

A circular watercolor illustration of a landscape. The top and bottom edges of the circle are lined with dark green evergreen trees. The interior of the circle is filled with soft, light blue and white washes, suggesting mist or a hazy sky. Three small, dark silhouettes of birds are flying in the upper left quadrant of the circle.

“Μη ζητάτε τον θάνατο με την πλανεμένη ζωή σας, ούτε να επιφέρετε τον όλεθρό σας με τα χέρια σας· γιατί ο Θεός δεν ποίησε τον θάνατο, ούτε τέρπεται με την απώλεια των ζωντανών. Έφερε σε ύπαρξη τα πάντα και τα διατηρεί με τη συνεχή δημιουργία Του”.

Σοφία Σολομώντος 1:12-13

Καλώς Ήρθατε

Υπάρχει τίποτα πιο όμορφο σε αυτόν τον κόσμο από το να βλέπεις ένα παιδί να μεγαλώνει; Δεν υπάρχει! Και αν δεν υπάρχει, πώς γίνεται η ανθρωπότητα να μην εξυμνεί διαρκώς αυτό το ακατανόητο στην ουσία του φαινόμενο; Στη μουσική, στα τραγούδια, στην ποίηση και σε κάθε μορφή τέχνης που γνωρίζουμε, αν προσέξουμε, θα διαπιστώσουμε ότι η εξύμνηση του παιδιού σπανίζει! Πώς γίνεται αυτό το θαύμα να διαφεύγει διαρκώς της προσοχής μας;

Αυτό που όλοι γνωρίζουμε και αναπαράγουμε συνεχώς, είναι οι δυσκολίες του να μεγαλώνεις ένα παιδί. Δυσκολίες και ευθύνες που μεταθέτουμε όσο περισσότερο μπορούμε. Στις παλαιότερες εποχές για παράδειγμα, όταν ένα ζευγάρι «ευημερούσε» οικονομικά, το έργο ανατροφής αναλάμβαναν πάντοτε οι «νταντάδες». Όταν δεν υπήρχε αυτή η δυνατότητα, τότε ήταν μόνο η μητέρα που επιφορτιζόταν με το έργο ανατροφής, ενώ ο πατέρας δούλευε, φιλοσοφούσε, δημιουργούσε, ανακάλυπτε και επινοούσε, παραβλέποντας ταυτόχρονα ό,τι πιο όμορφο και ουσιαστικό συνέβαινε στη ζωή του. Το έργο ανατροφής των παιδιών του ήταν μία «υποδεέστερη» εργασία που αναλάμβανε το «αδύναμο» φύλο. Και όμως! Το να μεγαλώνεις ένα παιδί είναι η πιο απαιτητική, δημιουργική, καλλιτεχνική και φιλοσοφική ενασχόληση που θα μπορούσαμε ποτέ να έχουμε!

Αντίστοιχα στις μέρες μας, το έργο ανατροφής αναλαμβάνουν ως επί το πλείστον οι γιαγιάδες και οι παππούδες, οι νταντάδες και οι παιδαγωγοί (παιδικόι σταθμοί, κτλ.), ενώ εμείς όσο μπορούμε απέχουμε και απουσιάζουμε! Και έτσι παραβλέπουμε για μία ακόμη φορά ό,τι πιο όμορφο συντελείται στη ζωή μας. Ίσως για αυτό η ανθρωπότητα δεν έχει εξυμνήσει όσο θα όφειλε το μεγαλύτερο θαύμα στη ζωή της. Απλώς γιατί το παραβλέπει! Ασχολείται μόνο με τον κόπο του και όχι με την ουσία του. Λησμονώντας και αγνοώντας ότι κάθε αληθινός παράδεισος χρειάζεται κόπο για να ευημερεί και να αναπτύσσεται. Αποποιούμενοι λοιπόν τον κόπο που απαιτεί η συνειδητή ανατροφή των παιδιών μας, χάνουμε και τον αντίστοιχο παράδεισο. Τον πιο ολοκληρωμένο παράδεισο που μπορούμε να βιώσουμε σε αυτή τη ζωή. Τη σχέση με ένα αγγελικό ον που μεγαλώνει, ωριμάζει και γεμίζει με χαρά, ομορφιά, αγάπη και νόημα τα πάντα γύρω του!

Όσοι από εμάς λοιπόν έχουμε ευλογηθεί με αυτή τη μοναδική ευκαιρία να έχουμε ένα αγγελικό ον στην οικογενειακή ζωή μας, ας την αξιοποιήσουμε, γιατί διαφορετικά θα τη χάσουμε. Και ο τρόπος για να την αξιοποιήσουμε είναι «κοπιάζοντας» έτσι ώστε να είμαστε όσο το δυνατόν περισσότερο παρόντες στη ζωή του για να του προσφέρουμε ό,τι μας δίνεται και να μας προσφέρει ό,τι του δίνεται.

Όσοι από εμάς δεν έχουμε ακόμη γευτεί άμεσα, ως γονείς, αυτό το θαύμα, ας μάθουμε να το αναγνωρίζουμε γύρω μας, γιατί συντελείται διαρκώς και μας περιβάλλει ακατάπαυστα! Ως συγγενείς, φίλοι, γείτονες, παιδαγωγοί, ιερείς, κτλ. έχουμε πάντοτε πολλές ευκαιρίες να σχετιστούμε με το θαύμα της ύπαρξής μας, με τα παιδιά. Ας τις αξιοποιούμε λοιπόν, προσφέροντάς τους τη ζωή μας, για να γευτούμε αντίστοιχα την Περίσσια Ζωή που μπορούν να μας προσφέρουν απλόχερα και χωρίς δεύτερη σκέψη.

Και πάνω από όλα, ας γνωρίζουμε και ας θυμόμαστε ότι τα παιδιά μπορούν να μας οδηγήσουν πίσω στην καθαυτή Πηγή της Ζωής, που μας προσφέρεται εξίσου απλόχερα και ανά πάσα στιγμή:

«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

Τακτικοί Αρθρογράφοι:
Ευστράτιος Παπαναγιώτου
Σπάρτακος Μαρινάκης,
info@spartacus.gr

Σχεδιασμός - Σελιδοποίηση:
Βασίλης Παπαναγιώτου,
vasilis_p@ymail.com

Τεύχος 11 - Νοέμβριος-Δεκέμβριος 2020

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 οποιοδήποτε 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



40



46

- 6 Το Καθήκον της Ευτυχίας
- 10 Ο Παράγοντας του Χρόνου στην Ανάκτηση της Υγείας
- 16 Φυσική Αντιμετώπιση της Πνευμονίας
- 18 Η Επίδραση της Πίστης στην Υγεία
- 23 Τα Πνευματικά Μυστικά της Σωματικής Υγείας
- 31 Στρες και Καρκίνος
- 40 Η Χαλάρωση της Ασυνείδητης Έντασης



18



23



31



62



64



74

46 Η Αυτόματη Ίαση του Καρκίνου

62 Η Θεραπευτική Δύναμη της Μουσικής

64 Χρόνος για τον Εαυτό μας

70 Άσκηση και Ανάπαυση

74 Τα Οφέλη της Σωστής Άσκησης

81 Όσο και αν Πονώ, σε Αγαπώ



*“Δες έγινες υγιής·
στο εξής μην αμαρτάνεις,
για να μη σου συμβεί
τίποτα χειρότερο”.*

Ιωάννης 5:14