



(συνέχεια από τη σελ.1) Πράγματι υπάρχουν άνθρωποι, οι οποίοι έχουν αφιερώσει τη ζωή τους στη μελέτη της ηλικίας αυτής, ωστόσο ποιος μπορεί να γνωρίζει καλύτερα εμάς από εμάς τους ίδιους; Ας δούμε ποια είναι η δική μας άποψη. Οι νέοι έχουν συσσωρευμένα μεγάλα ποσά ενέργειας τα οποία αγωνιούν να εκτονώσουν με διάφορες μορφές, άλλες θετικές και άλλες καταστροφικές... Γι αυτό απαραίτητα είναι τα χόμπυ, τα οποία βοηθούν τους νέους να εκτονώσουν αυτά τα ποσά ενέργειας μέσα από διάφορες ασχολίες. Αρχικά, υπάρχουν χόμπυ στα οποία οι νέοι αφιερώνουν χρόνο άλλοτε δημιουργικό και άλλοτε μη. Αναλυτικότερα, μέσω του χορού οι νέοι εκφράζονται τόσο καλλιτεχνικά όσο και αθλητικά. Εκτονώνονται και είναι ένας τρόπος επικοινωνίας μέσω του σώματος. Έτσι λοιπόν μπορούν να εκφράσουν διάφορα συναισθήματα.



Επιπλέον, μέσω της ζωγραφικής οι νέοι έχουν τη δυνατότητα να εκφραστούν ελεύθερα, διότι η ζωγραφική συνδέεται με την επικοινωνία μετατρέποντας σε εικόνες τα ανέκφραστα λόγια. Παράλληλα, τους απομακρύνει από τις δυσκολίες και το άγχος της καθημερινότητας και τους προσφέρει διεξόδους για να εκφραστούν δημιουργικά και να διασκεδάσουν. Το αποκλειστικά γνωσιοκεντρικό εκπαιδευτικό σύστημα, ωστόσο, περιορίζει τον ελεύθερο χρόνο και υποβαθμίζει αυτές του τις ανάγκες. Ας μη ξεχνάμε βέβαια πως το εκπαιδευτικό σύστημα αν και εκπαιδευτικό είναι αυτό που μας ωθεί σε αναγκαίες κατά κάποιους συμπεριφορές. Ένα σύστημα καθαρά γνωσιοκεντρικό και χρησιμοθηρικό αναπόφευκτα αποτελεί κίνδυνο για εμάς τους ίδιους.

Αυτό βέβαια συμβαίνει με τη στείρα αποστήθιση και απόκτηση, ενός σωρού γνώσεων, τις οποίες, όμως δυστυχώς, δε δίνει κίνητρα να εφαρμόσουμε. Ενώ στην πραγματικότητα λοιπόν, το σχολείο έχει ως στόχο την καλλιέργεια και τη γαλούχηση της ολότητας του νέου ως ατόμου να πάρει τη ζωή στα χέρια του, γεμάτος υψηλές αξίες και ιδανικά, τελικά οδηγεί στη μηχανοποίησή του, στην αποστέγνωση του νου του, της ψυχής και όλης της προσωπικότητάς του, από κριτική σκέψη και έντονο συναισθηματισμό, όπλα του νέου απέναντι σε αυτούς που νομίζουν ότι τον ξέρουν.

Θα θέλαμε να αναφέρουμε ακόμη πως όσον αφορά στις αξίες, ίσως καλλιεργείται μια υπαξία, αυτή του άκρατου ανταγωνισμού. Αυτή που κάνει το σχολείο να θυμίζει πεδίο μάχης ενός ψυχρού πολέμου μεταξύ συμμαθητών και φίλων.

Τελευταίο σημείο που θα ήθελα να τονίσω όσον αφορά στο περιβόητο σύστημά μας είναι ο μηδαμινός ελεύθερος χρόνος που προσφέρει. Είναι γνωστό πως για εμάς τους νέους, αλλά και για κάθε ηλικίας άνθρωπο, ο ελεύθερος χρόνος αποτελεί αδήριτη ανάγκη, αφού τότε διαμορφώνεται ουσιαστικά η προσωπικότητά μας, καθώς τότε κατασταλάζει κάθε τι νέο για εμάς. Επιπλέον τότε είναι που ακούγεται η ψυχή μας, είναι ο χρόνος που έχουμε για τον εαυτό μας και τους φίλους μας, για όσους αγαπάμε. Γιατί λοιπόν; Ποιος ο λόγος το εκπαιδευτικό αυτό σύστημα να μας στερεί ακόμη και αυτό;

Ο νέος στρέφεται στους γονείς του, οι οποίοι φοβισμένοι από τα λάθη του παρελθόντος προσπαθούν να αποτρέψουν τα παιδιά τους από αυτά και να μην τα επαναλάβουν. Ανησυχούν μανιωδώς, περιορίζουν συνεχώς, επιβάλλονται διαρκώς... Ναι, κανείς δεν αντιλέγει, είναι φυσιολογικό. Αλλά δεν παύει να φαντάζει φυλακή στα μάτια μας! Η αγάπη μας και ο σεβασμός μας γι αυτούς είναι δεδομένα,

τόσο όμως και η ανησυχία μας για το λεγόμενο “χάσμα γενεών”.

Σκεφτόμαστε: “Έχουμε πολλά χρόνια διαφορά, άλλοι εκείνοι οι καιροί. Σίγουρα έχουν δίκιο; Μπορώ να τους εμπιστευτώ;” Ως αποτέλεσμα οι χρόνιοι τσακωμοί, οι διαφωνίες και κυρίως η απομάκρυνση. Ο νέος κλείνεται στον εαυτό του και πιστεύει, λανθασμένα συνήθως, πως δεν μπορούν να κατανοήσουν τις ανησυχίες και τα αισθήματά του.

Έτσι αποκλειστική διόδος στα μάτια του συνιστά η παρέα με τους συνομήλικους. Η παρέα δίνει στον νέο την ευκαιρία να γνωρίσει τον έξω κόσμο και να λύσει τα δεσμά που τον κρατούν δεμένο με την οικογένεια. Βέβαια αυτό που επιθυμεί ο νέος, δεν είναι να δραπετευτεί από το σπίτι αλλά η αναζήτηση του εαυτού του.

Έτσι στην παρέα, αγόρια και κορίτσια μαθαίνουν τον εαυτό τους μέσα από τη σχέση με τους γύρω τους και αλληλοϋποστηρίζονται για να πολεμήσουν ενάντια στην έλλειψη κατανόησης, θύματα της οποίας, είναι μέσα στο σπίτι.

Το γεγονός λοιπόν, ότι ο νέος ανήκει σε μία παρέα, μειώνει το φόβο της αποτυχίας και του άγνωστου, του επιτρέπει να ανακαλύψει τη νέα του κοινωνική και συναισθηματική ταυτότητα και τον βοηθά να μοιραστεί τις απογοητεύσεις, τις αμφιβολίες και τις ανάγκες. Η επιτυχία στα μαθήματα και τις δραστηριότητές του έχει μεγάλη σημασία, αλλά η πραγματική ευτυχία του εφήβου, αυτό που δίνει νόημα στη ζωή του, ξεκινά και τελειώνει με τους φίλους του.

Τελικά, το σημαντικό πρόβλημα του νέου είναι το ότι δεν γνωρίζει ποιον πρέπει να εμπιστευτεί, ποιον να πιστέψει. Την έμπειρη και ρεαλιστική πλευρά που αντιπροσωπεύουν οι γονείς του; Οι οποίοι τον έχουν μεγαλώσει και οι αντιλήψεις τους έχουν ριζώσει βαθιά μέσα του, ενώ ταυτόχρονα μοιάζουν σωστές; Ή την ονειροπολική και περιπετειώδη πλευρά που του χαρίζουν οι συνομήλικοι; Αυτοί που του δίνουν την ευκαιρία να ζει το όνειρο, να κάνει σχέδια, να αγαπά και να μισεί με όλο του το είναι, ενώ ταυτόχρονα οδηγούν σε επικίνδυνα μονοπάτια.

Πρέπει πραγματικά να διαλέξει;

Πρέπει να αφήσει το εκπαιδευτικό σύστημα ή τους άλλους να τον καθορίζουν;

Μήπως έχει τη δύναμη και το θάρρος να γκρεμίσει κάθε εμπόδιο, κάθε κατεστημένο και να βγει ο ίδιος κερδισμένος;

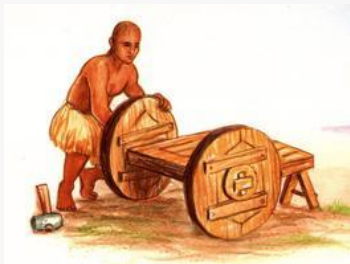
Στους εφήβους δεν ταιριάζει η φράση:

“ΜΗΝ ΓΚΡΕΜΙΖΕΤΕ ΤΑ ΟΝΕΙΡΑ ΜΑΣ”

καλύτερα θα ταίριαζε:

“ΓΚΡΕΜΙΣΤΕ ΤΑ ΘΑ ΦΤΙΑΞΟΥΜΕ ΑΛΛΑ”.

## Τεχνολογία... τότε και τώρα



Είναι η επιστήμη και η τέχνη της κατασκευής και χρησιμοποίησης κάθε λογής αντικειμένων. Ο άνθρωπος είναι το μοναδικό πλάσμα που μπορεί να μετατρέψει τα ακατέργαστα υλικά σε εργαλεία, μηχανές και συστήματα που κάνουν τη ζωή πιο εύκολη. Παρότι και άλλα ζώα καταφέρνουν να φτιάχνουν αντικείμενα και να χρησιμοποιούν εργαλεία, ο τρόπος που το κάνουν μένει πρακτικά αμετάβλητος.

Η ανθρώπινη τεχνολογία είναι διαφορετική: οι άνθρωποι είναι ικανοί να διαπιστώνουν καινούργιες ανάγκες, να βρίσκουν νέους τρόπους ικανοποίησής τους και να συνειδητοποιούν την αξία τυχαίων ανακαλύψεων. Η ανακάλυψη της φωτιάς για παράδειγμα και η ικανότητά της να μεταμορφώνει τον πηλό σε κεραμικά είδη ή τα πετρώματα σε μέταλλα, υπήρξε το θεμέλιο του σύγχρονου κόσμου.

Τους τελευταίους αιώνες, οι επιστήμονες κατάφεραν να ερμηνεύσουν τη συμπεριφορά διαφόρων υλικών και την εφεύρεση νέων. Χάρη στις θετικές επιστήμες δημιουργήθηκαν τα πιο διαφορετικά προϊόντα, από τα μαγιά ως τα αεροπλάνα. Η κατασκευή ενός προϊόντος αρχίζει με το σχεδιασμό του, όπου καθορίζονται οι χρήσεις του και ο τρόπος διαμόρφωσής του. Στις μέρες μας οι σχεδιαστές διαθέτουν πληθώρα υλικών, μεθόδων και εξαρτημάτων, με τη βοήθεια των οποίων υλοποιούν τις ιδέες τους. Μεγάλο μέρος του σχεδιασμού μπορεί να ανατεθεί σε ηλεκτρονικούς υπολογιστές. Αλλά η κατασκευή ενός προϊόντος που θα λειτουργεί σωστά, θα κοστίζει λίγο και θα προσελκύει τους αγοραστές παραμένει καθαρά ανθρώπινη τέχνη.



## Τρισδιάστατος εκτυπωτής

Η **τριδιάστατη εκτύπωση** (3D printing) είναι μια μέθοδος προσθετικής κατασκευής στην οποία κατασκευάζονται αντικείμενα μέσω της διαδοχικής πρόσθεσης επάλλληλων στρώσεων υλικού. Στη τριδιάστατη εκτύπωση μπορούν να χρησιμοποιηθούν διάφοροι τύποι υλικού κυρίως κεραμικά και πολυμερή. Σε σύγκριση με άλλες τεχνολογίες και εξοπλισμό προσθετικής κατασκευής, οι τριδιάστατοι εκτυπωτές είναι συνήθως ταχύτεροι, φθηνότεροι και ευκολότεροι στη χρήση.

Οι τριδιάστατοι εκτυπωτές χρησιμοποιούνται κυρίως για την κατασκευή φυσικών μοντέλων και πρωτοτύπων από σχεδιαστές, μηχανικούς και ομάδες ανάπτυξης νέων προϊόντων, έχουν τη δυνατότητα να εκτυπώνουν μέρη και εξαρτήματα από διάφορα υλικά, με διαφορετικές μηχανικές και φυσικές ιδιότητες και συχνά σε μια ενιαία διαδικασία κατασκευής.

Η νέα τεχνολογία διαχείρισης και μετακίνησης υλικών (ως έχουν ή με αναπαραγωγή τους), ονομάζεται (ψηφιακό) **matternet** κατά αναλογία της τεχνολογίας του διαδικτύου (internet), που επιτρέπει την διαχείριση και μεταφορά των πληροφοριών (κειμένων, σταθερών ή κινούμενων εικόνων και ήχου).

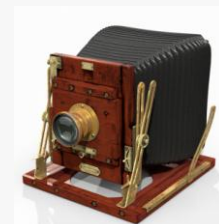
### Χρήση

Η τεχνολογία των 3D εκτυπωτών βρίσκει επίσης χρήση στους τομείς του κοσμήματος, των υποδημάτων, του βιομηχανικού σχεδιασμού, της αρχιτεκτονικής, της μηχανικής και των κατασκευών (AEC), στην αυτοκινητοβιομηχανία, την αεροδιαστημική, την οδοντιατρική και ιατρική βιομηχανία, την εκπαίδευση, τη χαρτογράφηση πληροφοριακών συστημάτων σε έργα πολιτικών μηχανικών, και πολλά άλλα.

Ειδικά με τους εκτυπωτές που χρησιμοποιούν πλαστικό μπορούν να κατασκευαστούν εξολκείς λάστιχου ποδηλάτου, κρεμάστρες, καπάκια, εργαλεία για Dremel, κλπ. Με την χρήση πλαστικού και σχεδίων 3D, που βρίσκονται ελεύθερα στο internet ή μπορεί κάποιος μόνος του να δημιουργήσει, μπορεί πολύ εύκολα να φτιαχτεί από το πιο μικρό εξάρτημα έως ολόκληρη κατασκευή κομμάτι-κομμάτι.

Επίσης μια ιδιότητα των εκτυπωτών 3D είναι ότι μπορούν να αναπαράγουν τον εαυτό τους αφού μπορούν να εκτυπώσουν τα κομμάτια που τους αποτελούν.

*Συνέχεια στη σελ 4*



## Η τέχνη της φωτογραφίας

Με τον όρο φωτογραφία αναφερόμαστε στην τέχνη και επιστήμη της δημιουργίας οπτικών εικόνων μέσω της καταγραφής και αποτύπωσης του φωτός, με χρήση κατάλληλων συσκευών (φωτογραφικές μηχανές). Η φωτογραφία, πέρα από την τεχνολογική της διάσταση, αναγνωρίζεται ως ένα από τα ευρύτερα διαδεδομένα μέσα επικοινωνίας του 20ου αιώνα καθώς και μία μορφή τέχνης συγγενική με τη ζωγραφική. Το 1988 ανακαλύφθηκε το φιλμ σε ρολό από τον George Eastman ο οποίος κατασκεύασε και την πρώτη φωτογραφική μηχανή – κουτί. Η τελευταία σημαντική εξέλιξη της φωτογραφίας είναι η ψηφιακή φωτογραφία όπου αντί για φιλμ χρησιμοποιούνται φωτοευαίσθητοι αισθητήρες.

Ένα στρατηγικό πλεονέκτημα της τριδιάστατης εκτύπωσης είναι η δυνατότητα παραγωγής περισσότερο εξατομικευμένων και περίπλοκων αντικειμένων χρησιμοποιώντας ακριβώς όσο υλικό είναι αναγκαίο. Επίσης, η τριδιάστατη εκτύπωση βοηθά στην τοπικοποίηση της παραγωγής μειώνοντας την ανάγκη παρουσίας γραμμής παραγωγής και συντελεί στη μείωση εκπομπών CO<sub>2</sub> λόγω λιγότερων μετακινήσεων (logistics). Η τριδιάστατη εκτύπωση, όπως σχεδόν κάθε τεχνολογία μπορεί να χρησιμοποιηθεί και για επικίνδυνους σκοπούς, όπως για παράδειγμα στην εύκολη κατασκευή όπλων.

### Οικιακός τριδιάστατος εκτυπωτής

Έχουν υπάρξει πολλές προσπάθειες για την ανάπτυξη ενός 3D εκτυπωτή κατάλληλου για οικιακή χρήση, έτσι ώστε να γίνει αυτή η τεχνολογία διαθέσιμη και προσιτή σε ευρύτερο κοινό



### Μοντέλα

Ο RepRap είναι ένα μοντέλο εκτυπωτή 3D που χρησιμοποιεί ελεύθερο λογισμικό φροντίζοντας να πληρεί τις προδιαγραφές που έχουν τεθεί από το GNU General Public License. Μπορεί να αντιγράψει κάποιο μέρος του εαυτού του μιας και αποτελείται από πλαστικά μέρη τα οποία μπορεί και να εκτυπώσει. Υπάρχει επίσης έρευνα σε εξέλιξη ώστε μελλοντικά να υπάρξει η δυνατότητα για εκτύπωση πινάκων κυκλωμάτων καθώς επίσης και μεταλλικών μερών.

Ο MakerBot είναι επίσης ένα μοντέλο 3D εκτυπωτή ελεύθερου λογισμικού που κατασκευάζεται από την MakerBot Industries.

## ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΚΗ ΓΩΝΙΑ



### Μονόλογος για το διάλογο

του Νίκου Καραγιάννη

Σαν ο ξακουστός Oscar Wilde υπήρξε ερωτηθείς γύρω από τις διανοητικές συναναστροφές απεικρίθη με αφοπλιστική ειλικρίνεια:

“Αποστρέφομαι κάθε είδους επιχείρημα (όπως και τον διάλογο επειδή μισώ την ακύρωση των ιδεών και απόψεών μου...”. Ποιο άραγε να προβάλλει τις αγνάθη για την αποδοχή της διαλογικής προαίρεσης και τι υπολανθάνει η πεποίθηση του εν δόξη λογοτέχνη;

Ο διάλογος υπό την έννοια της συζήτησης που διαμειβεται υπό προαποφασισμένες, σεπτές προϋποθέσεις και με στραμμένο βλέμμα στην ανίχνευση του “έλλογου” και “αναντίρρητου”, αναγνωρίζεται ως ένα ερώτημα ευεργέτημα για τη συνύπαρξη των ατόμων, συγχρόνως φανερώνεται ως η αλαβάστρινη βάση κάθε αδιασάλευτα δημοκρατικής πολιτείας.

Συνέχεια στη σελ 6



**ΑΦΙΕΡΩΜΑ**  
στον γάλλο  
φωτογράφο **Henri**  
**Καρτιέ Μπρεσσόν**  
(1908 - 2004)

Ο **Henri Cartier Bresson** γεννήθηκε λίγο έξω από το Παρίσι, στο Chanteloup της Γαλλίας το 1908. Ήταν ο μεγαλύτερος από τα πέντε αδέρφια του. Οι γονείς του ήταν άνθρωποι καλλιεργημένοι. Ο πατέρας του είχε εργοστάσιο υφαντουργίας το «Cartier-Bresson Textile», που ήταν πολύ κερδοφόρο τον 19ο αιώνα.

Ξεκίνησε να ζωγραφίζει το 1923 και στη φωτογραφία στράφηκε το 1931 μετά την γνωριμία του με τον εκδότη του περιοδικού Verne και το κίνημα των γάλλων σουρεαλιστών.

Το πρώτο από τα πολλά ταξίδια του στον κόσμο είναι στις γαλλικές αποικίες Καμερούν και στην Ακτή Ελεφαντοστού (Δυτική Αφρική). Κυνηγάει αντιλόπες και αγριογούρουνα για να βγάλει τα προς το ζην. Έχει και μια μικρή οικονομική στήριξη από την οικογένειά του. Το ταξίδι του στην Αφρική μπορεί να του αποκάλυψε κάποιες αξίες της πρωτόγονης τέχνης, να του παρουσίασε την ανάγκη για λιτή και μεστή τέχνη, κυρίως όμως τον κάνει να νιώσει ακόμα μεγαλύτερη αποστροφή για την εκμετάλλευση των φτωχών από τους πλούσιους. Βλέπει τα εγκλήματα της γαλλικής αποικιοκρατίας που ακόμα και μετά από έναν καταλυτικό πρώτο παγκόσμιο πόλεμο, συνεχίζονται....

Συνέχεια στη σελ 5

## «Χοντρή» κλών... ΤΡΙΑΝΤΑ

Η νευρική ανορεξία είναι ένας εφιάλης που ή θα βρεις τη δύναμη να τον ξεπεράσεις ή θα σε σκοτώσει.

Η ανορεξία δεν είναι μία αρρώστια που οφείλεται σε ένα μικρόβιο που απλά κολλήσαμε από κάποιον αλλά είναι μία ψυχική κατάσταση που ο άνθρωπος και λίγο περισσότερο τα κορίτσια αποκτούν από μόνα τους, με τις σκέψεις που κάνουν θεωρούν ότι είναι χοντρές και έχουν μια έμμονη ιδέα να μοιάσουν σε ένα μοντέλο το οποίο είναι αρκετά λεπτό.

Η νευρική ανορεξία χωρίζεται σε δύο τύπους. Ο πρώτος είναι η περίπτωση που απλά δεν θέλεις να φας τίποτα και κάνεις τον εαυτό σου να πιστεύει πως δεν πεινάει. Η δεύτερη περίπτωση είναι η βουλιμία που έχεις την τάση να τρως πάρα πολύ ή άλλες φορές κανονικά απλά μετά ο,τι τρως το αποβάλλεις.

Πολλές φορές τα κορίτσια αυτά έχουν πονοκεφάλους, είναι αδύναμες, κρυνώνουν, τους πέφτουν τα μαλλιά, το δέρμα τους γίνεται θαμπό και έχουν ψυχολογικά προβλήματα.

Συνέχεια στη σελ 7

(συνέχεια του αφιερώματος)

Με τη ζωγραφική μπορείς να φτιάξεις όποια εικόνα θέλεις. Η φωτογραφία όμως δείχνει κάτι που υπήρξε πραγματικά. Είναι μια τέχνη που γίνεται στο δρόμο, ζωντανή και επικοινωνιακή. «Ο τυχοδιώκτης μέσα μου» λέει ο Bresson «αισθάνθηκε υποχρεωμένος να επιβεβαιώσει με ένα ταχύτερο όργανο από το πινέλο τις ουλές του κόσμου» Μια φωτογραφία, ιδιαίτερα εκείνη την εποχή, δεν μπορεί να αμφισβητηθεί από κανένα. Όλοι παραδέχονται ότι σε αντίθεση με τη ζωγραφική, όπου ο ζωγράφος φτιάχνει και συγκολλά ό,τι και όπως θέλει, το εικονιζόμενο στη φωτογραφία υπήρξε.



Καθώς ξεκίνησε να φωτογραφίζει, συνειδητοποίησε πως για να βγάλεις φωτογραφίες χρειάζεσαι σταθερό χέρι. Δεν ήθελε όμως να ανοίξει διάφραγμα και να χρησιμοποιεί υψηλές ταχύτητες γιατί θα έχανε το βάθος πεδίου. Βέβαια το 1930 δεν είχαν κυκλοφορήσει ούτε τα σούπερ γρήγορα φιλμ, ούτε οι σούπερ φωτεινοί φακοί. Συνεπώς για να βγάζεις φωτογραφίες με κλειστό διάφραγμα και χαμηλές ταχύτητες, χρειαζόσουν οπωσδήποτε σταθερό χέρι!

Έκοψε λοιπόν εντελώς το οινόπνευμα, το κάπνισμα και κάθε βλαβερή συνήθεια. Άρχισε να κάνει εντατική γυμναστική (για να έχει καλή φυσική κατάσταση) Και επίσης άρχισε να κοιμάται πολύ νωρίς. Οι εντατικές αυτές προσπάθειες, σύντομα ανταμείφθηκαν, αφού τώρα πια μπορούσε να τραβάει άνετα με ταχύτητες κοντά στο 1/8. Επαγγελματικά ασχολήθηκε με τη φωτογραφία ξεκινώντας από την Ανατολική Ευρώπη και το Μεξικό, δούλεψε στην παραγωγή ταινιών με τον Ζαν Ρενουάρ, τον Ζακ Μπεκέ και τον Αντρέ Σβόμποντα και σ' ένα ντοκιμαντέρ στη δημοκρατική Ισπανία (1937). Αιχμάλωτος πολέμου, δραπετεύει το 1940 και κάνει τα πορτραίτα καλλιτεχνών: Ματίς, Ρουό, Μπρακ, Μπονάρ. Το 1945 φωτογράφησε και κάλυψε την απελευθέρωση του Παρισιού με μια ομάδα επαγγελματιών δημοσιογράφων, πριν γυρίσει, το 1946, το ντοκιμαντέρ «Le Retour» (Η «Επιστροφή»)



και πριν το ταξίδι του στη Νέα Υόρκη για μια έκθεση έργων του στο μουσείο Μοντέρνας Τέχνης. Το 1947 ιδρύει μαζί με τον Μπιλ Βάντινερ, τον Ρόμπερτ Κάπα, τον Τζωρτζ Ρότζερ και τον Ντέιβιντ Σέιμους, το πρακτορείο Μάγκνουμ, και στη συνέχεια γύρισε την Ινδία, Βιρμανία, Πακιστάν, Ινδονησία και την Κίνα τους τελευταίους έξι μήνες πριν την πτώση των κινέζων εθνικιστών και τους πρώτους έξι μήνες της Λαϊκής Δημοκρατίας της Κίνας.

Το 1952 επιστρέφει στην Ευρώπη και το 1954 γίνεται ο πρώτος ξένος φωτογράφος που φωτογραφίζει την τότε Σοβιετική Ένωση. Ταξιδεύει και πάλι στην Κίνα, φωτογραφίζει την Κούβα της δεκαετίας του '60, το Μεξικό, Καναδά, ΗΠΑ, Ινδία και Ιαπωνία μεταξύ άλλων χωρών. Το 1968 άρχισε να περιορίζει την ενασχόληση του με τη φωτογραφία και αφιέρωσε περισσότερο χρόνο στο σχέδιο και τη ζωγραφική.

*«Η φωτογραφία μοιάζει να είναι μια εύκολη δραστηριότητα αλλά δεν είναι.*

*Στην πραγματικότητα πρόκειται για μια διαδικασία αμφιλεγόμενη και ποικιλόμορφη, στην οποία ο μόνος κοινός παρονομαστής ανάμεσα σε όσους με αυτήν ασχολούνται είναι το όργανο, το μέσο.*

*Είναι ψευδαίσθηση ότι οι φωτογραφίες γίνονται με τη φωτογραφική μηχανή.*

*Γίνονται με τα μάτια, την καρδιά και το μυαλό.»*

**Henri Cartier-Bresson**

**Μονόλογος για το διάλογο** (συνέχεια απο τη σελ. 4)

Συν τοις άλλοις, ωστόσο, η διαλογική συνομιλία, με όποια θεωριά επεφρασμένη (εσωτερική, διδακτική, φιλοσοφική, καλλιτεχνική, πολιτική κ.ο.κ) δε διαφαίνεται πάντοτε ως μία τρανή νία regia (μονόδρομος) προς επιτερείς προορισμούς. Όπως εξιστορείται, η υποστατική συνδιάλεξη πλείστες φορές δεν κρίνεται αυτονομούμενη, μα άρχεται και υποβάλλεται από λογής λογής λαοπλάνους και δημοκόπους, πρόσωπα, που με τη φρενίτιδα του εγωκεντρισμού τους αποπειρώνται γραπόμενοι από έναν επάξιο, δήθεν και εύκαρπο διάλογο να εισορμήσουν στις συνειδήσεις των συνομιλητών, να εκπορθήσουν τα κριτικά αναχώματα των συλλογισμών τους και επιτέλους να τους πειθαναγκάσουν για την αγχίνια (σοφία του πνεύματος) και την διορατικότητά τους.

Τέτοιαις υφής προσωπικότητες “στρατολογούν” μία δαφίλεια πρακτικών διαλόγου, όπως ακριβώς ένας ευφυής γλύπτης διακρίνει τα εργαλεία για την επιτεύξιμη σμίλευση του αγάλματος: βαρύνουσα σημασία ενέχεται στην πρόφαση για την εκκίνηση της συζήτησης και εν συνεχεία, με δεξιοτεχνία επιφέρεται ο παρασυρμός και η ασυναίσθητη σύμπτια γνώμων και επιλογών.

Με τη μεταμόρφωση της καλόβουλης προσδοκίας για επικοινωνιακή αλληλεξάρτηση σε τεχνική πλάσης “γυάλινων παράλληλων κόσμων” και καθυπόταξης, επέρχεται ο προσανατολισμός προς έναν μονόχρωτο μονόλογο. Μόνος ρυθμιστής του ένας φιλόδοξος πλανευτής με ευκρινή αυτοσκοπό την επικρότηση των θέσεών του, την τόνωση του γοήτρου του και την πλησμονή της όρεξής του για κοινωνική καταξίωση – αναγνώριση. Δεν επικουρείται πια η πνευματική πρόοδος, μα τηρουμένων τέτοιων αναλογιών, προτάσσεται η σαγήνευση και χειραγώγηση των υπολοίπων μετεχόντων από μέρους μιας υστερόβουλης μονάδας, με αναντίλεκτα αντιδημοκρατική διάθεση και ερείσματα.

Ίσως λοιπόν, την προαναφερθείσα αποκρυσταλλωμένη μα άκρως πολύμορφη “Αρχή Διαλόγου” να συνάντησε ο Oscar Wilde και φιλόσοφος προς τα κοινωνικά ολισθήματα και διεισδυτικός καθώς ήταν, να υπεραμύνθηκε όχι του χωαδερπισμού (αδιαφορία) προς την κοινωνική συμβίωση, αλλά της απόκλισης των ευκαιριών για υγιή διάλογο ως μετέωρων.

**Ο ήρωας στο τέλος την πληρώνει**

Σταμάτα να μιλάς, δεν πρέπει,  
σου 'πανε οι φίλοι σου.  
Σκύψε το κεφάλι κι ακολούθα  
ακολούθα αυτόν που έχει,  
σου 'πε η μάνα σου, θα βρεις την ησυχία σου.  
Μην είσαι ήρωας, δεν πρέπει  
είναι γνωστό...  
Ο ήρωας στο τέλος την πληρώνει.  
Ήρωας για ποιον;  
Για μένα, για σένα, γι' αυτούς, για κανένα.  
Ποιος ο λόγος να μιλάς, να ζητάς, να διεκδικείς  
για μένα, για σένα, γι' αυτούς, για κανένα  
αφού εγωιστής θα βγεις, να ξέρεις  
την καρδιά σου αν τους προσφέρεις.  
Το στόμα φίμωσε, τα μάτια κλείσε  
κάνε ότι δεν άκουσες, ότι δεν ξέρεις.  
Προτίμησε να υποφέρεις.  
Ηρακλής υπήρχε κάποτε  
έκλεισε κι αυτός τα μάτια του  
μα ξύπνησε στο σήμερα  
και είπε άστο καλύτερα.  
Μην είσαι ήρωας, δεν πρέπει.  
Γιατί είναι γνωστό...  
Ο ήρωας στο τέλος την πληρώνει.  
Μα γιατί; Για ποιον;  
Είναι απλό...  
Για μένα, για σένα, γι' αυτούς, για κανένα...

**Ανώνυμος**

**Περισσότερη γυμναστική  
στο σχολείο για πιο γερά παιδιά**

**ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ**

Περισσότερος χρόνος στο μάθημα γυμναστικής στο σχολείο βοηθά τους μαθητές να αναπτύξουν μυϊκή ισχύ η οποία αποτρέπει τον κίνδυνο καταγμάτων, ανακάλυψε μια νέα έρευνα.

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε σε περισσότερα από 900 κορίτσια και αγόρια σε σχολείο της Σουηδίας, που ασκούσαν μέχρι 200 λεπτά την εβδομάδα για 2 χρόνια.

Συνέχεια στη σελ 7

**Ας χορέψουμε!**

**Μαρίζα Μουραντίδη**

Από την αρχαιότητα οι Έλληνες είχαν αντιληφθεί την ευεργετική ιδιότητα του χορού, τόσο στον εξευγενισμό του ψυχικού κόσμου όσο και την σωματική ευεξία του ανθρώπου. Πώς το γνωρίζουμε αυτό; Ίσως σε πολλούς από εμάς να φαντάζει απλοϊκό, κι όμως η ρυθμική κίνηση των χεριών και οι στροφές αποτέλεσαν το θεμέλιο του χορού. Ωστόσο, δεν είχαμε φυσικά ως λαός το προνόμιο να εφεύρουμε το χορό, καθώς έκανε την εμφάνισή του με ποικίλους τρόπους, ρυθμούς και σημασία σε διάφορες φυλές. Χορεύω σημαίνει ζω ελεύθερα δίχως φραγμούς και κανόνες με μοναδικό περιορισμό αυτόν της αρμονικής και ρυθμικής κίνησης. Ο χορός είναι ένα οπτικό αποτύπωμα της κίνησης, μια κρυπτογράφηση, μια αναγγελία όσων ήδη γνωρίζει η κίνηση. Ο χορευτής καλείται να απαντήσει με κάθε του κίνηση στο ερώτημα «γιατί χορεύω;»· δεν είναι όμως μια ερώτηση που αναζητά το εννοιολογικό της αντίβαρο, αλλά μια διερώτηση που παραμένει μετέωρη, ώστε να εμφυσά ζωή στη λειτουργία της κίνησης. «Χορεύω, άρα σκέφτομαι, άρα υπάρχω». Η προαναφερθείσα παρωδιακή ερμηνεία της καρτεσιανής διαπίστωσης «σκέφτομαι, άρα υπάρχω» αποδίδει την ψυχική ανάταση, στην οποία οδηγείται ο χορευτής διαμέσου μιας απόκοσμης νεφέλης από μελωδίες, νότες, συναισθήματα και πάθος, πόθο και ελπίδα... Γιατί ο χορός είναι η πιο συγκινητική, η πιο ευγενής, η πιο όμορφη από τις τέχνες, καθώς δεν αποτελεί απλά μετάφραση ή απόσπαση της ζωής...

**Είναι η ίδια η ζωή!!**

Σ' αυτές τις περιπτώσεις οι συγγενείς και όλη η οικογένεια είναι σε πολύ δύσκολη θέση. Τα άτομα με νευρική ανορεξία θέλουν ψυχολογική στήριξη, γιατί μόνο έτσι θα καταφέρουν να ξεπεράσουν την ιδιαιτερότητα που έχουν.

### Συμπεριφορές της ανορεξικής

Συνήθως πρόκειται για έφηβες, υπερδυναμικές, φιλόδοξες, υπερευαίσθητες, ισχυρογνώμονες, υπερκινητικές και με καλή απόδοση στο σχολείο.

Παρουσιάζουν μια φαινομενική έλλειψη ευαισθησίας στο κρύο και ντύνονται πολύ ελαφρά.

Προφασίζονται την έλλειψη όρεξης για να δικαιολογήσουν την ελάττωση της τροφής που είναι επιλογή τους. Στην αρχή αποκλείουν τη ζάχαρη, το βούτυρο, τα αμυλώδη και σιγά σιγά περιορίζονται μόνο σε φρούτα και λαχανικά.

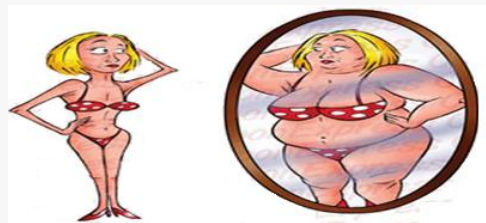
Στις φάσεις της βουλιμίας τρώνε πολύ περισσότερο απ' αυτό που πιστεύουν ότι είναι απαραίτητο για να μην παχύνουν και στη συνέχεια κάνουν εμετό ή παίρνουν καθαρτικά. Είναι δύσκολο να καθοριστεί πότε ο φόβος του πάχους είναι μια φυσιολογική προσπάθεια για να διατηρηθεί το πρότυπο του λεπτού σώματος και πότε αυτός ο φόβος αγγίζει πραγματικά τα όρια της παθολογίας.

Στις ελαφρές μορφές ανορεξίας υπάρχει περιορισμένη ανορεξία, κάποια δυσθυμία και μια καταθλιπτική τάση. Στις βαριές μορφές μπορεί να καταλήξει σε κωματώδη κατάσταση και άλλες διαταραχές της συνείδησης που θυμίζουν τοξικομανιακή μέθη.

### Αντιμετώπιση

Είναι απαραίτητο να αναζητηθεί βοήθεια από κάποιον ειδικό προκειμένου να εκτιμηθεί η σωματική

υγεία του ατόμου και έπειτα να ενθαρρυνθεί τόσο το ίδιο το άτομο όσο και τα μέλη της οικογένειας να δεχθούν βοήθεια από κάποιον επαγγελματία ψυχικής υγείας. Αυτό που είναι ιδιαίτερα σημαντικό είναι τα μέλη της οικογένειας να είναι οπλισμένα με υπομονή και να γνωρίζουν ότι η πρώτη αντίδραση του ατόμου σε μια συζήτηση γύρω από την υγεία και το βάρος τους θα είναι η άρνηση και ίσως ακόμη και η επιθετικότητα.



Αυτό που είναι επίσης σημαντικό είναι η αποφυγή κατηγοριών, συζητήσεων γύρω από τις διατροφικές επιλογές του ατόμου αλλά και οι συγκρίσεις με άλλα άτομα καθώς η χαμηλή αυτό-εκτίμηση είναι κύριο χαρακτηριστικό των ατόμων που εκδηλώνουν συμπτώματα διατροφικών διαταραχών.

Πρέπει να γίνει αντιληπτό από το άτομο ότι το διατροφικό πρόβλημα δεν θα αποτελέσει έναν αποτελεσματικό τρόπο ελέγχου των γύρω του. Το άτομο θα πρέπει να βρει την θέση του μέσα στο οικογενειακό σύστημα και να αναλάβει την ευθύνη της δικής του ζωής.

## ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

(συνέχεια από τη σελ. 6) Τα παιδιά που είχαν περισσότερο χρόνο σωματικής άσκησης ανέπτυξαν περισσότερη μυϊκή μάζα και δύναμη σε σχέση με όσα ανήκαν στην ομάδα ελέγχου, σύμφωνα με την έρευνα που δημοσιεύεται στο περιοδικό 'Medicine & Science in Sports and Exercise.'



Η τακτική άσκηση άρσης βαρών έχει φανεί πως βελτιώνει σταθερά την οστική μάζα, τη δομή και τη δύναμη στην παιδική ηλικία και εφηβεία. Μπορεί επίσης να βοηθήσει να μειωθεί ο κίνδυνος μυοσκελετικών νόσων αργότερα στα ενήλικα χρόνια. Προηγούμενες έρευνες έδειξαν ότι οι μαθητές που

ασκούνταν περισσότερο είχαν καλύτερη επίδοση στην τάξη.

Ακόμη, λίγη άσκηση μπορεί να βελτιώσει και την ψυχική υγεία των υπέρβαρων εφήβων, σύμφωνα με την έρευνα του Πανεπιστημίου της Οτάβα, η οποία συμβουλεύει εφήβους και γυναίκες που πασχίζουν με το βάρος τους, να πετάξουν τη ζυγαριά. Αυτά τα παιδιά αντιμετωπίζουν αρκετές προκλήσεις με τα 'πειράγματα' και την πίεση των συμμαθητών. Η νέα έρευνα ενισχύει τις ενδείξεις ότι ακόμα και μέτρια δόση άσκησης ευνοεί την ενίσχυση της ψυχικής υγείας.

Οι ερευνητές υπέδειξαν ότι η ενίσχυση της ψυχικής υγείας θα μπορούσε να βοηθήσει τους υπέρβαρους εφήβους να ξεπεράσουν τα 'πειράγματα' και τις προκαταλήψεις και να έχουν σημαντικά ψυχολογικά οφέλη από βελτιωμένη σωματική κατάσταση που προέρχεται από μέτρια ποσότητα αεροβικής, όχι από αλλαγή στο βάρος ή το σωματικό λίπος. Αν μπορεί κάποιος να βελτιώσει τη φυσική δραστηριότητα και τη φυσική του κατάσταση, ακόμα και ελάχιστα, μπορεί να βοηθηθεί και στη βελτίωση της ψυχικής του υγείας.

# Κέρκυρα, το νησί της μουσικής

## Η εκδρομή μας στην Κέρκυρα

Ξεκινώντας τη προσπάθεια για τη δημιουργία της ηλεκτρονικής μας εφημερίδας, δεν είχαμε ακόμη αποφασίσει ποιος θα ήταν ο προορισμός μας σε σχέση με την εκπαιδευτική επίσκεψη που θέλαμε να διοργανώσουμε.

Τελικά στην ολομέλεια αποφασίσαμε να επισκεφθούμε το νησί της Κέρκυρας έχοντας πληροφορηθεί από φίλους μας ότι παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον. Πράγματι η επιλογή μας δικαιώσε αφού είχαμε την ευκαιρία να θαυμάσουμε την ιδιαίτερη αρχιτεκτονική της πόλης της Κέρκυρας, να επισκεφθούμε αξιοθέατα όπως το *Αχιλλείο*, το *Μον Ρεπό*, το *Κανόνι*, τη γραφική *Παλαιοκαστρίτσα* αλλά και να πάρουμε μία μικρή γεύση από την πλούσια μουσική παράδοση του νησιού.

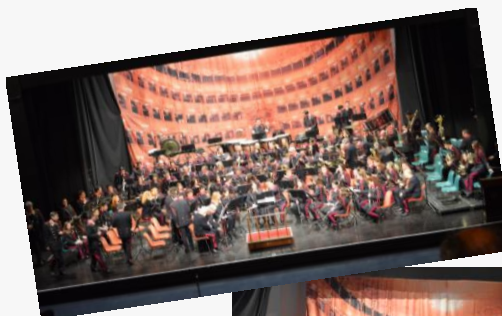


## Κέρκυρα: το νησί της μουσικής

Ο Όμηρος μας αφηγείται για το μεγάλο αοιδό των μυθικών Φαιάκων στην Κέρκυρα, τον τυφλό κιθαροδόδη Δημόδοκο, που στην αυλή του βασιλιά Αλκίνοου έκανε τον Οδυσσέα να δακρύσει με το τραγούδι του. Από την εποχή όμως των βάρδων, που τραγουδούσαν τα κατορθώματα των μυθικών ηρώων στα παλάτια των εστεμμένων, μέχρι τον 19ο αιώνα η Κέρκυρα είχε διανύσει έναν μακρύ δρόμο για το μεγαλύτερο μέρος του οποίου πολύ λίγα πράγματα γνωρίζουμε.

Η δυτική και κυρίως η ιταλική επίδραση επηρέασε και τη μουσική ανάπτυξη των Επτανήσων. Η επτανησιακή καντάδα, που διαφέρει τελείως από τα δημοτικά τραγούδια της υπόλοιπης Ελλάδας, χρωστά τη δομή της μελωδίας της στις ιταλικές επιδράσεις. Και σε μια εποχή, που στην τουρκοκρατούμενη Ελλάδα ήταν υποτελική η μουσική δραστηριότητα, εδώ εμφανίστηκε η πρώτη ελληνική έντεχνη μουσική και δημιουργήσε παράδοση, πάνω στην οποία στηρίχτηκε αργότερα η νεοελληνική μουσική. Οι κυριότεροι εκπρόσωποι της επτανησιακής σχολής ήταν ο Νικόλαος Μάντζαρρος, που μελοποίησε τον Ύμνο εις την Ελευθερία του Δ. Σολωμού, ο Σπύρος Σαμάρας, ο Παύλος Καρρέρ και ο Σπύρος Ξύνδας.

Καθόλη τη διάρκεια της Ξενικής Κατοχής και μέχρι την Ένωση με την Ελλάδα οι Δυτικοί Κυρίαρχοι θα επηρεάζουν όλο και περισσότερο την ντόπια καλλιτεχνική δημιουργία. Σε όλο αυτό το διάστημα η κερκυραϊκή μουσική παράδοση θα ζυμωθεί με αυτή των προσφύγων από τις Ελλαδικές περιοχές και των αποίκων από την νότια Ιταλία, τη Δυτική πολυφωνική μουσική και αργότερα με το Belcanto. Τούτο είχε σαν συνέπεια την ανάπτυξη όχι μόνο του λαϊκού τραγουδιού και της 'καντάδας' (με έντονη πάντα τη Δυτική επίδραση), αλλά κυρίως μιας μουσικής ζωής, που αποτέλεσε το έναυσμα και τη



δημιουργό δύναμη της έντεχνης Επτανησιακής μουσικής.

Η εκκλησιαστική μουσική δε θα μπορούσε να ξεφύγει από αυτήν την επίδραση, χωρίς όμως να σημαίνει και την ταυτόχρονη απομάκρυνση από το Ανατολικό Ορθόδοξο Εκκλησιαστικό Δόγμα. Η Κέρκυρα την εποχή της Αναγέννησης ευρισκόμενη στο διάβα από Βενετία για Κρήτη, γίνεται αναμφίβολα κοινωνός των νέων λογοτεχνικών και μουσικών ρευμάτων, αλλά βρίσκεται ακόμα στη σκιά των μεγάλων δημιουργών της εποχής, Κορνάρου, Θεοτοκόπουλου και Λεονταρίτη. Όταν το 1669 οι Κρήτες πρόσφυγες βρίσκουν καταφύγιο στην ενετοκρατούμενη Κέρκυρα και τα υπόλοιπα Επτάνησα, φέρνουν μαζί τους και την γνήσια μουσική τους παράδοση. Τραγουδιστές, οργανοπαικτές αλλά και ψάλτες επηρεάζουν πλέον όχι μόνο την πόλη αλλά και την ύπαιθρο. Η ψαλμωδία των Επτανησίων με μελωδίες βυζαντινές και τρίφωνη αυτοσχέδια συνοδεία ακόμη και σήμερα ονομάζεται 'κρητικό μέλος'.



