

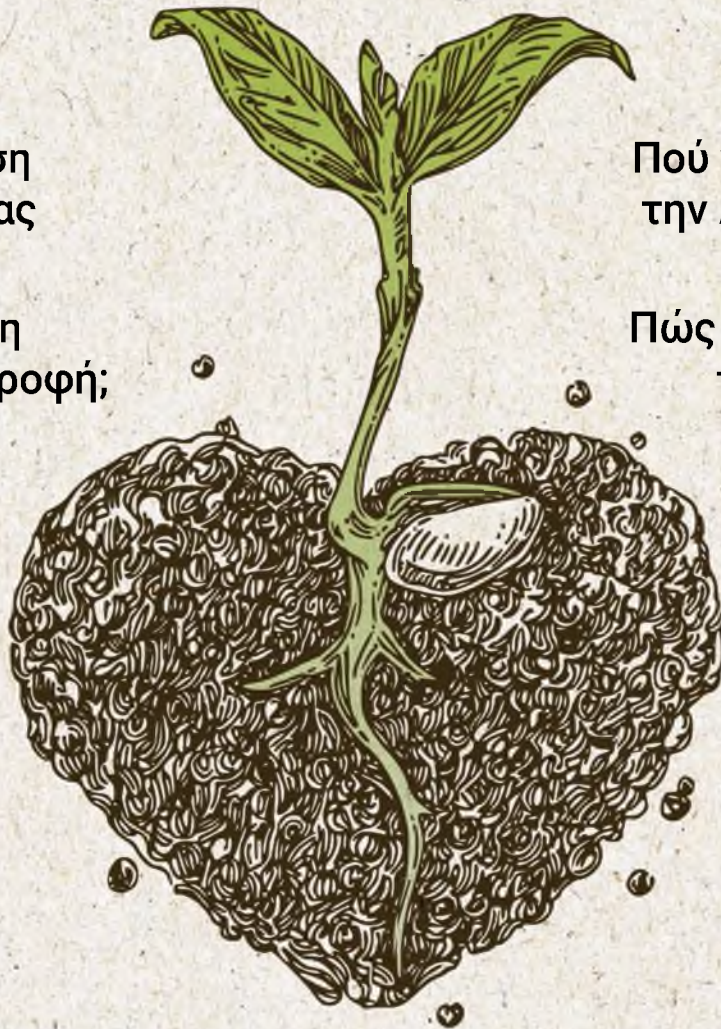
ΠΕΡΙΣΣΙΑ
ΖΩΗ

Η Αναζήτηση
της Αλήθειας

Πού να Αναζητήσεις
την Αληθινή Γνώση

Ποια είναι η
Καλύτερη Διατροφή;

Πώς να Παρατείνεις
τη Ζωή σου



Το Καλύτερο Γυμναστήριο
όλων των Εποχών!

Πώς να Αποφύγετε τον
Πόνο και την Ασθένεια

*“Την ψυχή δεν την
καταστρέφει ο θάνατος
αλλά ο κακός βίος”.*

Σέξτου Γνώμες



Το όραμά μας

Ζούμε σε ένα σύμπαν 80.000.000.000 γαλαξιών, οι οποίοι αποτελούνται από 3 μέχρι 7×10^{22} άστρα («ήλιους»). Μόνο ο Γαλαξίας μας έχει διάμετρο περίπου 100.000 έτη φωτός, δηλαδή 100.000×9.5 τρισεκατομμύρια χλμ. και περιέχει από 200 έως 400 δισεκατομμύρια άστρα («ήλιους»). Γύρω από ένα μόνο από αυτά τα άστρα («ήλιο») περιφέρεται η Γη μας.

Ο Ήλιος του ηλιακού μας συστήματος έχει διάμετρο περίπου 1.400.000 χλμ., ενώ η Γη έχει διάμετρο 12.700 χλμ. Ο όγκος του Ήλιου είναι 1.300.000 φορές μεγαλύτερος από τον όγκο της Γης και καταλαμβάνει το 99.9% της μάζας του ηλιακού μας συστήματος. Το υπόλοιπο 0.1% καταλαμβάνεται από όλα τα υπόλοιπα ουράνια σώματα του ηλιακού μας συστήματος, στα οποία συμπεριλαμβάνεται και η μικροσκοπική Γη μας!

Και όμως, σε αυτόν τον μικροσκοπικό πλανήτη υπολογίζονται ότι υπάρχουν τουλάχιστον 8 εκατομμύρια είδη ζωής, με ένα μόνο από αυτά, το ανθρώπινο είδος να προσμετρά στις τάξεις του περίπου 6 δισεκατομμύρια όντα και αυτά μόνο στην τρέχουσα χρονική στιγμή.

Τα επιτεύγματα του συγκεκριμένου είδους ζωής, του ανθρώπινου, είναι τόσο αφάνταστα όσο και το καθαυτό φαινόμενο της ζωής. Ένα από τα πιο εντυπωσιακά παραδείγματα είναι η δυνατότητα καταγραφής (οπτικής και ακουστικής) της ίδιας της ζωής ενός ανθρώπου και η αναμετάδοσή της όταν αυτός έχει προ πολλού εκλείψει! Είναι πέρα από έκδηλο ότι ζούμε σε ένα σύμπαν θαυμάτων και πάνω από όλα *περίσσιας ζωής!*

Παρόλα αυτά, το ανθρώπινο είδος μοιάζει ανίκανο να συνειδητοποιήσει όλον αυτόν τον πλούτο. Ως άνθρωποι, όχι μόνο υποβαθμίζουμε την καθαυτή ζωή των πάντων γύρω μας, αλλά πολύ συχνά ζούμε και εμείς οι ίδιοι σε ανείπωτα επίπεδα φτώχειας, σωματικής, ψυχικής και πνευματικής.

Είναι βαθιά πεποίθησή μας ότι δεν προοριζόμαστε να ζούμε μέσα σε μία τόσο οδυνηρή πενία, και αυτή η πεποίθηση μάς οδήγησε σε αυτή την περιοδική έκδοση. Μία έκδοση που αποσκοπεί στην αφύπνισή μας ως προς την *Περίσσια Ζωή* που μας περιβάλλει και μας διαποτίζει.

Αυτή η *Περίσσια Ζωή* είναι ο μόνος γνήσιος προορισμός μας και το εκ γενετής μας δικαίωμα. Δεν δημιουργηθήκαμε για να υποφέρουμε, αλλά για να προσφέρουμε, όχι από το «υστέρημά» μας, αλλά από όσα μας δίνονται απλόχερα και ακατάπαυστα, αρκεί να έχουμε τη σύνεση να τα δεχτούμε:

«Εγώ ήρθα για να έχουν ζωή και να την έχουν περίσσια» [Ιωάννης 10:10].

ΠΕΡΙΣΣΙΑ
ΖΩΗ

Το περιοδικό «Περίσσια Ζωή»
εκδίδεται από την
Ε.Π. Μεταμόρφωση Ι.Κ.Ε.,
Απόλλωνος 13, 19009, Ραφήνα.

Τηλ.: 22940 77230

Email:
contact@metamorphosibooks.gr

Website:
www.metamorphosibooks.gr

Για να διαφημιστείτε στο περιοδικό
contact@metamorphosibooks.gr

ISSN 2654-0665

Μόνιμοι Αρθρογράφοι:
Ευστράτιος Παπαναγιώτου
Σπάρτακος Μαρινάκης
info@spartacus.gr

Σχεδιασμός - Σελιδοποίηση:
Βασίλης Παπαναγιώτου
vasilis_p@ymail.com

Τεύχος 1 - Απρίλιος 2019

Αποποίηση Ευθύνης

Κανένα κείμενο του περιοδικού «Περίσσια Ζωή» δεν προορίζεται να αποτελέσει είτε γενική είτε ατομική ιατρική συμβουλή. Για οποιοδήποτε ζήτημα υγείας (σωματικής ή ψυχικής), οι ενδιαφερόμενοι θα πρέπει να απευθύνονται στον εκάστοτε ειδικό, στον προσωπικό ιατρό ή φυσικοπαθητικό τους, στον γυμναστή ή διατροφολόγο τους, ειδικά εφόσον επιθυμούν να πραγματοποιήσουν οποιαδήποτε αλλαγή στη διατροφή, στην εκγύμναση ή σε οποιονδήποτε άλλο τομέα της ζωής τους.

Προσωπικές Απόψεις

Τα γραφόμενα των συντακτών απηχούν αποκλειστικά και μόνο τις προσωπικές τους απόψεις, οι οποίες βασίζονται στην προσωπική τους εμπειρία και τις οποίες επιθυμούν να μοιραστούν με το κοινό. Δεν έχουν συμβουλευτικό χαρακτήρα ούτε επιχειρούν να υποκαταστήσουν οποιονδήποτε ειδικό οποιουδήποτε τομέα ανθρώπινης γνώσης.

Copyright

Όλα τα άρθρα αποτελούν πνευματική ιδιοκτησία των δημιουργών τους. (Οι μεταφράσεις των ξενόγλωσσων κειμένων αποτελούν αντίστοιχα πνευματική ιδιοκτησία του μεταφραστή τους.) Για την αναπαραγωγή τους επικοινωνείτε με τους εκάστοτε συντάκτες τους.

Περιεχόμενα



6



10



35



42

6 Η Αναζήτηση της Αλήθειας

10 Οι Πρωτοπόροι της Φυσικής Υγιεινής

22 Πού να Αναζητήσεις την Αληθινή Γνώση

25 Η Αφύπνιση του Ανθρώπου

30 Πώς να Παρατείνεις τη Ζωή σου

35 Φυσικοπαθητική



22



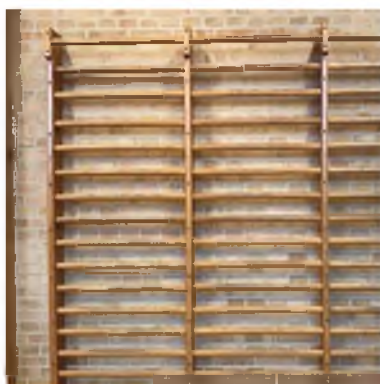
25



30



46



50



54

42 Ποια είναι η Καλύτερη Διατροφή

46 Πώς να Αποφύγετε τον Πόνο και την Ασθένεια

50 Το Καλύτερο Γυμναστήριο όλων των Εποχών!

54 Ζωή και «ζωή»

59 Ο Σπάρτακος Μαρινάκης Απαντάει στις Ερωτήσεις σας

64 Χυμός Αποτοξίνωσης

*“ Συνήθιζε τον εαυτό σου
να φροντίζει με σωφροσύνη
για τις ανάγκες του σώματος
και με Θεοσέβεια για τις
ανάγκες της ψυχής”.*

Σέξτου Γνώμες

