

◊ ΑΤΤΙΚΟΣ ◊ Ξ

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΤΟΥ ΑΤΤΙΚΟΥ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΥ ΚΑΙ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΥ ΟΜΙΛΟΥ

ΜΑΡΝΗ 20 - ΑΘΗΝΑ 104 33 - ΤΗΛΕΦΩΝΟ 210 523 5149

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ:	«ΑΤΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ»
ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ:	Ντόρα Λαΐνη - Μελίνα Σηφάκη
ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:	Τρύφων Αναγνώστοπουλος
ΚΩΔΙΚΟΣ ΕΝΤΥΠΟΥ:	1063
ΣΤΟΙΧΕΙΟΘΕΣΙΑ:	L-PRESS, Ζαΐμη 40, τηλ. 210 8228258
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ ΜΟΝΤΑΖ - ΦΙΛΜΟΓΡΑΦΗΣΗ:	70x100, Μαυροματαίων 2, τηλ. 210 8236335



ΜΕΡΕΣ ΚΑΙ ΩΡΕΣ

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΩΝ ΓΡΑΦΕΙΩΝ ΜΑΣ:

ΤΡΙΤΗ, ΤΕΤΑΡΤΗ, ΠΕΜΠΤΗ, ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ: 7^{ΕΩΣ} 9 Μ.Μ.

Κάθε Πέμπτη τα Γραφεία του Συλλόγου μας θα είναι ανοικτά

από τις 7.30 μ.μ. για τις καθιερωμένες μας συγκεντρώσεις.

Σας περιμένουμε

ΕΞΟΦΥΛΛΟ

ΠΙΣΩ ΕΞΟΦΥΛΛΟ

Φωτογραφίες:

Τρύφων ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ

Ντόρα ΛΑΪΝΗ

«Πράμναντα»

«Παλιό Μετσοβίτικο Σπίτι»

**Το Δ.Σ. του ΑΤΤΙΚΟΥ και
η Συντακτική Επιτροπή του περιοδικού
εύχονται στα μέλη και στους φίλους του Αττικού
ΚΑΛΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΚΑΙ
ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟΣ Ο ΚΑΙΝΟΥΡΓΙΟΣ
ΧΡΟΝΟΣ!!**

Η Ομοσπονδία με μια πολύ ωραία και συγκινητική εκδήλωση γιόρτασε το Νοέμβριο τα 70 της χρόνια στο Ξενοδοχείο ΧΙΛΤΟΝ.

Όλο το Δ.Σ. του Αττικού, αλλά και πολλά μέλη του παρευρέθησαν τιμώντας το έργο της και τις προσπάθειές της όλα αυτά τα χρόνια. Συχαρητήρια στο Δ.Σ. για την άψογη οργάνωση της εκδήλωσης.

Στο πρόσθιο εσώφυλλο, η Πρόεδρος του Αττικού Κα Πέγκυ Αλεξάκου τη στιγμή που προσφέρει στον Πρόεδρο της ΟΦΟΕΣΣ κ. Αντρέα Αντωνόπουλο αναμνηστική πλακέτα εκ μέρους του Αττικού.

Στα γραφεία του Συλλόγου μας πραγματοποιήθηκε στις 18 Νοεμβρίου η τελετή της απονομής των μεταλλίων στα μέλη του Αττικού που είχαν πάρει μέρος στην Αφή των Πυρών το 2004. Μετά τη τελετή, ακολούθησε μπουφές.

Η δεύτερη φωτογραφία στο πρόσθιο εσώφυλλο είναι από τη βραδιά της τελετής στον Αττικό και απεικονίζει τους βραβευθέντες.

Ο Αττικός συχαίρει το νέο Διοικητικό Συμβούλιο του «ΠΑΝΑ» που προέκυψε από τις αρχαιρεσίες της 9.10.05 και εύχεται να είναι δημιουργικό το έργο του.

Π Ε Ν Θ Η

Η ορειβατική και φυσιολατρική οικογένεια πενθεί για το παλαίμαχο μέλος του αδελφού Σωματείου «ΥΠΑΙΘΡΙΟΣ ΖΩΗ», Άγγελο Ρόκκο.

Ας είναι ελαφρύ το χώμα που τον σκεπάζει.

Πρόσκληση σε Τακτική Γενική Συνέλευση

Καλούνται τα μέλη του ΑΤΤΙΚΟΥ ΟΜΙΛΟΥ, την Τετάρτη, 1η Μαρτίου και ώρα 6 μμ, σε Τακτική Γενική Συνέλευση, στα εντευκτήρια του Συλλόγου, Μάρνη 20, με θέματα:

1. Λογοδοσία απερχομένου Διοικητικού Συμβουλίου
2. Έκθεση Εξελεγκτικής Επιτροπής
3. Έγκριση Οικονομικού Απολογισμού και Προϋπολογισμού
4. Εκλογή νέου Διοικητικού Συμβουλίου, Εξελεγκτικής Επιτροπής και Πειθαρχικού Συμβουλίου
5. Προτάσεις

Η ως άνω ημερομηνία Συνέλευσης θα θεωρείται και η τελική.

Η Πρόεδρος
Πέγκυ Αλεξάκου

Ο Γ. Γραμματέας
Δημήτρης Μπούτος

Ο Όμιλος χρειάζεται νέα πρόσωπα, ξεκούραστα, για να αναλάβουν τις ευθύνες του ομίλου μας και φρέσκιες ιδέες για να τον ανανεώσουν και να τον στείλουν πιο ψηλά.

Ένας τρόπος να δείξετε την αγάπη και τη συμπαραστάσή σας στον ΑΤΤΙΚΟ είναι να υποβάλετε υποψηφιότητα για το Δ.Σ. Το αργότερο μέχρι την 20η Φεβρουαρίου 2006.

ΑΠΟΚΡΙΑΤΙΚΟΣ ΧΟΡΟΣ ΣΤΟ HOLIDAY INN

Σάββατο,
18.2.06

Ώρα: 9 μμ.

Όπως πάντα,
θαυμάσια ορχήστρα,
ωραίος μπουφές
και πολύ κέφι.
(Προμηθευτείτε
τα εισιτήρια από το
Σύλλογο και φέρτε
και την παρέα σας)



ΤΡΙΗΜΕΡΟ ΚΑΘΑΡΑΣ ΔΕΥΤΕΡΑΣ

1. (για όσους αγαπούν
το γλέντι)

Στην ΕΡΕΤΡΙΑ (GRAND BLEU)
ή στο ΒΡΑΧΑΤΙ (ΑΛΚΥΩΝ)

2. ΞΑΝΘΗ (4ήμερο)
(για όσους αγαπούν
τη περιπέτεια)

Πληροφορίες στο Σύλλογο

Χριστούγεννα

Επιμέλεια:

Κώστα Π. ΧΑΤΖΑΚΗ

Ο Ευαγγελιστής Λουκάς περιγράφει πολύ παραστατικά την εμφάνιση του άγγελου Κυρίου στους ποιμένες που τους περιέλουσε με φως για να τους αναγγείλει την έλευση του

Χριστού:

«Και ποιμένες ήσαν εν τη χώρα τη αυτή φυλάσσοντες φυλακάς της νυκτός επί των ποιμνίων αυτών και ιδού Ἄγγελος Κυρίου επέστη αυτοίς και δόξα Κυρίου περιέλαμψε αυτούς και εφοβήθησαν φόβον μέγαν και είπεν αυτοίς ο άγγελος μη φοβείσθε ιδού γαρ ευαγγελίζομαι υμίν χαράν μεγάλην ήτις έσται παντί τω λαώ ότι ετέχθη υμίν σήμερα Σωτήρ».

Και βέβαια τρόμαξαν διότι δεν μπόρεσαν να αντιληφθούν την θεϊκή έννοια του άστρου, τη γέννηση του Θεού της Αγάπης.

Ο Ευαγγελιστής Ματθαίος αναφερόμενος στους Σοφούς-Μάγους με τα Δώρα, (που ήταν Πέρσες ιερείς της θρησκείας του Ζωροάστρη) και κίνησαν από την Ανατολή για να φθάσουν στη ταπεινή φάτνη, λέει:

«Ιδού Μάγοι εξ Ανατολών παρεγένοντο εις Ιεροσόλυμα λέγοντες πού εστί ο τεχθείς βασιλεύς των Ιουδαίων; Είδομεν τον αστέρα και ήλθομεν προσκυνήσαι αυτόν και δοξάσαι αυτόν και ιδού ο αστήρ ον είδον εν τη Ανατολή προήγεν αυτούς, έως ελθών, έστι επάνω ου ήν το παιδίον, ιδόντες δε τον αστέρα εκάρησαν χαράν μεγάλην».

Στα δύο αυτά βιβλικά κείμενα οι



ποιμένες αντιπροσωπεύουν την ακαλλιέργητη ψυχή που διακρίνει το θείο βρέφος στο σκοτάδι της νύχτας επειδή μόνο τη νύχτα μπορεί να δει πως υπάρχουν άστρα στο στερέωμα διότι μόνον η φυσική όραση λειτουργεί. Οι Μάγοι ήλθαν όπου τους φώτιζε το άστρο, το ενσυνείδητο ψυχικό φως, η ψυχική όραση όπως θα λέγαμε, μέχρι τη φάτνη όπου και ο Λόγος του Θεού. Γι' αυτό και τα συμβολικά τους δώρα προς το Νεογέννητο, ήταν ο χρυσός-σύμβολο της βασιλικής ιδιότητας του Χριστού-, η σμύρνα-σύμβολο του εξιλαστήριου θανάτου του- και ο λίβανος- σύμβολο της θείας λατρείας.

Βέβαια, ο Υιός του Θεού για να μπει στη σκηνή της επίγειας ζωής χρειάστηκε η λαχτάρα μιας μοναδικής μάνας που με τη διαγωγή της, τη καθαρή ψυχή της και την αγαθότητα της ζωής της επιλέχτηκε από τη Θεία Πρόνοια για να τον ενσαρκώσει. Αυτή η μάνα ήταν η Παναγία.

Κατά τους τέσσερις πρώτους αιώνες του Χριστιανισμού η γιορτή των Χριστουγέννων συνεορτάζονταν μετά των Θεοφανείων και τούτο διότι δεν ήταν γνωστή η ημέρα της Γεννήσεως του Χριστού. Επί Πάπα Ιουλίου (336-352) θεσπίστηκε ως επέτειος των Χριστουγέννων η 25η Δεκεμβρίου, διαπιστωθείσης όπως πιστεύεται, της ακριβούς ημερομηνίας από έρευνα

που έγινε στα αρχεία της Ρώμης περί του χρόνου της επί Αυγούστου απογραφής και κατόπιν υπολογισμών και συνδυασμών με διάφορα χωρία του Ευαγγελίου. Στον καθορισμό της ημέρας αυτής συνέτεινε και το υπό του προδρόμου λεχθέν περί του Χριστού: «*Εκείνον δει αυξάνειν εμέ δε ελαπούσθαι (Ιωάννη γ.30)*».

Κατά συνέπεια, η γέννηση του Χριστού τοποθετήθηκε μετά το χειμερινό ηλιοστάσιο της 21ης Δεκεμβρίου οπότε αρχίζει η μέρα να μεγαλώνει.

Από τη Ρώμη η μέρα το εορτασμού σύντομα μεταδόθηκε και στην Ανατολή και συν τω χρόνων επεκράτησε σε όλο τον χριστιανικό κόσμο.

Η ορθόδοξη υμνολογία περιλαμβάνει λαμπρούς ύμνους για την μεγάλη γιορτή, έργα των διασημότερων υμνογράφων της Εκκλησίας: του Ρωμανού του Μελωδού, του Ιωάννη Δαμασκνού και του επισκόπου Θωμά.

Η γέννηση του δασκάλου της Αγάπης δεν σημαίνει μονάχα τη γέννηση ενός ιστορικού και παγκόσμιου Χριστού, αλλά είναι και ένα θαυμάσιο σύμβολο για τη γέννηση μέσα στον καθένα μας του «*πνεύματος του Χριστού*».

Γι' αυτό και η μέρα αυτή για μας είναι μια μεγάλη γιορτή και την πανηγυρίζουμε με κάθε δυνατό τρόπο.

Οι εκδρομές και εκδηλώσεις του τριμήνου Οκτώβριος-Νοέμβριος-Δεκέμβριος έγιναν με μεγάλη επιτυχία.



Το τριήμερο στο Γύθειο το απολαύσαμε έχοντας και τον καιρό σύμμαχό μας. Ωραία οργάνωση, ωραίες εκδρομές σε Μονεμβασιά, Ελαφόνησο και θαυμάσιες...ψαρόσουπες στη παραλία του Γυθείου.



Η εκδρομή στο Μονοπάτι του πορεία στο Μονοπάτι και 11 πεζοπόροι Εφιάλτη είχε μεγάλη συμμετοχή και επι- περπάτησαν στο πανέμορφο φαράγγι τυχία. Εικοσιπέντε ορειβάτες έκαναν τη κάτω από τη Παύλιανη.



Σε πολύ ζεστή ατμόσφαιρα (παρά το ξαφνικό άγριο κρύο) πραγματοποιήθηκε η εκδρομή στους Δελφούς-Κορύκειο Άντρο. Οι πεζοπόροι έκαναν τη πορεία τους από τα Καλύβια ως τους Δελφούς περνώντας κι από το Αρχαίο Μονοπάτι. Άλλοι, επιλέξαν να επισκεφθούν τους αρχαιολογικούς χώρους ως πάνω στο Στάδιο και το εκπληκτικό νέο Μουσείο.



Με σχετικά μικρό αριθμό 25 ατόμων (λόγω της κακοκαιρίας) πραγματοποιήθηκε η ομιλία της Κας Καίτης Μπαλάση, φιλολόγου, στις 24 Νοεμβρίου. Το θέμα ήταν: «Η ποίηση του Οδυσσέα Ελύτη- Απ' τους Προσανατολισμούς ως το Άξιον Εστί». Είναι πραγματικά κρίμα που δεν μπόρεσαν να την απολαύσουν περισσότεροι. Η ποίηση του Ελύτη, η μουσική του Θοδωράκη και η αμεσότητα της ομιλήτριας μάς χάρισαν μια πολύ όμορφη βραδιά.



«Από το γλέντι στις Αρέκιες - Ζάκυνθος '05»
Φωτογραφία : Ντόρα Λαϊνή

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ**ΒΙΛΙΑ-ΚΙΘΑΙΡΩΝΑΣ**

Παρασκευή 6.1.06 (Θεοφάνεια) - Πίτα Ορειβατών

Αναχώρηση στις 8.30, με ενδιάμεση στάση στα Βίλια για το Καταφύγιο του Κιθαιρώνα όπου θα κοπεί η πίτα των ορειβατών. Οι ορειβάτες θα πεζοπορήσουν από το Καταφύγιο στα Βίλια. Οι υπόλοιποι θα πάνε με το πούλμαν να παρακολουθήσουν τον Αγιασμό των Υδάτων. Φαγητό σε ταβέρνα παραθαλάσσια. Το απόγευμα συνάντηση των δύο ομάδων στα Βίλια και επιστροφή.

ΠΙΤΑ ΤΟΥ ΑΤΤΙΚΟΥ

Παρασκευή 13.1.06, στις 8.00 μμ. (στην Αίθουσα του Συλλόγου)

Τα μέλη και οι φίλοι του Αττικού προσκαλούνται στο Σύλλογο για να κόψουμε την πίτα μας και να ανταλλάξουμε ευχές.

ΝΤΑΟΥ ΠΕΝΤΕΛΗΣ - ΡΑΦΗΝΑ

Κυριακή 15.1.06

Αναχώρηση στις 8.30 για το Μοναστήρι Νταού Πεντέλης. Επίσκεψη μοναστηριού. Πορεία μέσα απ' τη χαράδρα προς Ραφήνα. Όσοι δεν θα πεζοπορήσουν θα φάνε σε ταβέρνα κοντά στο μοναστήρι και στη συνέχεια θα μεταβούν με το πούλμαν στη Ραφήνα για καφέ και παραλαβή των πεζοπόρων.

ΕΚΔΗΛΩΣΗ

Πέμπτη 19.1.06, στις 8.30 μμ. (στην Αίθουσα του Συλλόγου)

Ομιλία του Δρα Λευτέρη Σιδέρη, Βιολόγου-Γενετιστή, Δ/ντού του Κέντρου Ερευνών του Ε.ΚΕ.Φ.Ε με θέμα: «*Ιοί: Αυτοί οι αόρατοι μικροσκοπικοί αλλά πανίσχυροι εχθροί μας*»

ΚΑΡΥΕΣ - ΑΡΤΕΜΙΣΙΟ

Κυριακή 22.1.06

Αναχώρηση στις 8.00 για Καρυές Αργολίδας με ενδιάμεση στάση. Η ορειβατική ομάδα θα προχωρήσει μέχρι το ξωκλήσι του Αγ. Γεωργίου και στη συνέχεια θα μεταβεί στο Μοναστήρι της Αγίας. Παρασκευής. Οι λοιποί εκδρομείς θα παραμείνουν στις Καρυές για φαγητό και περιπάτους στη γύρω περιοχή. Με την άφιξη των ορειβατών, επιστροφή στην Αθήνα.

ΠΑΡΝΗΘΑ

Κυριακή 29.1.96

Η πορεία, θα αποφασιστεί κατά την αναχώρηση, ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες.

Φ Ε Β Ρ Ο Υ Α Ρ Ι Ο Σ**ΥΜΗΤΤΟΣ - ΓΛΥΚΑ ΝΕΡΑ**

Κυριακή 5.2.06

Αναχώρηση στις 9.00 πμ., για Υμηττό απ' όπου θα ξεκινήσει η πορεία προς τα Γλυκά Νερά. Η υπόλοιπη ομάδα θα επισκεφθεί το Ζωολογικό Κήπο της Παιανίας που θεωρείται από τους καλλίτερους στο κόσμο. Μετά την ξενάγηση θα επιστρέψουν στα Γλυκά Νερά και θα συναντηθούν με τους πεζοπόρους για φαγητό σε κάποια ταβέρνα. Τον απογευματινό καφέ, αν ο χρόνος το επιτρέπει, θα τον πιούμε στις Καβοκολόνες και η επιστροφή θα γίνει από τον παραλιακό δρόμο Σουνίου.

ΑΓΙΑ ΑΝΝΑ (ΚΟΥΚΟΥΡΑ) - ΚΥΡΙΑΚΙ

Κυριακή 12.2.06

Αναχώρηση στις 8.00 για Αλιάρτο-Αγία Άννα. Από εκεί θα ξεκινήσουν οι πεζοπόροι την πορεία τους προς τη Κοιλιάδα των Μουσών-Κυριάκι. Όσοι δεν θα πεζοπορήσουν θα επισκεφθούν το χωριό Αγία Άννα και στη συνέχεια θα τους μεταφέρει το πούλμαν στο Κυριάκι για φαγητό και συνάντηση με τους πεζοπόρους.

ΕΚΔΗΛΩΣΗ

ΠΕΜΠΤΗ 16.2.06 στις 8.30 μμ. (Στην Αίθουσα του Συλλόγου)

Προβολή διαφανειών (slides) του κ. Κώστα Πολίτη με θέμα:
«ΠΡΑΓΑ - BENELUX»

ΑΠΟΚΡΙΑΤΙΚΟΣ ΧΟΡΟΣ ΣΤΟ HOLIDAY INN

Σάββατο 18.2.06

(Εισιτήρια στο Σύλλογο)

ΑΝΑΒΥΣΟΣ - ΛΕΓΡΑΙΝΑ

Κυριακή 19.2.06

Αναχώρηση στις 9.00 για Ανάβυσσο-Λεγραινά απ' όπου η πεζοπορική ομάδα, θα μεταβεί στη Καμάριζα. Οι υπόλοιποι θα πάνε με το πούλμαν στο Λαύριο για επίσκεψη των Μεταλλείων και στη συνέχεια στην Καμάριζα για φαγητό και συνάντηση με τους πεζοπόρους.

ΚΑΝΤΗΛΙ ΕΥΒΟΙΑΣ

Κυριακή 26.2.06

Αναχώρηση στις 8.00 για τον Άγιο Ευβοίας. Η ορειβατική ομάδα θα προωθηθεί στους πρόποδες του βουνού για την ανάβαση στο Καντήλι. Η υπόλοιπη ομάδα θα μεταβεί στο Πήλι. Το απόγευμα συνάντηση των δύο ομάδων και επιστροφή στην Αθήνα.

Μ Α Ρ Τ Ι Ο Σ**ΤΡΙΗΜΕΡΟ ΚΑΘΑΡΑΣ ΔΕΥΤΕΡΑΣ**

4 - 6 Μαρτίου 2006

Πληροφορίες στο Σύλλογο

ΔΑΥΛΕΙΑ - ΜΟΝΗ ΙΕΡΟΥΣΑΛΗΜ - ΖΕΜΕΝΟ

Κυριακή 12.3.06

Αναχώρηση στις 8.00 για Δαύλεια-Μονή Ιερουσαλήμ. Εκεί οι ορειβάτες θα ξεκινήσουν τη πορεία προς Ζεμενό. Οι υπόλοιποι θα επισκεφθούν το ωραιότατο Μοναστήρι, θα κάνουν περιπάτους και το μεσημέρι θα πάνε στο Ζεμενό για φαγητό και παραλαβή των ορειβατών.

ΕΚΔΗΛΩΣΗ

ΠΕΜΠΤΗ 16.3.06, στις 8.30 μμ. (στην Αίθουσα του Συλλόγου)

Ομιλία της Κυρίας Αφροδίτης Μιχαήλ με θέμα: «Εντυπώσεις από το ταξίδι μου στην Κίνα». (Βιντεοπροβολή).

ΨΑΡΙ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ

Κυριακή 19.3.06

Αναχώρηση στις 8.00 για Κόρινθο, Άργος, Ασπρόκαμπο (υψόμ. 700 μ.) Από εδώ ξεκινά η πορεία στην Ν.Α. απόληξη της Ζήριας (Ψάρι). Εύκολη ανάβαση. Δυνατότητα φαγητού στο χωριό. Το απόγευμα επιστροφή στην Αθήνα από Νεμέα.

ΞΕΝΩΝΑΣ ΦΟΙΒΟΥ - ΠΑΥΛΙΑΝΗ

25-26 Μαρτίου 2006

Αναχώρηση Σάββατο 25 Μαρτίου στις 8.00, για Παύλιανη με ενδιάμεση στάση. Τακτοποίηση στον Ξενώνα του αδελφού Σωματείου «ΦΟΙΒΟΣ». Γλέντι. Κυριακή 26: Οι πεζοπόροι θα περπατήσουν το μονοπάτι των Σιδηροδρομικών. Το απόγευμα συνάντηση των δύο ομάδων και αναχώρηση για Αθήνα. Φαγητό μαζί μας.

ΤΕΛΕΥΤΑΙΟΙ ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ

Παρασκευή 31.3.06

Αναχώρηση του πούλμαν από τα Γραφεία του Συλλόγου στις 17.30. Μετάβαση στη Μονή Αγίας Φιλοθέης - Εκάλπ, για να παρακολουθήσουμε τη λειτουργία των τελευταίων Χαιρετισμών. Θα ακολουθήσει συνεστιάση σε ταβέρνα της Σταμάτας.

Από τη Μονεμβασιά

Στο Γύθειο των αντιθέσεων

Της Μπ. Μ. Παραπονιάρη

«Όπου κι αν πάω η Ελλάδα με πληγώνει...». Ο γνωστός στίχος του μεγάλου μας ποιητή Γ. Σεφέρη καρφώθηκε στη σκέψη μας εκείνο το φθινοπωρινό πρωινό που, καθισμένοι αναπαυτικά στις πολυθρόνες ενός απ' τα πολλά καφέ-ουζερί στο λιμάνι του Γυθείου, απλώναμε τη ματιά μας και τις ψυχές μας αποτυπώνοντας ταυτόχρονα όλη την ομορφιά που αντικρίζαμε να ξεκινάει από το λιμάνι για να σκαρφλώσει στο λόφο Κούμαρος, αμφιθεατρικά. Εκεί, τα παλιά σπίτια με τους περίτεχνους σιδερένιους εξώστες παρέπεμψαν σε μιαν άλλη εποχή, αυστηρή και μαυροφορεμένη που η Μάνη ίσως θέλει να μην τη θυμάται.

Εξεκινήσαμε Παρασκευή πρωί για το τριήμερο της 28ης Οκτωβρίου με προορισμό τη Μονεμβασιά. Περπατήσαμε στα στενά δρομάκια τα φορτωμένα μαγαζάκια, καφεενία και εστιατόρια, για να ανηφορίσουμε στο κάστρο κάτω από έναν λαμπερό ήλιο, πατώντας στις γυαλισμένες από τα βήματα πέτρες όσων μέσα στο χρόνο έφτασαν στη γη της για να θαυμάσουν την ομορφιά του άγριου τοπίου της και των μνημείων της. Φύγαμε νωρίς το απόγευμα για το Γύθειο μη έχοντας χορτάσει την ομορφιά της.

Το γραφικό Γύθειο, ο μεγαλύτερος οικισμός της Μάνης, του τόπου με την τραχιά γη, που ραχοκοκαλιά του έχει τον Ταΰγετο, θα μας κρατούσε κοντά του το υπόλοιπο της εκδρομής μας. Το άλλο πρωί, κάποιιοι που για πρώτη φορά επισκεπτόμαστε την άνυδρη κάτω Μάνη, ξαφνιαστήκαμε αντικρίζοντας την ομορφιά της, όταν κατφορίζοντας προς τη πόλη διασταυρωθήκαμε με τα γεμάτα σκάλες, σοκάκια. Κάποιες απ' αυτές, σιδερένιες και ελικοειδείς, κρεμασμένες από τις ταράτσες των σπιτιών, με φόντο το μπλε χρώμα της θάλασσας, πίνακες ζωγραφικής εκτεθειμένοι στις φύσης την Πινακοθήκη, μας γέμισαν χαρά. Γιατί;... Αναφορά στα παιδικά μας χρόνια. Από ψηλά αγναντέψαμε το νησάκι Κρανάν και όσοι δεν το γνωρίζαμε, μάθαμε πως σύμφωνα με την Ιλιάδα από κει απέπλευσαν για την Τροία ο Πάρις με την Ωραία Ελένη.

Το νησάκι, σαν αξιοθέατο έχει τον αναπαλαιωμένο πύργο του πρώην πρωθυπουργού κ. Τζανή Τζανετάκη. Ο πύργος χτίστηκε επί Τουρκοκρατίας και σήμερα, όπως είναι γνωστό, λειτουργεί ως Εθνολογικό Μουσείο Μάνης. Ο ίδιος τον έκανε δωρεά στη γενέτειρά του μαζί με τη γη που τον περιβάλλει. Δυστυχώς δεν τον επισκεφθήκαμε γιατί ο χρόνος δεν το επέτρεψε.

Ορισμένοι φίλοι του Αττικού πάντως, πρόφτασαν να επισκεφθούν το Αρχαίο Θέατρο που χτίστηκε τα πρώτα χρόνια μ.Χ., ενώ κάποιοι άλλη την ημέρα της αναχώρησής μας, έφτασαν περπατώντας μέχρι το Μαυροβούνι με την πανέμορφη παραλία του περνώντας μέσα από τις ελιές και τις φραγκοσυκιές, τα στολίδια της

Μάνης. Λίγοι είμαστε αυτοί που επιλέξαμε να μείνουμε και τις δυο ημέρες στο Γύθειο. Οι περισσότεροι διάλεξαν ό,τι τους υποσχόταν το πρόγραμμα. Να επισκεφθούν, δηλαδή, την Ελαφόνησο και τη γύρω περιοχή και να γυρίσουν το βράδυ στο Γύθειο.

Νάμαστε, λοιπόν, στο καφενείο του λιμενοβραχίονα, πέντε άνθρωποι όλοι κι όλοι να προσπαθούμε κουβεντιάζοντας να...δώσουμε λύσεις σε ειδών ειδών προβλήματα αλλά και να κάνουμε προβλέψεις για το Αύριο.

Το μεσημέρι πλησιάζει ολοταχώς και εμείς, χορτασμένοι από σύμφωνες γνώμες και απόψεων αντιθέσεις, αποφασίσαμε να κάνουμε άλλη μια, μικρή όμως, βόλτα στη πόλη κατά μήκος του λιμανιού αυτή τη φορά.

Τα βήματά μας, μας οδήγησαν στο Ηρώον το αφιερωμένο στους Λάκωνες αεροπόρους τους υπέρ πατρίδος πεσόντες, όπου ο στίχος του Κάλβου χαραγμένος στη πέτρα δεσπόζει κάτω από τον αετό με τα σιδερένια φτερά. Συμβολισμός τέλειος «Θέλει αρετήν και τόλμην η ελευθερία...» Επ' αυτού αντιρρήσεις δεν υπήρξαν ούτε εκφρασμένες σύμφωνες γνώμες. Μόνο σιωπή και περισulloγή. Μόνον...

Οι διαφορών ειδών προβληματισμοί μας πάντως, υποσκελίστηκαν σιγά σιγά, καθώς η έντονη επιθυμία μας να γευτούμε τη φημισμένη ψαρόσουπα της περιοχής ήταν αυτή που απασχόλησε τη σκέψη μας.. Την απολαύσαμε καθισμένοι στην άκρη της θάλασσας, καλά προφυλαγμένοι από το φθινοπωρινό αεράκι που ζητούσε-ανεπιτυχώς- να μα κλείσει μέσα.

Η ψαρόσουπα ήταν ένα γαστριμαργικό... όνειρο. Δυστυχώς, δεν είχαν την ίδια άποψη φίλοι που έφαγαν την άλλη μέρα σε πλαϊνό εστιατόριο. Η πολλή δουλειά. προφανώς, έριξε νερό στο κρασί της καλής μαγειρικής και της σωστής συμπεριφοράς, δημιουργώντας εντάσεις. Στο Γύθειο, όπως είναι γνωστό, μόλις τα τελευταία χρόνια ασχολούνται με τον τουρισμό. Ό,ποιο άλλο σχόλιο περιτεύει.



«Γύθειο, άποψη του λιμανιού»

Φωτογραφία: Τρ. Αναγνωστόπουλος

Η ώρα της επιστροφής στο κλεινόν άστυ πλησιάζει και ήταν αυτός ο λόγος που χάλασε κάπως η διάθεσή μας. Στη πλειοψηφία μας, φύγαμε απ' αυτόν τον τόπο επιλέγοντας να βάλουμε στις αποσκευές μας τις καλύτερες των εντυπώσεων και την επιθυμία να ξαναδούμε τη Μάνη το γρηγορότερο.

ΠΟΙΚΙΛΟΝ ΟΡΟΣ

Τον Ιούνιο του 2005, στην Κοργιγένειο Βιβλιοθήκη Αργοστολίου, είχαμε την ευκαιρία να παρακολουθήσουμε το Διεθνές Επιστημονικό Συνέδριο με θέμα Περιβάλλον και Ανάπτυξη στον ορεινό χώρο και ποιος είναι ο ρόλος των προστατευμένων περιοχών.

Από τους συμμετέχοντες έγινε προπάθεια για χωροταξική και περιβαλλοντική προσέγγιση, για δυνατότητες και προοπτικές αλλά και απειλές για τις ορεινές περιοχές. Ανάμεσα στις εξαιρετικά ενδιαφέρουσες αναφορές στον ελλαδικό χώρο, μας κίνησε το ενδιαφέρον, λόγω διαμονής μας στην Αθήνα, η αναφορά στο Ποικίλον Όρος (Αιγάλεω) από τον αρχιτέκτονα-Πολεοδόμο Νικ. Γροζόπουλο. Αξίζει να αναφέρουμε κάποια στοιχεία:

Το όρος από πολλούς θεωρείται συνέχεια της Πάρνηθας. Χωρίζεται σε τρία τμήματα από τους αυχένες του Δαφνίου ή Πυθίου, ύψους 127μ και της Ζαβερδέλας. Το νότιο τμήμα, Κορυδαλλός, έχει μέγιστο ύψος 468 και εκτείνεται από τη θάλασσα μέχρι το Χαϊδάρι έχοντας προς νότο το Πέραμα και τους Δήμους του Πειραιά.

Το μεσαίο τμήμα (Ποικίλο), γνωστό σαν Δαφνοβούνι, εκτείνεται από το διάσελο των Άνω Λιοσίων και το Καματερό και καταλήγει στη θάλασσα, στο Σκαραμαγκά. Το βορειότερο τμήμα εκτείνεται από τον Ασπρόπυργο μέχρι την Πάρνηθα και έχει τις κορυφές Πυργάρι, Σκαλιστήρι, Μαρούρι και Ζάστανη.

Το Αιγάλεω, ως γυμνός ορεινός

όγκος, ελάχιστα μπορεί να προσφέρει στην πόλη. Η αποψιλωμένη επιφάνεια του προσδίδει μια εικόνα περιβαλλοντικής υποβάθμισης.

Η οικολογική καταστροφή είχε δύο όψεις:

- ▶ Η συνεχής οικιστική επέκταση για ανοικοδόμηση, μέχρι την εξάντληση των επιτρεπών ορίων κλίσεων του αναγλύφου, με αποτέλεσμα το περιορισμό της φυσικής οντότητας του ορεινού όγκου.
- ▶ Η εξάντληση του φυσικού πλούτου του Όρους με υλοτόμηση και υπερβόσκηση που δημιουργήσαν έντονα φαινόμενα διάβρωσης.

Το Αιγάλεω Όρος, λόγω έκτασης και θέσης μέσα στη πόλη, δεν μπορεί να ειπωθεί παρά σε συνάρτηση με την ίδια τη πόλη. Επισημάνθηκε ότι είναι ο ρυθμιστής του κλίματος της Αθήνας και στο πέρασμα των βιομηχανικών αερίων ρύπων από το Θριάσιο στην Αθήνα αποτελεί φράγμα αλλά και φίλτρο συγκράτησης.

Το Ποικίλον Όρος βρίσκεται ήδη σε ένα θεσμικό καθεστώς προστασίας και επειδή διεκδικεί ενεργό ρόλο στην Αττική, ο κ. Γροζόπουλος στη μελέτη ανέπτυξε τις ενέργειες που προτάθηκαν, όπως οικολογική ανασυγκρότηση, αποκατάσταση του δασικού χαρακτήρα, αξιοποίηση όλων των δυνάμεων και φορέων προστασίας. Ανάδειξη των πλεονεκτημάτων του χώρου και κατηγοριοποίηση των εκτάσεων βάσει των χαρακτηριστικών του.

Συνοπτικά, στις βασικές αρχές σχε-

διασμού που προτάθηκαν περιλαμβάνονται:

- ▶ Η οικολογική ανασυγκρότηση και επαναφορά του δασικού οικοσυστήματος
- ▶ Οι παρεμβάσεις πρέπει να αποτελέσουν πρότυπο διαχείρισης περιαστικού δασικού χώρου.
- ▶ Εξισορρόπηση και έλεγχος των δραστηριοτήτων αναψυχής.
- ▶ Αντιμετώπιση του προβλήματος του ιδιοκτησιακού καθεστώτος (δικεδικές/καταπατήσεις).
- ▶ Ανάδειξη των φυσικών πλεονεκτημάτων του χώρου και των θέσεων με θεσμοθέτηση των χαρακτηριστικών του.
- ▶ Ο οικιστικός ιστός και οι περιστασιακές δασικές εκτάσεις να εντάσσονται

σε ένα ενιαίο σύνολο και να συνδέονται μεταξύ τους λειτουργικά.

Στη παρουσίασή του ο Αρχιτέκτονας ανέφερε ότι η συνολική διάρκεια υλοποίησης του προγράμματος ορίζεται σε 16 χρόνια.

Έτσι επιλέχθηκε να ξεκινήσουν τα έργα που γεωγραφικά εντάσσονται στις ανατολικές παρειές του Όρους, στα όρια του οικιστικού ιστού της πρωτεύουσας, ώστε να αποδοθούν άμεσα ευρύτατες εκτάσεις ελευθέρων χώρων στους κατοίκους των Δήμων του συνόλου της Δυτικής και Νοτιοδυτικής Αττικής, οι αλλαγές στο μικροκλίμα να είναι άμεσα αισθητές όπως και η αισθητική βελτίωση της εικόνας του Όρους.

Μαρία ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ



«Στην Αναφωνήτρια Ζακύνθου»

Φωτογραφία: Ντόρα Λαϊνή

ΦΑΡΟΙ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΣΜΟΥ

Παγκόσμια Πολιτιστική Κληρονομιά

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΝΤΟΡΑ ΛΑΪΝΗ

Παγκόσμια πολιτιστική κληρονομιά είναι κάθε χώρος που διαφυλάσσει την ιστορία της εξέλιξης των ανθρώπων ανά τους αιώνες, ό,τι διαθέτουμε σήμερα και ό,τι θα περάσουμε στις επόμενες γενιές.

Ο ύψιστης σημασίας κατάλογος των Μνημείων Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO περιλαμβάνει σήμερα 788 καταγραφές σε 134 χώρες του πλανήτη. Η Ελλάδα μας, η μικρή αυτή χώρα με τη μεγάλη Ιστορία, στο σταυροδρόμι Ανατολής και Δύσης, δικαιωματικά κατέχει μια μεγάλη πρωτιά. Είναι η μόνη χώρα τόσο μικρής έκτασης που έχει τόσο πολλά αναγνωρισμένα Μνημεία, συνολικά δεκαέξι. Ο αριθμός αυτός τη φέρνει στη κορυφή της λίστας με το συσχετισμό έκτασης: αναγνωρισμένων περιοχών. Η Ελλάδα βρίσκεται στο «top 13» της Γής, παρ' όλο που έχει να κάνει με χώρες που, έξυπνα, κατάφεραν να εντάξουν στο κατάλογο περιοχές με πολύ μικρότερη σημασία από τη δική μας, για παράδειγμα, τη Κνωσό που ακόμα βρίσκεται εκτός λίστας της UNESCO. Η λίστα αυτή, σημειωτέον, ανανεώνεται και συμπληρώνεται κάθε χρόνο, τον Ιούλιο. Είναι χαρακτηριστικό πως η χώρα μας δεν διαθέτει ούτε μία περιοχή που να χαρακτηρίζεται αμιγώς Φυσική Κληρονομιά, σε αντίθεση με όλες τις άλλες χώρες. Εμείς δεν προβάλλουμε τα φυσικά μας τοπία, αλλά την καλλιτεχνική και πνευματική μας δημιουργία.

Αρχίζουμε, λοιπόν τον περίπατό μας στα Μνημεία μας από την Ακρόπολη ως τη

Βεργίνα, κι' απ' τη Δήλο ως τη Πάτμο και τις Μυκίνες, κι' όπου μας βγάλει... Μάλλον και στα επόμενα τεύχη.

ΑΚΡΟΠΟΛΗ

Το Λίκνο του Πολιτισμού

Τόπος όπου κατά το «Χρυσό Αιώνα» εκφράστηκε με τον πιο ιδανικό τρόπο ο αρχαίος ελληνικός πολιτισμός, αντικατοπτρίζοντας πολιτισμούς, μύθους και θρησκείες που άνθισαν στην Ελλάδα για περισσότερα από χίλια χρόνια.

Οι πρώτες αρχαιολογικές ανασκαφές στον Ιερό Βράχο έγιναν το 1835, αλλά συστηματικές ανασκαφές έγιναν στο διάστημα 1885-1890.

Το σημαντικότερο και γνωστότερο μνημείο της Ακρόπολης, ο Παρθενώνας είναι αφιερωμένος στη θεά Αθηνά, χτισμένος στον λιτό και αυστηρό δωρικό ρυθμό, έτσι όπως άρμοζε στη θεά-παρθένο. Χτίστηκε μεταξύ 447-438 π.Χ και διακοσμήθηκε μεταξύ 438-432 π.Χ από τους αρχιτέκτονες Ικτίνο και Καλλικράτη και με επικεφαλής τον γλύπτη Φειδία. Στις αρχές του 19ου αιώνα, ο Βρετανός πρεσβευτής στη Κωνσταντινούπολη, λόρδος Έλγιν, αφαίρεσε από το μνημείο τη ζωοφόρο, τις μετόπες και τα αετώματα και τα πούλησε στο Βρετανικό Μουσείο. Το Ερέχθειο και ο ναός της Αθηνάς Νίκης είναι επίσης έργα του Καλλικράτη. Τα Προπύλαια τα σχεδίασε ο Μνησικλής με δωρικούς και ιωνικούς κίονες, τοιχογραφίες και εκπληκτική διακόσμηση στην οροφή.

Ο Παρθενώνας είχε διατηρηθεί σε

θαυμάσια κατάσταση μέχρι το 1687 όταν στη πολιορκία των Βενετών βόμβα του ναύαρχου Μοροζίνι έπεσε στο μνημείο όπου οι Τούρκοι είχαν αποθηκεύσει...πυρίτιδα.

ΔΕΛΦΟΙ

Ο Ομφαλός της Γης.

Το ιερό άδυτο των Δελφών, όπου το Μαντείο του Απόλλωνα έδινε τους χρησμούς του ήταν η περιοχή του «ομφαλού της Γης». Το σημείο αυτό το βλέπει κανείς μέσα στο νέο θαυμάσιο Μουσείο.

Οι Δελφοί του 6ου π.Χ. αιώνα, χτισμένοι σ'ένα απείρου κάλους τοπίο και κρωμένοι με την ιερή τους σημασία έγιναν το θρησκευτικό σύμβολο όλου του αρχαιοελληνικού κόσμου. Η ανάπτυξή τους άρχισε τον 8ο π.Χ. αιώνα και διακόσια χρόνια αργότερα η πανελλήνια θρησκευτική και πολιτική επιρροή τους επεκτάθηκε. Νέα λαμπρά κτίσματα οικοδομήθηκαν και αναδιοργανώθηκαν οι Πυθικοί Αγώνες. Το Μαντείο των Δελφών έκλεισε οριστικά το 394 μ.Χ με διάταγμα του αυτοκράτορα Θεοδοσίου.

Οι συστηματικές ανασκαφές της Γαλλικής Αρχαιολογικής Σχολής που άρχισαν το 1893 έφεραν στο φως τα ερείπια των Δελφών: το Ναό του Απόλλωνα με το άδυτο, το Θησαυρό και τη Στοά των Αθηναίων, το Θέατρο του Ιερού, το Γυμνάσιο, τη Κασταλία Πηγή, το Στάδιο και την Θόλο, αριστούργημα της αρχαίας αρχιτεκτονικής που ο προορισμός της ακόμη παραμένει αβέβαιος. Το σημερινό θαυμάσιο Μουσείο στεγάζει πολυάριθμα ευρήματα. Την παράσταση, βέβαια, κλέβει ο Ηνίοχος, σε περίοπτη θέση. Ακόμα, ο Αντίνοος με την εκπληκτική ομορφιά του και πλήθος άλλα εκθέματα. Βρέθηκαν συνολικά πάνω από 5000 επιγραφές, αγάλματα και έργα μικροτεχνίας. Ο Θησαυρός των Αθηναίων ήταν το μοναδικό μνημείο που αναστηλώ-

θηκε σχεδόν πλήρως και σήμερα υψώνεται στις πραγματικές του διαστάσεις.

ΔΑΦΝΙ - 'ΟΣΙΟΣ ΛΟΥΚΑΣ (Βοιωτίας)

ΝΕΑ ΜΟΝΗ (Χίος)

Οι απαρχές της πίστης.

Αν και γεωγραφικά απομακρυσμένα αυτά τα τρία μοναστήρια ανήκουν στον ίδιο τύπο και οι εκκλησίες τους είναι χτισμένες στον ίδιο ρυθμό.

Στη θέση της Μονής Δαφνίου βρισκόταν το Ιερό του Δαφνείου Απόλλωνα. Στα μέσα του 5ου μ.Χ αιώνα, οι Χριστιανοί έχτισαν με τα παλιά υλικά μια βασιλική εκκλησία και, επειδή η θέση είχε στρατηγική σημασία γιατί οδηγούσε στη πόλη των Αθηνών, οχύρωσαν το χώρο με τείχος.

Η μετέπειτα Μονή Δαφνίου, είναι από τα σημαντικότερα μνημεία στην Αττική. Τοποθετείται τον 11ο - 12ο αιώνα, εποχή ακμής της βυζαντινής τέχνης. Περιλαμβάνει την εκκλησία οκταγωνικού τύπου με τα περίφημα ψηφιδωτά της, χτισμένη το 1100μ.Χ, τετράγωνη αυλή με περιμετρικές στοές και κελιά, ίχνη της Βυζαντινής Τράπεζας και τμήμα του Ιουστινιάνειου Τείχους στη βόρεια πλευρά καθώς και αρχαία ερείπια που ανακαλύφθηκαν στη νότια.

Ο Όσιος Λουκάς, μεταξύ Βοιωτίας και Φωκίδας, ιδρύθηκε από τον Όσιο Λουκά το 946 και αρχικά αποτελείτο από το κελί του Οσίου και ένα εκκλησάκι. Στη σημερινή μορφή της, η Μονή άρχισε να σχηματίζεται γύρω στα 1011 μ.Χ. Είναι εντυπωσιακά τα ψηφιδωτά και οι τοιχογραφίες των δύο ναών.

Η Νέα Μονή στις Καρυές της Χίου, έργο του 11ου αιώνα, είναι γυναικείο μοναστήρι αφιερωμένο στην Κοίμηση της Θεοτόκου. Αγιογραφήθηκε από Κωνσταντινούπολίτες αγιογράφους και μέχρι τον 19ο αιώνα εθεωρείτο το πλουσιότερο μοναστήρι του Αιγαίου.

Η
ταλαιπωρία
του
φραιβάτη



Τα
τυχερά
της
φραιβάτισσας



Άλλος
για τη
λαχαναγορά!



ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ ΤΡ. ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΠΟΥΛΟΥ