεία έγινε στο νεκροταφείο Ζωγράφου. Μετά την τελετή η οικογένεια προσέφερε καφέ και φαγητό σε ταβέρνα στην Πεντέλη. Ευχόμαστε να είναι αιώνια η μνήμη της Ρούλας Παπαθανασίου.

† Στις 12/12/2014 απεβίωσε στο Μεσσηνικόλα, ο συγχωριανός μας **Μηλιώνης Παναγιώτης**, ετών 87. Η κηδεία έγινε στην εκκλησία του χωριού μας. Μετά την τελετή η οικογένεια προσέφερε καφέ στην καφετέρια. Ευχόμαστε να είναι αιώνια η μνήμη του Παναγιώτη Μηλιώνη.

† Στις 29/12/2014 απεβίωσε στο Μεσσηνικόλα, η συγχωριανή μας **Μήτσιου Βασιλική**, ετών 88. Η κηδεία έγινε στην εκκλησία του χωριού μας. Μετά την τελετή η οικογένεια προσέφερε καφέ στο καφενείο του Βασιλαδάνη. Ευχόμαστε να είναι αιώνια η μνήμη της Βασιλικής Μήτσιου.

Προσφορές στην Εκκλησία

► Η Ο κος **Βασίλειος Μήτσιος** Ταξίαρχος ε.α. προσέφερε το ποσό των 100€, στη μνήμη της γιαγιάς του **Χαρίκλεια Χρ. Μήτσιου** και της αδερφής του **Μαργαρίτας**.

► Η **οικ. Ιωάννη Μακρυνίκα** προσέφερε το ποσό των 300€, **στη μνήμη του πατρός του** για τη συμπλήρωση ενός έτους από το θάνατό του.

► Το εκκλησιαστικό συμβούλιο τους ευχαριστεί και εύχεται να είναι αιώνια η μνήμη τους.

Προσφορές στο νεκροταφείο

Ο κος **Βασίλειος Μήτσιος** Ταξίαρχος ε.α. προσέφερε το ποσό των 100€, στη μνήμη των γονέων του **Δημητρίου και Αγγελικής**. Το Τοπικό συμβούλιο τον ευχαριστεί και εύχεται να είναι αιώνια η μνήμη τους.

Πριονάς Στέλιος
Επίτροπος Ι.Ν. Κοιμήσεως
Θεοτόκου Μεσσηνικόλα

Προσφορές στο σύλλογο

Ο κος **Σεραφείμ Μηλιώνης** προσέφερε το ποσό των 50€, στη μνήμη του πατέρα του **Παναγιώτη Μηλιώνη**. Ευχαριστούμε και ευχόμαστε να είναι αιώνια η μνήμη του.

ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ ΝΕΒΡΟΠΟΛΗΣ ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2014

1. ΜΠΡΑΚΑΤΣΟΥΛΑΣ ΒΑΣΙΛΗΣ	ΠΑΠΑΓΟΥ	20€
2. ΜΗΛΙΤΣΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ	ΚΑΡΔΙΤΣΑ	20€
3. ΠΑΪΖΑΝΟΣ ΣΩΤΗΡΗΣ	ΒΟΛΟΣ	50€
4. ΠΑΪΖΑΝΟΣ ΑΛΕΚΟΣ	ΒΟΛΟΣ	30€
5. ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΥ ΟΛΓΑ	ΚΗΦΙΣΙΑ	20€
6. ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	ΛΑΡΙΣΑ	20€
7. ΖΑΡΚΑΔΟΥΛΑΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ	ΜΕΣΣΗΝΙΚΟΛΑΣ	20€
8. ΖΑΡΚΑΔΟΥΛΑΣ ΣΕΡΑΦΕΙΜ	ΚΑΡΔΙΤΣΑ	20€
9. ΛΑΔΙΑΣ ΧΑΡΙΛΑΟΣ	ΚΑΡΔΙΤΣΑ	100€
10. ΚΑΤΑΡΑΧΙΑΣ ΚΩΝ. ΠΑΝΤΕΛΗΣ	ΒΟΛΟΣ	20€
11. ΤΑΞΙΑΡΧΗΣ ΠΟΥΛΙΑΡΗΣ	ΣΟΦΑΔΕΣ	30€
12. ΣΙΟΥΛΑ ΕΥΤΥΧΙΑ	ΛΙΑΝΟΚΛΑΔΙ	20€
13. ΠΟΔΗΜΑΤΑΣ Ρ. ΛΑΜΠΡΟΣ	ΙΛΙΟΝ	20€
14. ΚΑΤΣΙΑΝΟΣ ΗΛ. ΙΩΑΝΝΗΣ	ΚΑΡΔΙΤΣΑ	30€
15. ΓΚΕΚΑ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ	ΚΑΡΔΙΤΣΑ	20€

Μεσενικολίτικα

Νέα του χωριού

Από την ιστοσελίδα του χωριού μας www.mesenikolas.gr

Καθαρίστηκε η πλατεία από τα φύλλα

Δύο αγροτικά αυτοκίνητα πλατανόφυλλα μαζεύτηκαν σε μεγάλες πλαστικές σακούλες, με πρωτοβουλία του προέδρου του κοινοτικού συμβουλίου και εθελοντική εργασία των ... συνήθως υπόπτων. Αναμένεται από τον δήμο η αμοιβή η οποία θα χρησιμοποιηθεί για άλλες κοινωφελείς εργασίες στο χωριό.

Επισκευάστηκε η στέγη του Γυμνασίου

Μετά την ανταπόκριση του δήμου στο αίτημα του κοινοτικού συμβουλίου και του πολιτιστικού συλλόγου, επισκευάστηκε η στέγη του γυμνασίου. Έγινε ενίσχυση των ξύλων του σκελετού, Επαναχρησιμοποιήθηκαν τα παλιά κεραμίδια που ήταν σε καλή κατάσταση, ενώ για την νότια πλευρά αγοράστηκαν καινούργια. Απομένει ο καλλωπισμός του περιβάλλοντος χώρου και ορισμένες εργασίες στο εσωτερικό του κτιρίου, ώστε την άνοιξη να οργανωθεί στον συγκεκριμένο χώρο και η πρώτη βραδιά αστροπορατήρησης.

Στολισμός Χριστουγεννιάτικου Δέντρου

Με την βοήθεια των παιδιών του χωριού στολίστηκε Χριστουγεννιάτικα ο έλατος δίπλα στην νότια είσοδο του περιβόλου της εκκλησίας, και επίσης τοποθετήθηκε φάντι που διέθεσε ο πρόεδρος του πολιτιστικού μας συλλόγου. Καλές γιορτές σε όλους.

Γευσιγνωσία !!!

Βραδιά γευσιγνωσίας των νέων κρασιών των μελών του διοργάνωσε ο "Διώνυσος" την Τρίτη 23/12/14 στον Μουσείο Οίνου του χωριού μας. Στην εκδήλωση πήραν μέρος παραγωγοί απ' το χωριό μας αλλά και από άλλα χωριά οι οποίοι ξεναγήθηκαν στο μουσείο και εκδήλωσαν τον ενθουσιασμό τους για τον χώρο και τα εκθέματα που έχουν αρχίσει να πληθαίνουν.

Γιορτές

Ήσυχα κύλησαν οι γιορτές στο χωριό μας. Ο κόσμος λίγος και το κλίμα οικογενειακό. Με περίπου 40 όλα κι όλα άτομα γιορτάστηκε ο ερχομός του νέου έτους στην καφετέρια παρουσία του δημάρχου και των μελών του συμβουλίου της τοπικής κοινότητας. Ο πρόεδρος κ. Τάσος Καλλιός έκοψε την πρωτοχρονιάτικη πίτα, ενώ το φλούδι κέρδισε ο μικρός Σωτήρης Καλλιός. Το δώρο (ένα σετ ασημένιων γυναικείων κοσμημάτων) που ήταν προσφορά του προέδρου δόθηκε στην κόρη της Τζένης Ζαφείρη, Μαρία. Με περίσσιο κέφι τα λουκατζάρια του χωριού μας, του Σταυρού παραμονή των Φώτων, περιηγήθηκαν όλο το χωριό και τραγούδησαν τα στωπτικά άσματα στους χωριανούς που κέρασαν απλόχερα τους λουκατζαριούς. Και του χρόνου να είμαστε όλοι καλά.

ΕΠΑΝΕΚΛΟΓΗ ΔΗΜ. ΤΣΙΑΝΤΗ ΣΤΗΝ ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΔΗΜΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ

Κατέλαβε τη 2η θέση πανελλαδικά

Για τέταρτη συνεχόμενη θητεία επανεξελέγη στην Κεντρική Ένωση Δήμων Ελλάδας ο Δήμαρχος Λίμνης Πλαστήρα Δημήτρης Τσιαντής. Ο κ. Τσιαντής εξελέγη 2ος πανελλαδικά ακριβώς μετά τον επικεφαλής του συνδυασμού «Αυτοδιοικητικό Κίνημα» Οι εκλογές διεξήχθησαν στην Αθήνα στις 23 Οκτωβρίου.

ΣΤΗΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ

ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΠΑΝΤ. ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ

(ΣΥΖ. ΑΝΔΡΕΑ ΑΔΑΜΟΠΟΥΛΟΥ)
ΣΥΜΒΟΛΑΙΟΓΡΑΦΟΣ ΛΑΡΙΣΑΣ
ΡΟΥΣΒΕΛΤ 32 ΛΑΡΙΣΑ Τ.Κ 41335
ΤΗΛ. 2410534797-2410624943
ΚΙΝ. 6936931402-6978116767

E-MAIL: anpapag@uth.gr , anadamop@uth.gr

Παπαναστασίου Δημήτριος (του Σωτηρίου)

Τεχνικός συναγερμών - Ηλεκτρολόγος εγκαταστάσεων
Τηλ.: 211 1765549 Κιν.: 6974762478 -
Μεταμορφώσεως 42, Χαλάνδρι

‘Ταυροπος’

Κέντρο δραστηριοτήτων Λίμνης Ν. Πλαστήρα
Δημήτρης Χαρολαμπίδης
Κιν.: +30 6977740066
tavropos@gmail.com - www.tavropos.com

Γεώργιος Κρανιάς

Γαστρεντερολόγος
Ηρώων Πολυτεχνείου 39
Λάρισα
Τηλ: 241116028, Κιν: 6977594469

ΟΥΖΕΡΙ - ΜΕΖΕΤΖΙΔΙΚΟ

Γκέκας
Κολοκοτρώνη 3, Τηλ.: 24410 23289
Καροδίτσα

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ ΔΗΜΟΥ ΛΙΜΝΗΣ ΠΛΑΣΤΗΡΑ

24ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΔΙΚΤΥΟΥ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΩΝ ΟΡΓΑΝΩΣΕΩΝ

21-23 Νοεμβρίου 2014, στη Λίμνη Πλαστήρα

Θέμα: «Προστασία Λιμνών, Υδατικών Πόρων και Βιοποικιλότητας»

Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκε το 24ο Συνέδριο του Πανελληνίου Δικτύου Οικολογικών Οργανώσεων (ΠΑΝΔΟΙΚΟ) στη Λίμνη Πλαστήρα 21-23 Νοεμβρίου 2014 με θέμα: «Προστασία Λιμνών, Υδατικών Πόρων και Βιοποικιλότητας»

Συνδιοργανωτές του Συνεδρίου ήταν η ΚΕΔΕ και ο Δήμος Λίμνης Πλαστήρα.

Παραβρέθηκαν οι βουλευτές Καρδίτσας Τσιάρας Κώστας και Ταλιαδούρος Σπύρος, ο εκπρόσωπος του Προέδρου της ΚΕΔΕ κ. Γιώργος Κοτρωνιάς, ο Πρόεδρος της ΠΕΔ Θεσσαλίας Κωστός Γιώργος, οι Δήμαρχοι: Δεσκάτης Γρεβενών Καραστέργιος Δημήτρης, Λίμνης Πλαστήρα Τσιαντής Δημήτριος, Αργιθέας Τσιβόλας Λάμπρος, Αχαρνών Κασσαβός Ιωάννης, Μεταμορφώσεως Καρπέτας Μιλτιάδης, Τρικκαίων Παπαστεργίου Δημήτριος, Μεσσήνης Αναστασόπουλος Στάθης και Αγράφων Μπαμπαλής Θεόδωρος, Λειψών Μάγκος Φώτης, Ζηρού Καλατζής Νίκος, οι Αντιδήμαρχοι: Καρδίτσας Ψημμένος Κ., Κέρκυρας Παγκράτης Π., Δωρίδας Αντωνόπουλος Κ., Αχαρνών Δασκαλάκης Δ., Πλαστήρα Γώγουλος Γ. και Μπουραντάς Π., εκπρόσωπος του Μητροπολίτη, οι εκπρόσωποι της ΔΕΗ Αργυράκης Ιωάννης και Αλεξόπουλος Ιωάννης, της Τράπεζας Πειραιώς Γαβριήλ Προκόπης και Σκουλουδάκη Κατερίνα, στελέχη του ΥΠΕΚΑ, καθηγητές Πανεπιστημίου, εκπρόσωποι των Φορέων Διαχείρισης και εκπρόσωποι πολλών άλλων φορέων.

Όλες οι εισηγήσεις που έγιναν από ειδικούς επιστήμονες ήταν υψηλού επιπέδου και οι σύνεδροι τις παρακολούθησαν με μεγάλη προσοχή.

Οι εισηγήσεις ανέλυσαν τα προβλήματα που υπάρχουν στο σύνολο σχεδόν των λιμνών της Ελλάδας, τις έρευνες που γίνονται σχετικά με την κατάσταση τους, τους τρόπους αντιμετώπισης των προβλημάτων, την υποβάθμιση των νερών ποταμών και λιμνών και τα προβλήματα που αντίστοιχα αντιμετωπίζει η πανίδα τους. Στο τέλος του Συνεδρίου ψηφίστηκε ομόφωνα η εξής:

ΑΠΟΦΑΣΗ του 24ου ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ:

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΠΟΦΑΣΗ ΤΩΝ ΣΥΝΕΔΡΩΝ

Στις 21 έως 23 Νοεμβρίου 2014 πραγματοποιήθηκε στην περιοχή της Λίμνης Πλαστήρα, του Νομού Καρδίτσας, το 24ο ετήσιο συνέδριο του ΠΑΝΔΟΙΚΟ με συνδιοργανωτές την ΚΕΔΕ και τον Δήμο Λίμνης Ν. Πλαστήρα.

Το θέμα του συνεδρίου ήταν η προστασία των λιμνών, των υδατικών πόρων και

της βιοποικιλότητας. Σε αυτό παρουσιάστηκαν πολλές σύγχρονες και επιστημονικά τεκμηριωμένες εισηγήσεις από τους προσκεκλημένους ειδικούς επιστήμονες από την ερευνητική και ακαδημαϊκή κοινότητα, εκπροσώπους φορέων και οργανώσεων, τον ιδιωτικό τομέα κλπ.

Η Ελλάδα έχει αξιόλογο υδροτοπικό πλούτο με σπουδαία βιοποικιλότητα, τμήμα του οποίου, αποτελούν οι τεχνητές λίμνες. Τα υδάτα τους αξιοποιούνται για παραγωγή ενέργειας, ύδρευση, άρδευση, τουριστικές υποδομές, και περιβαλλοντική εκπαίδευση. Η ΔΕΗ έχει σημαντικό ρόλο για τα ανωτέρω. Κοινός τόπος των συμπερασμάτων είναι ότι οι υδατικοί πόροι δεν είναι ανεξάντλητοι και απειλούνται από την υπερκατανάλωση και την κακή διαχείριση. Κανόνας πρέπει να είναι όχι μόνο η διαχείριση της προσφοράς σε νερό, η οποία συνήθως οδηγεί σε ασύνετες πρακτικές και υψηλό κόστος, αλλά κυρίως η διαχείριση της ζήτησης σε επίπεδο λεκάνης απορροής με στόχο την μέγιστη δυνατή εξοικονόμηση των υδατικών πόρων. Επιβάλλονται κοινές δράσεις από την κοινωνία των πολιτών, την τοπική αυτοδιοίκηση, την πολιτεία και τις ιδιωτικές "πράσινες" επιχειρηματικές παρεμβάσεις. Όλες οι παραπάνω θα πρέπει να υπακούουν στην ανάγκη προστασίας της βιοποικιλότητας, και γενικότερα τόσο των φυσικών όσο και των τροποποιημένων/τεχνητών οικοσυστημάτων. Επιβάλλονται σύγχρονοι, ελεγχόμενοι σχεδιασμοί, μακράς πνοής, οι οποίοι θα τηρούν τις απαιτήσεις της ευρωπαϊκής και εθνικής νομοθεσίας, με ουσιαστικό και αποτελεσματικό τρόπο. Οι ανωτέρω σχεδιασμοί θα πρέπει να στηρίζονται σε αξιόπιστα δεδομένα βάσης μακράς παρακολούθησης, καταγραφές των πιέσεων και των επιπτώσεών τους, ποσοτικοποίησής τους, αξιόπιστα υδατικά ισοζύγια κ.λπ. που θα προσφέρουν την απαραίτητη επιστημονική τεκμηρίωση για κάθε σχεδιασμό. Οι χρήσεις σε μια λεκάνη απορροής (π.χ. γεωργία, ύδρευση, βιομηχανία) πρέπει να συνάδουν με την φέρουσα ικανότητα των υδατικών αποθεμάτων και των οικοσυστημάτων που στηρίζουν (οικολογική παροχή, στάθμη κ.λπ.). Είναι απαραίτητη η μείωση των απωλειών από τα δίκτυα ύδρευσης και άρδευσης, η αντικατάσταση υδροβόρων μεθόδων άρδευσης, η αναδιάρθρωση των καλλιεργειών και η εξάλειψη του φαινομένου των παράνομων γεωτρήσεων. Η δράση για την αντιμετώπιση των ανωτέρω είναι επιτακτική καθώς τα υδροτοπικά οικοσυστήματα κινδυνεύουν από τη ρύπανση και τις αναμενόμενες επιπτώσεις λόγω κλιματικής αλλαγής. Το αναπτυξιακό μοντέλο πρέπει να σέβεται το περιβάλλον και να μη στηρίζεται σε ατομικά και συντεχνιακά συμφέροντα.

Όλα τα παραπάνω θα συμβάλουν στη διατήρηση του υδροτοπικού πλούτου και της βιοποικιλότητας ευρύτερα και στην εξασφάλιση των λειτουργιών τους και των αγαθών και υπηρεσιών, που τα οικοσυστήματα αυτά προσφέρουν στον άνθρωπο. Στο πλαίσιο αυτό είναι σκόπιμη η ανταλλαγή εμπειριών και τεχνογνωσίας για τη διάδοση και εφαρμογή βέλτιστων πρακτικών και παραδειγμάτων στην πράξη (π.χ. επέκταση υγρών λιβαδιών στις Πρέσπες). Περαιτέρω, τονίστηκε η σημασία προστασίας και ανάδειξης της πολιτιστικής κληρονομιάς.

Σπουδαίο ρόλο για τη διατήρηση και αιεφορική διαχείριση των υδατικών πόρων και των υδροτοπικών οικοσυστημάτων που στηρίζουν έχει η Τοπική Αυτοδιοίκηση. Οι δράσεις και οι παρεμβάσεις της, όταν συμβάλλουν στον ανωτέρω στόχο, ωφελούν όχι μόνο τη φύση, αλλά και τον άνθρωπο. Θετικά παραδείγματα αποτελούν οι δράσεις του Δήμου Ν. Πλαστήρα για την προστασία και ανάδειξη της λίμνης Πλαστήρα καθώς και οι προσπάθειες του Δήμου Δωρίδας για την προστασία των υδάτων της τεχνητής λίμνης Μόρνου από τη ρύπανση.

Ειδικότερα ο Δήμος Ν. Πλαστήρα ζητά να σταματήσει άμεσα η υπεράντληση των υδάτων της λίμνης Πλαστήρα και να τηρείται απαρέγκλιτα το οικολογικό όριο ισορροπίας από όλους τους εμπλεκόμενους φορείς.

Για τη προστασία της Τεχνητής Λίμνης του Μόρνου που υδροδοτεί σχεδόν το μισό πληθυσμό της χώρας, ο Δήμος Δωρίδας απαιτεί να ενταχθεί άμεσα και με απόλυτη χρονική προτεραιότητα στο νέο ΕΣΠΑ 2014-2020 το έργο του Παραλίμιου Αγωγού Λυμάτων και να θεσπιστεί ανταποδοτικό τέλος από την ΕΥΔΑΠ για τη περιβαλλοντική προστασία του οικοσυστήματος.

Τέλος, σημαντικό ρόλο στη διατήρηση των λιμνών της χώρας και ευρύτερα του υδροτοπικού πλούτου, έχει το δίκτυο προστατευόμενων περιοχών Natura 2000. Η θεσμική θωράκιση των προστατευόμενων περιοχών και η ύπαρξη φορέων διαχείρισης που λειτουργούν αποτελεσματικά (στελέχωση, αρμοδιότητες, εξοπλισμός, χρηματοδότηση) αποτελούν προϋποθέσεις διατήρησης και αιεφορικής διαχείρισης των περιοχών αυτών. Οι ευκαιρίες χρηματοδότησης δράσεων και διατήρησης από το ΕΣΠΑ 2014-2020, είναι αξιοσημείωτες.

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΗΣ ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΤΣΙΑΝΤΗΣ
ΔΗΜΑΡΧΟΣ ΛΙΜΝΗΣ ΠΛΑΣΤΗΡΑ
ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΤΗΣ ΚΕΔΕ

ΛΑΧΑΝΟ (ΚΡΑΜΒΗ) ΚΑΙ ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙ

ΤΟ ΛΑΧΑΝΟ – κραμβολάχανο καλλιεργείται στην Ευρώπη από το 400 προ Χριστού και θεωρείται ένα πολύτιμο φάρμακο για το πεπτικό μας σύστημα, για να τονώσει τις αρθρώσεις, για δερματικά προβλήματα και πυρετούς. Τα συστατικά που περιέχει αυτό το ελαφρώς γλυκό, αλμυρό, ξηραντικό, δροσερό λαχανικό, είναι βιταμίνες Α, Β1, Β2, C, αμινοξέα και άλλα. Είναι αντιφλεγμονώδες, αντιβακτηριακό, αντιρρευματικό, επουλώνει τα τραύματα, καθαρίζει το συκώτι βοηθά στην θεραπεία του έλκους του στομάχου, την ημικρανία, τα προβλήματα του πνεύμονα, την κατακράτηση υγρών και γενικά σαν παυσίπονο. Λεπτομέρειες για το πώς χρησιμοποιείται; Ας πούμε μερικές:

Από ένα νωπό φύλλο βγάζουμε το κεντρικό νεύρο και χτυπάμε ελαφρά το φύλλο να μαλακώσει και να βγει λίγος χυμός. Δένουμε με ένα επίδεσμο το φύλλο πάνω σε πονεμένη άρθρωση με αρθρικά ή στραμπούληγματα και μειώνεται ο πόνος.

Για την κολίτιδα, το βήχα, τη βρογχίτιδα, βράζουμε για μια ώρα 60 γραμμάρια λάχανο σε μισό λίτρο νερό, και πίνουμε ένα ποτηράκι κρασιού δύο φορές την ημέρα. Αν κοπανάσουμε λάχανο, ή το αλέσουμε σε αποχυμωτή, ο χυμός βοηθά στην θεραπεία του έλκους του δωδεκαδακτύλου και προστατεύει από τον καρκίνο.

Η κατανάλωση του σαν ωμή σαλάτα με τριμμένο ξυνόμυλο, τριμμένο καρότο, χυμό λεμονιού ή πορτοκαλιού και λάδι, προστατεύει την καρδιά και καθαρίζει το συκώτι



από τοξίνες. Είναι από τα λαχανικά που δεν πρέπει να λείπει από το τραπέζι μας.

ΤΟ ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙ

Όσο και αν η μωριδιά του όταν βράζει είναι ενοχλητική, το κουνουπίδι είναι το λαχανικό με την υψηλότερη διατροφική αξία.

Προέρχεται από το άγριο λάχανο που ευδοκίμοσε στην Ασία και ανήκει στην ίδια κατηγορία με το μπρόκολο. Αποτελείται από πολλά μπουμπούκια λευκά συγκεντρωμένα, σκεπασμένα από πράσινα παχιά φύλλα. Εμείς καταναλώνουμε το λουλούδι (τα άσπρα μπουμπούκια) τουρσί, ωμό, βραστό στον ατμό, γιαχνί κλπ.

Περιέχει πρωτεΐνες, υδατάνθρακες φυτικές ίνες, ριβοφλαβίνη, θειαμίνη, παντοθενικό οξύ, νιασίνη, βιταμίνη Β6, φολικό οξύ, βιταμίνη C, σίδηρο, ασβέστιο, φώσφορο, μαγνήσιο, ψευδάργυρο, κάλιο. Όσο διαβάζεις τι περιέχει σκέπτεσαι, έ !! ας μυρίσει και λιγάκι όσο βράζει!!!!

Είναι ιδανικό για όσους θέλουν να χάσουν βάρος, καθώς οι θερμίδες που σου δίνει μία μερίδα είναι πολύ λίγες, και επειδή έχει ίνες, χορταίνει εύκολα.

Είναι ισχυρό αντιοξειδωτικό, οικοδομεί ισχυρό ανοσοποιητικό σύστημα που μας

προστατεύει από μικρόβια και ιώσεις, προλαβαίνει τη γήρανση του δέρματος, βοηθά στην επώλωση των πληγών. Όταν αναμειγνύεται με το σάλιο στην μάσηση, δημιουργείται ισοθειοκυανίνη. Δεν μας ενδιέφερε το όνομα της αλλά αυτή η ουσία καθαρίζει το συκώτι, εμποδίζει την ανάπτυξη καρκινικών κυττάρων. Ιδιαίτερα τον καρκίνο του στήθους, του πνεύμονα, του προστάτη, του παγκρέατος και του παχέος εντέρου. Βοηθά επίσης το συκώτι και το αίμα να αποτοξινωθούν και βοηθά στη θεραπεία των διαταραχών των νεφρών, της υψηλής αρτηριακής πίεσης της αρθρίτιδας, της δυσκολιότητας και του άσθματος.

Περιέχει αλλικίνη που μειώνει τον κίνδυνο εγκεφαλικών επεισοδίων και βοηθά να διατηρηθεί υγιής η καρδιά. Το σελήνιο και η βιταμίνη C βοηθούν στη διατήρηση της χαμηλής χοληστερίνης. Οι φυτικές ίνες βοηθούν στην υγεία στο παχύ έντερο και προλαβαίνουν τον καρκίνο.

Αν μπορείς να φας κάτι που προστατεύει από τον καρκίνο και κρατάει την καρδιά σου να χτυπάει, τι περιάζει και αν μυρίζει άσχημα; Λες έχει μια ιδιαίτερα οσμή και κάνεις ότι δεν το καταλαβαίνεις. (πάντως αν θέλεις να αποφύγεις την πολύ ιδιάζουσα οσμή, βράσε το όσο πιο λίγο γίνεται, αρκεί να μπορείς να το μασησεις.)

Επίσης κάτι σημαντικό. Όσοι έχουν προβλήματα μα τον θυρεοειδή δεν πρέπει να το τρώνε ωμό, ούτε τουρσί. Μόνο βρασμένο καλά.

Αντωνάκη Βάνα