Τὸ μπαλλέτο «Τακουνάκι Σίστερς»

ΣΑΒΒΑΤΟΒΡΑΔΟ ΣΕ «ΥΠΕΡΕΠΘΕΩΡΗΣΙ»...

Μπαλλέτα, ἀστεῖα, νούμερα, ντιζὲ καὶ διασκέδασις

ΜΠΗΚΑ χαρούμενος, γεμάτος κέφι καὶ εὐχάριστη διάθεση σ' ἕνα θέατρο ποὺ ἔπαιζε μιὰ «ὑπερεπιθεώρηση». Βγήκα ὕστερα ἀπὸ τρεῖς ὧρες βαρ[illegible]μένος, ἀπογοητευμένος μαζί [illegible] βαρὺ πονοκέφαλο. Πέρασε [illegible] ὧρα, ἤπια μερικοὺς καφέδες καὶ ἀκόμη δὲ μποροῦσα νὰ συνεφέρω. Πῆγα γιὰ ὕπνο. Ὕστερα ἀπὸ πολλοὺς ἐφιάλτες τὴ νύχτα ξύπνησα τὸ πρωὶ πάλι κακόκεφος, σχεδὸν θυμωμένος, ἀπὸ τὸ χθεσινοβραδυνὸ «ὀπτικὸ γεῦμα». Σὰ νὰ εἶχε καθήσει κάτι τὸ βαρὺ στὸ στομάχι μου. Ἀποφασισμένος νὰ «πάρω τὸ κέφι μου πίσω» ἄνοιξα τὸ μπλόκ μου κι' ἄρχισα νὰ γελοιογραφῶ μὲ μανία ὅ,τι εἶδα καὶ ἄκουσα, γιὰ νὰ βγῆ ἀπὸ μέσα μου τὸ τόσο ἀχώνευτο «θορυβόρραμα». Εἶναι, γιὰ μένα, τὸ μόνο χωνευτικὸ γιὰ κάτι τέτοιες περιστάσεις. Πραγματικά, σιγὰ - σιγά, καταλάβαινα πὼς ξαναποκτοῦσα τὸ κέφι μου. Αὐτὰ καὶ ἄλλα πολλὰ ποὺ βλέπω κάθε μέρα μὲ ἀνάγκασαν στὸ τέλος νὰ τὸ ρίξω στὴ σάτιρα. Κατάλαβα πὼς μόνο μ' αὐτὸ τὸν τρόπο θὰ μποροῦσα νὰ συντηρήσω κάπως τὸ κέφι μου...

Ἐκεῖνο ποὺ μ' ἔκανε ν' ἀγανακτήσω εἶναι ἡ προδοσία τοῦ σατιρικοῦ πνεύματος ποὺ γίνεται ἐν ὀνόματι μάλιστα αὐτοῦ τούτου τοῦ σατιρικοῦ πνεύματος. Εἶναι σὰ νὰ σὲ συλλαμβάνουν, σὲ κλείνουν φυλακή, σοῦ βάζουν χειροπέδες στὰ καλὰ καθούμενα χωρὶς νὰ πειράξῃς οὔτε κουνούπι καὶ πάνω ἀπ' ὅλα σοῦ βάζουν ἕνα μεγάφωνο στὸ κελλί σου ποὺ μεταδίδει συνεχῶς μεγάλα λόγια περὶ πίστεως εἰς τὴν Ἐλευθερίαν...

Μὰ ἐκεῖνο ποὺ σὲ θλίβει ἀκόμη περισσότερο εἶναι νὰ βλέπῃς ἔκτακτες ἰδέες, λεπτὸ κέφι, καὶ ἐξαιρετικὸ ταλέντο νὰ στραπατσαρίζωνται ἀνελέητα καὶ νὰ ὑποτάσσωνται τελειωτικὰ στὶς ἀδηφάγες ἀπαιτήσεις τοῦ πλήθους. Εἶναι γεγονὸς πὼς ὑπάρχουν στὴν ἐπιθεώρηση ἠθοποιοὶ μὲ πάρα πολὺ ταλέντο. Ἔκτακτοι μίμοι μὲ γνήσια σατιρικὴ ἰδιοσυγκρασία, ἱκανοὶ μόνο μὲ μιὰ κίνησή τους, μὲ μιὰ γκριμάτσα τους, νὰ σοῦ μεταδίδουν ἕνα σπάνιο, λεπτό, γνήσια ἑλληνικὸ κέφι. Ἀντὶ νὰ προβάλλεται καὶ νὰ ἀναπτύσσεται ἡ προσωπικότητά τους μένουν στὸ περιθώριο καὶ μοιάζουν μὲ νησίδες σωτηρίας ἀνάμεσα ἀπὸ ἕνα ὠκεανὸ ἀπὸ ἀνοησίες, κακογουστιά, φλυαρία, καλαμπούρι καὶ μπόλικο θέαμα. Οἱ ἠθοποιοὶ αὐτοὶ πάνε νὰ συνεχίσουν, σὰ φυσικοὶ κληρονόμοι ποὺ εἶναι, μιὰ καθαρὰ ἑλληνικὴ παράδοση τὴν

«Μὲ τὴ βελόνα τοῦ ὀνείρου ἑλλαλλώνονται οἱ ἀναμνήσεις...»

ἑλληνικὴ ἐπιθεώρηση, καὶ νὰ διατηρήσουν ἐκεῖνο τὸ παλιὸ λεπτὸ σατιρικὸ ἄρωμα ποὺ κάποτε χαρακτήριζε ὁλόκληρο τὴν παράσταση. Μὰ πλακώνει ὁ εὐρωπαϊκοαμερικάνικος ὀδοστρωτήρας μὲ τοὺς μαύρους καπνοὺς τῆς «πολυτελείας» καὶ τῆς «Σινεμασκοπικῆς γάμπας τεκνικολόρ», τὰ ἰσοπεδώνει ὅλα, παράδοση, πνεῦμα, χάρι, καὶ τὰ κάνει γῆς μαδιάμ...

***

Ἡ σάτιρα δὲν εἶναι νὰ γαργαλᾶς τὴν μασχάλη τοῦ πλήθους γιὰ νὰ περάσῃ τὴν ὥρα του ἐπειδὴ βαρυέται καὶ δὲν ἔχει τίποτα ἄλλο νὰ κάνῃ. Οὔτε νὰ τὸ ναρκώνῃς μὲ τὸ μπόλικο θέαμα καὶ τὸ γέλιο. Ἀντίθετα εἶναι νὰ μπορέσῃς νὰ τὸ ξεναρκώσῃς ἀπὸ τὴν καθημερινή του ρουτίνα, νὰ ξυπνήσῃς μέσα του τὸν «κοιμώμενο ἑαυτό του», νὰ τοῦ ἀνοίξῃς τὴν καρδιά, νὰ τὸν κάνῃς νὰ «ξεκαρδιστῆ». Σκάβοντας μέσα του νὰ τοῦ ἀναποδογυρίσῃς τὸν καθημερινό του κόσμο καὶ νὰ τοῦ ἀποκαλύψῃς τὴν αἰτία τῆς κακοκεφιᾶς του. Νὰ τοῦ ἀνοίξῃς ἕναν ἄγνωστο γι' αὐτὸ ὁρίζοντα καὶ νὰ τὸ γεμίσῃς μὲ μιὰ «θεία ἀπαλλαγὴ» ἀπὸ τὸν καθημερινό του κάματο.

Τὸ γέλιο δὲν εἶναι σκοπός, ἀλλὰ μέσο γιὰ νὰ φθάσῃ ὁ σατιρικὸς σὲ βαθύτερα ἀποτελέσματα. Νὰ κάνῃ τὸν θεατὴ νὰ δῆ τί κρύβεται πίσω ἀπὸ τὴν ἐπιφάνεια. Ἡ ἐπιφάνεια συνήθως εἶναι ἐκείνη ποὺ κρατάει τὸν ἄνθρωπο χειροδέσμια στοὺς ζυγοὺς τῆς κακοκεφιᾶς. Καὶ ἡ σοδαροφάνεια σὰν ἐπόπτης φυλακῶν περιφέρεται ἀπ' ἔξω ἀπὸ τὸ καθηρσεινό του κοινωνικὸ κελλὶ τῆς ἀνάγκης καὶ τοῦ ρίχνει ἄγριες ματιές. Ἡ σάτιρα θὰ τὸν ἀπαλλάξῃ ἀπὸ τὰ δεσμὰ αὐτά, καὶ θὰ τὸν ἐλευθερώσῃ ἀπὸ κελλιὰ καὶ ἐπόπτες. Θὰ τὸν κάνῃ νὰ δῆ πὼς μέσα του βρίσκεται πληγωμένο, ἀκρωτηριασμένο, στραπατσαρισμένο κάποιο ὄνειρο, κάποιο παιδὶ ποὺ κλαίει γιατὶ δὲν τὸ ἀφήνουν νὰ παίξῃ, καὶ ποὺ ὅταν τὸ ἀφήσῃ ἐλεύθερο ξεχνάει τὰ κλάματα καὶ ξαναδίσκει τὸν ἑαυτό του, τὸ ὄνειρό, τὸ παιχνίδι του.

Ἡ ἐπιθεώρηση διαθέτει ὅλα τὰ μέσα γιὰ νὰ πετύχῃ κάτι τέτοιο. Ὅραμα, μουσική, διάλογος, χορός, παντομίμα, εἶναι ὅπλα τὰ ὁποῖα ἂν τὰ χειρισθῆ κανεὶς σωστὰ καὶ τὰ ἑνώσῃ σὲ ἕνα σύνολο μπορεῖ νὰ κάνῃ θαύματα. Ἄμα ὅμως τὰ ἀνακατέψῃ τυχαῖα, ὅπως κάνει συστηματικὰ ἡ ἑλληνικὴ ἐπιθεώρηση, τότε τὸ ἀποτέλεσμα εἶναι μιὰ «ὀπτικὴ σαλάτα», παραγεμισμένη μὲ καλαμπούρια. Τίποτ' ἄλλο.

***

Ἡ σύγχρονη νεοελληνικὴ ἐπιθεώρηση βασίζεται στὴν ἐξυπνάδα, καὶ ὄχι στὸ πνεῦμα. Δυὸ διαφορετικὲς ἔννοιες ποὺ συχνὰ ὁ κόσμος νομίζει πὼς εἶναι τὸ ἴδιο πρᾶγμα, ἐνῶ στὸ βάθος βρίσκονται πολλὲς φορὲς σὲ πλήρη ἀντίθεση. Ἡ ἐξυπνάδα μπορεῖ νὰ λερώσῃ τὸν ἄνθρωπο, τὸ πνεῦμα ποτέ. Ἡ ἐπιθεώρηση σιγὰ - σιγὰ ξεφεύγει ἀπὸ τὴ ρίζα ποὺ τὴ γέννησε, τὸ πνεῦμα, καὶ κουρνιάζει ὅσο πάει καὶ πιὸ βολικὰ στὰ ξερὰ κλαδιὰ τῆς ἐξυπνάδας.

Ἰσπανοβλάχικο ταγκό.

προσγειώνονται σὲ ξωτικὸ ὑπισί, ζούγκλα... ὅ,τι πιὸ ἀπίθανο μπορεῖ νὰ φανταστῆ ὁ νοῦς τοῦ ἀνθρώπου...

Ὅλο τὸ θέατρο ὡρύεται. Ἡ ὀρχήστρα εἶναι ὧρα νὰ μποῦμε μέσα στὸ θέατρο νὰ τὰ δοῦμε ὅλα ἀπὸ κοντά.

***

Σαββατόβραδο. Πατεῖς με πατῶ σε ἔξω ἀπὸ τὸ ταμεῖο. Σὰ νὰ βρίσκεσαι σὲ μαγαζὶ ποὺ ξεπουλάει μὲ ἐκπτώσεις τὰ πάντα καὶ σπρώχνονται ὅλοι ποιὸς θὰ πρωτοπροφθάσῃ. Ὁ ἀστυνομικὸς στὴν πόρτα τοῦ θεάτρου ρίχνει βλοσυρὲς ματιὲς στὸ πλῆθος. Μοιάζει λίγο μὲ τὸ Γιαπωνέζο ἀστυνομικὸ στὸ φίλμ «Ἡ γέφυρα τοῦ ποταμοῦ Κβάϊ».

Ἀνοίγει ἡ κουρτίνα ποὺ συνήθως μοιάζει μὲ βραδυνὸ φόρεμα λαμὲ ποὺ λάμπει, χρυσίζει, ἀσημίζει, φωνάζει, σοκάρει, ἐρεθίζει τὰ μάτια τοῦ πειναλέου γιὰ θέαμα πλήθους, καὶ ἐμφανίζονται μπροστὰ στὰ μάτια σου διάφορα πρόσωπα, ἄνδρες καὶ γυναῖκες, ποὺ ὀργώνουν τὴ σκηνὴ πάγω - κάτω, ὅλο κουνιοῦνται, τσιρίζουν ἐν χορῷ, κλωτσᾶνε δεξιὰ κι' ἀριστερά, κουνᾶν τὰ χέρια τους σὰ νὰ ρίχνουν ζάρια καὶ τὰ πόδια τους σὰ νὰ δίνουν πάσα τὴ μπάλλα σὲ φιλικὴ προπόνηση... Πάνω τὰ χεράκια, κάτω τὰ χεράκια, αὐτὸ εἶναι τὸ ἐλαφρὸ ἑλληνικὸ μπαλλέτο. Κι' ἀκόμα κάτι ἄλλο. Ντήσιμο καὶ γδύσιμο. Ἀλλάζουν διαρκῶς ροῦχα. Ἐπίδειξις γκαρνταρόμπας. Γιὰ δές με! Ἔχω καὶ φτερὰ στὸ κεφάλι... καὶ λαμὲ φόρεμα, καὶ σάκκο, καὶ μπικίνι, καὶ οὐρὰ ἀπὸ γούνα...

Νεόπλουτοι ποὺ ἐπιδεικνύουν στὸ γείτονα τὸ «πλοῦτος» των μόλις τὸ ἀγοράσουν ἀτσαλάκωτο, λαμπερό, κρύο, ὅπως εἶναι μόλις τὸ πρωτοφορέσουν...

Μόνο ποὺ τὸ κὰν - κὰν χορεύεται συνήθως σὰ συρτὸς ἢ καλαματιανός... μέσα σ' ἕνα φόντο ἀπὸ καρτποστὰλ ἔγχρωμο ποὺ δείχνει πότε χιόνια καὶ ἔλκηθρα, πότε Χονολουλοῦ καὶ Νάπολη, ἀεροπλάνα ποὺ χήστρα χτυπιέται καὶ δέρνεται καὶ

Ἰσπανοβλάχικο ταγκό.

οἱ δαρμοὶ αὐτοὶ ἀναμεταδίδονται ἀπὸ τὸ ὀπισθέν σου εὐρισκόμενον μεγάφωνον. Σὲ πιάνει μανία καταδιώξεως ἔτσι μάλιστα ποὺ μπροστὰ στὴ σκηνὴ βρίσκονται ὀρθιοι τρία μεγάφωνα ποὺ σοῦ θυμίζουν φίδια ποὺ ἔχουν σηκωθῆ ν' ἀκούσουν τὴν πίπιλα ἑνὸς «φακίρη» ἀπὸ τὸ Μενίδι...

Λογοπαίγνιο, ὁμοιοκαταληξία καὶ καλαμπούρι εἶναι οἱ τρεῖς μοῦσες τοῦ διαλόγου. Τὰ θέματα πάντα τὰ ἴδια. Ἡ κακιὰ πεθερά, ὁ μεθυσμένος, ἡ ἄπιστος ἢ ὁ ἄπιστος σύζυγος, θεαματικὸ καὶ ἐθνικὸ φινάλε καὶ πάνω ἀπ' ὅλα τὸ ὑπονοούμενο. Χοντρὰ σεξουαλικὰ ἀστεῖα καὶ σοκολατένιος ρομαντισμός, τυλιγμένα ὅλα σὲ μεταξωτὰ, σατὲν, γυαλιστερὰ ρούχα. Ψεύτικα λουλούδια, φτερά, οὐρές, γοῦνες, φράκα, λόγια, θόρυβος.

Στὴν ἑλληνικὴ σκηνὴ ἐμφανίζονται ὅλα τὰ ρετάλια τοῦ Φολὶ - Μπερζὲρ, ὅ,τι ἀπέμεινε ἀπὸ τὸ θεστιάριο τοῦ Παρισιοῦ. Γυρίζεται, φοδράρεται, μπαλώνεται, ξηλώνεται καὶ φορίεται διαστικὰ πάνω ἀπὸ τὸ τσεμπέρι καὶ τὴ φουστανέλλα.

***

Ἀλλὰ τὸ κλοῦ τῆς βραδιᾶς εἶναι ὁ ντιζὲρ, ἡ ντιζὲ καὶ τὰ τεντζερέδια... Ὅταν ἀκούω ἐλαφρὰ ἑλληνικὰ τραγούδια εἶναι σὰ νὰ βλέπω ἄνθρωπο νὰ κοιμᾶται ὄρθιος!... Καὶ τὸ ροχαλητό του εἶναι τὸ ρεφραὶν τοῦ ταγκὸ ἢ τοῦ φὸξ ποὺ ἐπαναλαμβάνεται καὶ ἐκτελεῖται συνήθως μὲ ὅλη τὴν τυπικότητα μιᾶς θανατικῆς ἐκτέλεσης...

Ὁ μαέστρος εἶναι σὰν ἀρχηγὸς ἐκτελεστικοῦ ἀποσπάσματος. Δίνει τὸ παράγγελμα ποὺ συνήθως εἶναι ὁ τίτλος τοῦ ταγκό: «Σκό—τω—σέ—την...» ἢ κάτι τέτοιο. Τὰ δοξάρια, τὰ σαξόφωνα, οἱ τρομπέτες, τὰ τύμπανα καὶ τὰ τεντζερέδια ποὺ χτυποῦν τὸ ἕνα πάνω στὸ ἄλλο μεταμορφώνονται μπροστὰ στὰ μάτια μου σὲ φονικὰ ὄργανα, μαχαίρια, μπιστόλια, σουγιάδες ποὺ ἐκτελοῦν πιστὰ τὶς διαταγὲς τοῦ λοχαγοῦ - μαέστρου τῆς ὀρχήστρας. Καὶ ἡ κακομοῖρα ἡ ντιζέ, ἔτσι ποὺ κοιτᾶ ψηλὰ μὲ ὀρθάνοιχτο τὸ στόμα εἶναι σὰ νὰ παρακαλῆ τὸ Θεὸ νὰ τῆς δοθῆ χάρις, νὰ ἐξαιρεθῆ τῆς ἐκτελέσεως. Φυσικὰ ὁ Θεός, ἔτσι μεγάλος ποὺ εἶναι, ὅ,τι μόνο τὴν συγχωρεῖ ἀλλὰ καὶ τὴν ἀφήνει νὰ ζῆ καὶ μάλιστα νὰ βασιλεύῃ...

Ἀκούγοντας τὴν περίφημη ἀοιδὸ δίδα Ντάτινα Ἀϊντονό, μ' ἔπιασε ὕπνος. Κι' εἶδα ἕνα ὄνειρο... Πὼς ἔκανα λέει περίπατο στὰ σωθικὰ τῆς ὡς ἄνω ντιζέ... Πὼς μπῆκα λέει ξαφνικὰ καὶ χωρὶς νὰ μὲ πάρῃ χαμπάρι ἡ ἴδια στὸ ὀρθάνοιχτο στόμα της... Κρύφτηκα στὴν ἀρχὴ κάτω ἀπὸ τὴ γλῶσσα της, ἀλλὰ σὲ λίγο, ὅταν ἐπανέλαβε πέντε φορὲς τὸ «σέ λλλλαχταρῶ!» ἀπὸ τὸ ταγκὸ «Μὲ τὴ βελόνα τοῦ ὀνείρου ἑλλλλλώνονται οἱ ἀναμνήσεις...», ἡ ἔντονη προφορὰ τοῦ «λ» δημιούργησε ἕνα κοίλωμα στὴ γλῶσσα της κι' ἔτσι γλύστρησα κατ' εὐθεῖαν στὸν οὐρανίσκο της... Ἐκεῖ, καὶ καθὼς κατέβαινα πρὸς τὰ κάτω μ' ἔπιασε σὰν ἔλεγχος στὴ Διώρυγα τοῦ... Σουέζ, μιὰ κορώνα τῆς περιφήμου ἀοιδοῦ καὶ ἀναγκάστηκα νὰ χοροπηδήσω πάνω - κάτω, ὅπως χοροπηδοῦν τὰ μωρὰ ὅταν τοὺς λέν οἱ ντατάδες «ντάχ—τι—οι—ρι...». Ὅταν μὲ τὸ καλὸ τέλειωσε τὸ χοροπήδημα ἔπεσα ξαφνικὰ στὸ χαοτικὸ γκρεμὸ τοῦ λαρυγγοῦ της καὶ βρέθηκα κάπου κοντὰ στὴν καρδιά της... «Τί καρδιά!...» μονολογοῦσα, «γιὰ κοίτα την πῶς κτυπάει!... Σὰ ξυπνητήροι...». Φαίνεται πὼς δάξι πολὺ «αἴσθημα» στὴ φωνή της σκέφθηκα...

Εὐτυχῶς ὅτι ἐνῶ διέτρεχα τὸν κίνδυνον νὰ καταποντισθῶ βαθύτερα στὰ σπαρασσόμενα σωθικὰ τῆς ντιζέ, μιὰ κορώνα μὲ πέταξε ἔξω... Ἔτσι, θυμᾶμαι στὸ ὄνειρο, δύγηκα στὸν καθαρὸ ἀέρα. Βλέπω μπροστά μου τὸ πλῆθος τῶν θεατῶν νὰ ὠρύεται ἀπὸ ἐνθουσιασμό, χειροκροτήματα, χειρονομίες, φωνές...

Ἐκείνη τὴν ὥρα ἀκριβῶς ξύπνησα. Ὅμως ἡ πραγματικότητα ἦταν

Ἐφιαλτικὸ φινάλε.

σὰ συνέχεια τοῦ ὀνείρου. Φωνές: «Μπράδο, νὰ μᾶς ζήσης!...» καὶ ἡ περίφημη ἀοιδὸς δεσποινὶς Ντάτινα Ἀϊντονὸ νὰ τσακίζῃ τὸ ἕνα της πόδι καὶ νὰ σκορπᾶ φιλιὰ δεξιὰ κι' ἀριστερά.

Ἦταν, ὅπως εἴπαμε, τὸ κλοῦ τῆς βραδυᾶς...

ΜΙΝΩΣ ΑΡΓΥΡΑΚΗΣ

Τί εἶδε καὶ τί ἐσχεδίασε ἀπὸ μία παράστασι ὁ ΜΙΝΩΣ ΑΡΓΥΡΑΚΗΣ

ΔΙΑΜΕΡΙΣΜΑΤΑ ΜΕ ΔΟΣΕΙΣ

ΠΑΡΑΔΟΤΕΑ ΕΝΤΟΣ 4 ΜΗΝΩΝ

Ἐπὶ τῆς ὁδοῦ Ἀλκιμάχου 3 (Στάσις Εὐαγγελισμός). Μὲ ἄριστα ὑλικά. Μὲ εὐρύχωρα δωμάτια. Μὲ ἐξαιρετικοὺς βοηθητικοὺς χώρους. Μὲ κεντρικὴν θέρμανσιν, δύο ἀσανσὲρ καὶ μὲ ὅλα τὰ σύγχρονα κομφόρ.

Σύνταξις ὁριστικοῦ συμβολαίου μὲ τὴν προκαταβολήν, τοῦ ὑπολοίπου ἐξωφλουμένου διὰ μηνιαίων ἀτόκων δόσεων.

Θέσις τῆς οἰκοδομῆς προνομιοῦχος — εἰσόδημα διαμερίσματος ἱκανοποιητικὸν καὶ ἐξησφαλισμένον.

Κατασκευὴ ἀρχιτεκτονικὴ καὶ δομικὴ ἐξαίρετος.

Ἐξασφαλίσατε τὰς οἰκονομίας σας μὲ ἕνα καλὸ καὶ ἀποδοτικὸ διαμέρισμα.

ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ «ΙΚΤΙΝΟΣ»

ΒΑΣ. ΛΑΜΠΡΟΠΟΥΛΟΣ ΚΑΙ ΣΙΑ

Ἐμμ. Μπενάκη 21,

ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΜΑΣ

Εὐθύνονται τά πολλά λίπη διά τάς ἀρτηριοσκληρώσεις;

Ο ΜΕΓΑΛΟΣ ΕΧΘΡΟΣ ΕΙΝΑΙ Η ΠΟΛΥΦΑΓΙΑ

Τοῦ Γερμανοῦ Εἰδικοῦ Ἰατροῦ ΒΑΛΤΕΡ ΤΑΙΜΕΡ

ΜΠΟΝ, Ἰανουάριος

Αἱ παθήσεις τῶν ἀγγείων καὶ ἰδίως ἡ ἀρτηριοσκλήρωσις, παρουσιάζουν αὔξησιν εἰς ὅλας τὰς πολιτισμένας χώρας. Οἱ ἐπιστήμονες πιστεύουν ὅτι τὸ φαινόμενον αὐτὸ σχετίζεται μὲ τὴν τροφήν μας. Νομίζουν ὅτι ὁ ὑπερσιτισμὸς ἰδίως τὰ πολλὰ λίπη προκαλοῦν ἀνωμαλίας εἰς τὴν λειτουργίαν τῶν ἀγγείων.

Τί γνωρίζει σήμερα ἡ ἐπιστήμη διὰ τὴν σχέσιν μεταξὺ ἀρτηριοσκληρώσεως καὶ διαίτης; Τὸ πρόβλημα αὐτὸ συνεζητήθη εἰς μίαν διεθνῆ διάσκεψιν διαιτολόγων εἰς τὸ Νόϋεναρ τῆς Ρηνανίας. Οἱ περισσότεροι ἐπιστήμονες ἐπέκριναν τὰς μοναστικὰς θεωρίας καὶ ἦσαν ἐπιφυλακτικοὶ ὅσον ἀφορᾶ τὸ ζήτημα τῆς διαίτης καὶ τῆς σκληρώσεως.

Ἐπὶ πολὺ μερικοὶ ἐξέχοντες ἐπιστήμονες ἐδίδασκον ὅτι τρώγωμεν πάρα πολλὴν χοληστερόλην καὶ ὅτι αὐτὴ ἡ ὑπερβολὴ προκαλεῖ σκλήρωσιν. Ἡ χοληστερόλη εἶναι βιολογικῶς σπουδαία οὐσία ποὺ εὑρίσκεται φυσιολογικῶς εἰς τὸ σῶμα εἰς ὡρισμένας ποσότητας καὶ σχετίζεται μὲ τὰς σεξουαλικὰς ὁρμόνας. Αἱ ἀνωτέρω τροφαὶ ὅπως τὸ κρέας, τὰ αὐγὰ κ.λ.π. περιέχουν ποσότητας χοληστερόλης καὶ ἐπειδὴ τὰ ἀποθέματα τῆς χοληστερόλης προηγοῦνται τοῦ σχηματισμοῦ τῶν ἀποθεμάτων τοῦ ἀσβεστίου ποὺ λέγονται σκλήρωσις, ὑπετέθη ὅτι πρέπει νὰ τρώγωμεν ὀλιγώτερον κρέας, αὐγὰ κ.λ.π. Ἡ θεωρία αὐτὴ συνήντησεν ἀντίδρασιν εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς, ἀλλὰ εἶχε πολλοὺς ὀπαδούς.

Εἰς τὸ προηγούμενον συνέδριον τῆς Γερμανικῆς Διαιτολογικῆς Ἑταιρίας μερικοὶ ἐπιστήμονες εἶχαν ἤδη τονίσει ὅτι αἱ μικραὶ ποσότητες τῆς χοληστερόλης ποὺ περιέχονται εἰς τὰς τροφὰς δὲν προκαλοῦν ἀρτηριοσκλήρωσιν. Ἀπέδωσαν μᾶλλον τὸ κακὸ εἰς τὰ λίπη ποὺ τρώγομεν ἐφόσον διὰ τῶν χημικῶν ἀντιδράσεων, τὰ λίπη αὐτὰ δημιουργοῦν περισσοτέραν χοληστερόλην εἰς τὸ σῶμα ἀπὸ ὅσην εἰσάγομεν τρώγοντας κρέας καὶ παρομοίας τροφάς. Πρέπει λοιπὸν νὰ τρώγωμεν ὀλιγώτερα λίπη καὶ ἰδίως νὰ ἀποφεύγωμεν συγκεκρασμένα λιπαρὰ ὀξέα ποὺ μετατρέπονται εἰς χοληστερόλην. Ἀντιθέτως τὰ ἀσυγκέραστα λιπαρὰ ὀξέα εἶναι ἀβλαβῆ καὶ ἐλαττώνουν τὴν ποιότητα τῆς χοληστερόλης εἰς τὸ αἷμα.

Ἐν τούτοις εἶναι πολὺ ἐνωρὶς ἀκόμη διὰ νὰ συστήσωμεν ὡρισμένα λίπη καὶ νὰ καταδικάσωμεν ἄλλα.

ΤΡΩΜΕ ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ

Γενικῶς ὁ ὑπερσιτισμὸς εἰς τὰς πλειστέρας χώρας καὶ τάξεις παίζει ρόλον εἰς τὴν ἀνωμαλίαν τῆς λειτουργίας τῶν ἀγγείων. Αἱ ἐκθέσεις διὰ τὰ πειράματα ποὺ ἔγιναν εἰς τὴν Γερμανίαν κατὰ τὴν περίοδον τοῦ σχετικοῦ λιμοῦ μετὰ τὸν τελευταῖον πόλεμον εἶναι χαρακτηριστικαί. Ὁ καθηγητὴς Πέζολντ τοῦ Βερολίνου ἀναφέρει ὅτι ἐνήργησε 6 ο)οο νεκροψίας διὰ νὰ μελετήσῃ τὴν σχέσιν μεταξὺ τροφῆς καὶ ἀρτηριοσκληρώσεως. Εἰς τὰ χρόνια τῶν στερήσεων (1937 - 49) εἶχεν εὕρει σκλήρωσιν μόνον εἰς τὰ 50 % τῶν περιπτώσεων, ἐνῶ εἰς τὰ χρόνια τῆς ἀφθονίας (1955 - 57) ἡ ἀναλογία εἶχε ἀνέλθει εἰς 66 %. Ἡ σκλήρωσις τῶν στεφανιαίων ἀρτηριῶν ἦτο μόνον 30 % κατὰ τὴν πρώτην περίοδον, ἐνῶ ἀνῆλθεν εἰς 63 % κατὰ τὴν δευτέραν περίοδον. Κατὰ τὴν περίοδον τῶν στερήσεων ὁ πληθυσμὸς τοῦ Βερολίνου κατηνάλισκε μόνον 1.800 θερμίδας ἡμερησίως, ἕνα δέκατον τῶν ὁποίων ἀπετελεῖτο ἀπὸ λίπη. Κατὰ τὰ ἔτη τῆς ἀφθονίας ἐν τούτοις ἡ ἡμερησία κατανάλωσις ἀνήρχετο εἰς 3.500 θερμίδας τὸ ἓν τρίτον τῶν ὁποίων ἀπετελεῖτο ἀπὸ λίπη. 80 % τῶν ἀνδρῶν ἄνω τῶν πενήντα ἐτῶν κατὰ τὴν περίοδον τῶν στερήσεων εἶχεν ἀρτηριοσκλήρωσιν διαφόρων βαθμῶν, ἐνῶ εἰς τὴν περίοδον τῆς ἀφθονίας ὅλοι ἀνεξαιρέτως ἔπασχον ἀπὸ ἀρτηριοσκλήρωσιν.

Εἶναι βέβαιον ὅτι τρώγωμεν πάρα πολύ. Σύμφωνα μὲ τὰ ἐπιστημονικὰ μέτρα ἀρκοῦν 2.400 θερμίδες ἡμερησίως. Ἡ δὲ πρακτικὴ πεῖρα ἀποδεικνύει ὅτι ἀρκεῖ καὶ ὀλιγώτερον.

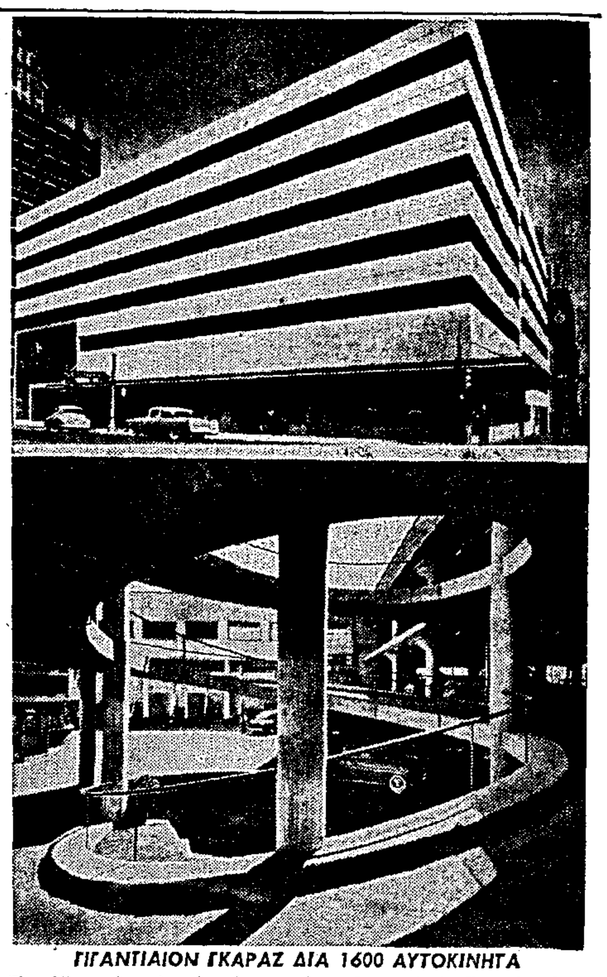
ΤΟ ΛΙΠΟΣ ΕΙΣ ΤΟ ΑΙΜΑ

Οἱ ἀρτηριοσκληρωτικοὶ ἔχουν πολὺ περισσότερον λίπος εἰς τὸ αἷμα των ἀπὸ τοὺς ὑγιεῖς. Ὕστερα ἀπὸ γεύματα πλούσια εἰς λίπη ἐμφανίζονται προσωρινὰ εἰς τὸ αἷμα σταγονίδια λίπους. Ἀλλὰ ἡ σχέσις μεταξὺ λίπους καὶ ἀρτηριοσκληρώσεως δὲν εἶναι τόσον ἁπλῆ. Τὸ ὑπερβολικὸν λίπος καὶ ἡ χοληστερόλη ἠμπορεῖ νὰ ἀφαιρεθοῦν ἀπὸ τὸ αἷμα μὲ μείγματα λίπους ποὺ περιέχουν ἐπίσης λιπαρὰ συγκεκρασμένα ὀξέα. Ὑπάρχει καὶ ἁπλούστερος τρόπος ἡ φυσικὴ ἄσκησις ποὺ ἔχει ταχύτερα ἀποτελέσματα ἀπὸ κάθε φάρμακον.

Αἱ ἀλλαγαὶ τῆς διαίτης καὶ μόνον δὲν ἠμποροῦν νὰ ἐλαττώσουν τὰς παθήσεις τῶν ἀγγείων σημαντικά. Ἴσως αὐτὸ νὰ ἠμπορῇ νὰ πραγματοποιηθῆ μὲ γενικὴν ἀλλαγὴν τῶν συνθηκῶν τῆς ζωῆς μέρος τῶν ὁποίων εἶναι καὶ ἡ διαίτα.

Ἀλλὰ αἱ παθήσεις δὲν περιορίζονται μόνον εἰς τοὺς ἀνθρώπους. Εἰς τὸν Μέλανα Δρυμὸν τῆς Δυτικῆς Γερμανίας οἱ χοιροτρόφοι παρετήρησαν πρὸ καιροῦ συχνοὺς θανάτους εἰς τὰ κοπάδια τῶν ζώων των. Οἱ ἐπιστήμονες τοῦ γειτονικοῦ Πανεπιστημίου τοῦ Φράϊμπουργκ ἀνεκάλυψαν ὅτι τὰ ζῶα ἀπέθνησκαν ἀπὸ καρδιακὰς παθήσεις καὶ αἰτία ἦτο ἡ τροφή των. Τὰ ζῶα αὐτὰ ποὺ ὑπερεσιτίζοντο δὲν ἠμποροῦσαν νὰ ἀρκεσθοῦν εἰς τὴν κλασικὴν φυτικὴν τροφήν των. Οἱ ἐπιστήμονες συνεβούλευσαν νὰ προστεθῆ εἰς τὴν τροφὴν των 10 % ζωϊκὴ πρωτεΐνη ὑπὸ μορφὴν γάλακτος, κονιορτοποιημένου ψαριοῦ ἢ βιομηχανικῆς πρωτεΐνης καὶ ἀμέσως αἱ καρδιακαὶ παθήσεις ἐσταμάτησαν. Εἰς τὴν περίπτωσιν αὐτὴν ἡ «πολιτισμένη» ἢ «ἀνωτέρα» μορφὴ διατροφῆς ἦτο ἀποτελεσματική, ἐνῶ πρωτόγονος δίαιτα ποὺ κακῶς ὀνομάζεται «φυσική» ἐπροκάλεσε τὸν θάνατον τῶν ζώων.

Dr WALTER THEIMER



ΓΙΓΑΝΤΙΑΙΟΝ ΓΚΑΡΑΖ ΔΙΑ 1600 ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑ

Τὸ πρόβλημα τῆς κυκλοφορίας τῶν τροχοφόρων, δημιουργεῖ εἰς ὅλας τὰς χώρας μέγα πρόβλημα, ἡ λύσις τοῦ ὁποίου ἐξαρτᾶται ἀπὸ τὴν κατασκευὴν ὑπογείων καὶ ἐπιγείων πολυορόφων γκαράζ. Ἀνωτέρω: Τὸ τεράστιον γκαρὰζ ποὺ κατεσκευάσθη εἰς τὸ Ἄρλιγκτον τῆς Γεωργίας διὰ 1600 αὐτοκίνητα. Ἡ κάτω εἰκὼν δεικνύει τὴν κυκλοτερῆ ἐσωτερικὴν ἀνάβασιν διὰ τῆς ὁποίας τὰ αὐτοκίνητα φθάνουν εἰς τοὺς διαφόρους ὀρόφους.

ΕΝΩ Η ΒΑΣΙΛΕΙΑ ΕΙΣ ΤΗΝ ΡΟΥΜΑΝΙΑΝ ΕΧΕΙ ΚΑΤΑΛΥΘΗ

ΔΥΟ ΥΙΟΙ ΤΟΥ ΚΑΡΟΛΟΥ ΔΙΕΚΔΙΚΟΥΝ ΤΟ ΣΤΕΜΜΑ

Ο ΜΑΡΣΕΑ ΚΑΡΟΛΟΣ, ΥΙΟΣ ΤΗΣ ΖΙΖΗΣ ΛΑΜΠ