

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

- ✓ ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΚΔΟΤΗ
Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΑΠΟΤΥΧΙΑΣ
- ✓ Ο ΟΡΚΟΣ ΤΟΥ ΜΕΓΑΛΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ
- ✓ ΔΙΑΦΟΡΑ
- ✓ ΤΑ ΨΕΥΤΙΚΑ ΤΑ ΛΟΓΙΑ, ΤΑ ΜΕΓΑΛΑ
- ✓ 8 ΛΟΓΟΙ ΓΙΑ ΝΑ ΜΗ ΧΡΕΙΑΖΕΣΤΕ ΤΗΝ ΕΓΚΡΙΣΗ ΤΩΝ ΆΛΛΩΝ
- ✓ ΠΟΙΟΣ ΑΝΤΕΧΕΙ ΤΗΝ ΚΡΕΒΒΑΤΟΜΟΥΡΜΟΥΡΑ;
- ✓ ΚΛΕΙΔΙ ΓΙΑ ΤΙΣ ΝΕΕΣ ΓΕΝΕΕΣ ΟΙ ΓΗΡΑΙΟΤΕΡΟΙ
- ✓ ΤΕΣΤ

Ο ΟΡΚΟΣ ΤΟΥ Μ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ

Σας εύχομαι, τώρα που τελειώνουν οι πόλεμοι, να ευτυχήσετε με την ειρήνη. Όλοι οι θνητοί, από εδώ και πέρα, να ζήσουν σαν ένας λαός, μονιασμένοι για την κοινή προκοπή. Θεωρήσατε την οικουμένη πατρίδα σας, με κοινούς τους νόμους, όπου να κυβερνούν οι άριστοι, ανεξαρτήτως φυλής.

Δεν ξεχωρίζω τους ανθρώπους, όπως κάνουν οι στενοκέφαλοι, σε Έλληνες και βαρβάρους. Δεν με ενδιαφέρει η καταγωγή των πολιτών, ούτε η ράτσα που γεννήθηκαν. Τους καταμερίζω με ένα μόνο κριτήριο: την αρετή. Για μένα, κάθε καλός ξένος είναι Έλληνας και κάθε κακός Έλληνας είναι χειρότερος από βάρβαρο.

Aν ποτέ σας παρουσιαστούν διαφορές, δεν θα καταφύγετε ποτέ στα όπλα, παρά θα τις λύσετε ειρηνικά. Στην ανάγκη θα σταθώ διαιτητής σας.

Tον Θεό μην τον νομίζετε σαν αυταρχικό κυβερνήτη, αλλά σαν κοινό Πατέρα όλων, ώστε η διαγωγή σας να μοιάζει με την ζωή που κάνουν τα αδέλφια στην οικογένεια.

Aπό μέρους μου, θεωρώ όλους ίσους, λευκούς ή μελαμψούς, και θα ήθελα να μην είστε μόνον υπήκοοι της Κοινοπολιτείας μου, αλλά μέτοχοι, όλοι συνέταιροι. Όσο περνάει από το χέρι μου, θα προσπαθήσω να συνελεστούν όλα όσα υπόσχομαι. Τον όρκο, που δώσαμε με την σπονδή απόψε, κρατήστε τον σαν όρκο αγάπης.

(Ο όρκος αυτός δόθηκε στους προσκεκλημένους αξιωματούχους όλων των φυλών, στην πόλη Οπις της Ασσυρίας, το 324 π.Χ.).

Σημείωμα από τον Έκδότη

η αξία της ΑΠΟΤΥΧΙΑΣ

Αν κάνεις αυτό που έκανες πάντα, θα παραμείνεις σ' αυτό που ήσουν πάντα.

Όλοι μας σχεδιάζουμε, αγωνιζόμαστε, επινοούμε πράγματα, στοχεύοντας στην επιτυχία. Ωστόσο, αυτά που επιδιώκουμε έρχονται φορές που μας ξεφεύγουν. Τότε αισθανόμαστε απογοπευμένοι, εκνευρισμένοι, πτημένοι, καταθλιμένοι, αγχωμένοι κλπ, επειδή, κατά την γνώμη μας, αποτύχαμε. Ή, καλύτερα, αστοχή - σαμε. Είναι όμως έτσι;

Ένας παλιός νόμος της ζωής, ο νόμος του Μέσου Όρου, αναφέρει πως για κάθε στόχο υπάρχουν ίσες πιθανότητες επιτυχίας και αποτυχίας. Και πως κάθε αποτυχημένη προσπάθεια κρύβει μέσα της μια μικρή πληροφορία επιτυχίας, αρκεί να θελίσουμε ν' αντιληφθούμε πού ενεργήσαμε λανθασμένα και να διορθώσουμε την πορεία μας. Η συγγραφέας Έλεν Κέλερ γράφει σχετικά: "Όταν κλείνει μια πόρτα, ανοίγει μια άλλη. Ωστόσο οι περισσότεροι παραμένουμε να κοιτάμε με τέτοια νοσταλγία την κλειστή πόρτα, ώστε δεν βλέπουμε αυτήν που άνοιξε για εμάς".

Η σωστή στρατηγική μετατρέπει την αποτυχία σε νίκη:

1) Ας επιτρέψουμε στον εαυτό μας να πενθήσει!

Ας το παραδεχθούμε: Δεν μπορούμε την κάθε στιγμή να είμαστε υπεράνθρωποι, αλάνθαστοι, πανέξυπνοι κλπ. Ας αναγνωρίσουμε ότι είναι φυσικό και ανθρώπινο να κάνουμε λάθη, να στραβωπατίσουμε, να κάνουμε κάποιους άστοχους χειρισμούς σε μια υπόθεση! Το να συγχωρήσουμε επιπλέον τον εαυτό μας είναι το κλειδί, που θα μας οθίσει να προχωρήσουμε μπροστά.

2) Το πρώτο ουσιαστικό βήμα είναι να αναλάβουμε τις ευθύνες που μας αναλογούν.

Με καθαρό μυαλό, παίρνοντας αποστάσεις από το γεγονός, ας ξαναδούμε τα πράγματα αντικειμενικά:

- Μήπως ο στόχος που θέσαμε ήταν πέρα από τις παρούσες δυνατότητές μας; Ή ίσως, οι ευθύνες που αναλάβαμε ήταν άνισα κατανεμημένες;

- Μήπως οι φόβοι, οι ανασφάλειες, τα διανοπικά "καλούπια" που κουβαλάμε μας έκαναν να χάσουμε τον δρόμο προς τον στόχο;

- Και εν πάσι περιπτώσει, μήπως αυτό το γεγονός μας αποκαλύπτει τα τωρινά όριά μας, το τί μπορούμε να καταφέρουμε ή όχι στην παρούσα φάση της ζωής μας; Μαθαίνοντας τον εαυτό μας, κατανοώντας τον μηχανισμό με τον οποίο έδρασε, μπορούμε να τον διορθώσουμε.

3) Ας "ξανασυστηθούμε" με τον εαυτό μας.

Όταν τα πράγματα "δεν πάνε" (στην υγεία μας, στις σχέσεις μας, τα οικονομικά μας κλπ.) μια ιδέα είναι να κάνουμε μια διακοπή. Ας πάμε μια βόλτα, κάπου ήσυχα, και να αφουγκραστούμε τον εαυτό μας. Καθώς συνηθίζουμε μόνο να απαιτούμε από αυτόν και σπάνια κάνουμε έναν ισότιμο και ειλικρινή διάλογο μαζί του, μια καλή ιδέα είναι να πάρουμε λίγο χρόνο να τον ανακαλύψουμε ξανά. Να ακούσουμε τί έχει να μας πει. Είναι ένα γοντευτικό ταξείδι αυτό, γεμάτο εκπλήξεις, δυνατότητες, ταλέντα και ιδέες, που μέχρι τώρα έμεναν κρυμμένες μέσα μας, περιμένοντας σιωπηλά να τις φέρουμε στο φως.

Διάφορα...

♦ Τον λόγο που τα άτομα της τρίτης ηλικίας κοιμούνται λιγώτερο κατάφεραν να εξηγήσουν οι επιστήμονες της Ιατρικής Σχολής στο Χάρβαρντ. Η σταθιακή μείωση μιας ομάδας κυττάρων του εγκεφάλου, που βοηθούν τον ανθρώπινο οργανισμό να πέσει ευκολότερα στην "αγκαλιά του Μορφέως", είναι η αιτία που οι ηλικιωμένοι κοιμούνται τουλάχιστον μια ώρα λιγώτερο. Οι ειδικοί πιστεύουν ότι η μελέτη τους θα οδηγήσει στην ανακάλυψη νέων πιο αποτελεσματικών μεθόδων αντιμετώπισης της αύπνιας, η οποία, σε αρκετές περιπτώσεις, συνδέεται και με παθήσεις της τρίτης ηλικίας, όπως Αλτσχάϊμερ και διαβήτης 2.

♦ Η ομορφιά αποτελεί διαβατήριο υγείας και μάλιστα με την βούλα της επιστήμης. Ερευνητές από το Πανεπιστήμιο του Σινσινάτι διεπιστώσαν, μετά από πολύχρονη μελέτη, ότι οι ελκυστικοί άνθρωποι, άνδρες και γυναίκες, έχουν λιγώτερες πιθανότητες να εκδηλώσουν κατά την διάρκεια της ζωής τους μια σειρά από εκφυλιστικά νοοτύπα (από καρδιοπάθειες μέχρι αρθρίτιδα). Πιθανόν η καλύτερη υγεία των ανθρώπων αυτών να οφείλεται και στο ότι γυμνάζονται και φροντίζουν περισσότερο την διαιτοφή τους από άλλους ανθρώπους.

♦ Ερευνητές από τα Πανεπιστήμια του Στάνφορντ στις ΗΠΑ και του Τίλμπεργκ στην Ολλανδία αναφέρουν ότι όσοι θέλουν να εξοικονωμήσουν χρήματα πρέπει να επιλέγουν να κάθονται σε... ψηλές καρέκλες, καθώς με αυτό τον τρόπο αισθάνονται πιο σημαντικοί και ο εγκέφαλός τους δίνει υποσυνείδητα εντολή να αποταμεύσουν! Η θεωρία αυτή επιβεβαιώθηκε με πειράματα, τα οποία κατέδειξαν ότι όσοι κάθονταν σε χαμπλά σκαμπό ήταν πιθανότερο να σπαταλούν τα χρήματά τους σε ανούσιες αγορές. Βέβαια, οι ειδικοί τονίζουν ότι αυτό ισχύει μόνο όταν οι άνθρωποι αισθάνονται ισχυροί την ώρα που λαμβάνουν αποφάσεις οικονομικής φύσεως.

τα ΨΕΥΤΙΚΑ τα ΛΟΓΙΑ, τα ΜΕΓΑΛΑ

Ο ποιος υποστηρίζει ότι δεν ψεύδεται ποτέ, απλά.... λέει ψέματα. Τα ψεύδη αποτελούν το μοναδικό "ηθικό έγκλημα", το οποίο διαπράττουμε όλοι μας, αρκετά συχνά. Και μάλιστα το διαπράττουμε σχεδόν από μικροί και με τις ευλογίες τόσο της οικογενείας όσο και του κοινωνικού μας κύκλου.

Με στόχο την υπεράσπιση του εαυτού μας, για να μην πληγώσουμε τα αισθήματα κάποιου γνωστού ή φίλου μας, ή έστω προκειμένου να βρεθεί διεξόδος από μια δύσκολη κατάσταση, τα ψέματα διευκολύνουν την καθημερινότητά μας.

Σύμφωνα με αρκετούς ερευνητές, που έχουν ασχοληθεί με το θέμα, όπως τους επιστήμονες του Πανεπιστημίου του Μόντρεαλ, όλοι γεννιόμαστε ψεύτες. Πότε όμως αρχίζουμε να λέμε συστηματικά ψέματα; Κατά μέσον όρο στα 3,5 με 4 χρόνια του το παιδί αρχίζει να λέει συνειδητά ψέματα και το κάνει συνήθως για να αποφύγει κάποια τιμωρία ή για να του γίνει το χατήρι σε κάποιο θέμα. Σε ωρισμένες περιπτώσεις, τα ψέματα μπορεί να ξεκινήσουν και σε μικρότερη ηλικία, όχι όμως κάτω από τα 2 - 2,5 έτη.

Σύμφωνα με τους ερευνητές αυτός είναι ο λόγος που τα παιδιά κάτω των 3 ετών δεν ευχαριστούνται παραμύθια όπως η "Χιονάτη". Δεν μπορούν να συνειδητοποιήσουν το πώς η κακιά μητριά παραπλανεί την Χιονάτη, γιατί η έννοια του ψέματος δεν είναι ακόμη ξεκάθαρη στο μιαλό τους. Γύρω στα 4 χρόνια του, όμως, η

έννοια αυτή γίνεται ξεκάθαρη και τα παιδιά αρχίζουν σταδιακά να αποκτούν γνώση ανάμεσα στην αλήθεια και τις επιπτώσεις της, αλλά και επιδεξιότητα στο να λένε ψέματα. Ιδιαίτερα όταν τα παιδιά είναι πολύ μικρά, οι γονείς μπορούν εύκολα να αντιληφθούν πότε αυτά ψεύδονται και πότε όχι. Άλλωστε τα αληθοφανή ψέματα δεν είναι εύκολη υπόθεση. Απαιτούν ιδιαίτερη επιδεξιότητα και ικανότητες, που ένα μικρό παιδί δύσκολα κατέχει.

Τα λεγόμενα κατά συνθήκη ψέματα είναι "θεμιτά" και τα λέμε όλοι. Έτσι, λοιπόν, σταδιακά, και τα παιδιά πρέπει να τα μάθουν, από την στιγμή που είναι ενταγμένα μέσα σ' ένα συγκεκριμένο κοινωνικό σύνολο. Φυσικά οι γονείς πρέπει εξ αρχής να εξηγούν στα παιδιά ότι αυτό γίνεται ώστε να μην πληγωθεί κάποιος ή για να μην τον εκθέσουμε. Τα παιδιά θα πρέπει να γνωρίζουν ότι κάποια ψέματα δεν βλάπτουν. Όχι όμως καθ' υπερβολή. Το μέτρο πρέπει πάντοτε να τηρείται. Όταν όμως το μέτρο αυτό χάνεται και τα παιδιά ψεύδονται συστηματικά, ενώ έχουν ξεπεράσει την ηλικία που δεν μπορούν να ξεχωρίσουν το ψέμα από την αλήθεια, τότε η συνήθεια αυτή ίσως να συνεχιστεί και να κορυφωθεί κατά την ενήλικη ζωή. Εάν το παιδί συνεχίζει να ψεύδεται συνεχώς, μετά την ηλικία των 7 ετών, τότε είναι πιθανόν να κρύβει πίσω από τα ψέματα κάποιο μεγαλύτερο πρόβλημα, συνεπώς η βιοήθεια κάποιου ειδικού θα είναι ενδεχομένως χρήσιμη.

συνέχεια από την σελ. 1

4) Η οπμασία της σωστής δράσης στον σωστό χρόνο.

Πολύ μεγάλη σημασία παίζει η σχέση μεταξύ χρόνου και δράσης. Παρατηρώντας ήρεμα τον εαυτό μας και τις συνθήκες, καθώς αυτές διαμορφώνονται, αποκτούμε την εμπειρία του πότε να ενεργούμε και πότε να πουχάζουμε, πώς να "ζυγίζουμε" τις δυνάμεις μας, πότε να ενθαρρύνουμε τον εαυτό μας να ορμίσει μπροστά με ενθουσιασμό και πότε να ακολουθούμε την "τακτική της χελώνας". Η εμπειρία αυτής της διαδικασίας θα μας οδηγήσει να κάνουμε το σωστό, στην σωστή στιγμή, με τον σωστό τρόπο. Έτσι θα καταφέρουμε να μετατρέπουμε αυτό, που αρχικά φαίνεται σαν αποτυχία, σε επιτυχημένη δράση, γιατί όπως συνήθιζε να λέει ο Τόμας Έντισον, "πολλοί απέτυχαν, επειδή δεν κατάλαβαν πόσο κοντά στην επιτυχία βρέθηκαν, λίγο πριν τα παρατίσουν!"

Ο εκδότης
Δημήτριος Μπούκας

5 λόγοι για να μη χρειάζεστε την ΕΓΚΡΙΣΗ των άλλων

Mιά από τις πιο σημαντικές ελευθερίες στη ζωή, είναι να μην νοιαζόμαστε για το τί θα πουν οι άλλοι για εμάς. Επειδή είτε πουν, είτε δεν πουν, η γη θα εξακολουθήσει να γυρίζει, ο ήλιος να λάμπει, τα πουλάκια να κελαηδούν, ο χρόνος να τρέχει. Το μόνο που μπορεί να επηρεαστεί είναι τα όνειρά μας, -που μπορεί να συρρικνωθούν, ή και να χαθούν ακόμα- και το μυαλό μας, που συχνά θολώνει απ'την βουή και μας οδηγεί σε λάθος αποφάσεις.

Gι' αυτό ας ξεκινήσουμε σήμερα να ζούμε χωρίς να περιμένουμε την έγκριση, την αποδοχή και τον έπαινο των άλλων, και να γιατί:

1. Η ζωή είναι μία και πολλά υποσχόμενη. Τα όνειρά σου είναι εδώ και περιμένουν να τα βγάλεις στο φώς.

Πάρε την απόφαση να σηκώνεσαι, όταν πέφτεις, και όρμα μπροστά. Κάνε μιά απλή σκέψη: οι φόβοι μας είναι φαντάσματα, και τα φαντάσματα φοβούνται τα γεγονότα. Άρχισε από τα απλά, καθημερινά πράγματα που πάντα ήθελες να κάνεις και προχώρησε, κάνοντάς τα πράξη. Μην σταματήσεις στιγμή μέχρι να κάνεις πραγματικότητα αυτά που η καρδιά σου λαχταρά.

2. Η έγκριση των άλλων αφαιρεί την αυθεντικότητά σου.

Μην παραχωρείς τα κλειδιά της ελευθερίας σου στους άλλους, επειδή μόνον εσύ ξέρεις ποιός πραγματικά είσαι και τί στ' αλήθεια λαχταρούσες να γίνεις από τότε που ήσουνα παιδί. Και, καθώς κανείς δεν μπορεί να σε κάνει να πονέσεις ή να χαρείς αν εσύ δεν συγκατατεθείς, αποδέξου τον εαυτό σου σήμερα εσωτερικά κι εξωτερικά, όπως είναι. Γνώρισέ τον, με τις νίκες και τις αστοχίες του. Κάνε ειρήνη μαζί του και απόλαυσέ το. Οι φωνές των άλλων σύντομα θα πάψουν ν' ακούγονται.

3. Η ελευθερία στις επιλογές σου είναι πρωταρχικής σημασίας.

Το ταξείδι της ζωής μας είναι προσωπική υπόθεση. Το ποιόν δρόμο θα επιλέξουμε σε κάθε διασταύρωση, μας δίνει την απαραίτητη εμπειρία για να συνεχίσουμε. Πόσο ασφαλής μπορεί να είσαι, αν καθώς διασχίζεις μιά διασταύρωση, κοιτάζεις προς τα πού κατευθύνονται οι άλλοι; Συχνά η ζωή, μας δίνει την ευκαιρία να ανακαλύψουμε, να διερευνήσουμε αθέτα περάσματα και να ζήσουμε υπέροχες εμπειρίες,

μόνο και μόνο επειδή τολμήσαμε να πάρουμε το δικό μας, προσωπικό μονοπάτι.

4. Μάθε να διακρίνεις αυτούς που δεν θα σου πουν ποτέ Ναι.

Το ζούμε όλοι: Υπάρχουν κάποιοι άνθρωποι, που, για τους δικούς τους λόγους, βλέπουν παντού ελλείψεις, λάθη, αδιέξοδα. Ό, τι κι αν κάνεις, δεν θα το εγκρίνουν. Μην σπαταλάς την ζωτικότητα και τον πολύτιμο χρόνο σου μαζί τους. Θα είναι καλύτερα να εντοπίσεις τους δημιουργικούς και ευφάνταστους εκείνους ανθρώπους, που χαίρονται με τις επιτυχίες των άλλων και υποστηρίζουν ειλικρινά την κάθε νέα, μικρή ή μεγάλη καινοτόμα προοπτική.

5. Άφησε την ευφυΐα σου να σε οδηγήσει.

Η ευφυΐα είναι ένα πολύτιμο δώρο, που υπάρχει μέσα στον κάθε άνθρωπο, για να τον οδηγεί με ασφάλεια και ακρίβεια στον στόχο του. Ο Steve Jobs είχε πει κάποτε: "Μην αφήνεις τον θόρυβο των απόψεων των άλλων να πνίξει την δική σου εσωτερική φωνή, την καρδιά και την διαίσθησή σου. Αυτά, κατά κάποιον τρόπο, ξέρουν ήδη τί θέλεις αληθινά να γίνεις." Όλα τα άλλα, είναι δευτερεύοντα".

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Ας σκεφθούμε αγρά: 'Όταν ανησυχούμε για τί σκέπτονται οι άλλοι για εμάς, άραγε είμαστε εμείς που κυβερνάμε την ζωή μας, ή εκείνοι; Η δική μας ζωή, άραγε, μας δόθηκε για να την παραχωρήσουμε σε άλλους; Μήπως είναι μια καλή ιδέα, από τώρα κιόλας, ν' ανακαλύψουμε αυτό το υπέροχο δώρο και να το ζήσουμε στην πληρότητά του; Αξίζει να κάνουμε τώρα το πρώτο βήμα, έτσι δεν είναι; Πάμε λοιπόν!

Τί αυθεντικά δικό σου θα ξεκινήσεις σήμερα;

ΠΟΙΟΣ ΑΝΤΕΧΕΙ ΤΗΝ ΚΡΕΒΒΑΤΟΜΟΥΡΜΟΥΡΑ;

Οι περισσότεροι άνθρωποι γνωρίζουν πως η κρεββατομουρμούρα είναι ενοχλητική, αλλά σίγουρα κανείς δεν φανταζόταν ότι θα μπορούσε να αποβεί και μοιραία, κυρίως για τους αποδέκτες της, δηλαδή τους άνδρες!

Οι άνδρες από τα ζευγάρια που τσακώνονται συχνά και που η σύζυγος τούς κάνει τον ... βίο αβίωτο με την καθημερινή της γκρίνια, έχουν διπλάσιες πιθανότητες να πεθάνουν εντός της προσεχούς δεκαετίας σε σύγκριση με όσους δεν έχουν γκρινιάρα σύζυγο. Η αυξημένη θνητότητα οφείλεται στο διαρκές στρες, το οποίο υφίστανται οι αποδέκτες της κρεββατομουρμούρας.

Δεν ανοί ερευνητές μάλιστα κατάφεραν να αποτυπώσουν με αριθμούς την αυξημένη θνητότητα λόγω της γκρίνιας, καθώς κατέγραψαν 315 επιπλέον θανάτους ανά 100.000 κατοίκους, που οφείλονται στις υπερβολικές απαιτήσεις των γυναικών και τα συζυγικά καιγαδάκια.

Όπως είναι αναμενόμενο, οι γυναίκες που δεν σταματούν να γκρινάζουν, δεν φαίνεται να βλάπτονται πολύ οι ίδιες από αυτή την ενοχλητική τους συνήθεια.

Όπως εξηγεί ο επικεφαλής της μελέτης Ρίκε Λουντ, η επίδραση του διαρκούς στρες στον οργανισμό προκαλεί μόνιμη και παθοφυσιολογική αύξηση των επιπλέων της ορμόνης κορτιζόλης (που μας καθιστά "ετοιμοπόλεμους") και το γεγονός αυτό οδηγεί σε κακή υγεία, αφού συνδέεται με αυξημένη πιθανότητα για καρδιαγγειακά προβλήματα, σακχαρώδη διαβήτη, παχυσαρκία κ.ά.

Επίσης οι άνδρες έχουν κατά κανόνα μικρότερο κοινωνικό κύκλο από τις γυναίκες και, όταν στρέσάρονται, δεν έχουν άλλους ανθρώπους να μοιραστούν το βαρύ αυτό φορτίο και να εκτονωθούν. Ίσως και γι' αυτό να θεωρούνται βιολογικά ασθενέστεροι από τις γυναίκες.

ΑΓΟΡΙ ΚΑΙ ΚΟΡΙΤΣΙ

'Ένα αγόρι και ένα κορίτσι κάθονται μαζί σ' ένα παγκάκι του πάρκου. "Είμαι κορίτσι", λέει το παιδί με τα ξανθά μαλλιά. "Είμαι αγόρι: λέει το παιδί με τα καστανά μαλλιά. Αν ένα τουλάχιστον παιδί λέει φέματα, ποιό παιδί είναι το κορίτσι και ποιό το αγόρι;'

ΠΩΣ ΘΑ ΜΟΙΡΑΣΕΙ ΤΟ ΚΡΑΣΙ

Κάποιος έχει δύο δοχεία, ένα των 5 και ένα των 3 λίτρων για να μοιράζει το κρασί που φτιάχνει στους πελάτες του. Πώς θα μπορέσει να μετρήσει ένα λίτρο κρασί, χωρίς να σπαταλήσει έστω και μια σταγόνα;

"ΚΛΕΙΔΙ" για τις νέες

γενεές οι ΓΗΡΑΙΟΤΕΡΟΙ

Σε αντίθεση με ό,τι πιστεύουν οι νεώτερες γενεές, οι άνθρωποι της τρίτης ηλικίας αποτέλεσαν... "κλειδί" στην εξέλιξη του ανθρωπίνου πολιτισμού και στην βελτίωση του επιπέδου ζωής.

Σε αυτό το συμπέρασμα κατέληξαν, μετά από εκτεταμένη έρευνα, επιστήμονες από το Μουσείο Φυσικής Ιστορίας στο Λονδίνο, οι οποίοι τονίζουν ότι οι παππούδες δεν μοιράζουν στα εγγόνια τους μόνο... αγκαλιές, αλλά μεταλαμπαδεύουν τις γνώσεις και όλες τις πληροφορίες, που έχουν συγκεντρώσει κατά την διάρκεια της ζωής τους.

Σε το πέρασμα των αιώνων, οι γηραιότεροι έμαθαν στους μικρότερους να φτιάχνουν εργαλεία, να συγκεντρώνουν τροφή, ενώ την ίδια ώρα τους δίδαξαν αξίες για τις ανθρώπινες σχέσεις.

Ο καθηγητής Κρις Στρίνγκερ αναφέρει ότι ένα από τα πιο σημαντικά "δώρα" της τρίτης ηλικίας προς τις μετέπειτα γενεές είναι οι πληροφορίες που συνέλεξαν για τις δηλητηριώδεις τροφές. Ταυτοχρόνως, οι ειδικοί τονίζουν ότι το ανθρώπινο είδος δεν θα είχε επιβιώσει, εάν οι γηραιότεροι δεν τους είχαν μάθει τον τρόπο με τον οποίο πρέπει να επικοινωνούν, καθώς μόνον έτσι μπορούσαν να διαπραγματευθούν την πρόσβασή τους σε πηγές νερού ή τροφής.

ΑΥΣΗ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΤΕΥΧΟΥΣ

- 1) 61.825
- 2) 284.466
- 3) 1.471.848
- 4) 0,1125
- 5) 0,0000005376

Ευημερία

ΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ
ΕΤΟΣ ΕΝДЕΚΑΤΟ, ΑΡ.ΦΥΛΛΟΥ (B) 128
ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ 2014
ΚΥΡΙΛΛΟΥ ΛΟΥΚΑΡΕΩΣ 6
114 71 ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ. 210-6447.903, FAX 210-6424.266

Κωδ. Ταχ.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΕΙΟ ΤΕΛΟΣ
Τακ. Γραφείο ΑΘΗΝΑ 14
Αριθμ. 8 Έκδοση 220 σ 7

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ: Δημήτριος Μπούκας
ΕΚΔΟΤΗΣ-ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ : Δημ. Μπούκας
'Υπεύθυνος τυπογραφείου: Πλαναγώτης Νταλακούρας
'Αριανίτου 13, 114 72 ΑΘΗΝΑ
ΕΤΗΣΙΑ ΣΥΝΔΡΟΜΗ: 15 εύρω

