

Ευημερία

www.1stepsuccess.com

Η ΕΚΔΟΣΗ ΜΑΣ
ΕΙΝΑΙ ΜΕΛΟΣ ΤΗΣ



ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ - ΑΘΗΝΑ - ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2015 - ΕΤΟΣ ΔΩΔΕΚΑΤΟ - ΑΡΙΘ. ΦΥΛΛΟΥ (B) 133- 1,2 ευρώ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

- ✓ ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΚΔΟΤΗ
ΚΙ ΑΡΧΗ ΚΑΛΟΣ ΜΑΣ ΧΡΟΝΟΣ...
- ✓ ΝΑ ΕΙΣΑΙ ΑΝΘΡΩΠΟΣ ΕΙΝΑΙ ΛΙΓΟ
- ✓ ΔΙΑΦΟΡΑ
- ✓ Η ΑΓΚΑΛΙΑ... ΘΕΡΑΠΕΥΕΙ
- ✓ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΠΡΟΣ ΓΟΝΕΙΣ
- ✓ ΑΡΧΑΙΟ ΠΝΕΥΜΑ ΑΘΑΝΑΤΟ
- ✓ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΑΓΓΛΙΚΩΝ
- ✓ ΦΥΤΑ ΓΙΑ ΚΑΘΑΡΗ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΑ
- ✓ ΘΗΛΥΚΟΣ ΑΪΝΣΤΑΪΝ ΕΤΩΝ ΤΕΣΣΑΡΩΝ

να είσαι ΑΝΘΡΩΠΟΣ είναι λίγο

Κάνε το καλό και θάψε το κάτω από την πέτρα. Εκείνο από την πέτρα θα φτιάξει γλώσσα για τον εαυτό του και θ' αναγγελθεί.

Εάν είσαι στην φυλακή για την δικαιοσύνη, όλα τ' αστέρια θα λάμπουν πάνω από την φυλακή σου και θα δουλεύουν για την ελευθερία σου,

Εάν είσαι στην κρεμάλα για την δικαιοσύνη, όλοι οι ουρανοί θα κινηθούν και θα δουλέψουν τον θάνατό σου να τον μετατρέψουν σε ζωή.

Να είσαι άνθρωπος είναι λίγο.

Να είστε θεοί, λέει η Αγία Γραφή.

Να είσαι άνθρωπος είναι χαμηλός στόχος.

Να είστε θεοί είναι ο πιο υψηλός στόχος.

Πεινασμένοι, κανένας στόχος δεν θα σας χορτάσει, εκτός από τον πιο υψηλό.

Διψασμένοι, κανένας στόχος δεν θα σας ποτίσει, εκτός από τον πιο υψηλό.

Εκείνοι που σας ψιθυρίζουν στ' αυτιά: "Να είστε άνθρωποι", στην πραγματικότητα σας λένε: "Να είστε αυτό που είστε, λίγο διαφορετικά".

Ενώ ο Θεός, πιστεύοντας σ' εσάς, σας ψιθυρίζει το πιο υψηλό και το πιο στοργικό μυστικό: "Να είστε θεοί!"

Περισσότερο απ' αυτό τίποτε δεν μπορεί να ειπωθεί. Επάνω απ' αυτό τα λόγια χάνονται και η σιωπή γίνεται πολύλογη.

Αγίου Νικολάου Βελιμίροβιτς

Σημείωμα από τον Έκδοτη



κι αρχή ΚΑΛΟΣ μας ΧΡΟΝΟΣ...

Καθώς ο νέος χρόνος κάνει τα πρώτα του βήματα και ο καθένας μας συνθηθίζει να παίρνει σημαντικές αποφάσεις για τις αλλαγές που σχεδιάζει να κάνει και τους στόχους που επιδιώκει να πετύχει, σκέφθηκα να σας γράψω μια απλή ιστορία.

Ήταν, που λέτε, ένας ταξιδιώτης, που περιπλανιόταν με το άλογό του και τον σκύλο του ημέρες και ημέρες στην έρημο, προσπαθώντας να βρει τον δρόμο που οδηγούσε στην πόλη, όπου ήθελε να πάει. Το νερό είχε ήδη τελειώσει, πράγμα που έκανε την πορεία τους ακόμα πιο κοπιαστική. Εκείνη την ημέρα, μόλις σουρούπωσε, σωριάστηκαν και οι τρεις κοντά σ' ένα βραχάκι και τους πήρε ο ύπνος. Κι απ' αυτόν τον ύπνο βρέθηκαν... στην αιωνιότητα.

Στην αρχή, δεν κατάλαβαν την αλλαγή, επειδή οι αποστάσεις που μας χωρίζουν από την αιωνιότητα είναι μεγάλες, και χρειάζεται κάποιος χρόνος προσαρμογής. Έτσι, οι τρεις φίλοι μας νόμισαν ότι ακόμα ζούσαν στην γη και οδοιπορούσαν προς εκείνη την πόλη, όπου ήθελαν να πάνε.

Μπροστά τους βρέθηκε, από το πουθενά σχεδόν, μια πύλη. Ήταν πολύ όμορφη, μεγαλόπρεπη, με χρυσά σκαλισμάτα και πλουμίδια. Έξω από την πύλη, καθόταν ένας νέος άνδρας, όμορφος και καλοντυμένος και, λίγο παραπέρα, υπήρχε μια πηγή απ' όπου ανάβλυζε γάργαρο νερό.

- Πού είμαστε; ρώτησε παραξενεμένος ο ταξιδιώτης.

- Στον Παράδεισο, απάντησε αδιάφορα ο νέος.

Ο ταξιδιώτης είδε την πηγή με το άφθονο νερό.

- Μπορούμε να πιούμε; ρώτησε.

- Εσύ ναι, τα ζώα σου όχι, του είπε ο νέος.

Ο άνθρωπος κοινοστάθηκε. Διψούσε πάρα πολύ. Το ένοιωθε ότι είχε σχεδόν αφυδατωθεί, αλλά δεν του πήγαινε να πεί μονάχα αυτός και όχι οι σύντροφοί του σ' όλο εκείνο το μακρύ ταξίδι. Αποφάσισε λοιπόν, να συνεχίσουν τον δρόμο τους μαζί και διψασμένοι.

Μετά από κάμποση ώρα συνάντησαν μια άλλη πύλη, πολύ παρόμοια με την προηγούμενη. Κι εκείνη την φύλαγε ένας όμορφος νέος. Αυτή την φορά ο ταξιδιώτης ζήτησε μόνο να πιούν νερό.

- Φυσικά, πιείτε όσο νερό θέλετε, είπε πρόσχαρα ο φύλακας.

Σαν ξεδίψασαν, ο άνθρωπος ρώτησε:

- Πού είμαστε;

- Στον Παράδεισο, απάντησε ο νέος.

- Μα και ο προηγούμενος το ίδιο μας απάντησε, είπε απορημένος ο ταξιδιώτης.

- Ά, περάσατε μάλλον από την κόλαση.

- Κόλαση; Μα είδα και μια επιγραφή που έλεγε "Παράδεισος".

- Ναι, ξέρω... είπε ο νέος. Δεν είναι αλήθεια όμως αυτό...

- Μα τότε...

- Μας εξυπηρετεί αυτό, εξήγησε ο φύλακας. Γίνεται εκεί κάτω από μόνο του το ξεκαθάρισμα, κι έτσι, όσοι φθάνουν ως εδώ, είναι σίγουρα για τον Παράδεισο. Βλέπεις, εδώ δεν χωράνε αυτοί που θα παρατούσαν τους συντρόφους τους για μια κούπα νερό...

Καλή Χρονιά σε όλους

Ο εκδότης
Δημήτριος Μπούκας

Διάφορα...

♦ Παρ' όλο που δεν είναι η πρώτη φορά που η ζάχαρη ενοχοποιείται για την παχυσαρκία, Βρεταννοί επιστήμονες κάνουν ένα βήμα παραπέρα, προειδοποιώντας πως η κατεργασμένη (λευκή) ζάχαρη είναι το ίδιο επικίνδυνη για την υγεία με το αλκοόλ και την νικοτίνη. Και συνηθισμένοι στις εταιρίες τροφίμων να μειώσουν την περιεκτικότητα των τυποποιημένων προϊόντων σε ζάχαρη κατά 30. Ο καθηγητής κλινικής επιδημιολογίας του Πανεπιστημίου του Λίβερπουλ δρ. Σάϊμον Κέϊπγουελ επισημαίνει πως τα έτοιμα γλυκά, γεύματα και σνακ, τα αναψυκτικά και τα φρουτοκοκτέϊλ περιέχουν μεγάλες ποσότητες ζάχαρης. Ενδεικτικά ένα κουτάκι αναψυκτικού τύπου κόλα περιέχει 7 κουταλάκια του γλυκού ζάχαρη!!!

♦ Πολλοί κίνδυνοι βρίσκονται καλά κρυμμένοι στα αντικείμενα της καθημερινότητάς μας. Ποιός θα φανταζόταν π.χ. ότι τα χημικά, που περιέχονται στα πλαστικά, τα καλλυντικά, τις κόλλες κ.ά., μπορεί να επηρεάζουν τον εγκέφαλο των αγοριών και να τα κάνουν πιο θηλυπρεπή; Στο συμπέρασμα αυτό κατέληξαν μελετητές του Πανεπιστημίου του Ρότσεστερ, στην Νέα Υόρκη, που παρατήρησαν ότι τα αγοράκια που έρχονταν σε επαφή με μεγάλες ποσότητες φθαιλικών εστέρων -χημικά παράγωγα που η σύστασή τους μοιάζει με τα γυναικεία οιστρογόνα- δεν έπαιζαν με αυτοκινητάκια, αλλά προτιμούσαν παιχνίδια που προορίζονται παραδοσιακά για κορίτσια...

♦ Σας θυμίζει κάτι το όνομα Ρέϊ Τόμλινσον; Πιθανότατα όχι. Κι όμως, χάρη σ' αυτόν τον άνθρωπο πάνω από ένα δισεκατομμύριο ηλεκτρονικά μηνύματα στέλνονται καθημερινά σε όλο τον κόσμο. Ο Τόμλινσον δημιούργησε το 1971 το e-mail, θέλοντας μ' αυτό τον τρόπο να επικοινωνήσει με συναδέλφους του, χρησιμοποιώντας το Arpanet, πρόγονο του Internet. Ο ίδιος επέλεξε το σύμβολο @ για την δημιουργία των ηλεκτρονικών διευθύνσεων.

Η ΑΓΚΑΛΙΑ... ΘΕΡΑΠΕΥΕΙ

Σύμφωνα με το περιοδικό Psychological Science, όσοι στερούνται τις τρυφερές αγκαλιές από τα αγαπημένα τους πρόσωπα είναι πιο πιθανόν να αρρωστήσουν, και μάλιστα να εμφανίσουν πιο βαριά συμπτώματα γρίππης ή κρυολογήματος.

Όπως αναφέρει σχετικό ρεπορτάζ του TIME, σ' αυτό το συμπέρασμα κατέληξαν οι ερευνητές από το Πανεπιστήμιο Carnegie Mellon των ΗΠΑ, αφού μελέτησαν την σχέση της αγκαλιάς -ως ένδειξεως υποστήριξης από το κοινωνικό περιβάλλον- με την γρίππη.

Παλαιότερες μελέτες είχαν αποδείξει ότι οι ισχυροί κοινωνικοί δεσμοί προστατεύουν από το στρες, το άγχος και την κατάθλιψη, και έτσι οι ερευνητές θέλησαν να εξετάσουν κατά πόσο αποτελούν επίσης ασπίδα και για ασθένειες μη ψυχικής φύσεως.

Επί δύο εβδομάδες λοιπόν, παρακολούθησαν 400 εθελοντές σε καθημερινή βάση, αξιολογώντας την κοινωνική υποστήριξη που απολαμβάνουν από το κοντινό τους περιβάλλον.

Στην συνέχεια, οι ερευνητές χορήγησαν στους εθελοντές τον ιό της γρίππης, με την βοήθεια ειδικών σταγόνων, και έβαλαν τους εθελοντές σε καραντίνα για μία εβδομάδα σ' ένα ξενοδοχείο.

Όσοι είχαν δηλώσει πως νοιώθουν μεγάλη υποστήριξη από την οικογένεια και τους φίλους τους, είχαν λιγότερες πιθανότητες να εκδηλώσουν τα συμπτώματα της γρίππης, εξαιτίας των μειωμένων προσωπικών εντάσεων και συγκρούσεων που είχαν στην ζωή τους, οι οποίες προκαλούν στρες.

Οι αγκαλιές ήταν "υπεύθυνες" για το

ένα τρίτο αυτής της προστασίας!

Όσοι από τους εθελοντές ζούσαν την καθημερινότητά τους σε ισχυρό κοινωνικό ιστό και απολάμβαναν τις περισσότερες αγκαλιές, τελικά αρρώστησαν μεν, αλλά εκδήλωσαν λιγώτερο σοβαρά συμπτώματα, ανεξάρτητα από το επίπεδο του στρες, στο οποίο βρίσκονταν.

Στο τέλος του πειράματος διαπιστώθηκε ότι όσοι αρρώστησαν πιο βαριά ήταν όσοι είχαν στερηθεί στο μεγαλύτερο βαθμό την αγκαλιά και όσοι ένιωθαν ότι δεν χαιρούν της επιθυμητής υποστήριξης από το κοινωνικό τους περιβάλλον.

Μια αγκαλιά έχει θετική επίδραση στην ψυχολογική κατάσταση του ατόμου και καταπολεμά το στρες, με αποτέλεσμα το ανοσοποιητικό σύστημα να λειτουργεί καλύτερα και να απωθεί αποτελεσματικότερα τους παθογόνους εισβολείς.

“Η αγκαλιά από έναν αγαπημένο άνθρωπο είναι ένδειξη βαθείας και ουσιαστικής υποστήριξης, και, ταυτοχρόνως, δρά αγχολυτικά, δημιουργώντας ένα αίσθημα ανακούφισης”, δήλωσε ο επικεφαλής της έρευνας δρ. Σέλντον Κοέν, καθηγητής Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Carnegie Mellon.

Όπως εξήγησε, η ερευνητική ομάδα επέλεξε να μελετήσει την αγκαλιά ως παράδειγμα κοινωνικής υποστήριξης, επειδή αποτελεί ένδειξη πιο στενής και προσωπικής σχέσης με άλλα άτομα και επειδή προγενέστερες μελέτες έχουν δείξει πως, όσο πιο ισχυρές σχέσεις έχει κάποιος, τόσο πιο προστατευμένος μοιάζει να είναι από τις ιώσεις και άλλα νοσήματα.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΠΡΟΣ ΓΟΝΕΙΣ

Τα παιδιά βομβαρδίζουν καθημερινά με ερωτήσεις την μαμά τους:

- Μαμά, τί φαγητό έχουμε σήμερα;
- Μαμά, σε πόση ώρα θα φάμε;
- Μαμά, πού είναι η μπλούζα μου;
- Μαμά, θα με πας στους φίλους μου να παίξω;
- Μαμά, που είναι τα παπούτσια μου;
- Μαμά, έχει ζεστό νερό να κάνω μπάνιο; κ.ο.κ.

Στον μπαμπά τους όμως κάνουν μία μόνο ερώτηση:

- Μπαμπά, πού είναι η μαμά;

ΑΡΧΑΙΟ ΠΝΕΥΜΑ ΑΘΑΝΑΤΟ

Είναι πολύ σημαντικό αυτές τις κρίσιμες ώρες, να ρίξουμε μια ματιά στην βίβλο των αρχαίων Ελλήνων, δηλαδή στα ΟΜΗΡΙΚΑ ΕΠΗ και να διδαχθούμε, έστω και την τελευταία στιγμή, από το πνεύμα του Οδυσσέα. ΔΗΛΑΔΗ: Να κρατήσουμε την ψυχραιμία μας, να ελέγξουμε την παρόρμηση, να έχουμε τις αισθήσεις και τις κεραίες μας σε εγρήγορση και να μην παρασυρθούμε από την οργή και το μένος, που μας διακατέχει, ώστε να γίνουμε βορά στους σύγχρονους “μνηστήρες”.

Οταν ο Οδυσσέας φθάνει στην Ιθάκη, η μεγαλύτερή του επιθυμία είναι να πάρει πίσω τον κόσμο του, τον κόσμο που του έκλεψαν. Παρά την μεγάλη του λαχτάρα, διατηρεί την ανωνυμία του και, μεταμορφωμένος σε ζητιάνο από την θεά Αθηνά, πηγαίνει στο παλάτι, ώστε να ελέγξει την κατάσταση και να πάρει τις πληροφορίες που θέλει, υπομένοντας καρτερικά τις προσβολές και την χλεύη των μνηστήρων της Πηνελόπης. Γιατί αυτό που τον ενδιαφέρει είναι η επίτευξη του στόχου και όχι η στείρα αντιπαράθεση.

Για τον λόγο αυτό και είναι ο αγαπημένος της θεάς Αθηνάς, της θεάς που αντιπροσωπεύει την νόηση του Διός, την σοφία, την στρατηγική της σκέψης και του πολέμου. Της θεάς που μελετά τον εχθρό και τον πολεμά με τα ίδια του τα όπλα.

Οταν, όμως, έρχεται η ώρα, όταν ο Οδυσσέας τους έχει στριμώξει όλους άοπλους σε ένα δωμάτιο, όταν φανερώνεται πάνοπλος, τότε εκφράζει την οργή του και δεν δείχνει οίκτο, γιατί ο κόσμος του είναι το βίος του, που δημιούργησε με τον δικό του ιδρώτα, είναι η πατριδα του, που οι μνηστήρες καταχράστηκαν και καπηλεύτηκαν, μαζί με την φιλοξενία του οικού του, που τίμησε τον Ξένιο Δία.

Ο ισχυρότερος αντίπαλός του είναι ο Αντί-νοος. Η λέξη μιλά από μόνη της. Είναι η αντι-νόηση, είναι αυτό που μας κάνουν τώρα, είναι ο τρόπος με τον οποίο θολώνουν τις καταστάσεις και την πραγματικότητα, ώστε να μην σκεφτόμαστε καθαρά και να μας ελέγχουν. Είναι ο μεγαλύτερος κίνδυνος για την καθυπό-

Θα χρεαστείτε μόνο δύο λεπτά για να διαβάσετε το κείμενο αυτό, αλλά θα το σκέπτεστε για ώρες...

ταξη και δουλειά του ανθρώπου.

Ο επόμενος είναι ο Ευρύ-μαχος. Αυτός που μάχεται με κάθε τρόπο, με εύρος, με κάθε μέσον, ο δεινός και αδιστακτος μαχητής. Ο Αμφί-νομος! Αυτός που διαστρεβλώνει τον νόμο και την τάξη των πραγμάτων, ο επικίνδυνος, γιατί είναι άλλοτε “έτσι” και άλλοτε “αλλιώς”.

Ο Αγέ-λαος! Αυτός που άγει τον λαό, που τον παρασύρει με την βοήθεια του Αντί-νοου. Που τον μετατρέπει σε κατευθυνόμενη αγέλη! Κανένα όνομα στα Ομηρικά Έπη δεν είναι δοσμένο στην τύχη! Κρύβουν βαθύτατα νοήματα και στο χέρι μας είναι να τα αποκρυπτογραφήσουμε και να διδαχθούμε, ή καλύτερα να συνετισθούμε.

Οι πρόγονοι μας μιλούν, οι πρόγονοί μας λένε τί να κάνουμε, μας λένε πώς να πολεμήσουμε, μας λένε πώς να τινάξουμε τον ζυγό. Αρκεί να τους ακούσουμε! Και ο Αντί-νοος, ο στόχος της πρώτης φονικής βολής του Οδυσσέα, είναι αυτός που πρέπει να πεθάνει πρώτος. Γι' αυτό μακριά από τις “σειρήνες” των ΜΜΕ. Ο Οδυσσέας σκοτώνει τον Αντί-νοο ρίχνοντάς του το βέλος στον λαιμό, στο όργανο της ομιλίας, δηλαδή της επικοινωνίας, που την χρησιμοποιεί ενάντια στην νόηση των ανθρώπων!

Οι αθάνατοι αρχαίοι Έλληνες, τα ήξεραν όλα, τα είπαν όλα, αλλά ακολούθησε το Δελφικό ρητό: **“ΑΠΟΛΛΩΝ ο Αναξ, ου το Μαντείον εστι εν Δελφοίς, ουδέν λέγει, ουδέν κρύπτει, αλλά σημαίνει”**. (Μετάφραση: Ο βασιλεύς Απόλλων, που το μαντείο του είναι στους Δελφούς, τίποτε δεν λέει, τίποτε δεν κρύβει, αλλά επισημαίνει).

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΑΓΓΛΙΚΩΝ ΑΝΕΥ ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΥ

Δύσκολα μπορεί κάποιος να εξηγήσει επαρκώς την διαφορά μεταξύ των αγγλικών λέξεων COMPLETE και FINISHED. Ωστόσο, σ' ένα συνέδριο γλωσσολογίας, που πραγματοποιήθηκε στο Λονδίνο, και στο οποίο συμμετείχαν μερικοί από τους καλύτερους γλωσσολόγους του κόσμου, ο Samsundar Balgobin, από την Γουιάνα, ήταν σαφώς ο νικητής. Στους συνέδρους τέθηκε το εξής θέμα: “Μερικοί λένε ότι δεν υπάρχει καμμία διαφορά

μεταξύ COMPLETE και FINISHED. Να εξηγήσετε την διαφορά μεταξύ COMPLETE και FINISHED με έναν τρόπο, που είναι εύκολο να κατανοηθεί”.

Ο Samsundar Balgobin απάντησε:

“Όταν παντρευτείς την σωστή γυναίκα, θα είσαι COMPLETE. Αλλά, αν παντρευτείς την λάθος γυναίκα είσαι FINISHED. Και όταν η σωστή γυναίκα σε πιάσει με την λάθος γυναίκα είσαι COMPLETELY FINISHED.

ΦΥΤΑ για ΚΑΘΑΡΗ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΑ

Μια οικονομική και εξαιρετικά αποτελεσματική λύση για τον καθαρισμό της ατμόσφαιρας του σπιτιού μας από τον καπνό του τζακιού, αλλά και από άλλους αόρατους ρύπους, μπορούν να αποτελέσουν τα φυτά εσωτερικού χώρου.

Όπως επισημαίνουν οι επιστήμονες, εκτός από το τζάκι, σε κάθε κατοικία υπάρχουν αρκετές πηγές αέριων ρύπων, που μπορεί να προέρχονται από τα τσιγάρα, τις ηλεκτρικές θερμάστρες, τα απορρυπαντικά, την σκόνη, αλλά και τα βερνίκια των επίπλων. Αυτό το “νέφος του σαλονιού” μπορεί να καταπολεμηθεί, σε μεγάλο βαθμό, από συγκεκριμένα είδη φυτών, τα οποία έχουν την δυνατότητα να δεσμεύουν διοξείδιο του άνθρακα και άλλους ρύπους, απελευθερώνοντας οξυγόνο, ως αποτέλεσμα της φωτοσύνθεσης, συμβάλλοντας έτσι στην διατήρηση της σχετικής υγρασίας σε ανεκτά επίπεδα.

Φυτά που μπορούν να “καθαρίσουν” την ατμόσφαιρα του σπιτιού -κυρίως στο καθιστικό, όπου υπάρχει το τζάκι και αποτελεί συνήθως χώρο συνάθροισης- είναι οι κάκτοι, ο κισσός, η αλόη, το χρυσάνθεμο, ο φίκος, οι ορχιδέες και τα μπαμπού. Αντίστοιχη δράση έχουν και άλλα, λιγότερο γνωστά φυτά, όπως η σανσεβιέρα, ένα ανθοφόρο φυτό, το οποίο φιλτράρει τους ρύπους και απομακρύνει από την ατμόσφαιρα την φορμαλδεΐδη, που εκλύεται από διάφορα καθαριστικά προϊόντα, το φιλόδεντρο, ένα καλλωπιστικό φυτό με την ιδιότητα της απορρόφησης της φορμαλδεΐδης από τα χαλιά και τα έπιπλα, το χλωρόφυτο, ένα θαμνοειδές φυτό, το οποίο απορροφά με ταχύτατους ρυθμούς τους ρύπους των εσωτερικών χώρων (π.χ. καπνό, οσμές της κουζίνας κ.α.) και ταυτόχρονα εκλύει οξυγόνο, δίνοντας στην ατμόσφαιρα μία νέα, καθαρή και φρέσκια πνοή.

Θηλυκός Αϊνστάϊν, ετών τεσσάρων

Υπάρχει ένα πολύ ξεχωριστό κλάμπ, στο οποίο κάρτα μέλους διαθέτει μόλις το 2,5% του παγκόσμιου πληθυσμού. Το κλάμπ αυτό δεν είναι άλλο από την Mensa, που λειτουργεί σε δεκάδες χώρες και έχει σκοπό να φέρει σε επαφή τους ιδιαίτερα προικισμένους ανθρώπους, που διαθέτουν δείκτη ευφυΐας (IQ) άνω του 130. Το μικρότερο σε ηλικία μέλος της Mensa είναι η 4χρονη Αγγλίδα Χάιντι Χάνκινς με δείκτη ευφυΐας 159. Κάτι ιδιαίτερα εντυπωσιακό, αν σκεφθεί κάποιος ότι ο Αϊνστάϊν είχε 160, όσο και ο Στίβεν Χόκινγκ, και ότι ο μέσος άνθρωπος έχει δείκτη ευφυΐας από 90 έως 110.

Σε ηλικία 2 ετών η Χάιντι μπορούσε να μετρήσει μέχρι το 40, να κάνει προσθαφαιρέσεις, να εκφράζεται με ολοκληρωμένες προτάσεις και να διαβάζει βιβλία για επτάχρονα.

Στους πιο έξυπνους ανθρώπους του κόσμου συμπεριλαμβάνονται πολλά γνωστά ονόματα. Από τον χώρο της Τεχνολογίας: Η “ψυχή” της Apple, ο μακαρίτης Στηβ Τζομπς με IQ 164, ο Πωλ Άλεν, συνιδρυτής της Microsoft, με IQ 160, ο Μαρκ Ζούκεμπεργκ, ο εμπνευστής του facebook, με IQ 125. Από τον χώρο της πολιτικής: Ο Μπάρακ Ομπάμα έχει δείκτη ευφυΐας 125, ο Μπιλ Κλίντον 137, ο Τζίμι Κάρτερ 175, ο Τζορτζ Μπους ο 2ος 123 (!), και ο Μπέντζαμιν Νετανιάχου 180.

Ο προσδιορισμός του IQ είναι πιο απλός για όσους έχουν φοιτήσει σε αμερικανικά πανεπιστήμια, καθώς τα περισσότερα απαιτούν από τους φοιτητές να υποβληθούν στα SAT τεστ, από τα οποία υπολογίζεται το IQ.

ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΜΕ ΤΑ ΠΙΑΤΑ

Ένας φίλος σας, ιδιοκτήτης εστιατορίου, σας προκαλεί μία ημέρα να παίξετε ένα παιχνίδι:

Τοποθετείτε εναλλάξ έναν μεγάλο αριθμό ίδιων πιάτων οπουδήποτε πάνω σ' ένα στρογγυλό τραπέζι και ο πρώτος που δεν θα έχει χώρο για να τοποθετήσει το πιάτο του, χάνει. Τα πιάτα πρέπει να ακουμπάνε κανονικά πάνω στο τραπέζι και δεν επιτρέπεται να επικαλύπτονται μεταξύ τους.

Θα διαλέξετε να παίξετε πρώτος ή δεύτερος; Ποιά στρατηγική θα ακολουθήσετε για να είστε σίγουρα ο νικητής;

ΛΥΣΗ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΤΕΥΧΟΥΣ

Για να πάρει ο κτηνοτρόφος το δάνειο των 1000 χρυσών λιρών, θα πρέπει να αγοράσει 94 πρόβατα, 1 γουρούνι και 5 αγελάδες:

94 πρόβατα 470 λίρες + 1 γουρούνι 30 λίρες + 5 αγελάδες 500 λίρες = 1000 λίρες.

ΤΕΣΤ

Ευημερία

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ
ΕΤΟΣ ΔΩΔΕΚΑΤΟ, ΑΡ.ΦΥΛΛΟΥ (B) 133
ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2015
ΚΥΡΙΑΛΛΟΥ ΛΟΥΚΑΡΕΩΣ 6
114 71 ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ. 210-6447.903, FAX 210-6424.266

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ: Δημήτριος Μπούκας
ΕΚΔΟΤΗΣ-ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ: Δημ. Μπούκας
Υπεύθ.τυπογραφείου: Παναγιώτης Νταλακούρας
Άριανίτου 13, 114 72 ΑΘΗΝΑ
ΕΤΗΣΙΑ ΣΥΝΔΡΟΜΗ: 15 ευρώ

Κωδ. Ταχ. 2750

