

Χανιώτικα νέα
ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ 24 Ιουνίου 2017

διαδρομές

ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ / ΤΕΧΝΕΣ / ΙΣΤΟΡΙΑ / ΒΙΒΛΙΑ / ΜΟΥΣΙΚΗ / ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

«...Εις έρημον τόπον Οπίσω Αιγιαλόν...»

Αγιος Παύλος Σφακίων





ΕΛΙΑ ΚΟΥΜΛΗ

diadromes@haniotika-nea.gr

editorial

Πιο απέραντο γαλάζιο από αυτό του Λιβυκού, τον Νότιον Κρητικού Πελάγους σύμφωνα με τη σύγχρονη ονομασία, όπως απλώνεται στον νότο της επαρχίας Σφακίων, δεν έχω δει αλλού. Με παραλίες μυστικές, προσβάσιμες μόνο σ' εκείνους που τολμούν να διαβούν δύσβατα μονοπάτια ή θαλάσσιες οδούς για να τις προσεγγίσουν. Μεταξύ αυτών και ο Άγιος Παύλος, η ερημική παραλία στην οποία ταξιδεύουν οι "διαδρομές" στο σημερινό μας αφιέρωμα, εκεί όπου επί χίλια χρόνια στέκεται αλώβητος από τα κύματα του πελάγους ο αξιοθαύμαστος ιερός ναός του Αγίου Παύλου που εορτάζει σε λίγες μέρες.

περιεχόμενα

σελ. 3 ~ Πολιτισμός



σελ. 4 - 6 ~ Άγιος Παύλος Σφακίων

σελ. 7 ~ Πολιτισμός



σελ. 8 - 9 ~ Παιδότοπος

σελ. 10 ~ Πολιτισμός & Σινεμά

σελ. 11 ~ Ιστορικές αναφορές



σελ. 12 ~ Υγεία & Βότανα

No. 571

Φανταστικό
μουσείοHenri Cartier
Bresson, "Πίσω
από το σταθμό του
Saint Lazzare",
Παρίσι, 1932.

Ο Henri Cartier Bresson είχε υπάρξει ο προπάτορας της λεγόμενης "φωτογραφίας δρόμου". Ξεκίνησε την καριέρα του τη δεκαετία του '20 ως ζωγράφος για να επιστρέψει στα 1976 στο σχέδιο. Γνωστός είναι ωστόσο στο πλατύτερο κοινό με την ιδιότητα του φωτογράφου. Με τα δικά του λόγια "η φωτογραφική μηχανή είναι για μένα ένα τετράδιο για να

σεδιάσω, το όργανο της διαίσθησης και αμεσότητας, ο κυρίαρχος της στιγμής που με όρους οπτικούς θέτει ερωτήματα και απαντά σε αυτά συγχρόνως. Για να δώσει κανείς νόημα στον κόσμο πρέπει να αισθάνεται άμεσα εμπλεκόμενος σ' αυτό που συλλαμβάνει κανείς μέσα από το τζάμι της μηχανής. Η στάση αυτή απαιτεί αυτοσυγκέντρωση, ευαισθησία και μια αίσθηση της γεωμετρίας. Με μια οικονομία των μέσων και με το να ξεχνά κανείς τον εαυτό του μπορεί να φτάσει στην απλότητα της έκφρασης. Φωτογραφίζω σημαίνει κρατώ την αναπνοή μου όταν οι αισθήσεις με καλούν να αρπάξω την πραγματικότητα που φεύγει. Τότε η σύλληψη τής εικόνας προσφέρει μια άκρατη



Επιμέλεια: **ΜΙΧΑΗΛΗΣ ΧΑΤΖΗΔΑΚΗΣ**
Ιστορικός Τέχνης - Αρχαιολόγος
Humboldt Universität zu Berlin
lastjudgment1540@hotmail.com

φυσική και πνευματική ικανοποίηση. Μέσα από τη σύλληψη της στιγμής αναγνωρίζω ένα γεγονός και την αυστηρή οργάνωση των μορφών, τις οποίες συλλαμβάνω οπτικά και οι οποίες δίνουν νόημα σε αυτό το γεγονός. Πρόκειται για έναν τρόπο να βάζει κανείς στο ίδιο ύψος το κεφάλι, το μάτι και την καρδιά, ένας τρόπος να ζει κανείς".

Τα άνω λόγια του Cartier Bresson αποτελούν έναν εξαιρετικό ορισμό για την αντίληψη της μη πειραματικής φωτογραφίας. Ο ίδιος είχε υπάρξει ο πρώτος φωτογράφος της Δύσης που έγινε δεκτός στην ΕΣΣΔ μετά το 1945. Στις φωτο-

γραφίες του ο Cartier Bresson υμνεί το ανθρώπινο είδος μέσα από τις πιο απλές ανθρώπινες εκφάνσεις.

Οι φωτογραφίες του, όπως και η ενδεικτική που παραθέτω εδώ χαρακτηρίζονται από την διακαή αναζήτηση της αμεσότητας, όπως αυτή επιτυγχάνεται μέσω της σύλληψης της στιγμής στην ώριμη φάση της κορύφωσής της. Μέσα από τέτοιες λήψεις ο Cartier Bresson προσδίδει μια αίγλη σε καθημερινά μοτίβα, τα οποία παρουσιάζει χωρίς μάσκα και εξωραϊσμούς απομονώνοντας μια στιγμή της ζωής, υμνώντας την στην απλότητά της.

Χανιώτικα νέα

ΕΚΔΟΣΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΩΝ ΧΑΝΙΩΝ
www.haniotika-nea.gr / e-mail: info@haniotika-nea.gr

**50 χρόνια
προβάλλουμε
τις τοπικές
- και όχι μόνον -
επιχειρήσεις**

Ενημερωθείτε για τις
διαφημιστικές μας προσφορές
στο 28210 70564-5 και
στο ads@haniotika-nea.gr

Με την εγκυρότητα
των Χανιώτικων νέων

haniotika.nea haniotikanea HaniotikaNea www.haniotika-nea.gr

γιορτάζουν

25/6

Ερως,
Φεβρωνία

26/6

Μακάριος,
Μακαρία

28/6

Ανάργυρος,
Ανάργυρη

29/6

Πέτρος,
Πέτρα,
Πάυλος,
Παυλίνα

30/6

Απόστολος,
Αποστολία,
Μελίτων

διαδρομές

τεύχος **732**
Εβδομαδιαίο Πολιτιστικό Ενθετο
της εφημερίδας **"Χανιώτικα Νέα"**
ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ: ΧΑΝΙΩΤΙΚΑ ΝΕΑ - ΕΚΤΥΠΩΤΙΚΗ
Α.Ε.
ΙΔΡΥΤΗΣ: Γιάννης Ε. Γαρεδάκης
ΕΚΔΟΤΗΣ: Μανώλης Α. Γαρεδάκης
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ: Παρασκευάς Ν. Περάκης
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ "ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ":
Ελευθερία Μ. Κουμλή

ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΟΜΑΔΑ: Γιώργος
Κώνστας, Γιάννης Λυβιάκης, Δημήτρης Μαριδάκης,
Γιάνα Μαρουλοσηράκη, Βασιλική Τωμαδάκη,
Ελένη Φουντουλάκη
ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Δέσποινα Βάλλα, Νίκη
Ξυφανταράκη, Ελένη Σταυρίδη
ΔΙΟΡΘΩΣΕΙΣ: Νεκτάριος Κακατσάκης
ΠΙΣΤΕΤΣ: Hussein Rajafitkhar, Γιάννης Περάκης,
Γιώργος Στεφανάκης

ΣΥΝΤΑΞΗ: Εμπορικό Κέντρο "Ερμής" (Μπουνιαλή
11-19)
τηλ. 28210 51.003 - 6, fax 28210 51.007 **e-mail:**
info@haniotika-nea.gr
ΓΡΑΦΕΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ: Καραϊσκάκη 49 τηλ.
28210 70.563 - 6 fax 28210 91.900 -
Διαφημιστικό Τμήμα: Εύα Κουμλή τηλ.:
2821070.563 - 6
e-mail: ads@haniotika-nea.gr



Θεόφιλος:
Η Ανάγνωση του
Ομήρου, λάδι σε
ύφσμα, 1930 Μουσείο-
Βιβλιοθήκη Στρατή
Ελευθεριάδη-
Τεριάντ.

Εκθεση αφιέρωμα στον εκδό-
τη Τεριάντ από την συλλογή
του στην Μυτιλήνη παρου-
σιάζει η Δημοτική Πινακοθή-
κη Χανίων, σε συνεργασία με
το Μουσείο-Βιβλιοθήκη Στρα-
τή Ελευθεριάδη-Τεριάντ.

ΣΤΗ ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΠΙΝΑΚΟΘΗΚΗ ΧΑΝΙΩΝ

Εκθεση ζωγραφικής και χαρακτικών

Στην έκθεση που εγκαινιάζεται την Τε-
τάρτη 28 Ιουνίου και θα διαρκέσει έως
και τις 15 Σεπτεμβρίου, παρουσιάζονται
πίνακες του λαϊκού ζωγράφου Θεόφι-
λου καθώς και αυθεντικά χαρακτικά
έργα των Πάμπλο Πικάσο (Pablo Pi-
casso), Ανρί Ματίς (Henri Matisse),
Μαρκ Σαγκάλ (Marc Chagall), Φερνάν
Λεζέ (Fernand Léger), Ζουάν Μιρό

(Joan Mirò), Λε Κορμπιζιέ (Le Corbusier),
Αλμπέρτο Τζακομέτι (Alberto Giaco-
metti), Ζορζ Ρουό (Georges Rouault),
Ανρί Λοράνς (Henri Laurens), Χουάν
Γκρις (Juan Gris), Μαρσέλ Γκρομέρ (Mar-
cel Gromaire) και Αντρέ Μποντέν (André
Beaudin) από 23 «Βιβλία των καλλιτε-
χνών».

Η έκθεση πραγματοποιείται με την ευ-

γενική υποστήριξη του Γαλλικού Προξε-
νείου Χανίων και του Ελληνο-Γαλλικού
Συλλόγου Χανίων.

Επιμέλεια: Μανόλης Καρτεράκης, Ιστο-
ρικός Τέχνης-Επιμελητής.

Η έκθεση θα λειτουργεί Δευτέρα έως
και Σάββατο 10:00-14:00 και 19:00-
22:00.

Γενική Είσοδος: 2€, μειωμένο 1€.



ΣΤΟΝ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟ

Κονσέρτο για πιάνο και βωβό κινηματογράφο

Κονσέρτο για πιάνο και Βωβό Κινηματογράφο με τον πια-
νίστα Γιώργο Σαλτάρη θα πραγματοποιηθεί την Δευτέρα 26
Ιουνίου στις 9.30 μ.μ. στον Δημοτικό Κινηματογράφο
“Κήπος”.

Όπως αναφέρεται στην σχετική ανακοίνωση «ο Γιώργος
Σαλτάρης θα ερμηνεύσει επί σκηνής το Κονσέρτο του, ερμηνεύ-
οντας με ένα πιάνο, αποσπάσματα από 4 κλασικές ται-
νίες του βουβού κινηματογράφου, που θα προβάλλονται
παράλληλα.

Οι ταινίες είναι “Μετρόπολις” (1927) του Φριτς Λάγκνκ,
“Μοντέρνοι καιροί” (1936) του Τσάρλι Τσάπλιν, “Το Εργα-
στήριο του Δόκτορος Καλιγκάρι” (1920) του Ρόμπερτ Βίνε
και τα “Φώτα της Πόλης” (1931) του Τσάρλι Τσάπλιν.

Την εκδήλωση οργανώνουν ο Δήμος Χανίων η ΚΕΠΕΔΗΧ-
ΚΑΜ και το Φεστιβάλ Κινηματογράφου Χανίων με την επι-
μέλεια του βίντεο να έχει η Βίκη Αρβελάκη.

Η είσοδος είναι 5 ευρώ (άνεργοι, παιδιά, άνω των 65, ΑμεΑ
: δωρεάν).

Το «Κονσέρτο για πιάνο και βωβό κινηματογράφο» απο-
τελεί παραγωγή του Φεστιβάλ Κινηματογράφου Χανίων /
Chania Film Festival».

ΣΤΟ ΘΕΑΤΡΟ ΛΕΝΤΑΡΙΑΝΩΝ

“Σαν εκδρομή” με τους “passe-partout”

Μουσική παράσταση με τίτλο “σαν ΕΚΔΡΟΜΗ”
θα παρουσιάσει η χανιώτικη ομάδα “passepar-
tout” στις 27, 28 και 29 Ιουνίου, στις 9:30 μ.μ.
ακριβώς, στο θέατρο Λενταριανών με ελεύθερη
είσοδο. Συμμετέχουν τα μέλη της ομάδας: Ανδρε-
αδάκη Δήμητρα, Αποστολάκη Κορίνα, Βασιλο-
κωνσταντάκη Ζωή, Γαλανάκη Φαίδρα,
Δημητριάδης Αλέξης, Κληρονόμου Ηρώ, Κολομ-
βάκης Γιώργος, Κοσσυβάκη Δέσποινα, Κοσσυ-
βάκη Φρόσω, Κουριδάκη Αριστέα,
Κουφογιαννάκη Μελίνα-Στέλλα, Λιόλιου Κατε-
ρίνα, Λουραντάκη Ηρώ, Μαλανδράκη Ηλιάνα,
Μπίσδα Υρώ, Μπλαζάκη Ελευθερία, Μηραουδά-
κης Γιώργος, Παμφίλης Γιώργος, Σαολή Βασιλική,

Σαδικάκη Ρούλα, Σγουράκη Μαριλένα, Σπανάκη
Μαρία, Σπηλιανάκη Χριστίνα, Τζατζιμάκη Σοφία,
Φουφουλάκη Ιωάννα, Χιώτη Γεωργία, Χριστοφι-
λάκης Τρύφωνας

Συnergieάζονται οι μουσικοί:
Βενετούλιας Γιώργος (κλαρίνο), Κιάσος Παν-
τελής (τύμπανα), Κολινιάτη Έλλη (πιάνο), Κον-
τούδης Ηλίας (τύμπανα), Πανηγυράκης Νίκος
(κιθάρα), Σίνης Γιάννης (λαούτο), Σμυρνάκης
Γιάννης (κρουστά).
Ηχοηψία: Σκαλίδης Γιώργος / Φωτισμοί: Σα-
ραντάκου Γαλάτεια
Επιμέλεια: Γιαννακάκης Γιάννης - Πογιατζής
Γιώργος - Σμυρνάκης Τίτος.

ΣΤΑ ΣΦΑΚΙΑ

Εκδήλωση για τον Νίκο Καζαντζάκη

Η τοπική Επιτροπή Χανίων της Διεθνούς Εταιρείας Φίλων Νίκου Καζαντζάκη (Δ.Ε.Φ.Ν.Κ.)
συνδιοργανώνει με τον Δήμο Σφακίων και τον Σύλλογο Αποφοίτων Ελληνογαλλικής Σχολής
Χανίων εκδήλωση αφιερωμένη στο μεγάλο κρητικό συγγραφέα Νίκο Καζαντζάκη στα πλαι-
σια του έτους Καζαντζάκη.

Η εκδήλωση με θέμα το βιβλίο - μυθιστόρημα του Νίκου Καζαντζάκη “Καπετάν Μιχάλης” θα
γίνει στο Φραγκοκάστελο την Τετάρτη 28 Ιουνίου 2017 και ώρα 9 μ.μ.

Ομιλητές θα είναι ο σφακιανός λαογράφος Κανάκης Ιερωνυμάκης και ο Σήφης Μιχελο-
γιάννης, υπεύθυνος τομέα Κρήτης της Δ.Ε.Φ.Ν.Κ.

Το δεύτερο μέρος της εκδήλωσης θα ανήκει στο μουσικό πρόγραμμα που έχουν ετοιμάσει η
καθηγήτρια Άρτεμις Ματσαμάκη με τους μαθητές του Λυκείου Σφακίων, Την εκδήλωση θα
χαιρετίσουν ο Δήμαρχος Σφακίων κος Γιάννης Ζερβός και η πρόεδρος του Συλλόγου Απο-
φοίτων της Ελληνογαλλικής Σχολής κα Καίτη Κουτρομπά.

ΓΙΑ ΤΗΝ ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΗ ΚΥΔΩΝΙΑΣ ΚΑΙ ΑΠΟΚΟΡΩΝΟΥ

Συναυλία αγάπης με τον Κώστα Μακεδόνα

Συναυλία αγάπης και αλληλεγγύης με τον
Κώστα Μακεδόνα οργανώνει η Ιερά Μητρό-
πολη Κυδωνίας και Αποκορώνου την Τετάρτη
28 Ιουνίου στο Θέατρο της Ανατολικής Τάφρου
με σκοπό την ενίσχυση του φιλανθρωπικού της
έργου.

Η συναυλία θα ξεκινήσει στις 9 μ.μ. με γενική
είσοδο 13 ευρώ.

Προπώληση: Γραφεία Ιεράς Μητροπόλεως Κυ-
δωνίας και Αποκορώνου, Πλατεία Δημοτικής
Αγοράς. Διοργάνωση: Ιερά Μητρόπολη Κυδω-
νίας και Αποκορώνου. Συνδιοργάνωση: Δήμος
Χανίων Κεπεδην-Καμ, Κοινοφελής Επιχείρηση
Δήμου Αποκορώνου, Δήμος Πλατανιά,
ΔΕΥΑΒΑ.

Vamos Art & Thought presents

JAZZ in JULY 2017 FESTIVAL

ΣΑΒΒΑΤΟ 1/7 Datfunk Band Jazz Trio
Φυλαχτείτε απ' το funk! Ένας εκρηκτικός jazz-funk ήχος!

ΔΕΥΤΕΡΑ 3/7 Next Step Quintet
Μια σύγχρονη jazz παράγωγή. Ένα πολύ σημαντικό Ελληνικό jazz group των καιρών μας!

ΤΡΙΤΗ 11/7 Feetwarmers Jazz Sextet
Κλασσική jazz από τη Νορβηγία, γιατί το φεστιβάλ “Jazz in July” γίνεται διεθνές!

ΤΕΤΑΡΤΗ 12/7 Takis Barberis Group
Ο διακεκριμένος κιθαρίστας Τάκης Μπαρμπερίης, μια κεντρική φιγούρα της Ελληνικής jazz σκηνής, με το ολοκαίνουργιο κουαρτέτο!

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 14/7 Maria Manousaki Group featuring Haig Yazdjian
Οι σπουδαίοι εκπρόσωποι της ελληνικής jazz σε μια μοναδική συναυλία!

ΤΡΙΤΗ 18/7 Zacharis Spyridakis/Gabriel Karapatakis/Hub Hildenbrand Trio
Ένα διαπολιτισμικό jazz project βασισμένο σε πρωτότυπες ηχητικές ιδέες των σπουδαίων βιρτουόζων!

ΣΑΒΒΑΤΟ 22/7 Lefteris Christofis Quartet
Ο ζεστός Μεσογειακός ήχος του λυρικού jazz κιθαρίστα-συνθέτη Λεωτέρη Χριστοφί με το διεθνές κουαρτέτο του!

ΚΥΡΙΑΚΗ 23/7 Nana Simopoulos + World Jazz Ensemble
World jazz-fusion από την διάσημη συνθέτρια, πολυοργανίστρια και παιδαγωγό Νάνα Σιμόπουλος. Από τη Νέα Υόρκη στο Βάμο!

Τοποθεσία: Αμφιθέατρο “β” Βάμο
(δρόμος Βάμος-Γεωργιούπολη/Ρέθυμνο)
Ώρα για σόου: **21:00** - Εισιτήρια: στο τουριστικό γραφείο “Vamos village”, στο “Χασομέρι” και στην ταβέρνα “Στέρνα του Μπλουμσφίλντ” στο Βάμο, καθώς και στο βιβλιοπωλείο “Μικρό Καραβί”, Δασκαλογιάννη 59, τηλ. 2821401648, στα Χανιά.
Εισιτήρια: €12,- • από προπώληση €10,- • για το σύνολο των συναυλιών €70,-
Πληροφορίες: mob. 693 998 3958, E-mail: vamosart@gmail.com

VAMOS ART & Thought

Κείμενο – φωτογραφίες
ΝΙΚΟΣ ΛΑΤΙΝΑΚΗΣ
nikoscandia@gmail.com

Πανοραμική άποψη
του Όρμου της Αγίας
Ρουμέλης από τον
“καλό πόρο” στην
Σελούδα.

“...Εις έρημον τόπον Οπίσω Αιγιαλόν...”

Αγιος Παύλος Σφακίων

■ Μην με ακολουθάτε, είμαι χαμένος...

Στις νότιες απολήξεις των κεντρικών Λευκών ορέων εκεί που γυμνές κορφές και οι μαδάρες γέρνουν, χαμηλώνουν νότια προς τα φαράγγια της Σαμαριάς και της Ελιγιάς, δίνουν την θέση τους στα πυκνοδασομένα βουνά τα οποία με την σειρά τους πέφτουν απότομα στην θάλασσα του Λιβυκού, σχηματίζοντας μία μοναδική ακτογραμμή με τον Όρμο της Αγ. Ρουμέλης.

Ανατολικά του όρμου και του οικισμού της Αγ. Ρουμέλης στα 4.5 χλμ, μέσω παραλιακού μονοπατιού, σχηματίζεται η παραλία του Αγ. Παύλου.

Μια τοποθεσία ερημική αφού δεν υπάρχουν δρόμοι παρά μόνο φαράγγια, μονοπάτια και τα δασωμένα από πεύκα γκρεμνά που κρατούν δυτικά από το φαράγγι της Ελιγιάς και την κορφή Παπά Κεφάλια έως πέρα ανατολικά στο μικρό ακρωτήριο πλάκα και στην τοποθεσία Σελούδα ψηλότερα στο Περίτεχνο καλντερίμι που οδηγεί βόρεια στο χωριό Αγ. Ιωάννη των Σφακίων.

Αυτά τα δασωμένα γκρεμνά πέφτουν απότομα, σχεδόν κάθετα από τα 600μ ύψος ως τους αμμόλοφους και την παραλία του Αγ. Παύλου. Ανατολικά της παραλίας από το μονοπάτι Ε4 βρίσκονται οι όρμοι Μάρμαρα του Φοίνικα του Λουτρού και Χώρας Σφακίων.

Σ' αυτήν την ερημική παραλία επί χίλια χρόνια στέκεται αλώβητος από τα κύματα του Λιβυκού πελάγους αλλά και τον πανδαμάτωρα χρόνο, ο αξιοθαύμαστος ιερός ναός του Αγ. Παύλου ...

Παραλία και ναός υπάγονται διοικητικά στο ορεινό χωριό Αγ. Ιωάννης Σφακίων και στην εκεί εκκλησία του Ιωάννου του Θεολόγου (Γ' Αρχιερατική Περιφέρεια Επαρχίας Σφακίων Ιεράς Μητροπόλεως Λάμπης, Συβρίτου και Σφακίων).

Η παραλία αυτή μέχρι και την κτίση του ναού γύρω στα 1040μ.χ. έφερε το πανάρχαιο τοπωνύμιο «Οπίσω Γιαλός» όπως μαθαίνουμε από τα χειρόγραφα της διαθήκης του κτήτορα του ναού Αγ. Ιωάννη του Ξένου. Αντίστοιχο τοπωνύμιο με αντίθετη του «Οπίσω» έννοια που διατηρείται ακόμη, φέρει η παραθαλάσσια γειτονιά της Χώρας Σφακίων ο Μπρός γιαλος (Ομπρός Γιαλός).

Τα τοπωνύμια αυτά έρχονται από πολύ παλιά πριν την έναρξη της Αραβοκρατίας 826 μ.χ (πιθανά να ακούγονταν ακόμη και από την Ελληνιστική-Ρωμαϊκή περίοδο), έχουν να κάνουν με την κυρίαρχη θέση της αρχαίας πόλης Φοίνικας στην Σφακιανή ακτογραμμή που αποτελούσε σημαντικό λιμάνι της Νότιας Κρήτης και επίνειο της αρχαίας Ανώπολης και της αρχαίας Αραδίν.

«Με βάση την σημαίνουσα θέση της πόλης αυτής προσδιορίστηκαν οι αιγιαλοί σε Ομπρός

και Πίσω.....» (Γιώργης Γρ. Σταματάκης Κρητικό Πανόραμα τ.23 σ102)

Τα παιχνίδια των ανέμων και της φύσης

Αυτή η μοναδική και ερημική παραλία του Αγ. Παύλου μήκους 1,5 χλμ είναι ανοιχτή με το μεγάλο καμπύλο περίγραμμα της στο Λιβυκό Πέλαγο. Όσο κι αν φαίνεται απάνεμη, είναι αποτέλεσμα αιώνιων φυσικών διεργασιών με πρωταγωνιστή τους ανέμους.

Απώντος του Βοριά, λόγω του τεράστιου δασομένου ορεινού όγκου που ορθώνεται επιβλητικά πίσω από την παραλία, ανεμπόδιοι ο Λεβάντες, Ο Σορόκος, η Όστρια, ο Γαρμπής, ο Πουνέντες ακόμη και ο Μαΐστρος κάνουν τα δικά τους παιχνίδια ανάλογα με την ένταση τους ανοιχτά του πελάγους...

Καθοδηγούν την θάλασσα του Λιβυκού σ' ένα αιώνιο παιχνίδι δημιουργίας εναλσοσόμενων χρωμάτων του νερού και της παραλίας με τους τεράστιους αμμόλοφους.

Γι' αυτό η λουλουκιά θάλασσα του Λιβυκού

σ' αυτήν την παραλία σχηματίζει αλλεπάλληλους χρωματισμούς σ' όλες τις αποχρώσεις του Μπλέ, γαλάζιου, πράσινου ακόμη και του άσπρου...

Γι' αυτό είναι ασίγαστος ο φλοίσβος του νερού...

Γι' αυτό οι αμμόλοφοι φθάνουν σ' ορισμένα σημεία μέχρι τα τριάντα και σαράντα μέτρα ύψος, αναλαμβάνουν ρόλο «μεσολαβητή» στην αιώνια «κόντρα» μεταξύ ανέμων – θάλασσας με το βουνό και το πευκόδασος.

Να σταματούν, να οριοθετούν οι αμμόλοφοι το άπλωμα της ρίζας του πεύκου προς την θάλασσα... ίσα να παίρνει την αλμύρα. Μονάχα αυτό το καθαίο νερό των Λευκών Ορέων υπογεία βρίσκει τον δρόμο προς την θάλασσα.

Σ' ένα σημείο της παραλίας λίγα μέτρα πιο κάτω από το Ιερό του Ναού του Αγίου Παύλου αναβλύζει πηγαία μικρός ποταμός και χύνεται με ορμή στη θάλασσα – όταν τα χιόνια είναι αρκετά στα Λευκά Όρη. Τόσο όσο χρειάζεται για να γλυκαίνει η θάλασσα του Λιβυκού έτσι ώστε όταν αυτό ξαναγυρίζει με την δυνατή Όστρια,

κύμα ολόκληρο να φτάνει μέχρι και το τρουλαίο κτίσμα του Αγ. Παύλου, νά 'ναι αυτή η γλυκάδα του νερού, η φυσική αντιδιαβρωτική προστασία του.

Πασχίζει αιώνες τώρα το βουνό να οργάνωση την άμυνα του για την διάβρωση της γής από την θάλασσα. Κατακρημνίζει τεράστιους όγκους βράχων από την μάζα του, με την βοήθεια της βροχής και των σεισμών, οι οποίοι κατακυλώντας έχουν εναποτεθεί στις αμμουτσιές πλακούρες γυμνοί και όρθιοι, μετέωροι και ακλώνητοι να αποτελούν τον φυσικό κυματοθραύστη...

Ενας μεγάλος βράχος έχει κυλήσει μέσα στην θάλασσα (προφανώς πριν την κτίση του ναού) μπροστά από τον Αγ. Παύλο. Ναός και βράχος δίνουν από κοινού την μάχη, στέκονται και αντιστέκονται στον χρόνο και την θάλασσα.. Έτσι όπως ορθώνεται από το νερό αιώνια αγκυροβολημένος όπως είναι διχάζει τα κύματα μειώνει την ορμή τους όταν αυτά κατευθύνονται προς τον ναό.

Τον Χειμώνα σε μέρες με ηλιοφάνεια μετά



Ναός και βράχος αιώνες τώρα από κοινού στέκονται και αντιστέκονται στον χρόνο και στη θάλασσα.

από βροχές η καθαρότητα των χρωμάτων σε συνδυασμό με την απουσία της ζέστης του καλοκαιριού προσδίδουν μια άλλη διάσταση ζωής στην ερημικότητα του τοπίου της παραλίας... Αλαφραίνει ο τόπος, αμμόλοφοι και γυμνοί βράχοι χάνουν από τον όγκο και το βάρος τους, απόντος της ανθρώπινης παρουσίας, πρωταγωνιστούν ελεύθερα στον χώρο.

Μαζί με το κτίσμα του Αγ. Παύλου, που στέκει όρθιο σε σχήμα σταυρού με την ανάλαφρη βοτσαλωτή δόμηση του στις τοικοποιίες του, να δένει μ’αυτό το προικισμένο φυσικό περιβάλλον ως αναπόσπαστο μέρος του...

Είναι όμως και αυτή η αδιάκοπη εναλλαγή της μέρας με την νύχτα σ’ αυτήν την ερημική παραλία. Όταν ο ήλιος σιγά – σιγά αποσύρεται από τούτο το κομμάτι της γής τα φθινοπωρινά σούρουπα καθώς βουτάει ανοικτά του πελάγους της Αγ. Ρουμέλης αφήνει αυτήν την χρυσοκόκκινη ανταύγεια του, στο χρώμα της φωτιάς, βαθειά στον ορίζοντα και στην θάλασσα του Λιβυκού.

Είναι μία χρωμάτινη λουρίδα στενή και πορφυρή ανοικτά του πελάγους χρυσοκόκκινη να τρεμοπαίζει με το λουλακί του νερού καθώς απλώνεται στην θάλασσα όσο έρχεται προς την ακτή, να κυριεύει τελικά βγαίνοντας, τον τόπο όλο.

Παλεύει τούτη την ώρα η νύχτα με την μέρα καθώς ο ήλιος ξεψυχά στο πέλαγος.

Ο ναός, οι αμμόλοφοι, το δάσος πίσω και τα γκρεμνά παίρνουν ξέθωρους χρωματισμούς του μώβ, ο ναός του Αγ. Παύλου και το τρουλαίο κτίσμα του αποκτούν με φόντο τους αμμόλοφους πίσω του αλλεπάλληλες μέσα σε δευτερόλεπτα γλυκές – απαλές γίννες χρωματικές διαστάσεις και αποχρώσεις της ερήμης...

Μέχρι να κυριαρχήσει το μαύρο της νύχτας.

Τότε που το φθινοπωρινό λιγοστό φεγγάρι πέφτει νωρίς- νωρίς, βιαστικά δυτικά της Γαυδοπούλας στο πέλαγος και αποκαλύπτεται ένας άλλος ουράνιος έναστρος κόσμος πάνω από την απέραντη σκοτεινή πια θάλασσα του Λιβυκού.

Τότε ένας βαθύς ίσκιος φανερώνει το μπί του. Το μαύρο σκοτεινό καμπυλόγραμμο περίγραμμα του, (του ορεινού όγκου), από την μια μεριά του όρμου έως την άλλη, να σφικτοδένει την ανθρώπινη παρουσία δίνοντας στην νύχτα μια ονειρική υπόσταση κάποιου άλλου κόσμου... Χωρίς περιθώριο διαφυγής.

Μονάχα το ακνό φως των επτά κεριών που αντιφεγγίζει από τις επτά άτεχνες μικρές – σαν παιδικού κάστρου στην άμμο – θυρίδες του τρουλαίου κτίσματος του ναού και τα λιγοστά απόμακρα φωτάκια σαν πυγολαμπίδες μεσ’ στη νύχτα της Αγ. Ρουμέλης να επαναφέρουν, να θυμίζουν την επι γής μας παρουσία...

Το διεθνές μοναπάτι Ε4 και ο Αγ. Παύλος

Ενας κόσμος διαφορετικός στην κοულτούρα και την ποιότητα ως προς το περιεχόμενο της έννοιας «διακοπές» απ’ αυτόν των βορείων παραλίων (του μαζικού τουρισμού) κινείται αδιάκοπα, περιπλανάται σ’αυτά τα μέρη ...στους Οπίσω Γιαλούς ιδιαίτερα κατά τους φθινοπωρινούς μήνες. Δεκάδες άνθρωποι κάθε ηλικίας φύλλου θρησκευάτος και εθνικότητας γνωρίζουν περπατούν, ιδρώνουν, καθημερινά στο μονοπάτι του Ε4 για να νοιώσουν και να βιώσουν την ομορφιά και την απλότητα στις έννοιες περιβάλλον – Ιστορία – Φύση σ’αυτούς τους τόπους.

Απαραίτητη η στάση για όλους, λες και το επιβάλλει κάποιος άγραφος νόμος, στον Αγ. Παύλο. Λές και έρχονται ακόμη –πλήθος πιστών – να ακούσουν τον λόγο και να δούν τον Αϊ – κύρ Γιάννη τον Ξένο που ασκήτεψε εδώ πρίν από 1.000 χρόνια

Δυτικότερα του ναού στα 200μ. περίπου και λίγο πιο ψηλά τραβηγμένο από την παραλία, σχεδόν κρυμμένο από τους αμμόλοφους από την μεριά του βοριά, προβάλλει και το μοναδικό «σύγχρονο» κτίσμα σ’ αυτήν την παραλία.

Ένα «τρίκλιντο» κεραμοσκεπές κτίσμα τριών μικρών συνεχόμενων δωματίων και ισόγειας απλής αυλής με καλαμοσκεπή, χώρος απλής και λιτής εστίασης για τους οδοιπόρους, ή απλού αγναντέματος και χαλάρωσης με την μόνιμη παρουσία της αγκυροβολημένης στην θάλασσα βάρκας.

Το «ντεκόρ» της αυλής εκτός από τα θαλασσινά βότσαλα στα πεζούλια, και των δύο βράχων που ορθώνονται στην άκρη της, συμπληρώνει ο κάθε λογής εξοπλισμός των περιπλανόμενων από Σούγια ή Αγ. Ρουμέλη προς χώρα Σφακίων, αραδιασμένος στην αυλή και τα πεζούλια:

Χρωματιστά σακίδια, μπατόν, σκονισμένες μπότες ορειβασίας κλπ. Η εικόνα αυτή του αραδιασμένου εξοπλισμού, δηλώνει και τον χαρακτήρα αυτού του κτίσματος.Αντιγράφουμε από τον αξιόπιστο και διεθνώς ανεγνωρισμένο ορειβατικό χάρτη 11.11 της Ανάβασης.

«Παρόλο που είναι κοντα στην Αγ. Ρουμέλη η ταβέρνα αυτή αποτελεί τον αγαπημένο σταθμό για όσους κάνουν την διάσχιση Αγ. Ρουμέλη – Σφακιά, Εξυπηρέτηση, πληροφορίες...»

Ο ναός, οι ...γρίφοι της Ιστορίας, η Επιστήμη και η Παράδοση

Ο ναός του Αγ. Παύλου είναι από τα λίγα κτίσματα – μνημεία – της Μεζοβυζαντινής περιόδου, έχει προσδιορισθεί έπειτα από έρευνα η κτίση του στις αρχές του 11ου αιώνα και γύρω στα 1040μ.χ. μόλις 80 χρόνια από την λήξη της Αραβοκρατίας (826-961μχ) με την επαναφορά των Βυζαντινών στο νησί Β΄ Βυζ. Περίοδος (961-1205), που παραμένει στο σύνολό του ατόφιος, με ελάχιστες επιδιορθώσεις, όπως ήταν όταν ανεγέρθηκε.

Λες και ο δημιουργός του αλλά και οι τεχνίτες που τον έκτισαν πρίν 1.000 χρόνια ήθελαν μ’ αυτόν τον ναό να αφήσουν απτά σημάδια στους σημερινούς επιστήμονες αρχαιολόγους – αρχιτέκτονες-ιστορικούς να μελετήσουν την αρχιτεκτονική την τεχνοτροπία την ναοδομία την ιστορία του.

Η ναοδομία του ανήκει στον τύπο του Ελεύθερου Σταυρού με τρούλο. Ο τύπος αυτός αποτελεί εξέλιξη της Σταυρικής Βασιλικής. Οι τέσσερις κεραίες μένουν ελεύθερες και το κεντρικό τμήμα καλύπτεται με τρούλο.

Δεν είναι τυχαίο ότι ο Αναστάσιος Ορλάνδος (1887-1979) αρχιτέκτονας, αρχαιολόγος, ακαδημαϊκός από τους σπουδαιότερους ερευνητές της Ελληνικής αρχιτεκτονικής και από τους θεμελιωτές της επιστήμης της Βυζαντινής τέχνης στην Ελλάδα και της Εκκλ. Αρχιτεκτονικής, ο επιστήμονας που αναστήλωσε την Ακρόπολη (1910-1917) και πλήθος μνημείων, μελέτησε και ασχολήθηκε με τα κτίσματα, τους ναούς του Αϊ – Γιάννη του Ξένου στα Χανιά.

Σύμφωνα με την κατάταξη του Αν. Ορλάνδου ο ναός του Αγ. Παύλου ανήκει στην παραλλαγή Ι που τον χαρακτηρίζουν τέσσερα, ισομήκη ή περίπου ισομήκη σκέλη που με μικρή εξοχή σχηματίζουν τον λεγόμενο «Ελληνικό» Σταυρό.

Ο αρχιτέκτονας από το Ηράκλειο Κων/νος Λασιθιωτάκης, με πλούσιο έργο στην εκκλησιαστική αρχιτεκτονική, ανέλαβε το 1961 μικρά έργα προστασίας του ναού και περιγράφει:

«Απορείς πώς και γιατί ανοικοδομήθηκε ένας τέτοιος ναός, μάλιστα με πολλή φροντίδα κτισμένος, σ’ αυτήν την απρόσιτη ερημιά τόσο μακριά από τους ανθρώπους....Η κατασκευή είναι έντεχνη τόσο που προξενεί εντύπωση όταν μάλιστα κανείς έχει υπ’ όψιν του πόσο δύσκολοι είναι οι κατασκευαστικοί όροι της περιοχής. Με ιδιαίτερη φροντίδα έχει δουλευτεί η δυτική όψη με τις γωνιακές παραστάδες που φέρνουν τα τόξα καθώς αυξάνεται βαθμιδωτά το πλάτος τους και αποκτά μια ελαφρότητα το κτίσμα από την πλευρά αυτήν...».

Η αρχαιολόγος Αγγελάκη Βασιλική (εφορία αρχαιοτήτων Ρεθύμνου) στην πτυχιακή της εργασία ειδικεύσης το 2006: Η Παναγία στα Μυριοκέφαλα, ο Αϊ-κύρ Γιάννης στον Αλικιανό και ο Αγ. Παύλος στα Σφακιά, όψεις στην μεσοβυζαντινή αρχιτεκτονική στην Κρήτη, σημειώνει: «...μολοντί τα μορφολογικά χαρακτηριστικά του Αγ. Παύλου συναντιούνται και σε άλλα μνημεία της Κρήτης, ως πλάσιμο όγκων και τελικό αρχιτεκτονικό και μορφολογικό αποτέλεσμα ο ναός δεν ομοιάζει με κανένα σωζόμενο μεσοβυζαντινό μνημείο της Κρήτης..» «...οι κεραίες του στεγάζονται με ημικυλινδρικές καμάρες στην διασταύρωση των οποίων υψώνεται τρούλος με κυλινδρικό τύμπανο Κατασκευασμένο από θαλάσσιες πέτρες και πορόλιθους... Μετά τον Αγ. Παντελεήμονα στα Νοπήγια ο Αγ. Παύλος αποτελεί το τελευταίο σωζόμενο μνημείο



Το πανάρχαιο μονοπάτι, περίτεχνο καλντερίμι, η μοναδική προ αιώνων πρόσβαση των υλοτόμων του παλιού οικισμού της Αγ. Ρουμέλης -πάντα μέσω Αγ. Παύλου- με τα χωριά των κτηνοτρόφων στα οροπέδια του Αη Γιάννη και της Ανώπολης Σφακίων.

της μεσοβυζαντινής περιόδου στο οποίο εφαρμόζεται αυτός ο τύπος τυμπάνου...».

Τον κτήτορα του ναού τον μαθαίνουμε από την διαθήκη και το αυτοβιογραφικό κείμενο του Αϊ – Κυρ. Γιάννη του Ξένου από χειρόγραφο της Οξφορδης του 15ου -16ου αιώνα που πρωτοδημοσίευσε ο Βολλανδιστής μοναχός Hippolyte Delehaye το 1921 και αναδημοσίευσε στα Κρητικά Χρονικά το 1948 ο Ν. Β. Τωμαδάκης ακαδημαϊκός (1907-1993) και όχι από αυτούσιο ίδιον χειρόγραφο του Αγίου την Χρονολογία που κοιμήθηκε στο Καβούσι Κισσάμου 11ος αιώνας.

Μεταγενέστερη παραλλαγή του χειρόγραφου αυτού σώθηκε σε χειρόγραφο στα Τσουρουνιανά Κισσάμου γραμμένο το 1844 από αντιγραφή παλαιότερου του 1703, του οποίου όμως αγνοείται η τύχη του όπως και μεταγενέστερου που υπήρχε στα Μυριοκέφαλα Ρεθύμνου.

Σύμφωνα με έρευνα του Γ. Αντουράκη (1936-2006) επίσης ακαδημαϊκός του αρχειότερο κείμενο, αυτό της Οξφόρδης είναι αυθεντικότερο, προέρχεται είτε από την γραφίδα του αγίου είτε αποτελεί μεταγενέστερο αντίγραφο της ιδιόχειρης συγγραφής του.

Παρά την ανεπάρκεια αρχαιολογικών ευρημάτων, για την πλήρη ταυτοποίηση βίου του Αγίου και των Ναών του, με την συμβολή νεότερων επιστημόνων όπως Μιχάλη Ανδριανάκη αρχαιολόγου και από εργασίες ειδικών κρητολογικών συνεδρίων έχουν αποσαφηνισθεί κάποια θέματα που έχουν να κάνουν με τον βίο του Αγίου, τα έργα του, τα κείμενα του, την λανθασμένη παλιότερα ταύτιση του με άλλον άγιο, θέματα ναοδομίας και χρονολόγησης των ναών του Ιωάννη του Ξένου.

Ο ναός του Αγ. Παύλου έχει ταυτοποιηθεί με

τον κτήτορα του από τις πληροφορίες του βίου του, το τοπωνύμιο της θέσης του και ως προς την χρονολόγηση του ναού.

Όμως παραμένει ο γρίφος ως προς την θέση του ναού να βασίζεται σε ενδείξεις – υποθέσεις και στην παράδοση.

Γιατί σ’αυτήν την θέση; Σ’αυτήν την απρόσιτη παραλία;

Ο Αϊ-Κυρ Γιάννης ο Ξένος στα πλαίσια του «ιεραποστολικού» του έργου και της δημιουργικής περιπλάνησης του από τον Σίβα της Μεσσαράς ως το Καβούσι Κισάμου στα χρόνια της αναμόρφωσης της μετά Αραβοκρατίας εποχής αναζητούσε τα βήματα του Απόστολου Παύλου όταν με πλοίο πέρασε από την Κρήτη.

Αναζήτησε την αρχαία πόλη Φοίνικα της Αγ. Γραφής μέρος της οποίας αποτελεί σήμερα το Λουτρό Σφακίων. Η ακμή της αρχαίας πόλης Φοίνικας οφειλόταν στο ασφαλές και απάνεμο λιμάνι της. Χάρη σ’ αυτό μνημονεύεται στην Αγία Γραφή (Καινή Διαθήκη-Πράξεις Αποστόλων). Όταν το καράβι που πήγαινε τον Παύλο να δικαστεί στην Ρώμη βρήκε δυνατούς ανέμους στους καλούς Λιμένες της Μεσσαράς «...τινά καλούμενο καλούς Λιμένας ως εγγύς νη πόλις Λασσαία...»

«...ανεθέτου δε του λιμένος υπάρχοντος προς παραχειμασίαν οι πλείους εθεντο βουλήν ανακθῆναι κακεῖθεν, εἰ πως δύναιτο καταντήσαντες εἰς Φοίνικα παραχειμάσαι, λιμένα της Κρήτης βλέποντα κατὰ λίβα και κατὰ χώρον...».

Δεν μπόρεσαν όμως να «ποδίσουν»γιατί ο άνεμος «...ο καλούμενος Ευροκλείδων...» θερμός δυνατός νοτιανατολικός άνεμος που δημιουργεί σφοδρή θαλασσοταραχή, τους έσπρωξε προς την Γαύδο.

«...συναρπασθέντος δε του πλοίου.. εφερό-



Παρηγοριά μέσα στην ερημιά του τόπου για τον περιπλανώμενο το νερό της πηγής και ψυχική ανάσα ο Ναός του Αγίου Παύλου.



Κατά Λίβα και κατά χώρο. Η απόλυτη σιωπή, Άγιος Παύλος, η πηγή και ο βράχος.

μεθα νησίον δε τι υποδραμόντες καλούμενην Κλαύδην μόλις ισχύσαμεν...» (Κλαύδη: Η Γαύδος σήμερα).

Εν τέλει όπως πληροφορούμαστε σε παρακάτω εδάφιο των κειμένων της Αγ. Γραφής το ηλίοιο του αποστόλου Παύλου εναυάγησε στην νήσο Μίλντο, σημερινή Μάλτα...

Στο «οδοιπορικό των Σφακίων» το 1969 ο Γ. Μανουσάκης περιγράφει: «...Τώρα τα απομεινάρια του αρχαίου Φοίνικα είναι σπαρμένα ανάμεσα σε χαρουπιές, βράχους και θάμνα. Τοίχοι από απροσδιόριστα χτίρια μαυρισμένα από τον καιρό γειτονεύουν με σύγχρονους σταχτωπούς ξεροτρόχαλους. Λίγο πιο πάνω από το χώμα υψώνεται εδώ μία βάση κολόνας, εκεί δύο σκαλοπάτια, παραπέρα τα υπολείμματα ενός τόξου.

Η κόγχη του Αγ. Παύλου μιας μεγάλης Βασιλικής που ήταν μητρόπολη στα (πρώτα) βυζαντινά χρόνια, ξεχωρίζει στον χώρο των ερειπίων.

Στην θέση του Ιερού στέκεται, πάνω σε δύο μικρές μαρμαρίνες κολόνες ένα εικονοστάσι...»

Αυτήν την μεγάλη παλιά Βασιλική που υπήρχε προς τιμήν του Απόστολου Παύλου και τα ερείπια της αναζήτησε στον αρχαίο Φοίνικα ο Αι Ιωάννης ο Ξένος. Για να οικοδομήσει στην αρχαία θέση της τον ναό του Αγ. Παύλου.

Για κάποιους άγνωστους σ' εμάς λόγους οδηγήθηκε δυτικότερα ανάμεσα των ερειπίων του αρχαίου Φοίνικα και της Αρχαίας Τάρας «...εις έρημον τόπον Οπίσω Αιγιαλόν...» και ίδρυσε «ευκτήριο» τον Αγ. Παύλο (οίκο προσευχής) τον ναό που βλέπουμε σήμερα.

Δεν θα πρέπει να διαφεύγει της προσοχής μας όμως ότι για την παραλία αυτή, όπως και για αρκετές στην νότια Κρήτη, διατηρείται η παράδοση σύμφωνα με την οποία τον χώρο, την παραλία του Οπίσω Γιαλού είχε επισκεφθεί ο Απόστολος Παύλος και είχε βαπτίσει Χριστιανούς.

Ο Φλωρεντιανός Μοναχός περιηγητής Μπουοντελμόντι στα 1415 αναφέρει: «...είδα κάτω από αυτές τις υψηλές ακτές το εκκλησάκι του Αγ. Παύλου που κοντά του αναπηδά από μικρές φλέβες μεγάλη ποσότητα ψυχρότατου νερού. Ο Άρνος μας (ποταμός της Ιταλίας) με δυσκολία θα υπερηφανευόταν ότι έχει το διπλάσιο. Υστερα από μια μικρή διαδρομή, αυτά τα νερά χύνονται στην θάλασσα. Λένε ότι σ' αυτήν την εκκλησία ήλθε ο απόστολος Παύλος που δίδαξε το λόγο της αλήθειας και προσήλυτισε πολλούς ανθρώπους στην Χριστιανική πίστη.

Τώρα οι μοναχοί φροντίζουν την εκκλησία αυτή...».

Ανεξάρτητα από την Ιστορική Αλήθεια, η παράδοση και μόνο, η αναφορά των βιβλικών τόπων Φοίνικα – Γαύδου, η ύπαρξη παλαιότερα της Βασιλικής του Αγ. Παύλου στην περιοχή, η ερημότητα του τόπου σε συνδυασμό με την ύπαρξη του ναού του Αγ. Παύλου προσδίδεται μια ιστορικότητα και αγιότητα στον χώρο.

Ισως έτσι δικαιολογείται η ανέγερση του ναού στην παραλία αυτή σχεδόν πάνω στην άμμο και δίπλα στην πηγή που αναβλύζει το νερό των Λευκών Ορέων.

Σ' αυτήν την πηγή που αναβλύζει το νερό των Λευκών Ορέων ο αείμνηστος Σφακιανός Παπάς

Γιώργης, που κράτησε ζωντανό τον ναό επί δεκαετίες, όταν γίνονταν βάπτισμα και λόγω κακοκαιρίας πήγαινε με τα πόδια, αντί της κολυμβήθρας που δεν μπορούσε να κουβαλά, ετελούσε το μυστήριο της βάπτισης σ' αυτήν την πηγή...

Η λησμονιά των σημερινών ανθρώπων

Ο ναός του Αγ. Παύλου σήμερα συνεχίζει να στέκεται αλώβητος και ατόφιος αφημένος στην ερημότητα του τόπου χωρίς την φροντίδα της επίσημης συντήρησης του.

Σ' αυτόν τον τόπο τον Οπίσω Αιγιαλόν πρίν χίλια χρόνια αναζητήθηκαν τα πρώτα βήματα του απόστολου των Εθνών και κατά συνέπεια τα πρώτα βήματα για την εξάπλωση του Χριστιανισμού στην Μεγαλόνησο, με το αποστολικό πέρασμα.

Σημαντικά Ιστορικά γεγονότα. Ξεχασμένα; Το αξιοθαύμαστο αυτό κτίσμα συμβολίζει ακριβώς αυτά τα γεγονότα όσο θα υπάρχει...

Δεν μπορεί να διανοηθούμε ότι μπορεί να καταρρεύσει ή και να υποστεί σοβαρές ζημιές... από την λησμονιά των ανθρώπων. Γιατί στον πανδαμάτωρα χρόνο και στα κύματα του Λιβυκού απέδειξε ότι αντέχει.

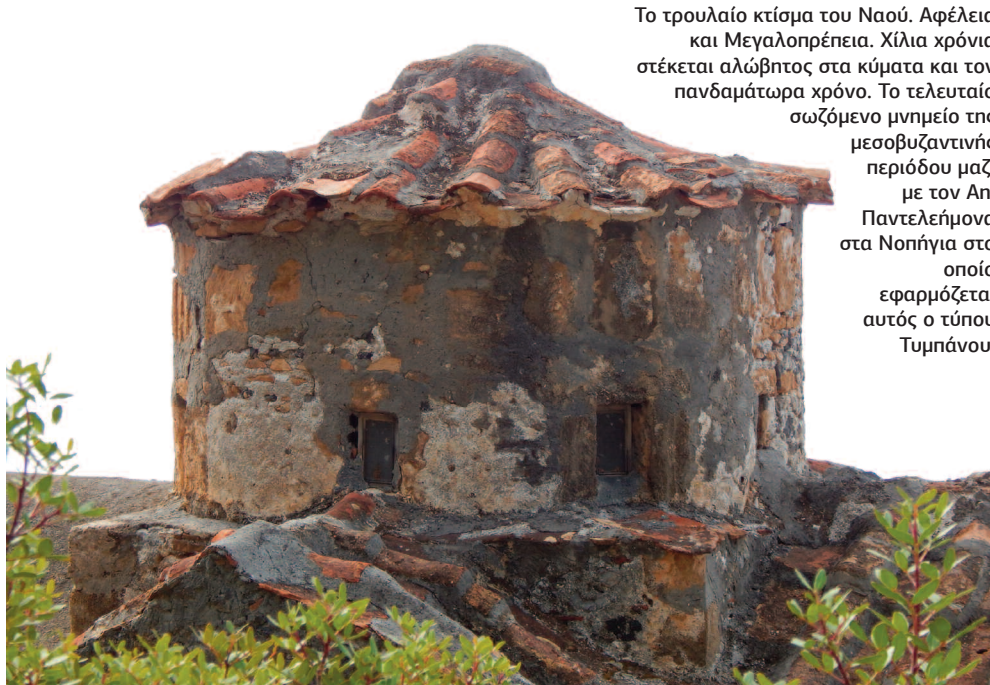
Στην λησμονιά όμως θ' αντέξει;

Τελικώς η Αραβοκρατία που έκανε ερείπια την μεγάλη Βασιλική του Αποστόλου Παύλου στον αρχαίο Φοίνικα στο ακρωτήριο Μούρες δυτικά του Λουτρού, σε τι θα διαφέρει από την Λησμονιά; «...Το βαρύ, μονολιθικό υπέρθυρο, από φαιά λατυποπαγή πέτρα διαστάσεων 1,15Χ0,50Χ0,21...» που περιέγραψε το 1961 ο Κων/νος Λασιθιωτάκης, έχει κόψει (διαμπερές) τώρα και αρκετά χρόνια...

Η νότια τοικοποιία του ναού από την πλευρά της θάλασσας ανοίγει από ψηλά στην ανατολική πλευρά.. Τα βότσαλα που έχουν τοποθετηθεί μεταξύ των αρχιτεκτονικών μελών (των πορόλιθων) σ' ορισμένα σημεία έχουν πέσει μ' αποτέλεσμα κάποια στιγμή να πέσουν και οι πορόλιθοι ...

Όσο υπάρχει αυτός ο ναός θα θυμίζει σ' εμάς αλλά και σε μελλοντικές γενναίες ότι αυτός ο τόπος είναι βιβλικός, άρα Άγιος τόπος, Τόπος ερημικός και Ιστορικός και έτσι πρέπει να παραμείνει. Με «ζωντανό» όμως το τεκμήριο του. Τον Αγ. Παύλο. Και οι... πατημασιές των περιπατητών και περιπλανώμενων στους αμμόλοφους του Αγ. Παύλου που κατά πολύ παράδοξο τρόπο μένουν ανέπαφες καθ' όλη την περίοδο του Χειμώνα, δείχνουν την πολύτιμη ανθρώπινη παρουσία, έστω λιγοστής και πολυεθνικής, έστω μοναχικής και εποχικής που σέβεται χωρίς να ξέρει πολλά.. αλλά βλέπει και αισθάνεται.. που φυλάσσει άθελά του φύση-ιστορία-ναό ανεξαρτήτως εθνότητας και πίστης.

Αυτές οι πατημασιές αυτά τα ίχνη των ανθρώπων στους αμμόλοφους που δεν σβήνουν αλλά μένουν χρονιά με την χρονιά στην άμμο σαν στάμπα, έχουν να κάνουν με τα βήματα του απόστολου των εθνών; Και τα βήματα του Κτή-τωρα του ναού Ιωάννη του Ξένου από την ασκητική περιπλάνηση και οδοιπορία του;



Το τρουλαίο κτίσμα του Ναού. Αφέλεια και Μεγαλοπρέπεια. Χίλια χρόνια στέκεται αλώβητος στα κύματα και τον πανδαμάτωρα χρόνο. Το τελευταίο σωζόμενο μνημείο της μεσοβυζαντινής περιόδου μαζί με τον Απ. Παντελεήμονα στα Νοπήγια στο οποίο εφαρμόζεται αυτός ο τύπος Τυμπάνου.



Ο αείμνηστος παπα Γιώργης Χιωτάκης, ο άνθρωπος που κράτησε “ζωντανό” τον ναό επί δεκαετίες, (φωτ. Κρητικό Πανόραμα).

Μην με ακολουθάτε, είμαι χαμένος.. Σίγουρα δεν μπορούμε να ακολουθήσουμε, μπορούμε όμως να μην λησμονήσουμε. Μπορούμε να περιπλανηθούμε, να χαθούμε στην ερημιά αυτού του τόπου, να σεβαστούμε

την φύση, την Ιστορία του και να φροντίσουμε ως κοινωνία και Εκκλησία αυτόν τον ναό όπως του ταιριάζει... να συνεχίσει να στέκεται για άλλα 1000 και πλέον χρόνια όρθιος...

Κατά Λίβα και κατά χώρον.



Αρχαιοελληνικά αρχιτεκτονικά μέλη χρησιμοποιήθηκαν στο κτίσιμο του Ναού. Πιθανά μεταφέρθηκαν από την Αρχαία Τάρα (Αγ. Ρουμέλη).



Ρωγμές του χρόνου και της λησμονιάς των ανθρώπων στο υπέρθυρο και στη νότια τοικοποιία. Ο ναός χρήζει άμεσης συντήρησης και αποκατάστασης των φθορών.

Βιβλιογραφία

-Δέσποινα Αθανασιάδου – Στεφανουδάκη Δρ. Βυζαντινής Φιλολογίας Άγιος Κυρ. Γιάννης ο Ξένος
-Αγγελάκη Βασιλική αρχαιολόγος Πτυχιακή Εργασία ειδικεύσης 2006 : Η Παναγία στα Μυριοκέφαλα – ο Αι. Κύρ Γιάννης στον Αλικιανό – ο Αγ. Παύλος Σφακίων. Οψεις μεσοβυζαντινής αρχιτεκτονικής στην Κρήτη
--Σύλλογος φίλων Ιεράς Μονής Οδηγήτριας CIBAS 2015
-Ο Αγ. Κυρ. Ιωάννης ο Ξένος ο εν τη Κρήτη

Chtristoforo Buondelmonti Φλωρεντιανός Μοναχός
-Ενας γύρος της Κρήτης στα 1415
-Κρητικό Πανάρομα τ.23 σελ.98-119 Γιώργη Γρ. Σταματάκη
-Αγ. Παύλος χίλια χρόνια όρθιος στα κύματα.
-Γιώργος Μανουσάκης Καθηγητής Φιλολόγος Συγγραφέας – Ποιητής
-Οδοιπορικό των Σφακίων.
-Μιχάλης Ανδριανάκης Αρχαιολόγος Χριστιανικά Μνημεία της Κρήτης
-Μιχάλης Ανδριανάκης Ελλωτία τ.1 Ο Αγ. Ιωάννης Ο Ξένος και ο ναός του Αλικιανού

ΣΤΟ ΘΕΑΤΡΟ “ΚΥΔΩΝΙΑ” “Το τάβλι”

■ Και εγκαίνια
νέου χώρου
πολιτισμού

Το εμβληματικό θεατρικό έργο της σύγχρονης ελληνικής δραματουργίας «Το τάβλι» του Δημήτρη Κεχαΐδη παρουσιάζει η Εταιρεία θεάτρων ΜΝΗΜΗ από την Τετάρτη 28 Ιουνίου σε σκηνοθεσία Μιχάλη Βιρβιδάκη.

Υγχνρόνως εγκαινιάζει τη λειτουργία ενός νέου χώρου πολιτισμού στον αίθριο χώρο του Θεάτρου Κυδωνία επί της οδού Υψηλαντών 12, όπου η εταιρεία στεγάζει από το 2001 τις δραστηριότητές της.

Το έργο θα παρουσιαστεί από την Τετάρτη 28 Ιουνίου έως και την Κυριακή 16 Ιουλίου, κάθε Τετάρτη, Πέμπτη, Παρασκευή, Σάββατο

και Κυριακή στις 9.30 το βράδυ με γενική είσοδο 10 ευρώ, εκτός από την Τετάρτη 12 Ιουλίου που θα γίνει παρουσίαση δύο βιβλίων του Θωμά Κοροβίνη με ελεύθερη είσοδο.

Περισσότερες πληροφορίες, επικοινωνία, στο τηλέφωνο 28210 92395 και 6973005570 και στο διαδίκτυο: www.theatro-kydonia.gr

Μαθητικές παραστάσεις

Θεατρική παράσταση: “Το κύμα” θα δώσει το Γενικό Λύκειο Ελευθερίου Βενιζέλου την Τρίτη 27 Ιουνίου στις 9 μ.μ. στο Πνευματικό Κέντρο Χανίων. Η παράσταση είναι βασισμένη στο βιβλίο του Ron Jones “Το Τρίτο Κύμα”. Προαιρετικό Κοινωνικό Εισιτήριο.

•Παράσταση θα δώσει η θεατρική ομάδα του 3ου Γενικού Λυκείου Χανίων. Θα παρουσιάσει το έργο: “οι ηλίθιοι” του Neil Simon την Πέμπτη 29 Ιουνίου στις 9 μ.μ. στο Πνευματικό Κέντρο Χανίων σε συνδιοργάνωση με την ΠΕ Χανίων.

Δράση για παιδιά στις “Επιλογές”

Καλοκαιρινή δράση για παιδιά με θέμα: Μύθοι της θάλασσας θα ξεκινήσει την Δευτέρα 26 Ιουνίου στις 7 το απόγευμα στο βιβλιοπωλείο “Επιλογές” με ελεύθερη είσοδο. Η δράση απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας 4 ετών και άνω. Εμφυχώτριες: Τατσοπούλου Ρούλα, Μαρκάκη Νίκη.



ΑΠΟ ΤΗ ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΤΟΥ Δ.Ο.ΚΟΙ.Π.Π.

“Η προξενήτρα”

Παράσταση: “Η προξενήτρα” θα δώσει η θεατρική ομάδα του ΔΟΚΟΙΠΠ με την υποστήριξη του Πολιτιστικού Συλλόγου Σούδας την Παρασκευή 30 Ιουνίου και το Σάββατο 1 Ιουλίου στις 8.30 το βράδυ στο Πνευματικό Κέντρο Χανίων, για το ΚΗΦΑΑ-ΜΕΑ και το ΚΗΦΑΠ “Μεγαλόχαρη”.

Πρωταγωνιστές είναι μέλη των ΚΑΠΗ Σούδας και Παχιανών.

ΣΤΙΣ 26 ΙΟΥΝΙΟΥ

Παρουσίαση βιβλίου Λεωνίδα Κακάρογλου

Παρουσίαση του νέου βιβλίου του ποιητή Λεωνίδα Κακάρογλου με τίτλο: “Οι Τίγρεις των Δωματίων” θα γίνει την Δευτέρα 26 Ιουνίου στις 8 μ.μ. στο εθνικό ίδρυμα: “Ελευθέριος Κ. Βενιζέλος” (αίθουσα “Σταύρος Σ. Νιάρχος”) στη Χαλέπα.

Την εκδήλωση οργανώνουν οι εκδόσεις της Εστίας και το βιβλιοπωλείο “Το Βιβλίο”.

Το βιβλίο θα παρουσιάσουν οι: Χριστίνα Λιναρδάκη, Άννα Λαμπαρδάκη.

Αφήγηση: Αλεξάνδρα Σακελλαροπούλου.

Μουσική: Λευτέρης Βαϊγκούσης (βιολί), Δέσποινα Βαϊγκούσης (τσέλο).

Είσοδος ελεύθερη.

Συναυλία στην εβραϊκή συναγωγή

«Μουσικό οδοιπορικό στην πλούσια εβραϊκή μουσική παράδοση» με την Σοπράνο Σόνια Θεοδωρίδου και την Ορχήστρα Mobile θα γίνει

την Κυριακή, 25 Ιουνίου και ώρα 8 μ.μ στην Συναγωγή Ετζ Χαγίμ.

Είσοδος ελεύθερη – δωρεές ευπρόσδεκτες.

ΕΓΚΑΙΝΙΑ στο νέο μας
κατάστημα στο

Κολυμβάρι

ΔΕΥΤΕΡΑ 26 ΙΟΥΝΙΟΥ ΣΤΙΣ 18:00

Η διοίκηση και το προσωπικό του Συνεταιρισμού Καταναλωτών έχουν την τιμή να σας προσκαλέσουν στα εγκαίνια του νέου μας καταστήματος ΣΥΝ.ΚΑ στο Κολυμβάρι

Ο πρόεδρος και το Δ.Σ. του συνεταιρισμού



synka-sm.gr





παιδότοπος



**ΒΑΓΓΕΛΗΣ
Θ. ΚΑΚΑΤΣΑΚΗΣ**
kakatsakis@sch.gr

Γ' τάξη 5ου Δημ. Σχ. Χανίων

Αναζητώντας τον Νίκο Καζαντζάκη

Καλοί μου φίλοι, καλό Σαββατοκύριακο!

Για το πρόγραμμα “Αναζητώντας τον Νίκο Καζαντζάκη” με το οποίο ασχολήθηκαν τη φετινή σχολική χρονιά, αλλά και για το σχετικό ομώνυμο δρώμενο που παρουσίασαν σαν επιστέγασμα της προσπάθειάς τους, στις 25 Μαΐου στο θέατρο “Βλησίδης”, μάς μιλούν τα Τριτάκια του 5ου Δημ. Σχ. Χανίων. Τριάντα τρεις χιλιάδες τριακόσιες τριάντα τρεις φορές(!), όσοι είναι οι στίχοι της “Οδύσσειας” του Μεγάλου Κρητι-

κού Συγγραφέα, ένιωσα την ανάγκη να ευχαριστήσω και να συγχαρώ τις δασκάλες των τμημάτων, την Παυλίνα Δούμου και τη Ρούλα Μουστάκα, (όπως και τη δασκάλα Γυμναστικής και τον δάσκαλο Μουσικής του Σχολείου, Τόνια Καπετανάκη και Νίκο Περράκη) και, βέβαια, τα παιδιά, τα φιλαράκια τα καλά, για την καταπληκτική, με όλη τη σημασία της λέξης παράσταση (ύστερα απ' την πολύμηνη “καζαντζάκεια” περιπλάνησή τους) που είχα την ευλογία να

παρακολουθήσω (βλ. “Μια στάση εδώ, μια στάση εκεί”, 2 Ιουνίου 2017). Το επαναλαμβάνω και σήμερα απ' τον Παιδότοπο, με αφορμή την φιλοξενία των υπέροχων εργασιών τους... Και για τη λειτουργία του “διαταξικού” εμείς, συγχαρητήρια, καλές μου συναδέλφισσες, Παυλίνα και Ρούλα!

**Σας χαιρετώ με αγάπη όλους!
Βαγγέλης Θ. Κακατσάκης,
δάσκαλος**

Στην πολύμηνη πορεία του προγράμματός μας “Αναζητώντας τον Νίκο Καζαντζάκη” ανακαλύψαμε:

- Την χαρά της δημιουργίας -δηλαδή ψάξαμε και βρήκαμε καινούργια πράγματα.
 - Πώς ήταν τα σχολεία, η κοινωνία, οι αξίες και οι αντιλήψεις της εποχής εκείνης.
 - Την περιπλάνηση και το ταξίδι.
 - Την εμπιστοσύνη, τη συνεργασία και κερδίσαμε τη φιλία του άλλου τμήματος.
 - Την δύναμη να είμαστε μαζί και να περνάμε καλά.
 - Το να λέμε “ευχαριστώ” στον Νίκο Καζαντζάκη γι' αυτά που μας έμαθε.
 - Τα βιβλία και τα υπέροχα αποφθέγματά του.
- Ανακαλύψαμε ακόμη:
- Οτι έχουμε πολλά talέντα: παίξαμε ρόλους, ζωγραφίσαμε, φανταστήκαμε, ονειρευτήκαμε.
 - Οτι παρόλο που είμαστε τριτάκια φτάσαμε πολύ ψηλά.
 - Οτι οι δασκάλες μας βοήθησαν στην αναζήτησή μας και στο να γίνουμε μια ομάδα.
 - Τελικά ανακαλύψαμε την αγάπη, τη χαρά και τον Νίκο Καζαντζάκη. Τα καταφέραμε. Μπράβο μας!!!

**Ομαδική εργασία Γ1 τμήματος
(Αρσένης, Κυριακή, Μαριλένα, Ειρήνη, Δημήτρης,
Αλμπι, Αγγελική, Σήφης, Μέλπω, Ελευθερία, Ρούσος,
Νικολέτα, Στέλιος, Κατιάνα)**



[...] Μου άρεσε ιδιαίτερα η παράσταση που ακολούθησε και πιστεύω ότι θα είναι μια μεγάλη εμπειρία για μένα. Δεν θα την ξεχάσω ακόμα κι όταν γεράσω!...

Όμως στενοχωρήθηκα που τέλειωσε αυτό το καταπληκτικό πρόγραμμα. Ενιωσα υπέροχα όταν οι δασκάλες μας βρήκαν χρόνο να μας πάνε στον τάφο του Νίκου Καζαντζάκη. Στον τάφο του έγραφε:

«ΔΕΝ ΕΛΠΙΖΩ ΤΙΠΟΤΑ
ΔΕΝ ΦΟΒΑΜΑΙ ΤΙΠΟΤΑ
ΕΙΜΑΙ ΛΕΥΤΕΡΟΣ».

Εύα Τζίκα (Γ2)

[...] Χάρηκα που κάναμε αυτό το πρόγραμμα. Το θέατρο που κάναμε είχε πολλά δρώμενα από τη ζωή και τα έργα του Ν.Κ. «Τα ταυροκαθάψια» με τον φοβερό ταύρο, τον Άγγελο, «Το κρέας δικό σου...» με τον φίλο μου τον Γιάννη, «Η Νέα Παιδαγωγική» με τον φοβερό δάσκαλο τον Αλμπι, το «Σώπα δάσκαλε». Ημουν ωραίος νομίζω όταν είπα: «Σώπα δάσκαλε! Σώπα ν' ακούσουμε το πουλί!»...

Αντώνης Λάτος (Γ2)

[...] Απ' όλη αυτή την εμπειρία μάθαμε πολλά πράγματα, όπως κάποια αποφθέγματα του Καζαντζάκη και κάποια από τα βιβλία που έχει γράψει. Επίσης μάθαμε για τη ζωή του και για τις χώρες που ταξίδεψε.

Μου άρεσε πολύ που εμείς τα παιδιά, ζωγραφίσαμε το σκηνικό της παράστασης. Αν μου δινόταν η ευκαιρία να κάνουμε ξανά κάτι παρόμοιο, θα το έκανα ευχαρίστως.

Ολυμπία Μαγγιώρη (Γ2)

[...] Κάναμε μια παρουσίαση στο θέατρο “Βλησίδη”, όπου τραγουδήσαμε, χορέψαμε και γελάσαμε πολύ. Πάνω στη σκηνή διασκεδάσαμε με τη “Νέα Παιδαγωγική” και με την Κρινώ, τα Ταυροκαθάψια, τον καπετάν Μιχάλη, τον Ζορμπά και την κυρία Αρετή. Πέρασαμε τέλεια και το κοινό μάς χειροκρότησε.

Μελίνα Τζόκα (Γ2)



Ο Νίκος Καζαντζάκης ήταν ένας σπουδαίος συγγραφέας. Έγραψε πολλά βιβλία, αλλά δύο μόνο για παιδιά: “Στα παλάτια της Κνωσού” και “Ο Μέγας Αλέξανδρος” [...]

Μαρία Μπέλλου (Γ2)



**«Μουσική άνευ όρων και ορίων»
θα έχουν την ευκαιρία να απολαύ-
σουν απόψε στις 9 το βράδυ στο
Πνευματικό κέντρο οι Χανιώτες,
στο πλαίσιο της ομότιτλης μουσι-
κής παράστασης από την Χορωδία
«Μουσικοί Ορίζοντες».**

Στην μουσική παρά-
σταση που διοργανώνει ο
Σύλλογος Φίλων της Χο-
ρωδίας «Μουσικοί Ορί-
ζοντες» θα ακουστούν
έργα Ελλήνων και ξένων
δημιουργών (Μ. Χατζιδάκι,
Μ.Θεοδωράκη, Στ. Ξαρ-
χάκο, Νίνο Ρότα) και θα
λάβουν μέρος, το φωνη-
τικό σύνολο «Μουσικοί Ορίζοντες», στο τρα-
γούδι η Ελευθερία Κοκοτσάκη ενώ θα παίξουν
οι μουσικοί Δημήτρης Ντρουμπογιάννης –
πιάνο, Μπέλα Λιονάκη – ακορντεόν και Γιώρ-
γος Λουτσέτης – ντραμς. Η διασκευή των τρα-
γουδιών για τη χορωδία και η ενορχήστρωση
έγινε από την Μπέλα Λιονάκη και τον Δημή-
τρη Ντρουμπογιάννη. Την επιλογή του προ-
γράμματος, τη διδασκαλία της χορωδίας
καθώς και τη γενικότερη καλλιτεχνική επιμέ-
λεια έχει η Μπέλα Λιονάκη.

Μιλώντας στις Διαδρομές η κα Λιονάκη ανέ-
φερε ότι, η Χορωδία «Μουσικοί Ορίζοντες»
δραστηριοποιείται από το 2015 στον χώρο της
χορωδίας στα Χανιά και μάλιστα "νονός" της
Χορωδίας είναι ο Στέφανος Κορκολής αφού
το όνομα «Μουσικοί Ορίζοντες» της το έδωσε
ο ίδιος κατά την πρώτη συνεργασία τους. Μά-
λιστα οι «Μουσικοί Ορίζοντες» θα συμμετέ-
χουν στην καινούργια δουλειά του Στέφανου
Κορκολή σε ποίηση Καβάφη ενώ στο τραγούδι
θα είναι η Χανιώτισσα Σοφία Μανουσάκη. Η
πχογράφηση με την συμμετοχή του συνόλου
«Μουσικοί Ορίζοντες» θα γίνει τον Ιούλιο στα
Χανιά ενώ η παρουσίαση τον Οκτώβριο στην
Αλεξάνδρεια, γεννέτειρα του Καβάφη.

Ο Σύλλογος Φίλων της Χορωδίας «Μουσι-
κοί Ορίζοντες» καταβάλλει μια μεγάλη προ-
σπάθεια ώστε να κρατήσει το μουσικό επίπεδο
υψηλό, σύμφωνα με την κα Λιονάκη, η οποία
επeseήμανε πως οι στόχοι μεταξύ άλλων είναι:



**ΕΛΕΝΗ
ΦΟΥΝΤΟΥΛΑΚΗ**

ΑΠΟΨΕ ΣΤΟ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

“Μουσική άνευ όρων και ορίων”

“Μουσική άνευ όρων και ορίων” απόψε
στις 9 το βράδυ στο Πνευματικό Κέντρο
στο πλαίσιο της ομότιτλης μουσικής
παράστασης από τη Χορωδία “Μουσικοί
Ορίζοντες”.



« να ικανοποιούμαστε εμείς ως μουσικοί από
την ενασχόληση μας με την Τέχνη της Μουσι-
κής, να νοιώθουμε ότι δημιουργούμε αλλά και
για να μπορούμε να προσφέρουμε στα πολιτι-
στικά δρώμενα της πόλης με τις μουσικές μας
παραστάσεις που θα στοχεύουν στην ψυχαγω-
γία του κόσμου αλλά και στην αναβάθμιση των
καλλιτεχνικών κριτηρίων του. Σε αυτήν την
προσπάθεια μας βρήκαμε μεγάλη ανταπόκριση
από τον κόσμο, από σπουδαίους καλλιτέχνες
όπως ο Στ. Κορκολής κ.α ».

Παράλληλα, όπως επεσήμανε η ίδια « προ-
σπαθούμε με κάθε τρόπο να συμβάλλουμε
στην ενασχόληση των μικρών παιδιών με την
Τέχνη που μπορεί να τους σφυρηλατήσει χα-
ρακτηριστικά που έχει ανάγκη ο άνθρωπος για
να ανταποκρίνεται στα βαθύτερα νοήματα της
ύπαρξης του».

«Δυστυχώς ο πολύς κόσμος αντιλαμβάνεται
τις μουσικές σπουδές σαν κάτι ευκαιριακό,
προσωρινό και αποσπασμαστικό, σαν κάτι που
δεν έχει επαγγελματική προοπτική και αποκα-
τάσταση. Με τον βομβαρδισμό που δέχεται από

τα περισσότερα ΜΜΕ προσανατολίζεται και
επιλέγει μουσικά ακούσματα που δεν συμβάλ-
λουν στην καλλιέργεια του αλλά υποβαθμί-
ζουν τα καλλιτεχνικά του κριτήρια». Κάτι που
προσπαθεί να ανατρέψει μέσα από το μουσικό
έργο της η Χορωδία «Μουσικοί Ορίζοντες» και
ο Σύλλογος Φίλων της Χορωδίας «Μουσικοί
Ορίζοντες», κατέληξε η κα Λιονάκη, η οποία
δραστηριοποιείται ως καθηγήτρια πιάνου και
ακορντεόν επί 31 χρόνια, στα Χανιά.

«Πιστεύω ότι θα καταφέρουμε να ψυχαγω-
γήσουμε το κοινό και να δώσουμε τροφή για
σκέψη. Άλλωστε η μουσική χωρίζεται σε δύο
είδη: σε καλή και σε κακή. Και όλες οι κατηγο-
ριοποιήσεις που κάνουμε, γίνονται για να μπο-
ρούν να συνηγορούμαστε εμείς, μεταξύ μας»
σημείωσε.

“Ψυχή” της Χορωδίας “Μουσικοί
Ορίζοντες” η κα Μπέλα Λιονάκη, η οποία
δραστηριοποιείται ως καθηγήτρια πιάνου
και ακορντεόν επί 31 χρόνια, στα Χανιά.



ΣΤΙΣ 26 ΙΟΥΝΙΟΥ

Μουσική εκδήλωση από το Πολυφωνικό Σύνολο

Μουσική εκδήλωση με τίτλο: “Σερόε λα Φαμ”, θα πραγματο-
ποιήσει το Πολυφωνικό Σύνολο Χανίων στις 26 Ιουνίου στις 9
μ.μ. στο θέατρο της Ανατολικής Τάφρου υπό τη διεύθυνση του

μαέστρου Παύλου Μπαϊλάκη με πλούσιο αρχοντορεμπέτικο πρό-
γραμμα, με 20μελή αντρική Χορωδία και 8μελή Ορχήστρα.

Σε σχετική ανακοίνωση αναφέρεται ότι θα είναι «επιβάτες οι
θεατές της συναυλίας, σ’ ένα μουσικό ταξίδι αναζήτησης της γυ-
ναίκας και των ανεξινίαστων δρόμων στους οποίους πορεύεται
η καρδιά της μέσα από παλιά Ρεμπέτικα και Αρχοντορεμπέτικα
τραγούδια γνωστών Ελλήνων Συνθετών.

Η Εκφραση “Cherchez la, femme” αποδίδεται στον Αλέξανδρο

Δουμά από το θεατρικό του έργου

“Μοϊκανοί των Παρισίων” που ανεβάστηκε το 1894.

Μουσική Επιμέλεια - Δ/ση: Παύλος Μπαϊλάκης Παρουσιάζει:

Ο ηθοποιός Γιώργος Παρτσαλάκης

Συνοδεύει: Δεκαμελής ορχήστρα

Τραγουδά το Πολυφωνικό Σύνολο Χανίων Απόλλων

Διοργάνωση: Πολυφωνικό Σύνολο “Απόλλων”

Είσοδος: 5 €

ΑΠΟ ΤΗΝ “ΣΥΝ-ΚΙΝΗΣΗ” Παιδική και εφηβική παράσταση χορού



Παιδική και εφηβική παράσταση θα δώσει ο Σύλλογος Εκφρα-
στικού Χορού “Συν-Κίνηση” στο Βενιζέλειο Ωδείο.

Όπως αναφέρει σε σχετική ανακοίνωσή του, «για ακόμη μία χο-
ρευτική χρονιά ήρθε η ώρα της παράστασης για τους "μικρούς”
και "ανήσυχους” χορευτές μας.

•Τρίτη 27.06, στις 20:00 στο Βενιζέλειο Ωδείο Χανίων τα παι-
δικά τμήματα θα μας χορέψουν τους ήχους, τις εικόνες και τα
όνειρα τους.

•Τετάρτη 28.06, στις 21:00 στο Βενιζέλειο Ωδείο Χανίων οι
έφηβες, σε ένα ταξίδι του σώματος σε όλον τον κόσμο. Ταξίδι
αναψυχής, ταξίδι πολέμου, ταξίδι πολιτισμών. Εξάλλου το σώμα
μιλάει όλες τις γλώσσες. Χοροθεατρικό έργο "Bon voyage".
Είσοδος ελεύθερη.

Μουσική παράσταση από την Κ. Φωτεινάκη

Μουσική παράσταση με την τελευ-
ταία της δουλειά με τίτλο “Ξόρκι” -
“Spell” θα δώσει η μουσικός και
τραγουδοποιός Κατερίνα Φωτει-
νάκη, την Δευτέρα 26 Ιουνίου στις
9.30 μ.μ. στο στούντιο Όξω Νού (Αγ.
Κυριακής 29, Χαλέπα, τηλ.: 28210
45585 6972694294).

Συναυλία στον Προφήτη Ηλία

Καλοκαιρινή συναυλία μικτής Χο-
ρωδίας και Ορχήστρας του Ιερού
Ναού Ευαγγελίστριας Χαλέπας με
τίτλο: “Νύχτα μαγικά...” θα δοθεί την
Παρασκευή 30 Ιουνίου στις 9.30 μ.μ.
στον Προφήτη Ηλία.

ΣΤΗ ΧΩΡΑ ΣΦΑΚΙΩΝ

Εκθεση ζωγραφικής

Στο μεταξύ, στο χώρο του Πνευματικού
Κέντρου του Δήμου Σφακιών, στη Χώρα
Σφακιών θα φιλοξενηθεί έκθεση της ζω-

γράφου και απόφοιτης της Ελληνογαλλι-
κής σχολής Χανίων κ. Γεωργίας Καντουνα-
τάκη. Ώρες λειτουργίας έκθεσης:

•Τετάρτη 28/06 18:00-21:00

•Πέμπτη 29/06 και Παρασκευή 30/06
11:00-18:00



“Μουσική - Λόγος 2017”

Εγκαινιάσε το ξενοδοχείο Porto Veneziano, τις καλοκαιρινές του εκδηλώσεις «Μουσική
- Λόγος 2017».

Όπως αναφέρεται σε σχετική ανακοίνωση, «ο συνθέτης Νίκος Πλατύραχος μαζί με την
σπουδαία ερμηνεύτρια Κλεονίκη Δεμίρη «εγκαινίασαν» τις εκδηλώσεις, ερμηνεύοντας τρα-
γούδια από τον διεθνή και ελληνικό κινηματογράφο μέσα από μία ονειρική μουσική πα-
ράσταση με πολύ πάθος και συγκίνηση, αναδύοντας εφηβικές ανησυχίες και
ανεκπλήρωτους έρωτες αλλά και χαρά, ελπίδα και θετική ενατένιση του μέλλοντος».

κινηματογράφος



ΑΤΤΙΚΟΝ

Τηλ.: 2821040208

Πέμπτη 22/6
έως και Κυριακή 25/6

ΔΕΣΠΟΙΝΙΣ ΣΛΟΑΝ

Προβολές 9 μ.μ. και 11.10μ.μ.

Δευτέρα 26/6 έως
και Τετάρτη 28/6

ΑΠΟΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ

Προβολές 9 μ.μ. και 11.10μ.μ.



ΑΠΟΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ



TRANSFORMERS 5



ΕΚΔΙΚΗΣΗ ΜΕ ΣΤΥΛ



H MOYMIA



WONDER WOMAN



ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑΚΙΑ 3

ΕΛΛΗΝΙΣ

Τηλ.: 2821051850-1

TRANSFORMERS 5

Καθημερινά: 8.30 & 11μ.μ.

Σαββατοκύριακο: 6, 8.30 & 11μ.μ.

ΕΚΔΙΚΗΣΗ ΜΕ ΣΤΥΛ

Καθημερινά & Σαββατοκύριακο: 11μ.μ.

ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑΚΙΑ 3 (μεταγλ.)

Σαββατοκύριακο: 6.45μ.μ.

H MOYMIA

Καθημερινά & Σαββατοκύριακο: 11μ.μ.

WONDER WOMAN

Καθημερινά & Σαββατοκύριακο: 8.30 και 11 μ.μ.

ΟΙ ΠΕΙΡΑΤΕΣ ΤΗΣ ΚΑΡΑΪΒΙΚΗΣ:

Η ΕΚΔΙΚΗΣΗ ΤΟΥ ΣΑΛΑΖΑΡ

Καθημερινά & Σαββατοκύριακο: 8.30μ.μ.

BAYWATCH

Καθημερινά & Σαββατοκύριακο: 8.30μ.μ.

Ο ΠΟΛΙΚΟΣ ΑΡΚΟΥΔΟΣ

ΚΑΙ ΟΙ ΑΝΙΚΗΤΟΙ

Σαββατοκύριακο: 7 μ.μ.

STER CINEMAS (ΜΕΓΑ PLACE)

Τηλ.: 2821057757-8-9

ΕΚΔΙΚΗΣΗ ΜΕ ΣΤΥΛ

ΑΙΘ.3 ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ 20:45, 22:45

TRANSFORMERS 5

ΑΙΘ.1 ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ 19:00, 22:00

H MOYMIA

ΑΙΘ.2 ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ 22.30

ΞΑ ΜΟΥ

ΑΙΘ.2 ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ 20.40

ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑΚΙΑ 3

ΑΙΘ.2 ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ 18:30

WONDER WOMAN

ΑΙΘ.3 ΣΑΒΒΑΤΟΚΥΡΙΑΚΟ 18.00

ΓΙΩΡΓΟΣ ΧΑΤΖΗΔΑΚΗΣ:

«Η μουσική μάς κάνει καλύτερους ανθρώπους»

■ Jazz in July festival, από 1-23 Ιουλίου για 6η χρονιά στον Βάμο

8 συναυλίες, 1 προβολή ταινίας, ήχοι και μελωδίες με σημαντικά ονόματα της ελληνικής και ξένης μουσικής σκηνής, υπόσχονται να μας ταξιδέψουν στον κόσμο της Jazz από 1 έως 23 Ιουλίου στο Βάμο, στο πλαίσιο του Jazz in July festival. “Ψυχή” του Jazz festival στο Βάμο ο Γιώργος Χατζηδάκης, μίλησε στις διαδρομές για αυτό το ενδιαφέρον πολιτιστικό δρώμενο που θα πραγματοποιηθεί για έκτη συνεχή χρονιά στον Αποκόρωνα.

Πώς και πότε γεννήθηκε η ιδέα του Jazz festival στον Βάμο και ποιες οι φιλοδοξίες της διοργάνωσης που συμπληρώνει έξι χρόνια ζωής; Όπως μας εξήγησε ο κ. Χατζηδάκης: «η ιδέα γεννήθηκε το καλοκαίρι του 2012 από τον ξάδελφό μου και ζωγράφο Μιχάλη Καλλιγιάννη και μένα. Το πώς είναι λίγο σύνθετο. Η αγάπη μας για την jazz είναι δεδομένη και είχα πάντα τον καημό πως δεν υπήρχε (ούτε τώρα υπάρχει) κάποιος αξιοπρεπής και επαρκής χώρος ο οποίος θα μπορούσε να φιλοξενήσει τα σπουδαία μουσικά γεγονότα που είχαμε στο μυαλό μας. Ακράδαντα πιστεύω πως εάν δεν υπάρχουν οι συνθήκες για την παραγωγή σπουδαίων πολιτιστικών (και άλλων) δράσεων, τότε οφείλουμε να τις δημιουργήσουμε! Ευτυχώς συγκυρία υπήρξε το γεγονός πως ο παλαιός φίλος και συνοδοιπόρος σε πολλά Νίκος Φραντζεσκάκης είχε την εξαιρετική ιδέα να δημιουργήσει ένα μικρό, μα επαρκές, αμφιθέατρο μέσα στο λιόφυτό του, απλώς και μόνο με την επιθυμία να υπάρχει κάτι όπου θα μπορούσαμε να φιλοξενήσουμε πολιτιστικά δρώμενα. Αυτό χωρίς να έχουμε συζητήσει την σκέψη μας για το φεστιβάλ! Όπως βλέπετε, όπου υπάρχουν οραματιστές άνθρωποι γεννιούνται ποιότητες. Όσο για τις φιλοδοξίες: θέλουμε το φεστιβάλ να αποτελεί σταθερό θεσμό πολιτιστικής παραγωγής στην Κρήτη και να δίνει πάντοτε την ευκαιρία στον κόσμο να έρχεται σε επαφή με τη σύγχρονη, ελληνική μα και διεθνή, μουσική πραγματικότητα. Η μουσική μας κάνει καλύτερους ανθρώπους. Ε! Νομίζω πως μετά από έξι χρόνια συνεχούς παρουσίας το φεστιβάλ αρχίζει να καθιερώνεται στην κοινή συνείδηση ως ένα από τα κορυφαία πολιτιστικά δρώμενα της Κρήτης» .

Στο φετινό φεστιβάλ η κλασική jazz συνυπάρχει με τα σύγχρονα ρεύματα της jazz (ethnic jazz, jazz-funk, jazz fusion), δημιουργώντας ένα ιδιαίτερο μουσικό πλουραλισμό. Ρωτάμε τον διοργανωτή του φεστιβάλ, εάν υπάρχει κοινό με δυναμική στην εποχή των Μουσικών Reality και μας απαντά: « jazz είναι εκείνη η



Το Jazz in July festival θα πραγματοποιηθεί στον Βάμο για 6η συνεχή χρονιά.

μουσική και αισθητική πρόταση που δεν έχει την παραμικρή προκατάληψη να “συνομιλήσει” με τις άλλες κουλτούρες, στη βάση της ισότητας και ειλικρινούς ανταλλαγής ιδεών και συναισθημάτων, μια παγκόσμια γλώσσα με άλλα λόγια. Αυτό είναι κάτι που ούτε θέλουμε, ούτε και θα επιτρεπόταν να αγνοήσουμε, οπότε ο μουσικός πλουραλισμός στον οποίον αναφέρεστε είναι κάτι που επιζητούμε. Όσο για τα μουσικά reality: είναι σκουπίδια επικίνδυνης αισθητικής και στόχευσης, αλλά το γεγονός πως έξι χρόνια τώρα υπάρχει ένα κοινό (το οποίο τείνει αυξανόμενο) που στηρίζει το φεστιβάλ με την παρουσία του, αποδεικνύει πως δεν είναι όλοι διατεθειμένοι να καταναλώσουν σκουπίδια. Είμαι, πολύ συγκρατημένα, αισιόδοξος ».

Τελικά, είναι ένα εύκολο ή δύσκολο εγχείρημα η διοργάνωση ενός jazz φεστιβάλ με σημαντικά ονόματα της ελληνικής και διεθνούς μουσικής, στον Βάμο; Όπως ο ίδιος λέει «είναι ένα πολύ δύσκολο εγχείρημα. Δεν αναφέρομαι τόσο στο οργανωτικό σκέλος (που και αυτό δεν είναι παίξε γέλασε), όσο στο οικονομικό. Ξέρετε, η Κρήτη είναι αρκούντως μεγάλη κι έτσι πολύ συχνά ξεχνούμε πως είναι ένα νησί. Το να έλθουν για να εμφανιστούν εδώ κορυφαίες φιγούρες της jazz, από την ελληνική μα και τη διεθνή σκηνή, αποτελεί πραγματικό άθλο! »

Όσο για το πως οραματίζεται το



Ο κ. Γιώργος Χατζηδάκης, διοργανωτής του Jazz festival στον Βάμο.

μέλλον της περιοχής, ο κ. Χατζηδάκης, αναφέρει: « Θα ήθελα να δω ο τόπος να αξιοποιεί τα συγκριτικά του πλεονεκτήματα σε επίπεδο φυσικού κάλλους, πρωτογενούς παραγωγής και ανθρώπινου δυναμικού, στην κατεύθυνση μιας ήπιας και αειφόρου ανάπτυξης. Θα ήθελα να δω την συνεργασία όλων των υγιών δυνάμεων προς πραγματοποίηση των ανωτέρω, με εξωστρέφεια και χωρίς προκαταλήψεις. Και θα ήθελα να δω την παραγωγή πολιτιστικού προϊόντος υψηλών προδιαγραφών. Ζητάω πολλά, ε;»

Info

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Σάββατο 1/7 Datfunk Band Jazz Trio. Φυλαχτείτε απ' το funk! Ένας εκρηκτικός jazz-funk ήχος!

Δευτέρα 3/7 Next Step Quintet
Μια σύγχρονη jazz παραγωγή. ένα πολύ σημαντικό Ελληνικό jazz group των καιρών μας!

Παρασκευή 7/7 Jazz και Κινηματογράφος. Θα προβληθεί η ταινία “Bird” σε σκηνοθεσία Clint Eastwood, βασισμένη πάνω στη ζωή του θρυλικού σαξοφωνίστα της jazz Charlie Parker. Πρωταγωνιστεί ο Forest Whitaker.

Τρίτη 11/7 Feetwarmers Jazz Sextet. Κλασική jazz από τη Νορβηγία, γιατί το φεστιβάλ “Jazz in July” γίνεται διεθνές!

Τετάρτη 12/7 Takis Barberis Group. Ο διακεκριμένος κιθαρίστας Τάκης Μπαρμπέρης, μια κεντρική φιγούρα της Ελληνικής jazz σκηνής, με το καινούριο κουαρτέτο του!

Παρασκευή 14/7 Maria Manousaki Group featuring Haig Yazdjian.

Οι σπουδαίοι εκπρόσωποι της ethnic jazz σε μια μοναδική συναυλία!

Τρίτη 18/7 Zacharis Spyridakis/Gabriel Karapatakis/Hub Hildenbrand Trio. Ένα διαπολιτισμικό jazz project βασισμένο σε πρωτότυπες ηχητικές ιδέες

Εισιτήρια για το φεστιβάλ προπωλούνται στην τιμή των 10 ευρώ (στην πόρτα κοστίζουν 12 ευρώ) στο Βάμο: στο Τουριστικό Γραφείο “Vamos Village”, στην ταβέρνα “Στέρνα του Μπλουμοσήφ” και στον πολυχώρο “Χασομέρι”, ενώ στα Χανιά στο βιβλιοπωλείο “Μικρό Καράβι”, Δασκαλογιάννη 59 στη Σπλάντζια.

των σπουδαίων βιρτουόζων!

Σάββατο 22/7 Lefteris Christofis Quartet. Ο ζεστός Μεσογειακός ήχος του λυρικού jazz καθαρίστα-συνθέτη Λευτέρη Χριστοφίδη με το διεθνές κουαρτέτο του!

Κυριακή 23/7 Nana Simopoulos and the World Jazz Ensemble. World jazz-fusion από την διάσημη συνθέτρια, πολυοργανίστρια και παιδαγωγό Νάνα Σιμόπουλος. Από τη Νέα Υόρκη στο Βάμο!

Οι ιατρικές πρακτικές συνοδεύουν τον άνθρωπο από τη στιγμή που έκανε τα πρώτα του βήματα στη γη. Ο δρόμος που ακολούθησε η ιατρική στο πέρασμα του χρόνου, είναι γεμάτος από εκπληκτικές ιστορίες αυτοσχεδιασμού, άγνοιας, απάτης, πάθους ή και λάθους.



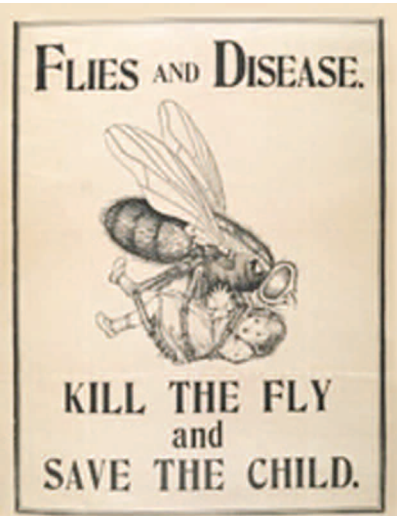
ΓΙΑΝΝΗΣ
ΣΤΕΦΑΝΟΓΙΑΝΝΗΣ
MSc.

Ιστορία της Ιατρικής: Ένα απίθανο ταξίδι στον χρόνο

μέρος 32ο



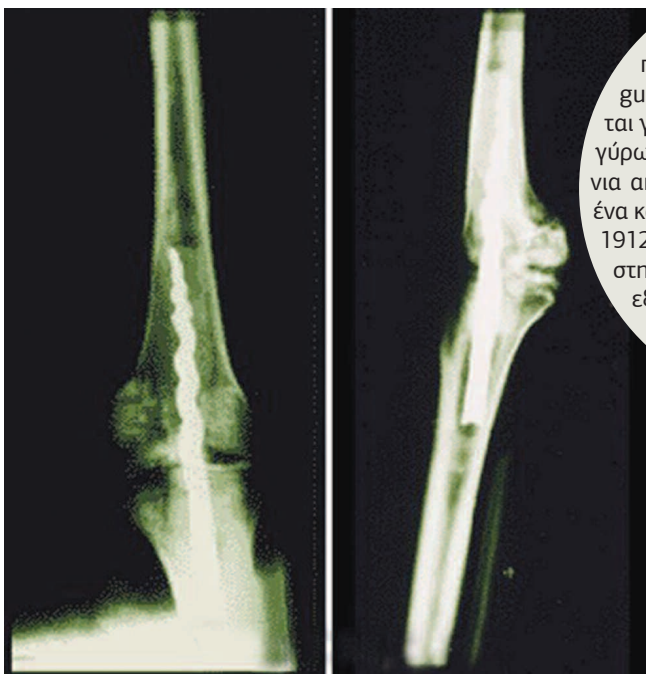
«Krao ο χαμένος κρίκος - η ζωντανή απόδειξη της θεωρίας του Δαρβίνου για τους προγόνους του ανθρώπου. Το θαύμα των θαυμάτων - όλοι πρέπει να τη δείτε». Δύσμοιρο κορίτσι με γενετικές ανωμαλίες και χαρακτηριστικά πιθήκου, ως ατραξιόν στο τσίρκο P.T. Barnum, στο Λονδίνο του 1882.



«Σκότωσε τη μύγα - σώσε το παιδί». Αφίσσα για την προστασία της δημόσιας υγείας του 1920. Σε χώρες όπως οι ΗΠΑ, η Αγγλία και η Αυστραλία οι ειδικοί πίστευαν (λανθασμένα) ότι ασθένειες όπως η φυματίωση μεταδίδονται με τις μύγες, γι' αυτό και σχεδίαζαν καμπάνιες για την εξόντωσή τους.



Ο ακτινολόγος Carl Tanzler αγάπησε παθολογικά την Elena Hoyos, η οποία πέθανε από φυματίωση το 1931. Μετά από 2 χρόνια, μη αντέχοντας τον πόνο, ξεθάβει και μεταφέρει το σκελετό της στο σπίτι του, όπου πραγματοποιεί ανασύσταση του σώματός της με τη βοήθεια συρμάτων, κεριού, γύψου και άλλων υλικών. Τη διατήρησε σε αυτήν την κατάσταση για 7 χρόνια, μέχρι να αποκαλυφθεί από τους συγγενείς του και τις αρχές.



Αρχαία μεταλλική βίδα 23 εκατοστών, ηλικίας 2.600 ετών, που βρέθηκε μετά από ακτινογραφία στο πόδι της περίφημης αιγυπτιακής μούμιας του Usermontu, που εκτίθεται σε μουσείο στην Καλιφόρνια των ΗΠΑ.



Ο Γάλλος γιατρός Rene Laennec το 1816 προσπαθεί με πρωτόγονα μέσα να διαγνώσει πρόβλημα υγείας σε ένα κορίτσι, με τη χρήση ενός αυτοσχέδιου σωλήνα, με τον οποίο προσπαθεί εμπειρικά να «ακούσει» τυχόν ασυνήθιστους ήχους από το εσωτερικό του σώματος. Τα πρώτα βήματα της παθολογίας...



Η μωμιοποιημένη καρδιά που ανήκε στο «βαμπίρ» Auguste Delagrance, που ευθύνεται για τη δολοφονία 40 ανθρώπων γύρω στο 1900. Κυνηγήθηκε για χρόνια από ομάδα ανθρώπων με αρχηγό ένα καθολικό ιερέα και θανατώθηκε το 1912 με το κάρφωμα μιας σφήνας στην καρδιά του, με σκοπό να εξορκιστεί η δράση του ως βρικόλακας.



Ο Nathan Burrows γεννήθηκε χωρίς χέρια και κέρδιζε γύρω στο 1860 το ψωμί του ως αξιοπερίεργο σε περιφερόμενους θιάσους. Είχε εκπαιδευτεί ώστε να γράφει με πένα με το πόδι του και να σημαδεύει στόχους με πιστόλι που στηριζόταν πάνω σε ένα σκαμνί.



Ο εισπνευστήρας αιθέρα που εφευρέθηκε από το Γάλλο γιατρό Louis Ombredanne το 1908, χρησιμοποιήθηκε τη δεκαετία του 1910 σε όλη την Ευρώπη, ως καινοτόμος συσκευή αναισθησίας στα χειρουργεία της εποχής.



Τα δεκάδες σχέδια ανατομίας του 15ου αιώνα του περίφημου ζωγράφου Leonard da Vinci, διαθέτουν εκπληκτικό βαθμό ακρίβειας και εντυπωσιακές λεπτομέρειες, που μελετήθηκαν και καταγράφηκαν μόλις τα τελευταία χρόνια με τις σύγχρονες απεικονιστικές τεχνικές.



Επιμέλεια:
ΣΑΚΗΣ ΚΟΥΒΑΤΖΟΣ
info@herb.gr

Βιότοπος - περιγραφή

Σπιρουλίνα είναι ένα μικροσκοπικό υδρόβιο φύκι οι διαστάσεις του οποίου φτάνουν τα 0,3-0,5 χιλιοστά. Αναπτύσσεται τόσο σε θαλασσινό όσο και σε γλυκό νερό. Η επιστημονική του ονομασία είναι Αρθροσπείρα (arthrospira) και ανήκει στα κυανοβακτήρια.

Σπιρουλίνα

Στην κυριολεξία, το όνομα Σπιρουλίνα σημαίνει "μικρή έλικα" και αναφέρεται στη μορφή της δομής του φυκιού, το οποίο αποτελείται από πολλά κύτταρα, που σχηματίζουν μεταξύ τους νημάτια, τα οποία πολλές φορές είναι σπειροειδή. Θεωρείται η πληνρέστερη πηγή ολικής οργανικής διατροφής και παρέχει πάνω από 100 συνεργικά διατροφικά συστατικά. Το χαρακτηριστικό χρώμα της οφείλεται στη χλωροφύλλη(την κύρια χρωστική ουσία των φυτών) και τη φυκοκυανίνη που περιέχει (πρόκειται για μια πρωτεΐνη που βρίσκεται αποκλειστικά στη σπιρουλίνα και σε μεγάλες ποσότητες). Από τα διάφορα είδη της, αυτό που συναντάμε στην Ευρώπη και την Αφρική είναι η *Spirulina maxima*, ενώ η *Spirulina platensis* βρίσκεται στην Κεντρική και Νότια Αμερική. Στην Ελλάδα σήμερα, παράγεται με καλλιέργεια στη Νιγηρία του νομού Σερρών, αφού προηγήθηκε μελέτη του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου σχετικά με την επιλογή καταλληλότητας του τόπου. Ανήκει στα κυανοβακτήρια και χρησιμοποιείται από παλιά, σαν διατροφικό προϊόν. Ωστόσο, σήμερα, που η τάση για βελτίωση και ενίσχυση της υγείας μας, έχει πάρει μεγάλες διαστάσεις, η καλλιέργεια και η διάθεση της σπιρουλίνας για κατανάλωση, κερδίζει ολοένα και περισσότερο έδαφος. Ο λόγος γι' αυτό είναι ότι, η σπιρουλίνα διαθέτει υψηλή περιεκτικότητα πρωτεΐνης και ω-3 λιπαρών οξέων, με σχεδόν μηδενική θερμιδική αξία, ενώ περιέχει περισσότερες από 100 πολύτιμες θρεπτικές ουσίες, που την καθιστούν μια εξαιρετικά σημαντική και πλήρη τροφή.

Ιστορικά στοιχεία

Αυτό το θαυματουργό φυτό είναι τόσο παλιό όσο και ο πλανήτης Γη. Προέρχεται από την πρώτη στον κόσμο φυτοσυνθετική μορφή ζωής. Αυτό που καθιστά την Σπιρουλίνα πραγματικά μοναδική σε σχέση με τα άλλα φυτά είναι ότι τα διατροφικά συστατικά που περιέχει αυτό το φυτό - θαύμα είναι άμεσα και εξ ολοκλήρου εύπεπτα. Απορροφούνται δε από τον ανθρώπινο οργανισμό σε ποσοστό πάνω από 95% σε αντίθεση με τις άλλες τροφές που έχουν ποσοστό απορρόφησης 10-15%.

Αν και αναφορές για την κατανάλωση της Σπιρουλίνας έχουν γίνει πολλούς αιώνες

πριν, όπως από τους Ατζέκους στο Μεξικό, ανακαλύφθηκε ξανά από τους επιστήμονες το 1964 και συγκεκριμένα από το Βέλγο βοτανολόγο Ζαν Λέοναρντ και σύντομα αποδείχθηκε ότι αποτελεί την πλουσιότερη φυσική πηγή βιταμινών και μετάλλων στον κόσμο.

Η NASA χαρακτήρισε τη Σπιρουλίνα "τροφή του μέλλοντος" και ο ΟΗΕ «ιδανική τροφή για την ανθρωπότητα», αφού με τόσο πολλά θρεπτικά συστατικά και σε τόσο μεγάλες ποσότητες που τα περιέχει, αποτελεί πολύτιμη τροφή σε περιπτώσεις υποσιτισμού.

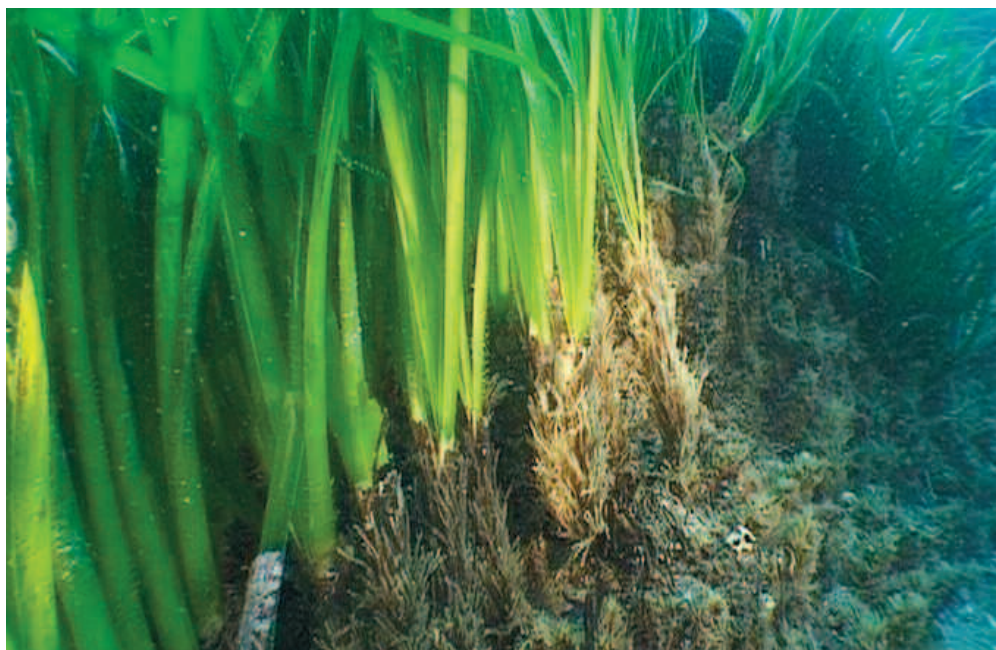
Συστατικά - χαρακτήρας

Η σπιρουλίνα περιέχει όλα τα θρεπτικά συστατικά που χρειάζεται ο οργανισμός, όχι μόνο βιταμίνες και μεταλλικά στοιχεία. Αποτελεί πηγή βιοχημικού οργανικού σιδήρου και ως τροφή, δεν είναι καθόλου τοξική. Περιέχει πρωτεΐνες, λιπίδια, σάκχαρα, βιταμίνες B1, B5, B6, E, A, C, β-καροτένιο, σίδηρο, ιχνοστοιχεία και μέταλλα, όπως ψευδάργυρος, χαλκός και μαγνήσιο, αντιοξειδωτικά, λιπαρά οξέα, και φυσικά χλωροφύλλη. Είναι επίσης, πλούσια πηγή μαγνησίου, καλίου, φωσφόρου και σεληνίου. Το 65% με 71% της σπιρουλίνας είναι πλήρης πρωτεΐνη. Επιπρόσθετα είναι από τις λίγες φυτικές πηγές που προμηθεύουν στον οργανισμό μας βιταμίνη B12, αν και σύγχρονες επιστημονικές έρευνες έδειξαν ότι περιέχει χημικά ανάλογα της B12. Η σπιρουλίνα μας προμηθεύει επίσης υψηλές συγκεντρώσεις και άλλων διατροφικών στοιχείων όπως: αμινοξέα, οργανικά μέταλλα και μικροστοιχεία, χρωστικές ουσίες, συμπλέγματα φυτικών σακχάρων και ενζύμων, όλα στην πλέον αφομοιώσιμη μορφή.

Θεραπευτικές ιδιότητες και ενδείξεις

Η σπιρουλίνα είναι πολύτιμο βότανο για την διατροφή μας για τους εξής λόγους:

- 1)Αποτελεί την πλουσιότερη σε πρωτεΐνη "πράσινη τροφή", με περιεκτικότητα 63-70%.
- 2)Περιέχει πολύ λίγες θερμίδες. Για παράδειγμα, 5 γρ. (μέχρι τόσα συνιστάται, γενικά, να καταναλώνει την ημέρα ένας υγιής άνθρωπος) σας δίνουν περίπου 14,5 θερμίδες.
- 3) Δεν περιέχει καθόλου χοληστερίνη.



4)Έχει περίπου 58 φορές περισσότερο σίδηρο από ό,τι το ωμό σπανάκι και περιέχει όλα τα μέταλλα που χρειάζεται ο οργανισμός μας: σίδηρο, μαγνήσιο, κάλιο, ψευδάργυρο και το ιχνοστοιχείο σελήνιο.

5)Είναι από τις πιο πλούσιες τροφές στην αντιοξειδωτική προ-βιταμίνη A (B-καροτίνη).

6) Είναι ιδιαίτερα καλή πηγή των βιταμινών B12 και E.

Η δράση της δε στον ανθρώπινο οργανισμό είναι εντυπωσιακή.

1) Τα κύρια αντιοξειδωτικά στοιχεία της Σπιρουλίνας δρουν κατά του καρκίνου και της πρόωρης γήρανσης.

2)Τα αμινοξέα της προστατεύουν τα εγκεφαλικά κύτταρα και βελτιώνουν τη λειτουργία του νευρικού συστήματος.

3) Εξαιρετικά πλούσια σε χλωροφύλλη, η οποία είναι ιδιαιτέρως ευεργετική για το σχηματισμό των ερυθρών αιμοσφαιρίων του αίματος. Καθαρίζει το αίμα απομακρύνοντας τις τοξίνες και διεγείρει τη λειτουργία όλων των ιστών και οργάνων του σώματος, ιδιαίτερα το ήπαρ, το οποίο διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην απομάκρυνση των τοξινών από τον οργανισμό.

4)Ένα άλλο σημαντικό συστατικό της Σπιρουλίνας είναι η φυκοκυανίνη, η οποία υποστηρίζει την αποτοξινωτική επίδραση στο ήπαρ και στα νεφρά, προστατεύει τα κύτταρα από ελεύθερες ρίζες, διεγείρει την παραγωγή κυττάρων αίματος και ενδυναμώνει το ανοσοποιητικό σύστημα.

5) Η πλέον ενδιαφέρουσα ιδιότητα της Σπιρουλίνας είναι ότι, χάρη σε έναν πολυσακχαρίτη που περιέχει, τη σπιρουλάνη, ίσως μπορεί να εμποδίσει την ανάπτυξη του ιού του AIDS, καθώς και άλλων ιών.

Το κύριο ακόμα πλεονέκτημα της είναι ότι οι βιταμίνες της και τα μεταλλικά άλατά της σαν πηγή δεν είναι συνθετικά αλλά 100% φυσικά και σε καμιά περίπτωση δεν περιέχουν τοξικά

κατάλοιπα.

Σήμερα ελάχιστοι είναι οι παραγωγοί Σπιρουλίνας σε όλο τον κόσμο. Την μοναδική μονάδα καλλιέργειας στην Ευρώπη την έχουν δύο είναι Έλληνες στην Νιγηρία Σερρών.

Παρασκευή και δοσολογία

Η συνιστώμενη ημερήσια δοσολογία ανέρχεται στα 3-5g. Ωστόσο, Ως συμπλήρωμα διατροφής, η ελάχιστη συνιστώμενη ποσότητα είναι 3 γραμμάρια την ημέρα (περίπου ένα κουταλάκι του γλυκού σπιρουλίνα σκόνη, ή 6 δισκία των 500 mg). Δεδομένου ότι πρόκειται για μια καθαρή και φυσική τροφή, μπορείτε με ασφάλεια να πάρετε και μεγαλύτερη δόση, αφού πρώτα συμβουλευτείτε το γιατρό σας. Μπορείτε να την παίρνετε πριν, μετά ή κατά τη διάρκεια του γευματός σας ή όποτε νιώθετε κουρασμένοι και με χαμηλά επίπεδα ενέργειας.

Προφυλάξεις

Αν και η σπιρουλίνα ακόμη και σε υψηλές δόσεις φαίνεται να είναι ασφαλής, σύμφωνα με το Ιατρικό Κέντρο του πανεπιστημίου του Μέριλαντ των ΗΠΑ, είναι πιθανόν, κάποιοι άνθρωποι να εμφανίσουν παρενέργειες όπως πονοκέφαλο, εφίδρωση, ναυτία ή δυσκολία συγκέντρωσης.

Η σπιρουλίνα εύκολα επιμολύνεται με μολυσματικούς παράγοντες, τοξικές ουσίες που ονομάζονται μικροκυστίνες, βαρέα μέταλλα από το περιβάλλον. Πρέπει να λαμβάνεται σχολαστική μέριμνα για την καθαρότητα του προϊόντος. Η σπιρουλίνα αυτή καθαυτή μπορεί να προκαλέσει αλλεργία σε ευαίσθητα άτομα, αύξηση ουρικού οξέος, διαταραχή πέψης. Τα άτομα με φαινυλκετονουρία (PKU) πρέπει να αποφεύγουν τη λήψη σπιρουλίνας. Οι ασθενείς με αυτοάνοση νόσο, όπως σκλήρυνση κατά πλάκας, ρευματοειδής αρθρίτιδα, λύκο, πρέπει να αποφεύγουν την λήψη σπιρουλίνας, η οποία μπορεί να ενισχύσει το πρόβλημα της αυτοανοσίας.



Υ.Γ: Όλα τα προηγούμενα άρθρα της στήλης μπορούμε να τα βρούμε στη διεύθυνση www.herb.gr.

Επίσης αν κάποιος φίλος αναγνώστης γνωρίζει οποιαδήποτε θεραπευτική ιδιότητα βοτάνου του τόπου μας που δεν είναι ευρέως γνωστή ή έχει κάποιο ερώτημα μπορεί να το απευθύνει στην ηλεκτρονική διεύθυνση skounatsos11@gmail.com