

ΑΓΑΠΗ-ΕΡΩΤΑΣ

Αγάπη: Ο όρος αγάπη αναφέρεται σε ένα βαθύ συναίσθημα στοργής και ενδιαφέροντος για τον άλλον, το οποίο είναι αυθόρμητο και ανιδιοτελές-δεν αποβλέπει δηλαδή σε ανταλλάγματα- και γ'αυτό δεν προϋποθέτει ανάλογη ανταπόκριση.

Είναι το συναίσθημα της συμπάθειας και της αφοσίωσης σε κάποιο πρόσωπο ή πράγμα. Είναι ο ισχυρός ψυχικός δεσμός που ενώνει τους ανθρώπους, τους οδηγεί στην τελείωση και δημιουργεί ανώτερα και ωφέλιμα έργα.

Έρωτας: Είναι ένα συναίσθημα με το οποίο εκφράζεται η έλξη, η αγάπη και η αφοσίωση ανάμεσα σε δύο άτομα .

Είναι ο πόθος για τον άλλον, οποίος εκδηλώνεται με ένταση τόσο συναισθηματική όσο και σωματική/βιολογική και συνδέεται με την ένωση δύο ατόμων.

Μορφές της αγάπης

- Μητρική ή πατρική
- Οικογενειακή
- Αδελφική
- Ερωτική
- Φιλική
- Κοινωνική
- Αγάπη για την πατρίδα.
- Αγάπη προς τον Θεό.
- Αγάπη προς τον πλησίον.
- Αγάπη για τον εαυτό μας (είναι πραγματική όταν τον οδηγούμε στον δρόμο της τιμής της αξιοπρέπειας, της δικαιοσύνης και της αρετής).
- Αγάπη για την επιστήμη, τον πολιτισμό.
- Αγάπη για τη φύση.
- Αγάπη στη φιλομάθεια και την αληθινή γνώση.
- Αγάπη για την ειρήνη και αγώνας για την επικράτησή της μέσα μας και γύρω μας.

Χαρακτηριστικά της αγάπης

- Η ανιδιοτέλεια-αγνότητα-δοτικότητα: αγάπη αγνή, χωρίς συμφέρον και υπολογισμό, χωρίς την προσδοκία της ανταπόδοσης.
- Ο σεβασμός και η ανεκτικότητα απέναντι στις διαφορετικές επιλογές του άλλου και τις αδυναμίες του.
- Η απουσία κτητικής διάθεσης και ζήλειας.
- Η εμπιστοσύνη.
- Η ανεξικακία και η συγχώρεση.
- Η συμπάρασταση.
- Ο θαυμασμός.
- Η καλοπροαίρετη διάθεση.
- Η στοργή, η τρυφερότητα προς τον άλλον και η διάθεση προστασίας του.
- Η αγάπη είναι αρετή και χρειάζεται αγώνας για να διατηρηθεί.
- Μπορεί εύκολα να μετατραπεί σε μίσος, όταν ο άνθρωπος γίνεται έρμαιο των παρορμησών του.
- Είναι ενστικτώδης, γιατί «αγαπάμε ό,τι μας φαίνεται ωραίο χωρίς κανείς να μας πει τι είναι αυτό».

Χαρακτηριστικά του έρωτα

- Η έντονη επιθυμία του άλλου, που ξεπερνά τη λογική.
- Ο έντονος ενθουσιασμός και το αίσθημα της πληρότητας.
- Το πάθος.
- Η εξιδανίκευση του συντρόφου . Ο σύντροφος αντικρύζει τον άλλο σαν το «τέλειο» πρόσωπο . Όμως αυτό είναι παροδικό . Όταν περάσει ο πρώτος ενθουσιασμός, διαφαίνονται και τα πραγματικά στοιχεία του χαρακτήρα ή και τα ελαττώματά του.
- Η ζήλεια και η κτηκίότατα σε υπερβολικό βαθμό.
- Τα σφοδρά και αντιφατικά συναισθήματα, όπως η απόλυτη ευτυχία και η θλίψη και η απογοήτευση .
- Η συναισθηματική σύγχυση και, κατ' επέκταση, η αδυναμία του ατόμου να

κατανοεί και να ελέγχει τα συναισθήματά του.

Η αξία της αγάπης

- Προσδίδει νόημα στη ζωή του ανθρώπου.
- Δυναμώνει το αίσθημα της προσφοράς και της δοτικότητας .
- Διαμορφώνει ηθικές αξίες, με τις οποίες ο νέος θα πορευτεί στη ζωή του .
- Τροφοδοτεί τον νέο με αυτοπεποίθηση, γνωρίζοντας ότι είναι αποδεκτός και εισπράττοντας αγάπη, την οποία και αυτός προσφέρει αντίστοιχα στα αγαπημένα του πρόσωπα .
- Καλλιεργεί μια θετική και αισιόδοξη στάση απέναντι στη ζωή, ενεργοποιεί θετικά συναισθήματα και βελτιώνει την αντιμετώπιση προβλημάτων και αντίξων συνθηκών.
- Διαμορφώνει έναν υγιή ψυχισμό και συμβάλλει στη σύναψη υγιών διαπροσωπικών σχέσεων .
- Προσφέρει συναισθηματική ασφάλεια και σιγουριά στον άνθρωπο .
- Αποβάλλει από τον άνθρωπο το αίσθημα της εγωπάθειας και του ατομικισμού .
- Απελευθερώνει από τη μοναξιά και την ανασφάλεια.
- Καλλιεργεί το πνεύμα ανεκτικότητας και σεβασμού απέναντι στο διαφορετικό .
- Σε παγκόσμιο επίπεδο συμβάλλει στη διαμόρφωση υγιών σχέσεων και κλίματος συνεργασίας μεταξύ των λαών .Θεμελιώνει την ειρήνη ανάμεσα στους ανθρώπους και τους λαούς.
- Μειώνει τις προκαταλήψεις και τις ρατσιστικές διακρίσεις μεταξύ των εθνών, εφόσον οι λαοί έρχονται σε επαφή και γνωρίζονται μεταξύ τους. Προσφέρει τη δυνατότητα να συνυπάρχει με τους άλλους.

Η αξία του έρωτα

- Δίνει νόημα και ουσία στη ζωή του ατόμου και την ομορφαίνει .
- Βοηθά το άτομο να ξεφύγει από τη στενή έννοια του «εγώ» και να μοιραστεί συναισθήματα και εμπειρίες .

- Τονώνει την αυτοπεποίθηση, εφόσον αισθάνεται το άτομο ότι είναι αποδεκτό και με τον τρόπο αυτό γίνεται και πιο δημιουργικό σε κάθε ενασχόλησή του .
- Συσφίγγει τις ανθρώπινες σχέσεις .
- Αποτελεί πηγή έμπνευσης και για τους καλλιτέχνες .
- Ιδίως στην εφηβική ηλικία ο νέος βρίσκεται σε ένα στάδιο αναζήτησης σε σχέση με τη σεξουαλικότητά του και τη γνωριμία του με το άλλο φύλο και προσπαθεί να διαμορφώσει την ταυτότητα και την προσωπικότητά του .

Υπάρχει αγάπη στην εποχή μας;

Σήμερα η αγάπη αμφισβητείται, όπως όλες οι άλλες αξίες, γιατί:

- Περνούν κρίση όλες οι αξίες και οι θεσμοί.
- Ο έντονος ρυθμός της ζωής για την επιβίωση, δεν αφήνει θέση στην αγάπη.
- Οι ανθρώπινες σχέσεις είναι ψυχρές και επιφανειακές
- Κυριαρχούν το συμφέρον, η φιλοχρηματία, το υλικό κέρδος
- Επικρατεί το ατομικό «εγώ», ο ωφελιμισμός, η υποκρισία
- Υπάρχει αδιαφορία για τον συνάνθρωπο, για τα προβλήματα που αντιμετωπίζει ο πλησίον
- Επικρατούν η βία, η εγκληματικότητα, τα ναρκωτικά, η απάτη, οι συγκρούσεις που εμποδίζουν την ειρηνική συνύπαρξη
- Η ανασφάλεια και η αβεβαιότητα για το μέλλον δεν αφήνουν θέση στην αγάπη.
- Ο άνθρωπος αποξενώνεται από τους άλλους.
- Στην κοινωνία επικρατεί η εκμετάλλευση, που σημαίνει πως λείπει η αγάπη, γιατί ο άνθρωπος δεν αποτελεί πια αξία, αλλά αντικείμενο προς αγορά και πώληση.
- Η καταναλωτική κοινωνία κάνει τον άνθρωπο υλιστή, πλεονέκτη και αδιάφορο για τους άλλους.
- Απουσιάζει το πνεύμα συνεργασίας και αλληλοβοήθειας.
- Ο τεχνικός πολιτισμός άλλαξε τη δομή της κοινωνίας, τους τρόπους ζωής του ανθρώπου, τα ήθη και έθιμα.
- Υπάρχει έλλειψη ιδανικών και υψηλών στόχων, που δίνουν νόημα στην αγάπη και τη ζωή.
- Το οικογενειακό περιβάλλον: Η πολύωρη απουσία των γονέων από την οικογενειακή εστία είτε για λόγους βιοπορισμού είτε για λόγους ικανοποίησης καταναλωτικών αναγκών επηρεάζει τις σχέσεις των μελών, ενισχύοντας το συναισθηματικό κενό και έλλειμμα των παιδιών. Έχει χαθεί ο χρόνος της επικοινωνίας, η ανταλλαγή συναισθημάτων και

σκέψεων, ο διάλογος, η διάθεση για επίλυση προβλημάτων. Οι γονείς θεωρούν ότι με τα υλικά αγαθά θα αντικαταστήσουν την αγάπη και τη θαλπωρή που τόσο έχουν ανάγκη τα παιδιά.

- Η εισβολή της τεχνολογίας έχει μειώσει τον χρόνο της επικοινωνίας με το οικογενειακό και ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον, διαμορφώνοντας τυπικές απρόσωπες σχέσεις .
- Τα Μέσα Μαζικής ενημέρωσης, που αποθεώνουν το χρήμα και τον καταναλωτισμό, μειώνοντας την αξία της ανιδιοτελούς αγάπης και της προσφοράς.
- Η τεχνοκρατική παιδεία, που υποβάλλει τους μαθητές σε ένα πλαίσιο αθέμιτου ανταγωνισμού, διαβρώνοντας τις υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις που έχουν ανάγκη να αναπτύξουν οι μαθητές σε αυτή την ηλικία.

Η έλλειψη της αγάπης

Όταν **λείπει** η αγάπη:

- κυριαρχεί το μίσος και η κοινωνία μεταβάλλεται σε ζούγκλα.
- επικρατεί το δίκαιο του ισχυρότερου.
- σημειώνεται οπισθοδρόμηση πολιτισμού.
- κυριαρχούν τα κατώτερα πάθη, τα ένστικτα με καταστρεπτικές συνέπειες για τους άλλους.
- επικρατεί το ατομικό συμφέρον σε βάρος του γενικού.
- οδηγεί στην απώλεια της ταυτότητας του, της προσωπικής βούλησης και ελευθερίας.
-

Προϋποθέσεις για την κατάκτηση της αγάπης

- Παιδεία.
- Ορθή αγωγή από την οικογένεια, το σχολείο, το κοινωνικό περιβάλλον.
- Αγώνας για την καταπολέμηση του εγωισμού.
- Καλλιέργεια κοινωνικών αρετών και φιλανθρωπικών συναισθημάτων.

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

Αθλητισμός- από τη λέξη άθλος: ο αγώνας, ο κόπος, η άμιλλα για βραβείο (άθλον)- είναι η σωματική και πνευματική προσπάθεια υπεροχής, νίκης σε ένα άθλημα, αγώνισμα, με ορισμένες απαιτήσεις επίδοσης και κανονισμούς διεξαγωγής του.

Ο όρος αθλητισμός γεννήθηκε στις 13 Ιουνίου του 1894. Τότε δημοσιεύθηκε για πρώτη φορά για πρώτη φορά στην εφημερίδα «Ακρόπολις», προκειμένου να περιγραφεί η δραστηριότητα των αθλητών, η ενασχόληση με τα αθλήματα, και στη συνέχεια χρησιμοποιήθηκε από την εφημερίδα «Άστυ». Εκείνος, όμως, που την καθιέρωσε ήταν ο Δημήτριος Βικέλας, στις 7 Μαΐου του 1895. Ωστόσο, αν η λέξη αθλητισμός έχει ηλικία μόλις 110 ετών, ο αθλητής είναι αρχαιότερος. Αυτός προέρχεται από το ρήμα άθλέω-ῶ, που πολλοί το ετυμολογούν από το όνομα του Αεθλίου, του γιου της Πρωτογένειας και του Δία. Γενικότερα αθλητισμός ονομάζεται το σύνολο των προσπαθειών που καταβάλλει ο άνθρωπος και των ασκήσεων που εκτελεί με σκοπό τη βελτίωση της σωματικής του κατάστασης και τη δημιουργία επιδόσεων.

Διαίρεση

Αθλήματα στα οποία, ανάλογα με τις ικανότητές του, μπορεί να επιδοθεί κάποιος υπάρχουν πολλά, ατομικά και ομαδικά:

- άλματα, σε μήκος ή ύψος,
- αγώνες δρόμου, ταχύτητας ή αντοχής,
- ρίψεις,
- πάλη,
- πυγμαχία,
- άρση βαρών,
- ποδόσφαιρο,
- καλαθόσφαιρα (μπάσκετ),
- πετόσφαιρα (βόλεϊ),
- αντισφαίριση (τένις),
- σκάκι,
- κολύμβηση