



PLAYBOY

€3,90 ΤΕΥΧΟΣ 199 ΙΟΥΛΙΟΣ 2012 www.playboy.gr



Nina Kohne TO SUPERMODEL ΤΗΣ PRADA ...χωρίς PRADA

ΟΙ ΑΝΤΙΗΡΩΕΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ

ΗΡΘΕ Η ΩΡΑ ΝΑ ΑΚΟΥΣΟΥΜΕ
ΤΟΥΣ ΟΙΚΟΝΟΜΟΛΟΓΟΥΣ
ΤΟΥ ΠΕΡΙΘΩΡΙΟΥ;

Ο ΣΛΑΒΟΪ ΖΙΖΕΚ
ΓΡΑΦΕΙ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΚΤΑΤΟΡΙΑ
ΤΟΥ ΚΑΘΩΣΠΡΕΠΙΣΜΟΥ

ΑΠΟ ΤΟΥΣ
METROSEXUALS
ΞΕΠΕΣΑΜΕ ΣΤΟΥΣ

himbos

ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΧΑΖΟΓΚΟΜΕΝΟΙ
ΤΟ ΝΕΟ ΦΕΤΙΧ
ΤΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ;

42

ΤΡΑΓΙΚΑ ΛΑΘΗ
ΠΟΥ ΟΙ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΛΕΝΕ
ΟΤΙ ΚΑΝΟΥΜΕ ΣΤΟ

sex

ΟΠΟΥ ΓΑΜΟΣ
ΚΑΙ ΧΑΡΑ;
ΡΙΞΕ ΜΙΑ ΜΑΤΙΑ
ΣΤΑ «ΨΙΛΑ»

ΠΡΙΝ ΥΠΟΓΡΑΨΕΙΣ ΚΑΙ
ΑΥΤΟ ΤΟ ΜΝΗΜΟΝΙΟ

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ANGER

MANAGEMENT
ΠΩΣ Ο ΘΥΜΟΣ
ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΣΕ
ΚΑΤΑΣΤΡΕΨΕΙ

07/2012



THE BUNNIES ARE BACK

PLAYBOY CLUB LONDON
NOW OPEN

14 Old Park Lane,
London W1K 1ND
United Kingdom
T +44 (0)20 7491 8586
W www.playboyclublondon.com



PLAYBOY CLUB
LONDON

Some Believe All Vodkas
Are Created Equal.

You Know Better



Highest Rated White Spirit In the World.

*Beverage Tasting Institute 97 Rating, 2006, 2007, 2009 and 2010.

ΣΕΜΝΑ ΚΑΙ ΤΑΠΕΙΝΑ

Πρωί Σαββάτου, μία ημέρα πριν τις εκλογές, σε μεγάλο σούπερ μάρκετ των βορείων προαστίων, όπου γίνεται της τρελής. Χρυσοποίκιλτη κυρία με «τζιπούρα» μερικών χιλιάδων κυβικών γυροφέρνει μάταια στο υπαίθριο πάρκινγκ προσπαθώντας να βρει χώρο για το θηρίο. Καμιά δεκαριά μέτρα πιο κάτω από εκεί που κόβει βόλτες, ένα αυτοκίνητο ως εκ θαύματος ξεπαρκάρει και ηλικιωμένος κύριος με συμβατικό όχημα ξεπερασμένης τεχνολογίας που έτυχε να περνάει εκείνη τη στιγμή από μπροστά μπαίνει και καταλαμβάνει τη θέση. Εξάλλη η «βαρόνη» σανιδώνει το γκάζι, παρκάρει αποφασιστικά πίσω από τον άνθρωπο, κλείνοντάς τον στην ουσία, κατεβαίνει και κλειδώνοντας λέει αγανακτισμένη: «Καλά, δε με βλέπεις που περιμένω; (σ.σ. θυμίζω ότι βρισκόταν 10 μέτρα μακριά) Τώρα λοιπόν θα με περιμένεις να τελειώσω για να μπορέσεις να φύγεις». Και πριν προλάβει ο αποσβολωμένος οδηγός να σταυρώσει κουβέντα, εκείνη χάνεται στις πύλες του ναού της κατανάληψης. Ευτυχώς, πριν ο ηλικιωμένος φτάσει στα πρόθυρα του εγκεφαλικού, το αυτοκίνητο δίπλα του ξεπαρκάρει κι έτσι σπεύδει να βγει και να παρκάρει αλλού, μιας και διαφορετικά θα ήταν υποχρεωμένος να περιμένει μια αιωνιότητα.

Λερωτάω τι θα κάνατε στη θέση του, καθώς πιστεύω ότι θα πάρω απαντήσεις ακατάλληλες προς δημοσίευση. Το ξέρω γιατί το ίδιο θα έκανα κι εγώ. Χώρια τα μινελίκια που θα λουζόταν, θα της ξυράφιαζα και τα λάστιχα της κ@r%όλα\$. Γιατί το προκλητικότερο σε όλη αυτή την ιστορία δεν είναι ότι τσαμπουκαλεύτηκε για μια θέση πάρκινγκ. Έχουμε δει άπειρα τέτοια. Το χειρότερο είναι ότι σγκώθηκε κι έφυγε χωρίς αναστολές, χωρίς την έννοια

ότι κάτι κακό μπορεί να της συμβεί, χωρίς να υπολογίζει ότι—διάολε—ο άλλος μπορεί να αντιδράσει. Έλλειψη φόβου, κακή εκτίμηση, υπέρμετρη αλαζονεία ή όλα αυτά μαζί;

Αν δεν ήμουν αυτόπτης, θα έλεγα ότι αυτές οι σκηνές—και κατ' επέκταση οι συμπεριφορές—ανήκουν στο παρελθόν (στο όχι και τόσο μακρινό ομολογουμένως). Πίστευα ότι με τη σφαλιάρα της κρίσης και τα αλλεπάλληλα χαστούκια που οι περισσότεροι έχουμε δεχτεί τα τρία τέσσερα τελευταία χρόνια, έχουμε πλέον αναθεωρήσει αρκετά από αυτά που χαρακτηρίζαν ως ένα βαθμό μια συγκεκριμένη—προ κρίσης—στάση ζωής. Νοοτροπίες που η εποχή όχι μόνο δεν τις σγκώνει, αλλά και μπορεί να γίνουν η αφετηρία παρεκτροπών με άσχημη κατάληξη.

Φυσικά κάποια πράγματα δε θα αλλάξουν ποτέ. Η μαλακία ήταν, είναι και θα συνεχίσει να είναι στους αιώνες των αιώνων η βαριά βιομηχανία αυτής της χώρας. Ακόμη κι αν βρεθούμε στο ξημέρωμα κοσμογονικών αλλαγών, ακόμη κι αν η γη αρχίσει να γυρίζει ανάποδα ή οι νεκροί σηκωθούν για τη Δευτέρα Παρουσία, δεν είναι λίγοι εκείνοι που θα συνεχίσουν να ζουν με τη βεβαιότητα όχι μόνο ότι ο ήλιος ανατέλλει κάθε μέρα από τον πάτο τους, αλλά και ότι όλοι οι υπόλοιποι οφείλουμε να σπεύσουμε να τον ασπαστούμε με ευλάβεια.

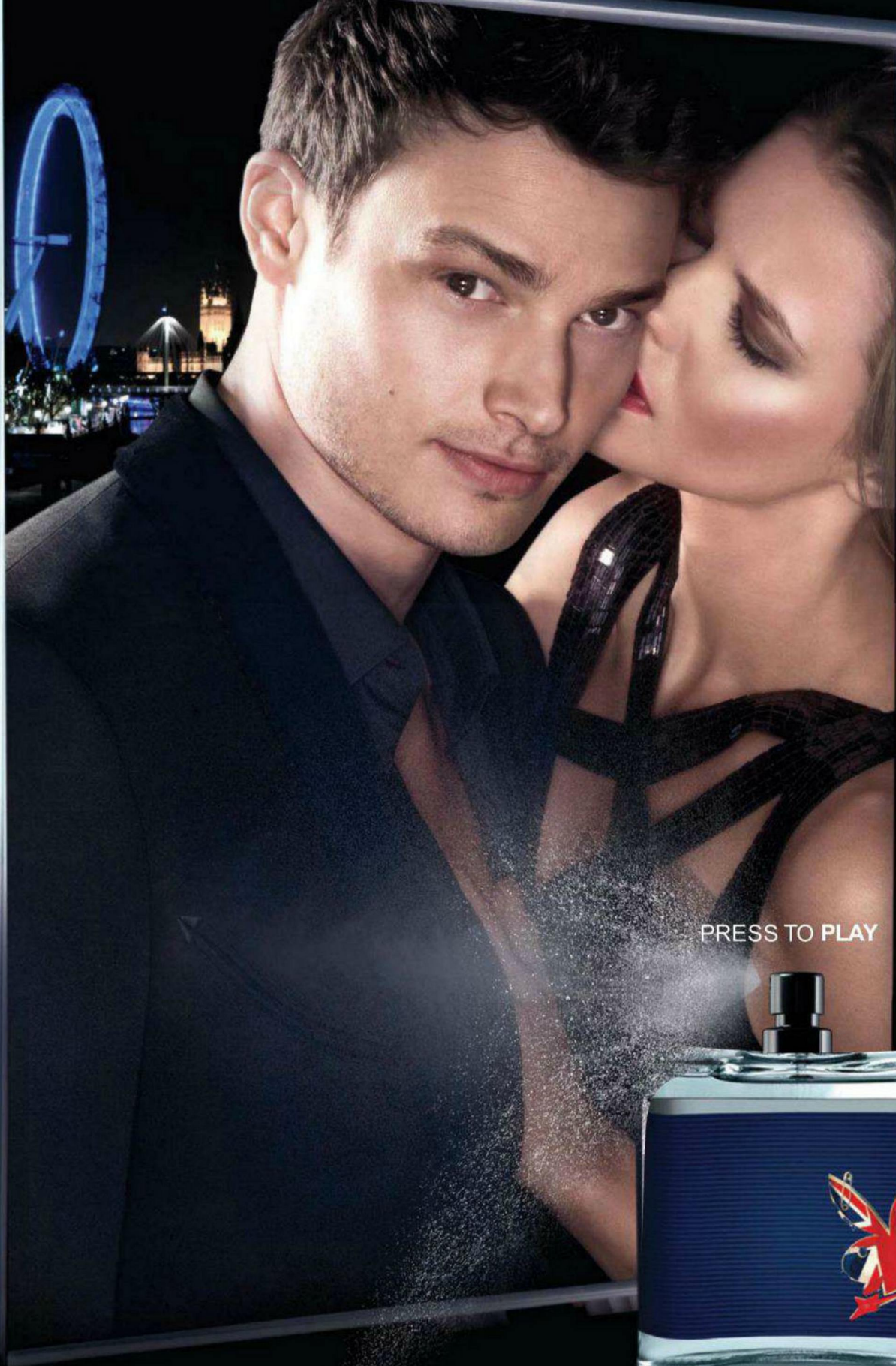
Λεν είναι τυχαίο ότι η παραπάνω ιστορία συνέβη μία ακριβώς ημέρα πριν τις τελευταίες εκλογές. Την ώρα δηλαδή που οι μισοί έβλεπαν τη στροφή στην αριστερά ως μόνη διέξοδο και οι άλλοι μισοί ως από-

λυτη καταστροφή. Ξεκαθαρίζω εδώ ότι δε συμφωνώ ούτε με τους μεν ούτε με τους δε και πιστεύω ότι πάντα η αλήθεια—και κατά συνέπεια οι λύσεις—βρίσκεται κάπου στη μέση. Όμως τέτοιες συμπεριφορές μόνο τις λογικές αποφάσεις δεν προμοτάρουν. Με άλλα λόγια, βάζω στοίχημα ότι μετά από αυτό το περιστατικό ο ηλικιωμένος—που μπορεί να ζει με πετσοκομμένη σύνταξη πείνας, να μη βρίσκει τα φάρμακά του, να συγκατοικεί τελευταία με τα δύο άνεργα παιδιά του και να περιμένει από μέρα σε μέρα το μπουγιουρντί της εφορίας—ψήφισε τυφλά την επομένη με μοναδικό κριτήριο την εκδίκηση σε ό,τι η αναιδής βορειοπροαστιώτισσα αντιπροσώπευε. Εάν νομίζετε ότι υπερβάλλω, μάλλον έχετε καιρό να βγείτε απ' το σπίτι.

Σεμνά και ταπεινά» είχε συμβουλευθεί κάποτε ο Κώστας Καραμανλής τους υπουργούς του και ήταν ίσως η καλύτερη προτροπή που έχω ακούσει από πρωθυπουργικά χείλη. Μέχρι που κατάντησε το καλύτερο ανέκδοτο. Κι αυτή η εξέλιξη τον καθιστά το χειρότερο πρωθυπουργό της μεταπολίτευσης (τουλάχιστον). Αν είχε επιβάλει μόνο αυτό και τίποτε άλλο, ίσως η Ευρώπη και ο πλανήτης ολόκληρος να μιλούσαν σήμερα για το ελληνικό παράδειγμα. Βέβαια, ποτέ δεν είναι αργά. Ή, για να είμαι ακριβής, ίσως οι μέρες που θα ακολουθήσουν να είναι και η τελευταία μας ευκαιρία για να πετύχουμε αυτό που μοιάζει πλέον άθλος: να καταφέρουμε να συνεννοηθούμε πρώτα απ' όλα ως κοινωνία. Θα είναι μια καλή αρχή. Διαφορετικά, μη χαλαρώνετε. Οι επόμενες εκλογές δε θα αργήσουν. Και το τι θα βγει αυτή τη φορά από τις κάλπες δε χρειάζεται να περιμένουμε τις δημοσκοπήσεις για να το μάθουμε...

ΚΩΣΤΑΣ Ν. ΤΣΙΤΣΑΣ

©2012 Playboy. PLAYBOY and Rabbit Head Design are trademarks of Playboy and used under license by Coty.



PRESS TO PLAY



LONDON PLAYBOY 

THE NEW FRAGRANCE FOR MEN

INBOX

ΞΕΡΟΥΜΕ, ΞΕΡΟΥΜΕ...

Παιδες, καλησπέρα! Το μοντέλο Ρία Τσίγκα είμαι σίγουρος ότι το ξέρετε (τη βλέπαμε στον *Όμορφο κόσμο το πρωί* του Αρναούτογλου). Το τι φωτογραφίες ανεβάζει ΚΑΘΕ μέρα στο Facebook είμαι επίσης σίγουρος ότι το ξέρετε. Το πώς θέλουμε να τη δούμε το ξέρετε, τη δουλειά σας μας έχετε δείξει πολλές φορές ότι κι αυτή την ξέρετε. Περιμένουμε... Να το ξέρετε... Θανάσης-greeksum@...

ΚΑΨΟΥ...ΡΙΑ

Χαιρετώ τη βιονική ομάδα του *Playboy*! Η επιθυμία μου είναι πολύ συγκεκριμένη και νομίζω ότι αποτελεί και επιθυμία πολλών άλλων αναγνώστών. Θέλουμε να δούμε τη Ρία Αντωνίου στις σελίδες του περιοδικού έτσι όπως πρέπει, δηλαδή φορώντας τα απολύτως απαραίτητα ή και χωρίς αυτά! Δε γίνεται η κοπέλα να δοξάζει την Ελλάδα στο εξωτερικό και το ελληνικό *Playboy* να μην αναδεικνύει την προσπάθειά της... Παύλος Α., Ζωγράφου

ΣΤΑ ΦΙΛΙΚΑ ΜΗΛΙΝΟΥΝ
ΤΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΓΚΟΛ

Χαίρετε! Εξαιρετική ιδέα το εξώφυλλο με τις Πολωνέζες playmates! Πανέμορφες, αν και σαν τις δικές μας, οι οποίες έχουν το δικό τους τρόπο μπροστά στο φακό, δεν είναι. Όμως, δε θα είχε μεγαλύτερο ενδιαφέρον μια κοινή φωτογράφιση των playmates Ελλάδας και Πολωνίας ή μιας άλλης χώρας που έχει αντιμετωπίσει η Εθνική στο Euro; Για φανταστείτε «στενά μαρκαρίσματα», «βρόμικο» παιχνίδι κ.ά. Ότι πρέπει για τα μάτια μας. admos@...

ΤΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΣΤΟΙΧΕΙΟ

Παιδιά, παίξατε μεγάλη μπάλα με το τελευταίο τεύχος. Μάλιστα, θα ήταν ακόμη πιο επικό αν είχατε και την αντίστοιχη ομάδα της Ουκρανίας, η οποία είναι συνδιοργανώτρια. Να υποθέσω ότι και στους Ολυμπιακούς θα κινηθείτε αναλόγως; Εξάλλου, αν κρίνω από



τις WAGS που κυκλοφορούν στο νησί, θα έχετε άφθονο υλικό. Μάκης Γ., Κηφισιά

ΕΠΙΜΟΝΟΣ ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ

Αγαπητό *Playboy*, διαβάζω χρόνια το περιοδικό και δεν είμαι από τους αναγνώστες που περιορίζονται μόνο στις υπέροχες Ελληνίδες και ξένες κοπέλες. Από το τελευταίο τεύχος απουσίαζε η εξαιρετική στήλη «Forum». Γιατί; Ωστόσο, οφείλω να δώσω συγχαρητήρια για το πάρα πολύ καλό άρθρο για τη «Βιοπολιτική». Τέτοια θέματα είναι οι μικρές λεπτομέρειες που σας κάνουν να ξεχωρίζετε από τα υπόλοιπα αντρικά περιοδικά. Κωνσταντίνος Α., Παγκράτι

ΕΠΙΘΥΜΙΕΣ ΚΑΙ ΠΟΘΟΙ

Μας ξετρελάνετε με το τελευταίο σας εξώφυλλο. Αυτό είναι πραγματικό Euro! Δε βλέπω όμως κάτι και στενοχωριέμαι. Ποιο είναι αυτό; Μα η Ειρήνη Χειρδάρη! Το απόλυτο μωρό-σεξολόγο! Θα κάνετε κάτι γι' αυτό; Με εκτίμηση, Κώστας Τ., Γουδί
Απάντηση *Playboy*
Αγαπητέ Κώστα, Εκτιμούμε τις ικανότητες, την οξύνοια και την εξαιρετική ομορφιά της κ. Χειρδάρη. Ωστόσο, δεν ήσουν πολύ σαφής. Θα ήθελες να δίνεις συμβουλές στους αναγνώστες ή να τη δεις στις σελίδες του επόμενου pictorial γυμνού;

Κηφισίας 40, Μαρούσι, 151 25 Αθήνα, playboy@atticamedia.gr
τηλ.: 210 6199083, fax: 210 6199038, fax διαφημιστικού: 210 6107890

ΕΚΔΟΤΗΣ ΘΕΟΧΑΡΗΣ Α. ΦΙΛΙΠΠΟΠΟΥΛΟΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΚΩΣΤΑΣ Ν. ΤΖΙΤΣΑΣ

ΕΜΠΟΡΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ Γεωργία Μοσχογιάννη-Αγγελή (playboyadv@atticamedia.gr)
CREATIVE ART DIRECTOR Αποστόλης Κατσούλας (katsoulas@atticamedia.gr)
ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ Παύλος Παπαφράγκος (papafragos@atticamedia.gr)
ΣΥΝΤΑΞΗ Μαριέλλα Αντωνοπούλου, Γιώργος Πολυμενέας,

Αντώνης Τζαβάρας
ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ Βάντα Νάσιουτζικ
ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ/ΑΡΧΕΙΟ Έφη Παναγοπούλου

ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ Γ. Γορανίτης, Δ. Δοντάς, Ν. Καραύσου, Κ. Κάσιος, Ι. Κουφιώτη, Κλ. Λιάσκου, Δ. Μανής, Α. Μανιάτη, Σ. Μάργαρη, Ντ. Μελά, Φ. Μέρσος, Έρ. Ρούσσου, Γ. Σπανός, Ν. Τζάνος, Μ. Χάλαρη, Β. Χατζηγεωργίου
ΦΩΤΟΓΡΑΦΟΙ Ελ. Διαμαντάκη, Β. Μαντάς, Ρ. Nanasi, Βαγγ. Παλαμάρης, Γ. Πασιός, Κρ. Suto, Θ. Χρυσοχοϊδης

ART DIRECTOR Γιάννης Β. Αγγελίδης (aggelidis@atticamedia.gr)
ASSISTANT ART DIRECTOR Μαρία Τζαρή (tzari@atticamedia.gr)
ΔΙΟΡΘΩΣΗ Μαρία Βασιλείου, Μαρία Μουσιού
ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΕΙΚΟΝΑΣ Studio MASKA

STYLING Διονύσης Χρυσικόπουλος

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ Αντζελα Καλαμπόκα (kalambaka@atticamedia.gr)
ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ Χριστίνα Γιαννοπούλου (christina.giannopoulou@atticamedia.gr)
ΥΠΟΔΟΧΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ Νάσια Καραστανινάκη (karistinaki@atticamedia.gr)

ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΑΓΟΡΑ: ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΤΜΗΜΑΤΟΣ Αιμίλιος Ιτάλικος
ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ Βιβή Ανδρίτσου, Κατερίνα Κυρκωστάκη
Δημήτρης Κωστής, Έλμα Παναγάκη, Μάνος Σαλούστρος

CREATIVE MEDIA DIRECTOR Λένα Αλεξοπούλου
CREATIVE MEDIA Ιωάννα Μέντη, Ελένη Δαμαλίτη
ΓΡΑΦΕΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ Μακένζι Κινγκ 8, 54622 Θεσσαλονίκη,

τηλ.: 2310 280124, 2310 280132, fax: 2310 280220
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ Έλενα Νικήτα
ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ Ρία Μούμκα

MARKETING DIRECTOR Δήμητρα Κρίθαρη
MEDIA MANAGER Ελίνα Καραμπε
MARKETING ASSISTANT Βάσω Ψευδού
ΕΡΕΥΝΑ & ΑΝΑΠΤΥΞΗ: ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ Νάντια Αγγέλη, Ροδούλα Γουδή

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ-ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΥ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ

Κώστας Νικολάπουλος
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ Χαράλαμπος Σηφάκης
ΠΑΡΑΓΩΓΗ Γιώργος Σπανούδης

ΔΙΕΚΠΕΡΑΙΩΣΗ Βαγγέλης Τσιπετός, Γιώργος Τζωρτζος
ΔΙΑΧΩΡΙΣΜΟΙ Γενική Εκδοτική Τύπου Α.Ε. - Top Color ΕΠΕ
ΕΚΤΥΠΩΣΗ-ΠΛΑΣΤΙΚΟΠΟΙΗΣΗ ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ Χαϊδεμένος ΑΕΒΕ
ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ Σ. Γκουναρέλνς & Υιοί Ο.Ε.
ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ Profil Pack A.E.

ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΠΩΛΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ Γιώργος Δραμουντάνης,

τηλ.: 210 6199080, fax: 210 6107525 (dramoudanis@atticamedia.gr)
ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ Μιχάλης Καπλάνης, Νίκος Φλώρος,
Αναστάσιος Χουντάσης

ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ

Νίκος Πανόπουλος (finance@atticamedia.gr)
ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΗ ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟΥ Ευαγγελία Παπαδοπούλου
ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΔΙΕΚΠΕΡΑΙΩΣΗ Στέργιος Γκουσιόνης
ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟΥ Ξανθή Μώλου
ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟ Θόδωρος Παπαθανάσης, Υβόννη Σκοκδήμου, Λία Σεϊμενέκη

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΙΑΝΟΜΩΝ & ΜΗΧΑΝΟΓΡΑΦΗΣΗΣ Μιλτιάδης Ηλιόπουλος
(hostmaster@atticamedia.gr)

SYSTEM ADMINISTRATOR Μάρκος Φαλλίερους
ΤΜΗΜΑ ΜΗΧΑΝΟΓΡΑΦΗΣΗΣ Στέλιος Πούλιος, Μηνάς Δοντάς, Δημήτρης Καλαϊτζίδης
SOFTWARE ENGINEERS Αθανάσιος Δημηλίδης, Κωνσταντίνος Κορωνέλλος
ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΙΑΝΟΜΩΝ Ελένη Μωραϊτού, τηλ.: 210 6855226 (moraitou@atticamedia.gr)

WEB DEVELOPER Νίκος Μιχαλάς
WEB DESIGNER Αλέξανδρος Γιακούμης
CONTENT MANAGER Όλγα Γκορτσά

ΔΙΕΚΠΕΡΑΙΩΣΗ: Chanchal Sodhi

PLAYBOY

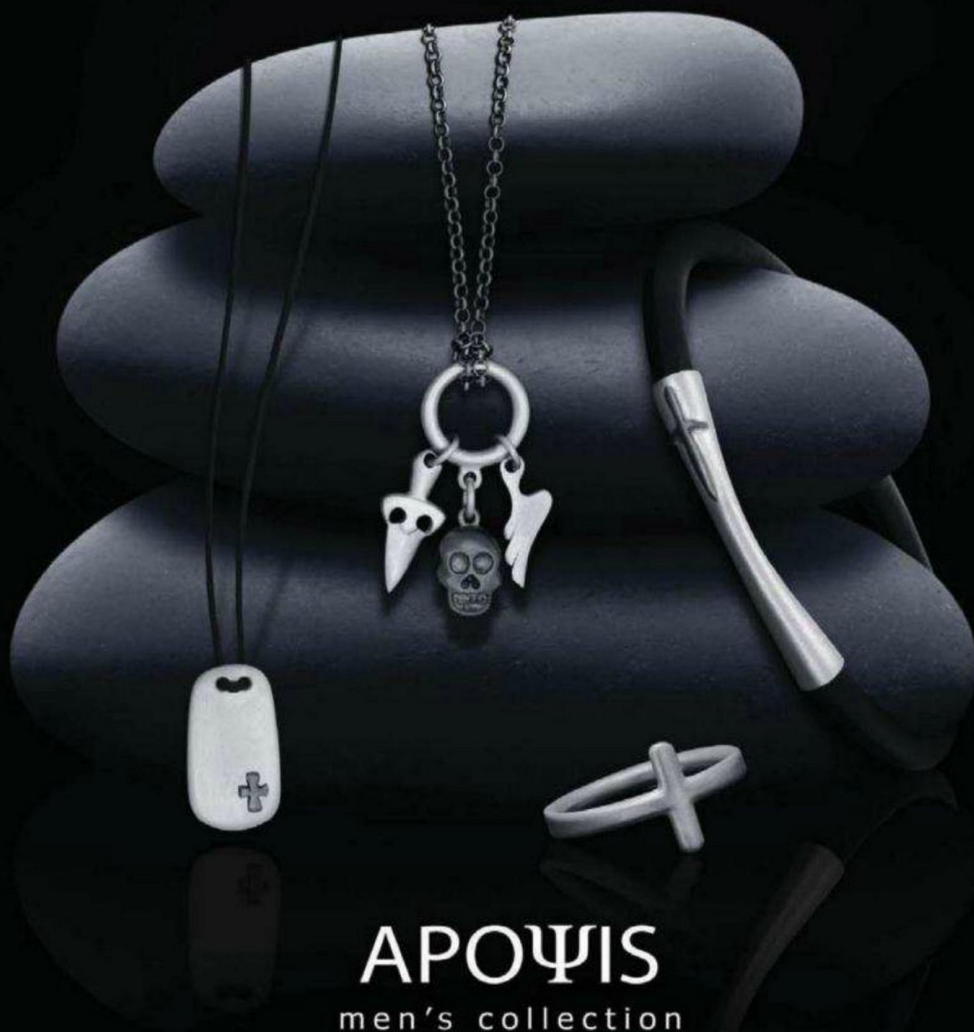
ΔΙΟΚΤΗΣΙΑ ΑΤΤΙΚΕΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ Α.Ε.
ΠΡΟΕΔΡΟΣ Δ.Σ. - ΔΙΕΥΘ. ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΘΕΟΧΑΡΗΣ Α. ΦΙΛΙΠΠΟΠΟΥΛΟΣ
ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΕΛΕΑΝΑ ΚΥΡΚΙΑΗ

EDITOR-IN-CHIEF
HUGH M. HEFNER

U.S. PLAYBOY
EDITORIAL DIRECTOR Jimmy Jellinek
ART DIRECTOR Rob Wilson
DEPUTY PHOTO DIRECTOR Patty Beaudet-Francis
CHIEF REVENUE OFFICER Matt Nordby

PLAYBOY INTERNATIONAL PUBLISHING
MANAGING DIRECTOR INTERNATIONAL PRINT/DIGITAL Markus Grindel
PUBLISHING SERVICES MANAGER Mary Nastos
DIGITAL ASSET MANAGER Gabriela Cifuentes
EDITORIAL SERVICES COORDINATOR William Ansell

Μαύρα βόλια Χίου.
Ένα μοναδικό, ξεχωριστό,
εκρηκτικό και καθηλωτικό φαινόμενο.



ΑΡΟΨΙΣ

men's collection

Nature's spirit by Greek designers

GREGIO

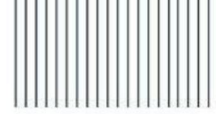
Visit our collection at www.gregio.gr

Τα κοσμήματα κατασκευάζονται αποκλειστικά στην Ελλάδα

CORNERS: ΑΤΤΙΚΗ: Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑ ΑΜΠΟΣΙΔΗ τηλ. 210 8000523, ΚΗΦΙΣΙΑ PRINCESSORIZE τηλ. 210 8055653, ΧΑΛΑΝΔΡΙ ΡΟΚΟ ΛΟΚΟ τηλ. 210 6894453, ΑΡΓΥΡΟΠΟΥΛΟΥ τηλ. 210 6897213, ΜΑΡΟΥΣΙ THE MALL ATHENS LAMOR τηλ. 210 6630227, PRINCESSORIZE τηλ. 210 8028922, ΨΥΧΙΚΟ PLATYRACHOS τηλ. 210 6745174, ΧΟΛΑΡΓΟΣ ΠΡΟΤΟΤΥΡΟ τηλ. 210 6534614, Ν. ΗΡΑΚΛΕΙΟ ΑΡΑΠΙΝΗΣ τηλ. 210 2826400, ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ ΟΤΡΑ MIRADA τηλ. 212 1005161, ΖΩΓΡΑΦΟΥ SILVERHOUSE τηλ. 210 7703657, ΓΚΥΖΗ ΑΡΜΑΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ τηλ. 210 6422280, ΠΑΓΚΡΑΤΙ ΣΚΕΥΗΣ τηλ. 210 7016371, ΓΟΚΑ COLLECTION τηλ. 210 7567768, ΙΛΙΟΝ DI LUSO τηλ. 210 2611188, ETERNO τηλ. 210 2696644, ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ ΜΠΑΝΤΟΥΒΑΝΗΣ τηλ. 210 5767525, ΑΓ. ΒΑΡΒΑΡΑ ΚΩΤΗΣ τηλ. 210 5697797, ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ ΑΡΛΕΤΗ τηλ. 210 4966175, ΚΑΛΛΙΘΕΑ ΜΑΡΑΚΑΚΗΣ τηλ. 210 9581340, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ ΛΑΜΨΗ τηλ. 210 9967575, ΧΡΥΣΗ ΕΠΙΛΟΓΗ τηλ. 210 9719825, ΑΡΓΥΡΟΠΟΛΗ ΚΑΡΑΜΟΛΕΓΚΟΣ τηλ. 2109937578, ΚΑΛΑΜΑΚΙ GOLD SALON τηλ. 2109810434, ΓΛΥΦΑΔΑ SENTORO τηλ. 210 8949190, ΑΓ. ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ METRO MALL, LAMOR τηλ. 210 9769611, ΒΑΡΗ ΣΟΦΙΑ ΠΑΣΠΑΛΙΑΡΗ τηλ. 211 7308147, Π. ΦΑΛΗΡΟ ΧΑΤΖΗΙΩΑΝΝΟΥ τηλ. 210 9812022, ΠΕΙΡΑΙΑΣ ELEAN'S τηλ. 210 4118924, ΠΕΝΤΑΚΤΙΝΟ τηλ. 210 4119300, ΛΑΥΡΙΟ ΜΙΧΟΠΟΥΛΟΣ τηλ. 22920 28120, ΕΛΕΥΣΙΝΑ SILVER HOUSE τηλ. 210 5563064, ΑΓΡΙΝΙΟ: RENE τηλ. 26410 46963, ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ: ΝΑΛΜΠΑΝΤΗ τηλ. 25510 83313, ΑΡΓΟΣΑΡΩΝΙΚΟΣ: ΣΠΕΤΣΕΣ NG SILVER τηλ. 22980 72453, ΥΔΡΑ ΚΟΦΙΤΣΑΣ τηλ. 22980 52983, ΒΟΛΟΣ: MULTIBRAND τηλ. 24210 25558, Β. ΑΙΓΑΙΟ: ΧΙΟΣ ΛΙΘΟΣ τηλ. 22710 20459, Β. ΣΠΟΡΑΔΕΣ: ΣΚΙΑΘΟΣ ΑΡΚΟΣ τηλ. 24270 23231, ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ: ΡΟΔΟΣ MILA MILA τηλ. 22410 27455, ΛΙΝΔΟΣ ΣΠΑΝΟΥ τηλ. 6936 750471, ΚΟΣ ΡΕΙΣΗΣ τηλ. 22420 28229, ΚΑΡΠΑΘΟΣ MIDAS τηλ. 22450 23212, ΕΠΤΑΝΗΣΑ: ΖΑΚΥΝΘΟΣ ΣΑΝΒΑΣ τηλ. 26950 23688, ΚΕΦΑΛΟΝΙΑ ΑΡΓΟΣΤΟΛΙ Dar Casa τηλ. 26710 83562, ΞΕΝ. ΤΕΣΟΡΟΒΛΙ ΣΚΑΛΑ τηλ. 26710 83562, ΚΕΡΚΥΡΑ GIOIELLO τηλ. 26610 42556, ΚΑΒΑΛΑ: Petra τηλ. 2510 836315, ΚΟΖΑΝΗ: ΚΩΤΙΔΟΥ τηλ. 24610 37728, ΚΡΗΤΗ: ΗΡΑΚΛΕΙΟ ΛΑΜΠΡΑΚΗ τηλ. 2810 242440, ΤΕΡΣΟΡΟ τηλ. 2810- 281456, ΧΑΝΙΑ FOLIE-FOLLIE τηλ. 28210 98638, ΤΑΝΓΟ τηλ. 28210 27165, ΚΥΚΛΑΔΕΣ: ΚΕΑ EMMANOUELLA'S τηλ. 22880 21588, ΜΥΚΟΝΟΣ KATERINA τηλ. 22890 24426, ΣΑΝΤΟΡΙΝΗ 2U τηλ. 22860 24495, ΦΥΡΑ, ΘΕΟΧΑΡΗ ΜΑΡΙΑ τηλ. 22860-22085, ΜΗΛΟΣ ΟΨΙΔΙΑΝΟΣ τηλ. 22870 21722, ΤΗΝΟΣ ΣΑΜΟΥΧΟΣ τηλ. 22830 23618, ΝΑΞΟΣ ΓΡΑΤΣΙΑΣ τηλ. 22850 23326, ΛΑΜΙΑ: ΛΑΔΟΠΟΥΛΟΥ τηλ. 22310 24024, ΛΕΙΒΑΔΙΑ: ΝΥΔΡΙΚΤΗ τηλ. 22610 23129, Ν. ΜΟΥΔΑΝΙΑ: ΑΡΜΑΝΙΔΗΣ τηλ. 23730 21563, ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ: ΝΑΛΜΠΑΝΤΗ τηλ. 25520 27728, ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ: ΚΑΛΑΜΑΤΑ ΜΕΔΟΥΣΑ τηλ. 27210 96841, ΚΑΤΑΚΟΛΟ ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ τηλ. 26210 41427, ΚΟΡΙΝΘΟΣ ΚΟΤΣΩΝΗΣ τηλ. 27410 80203, ΚΡΑΝΙΔΙ NG SILVER τηλ. 27520 26994, ΛΟΥΤΡΑΚΙ TAKIS JEWELLERY τηλ. 27440 66255, ΝΑΥΠΛΙΟ ΡΟΗ ΧΕΙΡΟΠΟΙΕΙΝ τηλ. 27520 26994, ΠΑΤΡΑ ΖΑΖΑ τηλ. 2610 624434, ΠΤΟΛΕΜΑΪΔΑ: ΣΤΟΓΙΑΣ τηλ. 24630 29087

GREGIO SHOPS: ΚΟΛΟΝΑΚΙ: 14, Amerikis Str., & Valaoritou Str., 106 71 Athens, T: +30 210 3600721 • Ν. ΣΜΙΡΝΙ: 33, Omirou Str., 171 21 Athens, T: +30 210 9323663

Central Distribution T: +30 210 6446788 F: +30 210 6446032



07 / 12

PLAYBOY

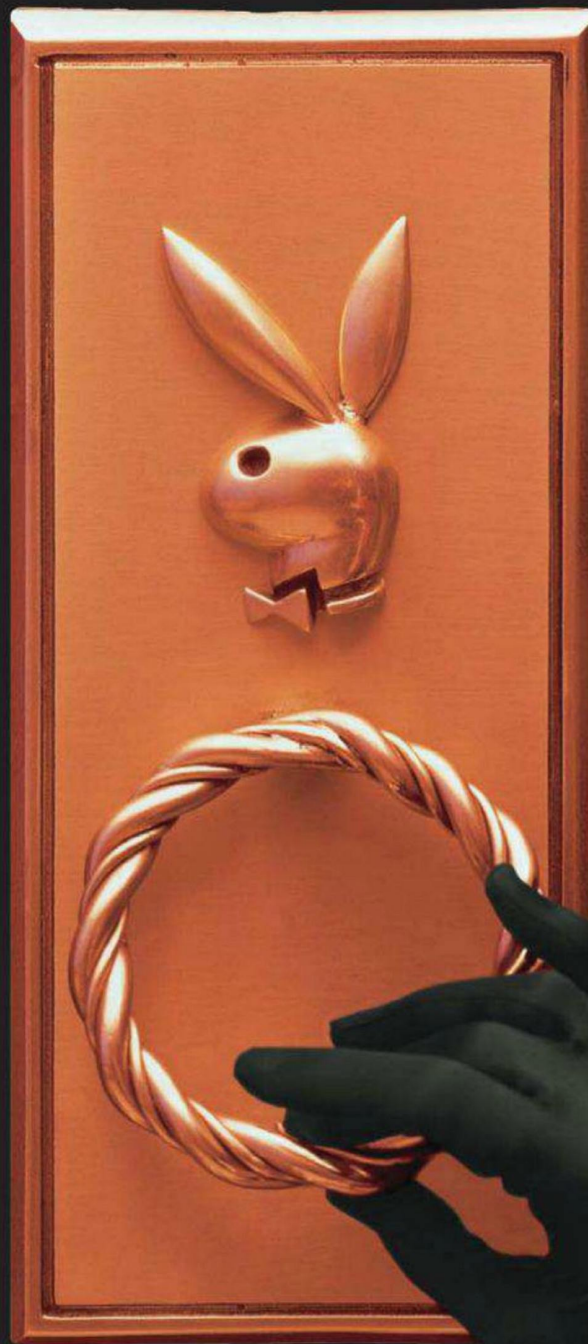
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

72

ΜΕΡΙΚΕΣ ΤΟΝ
ΠΡΟΤΙΜΟΥΝ ΚΑΥΤΟ
(ΤΟΝ ΗΛΙΟ).



μπείτε στον κόσμο του...
www.playboy.gr



© 2007 Playboy. PLAYBOY and RABBIT HEAD DESIGN are marks of Playboy Enterprises International, Inc. and used under license by Attica Publications S.A.

 **PLAYBOY**

Με την σφραγίδα του μεγαλύτερου αντρικού περιοδικού στον κόσμο!

PLAYLIST

- GIRLS** 12
Η Jaclyn Swedberg βγάζει αποκλειστικές ειδήσεις και βγάζει τα ρούχα της αποκλειστικά για το *Playboy*.
- CINEMA** 18
Τομ Κρουζ: *Ροκ για πάντα*. Κι όμως γίνεται...
- RAW DATA** 20
Όταν μιλούν οι αριθμοί.
- PROFILE** 21
Ο Ράις Ίφανς μιλάει για τα πάντα, από το iPhone μέχρι τις τούφες της Ντέμπι Χάρι.
- MUSIC** 24
Τα καλύτερα live του καλοκαιριού είναι εδώ.
- ART** 25
Ελληνικά «Τέρατα» και ρορ κομψοτεχνήματα από την Ιαπωνία.
- ΘΡΥΛΟΙ** 26
Ο ντράμερ των Fleetwood Mac, Μικ Φλίτγουντ, αναδύεται από τα ύδατα της limbo.
- TALK SHOW** 30
Για πολλά γέλια.
- DESIGN** 31
Letterings, γλυπτές φόρμες, καλειδοσκοπικά pixels. Ωραία πράγματα, με δυο λόγια.
- DECO** 32
Πόσα γυμνά μοντέλα ανά τετραγωνικό χωράνε στο σπίτι του Μισέλ Κοντ;
- TASTE** 36
Θέλει τέχνη να βάλεις το ψάρι στη σχάρα...
- DRINK** 37
Πάνω στην μπάρα χορεύουν οι θερμίδες.
- CLUBBING** 38
Beach bar στην Αττική. Μην γελάς, θα περάσεις ωραία.
- AUTO** 39
Η BMW i8 Concept Spyder διαθέτει λογική και (οικολογική) ευαισθησία.

HI-TECH

Για να ανανεώσεις τον tech εξοπλισμό του γραφείου σου ή του σπιτιού σου.

ACCESSORIES

Μια γυναίκα τσεκάρει τα παπούτσια και το ρολόι σου. Μην την απογοητεύσεις πριν πείτε το πρώτο «γεια».

FRAGRANCE

Το μυστικό για να την κατακτήσεις είναι σφραγισμένο σε ένα μικρό μπουκαλάκι.

BUSINESS TRIP

Για να έρθουν τα μεγάλα επαγγελματικά deals, χρειάζεται ευελιξία στο στυλ.

ΘΕΜΑΤΑ

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

Στέλιος Ρόκκος, και σ' όποιον αρέσει. Για τους άλλους δε θα μπορέσει.

PLAYMATE

Η Kamila Mackowiak κάνει τον καύσωνα να μοιάζει με ανοιξιότικη αύρα.

ΟΙ ΑΝΤΙΗΡΩΕΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ

Ετερόδοξοι οικονομολόγοι: μια μικρή επανάσταση μέσα στο άντρο των αγορών.

ΓΑΜΟΣ ΓΙΑ ΑΡΧΑΡΙΟΥΣ

Μερικά πράγματα που πρέπει να ξέρεις αν σκοπεύεις να παντρευτείς.

Ο ΔΙΑΒΟΛΟΣ ΦΟΡΑΕΙ PRADA

Το παγωτό ξυλάκι που κρατάει στο χέρι η Nina Kohnne λιώνει γρήγορα. Και δεν είναι από τη ζέστη.

HIMBOS

Όπως λέμε «himbos», αλλά χωρίς βυζιά και με τρικέφαλους.

ΟΙ ΒΛΑΒΕΡΕΣ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΟΥ ΚΑΠΝΟΥ ΤΩΝ ΑΛΛΩΝ

Ο Σλαβόι Ζίζεκ βάζει φουνέλα στην πολιτική ορθότητα και στον καθωσπρεπισμό.



40 UPGRADE

THE POWER COUPLE 92

Το «ανεπιτήδευτα cool» οι Ιταλοί το αποκαλούν «sprezzatura».

42 FIRST AID 98

Μάθε να ελέγχεις τα νεύρα σου χωρίς να καταφεύγεις στο... ξίδι.

43 DIET 102

Αλκαλική δίαιτα για αποτελέσματα μακράς διάρκειας.

44 HEALTH 104

Προστάτewe το δέρμα σου από τον ήλιο τρώγοντας. Δεν κάνουμε πλάκα.

50 BEACH LIFE 105

Ψυγιάκι στην παραλία!

56 GROOMING 106

Πρόσεξε μην καείς. Αλείφου καλά με το αντιηλιακό σου και γλίτωσε τα χειρότερα.

SINGLES

PICTORIAL 108

Η Ουκρανία δεν παίζει μεγάλη μπάλα μόνο στο Euro, αλλά και στο τρίτο μέρος της έκθεσης Photoerotica.

SEX FILES 116

Τis privé γυμνές φωτογραφίες πολλοί λάτρεψαν, το ανέβασμά τους στο Διαδίκτυο ουδείς. Απόφυγε τις κακοτοπιές, για να μη γίνεις «θέμα».

SEX SECRETS 118

Για να μη σε «ψήσει» με γκρίνιες μέσα στη ζέστη, διάβασε ποια λάθη πρέπει να αποφύγεις.

REAL SEX 122

Πόλεμος στον κόλπο. Δεν έχει πετρέλαιο, έχει όμως άφθονη ευχαρίστηση. Κατάστρωσε το σχέδιό σου και κάνε έφοδο στο άντρο του «εχθρού».

ΑΓΩΝΙΕΣ 124

Sex problem? Call Ντέπυ.

PLAYSMART 126

Το έξυπνο shopping.

COMING SOON 130

Αρχαίο πνεύμα αθάνατο...

SATISFACTION UP



Tο Satisfaction-Up είναι μοναδικό γιατί βοηθά

στη σωστή σεξουαλική δραστηριότητα αντρών και γυναικών με απόλυτη ασφάλεια. Το Satisfaction-Up είναι ασφαλέστατο όσο και αποτελεσματικό. Τα συστατικά του είναι απολύτως φυσικά. Μοναδική φόρμουλα που έχει πατενταριστεί, κατασκευάζεται σε ένα από τα πλέον σύγχρονα εργαστήρια φυσικών προϊόντων στον κόσμο. Δοσολογία: Δύο ταμπλέτες καθημερινά, τις απογευματινές ώρες 6:00-8:00 μ.μ., για να είστε πάντα έτοιμοι – θα το καταλάβετε από

τις πρώτες μέρες. Γιατί το sex θέλει δύο! 60 tablets / 30 tablets Αρ. ΕΟΦ: 43650

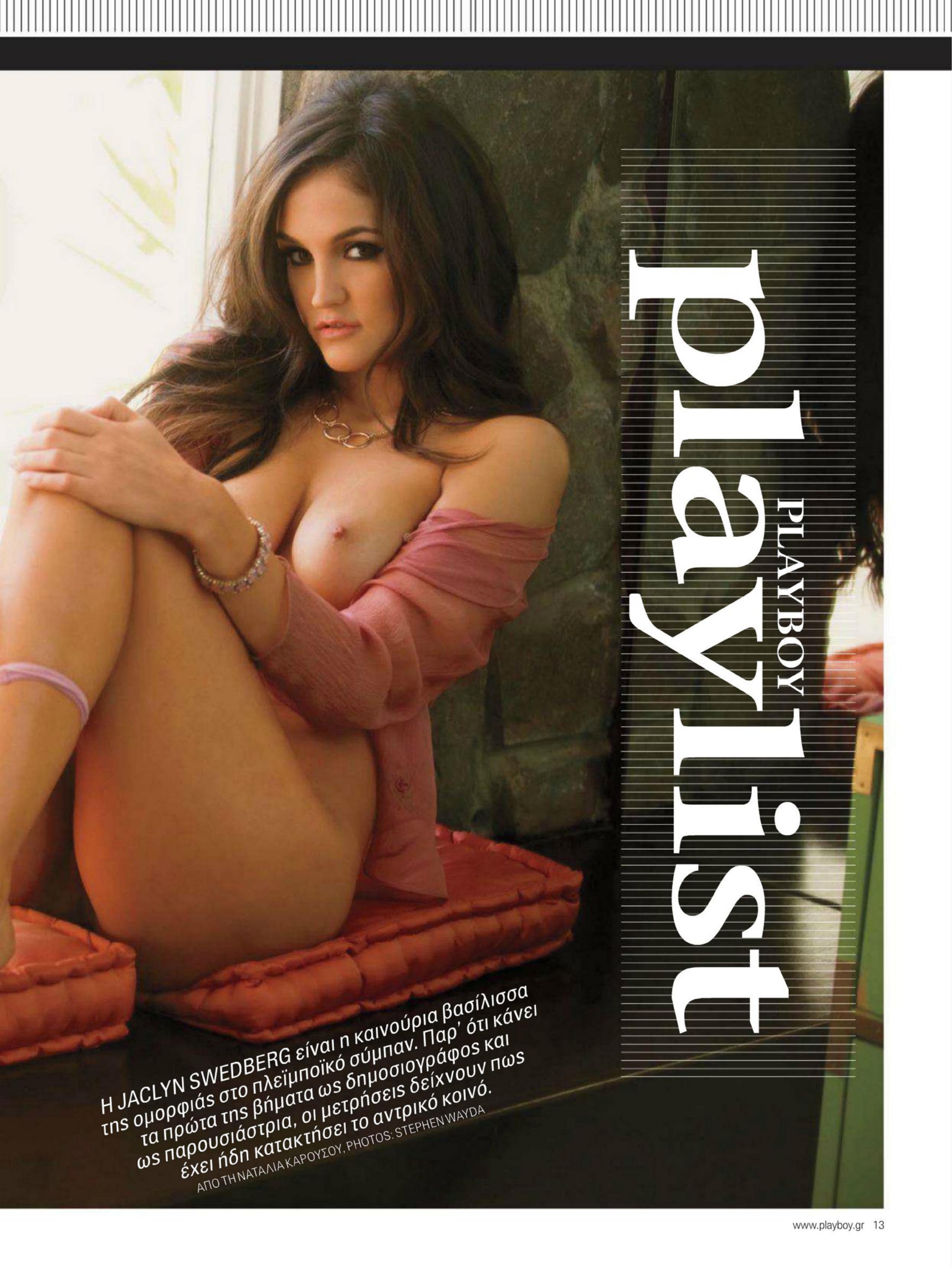
Υπάρχει στο ράφι με έκπτωση στα συνδεδεμένα με την ΙΝΠΑ Α.Ε. φαρμακεία. Τηλεφωνήστε στο 2310 951709 για να μάθετε το πλησιέστερο τέτοιο φαρμακείο της περιοχής σας. Υπάρχει και στα φαρμακεία του δικτύου Pharma Plus. Επίσης, μπορείτε να το βρείτε σε οποιοδήποτε φαρμακείο μέσω φαρμακαποθηκών κατόπιν παραγγελίας.

Made by Olympian Labs, Arizona USA.

ΤΟ SATISFACTION-UP
ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΜΟΝΑΔΙΚΟ
ΠΡΟΪΟΝ ΠΟΥ ΑΠΕΥ-
ΘΥΝΕΤΑΙ ΚΑΙ ΣΤΑ ΔΥΟ
ΦΥΛΑ. ΓΙΑΤΙ ΤΟ SEX
ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΥΠΟΘΕΣΗ
ΤΟΥ ΕΝΟΣ!

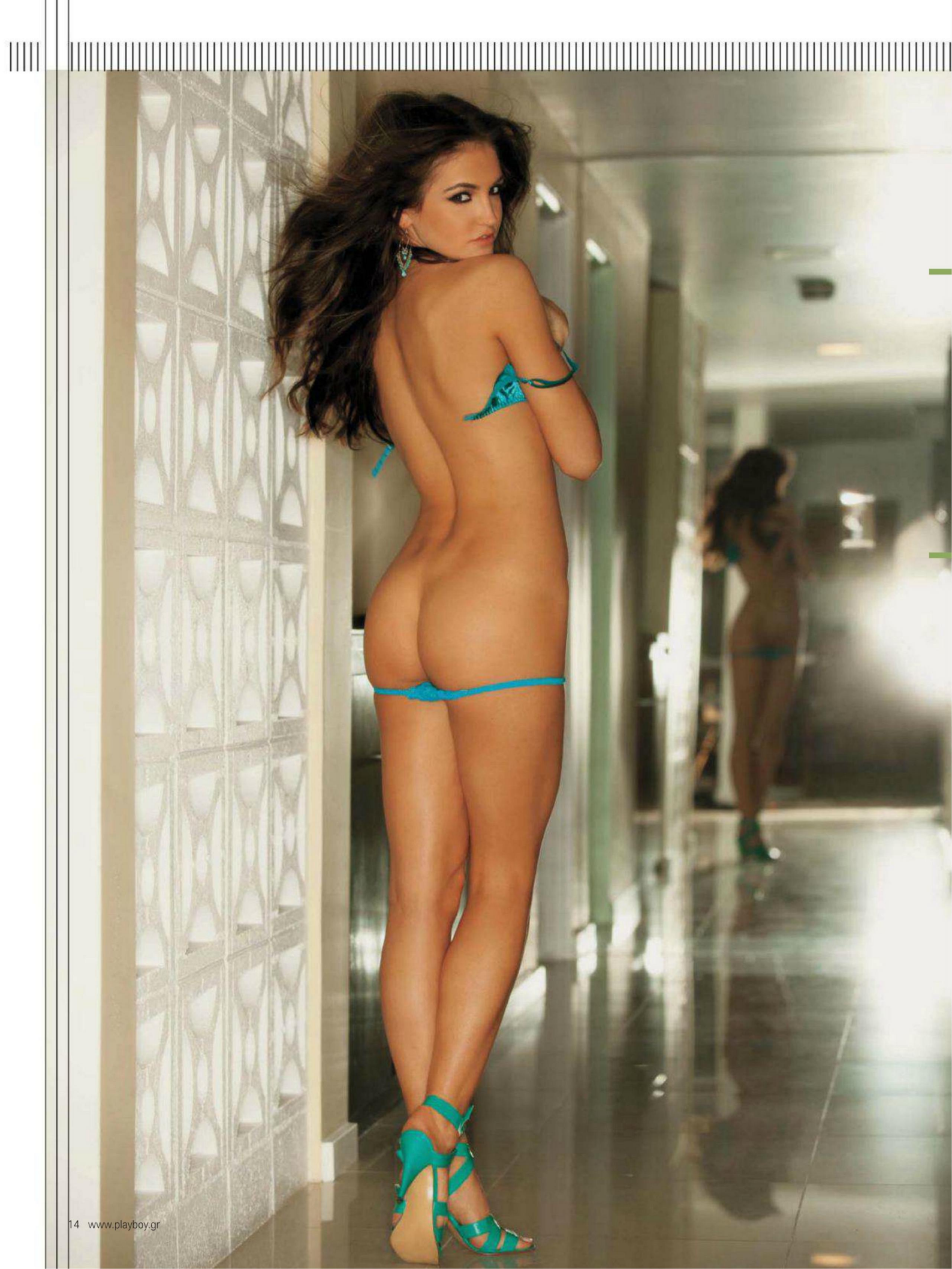
2012 PLAYMATE OF THE YEAR





PLAYBOY stylist

Η JACLYN SWEDBERG είναι η καινούρια βασίλισσα της ομορφιάς στο πλεϊμποϊκό σύμπαν. Παρ' ότι κάνει τα πρώτα της βήματα ως δημοσιογράφος και ως παρουσιάστρια, οι μετρήσεις δείχνουν πως έχει ήδη κατακτήσει το αντρικό κοινό.
ΑΠΟ ΤΗ ΝΑΤΑΛΙΑ ΚΑΡΟΥΣΟΥ, PHOTOS: STEPHEN WAYDA



M

Με καταγωγή από την Καλιφόρνια, ζώδιο στον Κριό και ωροσκόπο στο ατέλειωτο καλοκαίρι, η 26χρονη Jaclyn Swedberg ήρθε για να μείνει στην κεντρική σκηνή και θα «βγάλει» ό,τι περνάει από το χέρι της – και όχι μόνο – για να το πετύχει.

Τον Απρίλιο του 2011 διεκδίκησε τον τίτλο της Playmate of the Year και έδωσε υποσχέσεις που ένα χρόνο αργότερα κλήθηκε να τηρήσει. «Εάν αναδειχτώ Playmate της Χρονιάς», είχε δηλώσει, «θα εμφανίζομαι σε κάθε event ως κουνελάκι με το μικροσκοπικό κοστούμι μου». Αποτέλεσμα; Η Jaclyn είναι πλέον η Playmate of the Year 2012, οπότε έβγαλε από την ντουλάπα τη στολή της για να την ξεσκονίσει (να τηρηθεί σειρά, παρακαλώ, στους άντρες εθελοντές-ξεσκονόπανα...). Όλα ξεκίνησαν δύο χρόνια πριν σε ένα στούντιο, όταν οπλισμένη με μια άγρια σεμνότητα, η Jaclyn εισέβαλε στο κάσινγκ του *Playboy*. Λίγες εβδομάδες αργότερα οι κόποι της ανταμείφθηκαν με μια πρόταση από το κανάλι του *Playboy*. Απέδειξε πόσο της πάει ο πόλεμος στο πρόγραμμα *Badass* και μαζί την ικανότητά της να «χειρίζεται» το μικρόφωνο με τον εκάστοτε καλεσμένο της. Η Jaclyn πρόσθεσε στο βιογραφικό της συνεντεύξεις αρκετών διασήμων, όπως τα μέλη του LMFAO, του γνωστού electropop γκρουπ, υποστηρίζοντας έτσι σημαντικά τη δεύτερη ταυτότητά της, τη δημοσιογραφική. ►



**«ΤΩΡΑ ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ΠΟΛΥ ΠΙΟ
ΑΠΕΛΕΥΘΕΡΩΜΕΝΗ ΚΑΙ ΑΝΟΙΧΤΗ.
ΕΙΝΑΙ ΥΠΕΡΟΧΟ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ»**







Οι επόμενοι μήνες τη βρήκαν να κοσμεί το τεύχος Απριλίου του *Playboy* καβάλα σε μια καλογουλισμένη Harley-Davidson. Με πόζα έμπειρης αναβάτριας, η μικρή αμαζόνα κατάφερε να κρύψει την πλήρη άγνοιά της για τα δίτροχα. «Λόγω της φωτογράφησης, ξεκίνησα να ακολουθώ στο Twitter ένα μηχανόβιο. Όλοι πίστεψαν ότι ξέρω να οδηγώ. Ευτυχώς λίγο αργότερα έμαθα». Η ειλικρινής Jaclyn, όμως, δε σταμάτησε τις πόζες πάνω σε μια μηχανή. Στα στούντιο του MMA Blackbelt TV network η σέξι Καλιφορνέζα κάνει τα πρώτα της δοκιμαστικά βήματα ώστε να ενταχθεί στο δημοσιογραφικό team. «Είναι μια φανταστική εμπειρία. Θέλω να γίνω δημοσιογράφος, θυμάσαι;». Με όλες τις πόρτες να ανοίγουν σε κάθε της καλλίγραμμα βήμα, η Jaclyn δηλώνει ότι από την πλεϊμποϊκή της πορεία έμαθε τον εαυτό της! «Έμαθα ότι δεν είναι δα και τόσο τραγικό να βγεις στον κόσμο. Όταν πήγα στο πρώτο μου κάστινγκ, ήμουν "όχι ακριβώς εγώ"». Τώρα αισθάνομαι πολύ πιο απελευθερωμένη και ανοιχτή. Είναι υπέροχο συναίσθημα. Εάν κάνεις κάτι με καρδιά, ακεραιότητα και πάθος, κάποια καλά πράγματα θα σου συμβούν». Ασυζητητί...



TED

Το λούτρινο αρκουδάκι του Μαρκ Γουόλμπεργκ, φτυστό μ' εκείνο του Cajoline, ζωντανεύει με καμιά τριανταριά χρόνια καθυστέρηση για να αναστατώσει τη ζωή του παιδικού του φίλου και της Μίλα Κούνις. Μεταξύ μας, ο Τεντ είναι συμπαθέστερος ως αρκούδι και ως ταινία από το Beaver της Τζόντι Φόστερ.



ICE AGE 4

Για άλλη μια φορά ο Σκρατ παλεύει να θάψει το βελανίδι και προκαλεί σεισμό, τσουνάμι και άλλα δεινά. Δεν είμαστε αντικειμενικοί, η Εποχή των παγετώνων είναι το πιο «άχαστο» animation της 20th Century Fox.



Ο ΔΙΚΤΑΤΟΡΑΣ

Ο Σάσα Μπαρόν Κοέν ξαναχτυπάει. Το νέο του alter ego, ο παρανοϊκός Ανατολίτης στρατηγός Αλαντίν, ξεκάθαρη ξεπατικωτούρα του Σαντάμ Χουσεΐν, όχι όπως ίσως ήταν στην πραγματικότητα, αλλά στη συνείδηση των Αμερικανών.



THE AMAZING SPIDER-MAN

Η τέταρτη ταινία δεν αποτελεί συνέχεια της τριλογίας του Σαμ Ράιμ, αλλά ένα αυτόνομο κεφάλαιο στη σειρά ταινιών που ακολουθεί την ιστορία του Ανθρώπου-Αράχνη από την αρχή. Ολοκαίνουριο καστ και στην καρέκλα της σκηνοθεσίας ο σχετικά νέος Μαρκ Γουέμπ.

close-up

ΚΙ ΑΝ ΕΙΝΑΙ ΡΟΚ

Αν ο Τομ Κρουζ δεν ήταν ο Τομ Κρουζ, ο Αξλ Ρόουζ θα είχε «ένα κακό σπυρί

στον κώλο».

ΑΠΟ ΤΗ ΜΑΡΙΕΛΛΑ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ

Τον γουστάρεις, δεν τον γουστάρεις, αν έχεις λίγη τσίπα πάνω σου, οφείλεις να παραδεχτείς ένα πράγμα: ο Τομ το παλεύει και το παλεύει καλά. Το προ εικοσαετίας «σιγουράκι» στοίχημα που έβαλε το Χόλιγουντ με τον εαυτό του έχει αποδώσει τα μέγιστα στη βιομηχανία. Για την ακρίβεια, πάνω από 7 δισ. δολάρια. Οι συνεργασίες του, από τον Μάρτιν Σκορσέζε, τον Στάνλεϊ Κιούμπρικ και τον Στίβεν Σπίλμπεργκ μέχρι τον Μάικλ Μαν, κάνουν την εκδοχή «ακόμα ένα ομορφόπαιδο που έγινε ηθοποιός» να ηχεί σχεδόν ιερόσυλη. Κάποιοι λένε ότι οι κοντοί άντρες έχουν πολύ πείσμα γιατί αισθάνονται ότι πρέπει να κατακτήσουν σε ισχύ ό,τι τους στέρψε η φύση σε πόντους. Ίσως. Πάντως ο Κρουζ (με εξαίρεση τη συνονοματί του Πενέλοπε) είχε ανέκαθεν προτίμηση στις ψηλές γυναίκες. Τα ύψη δεν τα φοβάται.

ΓΙΑ ΧΑΡΗ ΤΟΥ ροκ σταρ Στέισι Τζαξ, τον οποίο υποδύεται στο Ροκ για πάντα, ο 50χρονος πια Κρουζ έκανε ορθοφωνία πέντε ώρες την ημέρα με το δάσκαλο του Αξλ Ρόουζ κι άλλες τρεις ώρες χορό. Πότε μάσπασε ο Τομ; Όταν τραγούδησε το Poor Some Sugar On Me μπροστά στους Def Leppard.



yupiii.gr

με 3 i
για μεγαλύτερη
απόλαυση

Το μεγαλύτερο showbiz + celebrity news site!

ΑΡΙΘΜΟΛΑΓΝΕΙΑ

Λάθη, σωστά, ποσοστά. ΑΠΟ ΤΟΝ ΦΑΝΗ ΜΕΡΣΟ

19.776

Ο αριθμός των αντρών που έκαναν επέμβαση μείωσης του στήθους τους στις ΗΠΑ το 2011. Το ποσοστό εμφάνισης της γυναιοκομαστίας στη χώρα έχει αυξηθεί τα τελευταία είκοσι χρόνια σε ποσοστό 296%.

ΚΑΦΕΔΕΣ
ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ
ΕΛΑΤΤΩΝΟΥΝ ΚΑΤΑ
20%

ΤΗΝ ΠΙΘΑΝΟΤΗΤΑ ΕΜΦΑΝΙΣΗΣ
ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΤΟΥ ΠΡΟΣΤΑΤΗ.

*Έξι ή περισσότερες
εκσπερματώσεις την εβδομάδα
ελαττώνουν κατά 15% την
εμφάνιση του ίδιου καρκίνου.
Σύμφωνα με έρευνα της Ιατρικής
Σχολής του Πανεπιστημίου της
Ταμπρίζ (Ιράν), η εκσπερμάτωση
βοηθάει και σε περίπτωση ρινικής
συμφόρησης (ξεμπουκώνει τη μύτη).*

4 ΩΡΕΣ

ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΔΙΑΡΚΕΣΕΙ Η ΣΤΥ-
ΣΗ ΠΟΥ ΠΡΟΚΑΛΕΙ ΤΟ ΔΑΓΚΩ-
ΜΑ ΤΗΣ ΒΡΑΖΙΛΙΑΝΙΚΗΣ ΠΕΡΙ-
ΠΛΑΝΩΜΕΝΗΣ ΑΡΑΧΝΗΣ (ΓΙΑ
ΤΟΥΣ ΦΙΛΟΥΣ, «PHONEUTRIA»)
ΜΕΤΑ ΒΕΒΑΙΑ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΕ-
ΘΑΝΕΙΣ, ΑΦΟΥ ΤΟ ΔΗΛΗΤΗΡΙΟ
ΤΗΣ ΘΕΩΡΕΙΤΑΙ ΤΟ ΠΙΟ ΤΟΞΙΚΟ
ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΑ ΑΡΑΧΝΟΕΙΔΗ.

34,5% των Γερμανών που
μπαίνουν στο Ίντερνετ επισκέπτο-
νται τακτικά πορνογραφικά sites.
Αυτό είναι το μεγαλύτερο ποσο-
στό στην Ευρώπη, με δεύτερο το
33,6% των Γάλλων χρηστών.
Μια μέση θεραπεία απεξάρτησης
από την ιντερνετική πορνογραφία
διαρκεί 8 εβδομάδες.

7 ΕΩΣ 13 ΛΕΠΤΑ

*Αυτή είναι η ιδανική διάρκεια της συνουσίας
σύμφωνα με πρόσφατη παγκόσμια έρευνα
με δείγμα γυναίκες διαφορετικών εθνοτήτων.*

SPERMINATOR
ΕΝΑ WIRELESS LAPTOP
ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ «ΣΚΟΤΩΣΕΙ»

ΤΟ 1/4

ΤΟΥ ΣΠΕΡΜΑΤΟΣ
ΤΟΥ ΧΡΗΣΤΗ.
ΑΥΤΟ ΚΑΤΕΔΕΙΞΕ
ΣΧΕΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ
ΤΟΥ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΥ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟΥ ΜΕ
ΕΔΡΑ ΤΟ ΠΑΡΙΣΙ.

**ΟΙ ΑΝΤΡΕΣ
ΕΧΟΥΝ 21 ΦΟΡΕΣ
ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ
ΠΙΘΑΝΟΤΗΤΕΣ
ΑΠΟ ΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ
ΝΑ ΕΜΦΑΝΙΣΟΥΝ
ΑΧΡΩΜΑΤΟΨΙΑ.
ΤΟ 95% ΟΣΩΝ
ΠΑΣΧΟΥΝ ΑΠΟ
ΑΧΡΩΜΑΤΟΨΙΑ
ΠΑΝΤΩΣ ΔΥΣΚΟΛΕΥ-
ΟΝΤΑΙ ΚΥΡΙΩΣ ΜΕ
ΤΟ ΚΟΚΚΙΝΟ ΚΑΙ ΤΟ
ΠΡΑΣΙΝΟ ΧΡΩΜΑ.
ΚΑΠΟΙΟΙ ΑΠΟ
ΑΥΤΟΥΣ ΕΧΟΥΝ
ΔΙΠΛΩΜΑ
ΟΔΗΓΗΣΗΣ.**

Αφροδιτοφοβία:
φοβία που αναπτύσσουν
κάποιοι άντρες προς
τις όμορφες γυναίκες.
Ισπανική έρευνα έδειξε
ότι ένας άντρας που μένει
για **5 Λεπτά** μόνος του
σε ένα δωμάτιο με μια
γυναίκα που πιστεύει ότι
είναι πάνω από τα κυβικά του
εκκρίνει την ίδια ποσότητα
κορτιζόλης με έναν άντρα
που κάνει ελεύθερη πτώση
από αεροπλάνο!

20

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ
ΣΤΟΝ ΡΑΪΣ ΙΦΑΝΣ

Από τον Spider-Man στον Χάρι Πότερ και από την πολιτική στα iPads, το αγαπημένο «κακό παιδί» του Χόλιγουντ μιλάει χωρίς φόβο και με πάθος.

ΑΠΟ ΤΟΝ STEPHEN REBELLO,
ΑΠΟΔΟΣΗ: ΕΡΙΚΑ ΡΟΥΣΣΟΥ

1. PLAYBOY: Στο The Amazing Spider-Man παίζεις τον άνθρωπο-σαύρα. Ωστόσο, εάν ήταν στο χέρι σου, ποιον σούπερ κακό θα επέλεγες θεωρώντας ότι ταιριάζει στην προσωπικότητά σου;

IFANS: Θα ήμουν ένας κινηματογραφικός λουδότης που φοβάται την τεχνολογία και τάσσεται εναντίον της. Σκεφτείτε ότι μόλις πέρσι έμαθα να οδηγώ. Έχω iPhone τα τελευταία δύο χρόνια και πρόσφατα απέκτησα το πρώτο μου iPad. Ως λουδότης σούπερ κακός, θα αξιοποιούσα τις υπερδυνάμεις μου για να καθυστερήσω όσο το δυνατόν περισσότερο την είσοδο της νέας τεχνολογίας στη ζωή των ανθρώπων.

2. PLAYBOY: Έχεις παραδεχτεί ότι δεν έχεις διαβάσει κανένα βιβλίο από τη συλλογή *Χάρι Πότερ*, έχεις όμως παίξει στο πρώτο μέρος της ταινίας *Ο Χάρι Πότερ και οι κλήροι του θανάτου*. Ισχύει το ίδιο και για τα κόμικς του *Spider-Man*;

IFANS: Όχι, αλλά αυτό που μου άρεσε στο χαρακτήρα του Κερτ Κόνορς είναι ότι δεν αντιπροσωπεύει το απόλυτο κακό ενός μανιακού σούπερ κακού. Είναι ένας τσακισμένος, μπερδεμένος άνθρωπος που θέλει να κάνει το καλό. Πρόκειται για ένα γενετιστή που έχει στόχο να σώσει τον κόσμο. Μην ξεχνάμε ότι έχει χάσει το ένα του χέρι για να βοηθήσει κάποιους ανάπηρους. Χάνει το δρόμο του και γίνεται άπληστος με σκοπό να ξανακερδίσει το χαμένο του άκρο. Με αυτή την επιδίωξη, έγινε ένα τεράστιο, δυνατό, αλλά και σέξι πλάσμα.

PLAYBOY: Ακόμα και τους καλούς ηθοποιούς μπορούν να τους επισκιάσουν τα ειδικά εφέ, η επεξεργασμένη εικόνα και η καταγραφή της κίνησης με τη βοήθεια της τεχνολογίας.

πρώων υπάρχει κορεσμός, πώς το *The Amazing Spider-Man* ευελπιστεί να σταθεί;

IFANS: Ο Superman είναι ένας ημίθεος από άλλον πλανήτη και ο Batman ένας μυστήριος, άγνωστος πολυεκατομμυριούχος. Αντίθετα, στο *The Amazing Spider-Man* όλα είναι ανθρώπινα και ελαττωματικά. Ο Πίτερ Πάρκερ είναι ένα αδέξιο φοβισμένο σχολιαρόπαιδο που περνάει την εφηβεία του. Υπάρχει μια ελκυστική πτυχή σε αυτή την ιστορία.

PLAYBOY: Είσαι πολύ μακριά από τη γενέτειρά σου την Ουαλία. Ήσουν ατίθασο παιδί;

IFANS: Όχι, όμως κάθε έφηβος από μικρή πόλη στην Ουαλία εμπλέκεται ως ένα βαθμό σε προβλήματα. Τα ναρκωτικά και το αλκοόλ αποτελούν προϋπόθεση στις παρέες. Ήμουν ένας συνηθισμένος πολιτικοποιημένος έφηβος. Πέρασαμε δύσκολες εποχές στα μέσα της δεκαετίας του '80 στην Ουαλία. Υποφέραμε από τη διακυβέρνηση της Θάτσερ, η οποία έκλεισε τα ανθρακωρυχεία και διέλυσε τα συνδικάτα.

πρόσωπο της Ράκελ Γουέλς στην ταινία *Ένα εκατομμύριο χρόνια π.Χ.*, με τα πανέμορφα στήθη της και αυτή τη φιληδονία. Θεέ μου, δε βλέπεις τέτοια σώματα πια! Μια αληθινή γυναίκα.

PLAYBOY: Η Ράκελ Γουέλς ως ερωτική φαντασίωση κράτησε σε όλη σου την εφηβεία;

IFANS: Ναι, ωστόσο το είδωλο που με οδήγησε στον πρώτο μου αυνανισμό ήταν η Ντέμμι Χάρι από τους Blondie. Αυτό που πραγματικά με άναβε ήταν αυτό το ψήγμα μαύρης τούφας που είχε στα μαλλιά. Ποπό, φίλε!

9. PLAYBOY: Έχεις γράψει ποτέ σου στη Ράκελ Γουέλς, στην Ντέμμι Χάρι ή σε οποιαδήποτε άλλη ένα γράμμα ως φαν τους;

IFANS: Στα 18 ή στα 19 μου έγραφα γράμματα στον Χάουαρντ Μαρκς (σ.σ. τον έχει υποδυθεί στην ταινία *Mr. Nice*) όταν ήταν στη φυλακή. Μου προκάλεσε κατάπληξη το γεγονός ότι αυτός ο άντρας – να σημειώσω πως ήταν Ουαλός – είχε ταξιδέψει σε όλο τον

PLAYBOY: Για σένα που είσαι Ουαλός,

ποιος από τους συμπατριώτες σου σημαίνει περισσότερα, ο Τομ Τζόουνς ή ο Ντίλαν Τόμας;

IFANS: Ακούγοντας τον Τομ Τζόουνς να τραγουδάει, ανατριχιάζω μέχρι το κόκαλο. Ο Ντίλαν Τόμας, όμως, βοήθησε στην ανατροφή μου. Μεγαλώνοντας δέθηκα μαζί του με τη γλώσσα.

as. Πώς αποφεύγεις αυτή την τύχη;

IFANS: Όταν οι άλλοι σούπερ ήρωες είναι μελοδραματικοί, ο δικός μου είναι πολύ ανθρώπινος, εκπληκτικά οικείος και μικρός. Με κάποιον τρόπο η τρίτη διάσταση είναι αποτελεσματική, καθώς τοποθετεί όλους τους ακαταλαβίστικα ανθρώπινους χαρακτήρες σε ένα μεγάλο φανταστικό κόσμο.

4. PLAYBOY: Σε μια εποχή όπου στις ταινίες σούπερ

7. PLAYBOY: Ο κίτρινος Τύπος έχει αναφερθεί εκτενώς στη σχέση σου με τη Σιένα Μίλερ, τη φιλία σου με την Κέιτ Μος, καθώς και στην τωρινή σου αγαπημένη, την Άννα Φρίελ. Περιβάλλεσαι πάντοτε από ωραίες γυναίκες;

IFANS: Μου αρέσουν οι δυνατές, ανεξάρτητες γυναίκες – τόσο δυνατές και ανεξάρτητες όσο και ένας άντρας. Στην εφηβεία μου έβλεπα πολλές ταινίες του Ταρζάν. Συνάντησα την Τζέιν μου στο

κόσμο και ήταν υπεύθυνος για τη διακίνηση μαριχουάνας στο ένα τρίτο του κόσμου.

PLAYBOY: Πώς ξαναφέρνεις στη μνήμη σου την πρώτη σου σεξουαλική επαφή;

IFANS: Συνέβη στην Ουαλία και, απ' όσο θυμάμαι, δεν ήμουν τόσο κακός. Πριν από αυτό είχα δει γυμνές γυναίκες μόνο σε κάτι περιοδικά που είχε φέρει στην κατασκήνωση ένα μεγαλύτερο παιδί.

11

PLAYBOY: Ανέφερες το στήθος της Ράκελ Γουέλς και τη μαύρη τούφα της Ντέμμι Χάρι... Επικεντρώνεσαι στο στήθος ή στα πόδια ή έχεις κάποιο άλλο σημείο του σώματος που σε ανάβει περισσότερο;

IFANS: Δεν παρατηρώ τις γυναίκες κατ' αυτόν τον τρόπο. Είμαι ένας χαμογελαστός άντρας που του αρέσει όλο το «πακέτο».

12

PLAYBOY: Ποιες ιδιότητες θεωρείς ιδανικές σε μια γυναίκα;

IFANS: Πέρα από αυτές που ικανοποιούν τα τρία μου όργανα, η αίσθηση του χιούμορ βρίσκεται πολύ ψηλά στην εκτίμησή μου. Δε με τρομάζει η ομορφιά.

13

PLAYBOY: Όταν αποφάσισες να γίνεις επαγγελματίας ηθοποιός, είχες καθόλου ως κίνητρο το γεγονός ότι θα σε περιτριγύριζαν πανέμορφες γυναίκες;

IFANS: Όταν ήμουν 16 χρονών, πήγα στη Σχολή Μουσικής και Δράματος Γκίλντολ του Λονδίνου. Περπατούσα στο προαύλιο και έβλεπα δίπλα μου δεκάδες γυναίκες με πιπιλίες στο λαιμό. Όταν αργότερα διαπίστωσα ότι ήταν βιολίστριες και ότι όλα αυτά τα σημάδια ήταν αποτέλεσμα της σκληρής άσκησης με το βιολί, η απογοήτευσή μου ήταν τεράστια.

14

PLAYBOY: Παρ' ότι έκανες αρκετές τηλεοπτικές και θεατρικές εμφανίσεις στην Αγγλία, πολλοί από εμάς σε γνωρίσαμε ως τον ακατάστατο συγκάτοικο του Χιου Γκραντ στο *Μια βραδιά στο Νότινγκ Χιλ*. Πώς δέχτηκαν ο σικ Γκραντ και η Τζούλια Ρόμπερτς το γεγονός ότι παρέλειπες συστηματικά την καθημερινή σου υγιεινή;

IFANS: Ήταν και οι δύο πολύ ευγενικοί, ωστόσο η Τζούλια ποτέ δε με είδε όπως δείχνω φυσιολογικά, αλλά, υποθέτω, σαν έναν άνθρωπο που τον μάζεψαν από το δρόμο.



15. PLAYBOY: Στη δεκαετία του '90 ήσουν μέλος του ουαλικού ψυχεδελικού-ηλεκτρονικού ροκ συγκροτήματος Super Ferry Animals, ενώ προσφάτως συμμετείχες στους Peth. Νιώθεις σαν το μήλον της έριδος μεταξύ ηθοποιίας και μουσικής;

IFANS: Ήμουν στην εμβρυϊκή μορφή των Super Ferry Animals. Είχα γοπευτεί και ένιωθα άνετα ως μέλος ενός ροκ εντ ρολ συγκροτήματος, όπως κάθε νέος άλλωστε. Αυτό συνέβη στην αρχή της καριέρας μου ως ηθοποιού. Μου πήρε κάποιο χρόνο μέχρι να αποφασίσω τελικά το 1997, όταν έκανα μια ταινία στη νότια Ουαλία με τον αδερφό μου Λιρ, που λεγόταν *Δίδυμη πόλη*.

PLAYBOY: Οι φίλοι σου απογοητεύτηκαν που, μολονότι προέρχεσαι από μια σκληρή εργατική πόλη της Ουαλίας, έγινες ηθοποιός και όχι ροκάς;

IFANS: Στην Ουαλία, χάρη σε παραδοσιακούς Ουαλούς ηθοποιούς, όπως ο Ρίτσαρντ Μπάρτον και ο Άντονι Χόπκινς, δε θεωρείται τόσο «κοριτσιώτικο»

επάγγελμα. Έτσι, τόσο οι φίλοι μου όσο και ο περίγυρός μου μου ευχήθηκαν καλή σταδιοδρομία.

17. PLAYBOY: Πώς αντέδρασαν οι γονείς σου όταν αποφάσισες να συνεχίσεις ως ηθοποιός;

IFANS: Στο σπίτι μου αγαπούσαμε τη λογοτεχνία, το θέατρο, την ποίηση. Υπήρχε πάντοτε ένας σεβασμός απέναντι στη γλώσσα. Η μητέρα μου ήταν νηπιαγωγός και ο πατέρας μου δάσκαλος. Υπέροχοι άνθρωποι και, πάνω απ' όλα, υποστηρικτικοί προς εμένα.

PLAYBOY: Τον προηγούμενο Ιούλιο δικάστηκες για πλημμέλημα επειδή απώθησες μια γυναίκα αστυνομικό, ενώ τον περασμένο Φεβρουάριο στο Λονδίνο ένας άντρας σε κατηγορήσε ότι τον χαστούκισες και ότι του επιτέθηκε λεκτικά. Είσαι παλιοχαρακτήρας ή σε κακολογεί ο Τύπος;

IFANS: Στις περισσότερες περιπτώσεις μπορείς να υπερασπιστείς τον εαυτό σου. Αυτή είναι μια περίπτωση που, ό,τι κι αν πεις, θα χρησιμοποιηθεί εναντίον σου. Είναι απάισιο, αλλά το έχω συνηθίσει. Δεν μπορώ να κάνω κάτι γι'

αυτό. Εκείνο που με στενοχωρεί είναι το γεγονός ότι επηρεάζονται οι γονείς μου.

PLAYBOY: Όσο συνδεόσουν συναισθηματικά με τη Σιένα Μίλερ ο Τύπος έκανε πάρτι. Γιατί δεν ισχύει το ίδιο τώρα που είσαι με την Άννα Φρίελ;

IFANS: Επειδή περνάμε μεγάλο διάστημα στο σπίτι. Εγώ δεν έχω σπίτι στις ΗΠΑ, έχει όμως η φίλη μου στο Λος Άντζελες. Μας αρέσουν τα ίδια πράγματα, γελάμε πολύ, ακούμε την ίδια μουσική. Δε χρειάζεται να βγούμε έξω για να περάσουμε καλά.

PLAYBOY: Κρίνοντας από τη φήμη σου, ο κόσμος περιμένει ότι θα είσαι ο «άγριος» και κακομαθημένος του καστ μιας ταινίας;

IFANS: Αν ισχύει αυτό, τότε θα απογοητευτεί. Όταν πηγαίνεις στη δουλειά σου, δεν πας καθυστερημένος, είσαι προετοιμασμένος και ευγνώμων. Αυτό που ορισμένες φορές δε συνειδητοποιούν οι νέοι ηθοποιοί είναι ότι, όταν ένα αυτοκίνητο έρχεται και σε παίρνει το πρωί, δεν είναι πολυτέλεια. Σημαίνει ότι πρέπει να βρίσκεσαι στη δουλειά σου χωρίς καθυστέρηση. Έχω βιώσει κάποιες φορές κακές συμπεριφορές. Το ξεκαθαρίζω εξ αρχής ότι ενοχλούμαι – ορισμένες φορές ευγενικά, άλλες όχι και τόσο...

ON
STAGE



**THE DANDY
WARHOLS**

Οι εφηβικοί φίλοι από το Πόρτλαντ ανηφορίζουν στις 12/7 στο Λυκαβηττό για μια επίδειξη των ψυχεδελικών ικανοτήτων τους μέσω του νέου τους άλμπουμ *This Machine*.



DEAD CAN DANCE

Έκαναν το «μπαμ», κατόπιν βάρεσαν διάλυση και 16 χρόνια μετά το *Spiritchaser* το ξαναπαλεύουν. Η περιοδεία τους μας περιλαμβάνει: 21/9 Θέατρο Γηs, 23/9 Λυκαβηττός.



DURAN DURAN

Καλώς το Simon Le Bon και τα αγόρια του! Ναι, πάει κι αυτοί, σίτεψαν για τα καλά, κάποιους ανθρώπους όμως δεν τους ξεπερνάς ποτέ. Στις 6/7 στο Θέατρο Γηs.



ΕΙΜΑΣΤΕ ΑΚΟΜΑ ΖΩΝΤΑΝΟΙ

Οι Kasabian μόλις έφυγαν. Οι Red Hot Chili Peppers καταφθάνουν το Σεπτέμβρη. Και μέχρι τότε τι γίνεται; Εντάξει, κάθε πέρσι και καλύτερα. Ωστόσο, οι φαν της συναυλιακής αρένας έχουν ακόμα λόγους για να ελπίζουν.

ΑΠΟ ΤΗ ΜΑΡΙΑ ΕΛΛΑ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ

Σε αντίθεση με τη γενική ξενέρα που επικρατεί πάνω, κάτω και γύρω από τη μέση συναυλιακή σκηνή, το μεγαλύτερο ελληνικό μουσικό φεστιβάλ μετά κατασκήνωσης στις όχθες του Αλιάκμονα δε μασάει. Τα δυνατά ονόματα που φηγουράρουν στο φιλόδοξο για όλα τα γούστα line up του (Thievery Corporation, Nouvelle Vague, Locomondo, Κωστής Μαραβέγιας, Κ. Βίτα, Μιχάλης Χατζηγιάννης, Vegas, Ελευθερία Αρβανιτάκη και πολλοί άλλοι) σε κάνουν να αναθεωρείς γύρω από το αν ένα πενήνμερο πάρτι στο πανέμορφο Νεστόριο της Καστοριάς είναι όντως ένα «μακρινό όνειρο». Ειδικά αν το πενήνμερο εισιτήριο κοστίζει 50 ευρώ. Τζάμπα πράμα...

THIEVERY CORPORATION,
2/8, RIVER PARTY,
ΝΕΣΤΟΡΙΟ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

THE
VIBE



IMAM BAILDI
Η συνταγή τους έχει δέσει καλά. Φέτος οι αφοί Φαληρέα παίζουν σε πολύ σημαντικά ευρωπαϊκά φεστιβάλ. Στο μεταξύ κάνουν στάση στην Τεχνόπολη στις 10/7.



ROCKWAVE FESTIVAL
Χονδρικά, ξεκινάει με Locos, συνεχίζει με Ozzy και τελειώνει με Iggy Pop και Prodigy. Δεν είναι η χρονιά του, θα έρθουν καλύτερες μέρες για τη Μαλακάσα (30/6-2/7).



MORRISSEY
Τη νύχτα που θα ανέβει στη σκηνή του Λυκαβηττού θα συμβεί το σπουδαιότερο καλλιτεχνικό συναυλιακό γεγονός του καλοκαιριού. Η 16η Ιούλη θα είναι sold out.

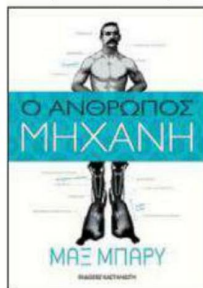
BIBΛΙΑ



ΜΑΛΚΟΛΜ ΦΟΞ VOL. 2
Ο Ράνκιν απλώνει στο χαρτί πλοκή, δράση και βία στις γνωστές δόσεις του, αφού πρώτα το βουτήξει σε κινδύνους που κρύβουν η μνήμη και η ιστορία. (εκδ. Μεταίχμιο)



ΟΣΚΑΡ ΣΟΦΙΑΣ
Ο Άλλαν Πέρου (Νίτσε, 99 μαθήματα καθημερινής φιλοσοφίας) συγκεντρώνει στο βιβλίο αυτό 99 μαθήματα σοφίας από το θρυλικό Όσκαρ Ουάιλντ. (εκδ. Πατάκη)



ΤΡΟΜΑΚΤΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ
Τι γίνεται όταν ένας επιστήμονας ονειρεύεται να αποκτήσει το πλήρες τεχνητό σώμα; Η απόλυτη αυτοβελτίωση συνιστά φρίκη ή εξέλιξη; (εκδ. Καστανιώτη)



ΘΕΡΙΝΟ ΝΟΥΑΡ
Όλοι τον ξέρουν ως Μπράβο. Δουλεύει με γυναίκες. Τις πουλάει. Όπως όλοι, έτσι κι αυτός έχει ένα κρυμμένο μυστικό. Μια ιδιάζουσα αναπηρία... (εκδ. Ωκεανίδα)

CDs



SUITE No. 2012, ALEXANDROS CHRISTOPOULOS
Η νέα διπλή συλλογή του «Esthete» της κονσόλας είναι ένα μουσικό σίκουελ.



OVEREXPOSED, MAROON 5
Με το *Moves Like Jagger* να ηχεί ακόμα στο μουσικό υποσύνειδητο, η μπάντα αξιοποιεί σωστά το buzz.



DIGITAL LOVE, MONSIEUR MINIMAL
Το καμάρι της εγχώριας Indie φλερτάρει επιτυχημένα με την ποπ και την αισιόδοξη πλευρά της ζωής.



DAYS GO BY, THE OFFSPRING
Ακούγοντας τον ήχο τους, ένα είναι το συμπέρασμα: το δικό τους πανκ «δεν πέθανε», απλά ωρίμασε.

YOU GREEK MONSTERS!

Μια «τερατώδης» έκθεση μιας ομάδας Ελλήνων σχεδιαστών κάνει πάταγο στα μουσεία της Ευρώπης.

ΑΠΟ ΤΗ ΜΑΡΙΕΛΛΑ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ

Οι Beetroot –έτσι λέγονται– ζουν και εργάζονται στη Θεσσαλονίκη. Η πρωτότυπη οπτική τους μέσω του *The Greek Monsters*, μιας έκθεσης με τεχνολογικά installations επηρεασμένα από την ελληνική μυθολογία, εκτός από το ενδιαφέρον των Ευρωπαίων, απέσπασε το βραβείο Agency of the Year 2011. Μέχρι τις 29/7 τα «Τέρατα» θα βρίσκονται στο Μουσείο Μπενάκη.

ΙΑΠΩΝΙΚΗ MICROPOR

Οι μακρινοί μας φίλοι από την Ασία δεν παράγουν μόνο τεχνολογία και σούσι. Τα δείγματά τους στην τέχνη είναι εξίσου ενδιαφέροντα. Η έκθεση που φιλοξενείται αυτή την εποχή στο *Ιδρυμα Εικαστικών Τεχνών και Μουσικής Β&Μ Θεοχαράκη* με έργα 14 σύγχρονων Γιαπωνέζων καλλιτεχνών σε στυλ micropor και θα διαρκέσει μέχρι τις 2/9 είναι μια έκπληξη. Στα παράλληλα εργαστήρια διδάσκεται η τέχνη του τσαγιού, αλλά και η παρασκευή σούσι.

Πορταί

ΤΟ ΦΑΝΤΑΣΜΑ ΤΩΝ LEETWOOD MAC

ΑΠΟ ΤΟΝ ANTHONY BOZZA, ΑΠΟΔΟΣΗ: ΕΡΙΚΑ ΡΟΥΣΣΟΥ,
PHOTOS: MATTHIAS CLAMER

Μια συνέντευξη-αφιέρωμα τόσο στο πρόσωπο του Μικ Φλίτγουντ όσο και στους χιλιάδες φαν του συγκροτήματος των Fleetwood Mac πραγματοποιείται σε έναν επίγειο παράδεισο στη Χαβάη. Μια αυτοκτονία-σοκ για τους ίδιους ακριβώς φαν θα λάβει χώρα λίγο καιρό αργότερα, 7.000 χιλιόμετρα μακριά, στο Νάσβιλ του Τενεσί. «Η σύμπτωση είναι συχνό φαινόμενο. Γιατί την αποκλείουμε;» είχε γνωμοδοτήσει κάποτε ο Νίτσε. Ο Μικ Φλίτγουντ ψυχαναλύεται. Μιλάει για απογοήτευση και για θλίψη, που όμως τον οδήγησαν στο να ξεκινήσει μια καινούρια ζωή. Ελάχιστο καιρό αργότερα ο Μπομπ Γουέλς, ο κιθαρίστας του συγκροτήματος, μοιράζεται με μια καρραμπίνα κάποιες σκέψεις του που τον οδηγούν στο να τερματίσει τη ζωή του... Τραγική ειρωνεία; Απλά σύμπτωση. Σωστά, Φρίντριχ;

Με 77 χιλιόμετρα μήκος και 42 πλάτος, το Μάουι είναι το δεύτερο μεγαλύτερο νησί της Χαβάης, ένας τροπικός παράδεισος, γεμάτος ονειρικές παραλίες και πανέμορφα τοπία, με πιο ασυνήθιστα αυτά που βρίσκονται σε ύψος 1.200 μέτρων πάνω από την επιφάνεια της θάλασσας. Εκεί, στο τέρμα ενός αγροτικού δρόμου σκαμμένου στις πλαγιές ενός κοκκινωπού λόφου, χαμένη μέσα στα σύννεφα βρίσκεται ένα σπίτι που περισσότερο θυμίζει βρετανική εξοχική κατοικία παρά τροπικό καταφύγιο. Μια σειρά από πανέμορφους θάμνους γεμάτους ροζ και μπλε λουλούδια οδηγεί στην κύρια είσοδο, όπου τους επισκέπτες υποδέχεται ένα 18μνο ασπρόμαυρο γουρουνάκι.

Το σπίτι του Μικ Φλίτγουντ στο Κούλα –εν μέρει στούντιο, εν μέρει χώρος για πρόβες και εν μέρει πολυτελής καλύβα– είναι το σημερινό καταφύγιο του θρύλου των ντραμς της τελευταίας πεντηκονταετίας. Μέχρι πριν από λίγο καιρό ζούσε με την τέταρτη στον αριθμό (πρώην σήμερα) γυναίκα του, Λιν, και τα δυο τους παιδιά κοντά στην παραλία, στην άλλη μεριά του νησιού, σε ένα σπίτι που ανήκε σ' εκείνον που τον ανακάλυψε, τον Τζον ΜακΒι. Σ' αυτό το σπίτι τον επισκέπτονταν όλοι, από τον Γουίλι Νέλσον μέχρι τον Τζορτζ Χάρισον, είτε για αναψυχή είτε για πρόβες πριν από τις συναυλίες. Μάλιστα, ενόσω ζούσε στο νησί μανιτζάριζε τοπικές μπάντες ταλαντούχων ντόπιων μουσικών και τους έκλεινε τουρνέ στα νησιά της Χαβάης, όντας περήφανος ατζέντης, αλλά και μέντοράς τους. Ένα σχολαστικά ανακαινισμένο πιάνο-οικογενειακό κειμήλιο της

γυναίκας του βρίσκεται κοντά στο μεγαλύτερο παράθυρο του νεοκλασικά διακοσμημένου σπιτιού. «Πέρνα και κοίτα γύρω σου» με παρακινεί. «Υπάρχουν υπέροχες φωτογραφίες μου με τον Τζον ΜακΒι και τον Πίτερ Γκριν από τον καιρό που περνούσαμε ώρες μαζί ως έφηβοι – και κάποιες καλές λήψεις του Τζορτζ Χάρισον από το διπλανό δωμάτιο». Τα ντραμς του Φλίτγουντ βρίσκονται στην άλλη άκρη του δωματίου, πλαισιωμένα από ράφια γεμάτα κιθάρες, ενώ κάθε λογής κρουστά όργανα είναι «παρκαρισμένα» στο πάτωμα. Το ντεκόρ δείχνει ηλεκτρονικό και άκρως εκκεντρικό, από vintage τζουκ μποξ με δίσκους soul και rock της δεκαετίας του '50 μέχρι αντικείμενα αφρικανικής τέχνης, βιβλία, βαλίτσες-αντίκες και συλλεκτικές φωτογραφίες που θα έκαναν κάθε φαν του Μικ να του τρέχουν τα σάλια. «Μόλις αντίκρισα αυτό το μέρος, χρειάστηκαν λιγότερα από δέκα λεπτά για να συνειδητοποιήσω ότι βρισκόμουν στο σπίτι μου. Παρ' όλη αυτά, το χρησιμοποιούσα μόνο για να παίζω ή για να κάνω πρόβα. Όλα τα εργένικα πράγματά μου στοιβάχτηκαν εδώ κι ήταν, στ' αλήθεια, άδειο. Η γυναίκα μου ποτέ δε με ενθάρρυνε να ασχοληθώ, να κάνω κάτι με όλα αυτά, αλλά τώρα μου έχουν αλλάξει τη ζωή». Ρίχνει μια γρήγορη ματιά στο χώρο και συνεχίζει: «Στην αρχή τρομοκρατήθηκα, αλλά όχι πια. Αμέσως μόλις συνειδητοποίησα ότι ανοίγει ένα νέο κεφάλαιο στη ζωή μου, ξεκίνησα να κρατάω ό,τι μου έκανε για να φτιάξω το σπίτι. Προετοιμάζομαι να μείνω εδώ μόνιμα». Στα 64 του, ηλικία ψυχολογικής κατάρτισης για τους περισσότερους άντρες, ο Φλίτγουντ κάνει ακριβώς το αντίθετο: θέλει να επανορθώσει ό,τι έχει πάει στραβά, από τις προσωπικές του σχέσεις μέχρι τους

επαγγελματικούς του στόχους. Κάποιες από αυτές τις αλλαγές τον υπερβαίνουν, ωστόσο η μοίρα των σοφών ανθρώπων δεν καθορίζεται τόσο από τα γεγονότα όσο από την αντίδραση των ατόμων σ' αυτά. Ο Φλίτγουντ, συνιδρυτής ενός από τα πιο παλιά συγκροτήματα του rock 'n' roll και άνθρωπος της πιάτσας, έχει αποδεχτεί πως ό,τι δημιούργησε δε θεωρείται πια θέσφατο, γι' αυτό ατενίζει το μέλλον με το ίδιο πάθος που χαρακτηρίζει και το παίξιμο των ντραμς τους. Δείχνει κάτι περισσότερο από καλά, και μάλιστα είναι ο πρώτος που θα σ' το επιβεβαιώσει. Η μεγαλύτερη αλλαγή στη ζωή του είναι ακόμη σε εξέλιξη: ο χωρισμός του από τη γυναίκα του Λιν έπειτα από 16 χρόνια γάμου. Ο φλύαρος ντράμερ δε θα μιλήσει πολύ γι' αυτό. Θα αναφέρει απλώς ότι ως ζευγάρι αποφάσισαν να χωρίσουν όσο το δυνατόν πιο ανώδυνα για το καλό των παιδιών τους. Κι ακόμη ότι η Λιν δεν ήταν η πιο μακροχρόνια σχέση του.

«Δεν πιστεύω ότι οι Fleetwood Mac θα ξανακάνουν περιοδείες» λέει ξερά. «Εύχομαι όμως να κάνουμε. Έχουμε κάνει πρόβες και έχουμε ήδη προετοιμαστεί από το 2010. Μας είχε προταθεί περιοδεία το 2011, αλλά το καθυστερήσαμε ένα χρόνο ώστε να αφήσουμε τη Στίβι Νικς να ολοκληρώσει τη σόλο ηχογράφησή της καθώς και τον Λίντσεϊ Μπάκιγχαμ τη δική του. Πάντοτε υποστήριζα τα υπόλοιπα μέλη του συγκροτήματος στην προσπάθειά τους να ηχογραφήσουν τους δικούς τους δίσκους, αρκεί να μη διαλυόμασταν ως μπάντα. Όσο πίσω κι αν κοιτάξεις, θα διαπιστώσεις ότι έπαιξα για πολλούς από αυτούς, οπότε δεν μπορώ να αλλάξω στάση σήμερα.»

Έπαιξα στα περισσότερα τραγούδια του τελευταίου άλμπουμ της Στίβι, η οποία υποστήριζε πάντα το συγκρότημα, αλλά τώρα αρνείται μια περιοδεία των Fleetwood Mac. Πιστεύω ότι ακόμα και η Στίβι έχασε την πίστη της. Κι αυτό αποτελεί μια τεράστια αλλαγή για μένα». Για λίγα λεπτά σταματά να μιλά και χάνεται στις σκέψεις του. «Η Στίβι είναι πράγματι περήφανη για το νέο της άλμπουμ, και το κατανοώ αυτό. Όμως, τα πράγματα δεν είναι εύκολα εκεί έξω. Καταλαβαίνω τι της αρέσει στην κατάσταση της αυτή τη στιγμή: κάνει περιοδείες για να υποστηρίξει το δίσκο της, είναι ο εαυτός της χωρίς κανένα συμβιβασμό. Δεν έχει το άγχος, καθώς κανένας από τους τρεις μας δε θα της ζητήσει το οτιδήποτε, το συμβόλαιο-τίμημα όταν ανήκει κάποιος σε ένα συγκρότημα. Έχει πάθει εμμονή με το δίσκο της. Δουλεύει 20 φορές σκληρότερα απ' ό,τι δούλευε για τους Fleetwood Mac, αλλά δεν αγγίζει σε καμία περίπτωση τις απολαβές που είχε όσο ήταν μαζί μας. Θα ήθελα να πείσω τη Στίβι, αλλά και οποιονδήποτε άλλο, ώστε να γίνει τελικά η περιοδεία. Δε θα το κάνω όμως αυτή τη φορά ή ποτέ άλλοτε και δεν υπάρχει τίποτα περισσότερο να πούμε πάνω σ' αυτό. Η Στίβι άλλαξε το πρόγραμμα και το μυαλό της – γίνονται αυτά. Κάθε άνθρωπος άλλωστε έχει αυτό το δικαίωμα».

Η τελευταία φορά που έκανε περιοδεία το συγκρότημα-θρύλος του '70 ήταν το 1997, αφού ηχογράφησε το *The Dance*, το άλμπουμ που παραμένει στην κατηγορία των live δίσκων με τις περισσότερες πωλήσεις. «Σίγουρα είναι σημαντικό το πλήγμα για τα οικονομικά μας. Δεν ξέρω πόσα χρήματα έχεις ή τι σημαίνουν αυτά για σένα, όμως μιλάμε για μια μεγάλη και επικερδή περιοδεία. Ως συγκρότημα, δε δουλεύαμε πολύ συχνά, ώστε να γίνουμε μια μηχανή μαζικής παραγωγής χρημάτων, όπως οι Eagles. Δεν ήμασταν ποτέ σε θέση να δουλέψουμε όπως αυτοί. Οι Fleetwood Mac θα μπορούσαν να είχαν φτάσει σ' αυτό το σημείο τότε, αλλά και τώρα μπορούμε, εάν το επιλέξουμε. Δεν το κάναμε όμως και δε θα το κάνουμε». Μέλη όπως ο Τζέρεμι Σπένσερ, ο Ντάνι Κίρουαν καθώς και οι πρόσφατα εκλιπόντες Μπομπ Γουέλς και Μπομπ Γουέστον ήρθαν κι έφυγαν. Και οι σχέσεις όμως ακολούθησαν την ίδια πορεία: ο γάμος του ΜακΒι διαλύθηκε το 1976, το μακροχρόνιο ρομάντζο του Μπάκιγχαμ με τη Νικς έληξε άδοξα... Και ο Φλίτγουντ όμως είχε να μοιραστεί αποχωρισμούς και ατέρμονα ερωτοτυπήματα. Παντρεύτηκε, χώρισε, μετά ξαναπαντρεύτηκε, την Τζένι Μπόιντ, μικρότερη αδερφή της Πάτι Μπόιντ, που είχε παντρευτεί τον Τζορτζ Χάρισον και τον Έρικ Κλάπτον. Ο Φλίτγουντ με την Τζένι χώριζαν

και τα ξανάβρισκαν σε ένα διάστημα 12 ετών, ενώ απέκτησαν δύο κόρες, προτού χωρίσουν οριστικά το 1976. Το 1978 ο Φλίτγουντ ερωτεύτηκε τη Σάρα Ρέκορ, μοντέλο, τραγουδίστρια και φίλη της Στίβι Νικς, και την παντρεύτηκε το 1988, για να τη χωρίσει στις αρχές της δεκαετίας του '90. Την τέταρτη φορά ο Φλίτγουντ παντρεύτηκε τη Λιν Φράνκελ, το 1995, με την οποία απέκτησε άλλες δύο κόρες. «Τα νέα ότι η περιοδεία δεν πρόκειται να γίνει ήταν καταστροφικά για μένα» επισημαίνει ο Φλίτγουντ. «Εχουμε περάσει τόσα σκαμναβάσματα, αλλά και "άκυρες εκκινήσεις", που σ' αλήθεια θα αποτελούσε για μας πρόοδο. Όλοι παίξαμε τόσο στο άλμπουμ της Στίβι όσο και στου Λίντσεϊ, έτσι πίστεψα ότι τίποτα δεν άλλαξε. Όσο ο χρόνος περνά, κάτι δεν πάει καλά. Και πάλι όμως δεν ήμουν προετοιμασμένος γι' αυτό το πλήγμα. Βασικά συνειδητοποίησα ότι πλέον δεν έχω συγκρότημα. Είχα συγκρότημα – αυτό – από το 1967. Μαζί με όλα αυτά που συμβαίνουν στη ζωή μου ήταν κάτι για το οποίο δεν ήμουν προετοιμασμένος. Ωστόσο, όπως και οι υπόλοιποι, προσπαθώ να το ξεπεράσω». Άλλη μια μεγάλη παύση. «Ο τρόπος με τον οποίο ξεπερνάω το σοκ αποδείχτηκε καταλυτικός, καθώς αλλάζω τη ζωή μου για πρώτη φορά έπειτα από δεκαετίες. Για πρώτη φορά αρνήθηκα να κάνω αυτό που έκανα και στο παρελθόν: ό,τι περνάει από το χέρι μου ώστε να ηχογραφηθεί ένα άλμπουμ

Συνήθως είμαι εκείνος που δίνει ό,τι έχει. Κι αυτό δεν είναι απαραίτητα κάτι κακό. Είχα αποδεχτεί αυτού του είδους την αλληλεξάρτηση, έτσι ώστε να δημιουργήσω μια πλατφόρμα που γνώριζα ότι ήταν θεμελιωδώς καλή». Ρίχνει ένα πλάγιο βλέμμα και τελειώνει τη φράση του: «Είχα πάντοτε πίστη στο αποτέλεσμα, γι' αυτό και δε με ενδιέφερε το κόστος».

Ο Πίτερ Γκριν είναι στο μυαλό του Φλίτγουντ αυτές τις μέρες όχι μόνο γιατί τον θεωρεί το χαμένο του αδερφό ή γιατί του λείπει, αλλά γιατί ο Γκριν του έμαθε ότι, όταν ένας μουσικός δοκιμάζεται, πρέπει να μένει σε επαφή με το μέσο του. «Ποτέ δεν ξεπέρασα τον Πίτερ γιατί είχε βάλει ψηλά τον πήχη τόσο ως μουσικός όσο και ως άνθρωπος. Ήταν τόσο διαφορετικός από οποιονδήποτε άνθρωπο έχω γνωρίσει στη ζωή μου. Με την αρρώστια του να τον καταβάλλει, μεγάλωσε τα νύχια του, ώστε να μην είναι σε θέση να παίζει κιθάρα, κι αυτό γιατί πίστευε ότι υπήρξε πολύ ωφελημένος από τη ζωή. Έφτασε, μάλιστα, στο σημείο να θεωρεί ότι δεν άξιζε όλη αυτή την εύνοια και γι' αυτό αποφάσισε να την απαρνηθεί. Ο άνθρωπος που καθημερινά έπαιζε κιθάρα σταμάτησε να την αγγίζει, γεγονός όμως που δεν κράτησε για πολύ. Σύντομα επέστρεψε σ' αυτήν, καθώς αποτελούσε τη συνέχεια του χεριού του. Να γιατί παίζω όσο το δυνατόν

«Το να είσαι ευάλωτος είναι σαν να βρίσκεσαι σε βαθιά ακινησία. Η μοναδική φορά που το κατάφερα αυτό ήταν όταν είχα χάσει το μυαλό μου από την κοκαΐνη επί οκτώ συνεχόμενες μέρες»

και να πραγματοποιηθεί μια περιοδεία των Fleetwood Mac. Έκανα ό,τι μπορούσα ώστε να προχωράει το συγκρότημα, να μένει δεμένο. Όχι πια». Εύκολα συνειδητοποιεί κανείς ότι ο Φλίτγουντ έπαιζε το ρόλο του εμψυκωτή, του οργανωτή, αλλά και του σταυροφόρου. Σήμερα ο ενθουσιασμός του αναλώνεται στο ινδικό φαγητό, στην αναδρομική θεραπεία, στην αφρικανική μουσική, στην πολιτική ή στις θεωρίες του σχετικά με την πιθανότητα μιας πανδημίας που θα καταστρέψει την ανθρωπότητα. «Είμαι εθισμένος στις αλληλεξαρτώμενες σχέσεις κάθε επιπέδου. Η κύρια αλληλεξάρτησή μου ήταν οι Fleetwood Mac, και δεν ήμουν σε θέση να μην τους θεωρώ αναπόσπαστο κομμάτι μου από την πρώτη μέρα. Πολλοί άνθρωποι με τον ίδιο εθισμό υποφέρουν περισσότερο από τους υπόλοιπους επειδή είναι βαθιά προσδεμένοι στην εξάρτησή τους αυτή.

περισσότερο ντραμς αυτή την περίοδο. Όταν έρχομαι σε επαφή μαζί τους, είναι σαν να κάνω ένα είδος σπα. Με κρατούν απασχολημένο και ως εκ τούτου μακριά από κάθε είδους... μετάβαση». Με την πάροδο του χρόνου ο Φλίτγουντ φρόντιζε να αναδεικνύει αρκετά συγκροτήματα ταλαντούχων μουσικών. «Πολλοί άνθρωποι έρχονται στο νησί και δε θέλουν να έχουν καμία επαφή με την κουλτούρα του. Είναι επιλογής τους. Είναι ελεύθεροι να μένουν κλεισμένοι στα μεγάλα σπίτια τους. Εγώ αυτή τη συμπεριφορά δεν τη θεωρώ σωστή. Είναι σαν να παίρνεις χωρίς να δίνεις. Θεωρώ τον εαυτό μου επισκέπτη, παρ' ό,τι πλέον δεν είμαι». Ο Φλίτγουντ επισκέφτηκε για πρώτη φορά το Μάουι πριν από 40 χρόνια. «Μόλις πάτησα το πόδι μου στο νησί, ένιωσα μέσα μου αυτό το "κάτι". Ένιωσα σαν να ζούσα εδώ όλη μου τη ζωή». Έκτοτε, χρόνο με το χρόνο, περνάει όλο



και περισσότερο καιρό εκεί. Γνωρίζει ανθρώπους, ανακαλύπτει την εγχώρια μουσική σκηνή, κάνει καινούριους φίλους, όπως τον Γουίλι Κ., έναν ντόπιο κιθαρίστα. «Θυμάμαι ότι πήγα να τον δω τη δεκαετία του '80 και μου 'φυγε το μυαλό. Ήταν άγριος, το απόλυτο φρικιό. Ο Πολ Μακάρτνεϊ τον είδε επίσης εκείνη τη χρονιά και τον χαρακτήρισε ως το καλύτερο άγνωστο ταλέντο που είχε δει ποτέ».

Οι φίλίες του όμως δε σταμάτησαν εκεί. Γνώρισε έναν κύκλο καλλιτεχνών, με τους οποίους έκανε περιοδείες δίνοντάς τους τόσο το όνομα όσο και το στίγμα του. Δύο ήταν τα βασικά σχήματα: η Mick Fleetwood's Island Rumours Band και η Mick Fleetwood Blues Band. Με την τελευταία μπάντα σκέφτεται να ηχογραφήσει και να κάνει περιοδείες τόσο τοπικά όσο και –γιατί όχι;– στην Ευρώπη. Ωστόσο, κι άλλο ένα σχέδιο, που αποτελεί μάλιστα όνειρο ζωής για εκείνον, βρίσκεται στα σκαριά. Θέλει να ανοίξει το δικό του εστιατόριο. Θα το ονομάσει «*Fleetwood's On Frond Street*». Θα είναι μια γαστρονομική παμπ με χώρο για παραστάσεις. «Ήθελα το δικό μου κλαμπ από τα 12 μου. Όταν αποφάσισα να ασχοληθώ σοβαρά με τα ντραμς, οι γονείς μου έφτιαξαν ένα λυόμενο πίσω από το σπίτι μας κι εγώ το έκανα κλαμπ. Όπως έλεγε συχνά η γυναίκα μου Λιν, δεν αφήνω τα όνειρά μου απραγματοποιήτα. Αυτό, λοιπόν, είναι ένα από αυτά. Θα ανοίξω το κλαμπ της παιδικής μου

ηλικίας στο Μάουσι». Θα είναι οικογενειακό, με ύφος εγγλέζικης παμπ, αλλά μακριά από καθετί τετριμμένο. «Το τελευταίο πράγμα που θα ήθελα είναι ο κόσμος να μην τολμά να έρθει επειδή φοράει σορτς και γυαλίζει από το αντιηλιακό». Για τους φαν του θα υπάρχει ένας χώρος με αναμνηστικά από τον Μικ Φλίτγουντ, που σε καμία περίπτωση όμως δε θα είναι ένα είδος μαισωλείου προς τιμήν του. «Όταν δημιουργείς ένα συγκρότημα, είναι σαν να φτιάχνεις μια θρησκεία. Η δημιουργία του εστιατορίου είναι για μένα σαν να χτίζω καθεδρικό για τους ταξιδιάρηδες προσευχητές». Ο ήλιος αρχίζει να δύει, ενώ ο Φλίτγουντ περιφέρεται στον ξενώνα του σπιτιού. «Όταν εγώ, ο Τζον και ο Πίτερ δημιουργήσαμε το συγκρότημα, ήμασταν γελοίοι. Θέλαμε να βγούμε μπροστά από όλα τα υπόλοιπα αγγλικά μπλουζ συγκροτήματα». Αγαπάει αυτό το δωμάτιο. Μια συστάδα δέντρων κρύβει τη θέα του ωκεανού και ο Φλίτγουντ περνάει νύχτες ξαπλωμένος στον καναπέ. «Το δωμάτιο αυτό αποτελεί ένα καταφύγιο μέσα στο καταφύγιό μου». Όταν η συζήτηση πηγαίνει σ' εκείνους που βρίσκονται ακόμη δίπλα του, αλλά και σ' εκείνους που πέρασαν από τη ζωή του, γίνεται εσωστρεφής. «Σκέφτομαι τον Τζορτζ Χάρισον περισσότερο από ποτέ. Ήταν από τους καλύτερους φίλους μου. Αγαπούσαμε το Μάουσι, καθώς και οι δύο κατανοούσαμε την ιδιαιτερότητα αυτού του μέρους. Το τραγούδι του *Cloud 9* περιγράφει ακριβώς τι ένιωθε γι' αυτό το μέρος».

Η οικογένεια του Φλίτγουντ μετακομίζει στο Λος Άντζελες λόγω του χωρισμού, ωστόσο ο ίδιος δε θα ζήσει μόνος. Σκοπεύει να μείνει μαζί με την 95χρονη μητέρα του. «Η μητέρα μου είναι ένας άγγελος. Είναι μια εξαιρετικά ενεργητική γυναίκα. Η όρασή της την έχει εγκαταλείψει, αλλά δεν το βάζει κάτω. Τις προάλλες ήταν μαζί μου στο στούντιο. Χόρευε, στριφογύριζε κι έπαιζε ταμπούρλο. Νιώθω τόσο τυχερός που στην ηλικία μου έχω ακόμη τη μητέρα μου και θέλω να περνάω όσο το δυνατόν περισσότερο χρόνο μαζί της».

Στο ίδιο δωμάτιο ο Μικ επισκέπτεται όμως και τον πατέρα του παρά το γεγονός ότι ο «*Wing Commander*» Φλίτγουντ πέθανε το 1978. «Ο πατέρας μου ήταν ταπεινός. Έγραφε πολύ, αλλά δεν προσπάθησε ποτέ να τα δημοσιοποιήσει. Προτού πεθάνει, του αγόρασα ένα μαγνητοφωνάκι, στο οποίο ηχογράφησε αρκετές ιστορίες του, ώστε να τις έχω για όλη μου τη ζωή. Ποτέ δεν υπερηφανεύτηκε για ό,τι έκανε στη ζωή του, παρ' ό,τι έκανε αρκετά». Κάνει μια παύση. «Στον πόλεμο έσωσε χιλιάδες ζωές. Όταν αποστρατεύτηκε, έγινε ένας εξαιρετικός τεχνίτης επισκευάζοντας ό,τι είχε ανάγκη κάθε σπίτι στη γειτονιά». Ακόμα μία παύση. «Σκέφτομαι πολύ τον πατέρα μου γιατί σε αυτή τη χρονική περίοδο είμαι ιδιαίτερα ευάλωτος. Μία από τις παρανοήσεις που κάνουμε οι άνθρωποι –ειδικά οι άντρες– είναι ότι είμαστε ευάλωτοι σε περιόδους αδυναμίας. Η εμπειρία μου μου έχει δείξει ότι το να είσαι ευάλωτος είναι σαν να βρίσκεσαι σε βαθιά ακινησία. Η μοναδική φορά που το κατάφερα αυτό ήταν όταν είχα χάσει το μυαλό μου από την κοκαΐνη επί οκτώ συνεχόμενες μέρες. Ήταν μια εξωσωματική εμπειρία, κατά την οποία υπερέβην το γήινο εαυτό μου. Πέρασα μεγάλο χρονικό διάστημα σε ψυχιατρικά ντιβάνια και ποτέ δεν είπα τίποτα περισσότερο από το «είμαι καλά». Δεν ήμουν ικανός να εξηγήσω περισσότερα ή να προσεγγίσω τα συναισθήματά μου βαθύτερα. Ευτυχώς δε νιώθω πλέον την ανάγκη να λειτουργώ σε αυτούς τους ρυθμούς για να καταφέρνω να αγγίξω τα συναισθήματά μου». Πλησιάζει την άκρη της βεράντας κοιτάζοντας επίμονα τις αχνές πορτοκαλί ακτίνες του ήλιου που διαπερνούν τον ορίζοντα. «Δε νιώθω ότι έχω πλέον συγκρότημα και δεν έχω πλέον και εκείνες τις σχέσεις που με όριζαν, τα πράγματα με τα οποία υπήρξα εξισμένος. Όλα έφυγαν. Όμως τώρα μπορώ να αφιερώσω όλη την ενέργεια που ξόδευα για τους άλλους στον εαυτό μου. Μπορώ να πω με ειλικρίνεια ότι δεν έχω τίποτα για να παραπονεθώ πια. Όχι μόνο επειδή βρίσκομαι εδώ, στον παράδεισο, αλλά επειδή νιώθω ότι εδύ πρέπει να βρίσκομαι. Τι άλλο να ζητήσω;».

TALK SHOW

ΤΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΑΝΕΚΔΟΤΑ
ΤΗΣ ΑΓΟΡΑΣ, ΚΑΤΕΥΘΕΙΑΝ
ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ
ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ.

Μαζεύονται οι μαθητές και ο Χριστός
για το Μυστικό Δείπνο και παραγγέλλουν
σουβλάκια.

- Εγώ θέλω δύο απ' όλα, λέει ο Πέτρος.
- Δύο απ' όλα, λέει κι ο Ιωάννης.
- Τρία απ' όλα, λέει ο Ιάκωβος.
- Εγώ θέλω ένα χωρίς κρεμμύδι,
λέει ο Ιούδας.

Γυρίζει τότε ο Χριστός και του λέει:

- Γιατί; Θα φιλήσεις κάποιον;

Ο Κόμης Δράκουλας ετοιμάζεται να βγει στη
σύνταξη και πρέπει να τον διαδεχτεί μία από
τις νυχτερίδες του. Με συνοπτικές διαδικασί-
ες επιλέγει τις τρεις καλύτερες και τις υπο-
βάλλει σε μία και μοναδική δοκιμασία: όποια
φύγει από το βουνό ψηλά, κατέβει στο χωριό
και γυρίσει πίσω με το πιο πολύ αίμα επάνω της
θα στεφθεί διάδοχός του.

Ξεκινάει η πρώτη, περνάνε δύο ώρες, γυρίζει
μέχρι το λαιμό στα αίματα και αφηγείται στον
Κόμη Δράκουλα:

- Να, βλέπεις εκείνο το χωριό στο βάθος;
Πήγα εκεί και ήπια το αίμα 15 ανθρώπων!
- Ξεκινάει η δεύτερη νυχτερίδα και περνάνε έξι
ώρες. Γυρίζει με αίματα μέχρι λίγο πιο πάνω
από τα φτερά της.

- Να, βλέπεις εκείνο το χωριό στο βάθος; Πέ-
ταξα μέχρι εκεί και ήπια το αίμα 35 ανθρώπων!
- Έρχεται και η σειρά της τρίτης νυχτερίδας.
Ξεκινάει, περνάνε 5 ώρες, 7 ώρες, 12 ώρες,
15 ώρες, ξαφνικά τη βλέπουν μετά από 18
ώρες να γυρίζει τρεκλίζοντας, γεμάτη αίματα,
αγνώριστη. Τη ρωτάει γεμάτος απορία ο Κόμης
Δράκουλας τι έγινε.

- Να, βλέπεις εκείνο τον πύργο στο βάθος
πριν το χωριό;

- Ναι, λέει ο Κόμης.

- Ε, εγώ δεν τον είδα.

Στο φανάρι δυο οδηγοί συζητούν:

- Αφού είσαι νέα οδηγός γιατί δε βάζεις
το «N»;
- Εσύ που είσαι μαλάκας γιατί δε βάζεις
το «M»;

Μια ξανθιά μιλάει με την επίσης ξανθιά
φίλη της στο τηλέφωνο:

«Κάναμε σεξ για πρώτη φορά και αμέσως



ILLUSTRATION: OLIVIA

– Μαμά, τα παιδιά με
λένε «χοντρομπαλά».
– Και γιατί δεν τα
κυνηγάς;
– Γιατί πάνε απ' τα
οτενάκια!

Ο Παναγιώτης ξυπνάει
στο κρεβάτι του με έναν
τρομερό πονοκέφαλο.
Το κεφάλι του πάει να
σπάσει. Με το ζόρι ανοί-
γει τα μάτια του και το
πρώτο που βλέπει είναι
δύο ασπιδόκεφαλοι και ένα
ποτήρι νερό στο κομο-
δίνο του. Ανακάθεται
και βλέπει τα ρούχα του
καθαρά και διπλωμένα
μπροστά στην καρέκλα.
Κοιτάζει το δωμάτιο και
συνειδητοποιεί πως όλα
είναι πεντακάθαρα και
τακτοποιημένα. Βγαί-
νοντας από το υπνο-
δωμάτιο, παρατηρεί ότι
όλο το σπίτι είναι στην
εντέλεια. Στην κουζίνα
υπάρχει ένα σημείωμα:
«Μωρό μου, θα βρεις το
πρωινό σου στο φούρ-
νο. Έχω πάει να ψωνίσω
για να σου μαγειρέψω
λαγό το μεσημέρι, που
ξέρω ότι τον λατρεύεις.
Σ' αγαπώ!».

Πράγματι το πρωινό
είναι στο φούρνο ζεστό
και λαχταριστό. Πάει να
καθίσει και βλέπει στην

καρέκλα μια αθλητική
εφημερίδα. Την κοιτάει
και προς μεγάλη του
έκπληξη διαπιστώνει ότι
είναι σημερινή. Εκείνη
τη στιγμή μπαίνει και ο
γιος του στην κουζίνα.
– Καλημέρα, γιε μου,
μπορείς να μου πεις
τι έγινε χτες;
– Κοίταξε, γύρισες
στο σπίτι στις πέντε το
πρωί μεθυσμένος και
με λερωμένα ρούχα
γιατί κάπου είχες πέσει
στο δρόμο. Έπρεπε και
από τις σκάλες όπως
ανέβαινες και από τα
νεύρα σου έσπασες το
καλό σερβίτσιο και κάτι
έπιπλα.

– Και τότε γιατί η μητέρα
σου μου έφτιαξε πρωί-
νό, μου αγόρασε Φίλα-
θλο και έχει όλο το σπίτι
στην εντέλεια;
– Α, αυτό λες... Η μαμά
σε έσυρε στο κρεβάτι
και, όταν πήγε να σου
βγάλει το παντελόνι, άρ-
χισης να φωνάζεις: «Άσε
με ήσυχο, κυρά μου,
είμαι παντρεμένος!».

μετά με είπε "τσουλάρα". Έτσι κι εγώ
του είπα να πάρει τους φίλους του και
να φύγει»...

- Από τι πέθανε η πεθερά σου;
- Από καταρράκτη.
- Α, την κακομοίρα... Την εγχείρησαν;
- Όχι, την έσπρωξα!

Πάνε δυο φίλοι σε ένα ξενοδοχείο
στην Αγγλία. Ανοίγουν την ντουλάπα
να βάλουν μέσα τα ρούχα τους και
βλέπουν έναν ποντικό.

– Ρε ξέρεις πώς είναι ο ποντικός στα
αγγλικά για να πάρουμε τηλέφωνο
στη ρεσεψιόν να τους πούμε ότι
βρήκαμε έναν στην ντουλάπα;

- Όχι, εσύ;
- Ούτε εγώ!
- Εντάξει, άσε θα πάρω εγώ να
εξηγηθώ.
- Yes, reception?
- Yes, how can I help you?
- Do you know Tom and Jerry?
- Yes, of course.
- Jerry, is here!

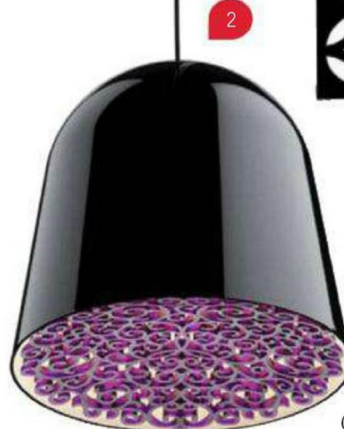
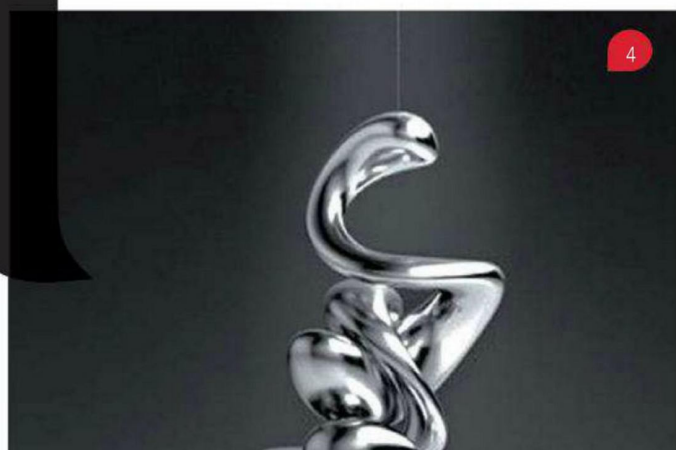
Η βότκα με πάγο καταστρέφει τα
νεφρά.

Το ρούμι με πάγο χαλάει το συκώτι.
Το ουίσκι με πάγο βλάπτει την καρδιά.
Το τζιν με πάγο κάνει κακό στον εγκέ-
φαλο.

Η κόλα με πάγο χαλάει τα δόντια.
Μακριά από τον πάγο! Προφανώς
κάνει κακό!

Όταν ο Θεός έπλασε τη γυναίκα,
υποσχέθηκε στον άντρα ότι θα βρί-
σκει καλές και υπάκουες γυναίκες σε
κάθε γωνία της Γης. Κι έτσι έκανε τη
Γη στρογγυλή...

swa



1. Τρισδιάστατα γλυπτά γράμματα από την BO CONCEPT.
2. Φωτιστικό οροφής CAN CAN σε σχέδιο του MARCEL WANDERS για την εταιρεία FLOS (ΓΙΑΝΝΗΣ ΔΕΛΟΥΔΗΣ).
3. Παραβάν από τη SOHO COLLECTION της BOCA DO LOBO.

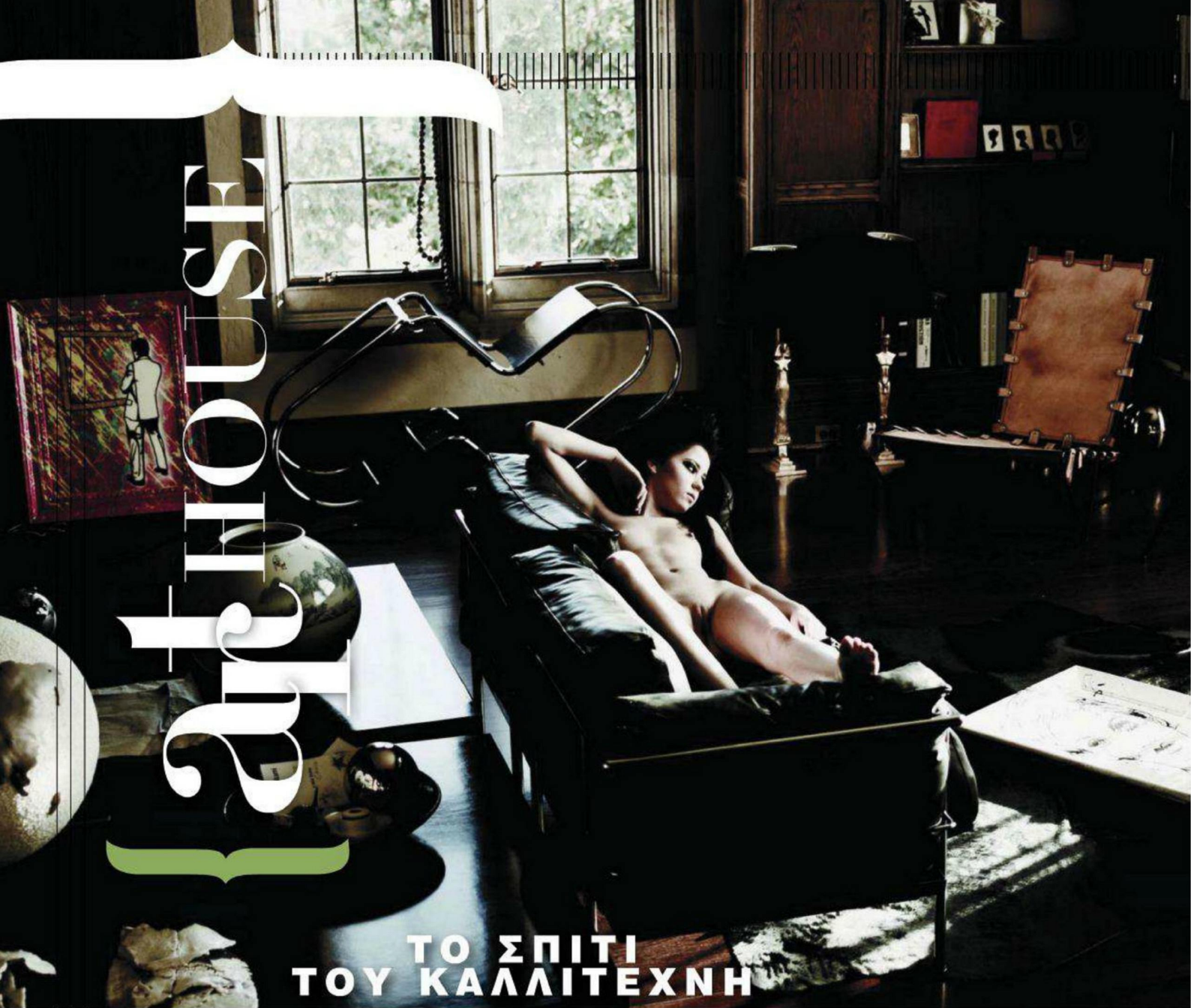
GRAPHIC FORMS

Πρωτότυπα letterings, γλυπτές φόρμες και πολύχρωμα pixels συνθέτουν ένα εκλεκτικό στυλ στο design.

ΑΠΟ ΤΟΝ ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΚΑΤΣΟΥΛΑ



4. Φωτιστικό οροφής NEARCO σε σχέδιο του KARIM RASHID για την ARTEMIDE.
5. Κονσόλα MONOCHROME από τη LIMITED EDITION COLLECTION της BOCA DO LOBO.
6. Τραπεζάκι TEE-TEE TABLE του ILMARI TAPIOVAARA από την BOX ARCHITECTS.
7. Μπουφές PIXEL από τη LIMITED EDITION COLLECTION της BOCA DO LOBO.

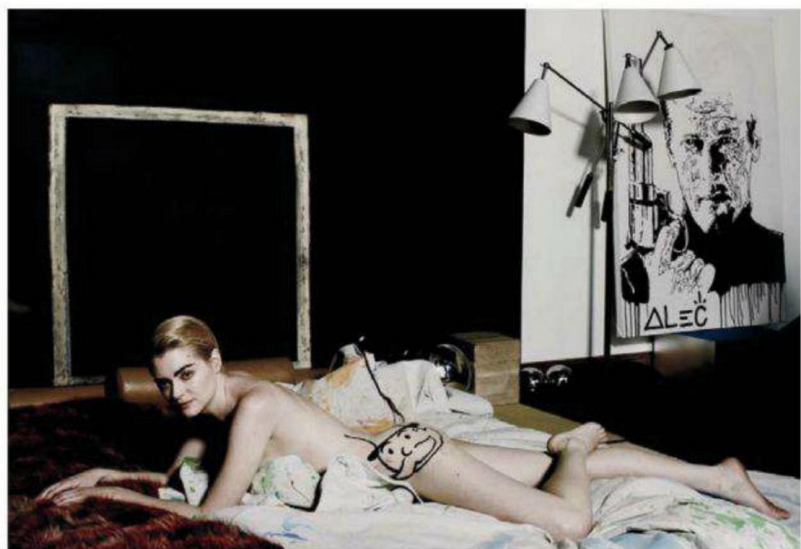


ARTHOUSE

ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΤΟΥ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΗ

Πόσα σύγχρονα σπίτια συνδυάζουν την ιδιοφυΐα με τον ηδονισμό; Τα δύο αυτά στοιχεία συνυπάρχουν στο μοναδικό σπίτι του Μισέλ Κοντ.

ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΟΥΛΙΑ ΚΟΥΦΙΩΤΗ, PHOTOS: MICHEL COMTE

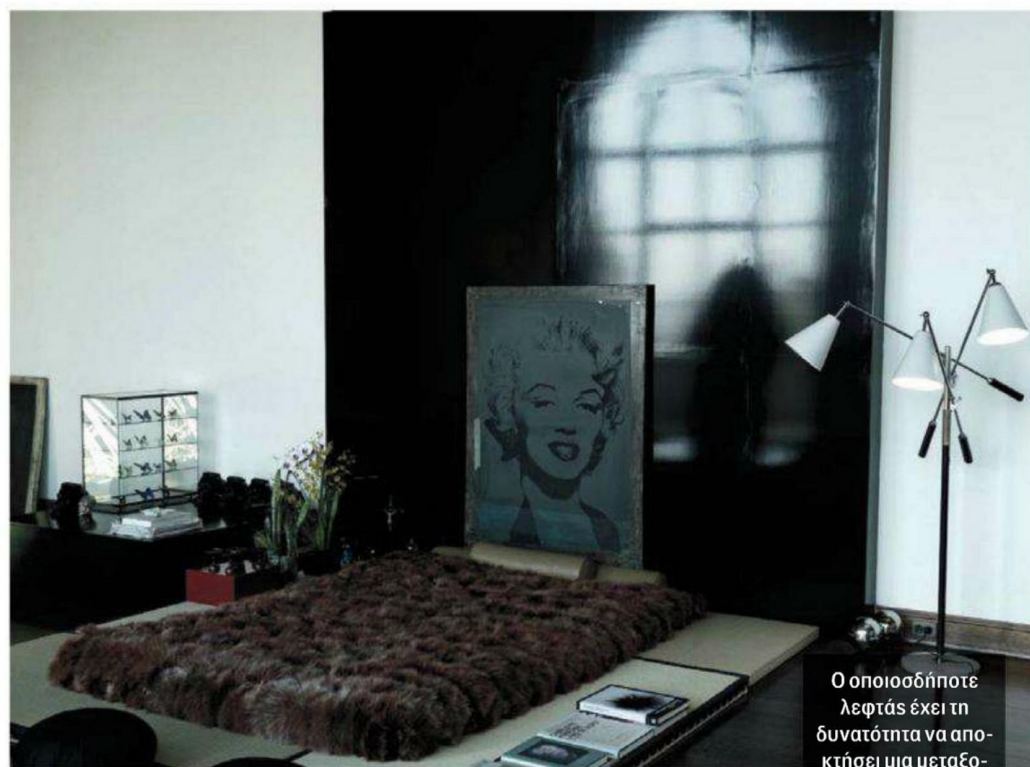




Στην έπαυλη του Μισέλ Κοντ είναι εκπληκτικό το δέσιμο της καλιφορνέζικης ατμόσφαιρας με το κλασικό ευρωπαϊκό στυλ. Δεξιά, ο graffiti artist Άλεκ Μονόπολι μπροστά σε ένα από τα πιο αντιπροσωπευτικά έργα του, που απεικονίζει τον Monopoly Man.

Οταν περνάς την κύρια είσοδο στο mansion του Μισέλ

Κοντ, που είναι χτισμένο στους λόφους πάνω από τη Sunset Boulevard στο Λος Άντζελες, είναι αδύνατον να βρεις κάτι λάθος. Καθώς προχωράς προς το εσωτερικό, δεν είναι διόλου απίθανο να σκοντάψεις πάνω σε κάποιο γυμνό μοντέλο. Κι αυτό επειδή ο γεννημένος στη Ζυρίχη Κοντ είναι ένας από τους κορυφαίους φωτογράφους μόδας στον κόσμο και προτιμά συχνά το σπίτι του ως location για τις φωτογραφήσεις που κάνει. Μάλιστα, πριν από ένα χρόνο άνοιξε τις πόρτες αυτού του ηλιόλουστου μεγάρου στον 25χρονο Άλεκ Μονόπολι, έναν από τους πλέον διάσημους street artists, και του πρόσφερε καλλιτεχνικό άσυλο.



Ο οποιοσδήποτε λεφτάς έχει τη δυνατότητα να αποκτήσει μια μεταξοτυπία του Γουόρχολ με το πορτρέτο της Μέριλιν Μονρόε. Ο Μισέλ Κοντ, όμως, έχει στην κατοχή του τη μήτρα που χρησιμοποιούσε ο ίδιος ο καλλιτέχνης για την αναπαραγωγή του έργου.



Καμιά φορά είναι αστείο πώς τα φέρνει η ζωή, και συγκεκριμένα πώς τα έφερε για τον Άλεκ Μονόπολι. Πριν από δύο χρόνια η αστυνομία τον καταδίωκε στη Νέα Υόρκη και σήμερα έχει την έδρα του στο μεγάλο του Κοντ στο Μπέβερλι Χιλς και ένα προσωπικό στυλ επηρεασμένο από τον Γουόρχολ. Όπως εξομολογείται ο ίδιος, «κάποτε ο Monopoly Man λειτουργούσε ως ειρωνικό σχόλιο για το τραπεζικό σύστημα, τώρα νομίζω ότι είναι πλέον ένα αυτοαναφορικό ειρωνικό σχόλιο. Αυτοσαρκάζομαι».

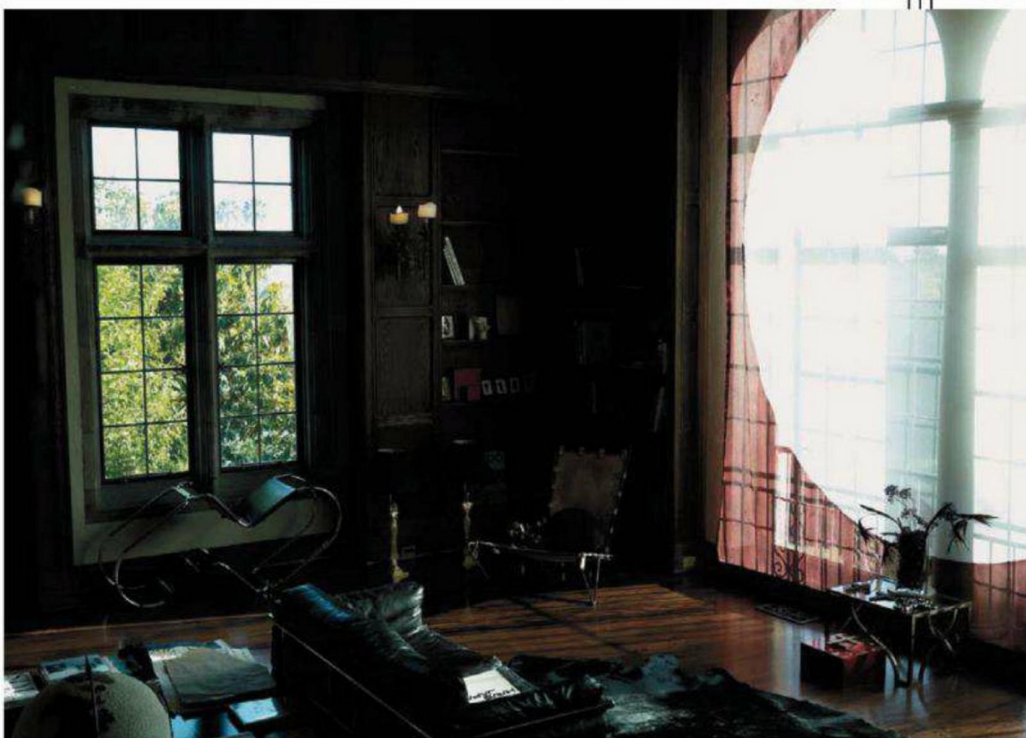




Ο Μονόπολι, επηρεασμένος από τον Κοντ, μεταμορφώνει ένα μοντέλο σε πεταλούδα-έργο τέχνης. Όλα τα παράθυρα της έπαυλης έχουν εξαιρετική θέα στην Πόλη των Αγγέλων, όπως φαίνεται στη φωτογραφία επάνω.



Ο Μονόπολι στέκεται μαζί με ένα μοντέλο μπροστά από το έργο του με θέμα την πεταλούδα, εμπνευσμένο από 3D φιλμάκι του Κοντ *Το μικρό κορίτσι από το Ναγκασάκι*. Στη φωτό κάτω φαίνεται το μεγάλο σαλόνι σε γιαπωνέζικο στιλ, όπου η κουρτίνα επιτρέπει ελεγχόμενα στις ακτίνες του ήλιου να εισέρχονται στο δωμάτιο.



{Taste}

Το καλοκαίρι προστάζει
θαλασσινά. Ανάψτε
κάρβουνα...

ΑΠΟ ΤΟΝ ΠΑΥΛΟ ΠΑΠΑΦΡΑΓΚΟ

GIVE FISH
A CHANCE

AND WORLD FISH

Το ψήσιμο των ψαριών στο μπάρμπεκιου είναι μια καθαρά αντρική δουλειά και, όπως είναι αναμενόμενο, υπάρχουν χιλιάδες διαφορετικές σχολές προετοιμασίας και ψησίματος. Πρακτικά ο αριθμός τους είναι ανάλογος με αυτόν των αντρών που ισχυρίζονται ότι «ξέρουν να ψήνουν». Παραφράζοντας το μεγάλο Κάλαχαν Κλιντ Ιστούουντ, θα λέγαμε ότι οι τρόποι ψησίματος είναι σαν τις απολήξεις του πακέτος εντέρου: ο καθένας έχει κι από έναν! Θα πρέπει όμως να βάλουμε τα πράγματα σε μια τάξη. Βρήκαμε τις κοινές συνιστάμενες ή όσες πρακτικές έχουν δοκιμαστεί πάνω από τα κάρβουνα ενός μπάρμπεκιου και σας τις παρουσιάζουμε...

ΤΑ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΣΤΑΔΙΑ

Το στέγνωμα: Είναι το στάδιο το οποίο πολλοί παραλείπουν. Το ψάρι μετά το καθάρισμά του και προτού πάει για ψήσιμο πρέπει οπωσδήποτε να στεγνώσει καλά με κουζίναχαρτο. Το παραλείπουμε μόνο όταν έχουμε μαρινάρι τα ψάρια ή τα θαλασσινά.

Το αλάτισμα: Το προσεκτικό αλάτισμα είναι το καθοριστικό σημείο-μυστικό για ένα νόστιμο ψάρι. Εννοείται και στο εσωτερικό του.

Το λάδωμα: Προστατεύει την πέτσα του

Λαβίδα: Απαραίτητη στο ψήσιμο του χταποδιού, των καλαμαριών και της γαρίδας. Είναι το κατάλληλο εργαλείο για το γύρισμα του ψαριού ή για το βγάλισμά του από τη φωτιά.

ΟΙ ΧΡΟΝΟΙ

Η σαρδέλα (που είναι και το μοναδικό μικρό ψάρι που ψήνεται στο μπάρμπεκιου) θέλει συνολικά 2-3 λεπτά σε δυνατή φωτιά.

Ψάρια βάρους περίπου 300 γραμμ.: Περίπου 12-16 λεπτά συνολικά σε δυνατή φωτιά.

Ψάρια βάρους 500-600 γραμμ.: Περίπου 20-22 λεπτά συνολικά σε δυνατή προς κανονική φωτιά.

Ψάρια 1 κιλού: Περίπου 25-35 λεπτά σε κανονική προς χαμηλή φωτιά.

Ψάρια 2 κιλών: Περίπου 45-60 λεπτά σε κανονική προς χαμηλή φωτιά.

Καλαμάρι: 3-5 λεπτά την κάθε πλευρά (ανάλογα με το μέγεθός του).

Χταπόδι: 20-25 λεπτά (για πλοκάμια από χταπόδι 2 κιλών) σε μέτρια προς χαμηλή θερμοκρασία.

Γαρίδες: 2-3 λεπτά από την κάθε τους πλευρά σε δυνατή φωτιά.

ψαριού από το κόλλημα στη σχάρα και δίνει καλύτερο αισθητικό αποτέλεσμα κάνοντας εμφανείς τις γραμμές ψησίματος.

Η ΦΩΤΙΑ

Τα κάρβουνα είναι έτοιμα όταν η επιφάνεια που βλέπεις είναι γκριζα, ενώ από κάτω εξακολουθούν να είναι αναμμένα και δε βγάζουν φλόγες. Σκέψου το μπάρμπεκιου σαν το φούρνο της κουζίνας: πρέπει να έχει ζώνες υψηλής, κανονικής, μέτριας και χαμηλής θερμοκρασίας. Βάλε την παλάμη σου πάνω από τη φωτιά. Αν μπορείς να την κρατήσεις εκεί για 2 δευτερόλεπτα, η θερμοκρασία είναι υψηλή, για 3-4 κανονική, 5-6 μέτρια, 7-8 χαμηλή.

ΤΑ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΣΥΝΕΡΓΑ

Σχάρες: Πρέπει να είναι διάφορων μεγεθών και σχημάτων, έτσι ώστε στην περίπτωση που περικλείουν το ψάρι να μην το σφίγγουν υπερβολικά, ούτε όμως να «παίζει» στο εσωτερικό τους.

Ψεκαστήρι για το σιδερώμα: Σβήνει τις φωτιές που ανάβει το στάξιμο του λίπους, βοηθάει να ξεκολλήσουν τα ψάρια από τη σχάρα που τα περικλείει χωρίς να αφαιρεθεί η πέτσα τους.

Πινέλο: Απαραίτητο για το αλείμμα τακτικά των ψαριών με λάδι.

Σπάτουλες: Πρέπει να είναι διάφορων μεγεθών ανάλογα με το μέγεθος των ψαριών που ψήνουμε.





ΣΟΦΙΕΣ ΣΤΑ ΚΑΡΒΟΥΝΑ

- Αν δε χαλάσεις ψάρι, δε μαθαίνεις.
- Όλα τα ψάρια δεν είναι ίδια. Διαφέρουν σημαντικά σε λιπαρότητα, ακόμη και στη σκληρότητα της πέτσας τους.
- Το ψάρι, όπως και το κρέας, προτού ακουμπήσει στη σχάρα, πρέπει να είναι σε θερμοκρασία δωματίου.
- Αν σου λείπει η εμπειρία στο ψήσιμο, θυμήσου πως σε ό,τι αφορά τα φρέσκα ψάρια και θαλασσινά, είναι προτιμότερα τα ελαφρώς ωμά παρά τα υπερβολικά ψημένα.
- Εννοείται πως θεωρείται ψηστική μαγκιά το σωστό ψήσιμο ενός δίκιλου ψαριού. Εάν όμως απουσιάζει η πείρα (και ποιος ερασιτέχνης άλλωστε έχει ψήσει αρκετά μεγάλα ψάρια), είναι καλύτερα, προτού το τοποθετήσουμε στη σχάρα του μπάρμπεκιου, να το τυλίξουμε σε αλουμινόχαρτο, στο οποίο θα ανοίξουμε τρύπες με μια οδοντογλυφίδα. Όταν γίνει, το εκθέτουμε λίγο στη φωτιά για να πάρει χρώμα.

ΤΑ ΑΙΩΝΙΑ ΔΙΛΗΜΜΑΤΑ

Η α' σχολή: Χαράζουμε ελαφρώς ή βαθιά τα μέτρια ή μεγάλα ψάρια για να ψηθούν πιο εύκολα εσωτερικά.

Η β' σχολή: Το χάραγμα στεγνώνει τα ψάρια.

Η πείρα: Ισχύουν και τα δύο, οπότε όσοι ακολουθήσουν την πρώτη σχολή οφείλουν να είναι πολύ προσεκτικοί.

Η α' σχολή: Περνάμε τη σχάρα με κρεμμύδι για να μην κολλήσουν τα ψάρια.

Η β' σχολή: Περνάμε τη σχάρα με λεμόνι για να μην κολλήσουν τα ψάρια.

Η πείρα: Το Α και το Ω για να μην κολλήσουν τα ψάρια είναι το προσεκτικό καθάρισμα της σχάρας με συρματόβουρτσα και το άλειμμά της με λάδι.

Η α' σχολή: Γυρίζουμε πολλές φορές το ψάρι.

Η β' σχολή: Γυρίζουμε μόνο μία φορά το ψάρι.

Η πείρα: Γυρίζουμε αρκετές φορές ένα μεγάλο ψάρι, αλλά μία μόνο τα μικρά ή μεσαία.

Η α' σχολή: Βράζουμε το χταπόδι προτού το ψήσουμε στο μπάρμπεκιου.

Η β' σχολή: Σαχλαμάρες, έτσι κάνει γευστικά.

Η πείρα: Είναι σίγουρο πως και από τις δύο σχολές έχουμε απολαύσει νοστιμότητα ψητό χταπόδι.



LIGHTS ON

Για fit σώμα δε φτάνει μόνο να είσαι κάτω από την μπάρα, αλλά και να προσέχεις τι παραγγέλνεις όταν είσαι εμπρός της.

ΑΠΟ ΤΟΝ ΓΙΑΝΝΗ ΣΠΑΝΟ



Μπίρα
Θερμίδες (μπουκάλι): 150



Τζιν τόνικ
Θερμίδες: 103

SUMMER COOLER

Θερμίδες: 174

- 1 σφηνάκι γρεναδίνη ροδιού*
- ½ σφηνάκι χυμό λεμόνι
- 1 σφηνάκι Beefeater gin
- Κλαμπ σόδα

Σε ένα σέικερ με δύο παγάκια χτυπάς τη γρεναδίνη, το χυμό και το τζιν. Σουρώνεις και σερβίρεις σε ψηλό ποτήρι γεμάτο παγάκια. Απογεμίζεις με τη σόδα.

* Η γρεναδίνη ροδιού γίνεται αν αναμειξουμε σε ίσες ποσότητες φρέσκο χυμό ρόδι και ζάχαρη.



Μαρτίνι
Θερμίδες: 229



Ρούμι και κόλα light
Θερμίδες: 142



Σαμπάνια
Θερμίδες: 120



Κόκκινο κρασί
Θερμίδες: 88



Bloody Mary
Θερμίδες: 123



Μαύρη μπίρα
Θερμίδες: 199

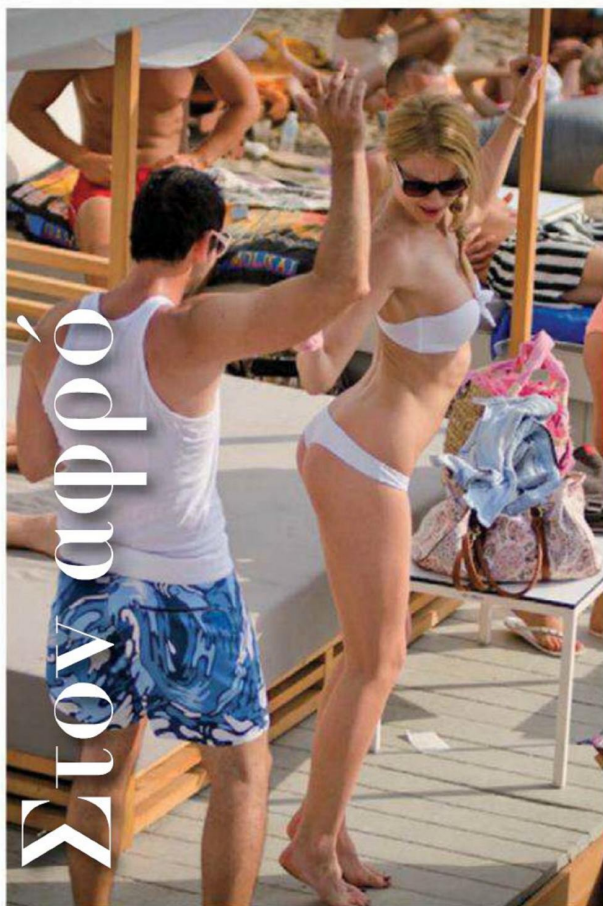


Λευκό κρασί
Θερμίδες: 84

ΚΑΤΣΕ ΚΑΤΩ ΑΠ' ΤΗΝ ΒΕΑΧΟΜΠΑΡΑ

Όταν η ξαπλώστρα συναντά το μοχίτο και ο DJ κάνει τα κορμιά να δονούνται πάνω στην άμμο... Έτσι, με την αρμύρα!

ΑΠΟ ΤΗ ΜΑΡΙΛΕΛΑ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ



Βρίσκεσαι σε κάποια πολυσύχναστη αμμουδερή παραλία εντός Αττικής. Είσαι αραχτός στην ξαπλώστρα, ο ήλιος έχει αρχίσει να πέφτει και το κοκτέιλ σου μόλις έφτασε. Παρατηρείς αυτό που συμβαίνει γύρω σου: οι μέχρι πρότινος χαλαροί λουόμενοι επιδίδονται σε after sun χορευτικό μαραθώνιο φορώντας μαγιό και το πιο φωτεινό τους χαμόγελο. Στα decks ο DJ παίζει δυνατές μουσικές που κάνουν τα ιδρωμένα κορμιά να καίνε ακόμα πιο πολύ. Σκηνικό καλοκαιρινό, ιδανικό, από εκείνα για χάρη των οποίων αξίζει τον κόπο να κάνεις υπομονή έξι μήνες το χρόνο μέχρι να τα ξαναζήσεις. Τα στέκια γνωστά: Mojito Bay, Ammos Beach, Virgin Prova και όχι μόνο...



Bolivar



S Beach

Το Bolivar φέτος μείωσε την απόσταση, αφού μετακόμισε στην Ακτή του Ήλιου στον Άλιμο. Το επίσης αγαπημένο *Kalua* στο Πόρτο Ράφτη ξανασυστήθηκε ως *Jalouse* και το *S Beach* (πρώην *F*) έκανε ένα πολύ επιτυχημένο relocation από τον Ειρηνικό στην άνετη πλαζ της Βούλας.

VIEW POOL BAR



HIGH LIGHTS

Το *View Pool Bar* διαθέτει λίστα με άκρως δροσιστικά κοκτέιλ. Σύντομα στο *View Pool Bar* εγκαινιάζονται τα after sun Cocktail Parties, που θα ξεκινούν μετά τις επτά το απόγευμα και θα κρατάνε μέχρι το βράδυ.

ΔΙΑΔΟΧΟΥ ΠΑΥΛΟΥ 15
(ΕΝΑΝΤΙ 20). ΣΤΑΣΗ ΤΡΑΜ
«ΠΑΡΑΛΙΑ ΓΛΥΦΑΔΑΣ»,
ΤΗΛ.: 210 8983425

Πρόκειται για το απόλυτο all day hot spot των νοτιών προαστίων στο γνώριμο ειδικό παραθαλάσσιο χώρο του *Cataralla*, κάτω από τον καυτό ήλιο του αθηναϊκού ουρανού. Στο *View Pool Bar* η king-size πισίνα ανοίγει από νωρίς, και συγκεκριμένα από τις δέκα το πρωί, προσκαλώντας τις πιο όμορφες παρουσίες της πόλης σε δροσερές βουτιές με... άποψη. Ο σχεδιασμός του χώρου, η ανέμελη αύρα του σε συνδυασμό με την ατέλειωτη θαλασσινή θέα αρκούν ώστε να νιώσεις ότι βρίσκεσαι σε κάποιο ελληνικό νησί. Γιατί αυτό είναι άλλωστε το *View*, ένας μικρός παράδεισος στην παραλία της Γλυφάδας, όπου όλα μπορούν να συμβούν από νωρίς. Όλη την εβδομάδα η είσοδος κοστίζει μόλις 10 ευρώ συν πετσέτα και έναν καφέ, αναψυκτικό ή χυμό. Τα Σαββατοκύριακα, πάλι, η διάθεση ανεβαίνει κατακόρυφα. Το Σάββατο οργανώνονται τα πιο επιτυχημένα parties. Τα Pool Parties by Kostas Alibertis με guest DJs, top models και celebrities εναλλάσσονται με τα Chase the Sun Parties by Dimitris Trikaliotis με τους πιο ανεβαστικούς mainstream ρυθμούς να βάζουν φωτιά στα κορμιά των καλλίγραμμων ηλιοκαμένων θαμώνων θηλυκού γένους. Οι Κυριακές ανήκουν στο Project X Pool Party με τους DJs να τρελαίνουν τα decks και τις χορεύτριες να λικνίζονται με ζήλο μεταγγίζοντας θετική ενέργεια σε εκατοντάδες αμετανόητους mainstream clubbers. Κι αν πεινάσεις, η έγκριτη Top Chef Σοφία Γεωργακάκη προτείνει εξαιρετικές γεύσεις μεσογειακής προέλευσης, που ικανοποιούν και τους πιο απαιτητικούς ουρανίσκους. Και μην ξεχνάς: What happens by the *View Pool*, stays by the *View Pool*...

NEO ΠΕΥΜΑ

BMW i8 SPYDER

Με ένα τέτοιο cabrio, πώς να μην αποκτήσεις οικολογικές ευαισθησίες; ΑΠΟ ΤΟΝ ΓΙΑΝΝΗΣΗΑΝΟ

Η Spyder είναι το τρίτο κατά σειρά μοντέλο της ομάδας «i» της BMW, το οποίο δημιουργεί καινούριες φαντασιώσεις, ενώ ταυτόχρονα προτείνει καινοτόμες οικολογικές λύσεις. Πρόκειται για την ανοιχτή διαθέσιμα παραλλαγή του coupe που παρουσίασε την περασμένη χρονιά. Σε σχέση με την κλειστή έκδοση, η Spyder έχει ελαφρώς μικρότερο μεταξόνιο και μήκος, ενώ διαφοροποιείται σχεδιαστικά χάρη στη φουτουριστική σχεδίαση των «scissor doors», οι οποίες ανοίγουν με εντυπωσιακό τρόπο. Μικρές αλλαγές έχουν γίνει και στη μάσκα,

όπως και πίσω από τις δύο θέσεις, όπου ένα διαφανές κάλυμμα ενισχύει τη φουτουριστική αντίληψη της κατασκευής.

Το αμάξωμα είναι κατασκευασμένο από ελαφριά υλικά, με αποτέλεσμα το συνολικό χαμηλό βάρος (1.630 κ.) να έχει επηρεάσει θετικά τις επιδόσεις του αυτοκινήτου, αλλά και την κατανάλωση καυσίμου και τις εκπομπές ρύπων.

Στο εσωτερικό κυριαρχεί το δέρμα και τα ανθρακονήματα, ενώ ξεχωριστή θέση στο ταμπλό καταλαμβάνει μια οθόνη όπου εμφανίζονται τρισδιάστατα οι παράμετροι του συστήματος iDrive.

Η BMW i8 Concept Spyder εφοδιάζεται με ένα ηλεκτρικό μοτέρ 131 ίππων και έναν τρικύλινδρο βενζινοκινητήρα 223 ίππων. Ο ηλεκτροκινητήρας κινεί τον μπροστινό άξονα, ενώ ο βενζινοκινητήρας αναλαμβάνει τους πίσω τροχούς. Έτσι, η τετρακίνητη Spyder με τη συνδυαστική ισχύ των 354 αλόγων επιταχύνει από στάση στα 100 χλμ./ώρα σε 5" και αναπτύσσει τελική ταχύτητα που φτάνει τα 250 χλμ./ώρα. Οι μπαταρίες μπορούν να κινήσουν την i8 Concept για περίπου 30 χλμ., ενώ η πλήρης φόρτισή τους σε οικιακό δίκτυο απαιτεί μόλις 1 ώρα και 45 λεπτά.



ΚΥΒΕΡΝΗΣΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σημασία δεν έχει να διαθέτεις τα κατάλληλα «εργαλεία» για κάθε δουλειά. Το σημαντικό είναι να μπορούν να συνδυαστούν μεταξύ τους.

ΑΠΟ ΤΟΝ ΓΙΑΝΝΗ ΓΟΡΑΝΙΤΗ



hi-

tech



1. ASUS RT-N66U

Μπορεί να θεωρηθεί gadget ένα ασύρματο router; Προφανώς, αρκεί να είναι τόσο κομψό και «προικισμένο» – επιτρέπει ταχύτητες μεταφοράς της τάξης των 900 Mbps και είναι dual band (2,4 GHz και 5 GHz) (€190, www.asus.com).

2. MARSHALL MAJOR FX

Ακουστικά με ενσωματωμένο μικρόφωνο και τηλεχειριστήριο, είναι ιδανικά για πολλές ώρες ακρόασης, αλλά και για ξεκούραστες συνομιλίες (€120, www.marshallheadphones.com).

3. ION AUDIO DOCS2GO

Ένα πρωτότυπο φορητό scanner για να σκανάρεις όπου και όποτε θες κείμενα και φωτογραφίες. Συνεργάζεται άψογα με το iPad μέσω του συμβατού app της Ion Audio (€180, www.ionaudio.com).

4. HTC ONE S

Μια slim και sexy πρόταση με λειτουργικό Android, φωτεινότητα οθόνη 4,3 ιντσών, προηγμένη κάμερα που ενεργοποιείται σε 0,7 δευτερόλεπτα και ανενάληπτο ήχο χάρη στα Beats Audio (€599, www.e-germanos.gr).

5. LOGITECH CUBE

Το μεταμοντέρνο mouse της Logitech σου «λύνει τα χέρια» προσφέροντας μια αίσθηση σκρολαρίματος που θυμίζει επιφάνεια αφής, ενώ λειτουργεί και ως χειριστήριο παρουσιάσεων (€70, www.logitech.com).

6. DELL XPS 13

Το κομψό ultrabook (πάχος 6 χλστ. στο λεπτότερο σημείο του) διαθέτει HD οθόνη 13,3 ιντσών και πληθώρα προσαρμόσιμων χαρακτηριστικών που απογειώνουν τη φορητότητα και την ευχρηστία (€1.190, www.dell.com/gr).

7. INKLING

Ειδική γραφίδα που σου επιτρέπει να γράφεις και να σχεδιάζεις σε οποιοδήποτε χαρτί ή επιφάνεια και να το μεταφέρεις πανεύκολα στον υπολογιστή για να εργαστείς και στο ψηφιοποιημένο αρχείο (€190, inkling.wacom.eu).

8. NOKIA LUMIA 900

Η απόπειρα της Nokia να αναμετρηθεί με τον Android και τον iPhone ανταγωνισμό με μια άριστα εξοπλισμένη συσκευή. Highlight, η κάμερα ανάλυσης 8,0 MP με οπτικά Carl Zeiss (www.e-germanos.gr).

9. ASUS PADFONE

Η συσκευή που γεφυρώνει το χάσμα ανάμεσα στις ταμπλέτες και τα smartphones διαθέτει διπύρνηνο επεξεργαστή, λειτουργικό Android 4.0, οθόνη Super AMOLED 4,3 ιντσών για το τηλέφωνο και 10,1 ιντσών για την ταμπλέτα (αναμένεται, www.asus.com).

10. ELGATO THUNDERBOLT SSD

Ο ταχύτερος εξωτερικός σκληρός της αγοράς αξιοποιεί την τεχνολογία SSD (Solid State Drive) εξασφαλίζοντας φορητότητα, ανθεκτικότητα, αλλά και αθόρυβη λειτουργία. Κυκλοφορεί σε χωρητικότητες 120 GB και 240 GB (από €400, www.elgato.com).

11. CANON SELPHY CP800

Ένας compact printer που μπορεί να εκτυπώσει τις φωτογραφίες σου απευθείας από SD κάρτα, USB ή και από την ίδια τη φωτογραφική μηχανή, αφού η οθόνη που ενσωματώνει οδηγεί το PC σου σε αχρηστία (€99, www.canon.gr).



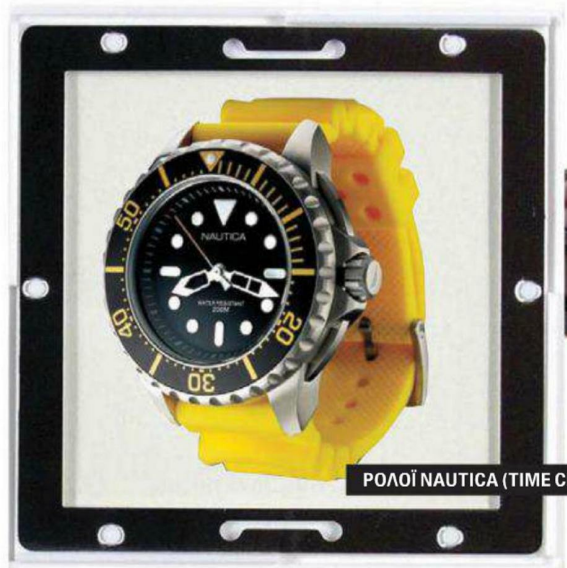
Sperry Top-Sider
Penfield Woodland
Penny Loafer.



ΡΟΛΟΪ CITIZEN.

ΣΤΑ ΑΚΡΑ

Δύο πράγματα τσεκάρουν πρώτα οι γυναίκες
πάνω σου: τα παπούτσια και το ρολόι. Φρόντισε
λοιπόν να μην τις απογοητεύσεις...



ΡΟΛΟΪ NAUTICA (TIME CENTER).



Bass Weejun Leather
Loafer.



Cole Haan Air Monroe
Penny.

ΡΟΛΟΪ TISSOT (SWATCH GROUP).



MALE SECRETS

Δροσερά, εκρηκτικά και άκρως σαγηνευτικά, τα νέα αντρικά αρώματα με τις πλούσιες νότες από εσπεριδοειδή και εξωτικά φρούτα απογειώνουν την καλοκαιρινή σου διάθεση.

ΑΠΟ ΤΗ ΣΟΦΙΑ ΜΑΡΤΑΡΗ, ΦΩΤΟ: ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΣΙΑΣ, ΒΑΣΙΛΗΣ ΜΑΝΤΑΣ

Sexy Boy For Men Only,
Jeanne Arthes
Ξυλώδες, με χυμούς από φρούτα που τονώνουν το σεξάπιλ και δημιουργούν τις κατάλληλες προϋποθέσεις για ανεπανάληπτα βράδια.

Anarchy, Axe
Με αισθησιακές και ξυλώδεις νότες από ρόδι, μήλο και κουρκουά, είναι το ιδανικό ελιξίριο για το δυναμικό άντρα.

STR8 Sports
Ένα άρωμα που χαρίζει φρεσκάδα, ενέργεια και ευχαρίστηση, για τον άντρα που είναι αθλητικός, σέξι και λάτρης της ελευθερίας.



ΑΠΟ ΑΡΙΣΤΕΡΑ:
Eternity Summer For Him, Calvin Klein
Συλλεκτικό δροσερό άρωμα, με παγωμένες νότες από πεπόνι, λαμπερό κεχριμπάρι, φύλλα κέδρου, μόσχο και πατσουλί.

Armani Sport Code
Athlete, Giorgio Armani
Συλλεκτικό, εμπνευσμένο από τους Ολυμπιακούς Αγώνες, με νότες από παγωμένη μέντα και τζίντζερ, που σε συνδυασμό με το βετιβέρ χαρίζουν μια σπάνια αίσθηση δροσιάς.

Figuier Eden,
Armani / Privé
Μια αναζωογονητική φρεσκάδα διαπνέει το νέο άρωμα του οίκου, με απρόσμενες νότες από μανταρίνι, τσάι, σύκο, κεχριμπάρι και ίριδα, για τον άντρα που έχει χαρακτηριστικά, πάθος και προσωπικότητα (Hondos Center Κολωνάκι, Γλυφάδα).

Pure Pacific Cool Water,
Davidoff
Αρρενωπό και μυστηριώδες όπως τα βάθη του ωκεανού, με ανάλαφρες νότες από λεμόνι, μανταρίνι, γκρέιπφρουτ, που συνδυάζονται με αρωματικό βασιλικό και φασκόμηλο.

Business DET.

Όπως στις δουλειές σου, έτσι και στο στυλ σου το πρώτο που πρέπει να σε χαρακτηρίζει είναι η ευελιξία. Πόσο μάλλον όταν σε μια βαλίτσα δε χωράνε πολλά.

PHOTOS: HAJDUANDRAS



A photograph of a cityscape viewed through a window. In the foreground, a white ceramic bottle with a dark base sits on a surface. The window frame is visible, and the background shows a dense urban environment with various buildings, including a large classical-style building with a pediment and columns. The sky is clear and blue.

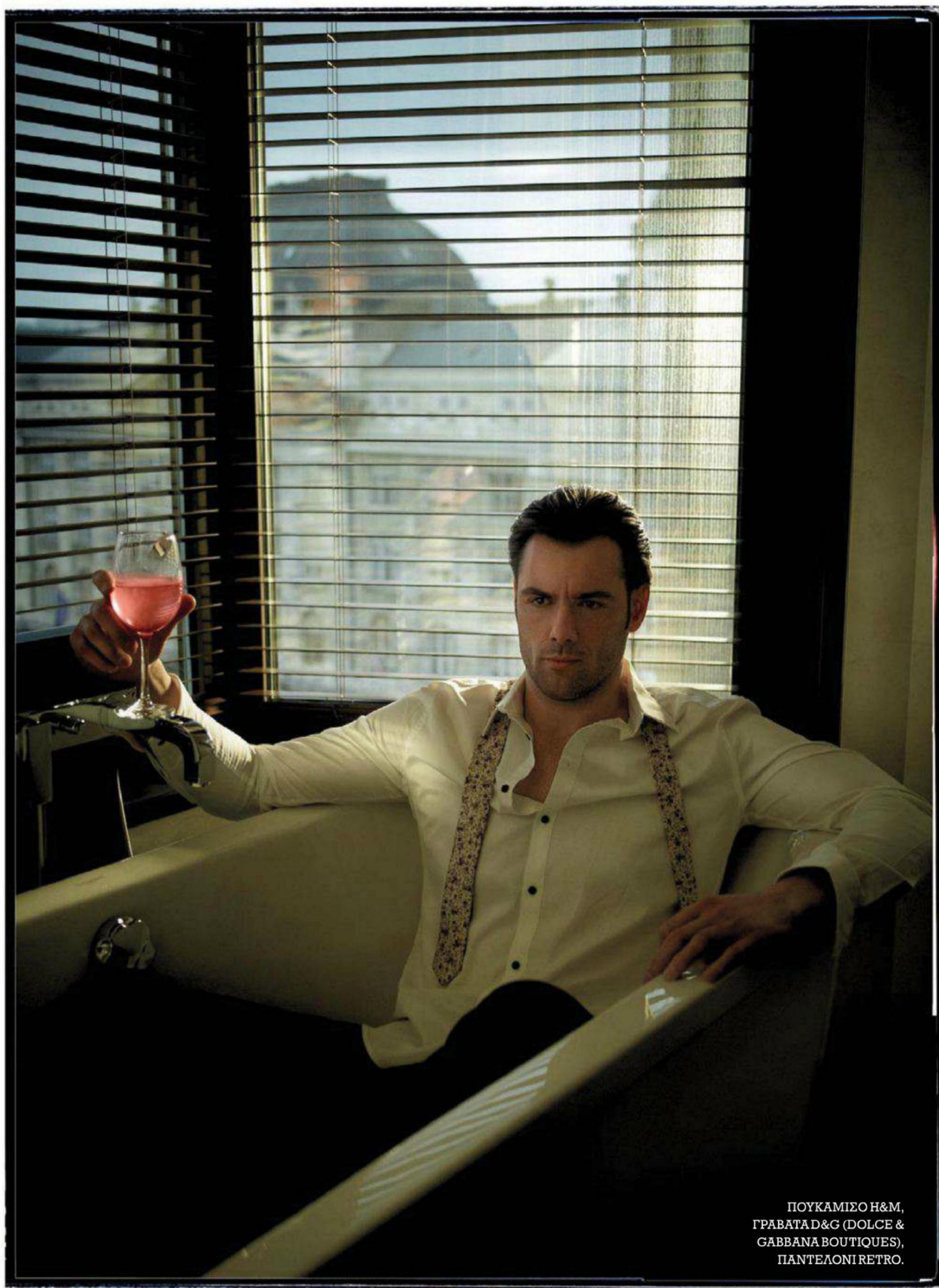
ΣΑΚΑΚΙ GANT (GANT),
T-SHIRT H&M, ΦΟΥΛΑΡΙ
ΚΑΙ ΠΑΝΤΕΛΟΝΙ GUESS,
ΖΩΝΗ GANT (GANT),
ΡΟΛΟΙ TW STEEL.

ΚΟΣΤΟΥΜΙΔ&G
(DOLCE & GABBANA
BOUTIQUES),
ΠΟΥΚΑΜΙΣΟ GUESS.



A man with dark hair, wearing a light pink button-down shirt and a matching tie, is sitting in a modern office. He is looking directly at the camera with a serious expression. His left hand is resting on his right arm, and he is wearing a black watch with a green dial. The office has large windows in the background, showing a cityscape with a prominent dome. A television screen is visible in the background, displaying a woman's face. The lighting is dramatic, with strong shadows.

ΠΟΥΚΑΜΙΣΟ FRENCH
CONNECTION,
ΠΑΝΤΕΛΟΝΙ D&G
(DOLCE & GABBANA
BOUTIQUES), ΠΟΛΟΙ
TW STEEL CEO TECH.



ΠΟΥΚΑΜΙΣΟ H&M,
ΓΡΑΒΑΤΑ D&G (DOLCE &
GABBANA BOUTIQUES),
ΠΑΝΤΕΛΟΝΙ RETRO.

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΚΕΝΕΣΕΙΑΝΙΚΟ. ΣΤΥΛΙΝΓ: ΙΣΑΙ ΑΝΙΤΑ, ΦΑΡΚΑΣ ΦΙΛΩΜΕΝΑ, MAKE-UP/ΜΑΑΚΙΑ: ΒΑΣ ΜΑΡΚΣΙ, ΜΟΝΤΕΛΟ: ΒΑΡΓΑ ΤΑΜΑΣ

ΜΠΑΟΥΖΑ FRENCH
CONNECTION,
ΠΑΝΤΕΛΟΝΙ GUESS,
ΖΩΝΗ RETRO, ΡΟΛΟΪ
T.W. STEEL CEO TECH.

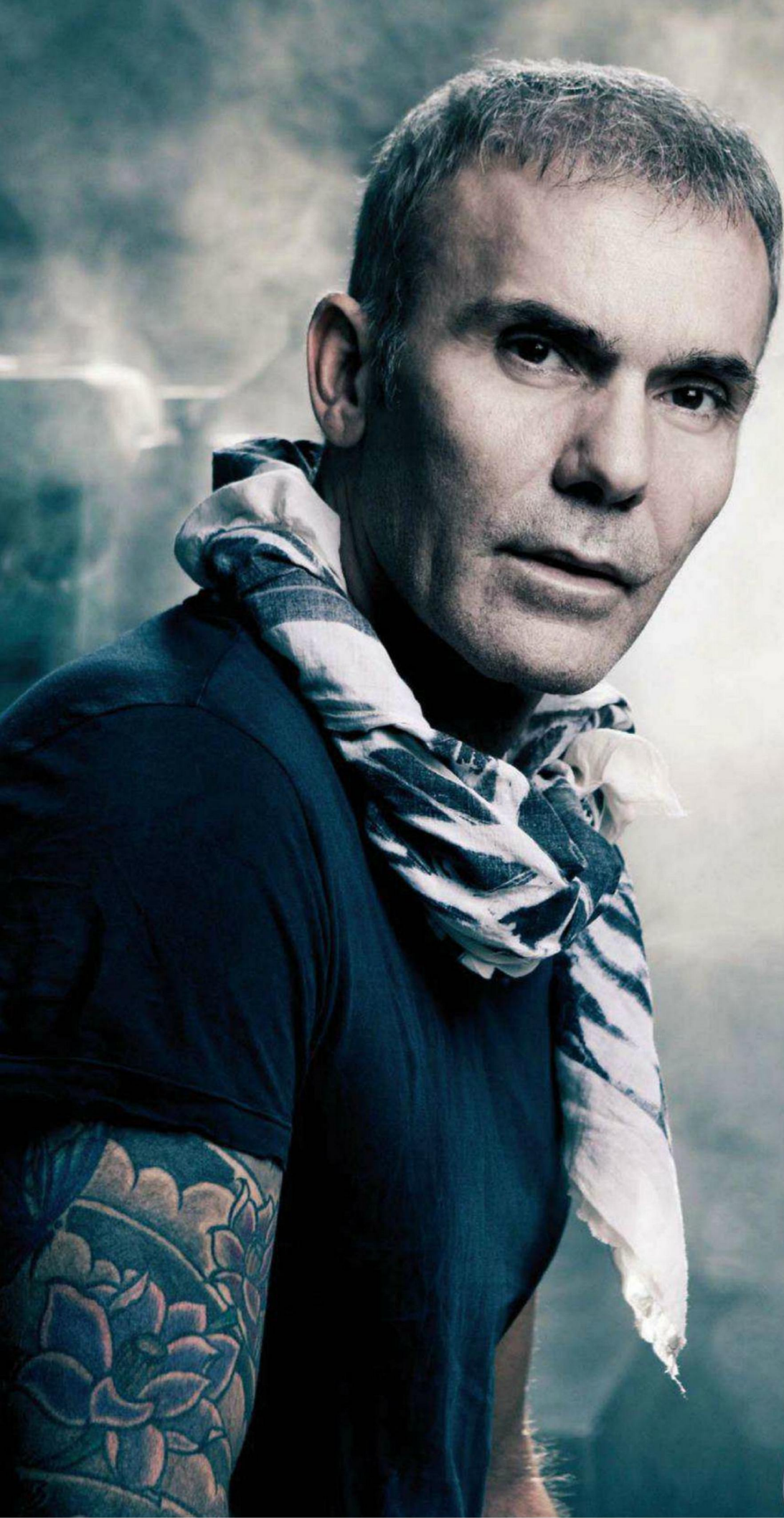




TR

«Αν είσαι
σκύλος,
όπου κι αν
εμφανιστείς,
θα το κάνεις
σκυλάδικο»

POKKOS
S



Η πρώτη ερώτηση που θα διαβάσετε στη συνέντευξη είναι πιο κλισέ και από την πηλοκή συναισθηματικής κομεντί του Χόλλιγουντ. Οι άνθρωποι δεν είμαστε κάτι μασίφ και προκάτ, αλλά ένας συνδυασμός ετερόκλητων καταβολών. Έτσι ακριβώς είναι και ο Στέλιος Ρόκκος. Κινείται στις γκριζες ζώνες, στις μεταιχμιακές καταστάσεις. Είναι «εδώ» δισκογραφικά –αυτές τις μέρες κυκλοφορεί το νέο του άλμπουμ– και ταυτόχρονα «αλλού», καθώς ζει «περίπου» μόνιμα στη Λήμνο γράφοντας μουσική, καλλιεργώντας τη γη και ψαρεύοντας. Για να ισορροπήσει ανάμεσα σε όλα αυτά, μία μόνο αρετή απαιτείται: η ειλικρίνεια.

ΑΠΟ ΤΟΝ ΓΙΩΡΓΟ ΠΟΛΥΜΕΝΕΑ

PHOTOS: ΘΟΔΩΡΗΣ ΨΙΑΧΟΣ

Έχουν πει ότι συνδυάζετε το σκληρό με το τρυφερό, το ροκ με το λαϊκό, ότι είστε ένας ροκάς που την πάλεψε στην πίστα. Και σαν να μην έφταναν αυτά, ο τίτλος του νέου σας δίσκου είναι **Ταυτότητα**. Εσείς πώς αυτοπροσδιορίζεστε;

Σέξι [γέλια]. Νομίζω ότι μπορούμε να κλείσουμε εδώ τη συνέντευξη και δε χρειάζεται να πούμε κάτι παραπάνω. Α, και να προσθέσουμε ότι ο νέος δίσκος τα σπάει. Μια χαρά είμαστε [γέλια].

ΟΚ, να γεμίσω δηλαδή τέσσερις σελίδες με τη φράση «είναι σέξι και έβγαλε νέο δίσκο»; Εύκολο.

Όχι, εντάξει, ας σοβαρευτούμε. Ισχύουν όλα αυτά. Είμαι ένα παιδί που έχει ζήσει στα Εξάρχεια πολύ καιρό, που έχει ακούσει πολλή ροκ, αλλά που έπαιζε και ρεμπέτικα για να βγάλει τα προς το ζην. Όλα αυτά είναι μέσα μου και τα αγαπάω. Η λαϊκή μουσική, η ρεμπέτικη, η πανκ, η ροκ, η σόουλ... Όλα αυτά τα αγαπάω επειδή είμαι μουσικός και επειδή για μια δεκαετία δεν καθόμουν να τραγουδάω τραγουδάκια, αλλά ασχολιόμουν με μουσικές.

Γουστάρετε δηλαδή το «μπαστάρδεμα»; Να κινείστε εκεί όπου τα πράγματα δεν είναι ξεκάθαρα και οριοθετημένα;

Ναι, νομίζω ότι ως διαδικασία έχει μεγάλο ενδιαφέρον. Εξάλλου, αν κάτι μου αρέσει περισσότερο, αυτό είναι να «πειράζω» κομμάτια δικά μου ή άλλων. Έχω ένα παιδί μέσα μου που του αρέσει να παίζει και δε βρίσκειται σε ησυχία.

Αυτό το παιδί είναι η ροκ αντίληψη για τα πράγματα;

Η ροκ είναι μια αναρχία, μια αλητεία, ένας πιο «βρόμικος» τρόπος έκφρασης.

Ο οποίος πώς ταιριάζει στο περιβάλλον της πίστας ή του σκυλάδικου, όπως θα έλεγαν άλλοι;

Τα μαγαζιά είναι τέσσερα ντουβάρια. Η ψυχή τους είναι ο καλλιτέχνης. Μου αρέσει να παίρνω πάνω μου το μαγαζί. Έχω μετατρέψει σκυλάδικα σε απίστευτες σκηνές. Για παράδειγμα, το *Αχιλλέιον* στη Συγγρού όταν παίζαμε με τον Μαζωνάκη και τον Ζαχαράτο. Το ζήτημα, λοιπόν, είναι ποιος βρίσκεται πάνω. Αυτός διαμορφώνει το μαγαζί. Αν είσαι σκύλος, όπου κι αν εμφανιστείς, θα το κάνεις σκυλάδικο.

Και όταν ανάβουν τα φώτα, τι κάνετε για να πάρετε πάνω σας το μαγαζί;

Ο τραγουδιστής και ο ερμηνευτής είναι ένας παραμυθός. Και όσο πιο καλός παραμυθός είναι, τόσο καλύτερα θα περάσεις κι εσύ. Ξέρεις, τα φώτα στη σκηνή ωραιοποιούν. Δεν είναι οι προβολείς του ανακριτή ώστε να ψάχνουμε για αλήθειες. Αυτό που προσπαθώ να κάνω είναι να παραμυθιαστώ κι εγώ ο ίδιος από το παραμύθι μου. Ειδικά όταν θέλω να αποδώσω καλύτερα τραγούδια με βαθύ συναίσθημα, κλείνω τα μάτια και ταξιδεύω.

Για αλήθεια πότε ψάχνετε;

Όταν σβήνουν τα φώτα και μένω μόνος.

Ή όταν τα αφήνετε όλα πίσω, χάνεστε από πρόσωπο γης και αποσύρεστε στη Λήμνο. Πώς προέκυψε αυτή η απόφαση;

Ακόμα αποσυρμένος είμαι, καθώς ζω μόνιμα στη Λήμνο. Παρ' όλ' αυτά, δε σταμάτησα ποτέ να δουλεύω πάνω στη μουσική. Όταν έφυγα, είχα ανάγκη να αναθεωρήσω, να ψαχτώ με άλλους ήχους, με άλλους στίχους, με διαφορετικά στυλ. Το είχα ανάγκη γιατί είχα βαρεθεί τον εαυτό μου. Δεν μπορούσα να με ακούσω και αισθάνθηκα ότι έπρεπε να μείνω μόνος μου. Χρειάζοταν λίγο να σας αφήσω ήσυχους και να με αφήσετε κι εσείς ήσυχο. Αυτό το εκτίμησε πάρα πολύς κόσμος και το γούσταρε.

Εσείς το γουστάρατε; Εννοώ, τι κερδίσате με αυτή την επιστροφή στα βασικά και τα πιο απλά;

Κοίτα, δε γίνεται να είσαι χαζοχαρούμενος και να θαυμάζεις τον εαυτό σου χωρίς λόγο. Πρέπει να έχεις λόγο για να το κάνεις.

Τότε, όταν μπήκα σε αυτή τη διαδικασία, τον θαύμασα διπλά, διότι είπα: «Γεια σας, φεύγω και θα επιστρέψω όταν μπορέσω». Και τα κατάφερα. Δεν ήταν εύκολο. Έφυγα στα καλύτερά μου. Αυτός είναι για μένα ένας πολύ σπουδαίος λόγος για να με γουστάρω. Επίσης, έμαθα ότι τα πιο ακριβά πράγματα στη ζωή προσφέρονται τζάμπα. Ξαναήρθα σε επαφή με τη φύση, φύτεψα, ψάρεψα και συνεχίζω. Μπορεί να ακουστεί κάπως υπερβολικό, αλλά νιώθω πιο περήφανος για τις ντομάτες παρά για μερικά τραγούδια μου. Είναι φοβερή ευλογία να μπορείς να τρως το ψάρι που ψάρεψες, τα λαχανικά που φύτεψες. Μακάρι να συνεχίσω να ζω με αυτό τον τρόπο, να απολαμβάνω την πατρίδα μου, τις μυρωδιές της, τους ανθρώπους με τους οποίους έχω μεγαλώσει παρέα. Μου πάει αυτή η ζωή.

Στη χώρα τι χρειάζεται να γίνει ώστε να την απολαύσουμε ξανά;

Να έρθει ένας τρελός και να τα αλλάξει όλα. Από το '81 και μετά η Ελλάδα έμαθε να είναι βολεμένη. Μάθαμε να ζούμε σε μια φούσκα, με δανεικά και όχι με αυτά που βγάζαμε πραγματικά, με αυτά που μας ανήκαν. Θυμήσου ότι κάποτε ένας πρωθυπουργός, κοντός και άσχημος, με κρεατοελιές στο πρόσωπο, είπε στους ψηφοφόρους του να αγοράσουν μετοχές – και αυτός ο άνθρωπος δεν έχει μπει ακόμα στη φυλακή. Αυτό με το χρηματιστήριο δε θα το ξεχάσω ποτέ.

Την είχατε πατήσει;

Ναι, αλλά δεν είναι αυτό το θέμα. Το θέμα είναι ότι έπεισαν τον αγρότη να πουλήσει τα κτήματά του για να αγοράσει μετοχές. Και υπάρχει κόσμος που εξακολουθεί να τους πιστεύει. Γι' αυτό στενοχωριέμαι περισσότερο, όχι για τους προδότες. Οι προδότες είναι ούτως ή άλλως ελεεινοί.

Ωραία, αλλά πέρα από την οργή, τι κάνουμε;

Μια λύση θα ήταν να φύγουν οι Έλληνες και να έρθουν άλλοι στη θέση τους. Δεν έχουν αποτύχει οι πολιτικοί, έχουν αποτύχει οι Έλληνες ως πολίτες. Αυτοί που πάνε στις συγκεντρώσεις του Σαμαρά και κουνάνε σημαϊκία. Αυτοί οι «αγανακτισμένοι» που μούντζωναν τη Βουλή και όχι τον εαυτό τους. Φταίμε όλοι μας. ▶

«Τα φώτα στη σκηνή ωραιοποιούν. Δεν είναι οι προβολείς του ανακριτή ώστε να ψάχνουμε για αλήθειες. Αυτό που προσπαθώ να κάνω είναι να παραμυθιαστώ κι εγώ ο ίδιος από το παραμύθι μου»



Άρα, αφού φταίμε όλοι, τότε τα φάγαμε όλοι...

Το «μαζί τα φάγαμε» ισχύει, αλλά όχι έτσι όπως ειπώθηκε. Εσύ, Έλληνα πολιτικέ, πρέπει να με προστατέψεις, ρε καρ***η. Θέλω να πω χοντράδες τώρα, αλλά δε γίνεται αλλιώς. Από τη στιγμή, λοιπόν, που με φίλεψες, ναι, θα φάω κι εγώ. Πες μου όμως ότι, αν το κάνω, θα το χρωστάω μετά. Γιατί αυτή είναι η δουλειά σου, υπαλληλάκο: να με προστατέψεις, προδότη. ΟΚ, έφαγα, αλλά τι; Τα ψίχουλα; Εσύ που έτρωγες τις μίζες;

Δεν είναι αφέλές να περιμένεις από την εξουσία να σε προστατέψει;

Δεν είναι αφέλές. Είναι η δουλειά της. Γι' αυτό τους πληρώνεις. Γιατί τους έχεις εμπιστοσύνη. Οπότε, τώρα που δε με προστατέψεις, που δε με προειδοποιήσεις, έχω κάθε δικαίωμα να σε βρίζω, αποτυχημένε πολιτικάντη.

Και να ρίχνω και κάνα γιαούρτι;

Ναι, εννοείται. Ένας πολιτικός που με έχει προδώσει δε θα πάθει κάτι από ένα γιαούρτι. Αφού απέτυχες, κρύψου. Παραδώσου. Αυτό είναι το έντιμο. Κι εγώ κατά της βίας είμαι. Ώρες ώρες, όχι πάντα.

Ακόμα και εναντίον συναδέλφων σας, όπως έγινε με τον Νταλάρα;

Το περιστατικό με τον Νταλάρα με σόκαρε, γιατί είναι ένας τεράστιος καλλιτέχνης, που τον γουστάρω. Είναι κατακριτέο, αλλά μπορώ να κατανοήσω και να «δικαιολογήσω» γιατί συνέβη. Δεν μπορεί ο Νταλάρας να δηλώνει αριστερός και ταυτόχρονα να τάσσεται υπέρ των μνημονίων. Οι εποχές έχουν αλλάξει και δε γίνεται να μην είσαι ξεκάθαρος.

Οι εποχές έχουν αλλάξει παντού, ακόμα και στη βιομηχανία της μουσικής. Ζούμε τις τελευταίες της μέρες;

Πλέον, αν ένας δίσκος πουλήσει πάνω από 5.000, κάνουν πάρτι. Δεν υπάρχουν πια οι παραγωγοί, οι οποίοι ούτως ή άλλως ήταν λίγοι. Έχει καταρρεύσει όλο αυτό το οικοδόμημα. Κανείς δεν ψάχνει για νέους καλλιτέχνες, ούτε δίνουν χρήματα για κα-

λές παραγωγές. Γι' αυτόν το λόγο άλλωστε γνωρίζουν τέτοια επιτυχία και τα μουσικά ριάλιτι. Εκεί όμως τα κριτήρια είναι διαφορετικά. Ψάχνουν για τηλεοπτικά πρόσωπα που ελάχιστη σχέση έχουν με τη μουσική.

Συμμετείχατε όμως ως κριτής σε ένα...

Ναι, και η εμπειρία ήταν τραγική. Ξέρεις, επειδή είμαι και λίγο ρομαντικός, πήγα για



να κάνω μια αισθητική παρέμβαση πιστεύοντας ότι θα προέκυπτε κάτι καλό, αλλά τ' α***δια μου... Τίποτε δε βγήκε.

Ωραία, αλλά δε σας εκνευρίζει που κάποιος θα πάει να «κατεβάσει» τα τραγούδια σας δωρεάν από το Ίντερνετ;

Για να πω την αλήθεια, πάντα στενοχωριόμουν όταν οι αστυνομικοί έπιαναν τους κλέφτες. Όσο αντιφατικό κι αν ακούγεται από τα δικά μου χείλη επειδή είμαι δημιουργός και θίγομαι από αυτή την υπόθεση, το πιστεύω. Είναι μια πραγματικότητα που έχω σεβαστεί, διότι το μόνο που θέλω είναι να ακούγονται τα τραγούδια και να αρέσουν στον κόσμο. Τώρα, αν αυτά αγαπήθηκαν μέσω παράνομου download ή αν χάνω κάποια έσοδα, ειλικρινά δε με ενοχλεί. Δηλαδή τι να κάνω; Να γίνω σαν τους Metallica, που μίνυσαν όσους fans τους «κατέβαζαν» παράνομα;

Μήπως όμως μας έχουν τελειώσει και τα μεγάλα τραγούδια; Εξάλλου, πριν από λίγο είπατε ότι, αν σας αρέσει κάτι περισσότερο, αυτό είναι να «πειράζετε» τραγούδια.

Βγαίνουν ακόμα σπουδαία τραγούδια, αλλά είναι πολύ δύσκολο να γράψεις κάτι και ο άλλος να ενθουσιαστεί. Μπορείς να κάνεις σπουδαία δουλειά στην ενορχήστρωση, όχι όμως στη σύνθεση. Είναι πολύ δύσκολο να κάνεις κάτι καινούριο, γιατί έχουν παιχτεί τα πάντα.

Υπάρχει τραγούδι που δεν επιτρέπεται να διασκευαστεί;

Ναι, ο Εθνικός Ύμνος, αλλά ομολογώ ότι θα ήθελα να του κάνω μια πιο πανκ ενορχήστρωση. Όλα μπορούν να «πειραχθούν».

Απλώς θα πρέπει να είναι έτοιμος κανείς για τις αντιδράσεις. Για παράδειγμα, το Να μ' αγαπάς δίκασε. Άλλοι το αγάπησαν και άλλοι σας έκραξαν.

Προσωπικά χαίρομαι επειδή αυτό το τραγούδι το έμαθε πολύς κόσμος από μένα. Αυτή είναι η αλήθεια. Μέχρι τότε το γνώριζε ένα συγκεκριμένο κοινό, το οποίο αγαπώ πολύ γιατί είμαι μέρος του. Και δε νομίζω να το προσέγγισα με λάθος τρόπο. Δεν έβαλα

από το κρεβάτι τους και δε σηκώνουν μύγα στο σπαθί τους. Σε αυτούς έχω να πω μόνο ότι μπορεί να τον λατρεύουν, αλλά δεν τον γνωρίζουν – όπως δεν τον γνώριζα κι εγώ. Επίσης, αν δε γουστάρουν, ας μην ακούν. Να με αφήσουν ήσυχο. Δε θέλω να τα έχω καλά με όλους. Θα ήταν ύποπτο αυτό.

Ωστόσο, είστε συμπαθής ακόμα και σε ανθρώπους που δεν είναι fans, ούτε έρχονται στις συναυλίες σας. Δεν μπορεί να μην το γνωρίζετε...

Αυτό συμβαίνει γιατί ο κόσμος εκτιμά ότι δε μασάω τα λόγια μου και δε γλείφω. Τα «καλά παιδιά» τα έχει βαρεθεί πλέον. Είμαι συμπαθής γιατί είμαι ντόμπος. Γιατί έχω γυρίσει στις ρίζες μου, στο χωριό μου. Τα σέβεται αυτά ο κόσμος. Ξέρει ότι είμαι δύστροπος και νευρώσπαστος, αλλά ταυτόχρονα δίκαιος. Μου αρέσει να νιώθω αλάني και να με σέβονται αυτοί που με αγαπούν ακόμα κι αν είναι λιγότεροι απ' όσους θα ήθελα αν σκεφτόμουν αποκλειστικά ως επαγγελματίας. Κάποτε ο Ψινάκης μου είχε πει: «Καλύτερα να έχεις 300 και να σε αγαπάνε πολύ παρά 1.000 που θα λένε: "ΟΚ, ναι, καλός είναι"».

Μάλλον είναι περισσότεροι από 300. Έχετε μεγαλώσει δυο γενιές κοινού. Εσείς αισθάνεστε να μεγαλώνετε μαζί τους;

Οργανικά ναι, το νιώθω. Ενεργειακά και ψυχικά όχι. Μπορεί να είμαι 47, αλλά ακόμα κάνω πράγματα που είναι αντισυμβατικά για την ηλικία μου.

Άρα, αυτό είναι το μυστικό για να συνυπάρχει κανείς με το γιο του επί σκηνής (σ.σ. είναι ο κιθαρίστας της μπάντας).

Αυτά είναι τα άσχημα της υπόθεσης [γέ-

θα τα πας καλά με κάποιον γιατί έχουμε κάτι να πούμε. Και η χημεία, ξέρεις, είναι κάτι που φαίνεται, δε χτίζεται. Υπήρξαν συνεργασίες που τις διεκπεραίωσα, αλλά για τις περισσότερες ήξερα συνειδητά ότι ήταν γαμάτες. Όπως ξέρω ότι θα περάσουμε καλά με τον Αντώνη Ρέμο τον προσεχή χειμώνα, που θα δουλέψουμε παρέα.

Ξεχωρίζετε κάποια;

Καλλιτεχνικά η κορυφαία ήταν με τον Μπρέγκοβιτς. Η επόμενη πολύ δυνατή συνεργασία ήταν με τον Σάκη Ρουβά – εντελώς διαφορετική, αλλά πολύ ενδιαφέρουσα. Σου είπα, είμαι αλλοπρόσαλλος. Πάντως όλες ή μάλλον τις περισσότερες συνεργασίες που έκανα τις γούσταρα.

Ωστόσο, για κάποιο λόγο δεν έχετε συνεργαστεί με πολλές γυναίκες. Δε νομίζω ότι είναι εντελώς τυχαίο.

Ναι, ίσως να μην είναι τυχαίο. Μάλλον με γοητεύει περισσότερο η αντρική φωνή και η αντρική παρουσία. Μάλλον είναι ψυχολογικό. Νιώθω μεγαλύτερη σιγουριά με έναν άντρα συνεργάτη.

Η μάλλον συμβαίνει επειδή τις παντρεύεστε. Τρεις γάμους γράφει το κοντέρ, σωστά;

Σωστά, τόσοι είναι. Αν έρθεις σπίτι, θα δεις ότι όλες οι ηλεκτρικές συσκευές είναι επί τρία. Τώρα τι να πω, ότι πιστεύω στο γάμο; Πιστεύω. Αλήθεια. Απλώς είμαι άνθρωπος της στιγμής και, όταν νιώθω ευτυχισμένος, θέλω να το γιορτάζω. Κάθε γάμος μου ήταν αληθινός, τον πίστευα και γούσταρα που τον έκανα.

«Μου αρέσει να νιώθω αλάني και να με σέβονται αυτοί που με αγαπούν, ακόμα κι αν είναι λιγότεροι απ' όσους θα ήθελα αν σκεφτόμουν μόνο ως επαγγελματίας. Ο Ψινάκης μου είχε πει: "Καλύτερα να έχεις 300 και να σε αγαπάνε πολύ παρά 1.000 που θα λένε: "ΟΚ, ναι, καλός είναι"»

μπουζούκια. Το έφερα πιο πολύ στα μέτρα μου. Είχε τύχει να γνωρίσω τον Σιδηρόπουλο. Αν λοιπόν ο Σιδηρόπουλος ήταν ροκ, εγώ εκείνη την εποχή που τον συνάντησα ήμουν πανκ ροκ. Με θυμούνται τα παιδιά, ξέρουν ποιος είμαι και δεν αισθάνομαι καθόλου άσχημα. Από την άλλη, αντιλαμβάνομαι ότι υπάρχουν άνθρωποι που μεγαλώνουν με μια αφίσσα του Παύλου πάνω

για]. Πλέον το έχω συνηθίσει. Δουλεύουμε τέσσερα χρόνια παρέα. Απλώς στην αρχή το έβλεπα λίγο περίεργα επειδή είμαι πολύ περήφανος. Δεν ήθελα να πουν ότι έβαλα το γιο μου στην μπάντα.

Για μια πετυχημένη συνεργασία υπάρχει συνταγή;

Όχι, υπάρχει χημεία. Αυτό το αίσθημα ότι

Σε άλλες συναυλίες, εκτός από τις δικές σας, θα βρεθείτε φέτος το καλοκαίρι;
Θα πάω στους Peppers.

Και σε ποια δε θα πάτε;

Στους Lynyrd Skynyrd. Δεν υπάρχουν Skynyrd χωρίς τον Ronnie Van Zant. 🐦

ΤΟ ΠΕΙΣΜΑ ΤΗΣ ΚΑΜΙΛΑ

ΟΤΑΝ Η 27ΧΡΟΝΗ ΠΟΛΩΝΕΖΑ ΚΑΜΙΛΑ ΜΑΣΚΩΙΑΚ
ΒΑΖΕΙ ΚΑΤΙ ΣΤΟ ΜΥΑΛΟ ΤΗΣ, ΚΙΝΕΙ ΟΥΡΑΝΟ ΚΑΙ
ΓΗ ΓΙΑ ΝΑ ΤΟ ΥΛΟΠΟΙΗΣΕΙ. ΣΥΝΔΥΑΖΕΙ ΑΡΜΟΝΙΚΑ
ΤΟΥΣ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟΥΣ ΤΙΤΛΟΥΣ ΜΕ ΤΟΥΣ
ΤΙΤΛΟΥΣ ΟΜΟΡΦΙΑΣ ΚΑΙ Η ΦΙΛΟΛΟΓΕΙΑ ΤΗΣ
ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΕΠΙΤΥΧΕΙ ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΑ.

ΑΠΟ ΤΗ ΜΑΡΙΑ ΧΑΛΑΡΗ, PHOTOS: LUKASZ MARCINIAK





Η Πολωνέζα Kamila Mackowiak ηχεί στα... μάτια οποιουδήποτε άντρα σ' αυτή τη γη σαν την αριστουργηματική μουσική του Σοπέν. Τα καλλίγραμμα πόδια, οι άψογες καμπύλες και το εκτυφλωτικό βλέμμα της δεν περνούν απαρατήρητα και απογειώνονται στη διαπίστωση ότι συνοδεύονται από ένα κοφτερό μυαλό, σπουδαγμένο σε πανεπιστήμιο και με επιχειρηματικές φιλοδοξίες.

Η συνεργασία της με το Playboy κλείστηκε πριν από μερικούς μήνες, όταν η ομάδα του αδελφού πολωνικού περιοδικού την προσέγγισε με στόχο μια αποκαλυπτική φωτογράφιση, στην οποία θα είχε την ευκαιρία να ξεδιπλώσει τα προσόντα που την έκαναν να κατακτήσει διάφορους τίτλους ομορφιάς, όπως Αναπληρωματική Μις Πολωνία και Miss Globe International. ►

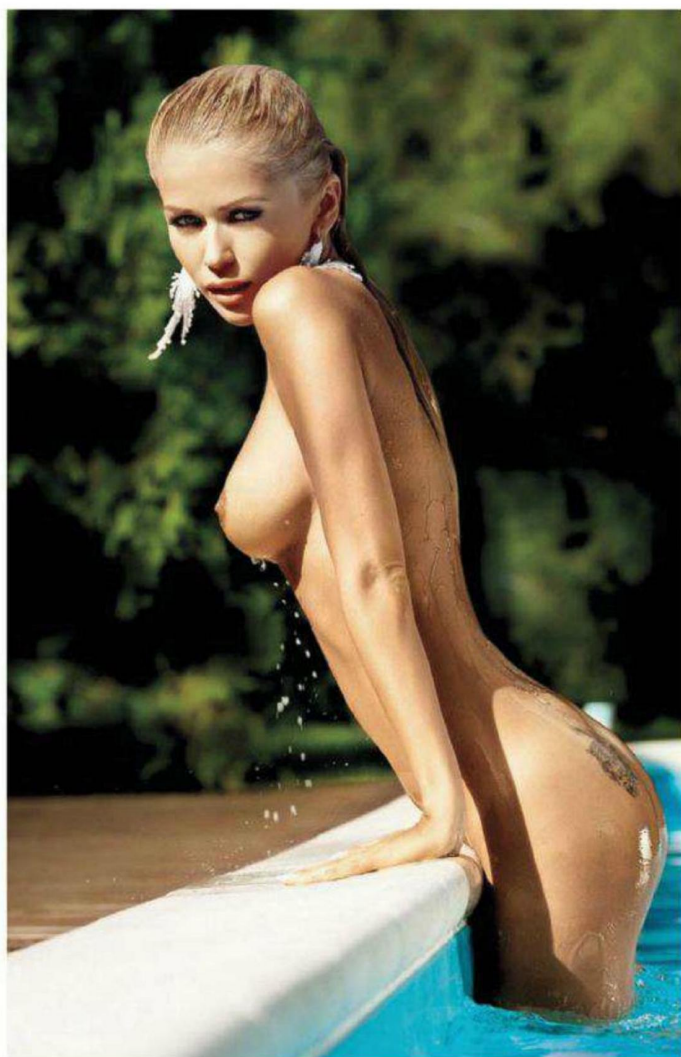




Πώς όμως απέκτησε αυτό το μεγαλειώδες κορμί; Και, κυρίως, πώς το κρατάει σε φόρμα; «Λατρεύω τη γυμναστική. Μου αρέσει να περνάω χρόνο στο γυμναστήριο, κυρίως τις βραδινές ώρες. Δεν υπάρχει καλύτερο πράγμα από το να αφήνεσαι στα χέρια των ειδικών, ειδικά όταν γνωρίζεις ότι δεν τα... απλώνουν χωρίς λόγο» διευκρινίζει λύνοντάς μας την απορία. Λόγω της δουλειάς της γνωρίζει πολύ κόσμο και οι άντρες δε γίνεται να απουσιάζουν από την ατζέντα της. Το παν όμως για εκείνη είναι «οι φίλοι» και για το λόγο αυτόν τους αφιερώνει τουλάχιστον μία μέρα την εβδομάδα.

Το αξιοπερίεργο είναι ότι η 27χρονη εστεμμένη δηλώνει γυναίκα έτοιμη για σπύτι. Φαντάζεται τον εαυτό της να ξυπνάει το πρωί και να αντικρίζει παιδικά χαμόγελα, να παίρνει φιλιά από τον άντρα της και όλοι μαζί να τρώνε στον κήπο. Μια εικόνα βγαλμένη από διαφήμιση!

«ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΤΗΣ ΟΜΟΡΦΙΑΣ ΑΦΘΟΝΟΥΝ ΟΙ ΑΝΗΘΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ. ΕΙΝΑΙ ΣΤΟ ΧΕΡΙ ΣΟΥ ΝΑ ΑΡΝΗΘΕΙΣ Ή ΟΧΙ. ΜΕΧΡΙ ΣΤΙΓΜΗΣ ΔΕ ΜΟΥ ΕΧΕΙ ΓΙΝΕΙ ΚΑΠΟΙΑ ΠΟΥ ΝΑ ΜΕ ΒΑΛΕΙ ΣΕ ΣΚΕΨΕΙΣ»





ID

ΟΝΟΜΑ: **Kamila Mackowiak.**

ΑΝΑΛΟΓΙΕΣ: **88-60-88.**

ΥΨΟΣ: **1,69 μ.**

ΒΑΡΟΣ: **50 κ.**

ΓΕΝΝΗΘΗΚΑ: **18/4/1985.**

ΦΙΛΟΔΟΣΙΑ: Ό,τι επιθυμούσα στο χώρο της ομορφιάς το κατάφερα. Τώρα θέλω να πετύχω και στα επιχειρηματικά μου σχέδια.

ΤΙ ΜΕ ΑΝΑΒΕΙ: Η αίσθηση του νερού που χαϊδεύει το σώμα μου.

ΤΙ ΜΕ ΞΕΝΕΡΩΝΕΙ: Η αφόρητη ζήλια και η υποκρισία.

ΠΑΘΙΑΖΟΜΑΙ: Με τα ταξίδια και με τα αρσενικά – με όλη τη σημασία της λέξης...

ΦΑΝΤΑΣΙΩΣΗ: Να βρεθώ σε μια πισίνα με έναν αληθινό άντρα που θα με κάνει να αφήσω πίσω κάθε αναστολή.



ΑΝΤΙΗΡΩΕΣ Σ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ

Η ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΗ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΤΟΥΣ ΠΕΡΙΘΩΡΙΟΠΟΙΗΣΕ.
Η ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΡΙΣΗ ΤΟΥΣ ΔΙΚΑΙΩΝΕΙ. ΜΗΠΩΣ ΗΡΘΕ Η ΩΡΑ
ΝΑ ΔΩΣΟΥΜΕ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΙΣ ΘΕΩΡΙΕΣ
ΤΩΝ ΕΤΕΡΟΔΟΞΩΝ ΟΙΚΟΝΟΜΟΛΟΓΩΝ;
ΑΠΟ ΤΟΝ TIM SCHULTZ, ΑΠΟΔΟΣΗ: ΑΝΤΩΝΗΣ ΤΖΑΒΑΡΑΣ, ILLUSTRATION: NATHAN FOX

Η συνεδριακή αίθουσα ήταν το ιδανικό μέρος για να πάρεις έναν υπνάκο. Οι τοίχοι είχαν απίστευτη ηχομόνωση, η μοκέτα ήταν παχιά και αφράτη, οι πολυθρόνες προκλητικά άνετες. Ο Ουίλιαμ Μπλακ, όμως, ο κοντός μουσάτος ομιλητής, δε θα άφηνε σε καμία περίπτωση το κοινό του να κοιμηθεί. «Θα σας διηγηθώ μια ιστορία» είπε. «Πρωταγωνιστριά της είναι η Θεία Δίκη». Οι καθηγητές των οικονομικών δεν πιστεύουν στη Θεία Δίκη. Ούτε την επικαλούνται στις ομιλίες τους. Ο Μπλακ, όμως, δεν ήταν πάντα καθηγητής οικονομικών. Πριν αναλάβει την έδρα στο Πανεπιστήμιο του Μισούρι-Κάνσας Σίτι, ήταν υψηλόβαθμο στέλεχος μιας μεγάλης τράπεζας και ο άνθρωπος που τόλμησε να συγκρουστεί ανοιχτά με έναν από τους πιο διαβόητους γκάνγκστερ στην ιστορία της αμερικανικής οικονομίας.

«Ο Τσαρλς Κίτινγκ γούσταρε να κλέβει λεφτά από τις γριούλες» – έτσι ξεκίνησε την εισήγησή του ο Μπλακ. Στη συνέχεια περιέγραψε τις απάτες του Κίτινγκ. Το πώς πουλούσε άχρηστα, ξεζουμισμένα ομόλογα στις ηλικιωμένες κυριούλες που συνέρρεαν στα «οικογενειακών αρχών» υποκαταστήματα της Lincoln Savings and Loan (σ.σ. η κατάρρευση της LS&L στα τέλη της δεκαετίας του '80 στοίχισε στο αμερικανικό Δημόσιο σχεδόν 500 δισεκατομμύρια δολάρια. Ο Τσαρλς Κίτινγκ, ιδιοκτήτης και ενορχηστρωτής της πολιτικής της τράπεζας, καταδικάστηκε σε ποινή πενταετούς κάθειρξης κατηγορούμενος για απάτες, εκβιασμούς και το χρηματισμό πέντε γερουσιαστών). «Κατά τη διάρκεια της δίκης του Κίτινγκ μια κυρία – ένα από τα θύματά του – κατέθεσε ότι αγόρασε τα ομόλογα με την προσδοκία ότι με τα κέρδη θα έπαιρνε ένα εξελιγμένο αναπηρικό αμαξίδιο για την ανάπηρη κόρη της. Η ιστορία της, όπως και οι υπόλοιπες ιστορίες, δε θα είχε ακουστεί αν το δικαστήριο δεν ήταν ποινικό. Οι έρευνες, οι ΕΔΕ, οι λογιστικοί έλεγχοι δεν ασχολούνται με τέτοιου είδους ιστορίες. Αυτή, άλλωστε, είναι και η βασική αιτία για την οποία οι οικονομικοί εγκληματίες συνήθως τη σκαπουλάρουν». Σ' αυτό το σημείο ο Μπλακ χαμογέλασε και απευθυνόμενος προς το κοινό ρώτησε: «Πόσα στελέχη της Lehman Brothers οδήγηθηκαν στα ποινικά δικαστήρια

μετά την κατάρρευση της τράπεζας που οδήγησε στη βαθύτερη οικονομική κρίση της ιστορίας;». Η απάντηση είναι «κανένα». Στους οικονομικούς κύκλους ο Μπλακ χαρακτηρίζεται «αιρετικός» επειδή δεν πιστεύει και δεν προσκυνά το «Άγιο Πνεύμα της αγοράς». Πιστεύει, αντιθέτως, ότι το χρηματοπιστωτικό σύστημα δεν είναι τέλειο. Αυτή είναι η μεγάλη βλασφημία του. Στις ασυγχώρητες αμαρτίες του προστίθεται και μια αγωνιώδης έκκληση για την κατάρτιση ενός αυστηρότερου πλαισίου κανόνων για τις αγορές και –κυρίως– η παράδοση μεθοδολογία του. Τα εργαλεία βάσει των οποίων ο Μπλακ καταρτίζει τις οικονομικές του θεωρίες είναι το ιστορικό προηγούμενο, ο κοινός νους και η απόπειρα κατανόησης της ανθρώπινης φύσης. Και τα τρία είναι επιστημονικά εργαλεία, αλλά έχουν χρεωθεί στην εργαλειοθήκη άλλων επιστημών. Η οικονομία τα περιφρονεί. Ο Μπλακ δεν αποτελεί μεμονωμένη περίπτωση. Είναι η πιο προβεβλημένη προσωπικότητα μιας μικρής ομάδας οικονομολόγων που διατείνονται ότι η μοντέρνα οικονομία αδυνατεί να κατανοήσει την πραγματικότητα. Τα μέλη της ομάδας αυτοαποκαλούνται «ετερόδοξοι». Ο τίτλος είναι ομολογουμένως δραματικός, αλλά τους διαχωρίζει με σαφήνεια από τους «ορθόδοξους» οικονομολόγους. Οι περισσότεροι από αυτούς είχαν προβλέψει την παρούσα κρίση και τώρα μάχονται για την εφαρμογή κάποιων σημαντικών αλλαγών που ίσως αποτρέψουν την επόμενη, μεγαλύτερη ▶

καταστροφή. Όλοι τους αντιμετωπίζονται με δυσπιστία ή χλεύη από την πλειοψηφία των συναδέλφων τους. Η κρίση, όμως, και η παρατεταμένη ύφεση φέρνουν διαρκώς στο προσκήνιο τις θέσεις τους για το χρέος και την έννοια της οικονομικής απάτης.

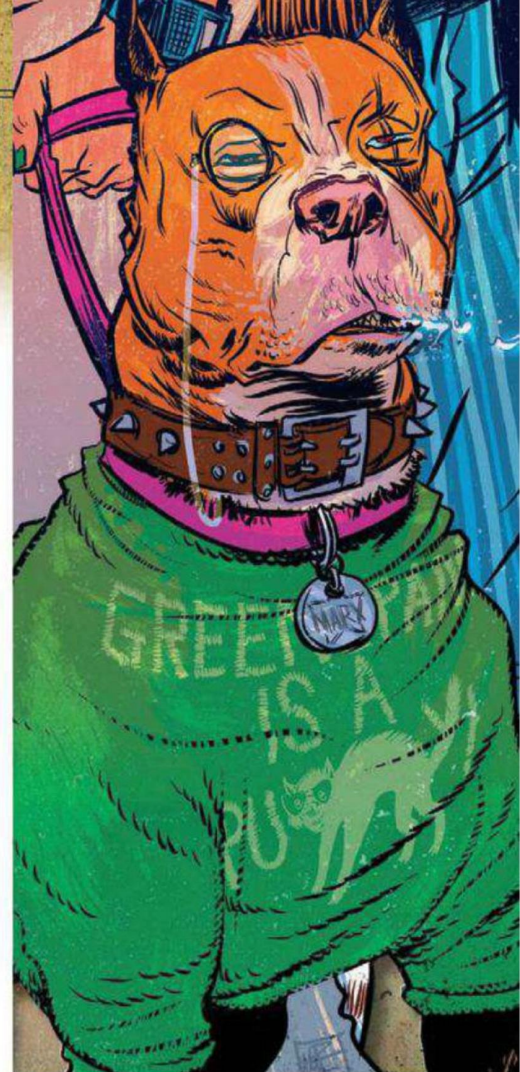
Το ετήσιο συνέδριο των Αμερικανικών Οικονομικών Ενώσεων είναι μια οικονομική συνδιάσκεψη παγκοσμίου κύρους. Μία ώρα πριν από την ομιλία του Μπλακ χιλιάδες οικονομολόγοι από κάθε γωνιά του πλανήτη συνέρρεαν στο λόμπι του Sheraton για να παραλάβουν τις διαπιστεύσεις τους και το πρόγραμμα των ομιλιών. Το ποτάμι των ακριβών κιντών, των πανάκριβων κοστούμιών και των σοφιστικέ σκελετών γυαλιών μυωπίας ξεχειλίζει τους χώρους του ξενοδοχείου. Στα '80s και στα '90s αυτοί οι άνθρωποι ήταν πάνω από τους πολιτικούς, πάνω από τους επιστήμονες. Ήταν οι αρχιερείς του χρήματος. Κανείς δεν μπορούσε να τους αμφισβητήσει στις εποχές των ατέρμωνων limit ups και του «τέλους της αστάθειας». Σταδιακά, όμως, η εικόνα τους υπέστη σημαντικά πλήγματα. Και όταν πια έπεσαν οι μάσκες, οι αρχιερείς αποδείχτηκαν ταρτούφοι. Η πραγματική τους φύση αποκαλύφθηκε όταν η βασίλισσα της Αγγλίας –άθελά της μάλλον– έκανε την πιο καίρια ερώτηση του καιρού μας σε έναν από τους κορυφαίους οικονομολόγους του Λονδίνου: «Μα καλά, κανείς δεν μπορούσε να προβλέψει τι θα γινόταν στη Lehman Brothers;». Ο οικονομολόγος απλώς τραύλισε. Ένας ολόκληρος κλάδος –ο κλάδος του– είχε χάσει την ασυλία του μέσα σε ένα βράδυ και έπρεπε ξαφνικά να βρει πειστικές δικαιολογίες ή τουλάχιστον να βρει το κουράγιο για μια πειστική δημόσια απολογία. Στο Ντένβερ πάντως, στο συνέδριο, κανείς δε φαινόταν να έχει απολογητική διάθεση. Στους διαδρόμους του Sheraton υπήρχε άφθονο κέφι, ενώ στην αίθουσα όπου μιλούσε ο Μπλακ ο κόσμος ήταν ελάχιστος. Υπέθετα ότι, επειδή ήταν ο πρώτος ομιλητής, θα ήταν και ένα από τα τιμώμενα πρόσωπα, αλλά έκανα λάθος. Ο Μπλακ έκανε την εισήγησή του μπροστά σε μια χούφτα ακροατές. Κανένας τους δε φορούσε κοστούμι. Τα κοστούμια παρέμειναν στους διαδρόμους και στο λόμπι.

Λεν εντυπωσιάζομαι. Μια φορά στο τόσο, ακόμα και οι περιθωριακοί πέφτουν μέσα σε κάποιες εκτιμήσεις τους» μου είπε ο Τζον Κόχρεϊν, καθηγητής με έδρα στο Πανεπιστήμιο του Σικάγου. Ο Κόχρεϊν υπερασπίζεται με θέρμη την καθεστokuία (ευρύτερα γνωστή και ως «νεοκλασική») οικονομική πρακτική. Σε τηλεφωνική μας συνομιλία λίγες μέρες πριν από το συνέδριο μου ξεκαθάρισε ότι περιφρονεί συλλήβδην τους ετερόδοξους: «Δεν έχω διαβάσει συγκεκριμένες διατριβές τους. Είμαι πολυσύχολος, οπότε περιορίζω τα

διαβάσματά μου σε ό,τι θεωρώ ενδιαφέρον ή τουλάχιστον έγκυρο». Η άποψή του για τους ετερόδοξους οικονομολόγους συνοψίζεται στη φράση: «Αποτελούν το 2% της ακαδημαϊκής κοινότητας και το 0% της παγκόσμιας οικονομίας». Όταν του υπενθυμίζω ότι αυτοί τουλάχιστον είδαν την κρίση να έρχεται, μου απαντάει: «Κατά καιρούς έχουν προβλέψει 10 κρίσεις –μία απ' αυτές τους έκατσε. Στο επάγγελμά μας οφείλεις να είσαι αυστηρός, συγκεκριμένος και πιστός στα σύγχρονα μαθηματικά εργαλεία».

Οι mainstream οικονομολόγοι χρησιμοποιούν περίπλοκα μαθηματικά μοντέλα προκειμένου να αποδείξουν τις υποθέσεις τους. Συντάσσουν εκατοντάδες αλληλεπιδραστικά σενάρια εργασίας, που λειτουργούν σαν εξομοιωτές καταστάσεων της πραγματικής ζωής. Αν κάποια θεωρία δεν αποδεικνύεται στο περιβάλλον της εξομοίωσης, δε θεωρείται έγκυρη. Η συγγραφέας Ιβ Σμιθ εξηγεί ότι οι οικονομολόγοι ερωτεύτηκαν τα μαθηματικά παραδείγματα τη δεκαετία του '70. Εκείνη την περίοδο έπαψαν να αναλύουν την ιστορία χρησιμοποιώντας τις μεθόδους των κοινωνικών επιστημών και έγιναν κάτι σαν προφήτες –θεώρησαν ότι μπορούν να προβλέψουν τις καταστάσεις χρησιμοποιώντας μόνο τα μαθηματικά. Θέλεις να μάθεις πώς η κατασκευή ενός πολιτιστικού κέντρου σε μια κωμόπολη θα επηρεάσει τις τιμές των γειτονικών του ακινήτων και το real estate της ευρύτερης περιοχής; Κατασκεύασε ένα μοντέλο που θα προσομοιάζει σε οποιαδήποτε μικρή πόλη της κομπετίας της Αλαμπάμα, εφάρμοσε μια φόρμουλα και βγάλε τα συμπεράσματά σου.

Οι ετερόδοξοι απορρίπτουν τις μαθηματικές αποδείξεις γιατί θεωρούν ότι οι υποθέσεις και οι αρχικοί όροι κάθε εξίσωσης ουσιαστικά υπογορεύουν και τα αποτελέσματά της. Αντίθετα, χρησιμοποιούν μαθηματικούς τύπους για να αναλύσουν υπαρκτά, πραγματικά δεδομένα –μια πρακτική σαφώς πιο δοκιμασμένη και (ίσως) πιο ασφαλής από την κατασκευή μαθηματικών μοντέλων. Μια περίφημη θεωρία των ετερόδοξων που βασίζεται σε τέτοιου τύπου ανάλυση είναι η υπόθεση της οικονομικής αστάθειας από τον Χάιμαν Μίνσκι. Ο Μίνσκι τη δεκαετία του '70 είχε παρατηρήσει ότι οι αγορές είναι εγγενώς ασταθείς εξαιτίας των εξωφρενικών χρεών που συσσωρεύονται κάθε φορά που σκάει κάποια οικονομική «φούσκα». Αν οι αναλυτές είχαν χρησιμοποιήσει το μοντέλο του Μίνσκι, κατά πάσα πιθανότητα θα είχαν αντιληφθεί κάποιες από τις οικονομικές απάτες που μοιραία οδήγησαν στην κατάρρευση της οικονομίας. Αντ' αυτού, όμως, οι αναλυτές και οι ακαδημαϊκοί των αρχών της δεκαετίας του 2000 κατασκεύαζαν μοντέλα που υποβάθμιζαν το ρίσκο και εξαφάνιζαν τους κινδύνους.



Το πιο σημαντικό πράγμα που έμαθα στο περιθώριο της ομιλίας του Μπλακ είναι ότι σε κάθε γκρουπ οικονομολόγων που υποστηρίζει μια θεωρία αντιστοιχεί ένα άλλο γκρουπ που υποστηρίζει την ακριβώς αντίθετη θεωρία. Τα περισσότερα πάνελ του συνεδρίου διοργανώθηκαν, στελεχώθηκαν και παρακολούθηθηκαν από ανθρώπους που συμφωνούσαν μεταξύ τους σε κάποια απ' αυτές τις θεωρίες. Στα συνέδρια των οικονομολόγων δεν ακούγονται ποτέ αντίλογοι, δεν εγείρονται απορίες, δε γίνεται κανένας γόνιμος διάλογος. Ο κάθε ομιλητής απευθύνεται πάντα σε ανθρώπους που συμφωνούν μαζί του. Οι αθούσες των διαλέξεων είναι σαν ιδεολογικά σπήλαια: ο μόνο που ακούγεται, εκτός από τη φωνή του ομιλητή, είναι η ηχώ της φωνής του. Αυτήν αναπαράγει το ακροατήριο. Ο Κέλι Σ. Άντλιντ μου υπέδειξε ακόμα ένα βασικό λόγο για τον οποίο ο κόσμος δε συνηθίζει να παρσταται στα πάνελ των ετερόδοξων: τον εαυτό του. Είναι ένας σχετικά νεαρός καθηγητής κολεγίου με ένα μακρύ μουσάκι (φάνει ως ο στέρνο του) και το γενικό look ενός ιδιοκτήτη παρακμιακής κάβας. Συναντηθήκαμε σε ένα μπαρ και κάπου στο τρίτο ποτό μου εξήγησε ότι ετοιμάζε μια έκθεση με προτεινόμενες αποζημιώσεις για τους Αφροαμερικανούς που κατάγονται από οικογένειες που βίωσαν τη σκλαβιά στις ΗΠΑ. Όταν τον ρώτησα αν χρησι-

ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΠΟΛΥ ΣΥΧΝΑ ΑΔΥΝΑΤΟΥΝ ΝΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΗΣΟΥΝ ΜΕ ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟ ΓΝΩΜΟΝΑ ΤΟ ΣΥΜΦΕΡΟΝ ΤΟΥΣ. ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΚΑΘΙΣΤΑ ΤΗΝ ΟΠΟΙΑΔΗΠΟΤΕ ΑΓΟΡΑ ΑΣΤΑΘΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΟΔΗΓΕΙ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΡΡΕΥΣΗ.

μποιούσε κάποιο μαθηματικό μοντέλο για την κατάρτιση της πρότασής του, γέλασε δυνατά και παρήγγειλε τον τέταρτο γύρο.

Σε γενικές γραμμές, η πρώτη μέρα του συνεδρίου ήταν για μένα απογοητευτική. Μια ψυχρόλουσι. Περίμενα ότι οι ετερόδοξοι και ο Μπλακ με τα κείμενά του για τις οικονομικές απάτες θα ήταν στο επίκεντρο, αλλά έκανα λάθος. Εκείνος μιλούσε για ρεαλιστικές και εφικτές λύσεις για τις βιομηχανίες και τις κυβερνήσεις εν μέσω της συνεχιζόμενης κρίσης. Οι μόνοι, όμως, που καταδέχτηκαν να τον ακούσουν ήταν αυτοί που δεν μπορούσαν να κάνουν απολύτως τίποτα για όλα αυτά.

Την επόμενη μέρα πέρασα στην άλλη όχθη. Παρακολούθησα ένα πάνελ με θέμα «Η οικονομική κρίση». Η αίθουσα ήταν ασφυκτικά γεμάτη και στις μπροστινές σειρές μπορούσα να ξεχωρίσω τους ρεπόρτερ των *Financial Times* και της *Wall Street Journal*. Κανένας από τους ακροατές της προηγούμενης μέρας δε βρισκόταν ανάμεσα στο κοινό. Οι ομιλητές ήταν καταξιωμένοι οικονομολόγοι που εκπροσωπούσαν διεθνή ιδρύματα μεγάλου κύρους. Περίμενα ότι θα είχαν πολλά να πουν και πολλά μεταξύ τους σημεία διαφωνίας, αλλά το μόνο που έκαναν ήταν να συμφωνούν και να υπερθεματίζουν—ο καθένας με διαφορετικό τρόπο—στην ίδια διαπίστωση: οι μεγάλες τράπεζες είχαν μεγαλώσει επικίνδυνα κατά τη διάρκεια της ύφεσης. Πέντε χρόνια νωρίτερα οι περισσότεροι απ' αυτούς θριαμβολογούσαν για την απελευθέρωση των τραπεζών.

«Δεν έχουμε ακόμα υπερβεί τον κίνδυνο, χρειαζόμαστε περισσότερο φόβο» σχολίασε ο νομπελίστας Μάιρον Σκόουλς. «Είναι σαφές ότι πρέπει να τεθεί ένα κανονιστικό πλαίσιο, αλλά δε γίνεται να δαιμονοποιήσουμε την ελεύθερη οικονομία» παρατήρησε ο Ραγκουράμ Ραζάν, καθηγητής του Πανεπιστημίου του Σικάγου. «Πρέπει να ρυθμίσουμε τα παράγωγα της χρεοκοπίας, αλλά δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι αυτά τα παράγωγα παραμένουν χρήσιμα» υπογράμμισε με ενθουσιασμό ο Τζον Κόχρεϊν. Ο Σάιμον Τζόνσον του MIT έκανε λόγο ακόμα και για «οικονομοποίηση» της οικονομίας. Όταν τελείωσε την εισήγησή του, τον ρώτησα αν η νεοκλασική οικονομική θεωρία αρχίζει να συγκλίνει με την

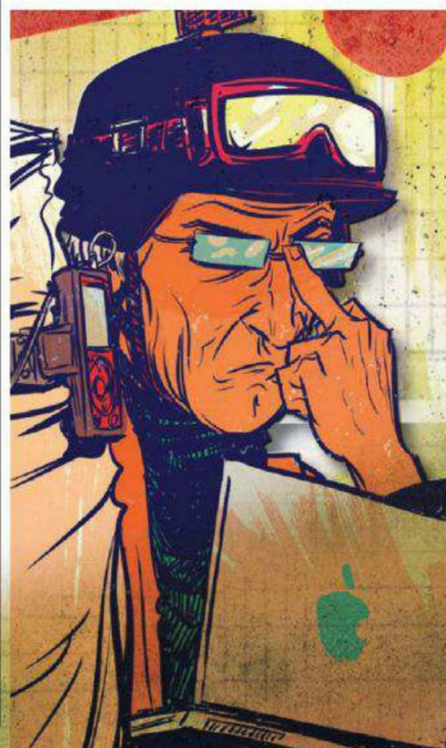
ετερόδοξη. Με σκάνανε προσεκτικά απ' την κορυφή ως τα νύχια και μου απάντησε με τη θρυλική ατάκα του αρχάγγελου της οικονομικής επιστήμης Τζον Μείναντν Κέινς: «Όταν αλλάζουν τα δεδομένα, αλλάζει και η άποψή μου». Μου έδωσε βιαστικά την κάρτα του, μου γύρισε την πλάτη και φεύγοντας είπε: «Τα δεδομένα έχουν αλλάξει».

Οι οικονομολόγοι τρέφουν μια εγγενή καχυποψία απέναντι σε οποιαδήποτε κρατική παρέμβαση στην αγορά και έχουν πάντα στο μυαλό τους δύο θεμελιώδη

αξιώματα: α) Οι άνθρωποι σκέφτονται πάντα ορθολογικά. β) Οι άνθρωποι δρουν πάντα με γνώμονα το συμφέρον τους. Λαμβάνοντας αυτά τα δύο πράγματα ως δεδομένα, πιστεύουν ότι κάθε αγορά είναι μια αυτοτελής οντότητα αποτελούμενη από ενημερωμένους αγοραστές και πωλητές που λειτουργούν με γνώμονα το συμφέρον τους και δημιουργούν συνθήκες ενός ανταγωνισμού τόσο υγιούς, που από μόνος του μπορεί να λειτουργήσει εξισορροπητικά για το σύστημα. Είναι δύο αξιώματα που σε βοηθάνε να χωρέσεις τους ανθρώπους σε οποιοδήποτε μαθηματικό μοντέλο.

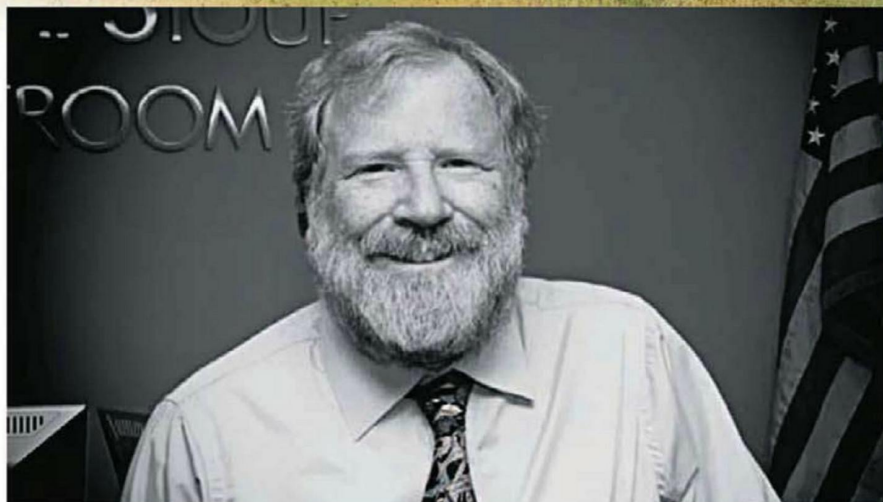
Οι ετερόδοξοι οικονομολόγοι θεωρούν ότι και τα μοντέλα και τα αξιώματα είναι ανοπίες. Στα δικά τους μάτια οι άνθρωποι είναι κοινωνικά πλάσματα που πάρα πολύ συχνά αδυνατούν να λειτουργήσουν με αποκλειστικό γνώμονα το συμφέρον τους είτε λόγω βλακειάς είτε λόγω πολιτισμικών καταβολών, είτε λόγω θρησκευτικών πεποιθήσεων είτε απλώς επειδή θέλουν να είναι καλοί άνθρωποι. Αυτό είναι το στοιχείο που καθιστά την οποιαδήποτε αγορά ασταθής και που—αργά ή γρήγορα—τη σπρώχνει προς τα μονοπώλια, τις «φούσκες» ή την κατάρρευση. Γι' αυτό και οι αγορές χρειάζονται έλεγχο ή έστω μια κηδεμονία, μια ήρεμη μετριαστική δύναμη—κρατική ή άλλου τύπου. Οι ετερόδοξοι, επίσης, επιμένουν να λαμβάνουν υπόψη τους και τους φτωχούς, τους αναξιοπαθούντες, τους ανθρώπους που ανήκουν σε όλες τις κοινωνικές και τις οικονομικές τάξεις. Οι mainstream στέκονται μόνο στους ορθολογιστές συμφεροντολόγους, που στην πραγματικότητα αντιπροσωπεύουν

μόλις μία, πολύ συγκεκριμένη τάξη: αυτούς που εργάζονται σε επενδυτικές τράπεζες. Το επόμενο πάνελ που παρακολούθησα είχε επίσης θέμα την κρίση, αλλά το διοργάνωνε η ASE (Association for Social Economics), η ομάδα του Μπλακ, ο οποίος εκτελούσε και χρέη συντονιστή της συζήτησης. Οι παρευρισκόμενοι ήταν όλοι κι όλοι καμιά δεκαπενταριά. Ανάμεσά τους και η μοναδική Αφροαμερικανίδα ομιλήτρια σε ολόκληρο το συνέδριο. Η Άισα Μικς κινείται στα όρια της ετεροδοξίας, αφού χρησιμοποιεί τα μαθηματικά εργαλεία, αλλά για να αναλύσει πραγματικά δεδομένα όχι θεωρητικά μοντέλα. Εξήγησε ότι είχε μελετήσει τα μισθολόγια των ιδιωτικών υπαλλήλων στις υποβαθμισμένες περιφέρειες του Μισισίπι με σκοπό να διερευνήσει το πώς η κρίση επηρέασε τις αμοιβές συγκεκριμένων φυλετικών ομάδων. Το συμπέρασμά της ήταν ότι οι γυναίκες με καταγωγή από τη Λατινική Αμερική ευνοήθηκαν αισθητά, ενώ οι μαύροι άντρες υπέστησαν τις περισσότερες μειώσεις στα εισοδήματά τους. ►



Ο Μπλακ μίλησε τελευταίος: «Γιατί πηγαίνουμε από κρίση σε κρίση; Γιατί μιλάμε για ενυπόθηκα δάνεια υψηλού κινδύνου και όχι για απατεώνες, αεριτζήδες και ψέματα; Γιατί οι τράπεζες επιμένουν να χρησιμοποιούν ευφημισμούς;». Στη συνέχεια της εισήγησής του προέτρεψε τους παρευρισκόμενους να εξετάσουν τον παράγοντα «συνειδητή απάτη». Τους ζήτησε να αναρωτηθούν αν οι traders όντως ρίσκαραν τα λεφτά τους με κίνδυνο να τα χάσουν ή αν τζογαράν συνειδητά και ανερυθρίαστα παραφουσκώνοντας σκοπίμως τις βραχυπρόθεσμες αποδόσεις προκειμένου να αυξήσουν τα δικά τους μπόνους. Στην πραγματικότητα, ο Μπλακ διατύπωνε τη βασική αρχή των ετερόδοξων οικονομολόγων: την πεποίθηση ότι η σύγχρονη οικονομία είναι μια θεσμοθετημένη απάτη και ότι το οικοδόμημά της θα εξυγιανθεί μόνο μετά από μια μακρά σειρά ποινικών διώξεων.

Για τους νεοκλασικούς οικονομολόγους η «απάτη» είναι ένα τυφλό σημείο. Ο Μπλακ εξήγησε τη λογική τους: Η απάτη δεν είναι ορθολογική πράξη, γιατί εμπεριέχει το τεράστιο ρίσκο να σε ανακαλύψουν και τότε τα δυνητικά κέρδη σου θα είναι μηδαμινά μπροστά στην



ΤΟ ΠΟΡΤΡΕΤΟ ΕΝΟΣ ΑΙΡΕΤΙΚΟΥ

Ο Ουίλιαμ Μπλακ, καθηγητής Οικονομικών στο Πανεπιστήμιο του Μισούρι-Κάνσας Σίτι, είναι σήμερα ο πιο δραστήριος εκπρόσωπος της κοινότητας των ετερόδοξων οικονομολόγων.

κολοσσιαία ζημία. Οι οικονομολόγοι, λοιπόν, ούτε εξετάζουν ούτε λαμβάνουν υπόψη τους το ενδεχόμενο της απάτης, επειδή δεν είναι εύκολο να συνοψολογιστεί σε κάποιο μοντέλο, αλλά και επειδή σακατεύει την ψευδαίσθηση της αγοράς ως τέλειας οντότητας. Στο 200 σελίδων πρόγραμμα του συνεδρίου η λέξη «απάτη» αναφερόταν μόλις μία φορά—στον τίτλο μιας εκ των εισηγήσεων του Μπλακ, σ' αυτήν που εξηγούσε ότι μετά τη Lehman Brothers δε γίνεται να υπάρχουν τυφλά σημεία παρά μόνο εθελουφλία.

Ο Ράνταλ Ρέι είναι συνεργάτης του Μπλακ στο Πανεπιστήμιο του Μισούρι-Κάνσας Σίτι. Μέτοράς του ήταν ο ίδιος ο Μίνσκι, ο άνθρωπος που αφιέρωσε τη ζωή του στον αγώνα ενάντια στις αυθεντίες των αγορών. Το έργο του αγνοήθηκε για σχεδόν 20 χρόνια. «Όταν τον γνώρισα», αφηγείται ο Ρέι, «ήταν σε απελπιστική κατάσταση. Έμπαινε στο αμφιθέατρο σκυφτός και ζητούσε συνωμοτικά να κλειδώσουμε την πόρτα. Αυτά που είχε να πει έπρεπε να μείνουν ανάμεσα σ' εκείνον και σ' εμάς, τους φοιτητές του». Ο Ρέι εξηγεί ότι ο δάσκαλός του είχε αρχίσει να προβλέπει αστάθεια της αγοράς και πιθανή κρίση από τη δεκαετία του '50, όταν η επιστημονική κοινότητα των οικονομολόγων στο σύνολό της υποστήριζε σθεναρά την πλήρη απελευθέρωση των αγορών. Στα μέσα της δεκαετίας του '60 ήταν ήδη ένας παρίας—κανένα έντυπο κύρους δεν καταδεχόταν να δημοσιεύσει τις θέσεις του. Για δύο ολόκληρες δεκαετίες είχε τη ρετινιά του αποτυχημένου. Μετά έσκασε η βόμβα της LS&L και ο Μίνσκι βρέθηκε ξαφνικά στην επικαιρότητα. Οι άνθρωποι που προσπάθησαν να κατανοήσουν τι

ακριβώς είχε συμβεί ανέτρεχαν στις διατριβές του. «Ήταν μια δικαίωση», λέει ο Ρέι, «έστω και καθυστερημένη».

Τον ρώτησα τι σημαίνει να είσαι σήμερα ετερόδοξος οικονομολόγος. «Κατ' αρχάς, σημαίνει ότι ούτε και σήμερα θα δεχτεί κάποιος να δημοσιεύσει τις θέσεις σου και ότι κατά πάσα πιθανότητα δεν πρόκειται να πάρεις έδρα σε κάποιο ακαδημαϊκό ίδρυμα—το Πανεπιστήμιο του Μισούρι-Κεντάκι Σίτι είναι το μοναδικό στις ΗΠΑ που διαθέτει λίγο χώρο για την ετερόδοξη σκέψη». Όταν αναρωτήθηκε γιατί συνεχίζει να παλεύει σ' αυτή την άνιση μάχη, μου απάντησε: «Στο πρώτο συνέδριο στο οποίο παρευρέθηκα υπήρχε ένα πάνελ που ασχολιόταν με την αυτοκτονία. Το παρακολούθησα από περιέργεια. Η εμπειρία ήταν σοκαριστική. Το συμπέρασμα του εισηγητή ήταν ότι η αυτοκτονία είναι μια απολύτως ορθολογική και ανταποδοτική πράξη. Το μαθηματικό μοντέλο πάνω στο οποίο είχε δουλέψει αποδείκνυε ότι τα τρία τέσσερα δευτερόλεπτα της πτώσης ενός αυτοχείρι από ένα ψηλό κτίριο τον αποζημιώνουν για όλα τα χρόνια που χάνει από την υπόλοιπη ζωή του! Είχε φτιάξει κι έναν τύπο που αποδείκνυε τα λεγόμενά του. Στο τέλος της εισήγησης το κοινό τον χειροκρότησε με ενθουσιασμό. Αυτού του είδους τη λογική εφαρμόζουν και στην οικονομία. Θεωρούν δεδομένο ότι οι δανειστές δε λένε ποτέ ψέματα, ότι οι τόκοι είναι πάντα δίκαιοι. Μιλάμε για μαζική ψευδαίσθηση, που αφήνει χώρο για μαζικές απάτες. Ακόμα κι αν δεχτείς την ορθόδοξη αντίληψη ότι ανά πάσα στιγμή μπορείς να πουλήσεις, οφείλεις να παραδεχτείς ότι λίγοι είναι αυτοί που γνωρίζουν ποια είναι η πραγματικά κατάλληλη στιγμή για να πουλήσεις. Όλοι οι υπόλοιποι—οι μικρομεσαίοι υπάλληλοι, οι εργάτες, οι συνταξιούχοι, οι οικογενειάρχες—δεν τη γνωρίζουν. Γι' αυτό και τελικά βγαίνουν χαμένοι».

Την πρώτη αισιόδοξη ατάκα την άκουσα από τα



χείλη του Τζέιμς Γκάλμπραϊθ: «Σε λίγο δε θα υπάρχουν πια τυφλά σημεία, έστω κι αν εκλείψουν για τους λάθος λόγους». Ο Γκάλμπραϊθ θεωρείται ένας από τους κορυφαίους ετερόδοξους οικονομολόγους της γενιάς του. Είναι ψηλός και βλοσυρός και στο καινούριο του βιβλίο (*The Predator State*) περιγράφει τους τρόπους με τους οποίους βαθύηλoutoi άνθρωποι και οργανισμοί κατάφεραν να βάλουν στο χέρι ολόκληρες κυβερνήσεις.

«Η ιστορία της νεοκλασικής οικονομίας είναι η ιστορία μιας διαρκούς υποχώρησης. Κάθε οκτώ δέκα χρόνια οι οικονομολόγοι παραδέχονται ένα λάθος τους μόνο και μόνο επειδή κάτι έχει πάει στραβά. Στη συνέχεια προσπαθούν να συμμαζέψουν τη ζημιά προκειμένου να μη χρειαστεί να υποχωρήσουν από κάποια από τις θεμελιώδεις τους θέσεις. Δεν είναι σωστό. Θα πρέπει κάποτε να παραδεχτούν ότι δεν κάνουν μικρά λάθη μια φορά στο τόσο, αλλά ότι οι θεμελιώδεις αυτές θέσεις τους είναι λάθος». Τον ρώτησα ποιο πιθανολογεί ότι θα είναι το επόμενο λάθος που θα παραδεχτούν οι mainstream οικονομολόγοι. «Το επόμενο μεγάλο mea culpa πιθανότατα θα

τη δική μας ομάδα, χαρακτηρίζεται αυθαίρετο, μεροληπτικό ή υποκινούμενο από πολιτικά κίνητρα. Όταν το ίδιο ακριβώς πράγμα ακούγεται από τα δικά τους στόματα, θεωρείται αυτομάτως έγκυρο».

Ενα από τα πιο ενδιαφέροντα πάνελ που παρακολούθησα φιλοξενούσε αξιωματούχους της Τράπεζας της Αγγλίας και της κορεατικής κυβέρνησης. Δεν ήταν ακαδημαϊκοί, δεν ήταν φλύαροι και περιέγραφαν με αρκετή σαφήνεια τους τρόπους με τους οποίους προσπαθούν να κατανοήσουν και να ρυθμίσουν τις αγορές. Ο φόβος των μεγάλων τραπεζών ήταν, φυσικά, παρών: ένας εκ των ομιλητών παρουσίασε τον τρόπο με τον οποίο η Κορέα φιλοδοξεί να αντιμετωπίσει την ενδεχόμενη κατάρρευση ενός ιδρύματος με χρέος που ισούται με το ακαθάριστο εθνικό προϊόν της χώρας. Οι προτάσεις τους ακούγονταν κάπως ανεπίκαιρες. Η γενιά των mainstream οικονομολόγων που έστησαν και στελέχωσαν το Διεθνές Νομισματικό Ταμείο και τις Κεντρικές Τράπεζες έχει δημιουργήσει



Η ΓΕΝΙΑ ΤΩΝ MAINSTREAM ΟΙΚΟΝΟΜΟΛΟΓΩΝ ΠΟΥ ΕΣΤΗΣΑΝ ΚΑΙ ΣΤΕΛΕΧΩΣΑΝ ΤΟ ΔΙΕΘΝΕΣ ΝΟΜΙΣΜΑΤΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ ΚΑΙ ΤΙΣ ΚΕΝΤΡΙΚΕΣ ΤΡΑΠΕΖΕΣ ΕΧΕΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΕΙ ΤΟ ΠΙΟ ΕΥΘΡΑΥΣΤΟ ΚΑΙ ΤΟ ΠΙΟ ΕΠΙΡΡΕΠΕΣ ΣΤΗ ΧΡΕΟΚΟΠΙΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΑΝΘΡΩΠΟΤΗΤΑΣ.

είναι η παραδοχή της ύπαρξης του παράγοντα της θεσμικής απάτης στην οικονομία. Η τρέχουσα κρίση, βέβαια, έχει βγάλει στη φόρα πάρα πολλά λάθη τους, οπότε δεν είναι και τόσο εύκολο να προβλέψεις ποιο απ' όλα θα επιλέξουν να παραδεχτούν».

Το δικό μου μυαλό πήγε στο πάνελ που είχα παρακολουθήσει και στις εισηγήσεις των νεοκλασικών για τις γιγαντιαίες τράπεζες, αυτές που κάποτε είχαν στηρίξει με όλο τους το σθένος. Ο Γκάλμπραϊθ διέκοψε τις σκέψεις μου: «Δε μνημονεύουν ποτέ τις δικές μας μελέτες στις διαλέξεις τους, ακόμα κι όταν αναπαράγουν κάτι που έχουμε γράψει εμείς. Με τέτοιες μεθόδους καταφέρνουν να χειραγωγούν τα ακαδημαϊκά ιδρύματα και να μονοπωλούν τις έδρες τους. Αν κάτι βγει από

το πιο εύθραυστο και το πιο επιρρεπές στη χρεοκοπία οικονομικό σύστημα στην ιστορία της ανθρωπότητας. Κανένας από τους συνέδρους, όμως, δεν το σχολίασε. Κανένας δε χρησιμοποίησε τη λέξη «απάτη» ή τη φράση «ποινικές διώξεις». Κανένας δεν έδειξε αποφασισμένους για ριζοσπαστικές αλλαγές.

Είχα παρακολουθήσει το συνέδριο με την ελπίδα ότι θα έπιανα το σφυγμό κάποιου ακμάζοντος κινήματος που ύψωνε το λάβαρο της αντίστασης στην κρίση. Περίμενα παλμό, ενθουσιασμό, αγωνία, αμφισβήτηση και φρέσκες ιδέες. Αντ' αυτού, έγινα μάρτυρας μονολόγων χωρίς αντίλογο και επισκέπτης δύο αυστηρά περιχαρακωμένων στρατοπέδων, το καθένα με τα δικά του ξεχωριστά πάνελ, δείπνα και πάρτι. Οι αυθεντίες του Γέιλ και του Σικάγου

καταμετρούσαν τις απώλειες και το χάος που δημιούργησαν τα δικά τους μαθηματικά μοντέλα. Οι ετερόδοξοι ύψωναν τις γροθιές τους και έβγυναν τα μούσια τους. Τα μαθηματικά και η επιρροή δε συναντήθηκαν ποτέ με την ιστορία και τον κοινό νο. Έφυγα από το Sheraton μαζί με τους συνέδρους. Βγήκα στους δρόμους του Ντένβερ παρασυρμένος από τη θάλασσα των μαύρων κασμιρένιων παλτό. Ξαφνικά συνειδητοποίησα ότι όλες τις προηγούμενες μέρες οι δρόμοι γύρω από το ξενοδοχείο ήταν άδειοι. Ο αστυνομικός κλοιός είχε κάνει καλά τη δουλειά του. Οι άστεγοι, οι απολυμένοι και οι εξασθιωμένοι της πόλης δεν μπήκαν ούτε καν στο οπτικό πεδίο των οικονομολόγων. Για ακόμα μία φορά παρέμειναν στο περιθώριο. Αόρατοι. ♡

ΕΙΚΟΣΙ ΠΕΝΤΕ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΕΙΣ, ΕΙΔΙΚΑ ΤΩΡΑ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΚΑΙ Ο ΚΟΣΜΟΣ ΠΑΝΤΡΕΥΕΤΑΙ ΚΙ ΕΣΥ ΕΙΣΑΙ ΚΑΛΕΣΜΕΝΟΣ ΣΕ ΤΟΥΛΑΧΙΣΤΟΝ ΔΥΟ ΓΑΜΟΥΣ ΚΑΙ ΟΛΟΙ ΣΟΥ ΛΕΝΕ «ΑΝΤΕ ΚΑΙ ΣΤΑ ΔΙΚΑ ΣΟΥ» ΚΑΙ ΣΟΥ ΜΠΑΙΝΟΥΝ ΙΔΕΕΣ, ΠΟΥ ΕΝΤΑΞΕΙ, ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΚΑΙ ΤΟΣΟ ΚΑΚΕΣ, ΑΛΛΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΝΑ ΕΧΕΙΣ ΚΑΠΟΙΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ ΥΠΟΨΗ ΣΟΥ ΠΡΙΝ ΚΑΝΕΙΣ ΤΗΝ ΠΡΟΠΟΣΗ.
ΑΠΟ ΤΟΝ ΦΑΝΗ ΜΕΡΣΟ

Ο ΓΑΜΟΣ ΓΙΑ ΑΡΧΑΡΙΟΥΣ

No 1



ΕΙΝΑΙ ΜΕΓΑΛΗ ΥΠΟΘΕΣΗ

Οι περισσότεροι θα σου πουν ότι δεν είναι, ότι η ζωή σου δεν πρόκειται να αλλάξει δραματικά, ότι αν έχεις ήδη συγκατοικήσει με μια κοπέλα, δε θα καταλάβεις καμία διαφορά. Είναι όλοι τους ψεύτες.



No 2 ΔΕΝ ΕΧΕΙΣ ΙΔΕΑ ΠΟΥ ΠΑΣ ΝΑ ΜΙΛΗΣΕΙΣ

Το πρόβλημα με το γάμο είναι ότι δεν παντρεύεσαι τη γυναίκα σου. Παντρεύεσαι τη γυναίκα σου σε πέντε χρόνια από τώρα ή σε δέκα ή σε τριάντα χρόνια από τώρα. Την παντρεύεσαι όταν χάσει τη δουλειά της, όταν πάθει κατάθλιψη, όταν αποφασίσει ότι θέλει να ασχοληθεί με την κεραμική, όταν αισθανθεί την ανάγκη να επικοινωνεί περισσότερο με τη μάνα της και την κουβαλήσει στο σπίτι σας για να ξεχειμωνιάσει. Από την άλλη, βέβαια, και η γυναίκα σου δεν παντρεύεται εσένα...

No 3

Δεν παντρεύεσαι όταν πλέον έχεις μάθει τα πάντα για την άλλη. Μαθαίνεις τα πάντα για την άλλη μόνο όταν την παντρεύεσαι.

No 4

ΠΕΝΤΕ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΠΟΤΕ ΝΑ ΠΕΙΣ ΣΤΗ ΓΥΝΑΙΚΑ ΣΟΥ:

I. «Άντε γ@%\$σου!».

Και να το εννοείς. Γιατί υπάρχει πάντα η πιθανότητα να το κάνει. Με κάποιον άλλο.

II. «Δεν είσαι η μάνα μου».

Γιατί είναι το τελευταίο πράγμα που θέλει να είναι.

III. «Τι;».

Σε βάθος χρόνου μπορεί να σου συγχωρήσει διάφορα πράγματα. Ποτέ όμως δε θα συγχωρήσει το γεγονός ότι δεν προσέχεις όταν σου μιλάει.

IV. «Πάλι; Την περασμένη εβδομάδα δεν πήγαμε

στους δικούς σου για φαγητό;».

«Και λοιπόν; Τι σημασία έχει; Βαριέσαι τους δικούς μου; Οι δικοί σου είναι καλύτεροι;».

V. «Έλα να σου δώσω μια αγκαλίτσα» (όταν είναι τσαντισμένη).

α) Τσαντίστηκε. β) Πιστεύεις ότι κακώς τσαντίστηκε. γ) Θεωρείς ότι από τη στιγμή που κακώς τσαντίστηκε πρέπει να ξετσαντιστεί αμέσως. Είναι μια σειρά αμαρτωλών σκέψεων που θα σε στείλουν στην κόλαση πριν προλάβεις να ανοίξεις τα χέρια σου για την «αγκαλίτσα».

No 5

Ο,ΤΙ ΚΙ ΑΝ ΣΥΜΒΕΙ, ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΦΗΣΕΙΣ ΤΟ ΓΑΜΟ ΣΟΥ ΝΑ ΜΕΤΑΤΡΑΠΕΙ ΣΕ ΣΤΕΡΕΟΤΥΠΟ

Και ειδικά σε αυτό το στερεότυπο του ζευγαριού που αράζει σπίτι, φτιάχνει ντινγκουακάμολε, παίζει επιτραπέζια, νοικιάζει DVD εβδομάδας και εκτός δουλειάς ντύνεται μόνο με πιτζάμες-φλις-καλτσοναπούτσια...



No 6

Ο ΓΑΜΟΣ ΘΑ ΣΕ ΚΑΝΕΙ ΑΝΤΡΑ

Ακόμα κι αν πέρασες τη ζωή σου προσπαθώντας να γίνεις στοργικός σύντροφος, τρυφερός εραστής, καλός ακροατής ή συμπαικτηκός μάγειρας, ο γάμος θα σε στρώσει. Θα σε φέρει στο σημείο να αναγνωρίσεις ότι κάποιες φορές τα μόνα πράγματα που έχουν αξία σ' αυτή τη ζωή είναι η σιωπή, το ραίς στην τηλεόραση και το σεξ χωρίς προκαταρκτικά.

No 7

ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΝΑ ΞΕΧΑΣΕΙΣ ΤΟΥΣ ΕΡΓΕΝΗΔΕΣ ΦΙΛΟΥΣ ΣΟΥ

Όχι για κανέναν άλλο λόγο, αλλά επειδή αργά ή γρήγορα θα τους ξεγράψεις. Ο γάμος είναι σαν αίρεση – είναι μια θρησκεία για φανατικούς. Οι εργένηδες φίλοι σου δεν την έχουν ασπαστεί και κάθε φορά που θα συναντιέστε αυτό θα γίνεται όλο και πιο εμφανές. Εσύ θα έχεις τα δικά σου προβλήματα και εννοείται ότι θα είναι σοβαρά, γιατί κατά βάθος όλα τα δόγματα της καινούριας σου θρησκείας είναι σοβαρά. Αυτός θα γκρινιάζει γιατί η γκόμενα που γνώρισε την περασμένη εβδομάδα γουστάρει να ανεβάζει τα πόδια της στο ταμπλό του αυτοκινήτου του όταν κάθεται στη θέση του συνοδηγού και του χαλάει το κέρωμα. Εσύ θα πας να συνεχίσεις την κουβέντα, θα ξεκινήσεις να λες κάτι για το καρεκλάκι του μωρού και το πιτσιλισμένο γάλα στο πίσω καθίσμα, μέχρι που ξαφνικά θα συνειδητοποιήσεις τι λες και θα αποφασίσεις ότι καταστρέφεις την κουβέντα, αλλά ότι λες το σωστό πράγμα στο λάθος άνθρωπο.

No 8

ΓΕΝΙΚΑ, ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΝΑ ΞΕΧΑΣΕΙΣ ΟΣΑ ΝΟΜΙΖΕΣ ΟΤΙ ΞΕΡΕΙΣ ΟΤΑΝ ΗΣΟΥΝ ΕΡΓΕΝΗΣ



No 9

ΜΗΝ ΤΟΥΣ
ΞΕΓΡΑΨΕΙΣ
ΕΝΤΕΛΩΣ ΠΑΝΤΩΣ
(ΤΟΥΣ ΕΡΓΕΝΗΔΕΣ)

Θα τους χρειαστείς
όταν η γυναίκα σου
χρειαστεί/αποφα-
σίοσει να λείψει το
επόμενο/κάποιο
Σαββατοκύριακο.

No 10

Δε θα σ' το πουν
κατάμουτρα,
αλλά οι εργένη-
δες φίλοι σου θα
οκέφτονται με
τρόπο το συγκεκρι-
μενο
Σαββατοκύρια-
κο. Δε βλέπουν
πα με κατανό-
ηση τη μάταιη
προσπάθειά σου
να εκτονώσεις
απωθημένα
οκτώ μηνών
σε μία βραδινή
έξοδο.

No 11

ΜΗ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΣ ΠΟΤΕ ΤΗ ΦΡΑΣΗ
«ΣΗΜΕΡΑ ΜΟΥ ΕΔΩΣΕ ΡΕΠΟ». ΠΟΤΕ!

No 12

ΟΤΑΝ ΒΓΕΙΣ
ΜΑΖΙ ΤΗΣ,
ΚΑΝ' ΤΟ ΣΩΣΤΑ

Μην είσαι μίζε-
ρος, μην είσαι
τοιγκούνης,
προσπάθησε να
μην το σχολάσετε
νωρίς.

No 13

ΚΑΠΟΙΕΣ
ΜΕΡΕΣ ΘΑ
ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ
ΒΑΡΕΤΕΣ

No 14

Αυτές τις μέρες μπορεί
να φαντασιωθείς ότι
πηδάς ακόμα και την
ξινή γεπόνισσα που
κάθε απόγευμα ακούει
Σταράτη Σπανουδάκη.
Δεν τρέχει τίποτα, είναι
φυσιολογικό. Θα πάψει
να είναι φυσιολογικό
την πρώτη φορά που θα
επιχειρήσεις όντως να
την πηδήξεις.



No 15

ΚΑΠΟΙΕΣ ΑΛΛΕΣ
ΜΕΡΕΣ ΔΕ ΘΑ
ΕΙΝΑΙ ΚΑΘΟΛΟΥ
ΒΑΡΕΤΕΣ

Αν δεν το ζήσεις, δεν είναι
εύκολο να το καταλάβεις,
αλλά ο γάμος, παρ' ότι στη
θεωρία μοιάζει σαν η από-
λυτα στατική ανθρώπινη
κατάσταση, στην πράξη
αναπτύσσονται δυναμικές
από το πουθενά. Υπάρχουν
προκλήσεις που πρέπει
να αντιμετωπίσεις και η
καθημερινότητα του γάμου
είναι ένα κοκτέιλ καλών και
κακών στιγμών τόσο δυνατό,
που κάποιες φορές σε βαρά-
ει κατακέφαλα και κάποιες
άλλες σε μεθάει υπέροχα.

No 16

ΜΠΟΡΕΙΣ ΑΝΑ ΠΑΣΑ
ΣΤΙΓΜΗ ΝΑ ΞΕΡΕΙΣ
ΑΝ Ο ΓΑΜΟΣ ΣΟΥ ΕΙΝΑΙ
ΣΕ ΚΑΛΟ ΔΡΟΜΟ

Αν δεν είσαι σε θέση να το κατα-
λαβαίνεις ενστικτωδώς, υπάρ-
χουν και τα τεστ των επαγγελμα-
τιών συμβούλων που μπορούν
να σε βοηθήσουν να μπεις στο
νόημα. Ρίξε μια ματιά, δεν είναι
ντροπή. Τα κάνουν και οι σταρ
του Χόλιγουντ.

Ο γάμος σου είναι
σε καλό δρόμο όταν...

- α) Δεν κατηγορείς τον εαυτό σου
κάθε φορά που εκείνη είναι
στενοχωρημένη.
- β) Δε θεωρείς δεδομένο ότι, επειδή σου
αντικατέστησε την οδοντόβουρτσα μία
φορά, θα το κάνει κάθε φορά που η οδο-
ντόβουρτσά σου παλιώνει.
- γ) Τσακώνεστε, αλλά στο τέλος του
καβγά ο καθένας αναγνωρίζει το δικό
του μερίδιο ευθύνης (αν αυτό, μάλιστα,
συμβαίνει σε κάθε καβγά, δεν είστε
απλώς καλά, είστε το Ημερολόγιο
πριν το Αλτσχάιμερ).
- δ) Οι δουλειές του σπιτιού μοιάζουν
μοιρασμένες δίκαια (άσχετα με το αν
είναι όντως δίκαια η μοιρασιά).
- ε) Μπορείς να συζητάς μαζί της
για το τι σε ερεθίζει.
- στ) Δεν αισθάνεσαι ότι σε συγκρίνει
με άλλους συζύγους.
- ζ) Μπορείτε να κάνετε ακόμα συζητή-
σεις για το μέλλον, σαν αυτές που κάνα-
τε πριν παντρευτείτε.

Ο γάμος σου δεν είναι
σε καλό δρόμο όταν...

- α) Είσαι τόσο εμμονικά κολλημένος στα
λάθη της, που ανυπατεύεις να αναγνωρί-
σεις τα πράγματα που κάνει σωστά για
σένα και για το σπίτι σας.
- β) Αισθάνεσαι μονίμως ότι σε συγκρίνει
με άλλους συζύγους.
- γ) Στους καβγάδες σας γίνονται
παράλληλοι μονόλογοι, με τον καθένα
να οχυρώνεται πίσω από την άποψη
και τον εγωισμό του.
- δ) Αποφεύγεις τους καβγάδες.
- ε) Αρχίζεις να εκνευρίζεσαι με το
πόση ώρα περνάει η γυναίκα σου
ασχολούμενη με το iPhone της.
- στ) Συμβαίνει κάτι σημαντικό στη
ζωή σου—καλό ή κακό—και ο πρώτος
άνθρωπος με τον οποίο θες να το μοιρα-
στείς δεν είναι ο σύζυγός σου.
- ζ) Δε μιλάτε ανοιχτά για το σεξ. Το να
μην κάνετε, π.χ., στοματικό έρωτα είναι
κακό. Το να μην τολμάτε να ζητήσετε
ο ένας από τον άλλο στοματικό έρωτα
είναι η απόλυτη ταινία καταστροφής
ενός έγγαμου βίου.



➡ No 17

ΤΟ ΒΡΑΔΥ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΠΑΝΤΑ ΝΑ ΕΠΙΣΤΡΕΦΕΙΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Ο γάμος προϋποθέτει πολλά πράγματα, αλλά βασικά προϋποθέτει να είσαι εκεί. Να είσαι εκεί και να δείχνεις στη γυναίκα σου ότι αυτό που συμβαίνει εκεί, εκείνη τη στιγμή (το δείπνο, το μπάνιο του μωρού, η αγορά του στρώματος θαλάσσης) είναι το πιο σημαντικό πράγμα στον κόσμο.



No 18

Ακούγεται γελοίο και κατάπτωστο και αυτή τη στιγμή στο μυαλό σου ισοδυναμεί με ευνοουχισμό με σκουριασμένο σουγιά, αλλά, όταν αποκτήσεις παιδιά, θα συνειδητοποιήσεις ότι είναι μια συμπαθητική έσοδα λύση. Το πρόβλημα με το σεξ στο γάμο είναι ότι είναι εύκολο να περάσει σε δεύτερη και τρίτη μοίρα. Ειδικά αν υπάρχει μωρό στη μέση, η κούραση και τα τρεξίματα θα σε κάνουν να το ξεχάσεις εντελώς. Δεν πρέπει

ΙΣΩΣ ΧΡΕΙΑΣΤΕΙ ΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΕΙΣ ΤΙΣ ΜΕΡΕΣ ΤΟΥ ΣΕΞ

όμως. Δεν πρέπει να αφήσεις την ιδέα ότι μπορείς να ζήσεις και χωρίς σεξ να τριγυρίσει στο μυαλό σου. Το σεξ, εκτός από το ότι σε κάνει να περνάς καλά και εξισορροπεί το νευρικό σου σύστημα για να μη σκοτώσεις κάποιον άνθρωπο, σε βοηθάει να διατηρείς μια ουσιαστική, βαθιά οικειότητα με τη γυναίκα σου. Και επειδή αυτό δεν πρέπει να το ξεχνάς, καλού κακού βάλε μια υπενθύμιση. Στην ανάγκη, βάλ' το στο πρόγραμμα...

No 19 Ε, ΝΑΙ...

Από ένα σημείο και μετά ίσως αρχίσετε να παρακολουθείτε στην τηλεόραση και τα καθημερινά σίριαλ (ακόμα και τα τούρκικα).

No 20

Μην ξεχνάς τη γενέθλιά της. Μην ξεχνάς τη γιορτή της.

ΚΑΙ ΠΟΤΕ, ΜΑ ΠΟΤΕ ΜΗΝ ΞΕΧΝΑΣ ΤΗΝ ΕΠΕΤΕΙΟ ΤΟΥ ΓΑΜΟΥ ΣΑΣ.

No 21

ΓΕΝΙΚΑ, ΣΤΟ ΓΑΜΟ ΤΟ ΝΑ ΞΕΧΝΑΣ ΕΙΝΑΙ ΣΧΕΔΟΝ ΟΣΟ ΚΑΚΟ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΝΑ ΚΕΡΑΤΩΝΕΙΣ.

No 22

ΜΗΝ ΚΕΡΑΤΩΝΕΙΣ ΛΟΠΩΝ

Μπορεί να αποδείχεται αισιότροφο. Το γνωρίζεις, αλλά κι εμείς γνωρίζουμε ότι είναι πάρα πολύ δύσκολο να μην υποκύψεις ποτέ σε κανέναν πειρασμό. Πριν το κάνεις, τουλάχιστον ρηψέ στον πειρασμό να γνωρίσεις έναν καλό δικηγόρο με ειδικευση στα διαζύγια.

➡ No 23 ΚΕΡΑΤΩΣΕ ΛΟΠΩΝ

Δεν είναι προτροπή, αλλά υπό κάποιες πολύ συγκεκριμένες συνθήκες μπορεί να είναι μια καλή συμβουλή. Ας μη γελοιαστείτε, κάποιες φορές το εξωσυζυγικό σεξ είναι το μοναδικό πράγμα που μπορεί να σώσει ένα βαλτωμένο γάμο.

➡ No 24

ΑΡΓΑ Ή ΓΡΗΓΟΡΑ ΘΑ ΕΡΘΕΙ ΕΚΕΙΝΗ Η ΣΤΙΓΜΗ ΠΟΥ ΘΑ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΟΤΙ ΑΡΧΙΖΕΤΕ ΝΑ ΜΟΙΑΖΕΤΕ ΣΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΣΑΣ

Και λίγο αργότερα η στιγμή που αυτή η διαπίστωση δε θα σας φαίνεται και τόσο ενδοχλητική.



➡ No 25

ΜΟΙΡΑΙΑ ΘΑ ΜΠΕΙΣ ΣΤΟΝ ΠΕΙΡΑΣΜΟ ΝΑ ΠΑΡΑΧΩΡΗΣΕΙΣ ΟΙΚΕΙΟΘΕΛΩΣ ΤΗΝ ΑΝΕΞΑΡΤΗΣΙΑ ΣΟΥ

Είναι μεγάλος πειρασμός. Δεν είναι τυχαίο ότι τόσο πολλοί παντρεμένοι αδυνατούν να λειτουργήσουν ως αυτόνομες προσωπικότητες εκτός γάμου. Απλώς κάποια στιγμή αποφάσισαν ότι δεν είναι και τόσο τραγικό να σταματήσουν να βλέπουν τους φίλους τους τις Παρασκευές ή ότι δεν τρέχει και τίποτα αν σταματήσουν να βάζουν πλυντήριο ή να μαγειρεύουν αφού υπάρχει κάποιος στο σπίτι που θα το κάνει. Το να εγκαταλείψεις εντελώς τον παλιό κανονικό σου εαυτό είναι πιο δελεαστικό απ' όση νομίζεις. Μην το κάνεις όμως. Τον χρειάζεσαι τον εαυτό σου. Τον χρειάζεται και η γυναίκα σου.

Η ΣΛΟΒΕΝΑ ΝΙΝΑ ΚΟΗΝΕ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΜΟΝΤΕΛΟ
ΠΑΝΩ ΣΤΟ ΟΠΟΙΟ ΡΑΒΟΝΤΑΙ ΟΙ ΚΑΙΝΟΥΡΙΕΣ
ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΕΣ ΤΟΥ ΟΙΚΟΥ PRADA. ΤΟ ΣΩΜΑ ΤΗΣ
ΟΜΩΣ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΤΕΛΕΙΟ ΓΙΑ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΝΤΥΜΕΝΟ.

ΑΠΟ ΤΗ ΜΑΡΙΑ ΧΑΛΑΡΗ, PHOTOS: ALES BRAVNICAR / WWW.BRAVNICAR.COM

Ο ΔΙΑΒΟΛΟΣ ΦΟΡΑΙ PRADA



ET

DA



«ΔΕ ΜΟΥ ΑΡΕΣΟΥΝ ΟΙ ΚΟΛΑΚΕΣ.
ΠΡΟΤΙΜΩ ΤΗΝ ΑΛΗΘΕΙΑ,
ΟΣΟ ΚΙΑΝ ΠΟΝΑΕΙ»

Η πρώτη ματιά πάνω της επιβεβαιώνει την επιλογή της Prada στο καλοσχηματισμένο κορμί και στο δροσερό πρόσωπο της Nina Kohn. Τα ακριβά υφάσματα και ο κομψός σχεδιασμός του οίκου της και δημιουργήθηκαν για να αγκαλιάζουν τις ανυπέρβλητες καμπύλες της. Όντως η 22χρονη Σλοβένα είναι το «fitting girl» του ιταλικού οίκου, το σώμα της δηλαδή είναι το πατρών πάνω στο οποίο ράβονται τα ρούχα του οίκου. Δεν είναι όμως μόνο η Prada που επενδύει στο άψογο κορμί της. Είναι και το *Playboy*, που το θέλει φυσικά απαλλαγμένο από τα ρούχα. Η γνωριμία του περιοδικού με το top μόντελ της Σλοβενίας έγινε στο Μιλάνο, έδρα της Prada, μέσω του διάσημου φωτογράφου μόδας Ales Bravnicar. Οι δυο τους επιβίβαστηκαν στο αεροπλάνο με προορισμό τη Φλόριντα και το Μαϊάμι, όπου στο Haulover Beach Park πραγματοποιήθηκε το shooting. Μοντέλο και φωτογράφος ταξίδεψαν 24 ώρες, ενώ χρειάστηκαν 14 μέρες δουλειάς για να βγει το άψογο αποτέλεσμα που βλέπεις (ρίξε και μια ματιά στα υπέροχα πράσινα μάτια της...).

Η Nina, αν και δηλώνει σπιτόγατα, έχει συνηθίσει λόγω επαγγέλματος να ταξιδεύει ασταμάτητα. Ζει στο Μιλάνο και επισκέπτεται συχνά τη γενέτειρά της Λιουμπλιάνα, η οποία «ευτυχώς απέχει μόνο 5 ώρες με το αυτοκίνητο».

Ως μοντέλο έχει γνωρίσει διάφορους άντρες, δείχνει όμως σαφή προτίμηση στους μεσογειακούς. Εκτιμά το εκρηκτικό τους ταμπεραμέντο και τον τρόπο με τον οποίο φέρονται σε μια γυναίκα. Έχει επισκεφτεί με σκάφος κάποια νησιά μας στο Ιόνιο, αλλά δεν έχει δουλέψει με Έλληνες σχεδιαστές. «Το ξέρεις πως στην Εθνική Ποδοσφαίρου της χώρας μας αγωνίζεται ένας παίκτης που λέγεται “Κονέ”, όπως φαντάζομαι ότι προφέρεται και το δικό σου επώνυμο;», «Δεν το γνωρίζω, αλλά να διευκρινίσω ότι το δικό μου επίθετο στα σλοβένικα προφέρεται “Κοχίν”». Αφοπλιστική σε όλα...





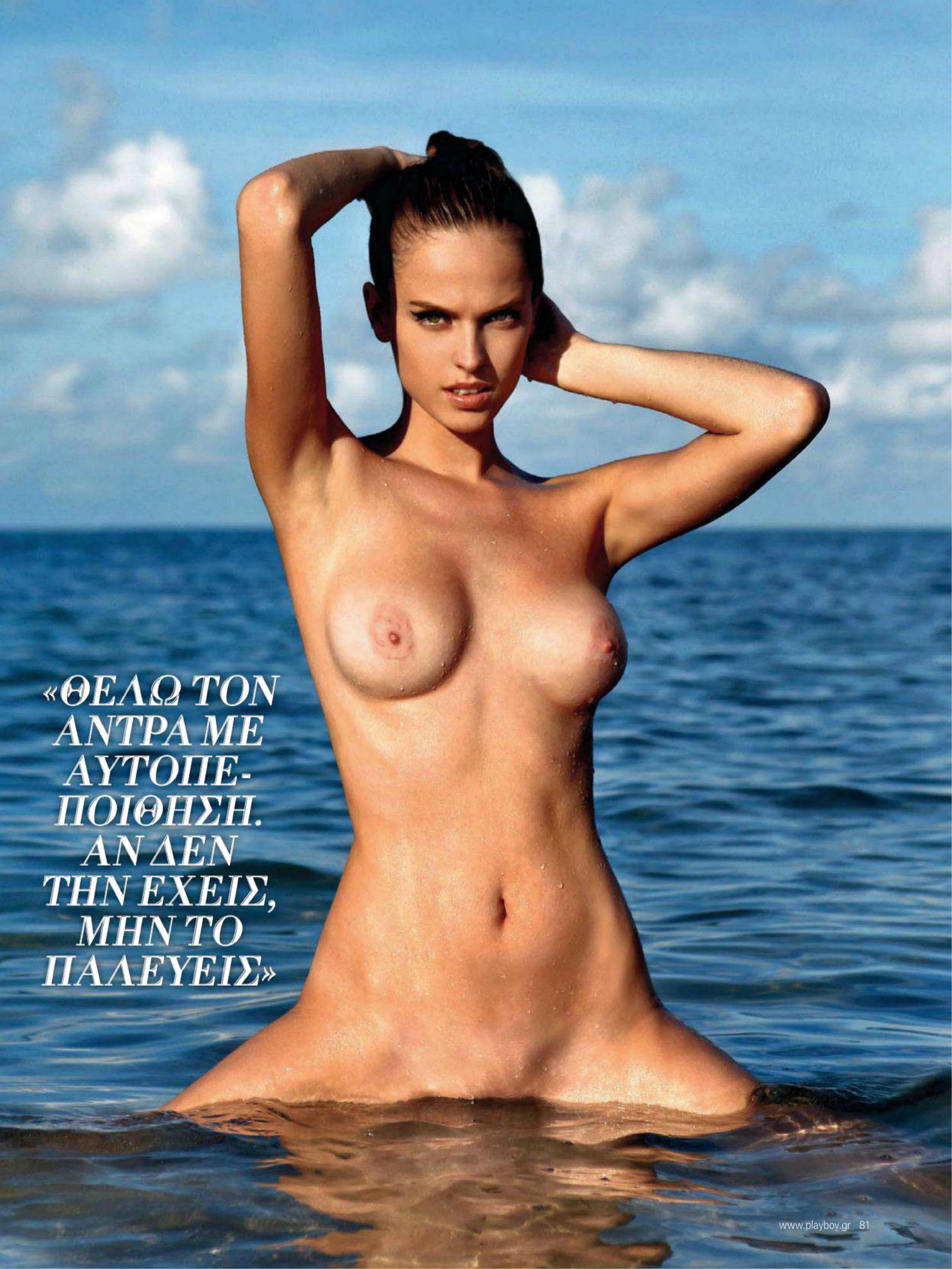


«ΟΙ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟΙ ΑΝΤΡΕΣ ΕΙΝΑΙ ΠΙΟ
ΦΛΟΓΕΡΟΙ. ΥΠΟΣΧΟΝΤΑΙ ΠΟΛΛΑ ΚΑΙ
ΞΕΡΕΙΣ ΟΤΙ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΕΚΠΛΗΡΩ-
ΣΟΥΝ ΚΑΘΕ ΣΟΥ ΦΑΝΤΑΣΙΩΣΗ»







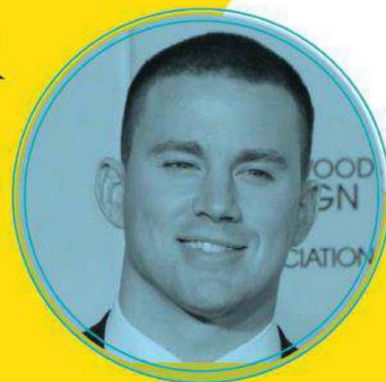
A full-page photograph of a nude woman standing in the ocean. She is facing the camera with a serious expression, her hands raised behind her head. The water is blue and slightly rippled, and the sky is a clear, bright blue with some light clouds. The lighting is bright, suggesting a sunny day.

«ΘΕΛΩ ΤΟΝ
ΑΝΤΡΑ ΜΕ
ΑΥΤΟΠΕ-
ΠΟΙΘΗΣΗ.
ΑΝ ΔΕΝ
ΤΗΝ ΕΧΕΙΣ,
ΜΗΝ ΤΟ
ΠΑΛΕΥΕΙΣ»





Ένας από τους πρώ-
τους himbos υπήρξε
ο Τζόι από τα Φίλα-
ράκια. «Ακατοίκτης»,
αλλά αξιέσχατος.



ΤΣΑΝΙΝΓΚ ΤΕΪΤΟΥΜ



ΜΑΘΙΟΥ ΜΑΚΟΝΑΧΙ



ΜΑΤ ΛΕΜΠΛΑΝΚ

**ΕΙΝΑΙ ΩΡΑΙΟΙ,
ΠΕΡΙΠΟΙΗΜΕΝΟΙ,
ΑΣΤΡΑΦΤΕΡΟΙ,
ΜΕ ΚΑΤΑΛΕΥΚΑ
ΔΟΝΤΙΑ, ΚΑΛΟΣΜΙ-
ΛΕΜΕΝΟΥΣ ΚΟΙΛΙ-
ΑΚΟΥΣ ΚΑΙ ΜΕ ΜΕ-
ΓΑΛΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΕΣ
ΣΤΟ ΓΥΝΑΙΚΕΙΟ
ΦΥΛΟ. ΣΤΗΝ
ΕΛΛΕΙΨΗ ΙΘ ΘΑ
ΤΑ ΧΑΛΑΣΟΥΜΕ;**

ΑΠΟ ΤΟΝ ΓΙΑΝΝΗ ΣΠΑΝΟ

him

* *himbo*: η αντρική έκδοση μιας bimbo, άντρας ή έφηβος ελκυστικός, αλλά εξαιρετικής ανευφυΐας (Urban Dictionary)

Μόλις εμφανίστηκαν οι bimbos ήταν σαν ο καλός Θεούλης να είχε ακούσει

την κλασική αντρική φαντασίωση και να είχε αποφασίσει να την υλοποιήσει. Ψηλές, ξανθές, με πλούσιο μπούστο, ολόλευκα δόντια, άψογη, μπεμπέ και σέξι εμφάνιση και φωνή-νιαούρισμα! Ένα εκρηκτικό μείγμα σεξουαλικότητας και αθωότητας (σαν λολίτες, αλλά με μεγαλύτερο στήθος), γυναίκες με πλήρη άγνοια κινδύνου, ώστε να εκστομίζουν χαριτωμένα «Ποπό, αλήθεια; Δεν το ήξερα» σχολιάζοντας έτσι, για παράδειγμα, στον τηλεοπτικό αέρα την παραίνεση ενός σεξολόγου «Θα ήθελα να τονίσω ότι δεν πρέπει ποτέ να καταπίνετε το σπέρμα στο στοματικό έρωτα...».

Γυναίκες μες στην καλή χαρά, εύπεπτες, που δεν έπρηξαν ποτέ κανενός άντρα το συκώτι με τους προβληματισμούς και τις αναζητήσεις τους προκειμένου να εφαρμόσουν την παραίνεση του σεξολόγου. Οι bimbos βέβαια είναι όλο μέλι, αλλά από... τηγανίτα τίποτε. Το IQ των περισσότερων ανταγωνίζεται το νούμερο του σουτιέν ή των πέδιλών τους. Μικρό το κακό για έναν άντρα – αν υπάρχει κάτι σοβαρό για να συζητηθεί, υπάρχουν και οι φίλοι. Οι bimbos ένα μόνο σοβαρό μειονέκτημα έχουν: το υψηλό κόστος «χρήσης» τους, ▶



bimboS

γεγονός που τις καθιστά απαγορευτικές σε περιόδους χρηματοπιστωτικής κρίσης. Γι' αυτό και ο πληθυσμός τους δείχνει να μειώνεται και σχεδόν το σύνολο της ελληνικής «himboπανίδας» μετά βίας μπορεί να καλύψει τα «νεανικά δελτία» των καναλιών, που σαν ιδιότυπα Discovery Channel, καλύπτουν τις δραστηριότητες των εξωτικών ανθρώπων.

Κάποιες εμβληματικές himbos που έγραψαν ιστορία είναι η Μέριλιν Μονρό, η Πάμελα Άντερσον, η Βικτόρια Σίλβστεντ, οι «δικές μας» Ελένη Μενεγάκη και Ζέτα Θεοδωρούλου (με ή χωρίς το κουνέλι της), η Θεοφανία Καλογιάννη, η Πετρούλα και άλλες.

Από τη στιγμή που οι άντρες έχασαν το χαρακτηρισμό «ισχυρό» από το φύλο τους, ήταν θέμα χρόνου να εμφανιστούν και τα αντρικά αντίστοιχα των himbos. Πολλοί κοινωνιολόγοι αναφέρουν πως, όπως οι άντρες θέλουν ξανθές, ωραίες και με χαμηλό IQ γυναίκες στο πλευρό τους (για να μη ρωτάνε πολλά και να τις επιδεικνύουν μόνο), έτσι αντίστοιχα κι αυτό έγινε μόδα στους άντρες, με μία μόνο διαφορά: οι άντρες δε σημαίνει ότι είναι χαζοί, απλά κινούνται με βάση τα συμφέροντά τους – που λάνε αυτό το στυλ γιατί υπάρχει αγορά. Πόσες άλλωστε γυναίκες έγιναν διάσημες και πετυχημένες χάρη σ' αυτό το στυλ που προωθούσαν;

Τα πρώτα, ατελή μοντέλα των «himbos» εμφανίστηκαν στις αρχές της δεκαετίας του '90 στο θαυμαστό καινούριο κόσμο της αμερικανικής τηλεόρασης. Χαρακτηριστικότερος ήταν ο Τζόι από τα *Φιλαράκια*, το αρσενικό αντίβαρο της Φοίβης. Εκείνα τα χρόνια η Φοίβη ήταν ένα υβρίδιο σουρεαλιστικής himbo και ο Τζόι το απόλυτο «ακατόικητο», αλλά απολύτως αξιαγάπητο και αξιέραστο αρσενικό γκομενάκι. Με τα σημερινά δεδομένα, βέβαια, κανένας τους δε φτουράει ως γνήσια himbo/bimbo προσωπικότητα. Τα είδη εξελίχθηκαν. Οι himbos ειδικότερα εξελίχθηκαν γρήγορα, θεαματικά και προς μια πολύ hardcore κατεύθυνση. Όποιος έχει ηrolάβει να δει τα πρώτα επεισόδια του *New Girl* δε γίνεται να μην έχει προσέξει τον Σμιντ, το συγκάτοικο, που κάθε φορά που συνειδη-

τοποιεί ότι κάποια γυναίκα μπαίνει στο οπτικό του πεδίο, το πρώτο πράγμα που κάνει είναι να βγάξει το μπλουζάκι του. Υποδείγματα himbos είναι και οι εκάστοτε γκομενοί της Κόρτνεϊ Κοξ στο *Cougar Town*, αλλά ακόμα και αυτοί δεν είναι άξιοι ούτε για να λαδώσουν τους κοιλιακούς του αρχιερέα, του φύλαρχου, του μεγάλου μαγίστρου του είδους. Το όνομά του είναι Μάθιου Μακόνάχι και έχει ήδη περάσει στην ιστορία ως ο πρώτος άντρας που έκανε καριέρα στο Χόλιγουντ επειδή είχε ωραίες ρώγες. Στον επόμενο τόνο θα τον δούμε να παραδίδει τα σκήπτρα της «himboσύνης» στον πιο άξιο διάδοχό του, τον Τσάνινγκ Τέιτουμ. Η τελετή της παράδοσης/παραλαβής θα γίνει με κάθε επισημότητα στις κινηματογραφικές αίθουσες των multiplex με αφορμή το *Magic Mike*, τη νέα ταινία του Στίβεν Σόντερμπεργκ. Εκεί οι δυο τους, πλαισιωμένοι από μια πλειάδα δροσερών και διαθέσιμων αγοριών, θα δώσουν σάρκα, μυς και μπόλικο ιδρώτα στις φαντασιώσεις κάθε χειραφετημένης CEO υποδούμενοι τους στρίπερ. Ο μόνος που θα λείπει από το παρεάκι είναι ο Τζον Χαμ, που ναι, ΟΚ, στο *Mad Men* είναι ό,τι πιο αρχετυπικά macho κυκλοφορεί στη μικρή οθόνη, αλλά σε όλους (όλους, όμως) τους υπόλοιπους ρόλους του είναι μια Κιμ Καρντάσιαν που έχει ανταλλάξει τα καπούλια με ένα θεληματικό πιγούνι που φαίνεται απ' το διάστημα.

Η βιομηχανία του θεάματος που γέννησε ή υποθέτησε τους himbos βοήθησε ώστε να διαβούν γρήγορα τον Ατλαντικό και να εξαπλωθούν σχεδόν σε ολόκληρο τον πλανήτη. Ήδη λάμπουν και στη χώρα μας ως παρουσιαστές στα τηλεοπτικά πλατό, ως ρόλοι στη μεγάλη οθόνη, ως γαριφαλοστεφανωμένοι τραγουδιστές στις νυχτερινές πίστες. Οι himbos είναι περισσότερο ελκυστικοί παρά έξυπνοι. Είναι αυτά τα τρελά υβρίδια που προέκυψαν όταν στον αντρικό συνδυασμό χρωμοσωμάτων ΧΥ προστέθηκε άλλο ένα Χ, αυτό της γυναικειάς μαιτιοδοξίας. Αίφνης το βαράκι του ενός κιλού απέκτησε μεγαλύτερο «βάρος» από ένα δίτομο λεξικό, το αστραφτερό χαμόγελο από το αστραποβόλο πνεύμα και ο

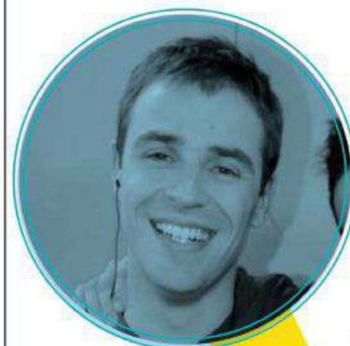
ΤΙ ΣΟΪ HIMBO

Οι himbos χωρίζονται σε τρία υποείδη, ανάλογα με συγκεκριμένα χαρακτηριστικά που υπερσχύουν.

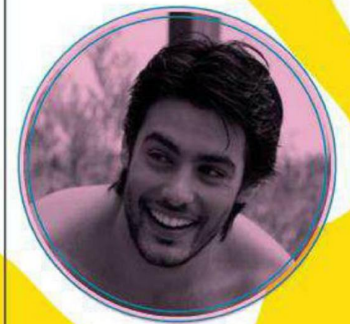
> **As ξεκινήσουμε** από την κατηγορία «Γκάγκας». Αυτός ο τύπος δεν αντιμετωπίζει τον κόσμο όπως οι νορμάλ άνθρωποι. Ναι, το ίδιο μπορεί να ισχυριστεί κάποιος και για τον Αϊνστάιν ή για τους ανθρώπους με αυτισμό, όμως ο συγκεκριμένος είναι απλά πλθίσιος!

> **Δεύτερη κατηγορία** είναι ο «Νάρκισσος». Ο άντρας αυτός έχει έλλειψη γενικής γνώσης και τα έχει καλά – μάντεψτε με ποιον; – με τον εαυτό του φυσικά! Φτιάχνει τα μαλλιά του συνέχεια, κοιτάζεται σε καθρέφτες όλη την ώρα ή όπου αντανακλάται ο εαυτός του. Επιπλέον, έχει μια ψαγμένη από πριν καθιερωμένη στάση, χαμόγελο και πόζα όταν πρόκειται να βγει φωτογραφία.

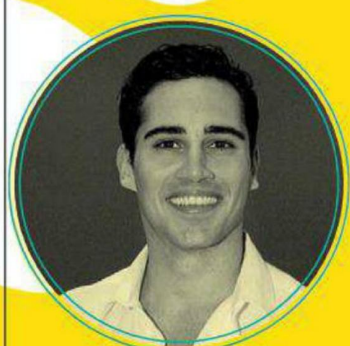
> **Το τρίτο είδος** έχει σχέση με την οικονομία. Και δεν αναφερόμαστε στα οικονομικά μυαλά, αλλά στα σπάταλα! Αυτός ο himbo είναι συνήθως ηθοποιός, μοντέλο, τραγουδιστής ή γυμναστής. Το ποσό που λαμβάνει το μήνα από τη δουλειά του είναι 2.000 ευρώ και το ποσό που ξοδεύει για το αυτοκίνητό του είναι 1.900 ευρώ. Δυστυχώς, σύντομα θα ανακαλύψει πως το να είναι κάτοχος ενός τέτοιου αυτοκινήτου (ή στιδήποτε άλλο προωθώ το «φαίνεσθαι») δεν οδηγεί πουθενά, αφού όσα και να το έχει πληρώσει, θα ανακαλύψει πως δεν μπορεί να τρέξει στο νερό και δεν μπορεί να το παρκάρει οπουδήποτε.



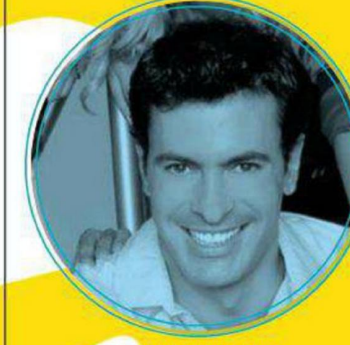
ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΒΛΑΧΟΣ



ΚΩΣΤΑΣ ΜΑΡΤΑΚΗΣ



ΑΝΘΙΜΟΣ ΑΝΑΝΙΑΔΗΣ



ΝΙΚΟΣ ΠΑΠΑΔΑΚΗΣ

ΚΑΠΟΙΟΙ ΔΙΚΟΙ ΜΑΣ HIMBOS

Ο Σάκς, ο Κώστας Μαρτάκης, ο Νίκος Παπαδάκης, ο Ανθιμος Ανανιάδης, ο Δημήτρης Ουγγαρέζος, ο Δημήτρης Βλάχος, ο Σάββας Πούμπουρας, ο Θεοχάρης Ιωαννίδης είναι μερικά ευπρόσωπα δείγματα αυτού του νέου είδους άντρα, στην κατηγορία του οποίου προσχωρούν ολοένα και περισσότεροι, με πρώτους και καλύτερους όσους διαθέτουν τις προδιαγραφές και παρακολουθούν τους προαναφερόμενους.

ΟΙ HIMBOS ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΗΛΙΘΙΟΙ, ΑΣΧΟΛΟΥΝΤΑΙ ΟΜΩΣ ΜΕ ΗΛΙΘΙΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ. ΚΙ ΑΥΤΟ ΕΠΕΙΔΗ ΤΟ ΕΙΔΟΣ ΠΟΥΛΑΕΙ.

καθρέφτης έγινε πιο περιζήτητος και από τηλεοπτική οθόνη τις μέρες του Euro. Ολοένα και περισσότεροι άντρες εντάσσονται σ' αυτή την κατηγορία. Λογικό εν μέρει. Η γυμναστική φέρνει πιο γρήγορα αποτελέσματα από τη μάθηση, ενώ υπάρχουν εκατοντάδες δίαιτες που εγγυώνται το σωστό σωματικό βάρος, ούτε μία όμως που να αυξάνει το IQ.

Οι himbos αστραποβολούν και γοπετεύουν και τα δύο φύλα. Είναι εύπεπτοι, δεν προβληματίζουν κανέναν, σκορπούν την αισιοδοξία με το χαμόγελό τους, αποτελούν αντικείμενα πόθου για τα «πιπίνια», αλλά και για τις cougars. Ένα παράδειγμα; Τραγουδάει ο Σάκης στο αντικείμενο του πόθου του:

«Θα σου κάνω μακαρόνια με κιμά για να φας / θα σου κάνω και μασάζ στα πόδια σου αν πονάς / θα 'μαι ο πιο ευτυχισμένος άνθρωπος επί γης / φτάνει μοναχά μια μέρα σπíti μου να 'ρθεις». Ο συνδυασμός του απλού στίχου με την ταυτόχρονη αποκάλυψη των γραμμωμένων κοιλιακών πυροδοτεί ουρανομήκεις τσιρίδες στο γυναικείο κοινό. Τραγουδάει, από την άλλη, ο Γιάννης Αγγελάκας (στο δικό του αντικείμενο του πόθου): «Γονάτισα και ζήτησα απ' τα θλιμμένα σύννεφα / να λάμψουν, να ξεσπάσουν με βροχές / κι όλη τη νύχτα γίναμε σκυλάκια και ξεδίναμε / και γλείφαμε ο ένας τ' άλλου τις πληγές». Ακούσατε ποτέ ουρλιαχτά ενθουσιασμού;

Η απόκτηση γνώσης και κουλτούρας είναι κουραστική διαδικασία. Ξέρεις πόσους «ψαγμένους» (αλλά μάπα) σκηνοθέτες πρέπει να παρακολουθήσει κάποιος μέχρι να πετύχει επιτέλους έναν Φρανσουά

ΠΑΜΕ ΝΑ ΔΟΥΜΕ ΤΙ ΜΑΘΑΜΕ

*Himbo ή bimbo
εκστόμισαν τις παρα-
κάτω ατάκες;*

1. «Σήμερα θα είναι μια φοβερή μέρα!».
2. «Νους υγιές, εν σώματι υγιό».
3. «Εχω κόλλημα με τους κώλους...».
4. «Η εξωτερική εμφάνιση είναι εισιτήριο με επιστροφή».
5. «Δεν κάνω συχνά one-night stand γιατί είμαι ρομαντικός και συναισθηματικός, αλλά θα μπορούσαν να καταλήξουν σε σχέση. Γιατί όχι;».
6. «Δώσε σε ένα κορίτσι τα σωστά παπούτσια και θα κατακτήσει τον κόσμο».
7. «Είμαι η μεγαλύτερη κατάρτα του κόσμου και δεν ξαναβλέπω θρίλερ».
8. «Λένε ότι μετράει η τεχνική, αλλά τι να την κάνεις αν δεν έχεις το πινέλο;».
9. «Επιστροφή στην ντομάτα».
10. «Με κουφτώνουν παντού, παντού».

Απαντήσεις: 1. Himbo (Μαρτίνος), 2. Himbo (Α. Αναγινώτης), 3. Himbo (Μ. Μανώλης), 4. Himbo (Ε. Μελεγκή), 5. Himbo (Θ. Ιωαννιδής), 6. Himbo (Δ. Βαλκός), 7. Himbo (Δ. Ουγγρ.), 8. Himbo (Ζ. Λαζαρόπουλος), 9. Himbo (Ζ. Ρουβάς), 10. Himbo (Κ. Μαρτίνος).

Οζόν ή έναν Κουέντιν Ταραντίνο μάνα του ανοίξει τα μάτια όσον αφορά τη ζωή, την αισθητική και την τέχνη; Και για ποιο λόγο;

Τιατί να βγάλει κάποιος τα μάτια του στο διάβασμα, ώστε να μπορεί να απαιτήσει με σιγουριά στον Λιάγκα ότι η

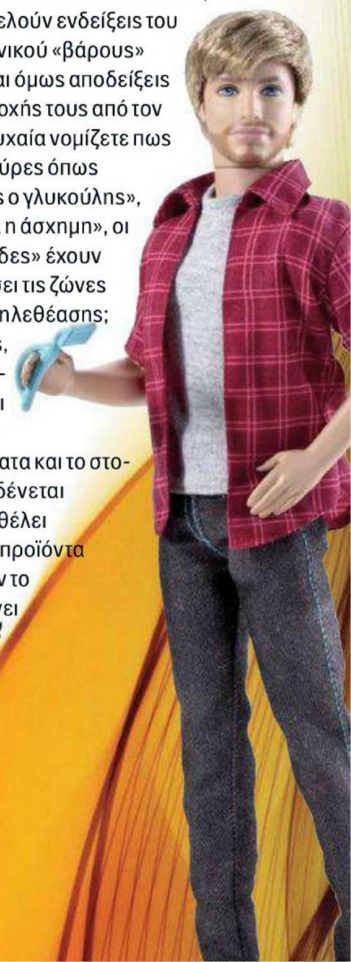
πρωτεύουσα της Μογγολίας είναι η Ουλάν Μπατόρ και όχι η Άλμα Άτα, όταν μπορεί να κερδίσει τα ίδια ακριβώς χρήματα φορώντας ένα καλσόν στο κεφάλι του με μια μπάλα του μπυλιάρδου (δίκην προβοσκίδας ελέφαντα) και ρίχνοντας οκτώ πλαστικά μπουκάλια; Η απλώς—ύστερα από τις παραινέσεις των Πούμπουρα και Βλάχου—περιλούζοντας με ένα ποτήρι νερό το κεφάλι του σε δημόσιο χώρο; Ποια γνώση είναι χρησιμότερη; Ότι το νόμισμα της Ταϊλάνδης είναι το μπατί ή ότι η Abercrombie & Fitch φτιάχνει T-shirts που μετράνε; Αν νομίζετε πως η παρουσία τους αναλώνεται στο χώρο του θεάματος, απατάσθε. Ο Γιώργος Παπανδρέου διαθέτει πολλά χαρακτηριστικά ενός himbo. Γυμνάζει ανελλιπώς το σώμα του, χαμογελάει συνεχώς, έχει πάντοτε μια αισιόδοξη κουβέντα να πει, προτιμά να ξεσκάει σε διάφορα φόρα σε εξωτικές χώρες παρά να προβληματίζεται από τη διακυβέρνηση της χώρας. Η φαλάκρα λίγο χαλάει τη himbo εικόνα του και το μουστάκι. Αν, πάλι, θεωρήσετε ότι αντιπροσωπεύουν μόνο ένα συγκεκριμένο μουσικό είδος, πλανάσθε πλάνην οικτράν. Ο Νίκος Οικονομόπουλος τραγουδάει λαϊκά, δεν έχει

όμως τα αδρά χαρακτηριστικά του Γιώργου Μαργαρίτη, ούτε την «αρχοντική» κομμωσιά του Στέλιου Διονυσίου. Είναι λεπτός, με (πολύ) περιποιημένο μαλλί και τουλάχιστον φωτογραφικά θυμίζει φιγούρα από τον *Αρχοντα των Δαχτυλιδιών*. Το ίδιο ιδιαίτερα επιμελής με την εμφάνισή του είναι και ο Χρήστος Χολίδης, που και αυτός περιλαμβάνεται στους λαϊκούς τραγουδιστές.

ΕΙΝΑΙ ΤΕΛΙΚΑ ΗΛΙΘΙΟΙ;

Και αυτό είναι μια πολύ καλή ερώτηση! Όχι όλοι. Πολλοί το παίζουν. Δεν είναι άτομα με χαμηλό IQ, εφόσον αυτό που τους χαρακτηρίζει είναι η ρηχότητα, η αναισθησία και η επιδεικτικότητα. Οι απαίδευτοι δε σημαίνει ότι είναι ηλίθιοι. Πρέπει να παραδεχτούμε όμως ότι είναι εξαιρετα επιχειρηματικά μυαλά, αφού καταφέρνουν να πουλάνε τον εαυτό τους και να βγάζουν αρκετά χρήματα από αυτό.

Κάποιοι, προτού κανιβαλίσουν τους επώνυμους himbos, καλό είναι να ρίξουν μια ματιά στις τηλεθέσεις, στα εισιτήρια και στους πλατινένιους δίσκους τους. Ναι, δεν αποτελούν ενδείξεις του καλλιτεχνικού «βάρους» τους, είναι όμως αποδείξεις της αποδοχής τους από τον κόσμο. Τυχαία νομίζετε πως καρικατούρες όπως ο «Λάκης ο γλυκούλης», η «Μαρία η άσχημη», οι «Βασιλιάδες» έχουν κατακτήσει τις ζώνες υψηλής τηλεθέσης; Ο κόσμος, όταν αντιμετωπίζει δύσκολα προβλήματα και το στομάχι του δένεται κόμπος, θέλει εύπεπτα προϊόντα για να μην το επιβαρύνει κι άλλο.



ΓΙΑΤΙ ΔΕΝ ΑΓΑΠΑΜΕ ΤΟΝ ΠΛΗΣΙΟΝ ΟΤΑΝ ΜΑΣ
ΔΙΝΕΙ ΤΗΝ ΕΝΤΥΠΩΣΗ ΟΤΙ ΚΑΛΟΠΕΡΝΑΕΙ;



ΟΙ ΒΛΑΒΕΡΕΣ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΟΥ ΚΑΠΙΝΟΥ ΤΩΝ ΑΛΛΩΝ

ΑΠΟ ΤΟΝ ΣΛΑΒΟΪ ΖΙΖΕΚ, ΑΠΟΔΟΣΗ: ΑΝΤΩΝΗΣ ΤΖΑΒΑΡΑΣ



Ο ΔΙΑΣΗΜΟΣ ΣΛΟΒΕΝΟΣ ΘΕΩΡΗΤΙΚΟΣ
ΚΑΙ ΦΙΛΟΣΟΦΟΣ ΣΛΑΒΟΪ ΖΙΖΕΚ
ΠΕΡΙΓΡΑΦΕΙ ΣΤΟ *PLAYBOY* ΤΟΥΣ
ΤΡΟΠΟΥΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΟΠΟΙΟΥΣ
Η ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΤΑΡΤΕΙ
ΤΗΝ ΑΠΟΛΑΥΣΗ ΤΩΝ ΑΠΟΛΑΥΣΕΩΝ.



Κατά τη διάρκεια μιας πρόσφατης επίσκεψής μου στην Καλιφόρνια βρέθηκα μαζί με ένα φίλο στο σπίτι ενός καθηγητή που έκανε πάρτι. Ο φίλος μου είναι Σλοβένος και φανατικός καπνιστής. Αναπόφευκτα κάποια στιγμή χαρμάνιασε και παρακάλεσε πολύ ευγενικά τον οικοδεσπότη να του επιτρέψει να κάνει ένα τσιγάρο

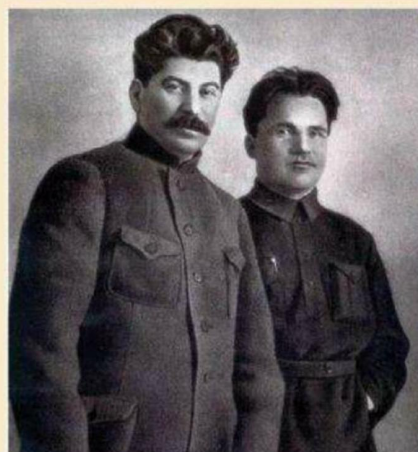
στη βεράντα. Όταν ο οικοδεσπότης του το αρνήθηκε (εξίσου ευγενικά), ο φίλος μου αποφάσισε να βγει για λίγο έξω και να κάνει το τσιγάρο του στο πεζοδρόμιο. Ακόμα κι αυτή η ιδέα όμως απορρίφθηκε από τον οικοδεσπότη, αφού μια τέτοια δημόσια επίδειξη καπνίσματος έξω από το σπίτι του θα μπορούσε να σπιλώσει την

εικόνα του στα μάτια των γειτόνων. Δύο ώρες αργότερα ο ίδιος ο οικοδεσπότης πρόσφερε σε όλους τους καλεσμένους ελαφριά ναρκωτικά και οι καλεσμένοι τα κάπνισαν μέσα στο σπίτι σαν να μην έτρεχε τίποτα, σαν να ήταν κάτι απολύτως αποδεκτό και αυτονόητο – αντίθετα με το τσιγάρο. ►

A

υτού του είδους τα
αστεία αδιέξοδα του
σύγχρονου κατανα-
λωτισμού καταδει-
κνύουν την αποτυ-
χία μας σε ό,τι έχει
να κάνει με τη δια-
χείριση της (θανα-

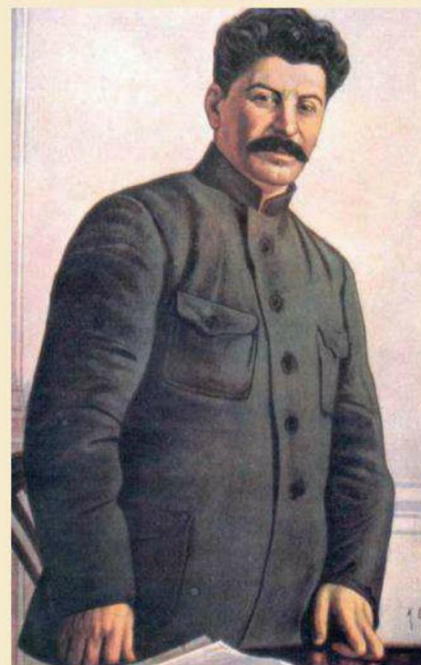
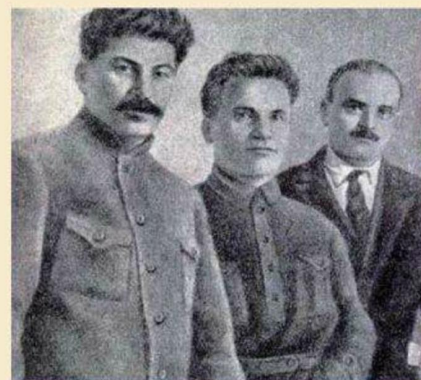
τηφόρας ενίοτε) κατάχρησης των απολαύσεων.
Ως κοινωνία επιδιώκουμε τον υποβιβασμό της
απόλαυσης σε ευχαρίστηση – σε μια κατάσταση
σφώς πιο μετριοπαθή και πιο καθωσπρέχει.
Η τάση αυτή οδηγεί σε μια άνιση τυποποίηση.
Από τη μια έχουμε τον πεφωτισμένο επικούρειο
που επιδιώκει την παράταση της ευχαρίστησης,
χωρίς όμως να ρισκάρει απολύτως τίποτα. Στο
άλλο άκρο στέκεται ο ηδονιστής, που ανά πάσα
στιγμή μπορεί να θέσει σε κίνδυνο ακόμα και
την ίδια του τη ζωή προκειμένου να απολαύσει
στον απόλυτο βαθμό την επόμενη κραιπάλη.
Με άλλα λόγια, ή θα είσαι ο καταναλωτής με την
εντός πλαισίου ευχαρίστησή σου ή ένας ναρ-
κομανής (ή καπνιστής κ.λπ.) με αυτοκαταστρο-
φικές τάσεις. Η σύγχρονη «ανεκτική» κοινωνία
μας έχει πάρει σαφή θέση – έχει διαλέξει τον
τύπο που προτιμά. Ίσως γιατί η καταχρηστική
απόλαυση δεν την εξυπηρετεί σε τίποτα.
Είναι προφανές ότι η βασική στρατηγική του
πεφωτισμένου καταναλωτικού ηδονισμού
στοχεύει στο να αφαιρέσει από την απόλαυση
οποιαδήποτε υπερβολή. Να της στερήσει το
ενοχλητικό πλεόνασμα, αυτό που τελικά δεν την
εξυπηρετεί σε τίποτα. Η απόλαυση είναι αποδε-
κτή μόνο υπό τον όρο ότι δε βλάπτει, μόνο όταν
δεν απειλεί τη διανοητική ή την ψυχολογική
μας σταθερότητα: Σοκολάτα; Ναι, αλλά μαύρη.
Coca-cola; Ναι, αλλά light. Καφές; Φυσικά,
αλλά χωρίς καφεΐνη. Μπίρα; Οπωσδήποτε,
αλλά χωρίς αλκοόλ. Σεξ; Εννοείται, αλλά με
προφυλάξεις. Με αφορμή το τελευταίο, σας
παραπέμπω και σε όλα τα περιοδικά και τις
εκπομπές που προμοτάρουν το σεξ ως κάτι υγι-
εινό. Η σεξουαλική πράξη παρουσιάζεται σαν το
τζόκινγκ: ενισχύει το καρδιαγγειακό σύστημα
και βοηθάει στην αποβολή του στρες.
Το χαρούμενο αυτό σύμπαν των αβλαβών
απολαύσεων διαβρώνεται από μόλις δύο
εξαιρέσεις: τα τσιγάρα και (ως ένα βαθμό) τα
ναρκωτικά. Για κάποιους λόγους (κατά βάση
ιδεολογικούς) η απόλαυση του καπνίσματος
δεν πλασαρίστηκε ποτέ ως υγιεινή ή χρήσιμη.
Το κάπνισμα παρέμεινε μια θανατηφόρα έξη κι
αυτό το χαρακτηριστικό του έσβησε όλα τα υπό-
λοιπα (το ότι είναι, για παράδειγμα, χαλαρωτικό
ή το ότι βοηθάει στην πέψη). Το πώς ενισχύθηκε
αυτή η μονοδιάστατη αντίληψη μπορεί να γίνει
αντιληπτό από τη σταδιακή μετάλλαξη των
προειδοποιητικών μηνυμάτων πάνω στα πακέτα
των τσιγάρων. Μέχρι πριν από μερικά χρόνια
διαβάζαμε μια ουδέτερη δήλωση: «Το κάπνισμα
βλάπτει σοβαρά την υγεία». Στην πορεία ο τόνος
έγινε σφώς πιο απειλητικός: «Το κάπνισμα
σκοτώνει» – μια ξεκάθαρη προειδοποίηση ότι
η υπερβολική απόλαυση είναι θανατηφόρα. Τα



**Ο Στάλιν συνήθιζε να αφαιρεί το περιττό – αντι-
φρονούν – λίκος από τις φωτογραφίες του.**

γράμματα του μηνύματος έγιναν μεγαλύτερα,
ενώ σε κάποιες χώρες το μήνυμα συνοδεύεται
από φρικιαστικές εικόνες κατεστραμμένων
πνευμόνων.

Και, βέβαια, η απαγόρευση του καπνί-
σματος επεκτάθηκε ταχύτατα. Στην
αρχή το κάπνισμα απαγορεύτηκε
στα αεροπλάνα και στα αεροδρόμια. Σύντομα
απεμπολήθηκε και από τους εργασιακούς χώ-
ρους, τα εστιατόρια, τα μπαρ, ακόμα και από τα
πριβέ κλαμπ. Σήμερα πια σε πολλές πόλεις των
ΗΠΑ το κάπνισμα απαγορεύεται σε ακτίνα 100
μέτρων από την είσοδο οποιουδήποτε κτιρίου.
Τα αμερικανικά ταχυδρομεία πήγαν το όλο
πράγμα ακόμα μακρύτερα και με μια απόφαση
που παραπέμπει ευθέως στις σταλινικού τύπου
πρακτικές ρετουσαρίσματος των φωτογραφι-
ών της νομενκλατούρας, αφαίρεσαν τα τσιγά-
ρα από τα γραμματόσημα που απεικονίζουν
τον Ρόμπερτ Τζόνσον και τον Τζάκσον Πόλοκ.
Αυτού του είδους οι απαγορεύσεις στοχο-
ποιούν ευθέως τη ρισκοκίνδυνη απόλαυση
του πλησίων. Το να ανάψει ένα τσιγάρο και να
ρουφήξει ατάραχος μια τζουρίτσα θεωρείται
ανευσυνότητα (οι γιάπας που ξεπήδησαν στα
χρόνια του Κλίντον αντιθέτως κάπνιζαν χωρίς
να ρουφάνε τον καπνό και αντιστοίχως έκαναν
σεξ χωρίς διείσδυση). Όπως ακριβώς το έθεσε



PHOTOS: DAVID KING COLLECTION

ο Ζακ Λακάν, από τη στιγμή που ο Θεός είναι
νεκρός, τίποτα πια δεν επιτρέπεται.
Το πιο ενδεικτικό μέτρο για το τρέχον status του
καπνίσματος είναι – φυσικά – το Χόλιγουντ. Στα
κλασικά χρόνια του αμερικανικού σινεμά, τις
δεκαετίες του '30 και του '40, το κάπνισμα επί
της οθόνης θεωρούνταν όχι μόνο φυσιολογικό,
αλλά και χρήσιμο. Λειτουργούσε, ας πούμε,
σαν εξαιρετικό εργαλείο στην τέχνη της απο-
πλάνησης (θυμηθείτε τη Λορίν Μπακόλ να ζη-
τάει τη φωτιά του Χάμφρεϊ Μπόγκαρτ). Σήμερα
οι ελάχιστοι που επιμένουν να καπνίζουν στις
ταινίες είναι οι Άραβες τρομοκράτες, κάποιοι
συγγνοί εγκληματίες και κάνας δυο αντιήρωες.
Κάποιοι, μάλιστα, έχουν ήδη προτείνει την
ψηφιακή αφαίρεση των τσιγάρων από τις παλιές
ταινίες. Είναι μια νέου τύπου απαγόρευση, που
καταδεικνύει και μια μετακύλιση του status
της ηθικής. Κάποτε ο Κώδικας Χέιζ επέβαλε
στις ταινίες των προηγούμενων δεκαετιών μια
λογοκρισία με ιδεολογικές καταβολές και με
ηθικοπλαστικές αξιώσεις. Ο σύγχρονος οτιδή-
ποτε απειλεί την υγεία και την ευζωία μας.
Σκεφτείτε για λίγο το ηλεκτρονικό τσιγάρο. Ο
ρόλος του είναι τουλάχιστον αμφιλεγόμενος,
είναι κάτι σαν την τσίχλα δίχως ζάχαρη. Μιλάμε

για μια ηλεκτρική συσκευή προσομοίωσης του καπνίσματος που δημιουργεί τη γεύση του τσιγάρου, που συχνά εμπεριέχει νικοτίνη και που παράγει έναν ατμό που μοιάζει με τον καπνό του τσιγάρου, αλλά είναι άσοςμος. Υποτίθεται ότι προσφέρει τη δυνατότητα απόλαυσης του καπνίσματος χωρίς τους κινδύνους του καπνίσματος. Ήδη, βέβαια, κάποιες αεροπορικές εταιρείες έχουν απαγορεύσει το ηλεκτρονικό τσιγάρο στις πτήσεις τους με τη δικαιολογία ότι προκαλεί εθισμό.

Αυτό, πάντως, που πρέπει να μας απασχολήσει είναι το ποιος τελικά είναι αυτός ο Άλλος, ο «εθισμός» του οποίου —ή, καλύτερα, η επίδειξη από πλευράς του μιας υπερβολικής απόλαυσης— μας ενοχλεί τόσο πολύ; Ο Άλλος δεν είναι άλλος από αυτόν που η χριστιανική παράδοση αποκαλεί «πλησίον». Η σημερινή πραγματικότητα επιβάλλει μια ανεκτική στάση απέναντι στον πλησίον. Η στάση αυτή, όμως, διέπεται από δύο βασικά και κάπως αντικρουόμενα χαρακτηριστικά: το σεβασμό μας για τη διαφορετικότητα του άλλου, αλλά και τον εμμονικό φόβο μας για κάθε είδους παρενόχληση. Όσο η παρουσία του Άλλου είναι διακριτική, όλα είναι μια χαρά. Επίσης, το δικό μου καθήκον απέναντι στον πλησίον εξαντλείται στο να μην τον πλησιάζω τόσο ώστε να εισβάλλω στο ζωτικό του χώρο. Όσο τηρώ κάποιες αποστάσεις, όλα είναι μια χαρά. Στην πραγματικότητα, αυτό είναι το θεμελιώδες ανθρώπινο δικαίωμα στις όψιμες καπιταλιστικές κοινωνίες: το δικαίωμα να μη σε παρενοχλούν, το δικαίωμα να βρίσκεσαι σε μια ασφαλή απόσταση από τους άλλους.

Αυτός, άλλωστε, είναι και ο λόγος που τα ασφαλιστικά και περιοριστικά μέτρα γνωρίζουν τέτοια επιτυχία στα δικαστήρια της Δύσης. Αν κάποιος παρενοχλεί κάποιον άλλο, το δικαστήριο έχει δικαίωμα να του απαγορεύσει να τον πλησιάζει σε απόσταση εκατοντάδων μέτρων. Αναγκάιο μέτρο αναμφίβολα, αλλά ταυτόχρονα δηλωτικό του φόβου μας απέναντι στον άνθρωπο που εκδηλώνει το πάθος του για έναν άλλο άνθρωπο. Το Πάθος, βέβαια, εξ ορισμού μπορεί να βλάψει το αντικείμενό του. Παραφράζοντας το ρητό του Χέγκελ «το Κακό εδρεύει στο βλέμμα αυτού που βλέπει παντού γύρω του το Κακό», μπορούμε να συμπεράνουμε ότι η έλλειψη ανοχής απέναντι στον Άλλο εδράζεται στο βλέμμα αυτού που βλέπει παντού γύρω του απρόσκλητους, απειλητικούς Άλλους.

Η κοινωνία είναι διπλά καχύποπτη απέναντι στους άντρες που παρενοχλούν σεξουαλικά γυναίκες. Αν ξεπεράσουμε τη «φεμινιστική», πολιτικώς ορθή επιφάνεια του πράγματος, θα έρθουμε αντιμέτωποι με το διαδεδομένο αρσενικό/συνβιτιστικό μύθο που παρουσιάζει τις γυναίκες ως αβοήθητα πλάσματα που χρειάζονται προστασία όχι μόνο από τους

Η ΕΠΙΚΡΑΤΗΣΗ ΤΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΟΡΘΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ Η ΕΞΑΠΛΩΣΗ ΤΗΣ ΒΙΑΣ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΔΥΟ ΟΨΕΙΣ ΤΟΥ ΙΔΙΟΥ ΝΟΜΙΣΜΑΤΟΣ.

τυχόν επικίνδυνους άντρες, αλλά και από τους ίδιους τους τους εαυτούς. Το πρόβλημα δεν είναι ότι οι γυναίκες δεν μπορούν να υπερασπιστούν τον εαυτό τους, αλλά ότι μπορεί κάποια στιγμή να αρχίσουν να απολαμβάνουν τη σεξουαλική παρενόχληση — φοβόμαστε μήπως η αρσενική παρείσδυση πυροδοτήσει μέσα τους μια αυτοκαταστροφική έκρηξη υπερβολικής σεξουαλικής απόλαυσης. Αν προσπαθήσουμε να εστιάσουμε στο τι βρίσκεται καμουφλαρισμένο πίσω από την εμμονή μας με τις διάφορες μορφές παρενόχλησης, θα ανακαλύψουμε μια βαθιά ναρκισσιστική υποκειμενικότητα: οτιδήποτε κάνουν οι άλλοι (με κοπάνε, μου μιλάνε) μπορεί να αποτελεί για μένα μια δυνητική απειλή.

Αυτός είναι και ο λόγος για τον οποίο το cybersex γνωρίζει τέτοια δημοφιλία: οι παρτενέρ είναι εικονικοί, οπότε δεν μπορεί να γίνει κουβέντα για παρενόχληση. Αυτή η ιδέα ενός σύμπαντος όπου κανείς δεν παρενοχλείται, αλλά ταυτόχρονα όλοι μπορούν να πραγματοποιήσουν τις πιο βρώμικες φαντασιώσεις τους βρήκε την απόλυτη έκφρασή της σε μια πρόσφατη συζήτηση που έλαβε χώρα στις ΗΠΑ και είχε να κάνει με την επαναδιαπραγμάτευση των δικαιωμάτων των νεκρόφιλων. Γιατί οι νεκρόφιλοι πρέπει να στερούνται του δικαιώματος να κάνουν σεξ με πτώματα; Το βασικό επιχείρημα των νεκρόφιλων ήταν ότι, όπως ακριβώς οι άνθρωποι έχουν δικαίωμα να δωρίσουν τα όργανά τους αφού πεθάνουν για ιατρικούς σκοπούς, θα έπρεπε να έχουν το αντίστοιχο δικαίωμα να δωρίζουν τα πτώματά τους και για σεξουαλικούς σκοπούς. Είναι μια πρόταση που δείχνει (με υπερβολική γλαφυρότητα, βέβαια) ότι η πολιτικώς ορθή στάση της κοινωνίας απέναντι στην παρενόχληση είναι μια νέα ερμηνεία της οξυδερκούς παρατήρησης του Κίρκεγκορ ότι καλός πλησίον είναι ο νεκρός πλησίον. Ένας νεκρός πλησίον —ένα πτώμα— είναι ο ιδανικός σεξουαλικός παρτενέρ ενός

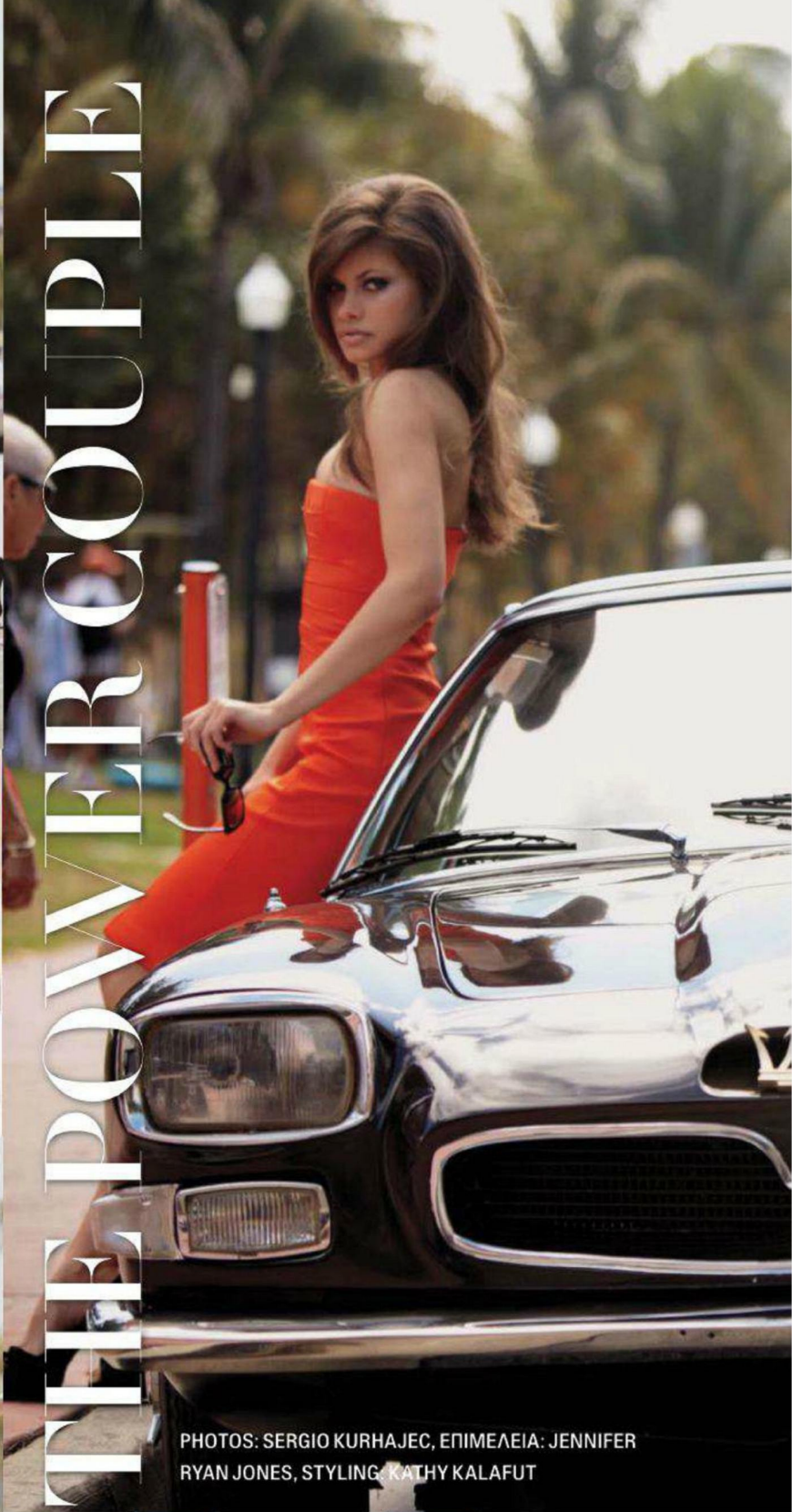
«ανεκτικού» υποκειμένου που προσπαθεί πάση θυσία να αποφύγει την οποιαδήποτε παρενόχληση. Δε γίνεται να παρενοχλήσεις ένα πτώμα. Επίσης, τα πτώματα δεν έχουν τη δυνατότητα να απολάσουν το σεξ, οπότε αυτομάτως εξαλείφεται και η ενοχλητική πιθανότητα της καταχρηστικής απόλαυσης.

Το ότι ο Θάνατος και τα πτώματα βρήκαν εύφορο έδαφος και έκαναν την αντεπίθεσή τους στην ανέφελη εποχή του κυβερνοχώρου μάς υπενθυμίζει ότι στην πραγματικότητα δεν είναι εύκολο να ξεφορτωθούμε τη Βία. Η Βία επιστρέφει κάθε φορά που προσπαθούμε να την απεμπολήσουμε. Ποια είναι η βαθύτερη λογική αυτού που αντιλαμβανόμαστε ως σεξουαλική παρενόχληση; Είναι η ασυμμετρία της αποπλάνησης, η ανισορροπία ανάμεσα στην επιθυμία και το αντικείμενό της. Η ερωτική πράξη είναι αποδεκτή μόνο όταν προκύπτει μετά από αμοιβαία συναίνεση και εξασφαλίζει αμοιβαία ικανοποίηση. Μ' αυτό τον τρόπο, βέβαια, η συνουσία αποσεξουαλικοποιείται και μετατρέπεται σε συναλλαγή. Η οργαστική άνηση της πορνογραφίας στα digital media συνεισφέρει τα μέγιστα σ' αυτή την αποσεξουαλικοποίηση του σεξ. Υπόσχεται να παράσχει «όλο και περισσότερο σεξ», να τα δείξει όλα, αλλά το μόνο που πετυχαίνει είναι μια μάταιη ψευδοϊκανοποίηση που απλώς επιτείνει την αίσθηση του κενού.

Η επικράτηση της πολιτικής ορθότητας, λοιπόν, και η εξάπλωση της βίας είναι οι δύο όψεις του ίδιου νομίσματος. Η βασική προϋπόθεση της πολιτικής ορθότητας είναι ο υποβιβασμός της σεξουαλικότητας σε συναινετικό συμβόλαιο. Σ' αυτό το περιβάλλον το κίνημα για τα δικαιώματα των ομοφυλόφιλων φτάνει —αναπόφευκτα— στην παράδοση σύνταξη συμβολαίων με όρους που εξασφαλίζουν τη συναίνεση σε ακραίες μορφές σαδομαζοχιστικού σεξ (όπου ο αφέντης έχει δικαίωμα να δένει το σκλάβο του με λουρί και να τον βασανίζει). Σ' αυτές ακριβώς τις περιπτώσεις συναινετικής σκλαβιάς η «ελευθερία» των συμβολαίων φτάνει στο απόγειό της και την ίδια στιγμή στην αυτοαπαίρεσή της: η σκλαβιά γίνεται η απόλυτη έκφραση της ελευθερίας.

Ένα μόνο πράγμα είναι βέβαιο: Αν ο Τόμας ντε Κουίνσι ζούσε σήμερα και ξανάγραφε το περίφημο έργο του *Η δολοφονία ως μία εκ των καλύτερων τεχνών*, θα άλλαζε μόνο τον επίλογο: «Γιατί αν κάποιος ενδώσει στο φόνο, πολύ σύντομα θα φτάσει να περιφρονεί την κλοπή. Μετά θα πάρει σειρά το αλκοόλ, η αγενής συμπεριφορά και το κάπνισμα σε δημόσιους χώρους».

ΥΓ.: Ούτε καννίζω ούτε έχω καννίσει ποτέ στη ζωή μου. Και υποστηρίζω με θέρμη τη βαριά φορολόγηση των καννοβιομηχανιών.



THE PROPER COUPLE

PHOTOS: SERGIO KURHAJEC, ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: JENNIFER
RYAN JONES, STYLING: KATHY KALAFUT

Up

ΚΟΣΤΟΥΜΙ ΔOLCE &
GABBANA (DOLCE &
GABBANA BOUTIQUES),
ΠΟΥΚΑΜΙΣΟ BOSS BLACK
(HUGO BOSS STORES),
ΓΡΑΒΑΤΑ Z ZEGNA (ATTICA),
ΠΙΟΛΕΤ BROOKS BROTHERS
(BROOKS BROTHERS
BOUTIQUES).

1966 MASERATI 5000 GT.



PLAYBOY

grade



ΠΑΝΟ:

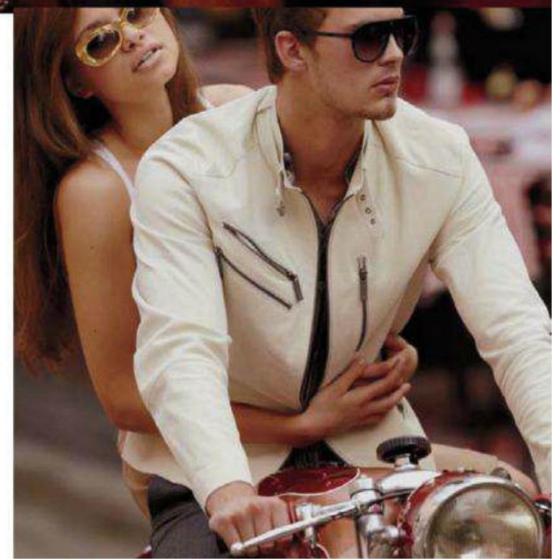
ΣΑΚΑΚΙ PAUL SMITH (LUIA), ΠΟΥΚΑΜΙΟ BRIONI (CAROUZOS), ΠΙΟΣΕΤ DRAKE'S, ΠΑΝΤΕΛΟΝΙ MARC BY MARC JACOBS (MARC BY MARC JACOBS BOUTIQUES), ΓΥΑΛΙΑ ΗΛΙΟΥ BOTTEGA VENETA (SAFILO), ΡΟΛΟΪ ORIS RAID.

1966 FERRARI SUPERFAST.

ΔΕΞΙΑ:

ΣΟΥΕΤ ΤΖΑΚΕΤ BOSS SELECTION (HUGO BOSS STORES), ΠΟΥΚΑΜΙΟ BOTTEGA VENETA (BOTTEGA VENETA BOUTIQUE), ΠΑΝΤΕΛΟΝΙ ACNE, ΓΥΑΛΙΑ ΗΛΙΟΥ BOTTEGA VENETA (SAFILO).

1959 DUCATI 175 SS.

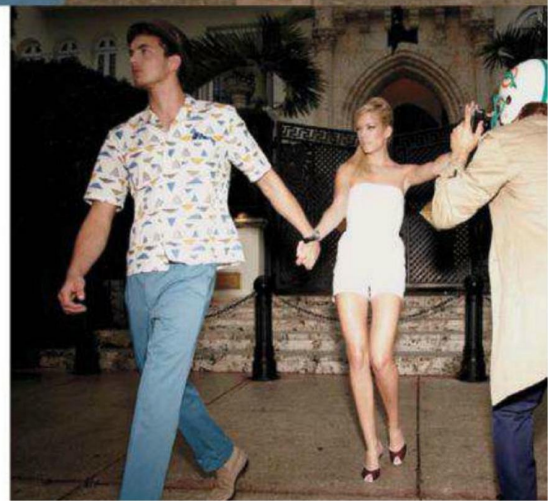


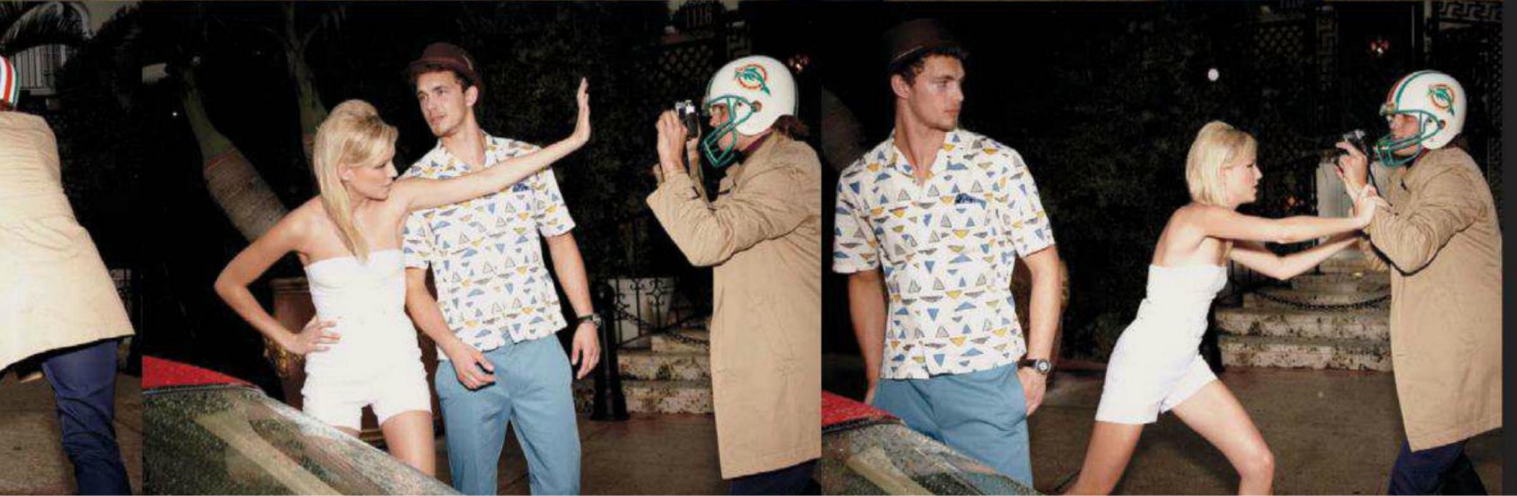




ΠΟΥΚΑΜΙΣΟ ΚΑΙ ΠΑΝΤΕΛΟΝΙ Z ZEGNA (ATTICA),
ΠΑΠΟΥΤΣΙΑ JIMMY CHOO, ΚΑΠΕΛΟ NEW YORK
HAT CO., ΠΟΣΕΤ Z ZEGNA (ATTICA), ΡΟΛΟΪ ORIS
RAID.

ΠΑΠΑΡΑΤΣΙ: ΚΑΜΠΑΡΝΤΙΝΑ BOSS BLACK (HUGO
BOSS STORES), ΠΑΝΤΕΛΟΝΙ BOTTEGA VENETA
(BOTTEGA VENETA BOUTIQUE).





AN N G E R

ΤΑ ΎΧΕΙΣ ΠΑΡΕΙΣ ΣΤΟ ΚΡΑΝΙΟ
ΓΕΝΙΚΩΣ; ΟΚ, ΕΙΝΑΙ ΛΟΓΙΚΟ
ΝΑ ΕΙΣΑΙ ΘΥΜΩΜΕΝΟΣ ΜΕ
ΟΛΟΥΣ ΚΑΙ ΜΕ ΟΛΑ. ΠΙΕΖΕΣΑΙ
ΣΤΗ ΔΟΥΛΕΙΑ, ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ, ΑΠ'
ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΜΠΑΝΤΕΣ. ΩΣΤΟΣΟ,
ΣΥΓΚΡΑΤΗΣΕ ΤΑ ΝΕΥΡΑ ΣΟΥ
ΓΙΑΤΙ ΤΑ ΞΕΣΠΑΣΜΑΤΑ
ΣΥΝΗΘΩΣ ΔΕ ΒΓΑΙΝΟΥΝ ΣΕ
ΚΑΛΟ. ΣΥΝΙΣΤΟΥΜΕ ΗΡΕΜΙΑ
ΚΑΙ ΑΥΤΟΕΛΕΓΧΟ.

ΑΠΟ ΤΗ ΜΑΡΙΔΕΛΛΑ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ

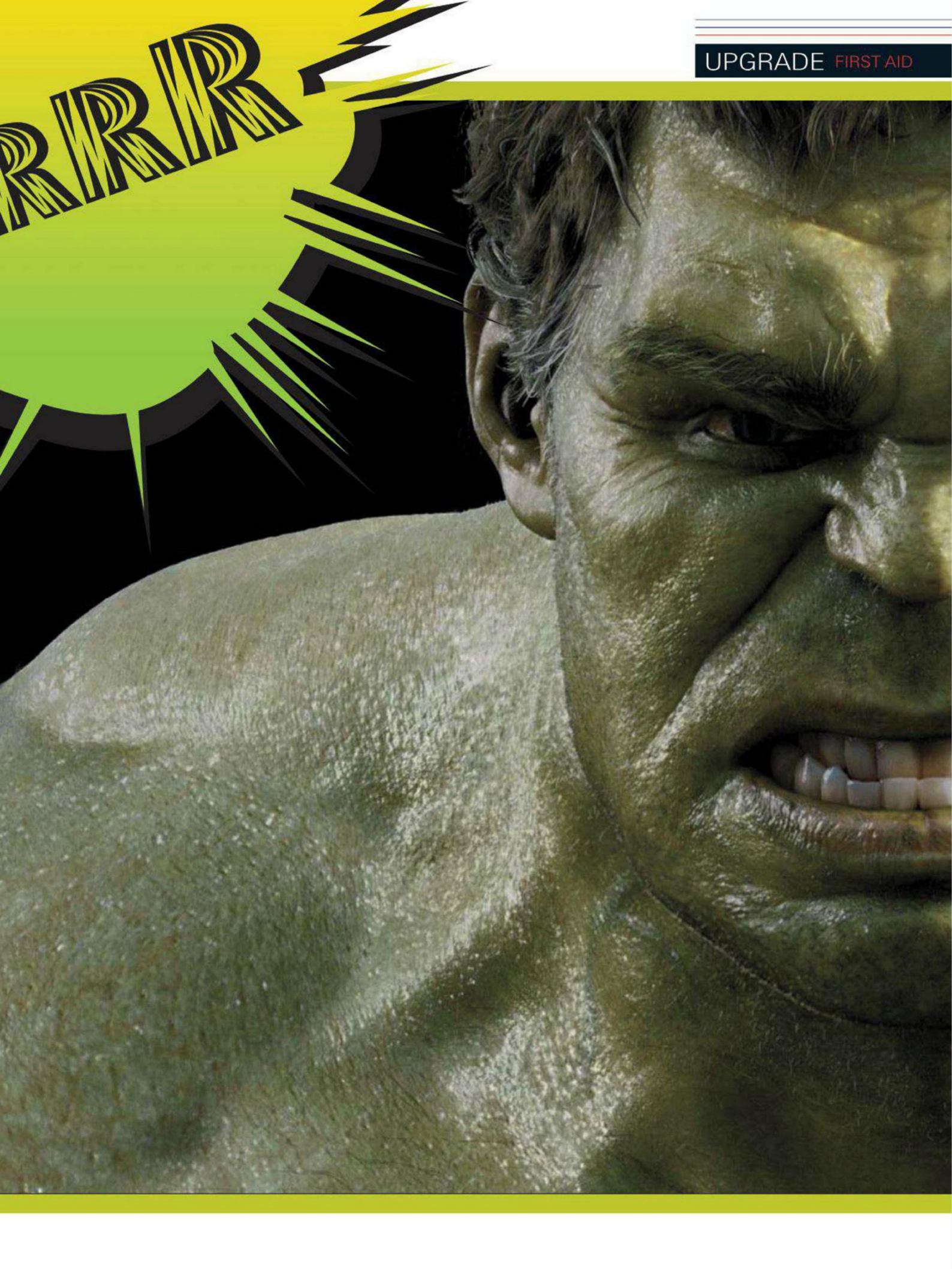
MANAGEMENT

ΔΟΥΛΕΙΕΣ ΜΕ ΦΟΥΡΙΕΣ

Τα σημάδια: Ρίχνεις μπουινιές στο γραφείο/τοίχο, είσαι επιθετικός με τους πελάτες, τσακώνεσαι τουλάχιστον με δύο συναδέλφους κάθε εβδομάδα, θέλεις να σπάσεις τα μούτρα του αφεντικού, κοπανάς τηλέφωνα/πόρτες, δε χάνεις ευκαιρία να κάνεις παρατηρήσεις στους υφισταμένους, τα μούτρα σου είναι μονίμως μέχρι το πάτωμα, είσαι ευερέθιστος, σιγοβράζεις, γκρινιάζεις, γκρινιάζεις, γκρινιάζεις...

Η αλήθεια είναι: Ότι σε εποχές οικονομικής ύφεσης η καλλιέργεια νεύρων ευδοκιμεί ιδιαίτερα. Τα γενικά επίπεδα αυτοπεποίθησης εντοπίζονται κάπου στα Τάρταρα και οι στατιστικές έρευνες δεν προλαβαίνουν να αποτυπώνουν ότι οι εργαζόμενοι αισθάνονται τώρα περισσότερο από ποτέ στρεσαρισμένοι, αδικημένοι, δυσσαρεστημένοι και γενικώς πάρ' τ' αβγό και κούρευ' το. ►







ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΠΡΟΣ ΑΓΑΝΑΚΤΙΣΜΕΝΟΥΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥΣ

1. Ζήτη αυτό που θες
«Όταν οι άνθρωποι δε ζητούν, δε λαμβάνουν και, όταν δε λαμβάνουν, θυμωθούν» υποστηρίζει ο ειδικός σε θέματα διαχείρισης θυμού Ντέιβιντ Γούλφσον. «Μη δημιουργείς μόνος σου στον εαυτό σου απωθημένα. Πάρε το ρίσκο, διεκδίκησε γενναία αυτό που θες, είτε είναι περισσότερο σεβασμός είτε χρόνος είτε χρήμα. Κι αν η απάντηση είναι αρνητική, προσπάθησε να μην το πάρεις προσωπικά».

2. Συγκρατήσου
Κάτι έγινε μόλις και κατευθείαν αρχίζεις να ανεβάζεις θερμοκρασία. Μην είσαι τόσο ευερέθιστος γιατί τα εγκεφαλικά καρδιοκυκλίζουν. Μέχρι το 10 και απόφυγε τις σπασμωδικές κινήσεις, για τις οποίες ίσως μετανιώσεις όταν σου περάσουν τα νεύρα. Αν σε προκαλέσει ο «αντίπαλος», εξήγησέ του ότι δεν είναι η κατάλληλη στιγμή να λύσετε το θέμα και ότι θα τα πείτε όταν ηρεμήσετε. Κανείς δε χάνει όταν διατηρεί την ψυχραιμία του.

3. Σκέψου καθαρά
«Όταν το ποντίκι δει τη γάτα να έρχεται καταπάνω του, τρέχει ενστικτωδώς. Κάπως έτσι αντιδρά κι ένας θυμωμένος άνθρωπος όταν αφήνει την οργή να τον κυριεύσει. Μην πέφτεις στην παγίδα. Αν θες να διαφέρεις από τα ζώα, δώσε λίγο χρόνο στον εαυτό σου να σκεφτεί».

Με το να ξεσπάς όμως στους ανθρώπους με τους οποίους περνάς θέλοντας και μη τη μισή σου καθημερινότητα δε βγαίνει τίποτα. Άσε που είναι πολύ πιθανό να επιβαρύνεις τη θέση σου. Κανείς δεν επιθυμεί, ειδικά αυτή τη στιγμή, ένα συνεργάτη που να εκτοξεύει οργή προς πάσα κατεύθυνση. Δόξα τω Θεώ, η μιζέρια υπάρχει ήδη σε υπερβολική δόση. Επιπλέον, μην ξεχνάς πως η λογική και η τρέλα τέμνονται όταν θολώνει το μάτι. Δε θέλει και πολύ ο χαρτοκόπητος από αθώο αξεσουάρ γραφείου να γίνει φονικό όπλο, τόσα γίνονται κάθε μέρα, άνοιξε και καμιά

εφημερίδα να δεις τι παθαίνουν οι άνθρωποι όταν λειτουργούν εν βρασμό!

Ασκήσεις ηρεμίας: «Όταν ο θυμός σου χτυπήσει την πόρτα, αντί να ξεσπάσεις, δώσε λίγο χρόνο στον εαυτό σου να εκτιμήσει την κατάσταση» συμβουλεύουν οι ψυχοθεραπευτές. Πράγματι, αν το καλοσκεφτείς, πολλά από τα πράγματα που σε νευριάζουν αυθόρμητα, δεν έχουν τόσο αξία ώστε να σε συγκύζουν τόσο, χώρια ότι με το να τα κάνεις όλα λίμπα, κανένα πρόβλημα δε λύνεται, ίσα ίσα που χάνεις και το δίκιο σου. Καλό θα ήταν να αποφεύγεις τους τσακωμούς και τις συναισθηματικές εκρήξεις στο χώρο εργασίας, γιατί υπάρχει μεγάλη περίπτωση να σου κοστίσουν. Φύγε από το χώρο, πήγαινε μια βόλτα μέχρι την τουαλέτα ή μέχρι το καφέ, πιασε λίγο νερό, πάρε βαθιές ανάσες, προσπάθησε να διώξεις την ένταση και σκέψου πώς θα αντιμετωπίσεις την πρόκληση χωρίς να εξωτερικεύσεις όπως όπως το θυμό σου. Με καθαρό μυαλό, γύρισε πίσω και αντιμετώπισε το πρόβλημα με ψυχραιμία και αποφασιστικότητα. Αν, από την άλλη, καταλήξεις στο ότι δεν αξίζει τον κόπο, απλά προσπέρασε το και πήγαινε παρακάτω.

Η ΣΧΕΣΗ ΣΟΥ ΣΤΟ ΡΙΝΓΚ

Τα σημάδια: Αρνάζεσαι με το παραμικρό/Κάνεις εντελώς επίτηδες πράγματα που ξέρεις ότι την εκνευρίζουν/Μήνα παρά μήνα χωρίζετε κάθε 1η, τα ξαναφτιάχνετε κάθε 15/Τσακώνεστε με

άνεση ανά πάσα ώρα και στιγμή ακόμα και μπροστά σε ανυποψίαστο κοινό ή τηλεφωνικά ή μέσω SMS, e-mails, σημάτων Mops κ.λπ./Δυσκολεύεσαι να κοιμηθείς τα βράδια/Το σεξ (μεταξύ σας) δε συμπεριλαμβάνεται στις δικές σας τακτικές εκτόνωσης ή οπουδήποτε αλλού/Τα παίρνετε όλα τοις μετρητοίς και τρώγεστε ακόμα και για τον αέρα που αναπνέετε/Τη βλέπεις και θες να τυφλωθείς (για να μην τη βλέπεις)/Η διαλλακτικότητά σου κινείται στο μηδέν και ο εγωισμός στα ύψη.

Η αλήθεια είναι: Πως όταν αρκετοί από εμάς αντιμετωπίζουμε προβλήματα επαγγελματικής ή οικονομικής φύσης, συνειδητά ή μη εκτονώνομαστε στα πιο κοινά μας πρόσωπα. Αντίστροφα, σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα, όσον αφορά τα νεύρα του 60% των Βρετανών ερωτηθέντων, αυτά τσιτώνουν πρωτίστως μέσα στη σχέση τους. Το μόνο σίγουρο είναι πως, όταν ένας τομέας δεν πάει καλά, πιθανότατα να πάρει η μπάλα και τους υπόλοιπους. Πολύ έξυπνο και ωφέλιμο, ε;
Ασκήσεις ηρεμίας: Το αντίδοτο στην αντιπαράθεση με το πρόσωπο που σε ενδιαφέρει (που λένε και οι αστρολόγοι) είναι η καλή επικοινωνία, τονίζουν οι ψυχολόγοι. Με το στανιό και τον τσαμπουκά «μέχρι αίμα να βγει»

ΤΙ ΣΟΥ ΚΑΝΕΙ Ο ΘΥΜΟΣ

Βήμα 1ο: Πρόκειται για μια ψυχική κατάσταση η οποία ενεργοποιείται από τα κέντρα του εγκεφάλου μόλις το άτομο νιώσει απειλή, ακόμα και αν αυτή εκδηλώνεται μόνο ως σκέψη. Σύμφωνα με τους επιστήμονες, το ανθρώπινο είδος «ανέβασε παροχή» για πρώτη φορά εκατομμύρια

χρόνια πριν. Πιθανότερη αφορμή, ένας τρομακτικός δεινόσαυρος, τον οποίο κατόπιν κυνήγησε
Βήμα 2ο: Η κυκλοφορία του αίματος φορτάρει προς την καρδιά και τους πνεύμονες, κάτι που έχει ως συνέπεια να αυξηθούν οι παλμοί και η αναπνοή να γίνει πιο βαθιά.

Αυτός είναι και ο λόγος που, όντας νευρισμένος, βαράς τσίτες, αισθάνεσαι πιο ενεργητικός και άρα ικανός να τα διαλύσεις όλα. Λάθος...
Βήμα 3ο: Ο θυμός κάνει τις κόρες να διαστέλλονται. Η αίσθηση της όρασης οξύνεται (η φράση «θόλωσε το μάτι μου» είναι μεταφορική), ενώ

και το πεπτικό σου σύστημα επηρεάζεται, αφού ένας πολύ εκνευρισμένος άνθρωπος μπορεί να χάσει τον έλεγχο της ουροδόχου κύστης του, αλλά και του εντέρου του. Ουups...
Βήμα 4ο: Το πιο κρίσιμο στάδιο. Είτε θα ηρεμήσεις και θα ανακτήσεις τον έλεγχο είτε

θα σε πιάσει αμόκ.
Βήμα 5ο: Ξέσπασες, δεν κρατήθηκες. Ωστόσο, μπορεί να κέρδισες τη μάχη, αλλά όχι τον πόλεμο. Η οργή ανεβάζει την πίεση, κάτι που δεν είναι και πολύ καλό για την υγεία σου. Οι ψυχολόγοι συνδέουν άμεσα το θυμό και την αγανάκτηση με την κατάθλιψη.



ΚΑΚΑ ΜΑΝΤΑΤΑ... ΟΙ ΨΥΧΟΛΟΓΟΙ

ΣΥΝΔΕΟΥΝ ΑΜΕΣΑ ΤΟ ΘΥΜΟ ΟΧΙ ΜΟΝΟ ΜΕ ΤΗ ΒΙΑ, ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΜΕ ΤΗΝ ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ.

δε βγαίνει άκρη, εκτός αν ασπάζεσαι την αυθαίρετη θεωρία πως όταν αισθάνεσαι θυμό πρέπει να εξωτερικεύεις όλη σου την επιθετικότητα στην παρτενέρ «γιατί είναι υποχρέωσή της να σε αντέχει». Αμ δε... Εντάξει, άνθρωποι είμαστε και shit happens. Αν όμως η εμπόλεμη κατάσταση παρατραβάει, καλό θα ήταν να το μαζεύετε αμφοτέρω. Όταν έχεις νεύρα -μ' εκείνη ή με το γείτονα, δεν έχει σημασία-, συγκρατήσου και προσπάθησε να το συζητήσεις μαζί της όχι την ώρα του μεγάλου θυμού, αλλά όταν αυτός παρέλθει. Και όταν λέμε «συζήτηση», το εννοούμε, όχι ανάγνωση κατηγορητηρίου.

ΓΙΑΤΡΕ, ΤΑ ΝΕΥΡΑ ΜΟΥ

Δοκιμάσαμε τέσσερις εναλλακτικές θεραπείες διαχείρισης θυμού. Ιδού τα αποτελέσματα...

Βιοδιαδραστική θεραπεία: Δεν είναι η πλέον διαδεδομένη μέθοδος, τουλάχιστον όχι ακόμα, ωστόσο είναι η πιο φουτουριστική. Σου κολλάνε, λέει, κάτι καλώδια στους λοβούς, τα οποία κάτι κάνουν με τα ηλεκτρόδια μέσα στο κρανίο, ενώ εσύ παίζεις ένα παιχνίδι συγκέντρωσης που απαιτεί την ισότιμη συμβολή των δύο ημισφαιρίων του εγκεφάλου, και ο γιατρός παρακολουθεί την εγκεφαλική σου δραστηριότητα. Αυτή η μέθοδος ενδείκνυται για τους ενήλικες που έχουν οξυμένο άγχος, αλλά και για τα παιδιά που πάσχουν από σύνδρομο ελλειμματικής προσοχής. Μια συνεδρία 40 λεπτών αρκεί για να χαλαρώσει ο ασθενής από το άγχος, στις τρεις έχεις γίνει αρνάκι.

Διαλογισμός: Μετά τη σωματική χαλάρωση επέρχεται πάντα η ψυχική. Ο διαλογισμός είναι ο ιδανικός τρόπος για να αποβά-

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΠΡΟΣ ΑΓΑΝΑΚΤΙΣΜΕΝΟΥΣ ΕΡΑΣΤΕΣ

1. Δεν έχεις πάντα δίκιο. Ο φίλος μας ο Γούλφσον υποστηρίζει ότι «όσο πιο θυμωμένος είναι κάποιος, τόσο μεγαλύτερη είναι η ανάγκη του να αποδείξει ότι έχει δίκιο». Ναι, αυτό λέγεται και «αδιαλλαξία», «εγωισμός»... Αλήθεια τώρα, βγαίνει ποτέ άκρη έτσι; Δώσε το καλό παράδειγμα αναγνωρίζοντας τυχόν λάθη σου και ζητώντας συγνώμη. Κάνε ένα βήμα πίσω, για να κάνει εκείνη το επόμενο.

2. Σώπαινε και άκου. Αντί να πιστεύεις αυθαίρετα ότι όλο το σύμπαν συνωμοτεί εναντίον σου και ότι εκείνη κάνει ό,τι περνάει από το χέρι της για να σε εξοργίσει, μπες στον κόπο και ρώτησέ τη για ποιο λόγο έκανε αυτό που σε πείραξε. Μπορεί τελικά τα πράγματα να μην είναι ακριβώς όπως τα έχεις φανταστεί. Πάνω απ' όλα, άκου τον αντίλογο, μη βιάζεσαι να επιβάλλεις τη δική σου εκδοχή.

3. Να είσαι συγκεκριμένος. Σε ενόχλησε κάτι; Τσαντίσου και μίλησε μόνο γι' αυτό. Δεν υπάρχει λόγος να γενικεύεις και να ανασύρεις από το χρονολόγιο της σχέσης σας παλιότερα «αδικήματά» της ώστε να βγεις από πάνω σώνει και ντε! Ναι, στο πεδίο της σχέσης γίνονται συχνά mats. Ποιος σου υποσχέθηκε όμως ότι θα κερδίζεις σε όλους τους αγώνες;

λεις την ένταση από μέσα σου, αρκεί να το θες πραγματικά. Γιατί, όσες ώρες κι αν είσαι διπλωμένος στη swastikasana, αν δε χαλαρώσεις μέσα έξω, τζάμπα κόπος. Η πνευματική διαύγεια μέσω της οποίας θα καταφέρεις να χτυπήσεις τη ρίζα του θυμού και της σύγχυσης θέλει δουλειά πολλή για να επιτευχθεί πάνω στις τεχνικές της γιόγκα και του διαλογισμού (π.χ. βαθιές αναπνοές). Τέσσερις συνεδρίες τουλάχιστον είναι απαραίτητες για να μπει στο νόημα και να καθαρίσει το ζεν σου.

Ανθρωπόμορφος σάκος: Ο παραδοσιακός κυλινδρικός σάκος του μποξ είναι απλά passé. Τώρα πια εκτονώνουμε την οργή μας σε ένα όρθιο παχύ φουσκωτό στρώμα στο οποίο απεικονίζεται η καλογυμνασμένη φιγούρα ενός μποξέρ - από το λαιμό και κάτω (για να φαντασιωνόμαστε όποιο κεφάλι θέλουμε να κοπανήσουμε). Το δένεις με έναν ιμάντα από το ταβάνι ή βάζεις κάποιο θαρραλέο να το βαστάει όσο εσύ βγάζεις από μέσα σου όλη την αρνητική ενέργεια με κλοτσομπουνιδια. Ένα τέταρτο μετά θα είσαι χώμα από την κούραση. Την επόμενη φορά, λοιπόν, που θα θες να πλακώσεις κάποιον κρατήσου μέχρι να γυρίσεις σπίτι.

Υπνοθεραπεία: Η θεωρία πίσω από την ύπνωψη ως μέθοδο διαχείρισης θυμού είναι η εξής: Το υποσυνείδητο ανοίγει τις πόρτες του ώστε ένας έμπειρος υπνωτιστής με ζεστή απαλή φωνή να κάνει τη δουλειά του ενώ εσύ κοιμάσαι και η τύχη σου δουλεύει. Θα απογοητευτείς δυο τρεις φορές, μπορεί και να σιχτηρίσεις, μέχρι επιτέλους να βρεθείς στην επιθυμητή ημι-πόθυμη κατάσταση, ωστόσο η αναπάντεχα cool αντίδρασή σου την επόμενη φορά που κάποιος θα σε μουντζώσει στο φανάρι θα επιβεβαιώσει ότι ο εν λόγω πειραματισμός άξιζε τον κόπο.





Η ΔΙΑΙΤΑ

ΤΩΝ ΣΤΑΡ

ΤΑ ΚΑΛΟΣΜΙΛΕΜΕΝΑ ΣΩΜΑΤΑ ΠΟΛΛΩΝ ΣΤΑΡ ΤΟΥ ΧΟΛΙΓΟΥΝΤ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΜΑ ΤΟΥ PHOTOSHOP Ή ΕΝΟΣ ΜΑΓΙΚΟΥ ΦΙΛΤΡΟΥ ΤΟΥ ΦΑΚΟΥ. ΕΙΝΑΙ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ ΤΗΣ ΑΛΚΑΛΙΚΗΣ ΔΙΑΙΤΑΣ. ΑΠΟ ΤΗ ΜΑΡΙΑ ΧΑΛΑΡΗ

Το σώμα μας αποτελείται κατά περίπου 70% από νερό και είναι εξαιρετικά ευαίσθητο στις διακυμάνσεις του pH. Σύμφωνα με το διατροφολόγο **Σταύρο Δεδούκο**, γενικά λειτουργεί αποδοτικότερα (με ορισμένες εξαιρέσεις) όταν η σχέση οξύτητας/αλκαλικότητας των εσωτερικών ρευστών είναι ουδέτερη ή ελαχιστα περισσότερο αλκαλική. Σε ένα τέτοιο εσωτερικό περιβάλλον τα κύτταρα διατηρούνται πιο υγιή, τα θρεπτικά συστατικά των τροφών αξιοποιούνται καλύτερα, αυξάνεται η ικανότητα παραγωγής ενέργειας από τα μιτοχόνδρια και ισχυροποιούνται οι δυνατότητες αυτοϊασης και αποτοξίνωσης του οργανισμού. Σε γενικές γραμμές, η ρύθμιση της οξύτητας επιτυγχάνεται με την εξουδετέρωση των παραπανίσιων οξέων από ειδικά ένζυμα, τα οποία παράγονται από το συκώτι και το πάγκρεας. Η **Λίντσεϊ Ντάνκαν**, γνωστή φυσίατρος, που κατά καιρούς έχει αναλάβει την **Ντέμι Μουρ**, τον **Μαρκ Τζέικομπς**, το αστέρι των Miami Dolphins **Ρέτζι Μπουζ** (συμπρωταγωνιστής της **Κιρ Καρντίσιαν** στο γνωστό sex tape) και άλλους διάσημους, αναφέρει: «Μπορώ να ξεχωρίσω ένα "όξινο" σώμα από μακριά. Τα μαλλιά και το δέρμα

είναι ξηρά, οι πόροι ανοιχτοί και γενικά όλα δείχνουν σημάδια πρόωρης γήρανσης».

ΠΩΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ

Όταν οι τροφές καίγονται μέσα στο σώμα, αφήνουν πάντα κάποια κατάλοιπα, όπως η στάχτη που αφήνει το καμένο ξύλο στο τζάκι. Ανάλογα με το είδος των τροφών, τα κατάλοιπα μπορεί να είναι όξινα, ουδέτερα ή αλκαλικά. Όταν τα όξινα κατάλοιπα είναι λίγα και τα αλκαλικά αποθέματα πολλά, ο οργανισμός ρυθμίζει σχετικά εύκολα το εσωτερικό του pH και αποτοξινώνεται φυσιολογικά. Αντίθετα, εάν τα όξινα κατάλοιπα είναι υπερβολικά και τα ρυθμιστικά ένζυμα δεν επαρκούν, ένα ποσοστό τους δεν εξουδετερώνεται και παραμένει στο σώμα. Επειδή όμως μπορεί να περάσουν στην κυκλοφορία του αίματος και μέσω αυτής στην καρδιά, στο πάγκρεας, στο συκώτι και σε άλλα όργανα, το σώμα προσπαθεί να τα εγκλωβίζει μέσα στα λιποκύτταρα για να προστατεύσει τα ζωικά του όργανα. Η συσσώρευση μεγάλων ποσοτήτων όξινων καταλοίπων στο λιπώδη ιστό έχει ως αποτέλεσμα την αύξηση του μεγέθους των λιποκυττάρων, έτσι ώστε να δημιουργηθεί περισσότερος διαθέσιμος χώρος για την ασφαλή



ΔΙΑΣΗΜΟΙ ΘΙΑΣΩΤΕΣ ΤΗΣ ΑΛΚΑΛΙΚΗΣ ΔΙΑΙΤΑΣ



ΚΡΙΣ ΧΕΜΣΓΟΥΟΡΘ

Σταδιακά αύξησε τα χορταρικά στο διατολόγιό του, κάτι που τον βοήθησε να ισορροπήσει στον οργανισμό του τις όξινες τροφές, κυρίως ζωικής προέλευσης.



ΤΖΟΣ ΝΤΟΥΧΑΜΕΛ

Ο συμπρωταγωνιστής στη σειρά *Las Vegas* και σύζυγος της Φέργκι των *Black Eyed Peas* πίνει καθημερινά ένα θρεπτικό smoothie φτιαγμένο από πρασινάδες και φρούτα πλούσια σε αλκάλιο. Τι λέει ο ίδιος: «Μου δίνει ενέργεια για την προπόνηση».



ΜΑΡΚ ΡΑΦΑΛΟ

Γνωρίστηκε με τη διατροφολόγο Κίμπερλι Σνάιντερ στα γυρίσματα της ταινίας *Οι εκδίκτες* και από τότε ακολουθεί μια φυτική αλκαλική διατροφή. Τι λέει ο ίδιος: «Νιώθω υπέροχα και δε θέλω να ξαναγυρίσω στις παλιές μου διατροφικές συνήθειες».

ΟΞΙΝΟΣ ΚΑΙ ΞΕΡΟΣ

ΓΙΑ ΝΑ ΠΡΟΧΩΡΗΣΕΙ ΚΑΠΟΙΟΣ ΣΤΗΝ ΑΛΚΑΛΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ, ΠΡΕΠΕΙ ΠΡΩΤΑ ΝΑ ΜΑΘΕΙ ΤΟ ΔΙΑΧΩΡΙΣΜΟ ΤΩΝ ΤΡΟΦΩΝ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ pH ΤΟΥΣ.

ΑΠΟ ΤΟΝ ΓΙΑΝΝΗ ΣΠΑΝΟ

Ο οργανισμός μας είναι ένα χημικό εργαστήριο, όπου όταν κυριαρχεί το πολύ όξινο περιβάλλον, αυξάνονται οι πιθανότητες εμφάνισης φλεγμονών, ενώ όταν κυριαρχεί το πολύ αλκαλικό, πολλαπλασιάζεται ο κίνδυνος εμφάνισης καρδιακών προβλημάτων. Επιδίωξη της αλκαλικής διατροφής είναι ένα ουδέτερο pH, όπως αυτό που έχει το αίμα, που επιτυγχάνεται με ένα διαιτολόγιο περισσότερο αλκαλικό απ' ό,τι όξινο. Πρακτικά η αναλογία επιτυγχάνεται με 70% αλκαλικές τροφές και 30% όξινες. Αυτό που πρέπει να έχει στο μυαλό του εκείνος που θέλει να ακολουθήσει την αλκαλική διατροφή είναι πως στις εξαιρετικά όξινες τροφές περιλαμβάνονται τα κρέατα (τα ψάρια και τα θαλασσινά θεωρούνται μέτρια όξινες τροφές), τα γαλακτοκομικά, οι επεξεργασμένες

τροφές (ρύζι αποφλοιωμένο, μακαρόνια, λευκή ζάχαρη), ο καφές, τα ανθρακούχα αναψυκτικά, τα οιοπνευματώδη ποτά κ.ά. Ουδέτερες τροφές θεωρούνται το ελαιόλαδο, τα αβγά, το γάλα, το μέλι, οι ντομάτες, το ψωμί ολικής αλέσεως, τα όσπρια, το αναποφλοιώτο ρύζι κ.ά. Εξαιρετικά αλκαλικές τροφές είναι το καρπούζι, το πεπόνι, το λεμόνι, ο μαϊντανός, τα σταφύλια, τα αχλάδια, οι χυμοί λαχανικών και φρούτων (χωρίς ζάχαρη). Τα υπόλοιπα φρούτα και λαχανικά θεωρούνται μέτρια αλκαλικές τροφές. Αν και από την κατηγοριοποίηση επιβεβαιώνεται το γνωστό πως «οτιδήποτε νόστιμο είναι και επιβλαβές», οι ευαγγελιστές της αλκαλικής διατροφής επιμένουν πως μετά από μια περίοδο προσαρμογής η στρέψη στις αλκαλικές τροφές γίνεται σχεδόν μηχανικά.

TIPS

Το pH δεν προσδιορίζεται από τη γλυκιά ή ξινή γεύση των τροφών, διευκρινίζει ο Σταύρος Δεδούκος. Η ζάχαρη, π.χ., δημιουργεί όξινα κατάλοιπα, ενώ το λεμόνι αλκαλικό.

Τρόφιμα με χημικά πρόσθετα ή υπολείμματα φαρμάκων έχουν υψηλότερη οξύτητα, άρα τα βιολογικά τρόφιμα είναι πιο αλκαλικά από τα αντίστοιχα συμβατικά.

Τροφές που έχουν υποστεί μικρότερη επεξεργασία είναι κατά κανόνα πιο αλκαλικές.

Τα ώριμα εποχιακά φρούτα και λαχανικά είναι πιο αλκαλικά από τα άγουρα.

Η ίδια τροφή παράγει περισσότερα οξέα όταν τηγανίζεται ή ψήνεται σε υψηλές θερμοκρασίες και λιγότερα όταν παρασκευάζεται στον ατμό ή βράζεται.

Η προσθήκη ζάχαρης μετατρέπει τους χυμούς από αλκαλικούς σε όξινους.

Γαλακτοκομικά από πρόβειο, κατσικίσιο ή γίδινο γάλα είναι πιο αλκαλικά σε σύγκριση με όσα φτιάχνονται από αγελαδινό.

αποθήκευσή τους. Σε ένα υπερόξινο περιβάλλον ο οργανισμός μας αναγκάζεται να φτιάξει ένα τείχος προστασίας από λίπος ενάντια στα οξέα και στις τοξίνες που απειλούν να τον βλάψουν. Κι όσο η υπεροξύτητα δε διορθώνεται, το λίπος όχι μόνο αντιστέκεται σθεναρά σε οποιαδήποτε προσπάθεια μείωσής του μέσω δίαιτας ή γυμναστικής, αλλά και αυξάνεται. Μια ακόμα διατροφολόγος των χολιγουντιανών stars, η **Κίμπερλι Σνάιντερ**, υποστηρίζει πως «η αλκαλική διατροφή προσφέρει λεπτότερο σώμα με την εναλλαγή

επεξεργασμένων υδατανθράκων από φρούτα και λαχανικών. Έχει όμως και άλλα οφέλη, λιγότερο απτά. Ένα απολαυστικό smoothie, για παράδειγμα, σε κάνει να νιώθεις πιο υγιής και γεμάτος ενέργεια». Η **Σέιλα Ντιν**, διαιτολόγος του Πανεπιστημίου της Τάμπα, συμπληρώνει: «Το σημαντικότερο είναι να κάνεις ως επί το πλείστον μια χορτοφαγική διατροφή, ώστε να παίρνεις αλκαλικά μέταλλα, όπως είναι το μαγνήσιο, το ασβέστιο και το κάλιο. Για το σώμα δεν έχει σημασία πως την ονομάζεις».



ΟΙ ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΟΙ ΔΕΝ ΠΑΥΟΥΝ ΝΑ ΤΟ ΕΠΙΣΗΜΑΙΝΟΥΝ: Ο ΗΛΙΟΣ ΔΑΓΚΩΝΕΙ! ΜΗ ΝΟΜΙΖΕΙΣ, ΛΟΙΠΟΝ, ΟΤΙ ΟΤΑΝ ΒΡΙΣΚΕΣΑΙ ΣΤΗΝ ΠΑΡΑΛΙΑ ΚΑΘΑΡΙΖΕΙΣ ΜΑΖΙ ΤΟΥ ΜΟΝΟ ΜΕ ΜΙΑ ΕΠΙΣΤΡΩΣΗ ΑΝΤΙΗΛΙΑΚΟΥ. ΑΠΟ ΤΗ ΜΑΡΙΑ ΧΑΛΑΡΗ

Αν πιστεύεις ότι η επάλειψη με αντιηλιακό (ακόμα και με υψηλό δείκτη προστασίας) αρκεί για να σε προστατέψει από τις συνέπειες της έκθεσης στην ηλιακή ακτινοβολία, είσαι γελασμένος. Χρειάζεσαι ενίσχυση και «εκ των έσω». Ευτυχώς υπάρχουν κάποιοι σύμμαχοι της υγείας και του δέρματός σου που δε μυρίζουν καρύδα και δεν αφήνουν αυτό το εκνευριστικά λιπαρό επίστρωμα πάνω σου. Είναι τροφές που γίνονται η ασπίδα σου απέναντι σε βλάβες που μπορεί να προκαλέσει ο ήλιος, όπως είναι ο καρκίνος του δέρματος, η πρόωγη γήρανση, η βλάβη στα κύτταρα, το μελάνωμα κ.ά. Η διατροφή παίζει και εδώ σημαντικό ρόλο και σε προστατεύει από τις καταστροφικές επιδράσεις της ηλιακής ακτινοβολίας. Παρακάτω θα βρεις εκείνες τις τροφές οι οποίες θα γίνουν ο σύμμαχός σου αυτό το καλοκαίρι.

ΝΤΟΜΑΤΕΣ

Περιέχουν σε μεγάλες ποσότητες την ισχυρή αντιοξειδωτική ουσία λυκοπένιο, που προστατεύει το δέρμα από τις ακτίνες UV και από τα εγκαύματα που προκαλεί ο ήλιος. Το λυκοπένιο απορροφάται καλύτερα όταν συνδυάζεται με καλά λίπη, όπως το ελαιόλαδο (π.χ. στη σαλάτα). Επιπλέον, όταν η ντομάτα είναι μαγειρεμένη, δίνει 4 φορές περισσότερο λυκοπένιο.

ΦΡΑΟΥΛΕΣ, ΚΕΡΑΣΙΑ, ΣΤΑΦΥΛΙΑ

Συμβάλλουν στη διατήρηση του κολλαγόνου στο δέρμα και στην επούλωση των ηλιακών εγκαυμάτων. Επιπλέον, περιέχουν ανθοκυανίνες, ουσίες που, πέρα από το ότι είναι υπεύθυνες για το χρώμα που έχουν τα συγκεκριμένα φρούτα, χαρακτηρίζονται και για την ισχυρή αντιοξειδωτική τους δράση.

ΦΑΚΕΣ

Πόσα οφέλη κρύβονται σε ένα πακέτο φακές; Λιγότερα απ' όσες χρειάζονται για να το γεμίσουν, αλλά οπωσδήποτε πάρα πολλά! Οι φακές είναι πλούσιες σε αντιοξειδωτικές ουσίες, φυτικές πρωτεΐνες, διαλυτές φυτικές ίνες, σίδηρο, μαγνήσιο και ψευδάργυρο. Και το σημαντικότερο; Περιέχουν τη μεγαλύτερη ποσότητα φυλλικού οξέος (ανήκει στις βιταμίνες του συμπλέγματος Β) από οποιαδήποτε άλλη φυτική τροφή! Όλα αυτά τα στοιχεία βοηθούν στη διατήρηση και στη δημιουργία του κολλαγόνου του δέρματος.

ΜΥΔΙΑ, ΓΑΡΙΔΕΣ, ΧΤΑΠΟΔΙ

Τροφές απολύτως καλοκαιρινές, τα θαλασσινά είναι πολύ καλές πηγές πρόσληψης σεληνίου, ψευδαργύρου και ωμέγα-3 λιπαρών οξέων. Βοηθούν στην προστασία του δέρματος από την κακή ακτινοβολία, στην αντιοξειδωτική άμυνα του οργανισμού καθώς και στην πρόληψη του καρκίνου του δέρματος.

ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΑ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΕΩΣ, ΨΩΜΙ ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΕΩΣ, ΚΑΣΤΑΝΟΡΥΖΙ, ΚΡΙΘΑΡΙ

Περιέχουν ένα πολύ σημαντικό συστατικό: τον ψευδάργυρο! Ο ψευδάργυρος είναι ζωτικής σημασίας στοιχείο για την καλή υγεία και την ελαστικότητα της επιδερμίδας. Επιπλέον, βοηθά στην ανάνηψη του καμένου δέρματος.

ΜΑΥΡΗ ΣΟΚΟΛΑΤΑ

Το σημαντικό στη μαύρη σοκολάτα είναι ότι δεν περιέχει γάλα, το οποίο μπορεί να ακυρώσει τις αντιοξειδωτικές της ουσίες. Επίσης, τα φλαβονοειδή που βρίσκουμε σ' αυτήν είναι ικανά να απορροφήσουν τις ακτίνες UV, ενώ βοηθούν και στην ανάνηψη του δέρματος. Έτσι θα δικαιολογήσεις και την προτίμησή σου...

ΠΕΠΟΝΙΑ, CANTALOUPE, ΚΑΡΟΤΑ, ΚΟΛΟΚΥΘΑ, ΜΑΝΓΚΟ, ΒΕΡΙΚΟΚΑ, ΓΛΥΚΟΠΑΤΑΤΕΣ

Με 10 φορές περισσότερη β-καροτίνη, 3 φορές περισσότερη βιταμίνη C και 1/3 περισσότερο κάλιο από τα κοινά πεπόνια, υπέροχο άρωμα και απίστευτα γλυκιά γεύση, τι άλλο χρειάζεσαι για να τα προτιμήσεις; Ιδιαίτερα η β-καροτίνη παίζει σημαντικό ρόλο στην επιδιόρθωση και στην ανάπτυξη των ιστών του δέρματος. Κοστίζουν βέβαια σημαντικά περισσότερο από τα υπόλοιπα...





UPGRADE +

ΕΝΑ ΨΥΓΕΙΟ ΠΑΡΑΛΙΑΣ ΘΑ ΣΟΥ ΕΠΙΤΡΕΨΕΙ ΝΑ ΠΕΡΑΣΕΙΣ LARGE ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΣΟΥ ΣΤΗ ΘΑΛΑΣΣΑ.

ΑΠΟ ΤΗ ΜΑΡΙΑ ΧΑΛΑΡΗ

Το σενάριο είναι χιλιο-παιγμένο: φορτώνεις στο αυτοκίνητο ρακέτες, μπαλάκια και στρώματα θαλάσσης, παίρνεις το έτερόν σου ήμισυ ή την παρέα σου και είσαι έτοιμος για την παραλία. Για να μην επαναλαμβάνεται όμως η ιστορία σαν φάρσα, πρόσθεσε –αν δεν το έχεις κάνει ήδη– κάτι στο σενάριο. Το ψυγειαί της παραλίας είναι το επόμενο σημαντικό «αξεσουάρ» για την καλοκαιρινή σου απόδραση, ειδικά όταν ο υδράργυρος φτάνει τους 40 βαθμούς Κελσίου και οι τιμές των beach bars τσουρουφλίζουν ακόμη περισσότερο. Οι εποχές δεν ευνοούν τις «λαρτζουριές». Ένα καλά οργανωμένο και καλόγουστο ψυγειαί θα σου προσφέρει όλα αυτά που τις «καλές εποχές» κατανάλωνες καλοπληρώνοντάς τα. Και μη σου έρχονται στο μυαλό εικόνες με γιαγιάδες, καρπούζι και κεφτεδάκια, ειδικά εάν δεν είσαι πιστορικός. Ό,τι σου προτείνουμε το κάνουν χρόνια οι καλογυμνασμένοι Αμερικανοί σερφάδες με τις εντυπωσιακές συνοδούς, αλλά και οι εύποροι σκαφάτοι...

ΠΑΓΟΣ: Ξέχνα τις παγοκύστες και αγόρασε μια σακούλα πάγο. Θα κρατήσει δροσερό το περιεχόμενο του ψυγείου και θα έχεις παγάκια για τα διάφορα ποτά σου.

ΝΕΡΟ: Βάλε από το βράδυ 2-3 μπουκάλια στον καταψύκτη. Έτσι, δε θα ξεμείνεις από «καύσιμα» μέσα στο λιοπύρι και θα συνδράμεις τον πάγο ώστε να διατηρεί τα τρόφιμα δροσερά.

ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ: Το εξής ένα: κρύο τσάι, που αποτελεί μια άκρως ξεδιψαστική και υγιεινή επιλογή. Πάρε όμως κι ένα χυμό πορτοκαλί ή λεμόνι. Για ποιο λόγο; Θα το διαβάσεις στη συνέχεια...

ΣΑΝΤΟΥΙΤΣ: Είναι κανόνας πως το ψυγείο θα πανιάσει το ψωμάκι του τσού. Προτίμησε τις αραβικές πίτες ή τις πίτες tortillas. Βασική προϋπόθεση για ένα λαχταριστό σάντουιτς είναι να το παρασκευάσεις επιτόπου. Γι' αυτό ακριβώς χρειάζεσαι άλλο

ΠΟΤΑ

Καλώς ή κακώς, έχουμε συνδέσει μια μέρα μας στην παραλία με την κατανάλωση αλκοόλ. Βάλε, λοιπόν, μερικές μπίρες στο ψυγειαί ή μια φιάλη βότκα (για να χρησιμοποιήσεις και το χυμό πορτοκαλί ή λεμόνι που προαναφέραμε...). Αν μάλιστα έχεις προμηθευτεί και διάφανα πλαστικά κυπελλάκια, δε θα αισθανθείς την παραμικρή μιζέρια που δεν προτίμησες τα ποτά του beach bar εξοικονομώντας ταυτόχρονα κι ένα σημαντικό ποσό.

ΑΛΜΥΡΑ

Μπορεί η κατανάλωση αλατιού να προκαλεί δίψα, ταυτόχρονα όμως βοηθάει τον οργανισμό να συγκρατεί το νερό που κατανάλωνεις και απομακρύνει τον κίνδυνο αφυδάτωσης. Προτίμησε τσιπς ψημένα (και όχι τηγανητά) ή τα καινούρια τσιπς δημητριακών. Αν είναι να κάνεις μια αμαρτία, κάν' την τουλάχιστον πιο light.

σακουλάκι ή ταπεράκι για τα λαχανικά και άλλο για τα αλλαντικά και τα τυριά. Καλό είναι να αποφύγεις τις σάλτσες και, αν τις επιλέξεις, φρόντισε να τις μεταφέρεις σε ξεχωριστό βαζάκι.

ΦΡΟΥΤΑ: Τα φρούτα είναι η απαραίτητη, υγιεινή και εύκολη λύση. Προτού αναχωρήσεις, πλύνε καλά ροδάκινα ή νεκταρίνια, κεράσια, ρίξε μέσα ένα πεπόνι και μερικές μπανάνες. Ιδανικά για γρήγορη κατανάλωση είναι μια φρουτοσαλάτα, που θα σου δώσει ενέργεια, βιταμίνες και, αν μη τι άλλο, θα σε δροσίσει τη στιγμή που θα νιώσεις να αφυδατώνεσαι από τη λάβρα του μεσημεριού.

ΣΑΛΑΤΑ: Μαζί με το σαντουιτσί θα καλύψεις τις διατροφικές σου ανάγκες χωρίς να καταστήσει απαγορευτικό το μπάνιο για κάποιες ώρες. Γέμισε ένα τάπερ με ό,τι σαλατικό προτιμάς και μην ξεχάσεις κι ένα βαζάκι με το ντρέσινγκ της αρεσκείας σου, ώστε να την αρτύσεις λίγο προτού την καταναλώσεις.

+ SUMMER CARE

HIGH PROTECTION BODY MILK HEPHAESTUS SPF 30, FRESH LINE

Αντιηλιακό γαλάκτωμα σώματος με φυτικά συστατικά, αλόη και βιταμίνη E.



SUN SPRAY PROTECT & BRONZE SPF 20, NIVEA SUN

Αντιηλιακό σπρέι που υποστηρίζει τη φυσική ικανότητα του μαυρίσματος της επιδερμίδας, ανθεκτικό στο νερό.



AMBRE SOLAIRE SPF 20, GARNIER

Αντιηλιακό λάδι για λαμπερό μαύρισμα, ανθεκτικό στο νερό.



CAPITAL SOLEIL SPF 40, VICHY

Αντιηλιακό λάδι με ανάλαφρη υφή για ευαίσθητες επιδερμίδες (στα φαρμακεία).



ANTHELIOS XL FLUIDE EXTREME SPF 50+, LA ROCHE-POSAY

Αντιηλιακή κρέμα που προστατεύει το ευαίσθητο ή αλλεργικό δέρμα από τον έντονο ήλιο (στα φαρμακεία).



LAIT SOLAIRE SPF 15, BIOTHERM

Ελαφρύ αντιηλιακό γαλάκτωμα για το πρόσωπο και το σώμα, με άρωμα εσπεριδοειδών.



ΓΙΑ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΧΡΗΣΗ ΣΤΗΝ ΠΟΛΗ ΑΝΑΖΗΤΗΣΕ ΕΝΑ ΑΝΤΗΛΙΑΚΟ ΜΕ ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΑ ΦΙΛΤΡΑ ΕΥΡΕΟΣ ΦΑΣΜΑΤΟΣ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΑΚΤΙΝΩΝ UVA & UVB, ΜΕ ΑΝΤΙΟΞΕΙΔΩΤΙΚΕΣ ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ C ΚΑΙ E. ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΡΑΛΙΑ ΠΡΟΜΗΘΕΥΣΟΥ ΕΝΑ ΑΔΙΑΒΡΟΧΟ ΑΝΤΗΛΙΑΚΟ ΜΕ ΥΨΗΛΟ ΔΕΙΚΤΗ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΦΡΟΝΤΙΣΕ ΝΑ ΤΟ ΑΝΑΝΕΩΝΕΙΣ ΧΩΡΙΣ ΝΑ ΤΣΙΓΚΟΥΝΕΥΕΣΑΙ ΣΤΙΣ ΔΟΣΕΙΣ ΕΠΕΙΤΑ ΑΠΟ ΚΑΘΕ ΒΟΥΤΙΑ ΣΤΗ ΘΑΛΑΣΣΑ.

ΑΠΟ ΤΗ ΣΟΦΙΑ ΜΑΡΓΑΡΗ, PHOTO: ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΣΙΑΣ, ΒΑΣΙΛΗΣ ΜΑΝΤΑΣ



TARGETED PROTECTION STICK SPF 35, CLINIQUE
Αντιηλιακό στικ για τη μύτη, τα χείλη και τα αφτιά.



SUN PROTECTION SPRAY SPF 15, SHISEIDO
Αντιηλιακό σπρέι προσώπου, σώματος και μαλλιών.

CREME VISAGE ANTI-RIDES SOLAR EXPERTISE SPF 15, L'ORÉAL PARIS
Αντιηλιακή κρέμα προσώπου με δράση κατά των ρυτίδων.



SILKY MILK SUBLIME TAN SUN BEAUTY SPF 15, LANCASTER
Αντιηλιακό γαλάκτωμα σώματος για ομοιόμορφο μαύρισμα που διαρκεί.



TROPICAL BLEND SPF 10, COPPERTONE
Αντιηλιακό λάδι μαυρίσματος, με καρύδα και βιταμίνη E, για εντατικό μαύρισμα.

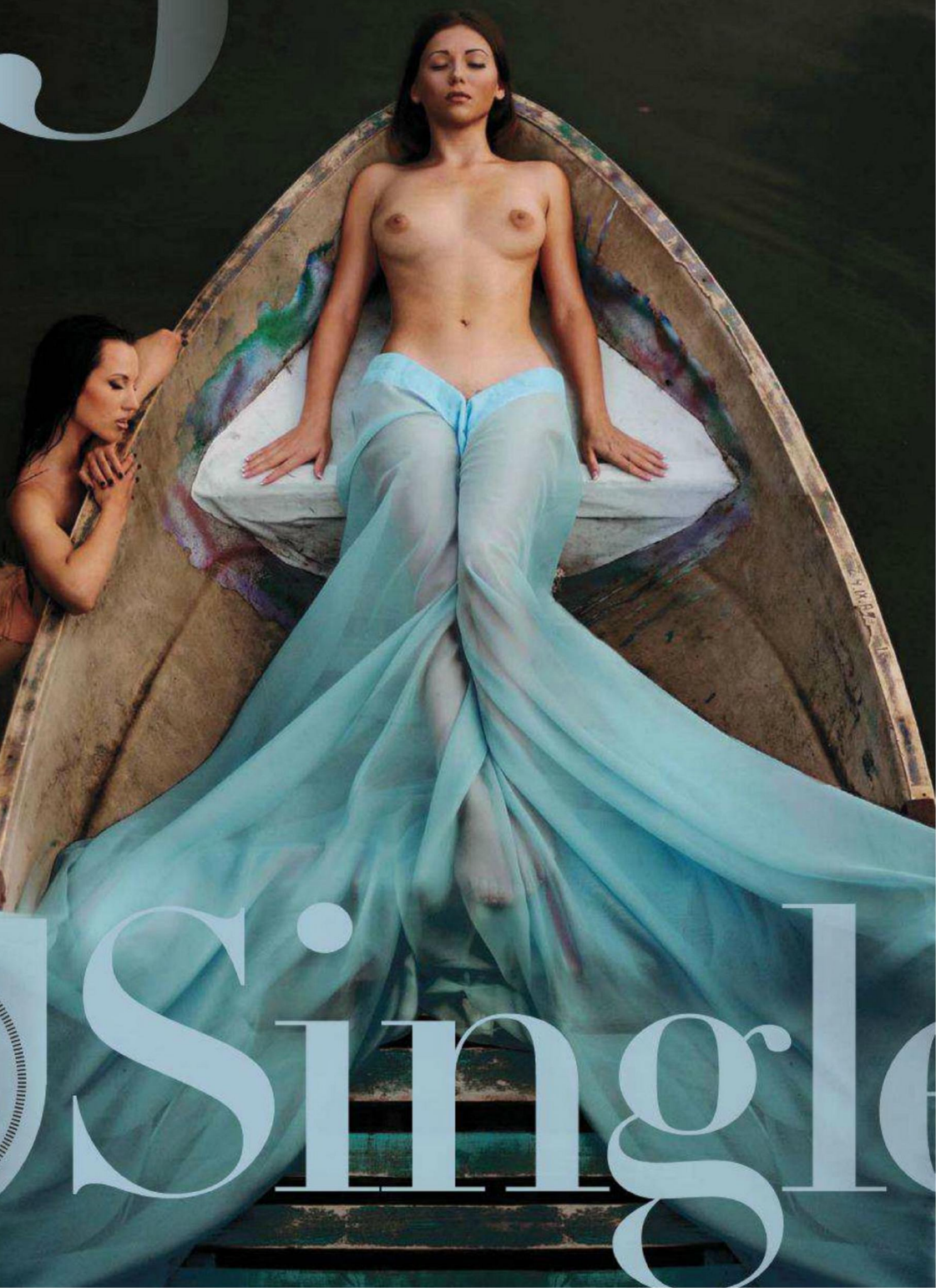


INTENSIVE EXOTIC TANNING GEL SUNSATIONS SPF 10, CARROTEN
Γελ για έντονο εξωτικό μαύρισμα.



Όταν μια χώρα διαθέτει όμορφα τοπία και υπέροχες γυναίκες, η φωτογραφική τους αποτύπωση θεωρείται εκ των ων ουκ άνευ. Οι Ουκρανοί αγάλλονται και μαζί τους κι εμείς!

photoca



PLAYBOY

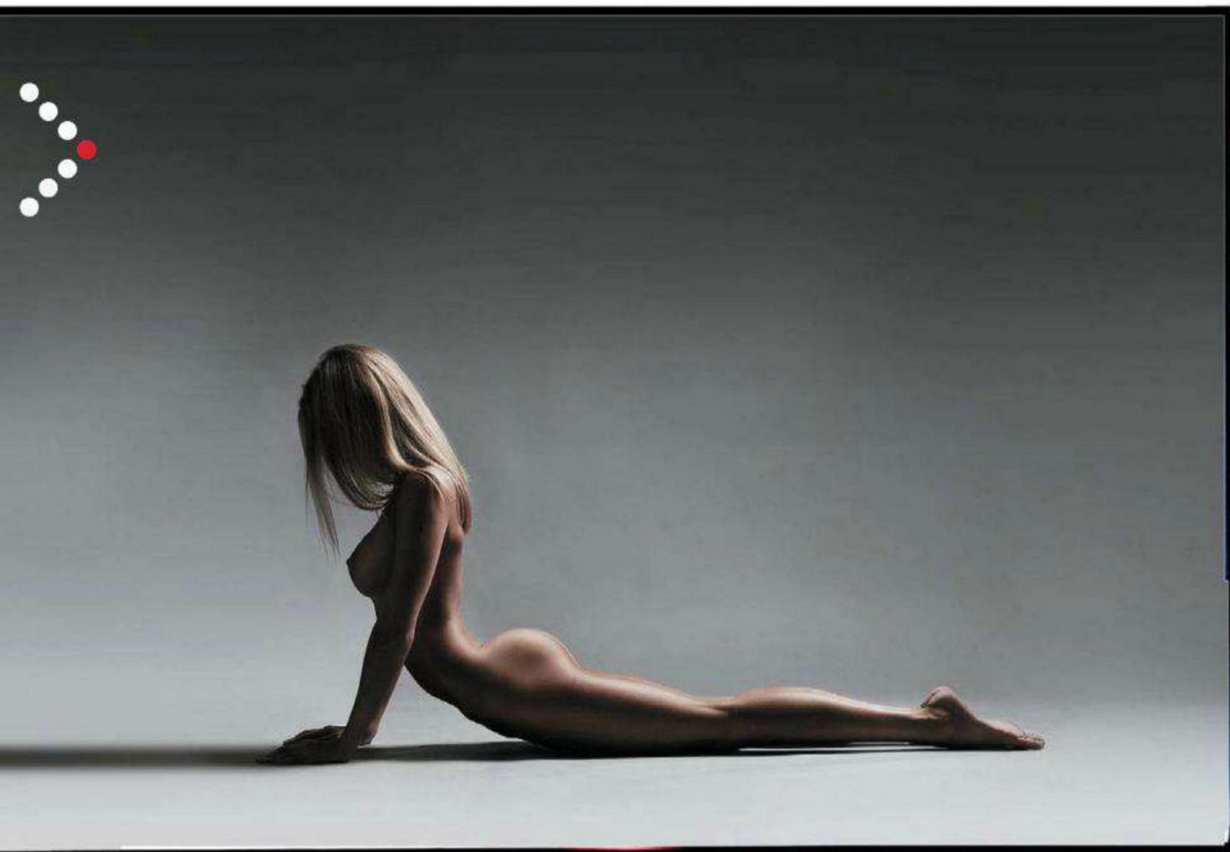
Singles

Οι πρωταγωνιστές του Euro 2012 μπορεί να επέστρεψαν στις χώρες τους, όμως η μπάλα συνεχίζει να παίζεται στο ουκρανικό έδαφος. Σε ρόλο διοργανωτή το αδελφό *Playboy*, που με το φωτογραφικό διαγωνισμό που έχει καθιερώσει τα τελευταία χρόνια, δίνει την ευκαιρία σε επαγγελματίες και ερασιτέχνες καλλιτέχνες να δημιουργήσουν πάνω σε μοντέλα που «σκοράρουν». Το αέναο παιχνίδι του φωτός με τη σκιά αναδεικνύει τα σμιλεμένα κορμιά. Οι τρεις νικητές του διαγωνισμού αποκαλύπτουν τόσο το ταλέντο τους όσο και τη χαρακτηριστική γυναικεία πλευρά της χώρας τους. Απαντώντας σ' εκείνους που υποστηρίζουν ότι «μία εικόνα, χίλιες λέξεις», αποδεικνύουν ότι «μία εικόνα, χίλιες φαντασιώσεις-και μία νύχτες»! Απολαύστε τις φωτογραφίες τους.



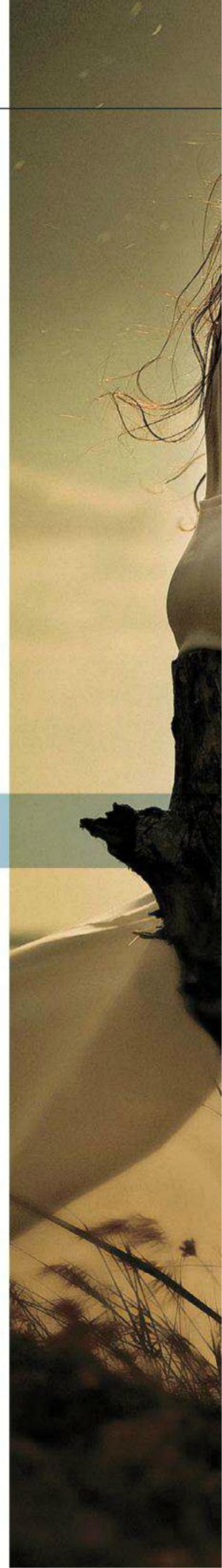
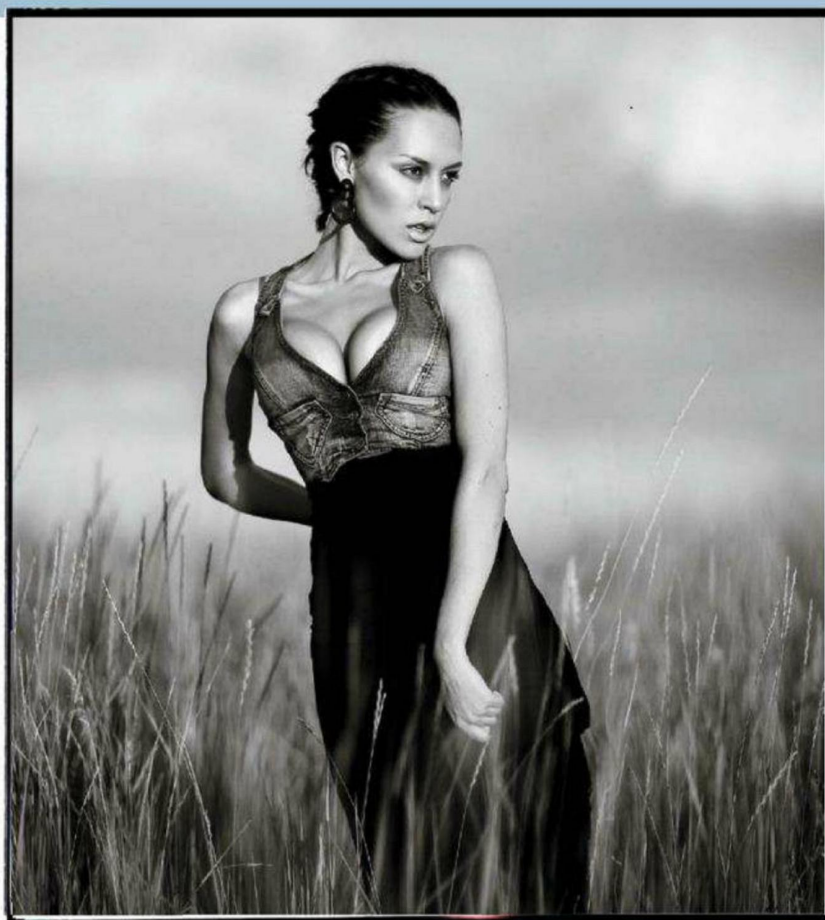
ΑΝΤΡΕΪ ΛΟΥΚΑΣ, ΚΙΕΒΟ, 1ος ΝΙΚΗΤΗΣ





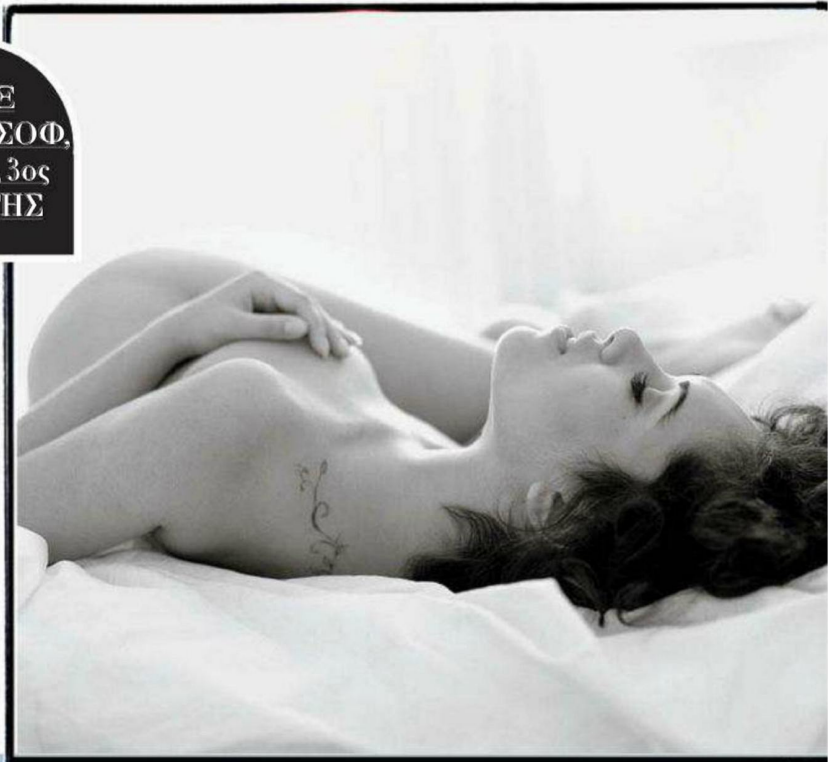
ΓΙΟΥΛΙΑ ΓΚΑΛΤΣΕΝΚΟ, 2η ΝΙΚΗΤΡΙΑ

photo
erotica

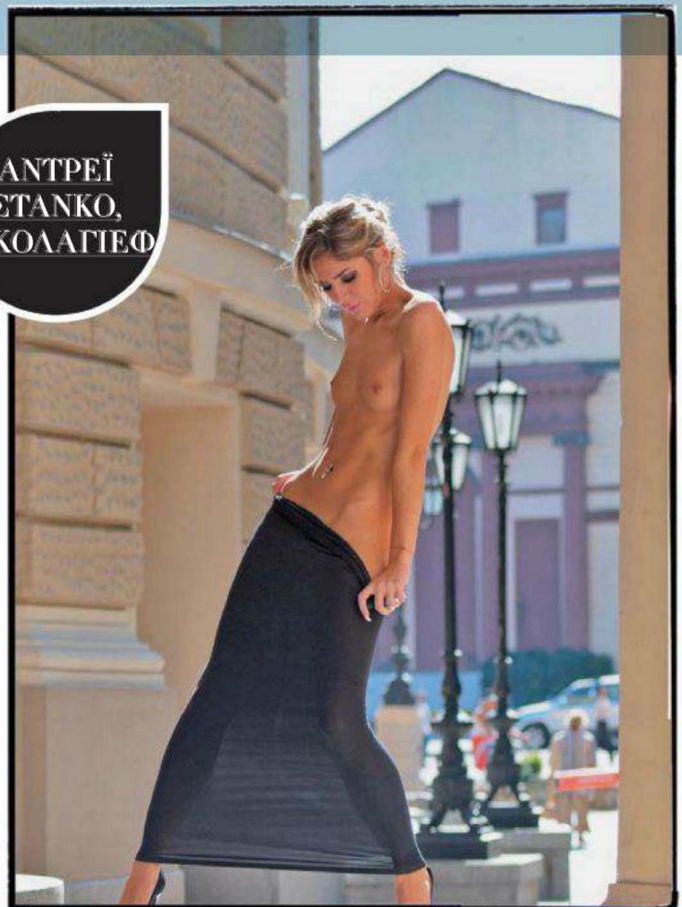




ΑΛΕΞ
ΣΤΡΕΛΤΣΟΦ,
ΚΙΕΒΟ, 3ος
ΝΙΚΗΤΗΣ

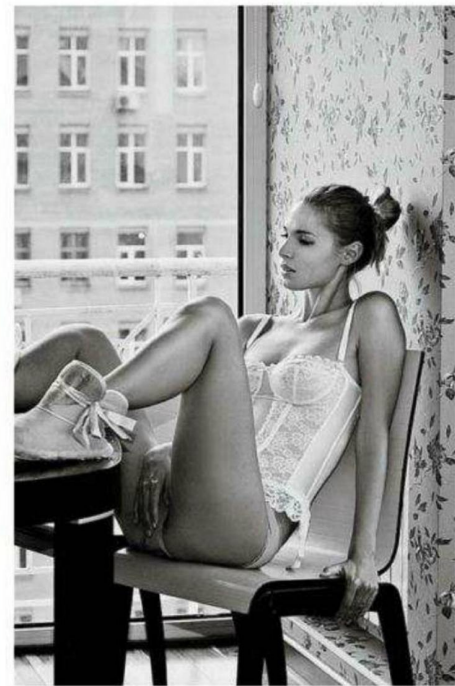


ΑΝΤΡΕΪ
ΣΤΑΝΚΟ,
ΝΙΚΟΛΑΓΙΕΦ

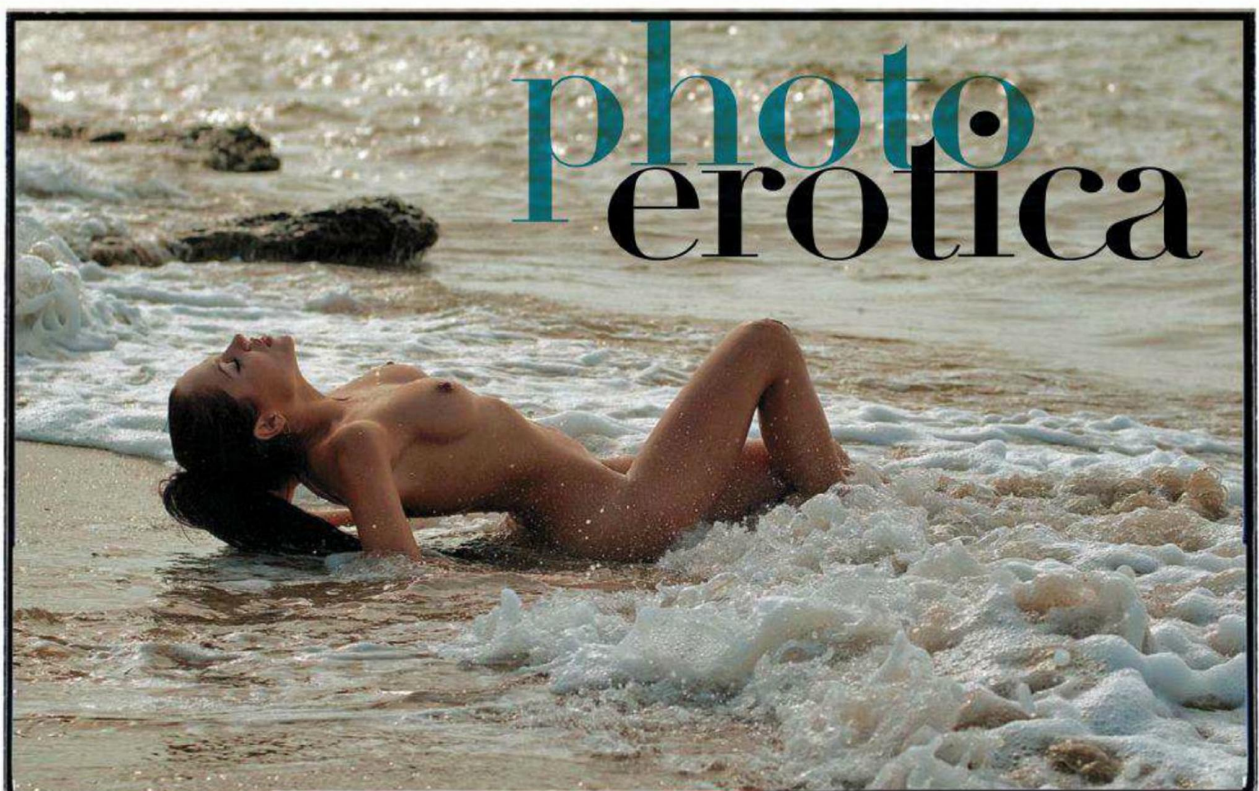




ΠΑΝΩ & ΚΑΤΩ: ΑΝΤΡΕΪ ΣΤΑΝΚΟ, ΝΙΚΟΛΑΓΙΕΦ

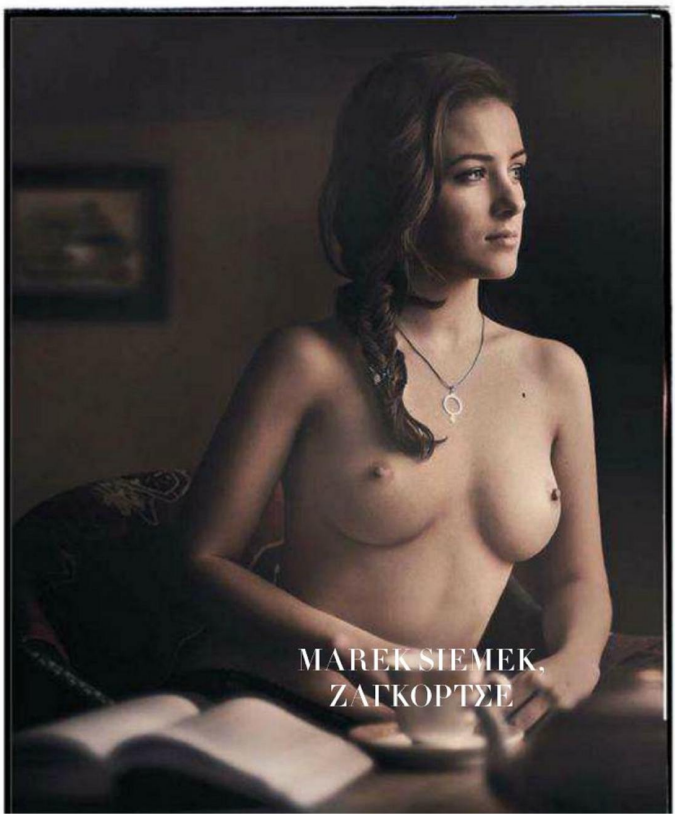
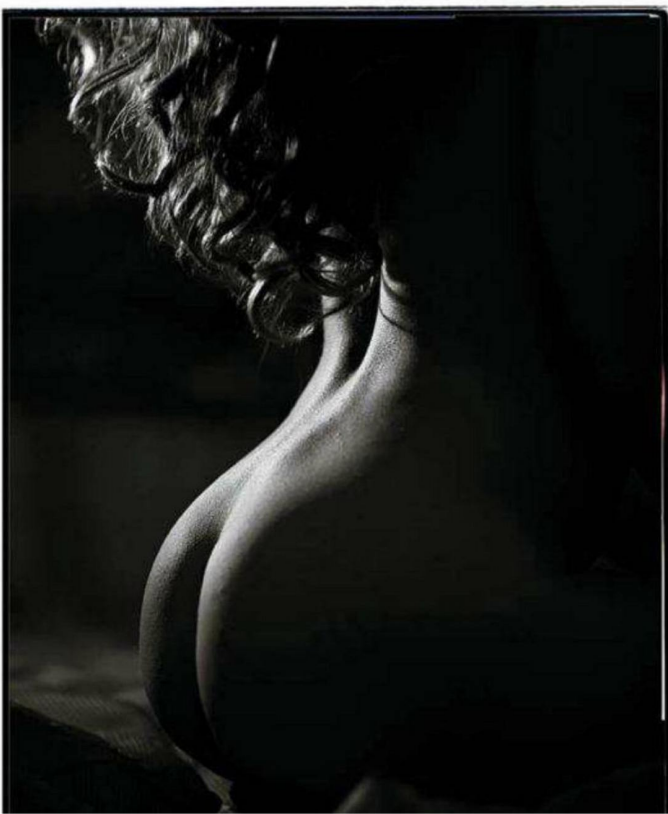


ΝΤΑΣΑ &
ΜΑΡΙ,
ΠΟΣΕΛΟΚ





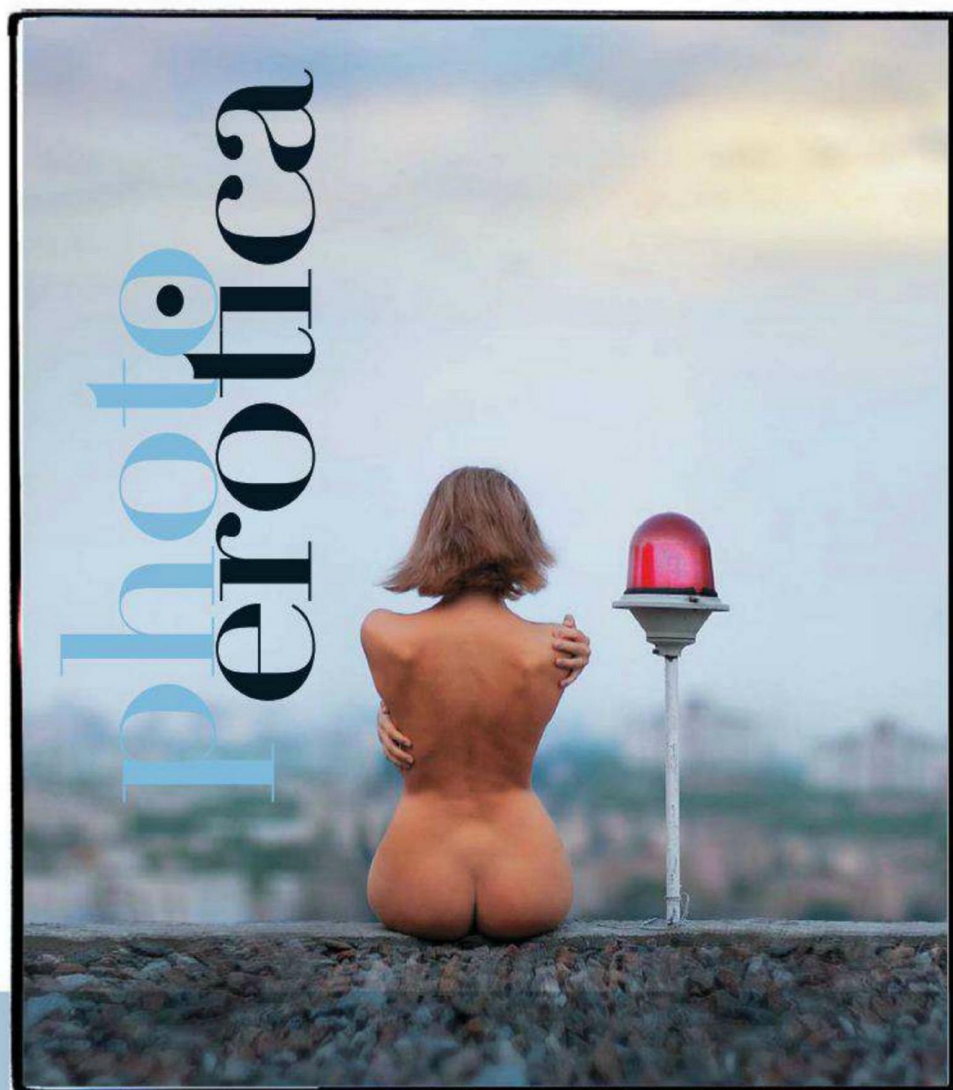
ΑΝΤΡΕΪ ΣΤΑΝΚΟ, ΝΤΜΙΤΡΙ ΜΠΙΡΟΥΣΚΙΝ (ΚΑΤΩ ΑΡΙΣΤΕΡΑ), ΙΒΑΝ ΑΡΙΣΤΟΦ (ΚΑΤΩ ΔΕΞΙΑ)



ΜΑΡΕΚ ΣΙΕΜΕΚ,
ΖΑΓΚΟΡΤΣΕ



ΑΝΤΡΕΪ ΛΟΥΚΑΣ, ΚΙΕΒΟ



ΧΑΜΟΓΕΛΑ! ΤΟ ΠΟΥΛΑΚΙ ΣΟΥ...

ΠΩΣ ΘΑ ΑΙΣΘΑΝΟΣΟΥΝ
ΑΝ ΑΝΤΙΚΡΙΖΕΣ ΓΥΜΝΕΣ
ΦΩΤΟ ΣΟΥ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙ-
ΚΤΥΟ; ΓΙΑ ΝΑ ΜΗ
ΓΙΝΕΙΣ «ΘΕΜΑ», ΡΙΞΕ
ΜΙΑ ΜΑΤΙΑ ΣΤΟ ΘΕΜΑ.
ΑΠΟ ΤΗ ΜΑΡΙΑ ΧΑΛΑΡΗ

Αν οι πρώην σου έχουν την τάση να δημοσιεύουν στο Διαδίκτυο γυμνές φωτογραφίες σου, που εσύ ο ίδιος μάλιστα τους έστει-
λες, τότε το αντρικό σου μόριο είναι σε πολύ μεγαλύτερο κίν-
δυνο από το κλεψασμό ή από μια
ανεπιθύμητη παγκόσμια φήμη...
Τι πρέπει, λοιπόν, να κάνεις εάν
το -πρώην- έτερόν σου ήμισυ
έχει αποφασίσει να σε διασύρει
δημόσια; Υπάρχει τρόπος αντί-
δρασης; Ο Άντι Φίπεν, καθηγητής
του Πανεπιστημίου του Πλίμουθ,
ειδικός σε θέματα περί ευθύνης
στο Διαδίκτυο, μας διαφωτίζει
μέσα από τέσσερα πιθανά σενά-
ρια διαρροής γυμνών φωτογρα-
φιών.

ΣΕΝΑΡΙΟ 1ο:

**Η πρώην σου σε εκθέτει
ανεπανόρθωτα**

Στέλνεις σέξι φωτογραφίες σου σε
κάποια που αργότερα εξελίσσεται
σε θεότρελη πρώην. Μην χάνεις
καθόλου χρόνο και ρίξε μια ματιά
στο www.isanyoneup.com. Αν εμ-
φανιστεί το ονοματεπώνυμό σου,
ο τρόμος θα σου κόψει την ανάσα
μονομιάς. Το site αυτό λειτουργεί
ως εξής: Η πρώην σου παίρνει μια
φωτογραφία από το προφίλ σου
και τη δημοσιεύει μαζί μ' εκείνες
τις σκληρού περιεχομένου που
κάποτε της έστειλες. Συνήθως τις
συνοδεύει με λεζάντες του τύπου
«Κοίτα το μόριό μου, είναι βρομιά-
ρικο και γεμάτο αρρώστιες». Ούτε
να τη σκέφτεσαι τέτοια ντροπή και
ξεφτίλα!

Τι μπορείς να κάνεις: «Απολύτως
τίποτα. Εκτός κι αν θες να μπεις σε
μια δαπανηρή δικαστική διαμάχη
και να διεκδικήσεις το δικό σου»
λέει ο καθηγητής Άντι Φίπεν. «Οι

πιθανότητες να αφαιρέσεις το
προσβλητικό υλικό είναι ελάχιστες
ή μηδαμινές». Με απλά λόγια, μπο-
ρείς να απευθυνθείς στην Υπηρε-
σία Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλή-
ματος, που ελέγχει blogs, sites και
σελίδες κοινωνικής δικτύωσης,
αλλά δεν μπορείς να ξέρεις πόσο
μακριά έχει φτάσει ήδη η «βαλίτσα»
σου. Τρανταχτό παράδειγμα η πε-

ριπέτεια μιας 17χρονης Ελληνίδας
μαθήτριάς που πριν από τέσσερις
μήνες έβλεπε το βιντεάκι στο οποίο
είχαν καταγραφεί οι ερωτικές της
περιπτώξεις με το συμμαθητή της
να κάνει το γύρο του Διαδικτύου. Τι
κι αν απευθύνθηκε στο Τμήμα Δίω-
ξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος; Το
κακό είχε ήδη συμβεί στις 20 μέρες
που μεσολάβησαν μέχρι την εξιχνί-
αση της υπόθεσης. Δεν υπάρχει,
λοιπόν, τρόπος να προστατευτείς
από αυτό; Σύμφωνα με τον καθηγη-
τή Φίπεν, όχι. «Θα μπορούσες
να κάνεις μια κάποιοι είδους δε-
σμευτική σύμβαση πριν ξεκινήσεις
την ανταλλαγή φωτογραφιών.
Συχνά όμως αυτή δε λειτουργεί
δεσμευτικά».



ΣΕΝΑΡΙΟ 2ο:

Οι καυτές φωτογραφίες σου γίνονται θέαμα στο γραφείο
Σκέφτεσαι ότι θα ήταν έξυπνο να στείλεις στη συνάδελφο και φίλη σου μια εικόνα με την «περηφάνια» σου σε πλήρη αποκάλυψη εν ώρα εργασίας. Εκείνη όμως έχει φύγει και η φωτογραφία έχει προωθηθεί σε όλους τους υπόλοιπους συναδέλφους. Αυτό το ξεκαρδιστικό για τους άλλους υλικό σου δείχνει το δρόμο προς την απόλυση. Κι αυτό μόνο αν έχεις την τύχη με το μέρος σου...

Τι μπορείς να κάνεις: «Εάν υπάρχει η δυνατότητα να αποδειχτεί πως οι φωτογραφίες έχουν σταλεί από σένα, τότε μπορεί εύκολα να κατηγορηθείς για σεξουαλική παρενόχληση» λέει ο Άντι Φίπεν.

«Το να μοιράζεσαι φωτογραφίες με τη σύντροφό σου στο σπίτι είναι τελείως διαφορετικό πράγμα από το να τις μοιράζεσαι σε χώρο εργασίας. Είναι σαν να παρενοχλείς μια συνάδελφο. Δε θα πίνανες ποτέ καταπάνω της με κατεβασμένο παντελόνι. Επομένως, μη μοιράζεσαι ακατάλληλο υλικό μαζί της. Οι εταιρείες είναι κάθετες ως προς αυτό. Αποφεύγουν όπως ο διάβολος το λιβάνι τις πανάκριβες αγωγές και την καταστροφή της φήμης τους και γι' αυτό επιλέγουν τις απολύσεις».

ΣΕΝΑΡΙΟ 3ο:

Ο παλιο-υπολογιστής σου κάνει φτερά!

Υπάρχουν μερικά πράγματα στο laptop σου που σίγουρα δε θέλεις να τα δει κανείς. Σκέψου εκείνο τον Κινέζο πιλότο που έχασε τον υπολογιστή του και κατέληξε να βλέπει τη σεξουαλική του εμπειρία με μια κοπέλα εκ του πληρώματος στο Διαδίκτυο. Φαντάσου, λοιπόν, το δικό σου laptop να πέσει σε άλλα χέρια. Πώς στο καλό θα χειριστείς την κατάσταση σε αυτή την περίπτωση;

Τι μπορείς να κάνεις: «Από τη στιγμή που έφυγε από τα χέρια σου, έχασες και τον έλεγχο του απαγορευμένου υλικού» επισημαίνει ο Φίπεν. «Θα σου πρότεινα να δημιουργείς αντίγραφα ασφαλείας αυτών των ευαίσθητων δεδομένων σε ένα σκληρό δίσκο ή να χρησιμοποιείς λογισμικό για εντοπισμό, έτσι ώστε να μπορείς τουλάχιστον να τα εντοπίσεις εάν έχει περάσει πολύς καιρός».

41%

των Βρετανών ηλικίας 25-34 έχουν στον υπολογιστή τους γυμνές φωτογραφίες ή βίντεο.

4%

των Βρετανών υποστηρίζουν πως θα ένιωθαν περήφανοι αν κάποιος έβρισκε γυμνό υλικό στο laptop τους.



39%

των Βρετανών ηθοποιών ομολογούν ότι έχουν στο PC τους άσεμνες φωτογραφίες που απεικονίζουν τους ίδιους.

ΣΕΝΑΡΙΟ 4ο:

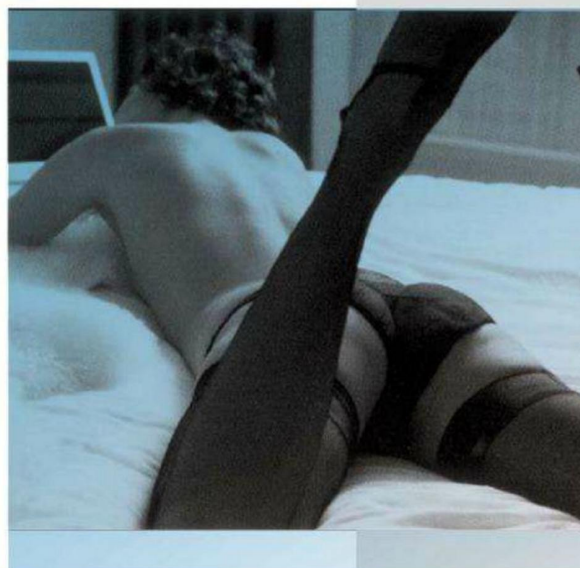
Χάκαραν το κινητό σου

Πιστεύεις ότι οι πιο πονηρές και σκοτεινές «γωνιές» του τηλεφώνου σου είναι προστατευμένες από τα αδιάκριτα βλέμματα; Μέγα λάθος! Ειδικά όταν πέφτει στα χέρια εργαζομένων καταστήματος κινητής τηλεφωνίας, χρειάζεται προσοχή. Η Λίσα Μπλάζεκ, υπεύθυνη σε τεχνικό τμήμα, παραιτήθηκε από τη δουλειά της γιατί συσκευές πελατών που περιείχαν πρόστυχες φωτογραφίες τους παραβιάστηκαν από συναδέλφους της. Συμπέρασμα: Το κινητό δεν είναι το καταλληλότερο μέρος για να κρύβεις το πονηρό και «βρόμικο» εγώ σου.

Τι μπορείς να κάνεις: Ο καθηγητής Φίπεν επισημαίνει ότι οι τηλεφωνικές συσκευές δεν είναι καθόλου ασφαλείς. «Κράτα το ακατάλληλο υλικό με την πρώην σου σε μια συσκευή στο σπίτι βάζοντας κωδικό ασφαλείας ή σε κάποια άλλη ασφαλή υπηρεσία, όπως το dropbox». Με τον τρόπο αυτό δε θα δώσεις τροφή στον αδιάκριτο υπάλληλο του καταστήματος. Επιπλέον, εάν είχες ένα δύσκολο χωρισμό, μπορείς απλά να αλλάξεις τον κωδικό ή να αφαιρέσεις από την πρώην σύντροφό σου το προνόμιο να μοιράζεται με άλλους τις προσωπικές σας στιγμές. Βέβαια, τίποτε από όλα αυτά δεν μπορεί να σε προφυλάξει από το ενδεχόμενο να έχει δημιουργήσει αντίγραφα όσο ήσασταν μαζί...

ΗΘΙΚΟ ΔΙΔΑΓΜΑ:

Για να μη βρεθείς προ δυσάρεστων εκπλήξεων, απλά μην εμπιστεύεσαι ούτε τον παπά! Το μόριό σου –και οτιδήποτε κάνεις με αυτό– αποτελεί προσωπικό σου δεδομένο, γι' αυτό κράτα το μακριά από κάμερες...



Singles

SEX SECRETS

42 ΛΑΘΗ



Λάθος υπ' αριθμ. 32

ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΠΑΝΑΛΑΒΕΙΣ
ΜΕ ΜΙΑ ΓΥΝΑΙΚΑ
ΣΤΟΥΣ 42 ΒΑΘΜΟΥΣ ΥΠΟ ΣΚΙΑΝ

ΑΠΟ ΤΗ ΒΙΚΥ ΧΑΤΖΗΓΕΩΡΓΙΟΥ

Επειδή «άβυσσος η ψυχή της γυναίκας»,
επίτρεψέ μας να σου υποδείξουμε κάποια
λάθη συμπεριφοράς που την ενοχλούν, ώστε
τουλάχιστον από αυτό το καλοκαίρι και στο
διηλεκές να τα αποφεύγεις.

42. Ο ΚΑΘΕΝΑΣ ΤΑ ΔΙΚΑ ΤΟΥ

Οι γυναίκες μπορεί να επιζητούν την ισότητα, αλλά τα πρώτα ραντεβού παραδοσιακά ταυτίζονται με την πληρωμή του λογαριασμού από τους άντρες. Το να δοκιμάσεις κάτι διαφορετικό ύστερα από αιώνες και να σπάσεις την παράδοση μπορεί να σημάνει και την τελευταία φορά που βγαίνεις ραντεβού μαζί της. Ακόμη και αν πρόκειται για Γερμανίδα τουρίστρια...

41. ΣΟΥ ΜΙΛΑΕΙ ΚΙ ΕΣΥ ΧΑΖΕΥΕΙΣ

Εντάξει, παρασύρεσαι από τις θεές στις διπλανές ξαπλώστρες ή θεωρείς πως αυτά που λέει είναι παντελώς αδιάφορα και έχεις βάλει «φραγή εισερχομένων». Τουλάχιστον συγκράτησε μερικές λέξεις-κλειδιά σε περίπτωση που σε «τεστάρει».

40. ΣΥΖΗΤΑΤΕ ΝΑ ΣΥΖΗΣΕΤΕ

Εάν δε σε νοιάζει να την ενημερώνεις διαρκώς για το μέρος όπου βρίσκεσαι, να έχεις την κουζίνα τακτοποιημένη και να βρίσκεσαι το ξυράφι σου στομωμένο από τρίχες, τότε είσαι έτοιμος. Αλλιώς, κάτσε στ' αβγά σου και συνέχισε όπως είσαι. Θα μάθεις τότε θα είσαι έτοιμος.

39

Χαζές ατάκες

Περπατάς πίσω της στην παραλία με βάνιλα Λατίνου εραστή και της πετάς: «Ζαχαροπλάστης ήταν ο μπαμπάς σου;». Με ατάκες τέτοιου τύπου δεν πρόκειται να κερδίσεις την προσοχή της (εκτός κι αν πέσεις στην περίπτωση που είναι όντως ζαχαροπλάστης!).

38. ΕΙΣΑΙ ΚΟΝΤΟΦΘΑΛΜΟΣ

Οι περισσότεροι άντρες επικεντρώνουν σε συγκεκριμένα σημεία στο σώμα μιας γυναίκας στο κρεβάτι. Δεν το κουνάει ρούπι από τις ρώγες ή την κλειτορίδα της. Μέγα λάθος! Οι γυναίκες θέλουν να δίνεις προσοχή σε όλο τους το σώμα.

37. ΤΑ ΔΙΚΑ ΜΟΥ, ΔΙΚΑ ΜΟΥ

Και δεν εννοώ τι κοινά έχετε και είστε μαζί, αλλά τι κοινά πράγματα χρησιμοποιείτε. Ποτέ μην της δώσεις τους κωδικούς σου στο Facebook ή στα άλλα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αφού, ως γνωστόν, τίποτα δε μένει κρυφό από τις γυναίκες. Αν δεν έχεις να κρύψεις κάτι, δώσ' τους.

36. ΒΓΑΛ' ΤΗΣ ΓΛΩΣΣΑ

Σύμφωνα με έρευνες, οι γυναίκες έχουν παραδεχτεί ότι αρκετοί άντρες δεν κάνουν συχνά στοματικό. Αντίθετα, προτιμούν να χρησιμοποιούν τα δάχτυλα για να τις ικανοποιήσουν. Αν θέλεις όμως να σε λατρεύει, ξεκίνα αμέσως δουλειά.

35

ΣΤΗ ΓΩΝΙΑ ΣΟΥ

Είναι ένας άγραφος, αλλά σε ισχύ κανόνας όταν συζεις με μια κοπέλα: κάθε πρωί στρώνεις το κρεβάτι από την πλευρά σου.

34. ΜΙΛΑ ΒΡΟΜΙΚΑ

Μην το παρακάνεις, όμως. Ξέρεις, οι γυναίκες δεν έχουν αντιστοίχα βρόμικο με το αντρικό μυαλό.



ΣΤΟ ΚΑΠΑΚΙ ΠΡΟΣΕΧΕ!

ΟΧΙ, ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΚΛΙΣΕ, ΕΙΝΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ. ΟΤΑΝ ΠΗΓΑΙΝΕΙΣ ΣΤΗΝ ΤΟΥΑΛΕΤΑ, ΣΗΚΩΝΕ ΤΟ ΚΑΠΑΚΙ. ΕΙΝΑΙ ΚΑΤΙ ΠΟΥ ΕΝΟΧΛΕΙ ΠΟΛΛΕΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ, ΓΙΑ ΝΑ ΜΗΝ ΠΩ ΟΛΕΣ...

FAST AND FURIOUS

Πάρ' το χαμμάρι, με μια γυναίκα στη θέση του συνοδηγού δεν πρωταγωνιστείς σε τέτοιου είδους ταινίες.

Στις γυναίκες αρέσει ο δυναμομός (όπως και τα δυναμικά αυτοκίνητα), αλλά παράλληλα φοβούνται όταν τον επιδεικνύεις στην οδήγηση σου.

32

31. ΜΗΝ ΤΟ ΠΕΙΣ ΟΥΤΕ ΤΟΥ ΠΑΠΑ

Κάποια πράγματα πρέπει να μάθεις να τα κρατάς για τον εαυτό σου. Σε εντυπωσίασε με την ομορφιά της κάποια άλλη; Σ' την έπρεσε κάποια χοντρά και δεν την απώθησες σε λίγα δευτερόλεπτα; Αν δεν υπάρχει πρόβλημα στη σχέση σου και δε θες να χωρίσεις, τότε μην της αποκαλύπτεις παρόμοια περιστατικά.

30. ΠΙΝΕΙΣ ΚΑΙ ΜΕΘΑΣ...

...και παντού ρωτάς πού πήγαν τα μάτια που αγαπάς; Έτσι θα καταλήξεις αν ξεπερνάς τα όρια όλο και πιο συχνά. Διάλυσε τα μόνο σε ειδικές περιπτώσεις.

29. ΣΤΟ ΣΔΟΕ ΚΑΙ ΣΕ ΜΙΑ ΓΥΝΑΙΚΑ ΜΗ ΜΙΛΑΣ ΣΥΝΕΧΩΣ ΓΙΑ ΛΕΦΤΑ

Μια γυναίκα έχει τον τρόπο να εκτιμήσει το βάρος του πορτοφολιού σου, οπότε δε χρειάζεται να καυχήσαι συνεχώς για τις αυξήσεις στον τραπεζικό σου λογαριασμό.

28. ΠΟΡΝΟ ΒΛΕΠΕΙΣ, ΟΧΙ 7η ΤΕΧΝΗ

Σερφάρεις διαρκώς σε πορνοσάιτ. Μαγκιά σου και δικαίωμά σου. Όμως μην το υπερασπίζεσαι κιόλας, δεν είναι το ίδιο με το *Sex And The City*, που παρακολουθείς φανατικά εκείνη. Γι' αυτό σταμάτα όχι να βλέπεις, αλλά να το υπερασπίζεσαι μπροστά της.

27. ΜΕ ΤΑ ΠΕΘΕΡΙΚΑ ΚΥΡΙΟΣ

ΔΕ ΣΥΜΠΑΘΕΙΣ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΤΗΣ. ΚΑΙ ΝΑ ΤΗΣ ΤΟ ΠΕΙΣ ΟΜΩΣ, ΤΙ ΘΑ ΚΑΤΑΛΑΒΕΙΣ; ΘΥΜΗΣΟΥ ΠΩΣ ΠΑΝΤΑ ΘΑ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΤΗΣ ΚΑΙ ΘΑ ΤΟΥΣ ΑΓΑΠΑΕΙ.

26. ΚΑΙ ΣΤΟ ΠΛΕΥΡΟ ΤΗΣ ΚΥΡΙΟΣ

Φλερτάρεις με άλλη γυναίκα! Σε όλες αρέσει να κοιτάζουν οι υπόλοιπες γυναίκες το σύντροφό τους, χωρίς όμως οι τελευταίες να βρίσκουν ανταπόκριση. Μην το ξεχνάς εάν θες να περάσεις ένα ήσυχο απόγευμα, για να μην πω εβδομάδα...



ΟΙ ΦΙΛΟΙ ΜΕ ΜΕΤΡΟ

Περνάς πολύ χρόνο με τους φίλους σου; Να ξέρεις ότι είναι κάτι που θα επιβαρύνει το κλίμα στη σχέση σας. Ελάττωσε λίγο τις επαφές με τους φίλους σου ή πρότεινέ της να βγαίνει κι εκείνη με τις δικές της.

24. Η ΚΟΥΖΙΝΑ, ΤΟ ΒΑΣΙΛΕΙΟ ΤΗΣ

Όταν την επισκέπτεσαι, την αφήνεις σε απόλυτη ακαταστασία. Βρόμικα πιάτα, πιρουνία, κουτιά... Έχει ένα δίκιο, εδó που τα λέμε, να γίνεται έξαλλη.

23. ΤΟ ΑΡΝΑΚΙ ΠΟΥ ΕΓΙΝΕ ΣΤΡΙΓΚΛΟΣ

Στην αρχή φερόσουν ευγενικά και γλυκά και αυτή σου η συμπεριφορά την οδήγησε στο κρεβάτι σου. Σύντομα όμως η προστακτική έγινε η αγαπημένη σου έκκληση («φέρε», «δώσε», «πιάσε» κ.λπ.). Ακόμη κι αν αυτή από «γκόμενα» μετατράπηκε σε «σύζυγο», η συμπεριφορά σου πρέπει να είναι σταθερή.

ΜΕ ΜΕΤΡΟ ΤΑ ΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Μην υπερβάλλεις ποτέ. Σίγουρα θέλει να ξέρει τι αισθάνεσαι γι' αυτήν, αλλά ποτέ μην την κάνεις να νιώσει ότι εξαρτάσαι συναισθηματικά από εκείνη. Τη «βαραίνεις» και την «πνίγεις».



ΕΛΑΤΤΩΣΕ ΤΗ ΜΑΜΑ

Ναι, μία είναι η μαμά για τον Έλληνα, αλλά αν δε θες να περάσεις μαζί της το υπόλοιπο της ζωής σου, ήρθε η ώρα να απογαλακτιστείς. Μην ζητάς τη συμβουλή της μαμάς για οτιδήποτε, όσο κι αν σε ξέρει καλύτερα από τον καθένα.

20. ΚΡΑΤΑ ΤΗΝ ΑΛΗΘΕΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΟΥ

Απλά πες της ότι είναι πανέμορφη. Καμία δεν προετοιμάζεται επί ώρες για να ακούσει κακεντρεχή σχόλια ή για να αντικρίσει την αμφιβολία στο πρόσωπο του συνοδού της.



ΟΙ ΣΚΛΗΡΟΙ ΣΤΟ ΜΑΪΑΜΙ

Μπορεί οι γυναίκες να γουστάρουν τα «κακά παιδιά», δεν τρελαίνονται όμως για σκληρές λέξεις, βρισιές και χαστούκια (εκτός από αυτά στους γλουτούς). Η μαγκιά δεν προσμετράται στη συμπεριφορά προς μια γυναίκα.



Λάθος υπ' αριθμ. 24

18. ΤΑ VIDEO GAMES ΚΑΙ ΤΑ ΞΕΝΥΧΤΙΑ

ΕΚΕΙΝΗ ΕΙΝΑΙ ΣΤΟ ΚΡΕΒΑΤΙ ΚΙ ΕΣΥ ΤΣΑΤΑΡΕΙΣ ΣΤΟ FACEBOOK Ή ΠΑΙΖΕΙΣ CALL OF DUTY. ΑΚΟΜΗ ΚΙ ΑΝ ΕΧΕΙΣ «ΚΑΘΑΡΙΣΕΙ» ΜΕ ΤΟ ΣΕΞ, ΚΑΝ' ΤΗΣ ΤΟ ΧΑΤΙΡΙ ΝΑ ΞΑΠΛΩΣΕΙΣ ΔΙΠΛΑ ΤΗΣ ΓΙΑ ΝΑ «ΧΟΥΧΟΥΛΙΑΣΕΙ» ΠΑΝΩ ΣΟΥ.

17. ΚΑΙ ΤΟ ΟΝΟΜΑ ΑΥΤΗΣ...

Οups! Ξέχασες το όνομά της την ώρα που πήγες να τη συστήσεις σε κάποιον; Δύσκολα θα τη φιλοξενήσεις για δεύτερη φορά στο κρεβάτι σου...

16. ΤΑ ΕΝ ΟΙΚΩ ΜΗ ΕΝ ΔΗΜΩ

Το παραπάνω δεν ισχύει όμως για τα χάρδια που θέλει να σου δώσει δημόσια. Αν προσπαθήσεις να τα αποφύγεις για να μη σε κοροϊδεύουν οι φίλοι σου ή κάτι τέτοιο, δεν πρόκειται ποτέ να το κατανοήσει, όπως και ποτέ δε θα αποφύγεις την γκρίνια αργότερα.

15. Ο Μr Σκρουτζ
Και εντάξει οι συναισθηματικές
εκπτώσεις, αλλά και στις εξόδους σας;
Το χειρότερο κρασί για σένα είναι
«μια χαρά», ενώ το πιο φτηνό πιάτο
«τρώγεται ευχάριστα». ΟΚ, αρκετά
φτηνή την έκανες να νιώσει!



14. ΓΛΥΚΟΚΟΙΤΑΖΕΙΣ

Πονηρά και με ενδιαφέρον
σκανάρεις καλά το χώρο, και
μάλιστα μπροστά της; Ίσως να
μην την ξαναδείς αν επιμένεις
ο' αυτή σου τη συνήθεια...

13. ΠΥΡΡΕΙΟΣ ΝΙΚΗ

Δεν έχει αναφερθεί περίπτωση που να έχει υπερισχύσει
ο άντρας σε καβγά με τη γυναίκα με την οποία μοιράζεται το
κρεβάτι του, οπότε απόφυγε τον διπλωματικά.

12. Ο ΠΛΑΤΩΝΙΚΟΣ ΣΟΥ ΕΡΩΤΑΣ

ΔΕ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΤΗΣ ΜΙΛΑΣ ΣΥΝΕΧΩΣ ΓΙΑ
ΤΗΝ ΚΟΠΕΛΑ ΑΠΟ ΤΟ ΓΡΑΦΕΙΟ, ΤΗΝ ΟΠΟΙΑ
ΣΥΜΠΑΘΕΙΣ ΠΟΛΥ. Ο ΠΛΑΤΩΝΙΚΟΣ ΣΑΣ
ΕΡΩΤΑΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΜΕΙΝΕΙ ΚΡΥΦΟΣ.

11. ΕΧΕΙΣ ΠΑΧΥΝΕΙ

Είναι γεγονός ότι οι περισσό-
τεροι άντρες αφήνονται όταν
κάνουν σοβαρή σχέση. Να
θυμάσαι όμως ότι είναι μαζί
σου για την προσωπικότητά
σου και για το πώς φαινό-
σουν όταν γνωριστήκατε...

10. ΤΟ ΦΑΝΤΑΣΜΑ ΤΗΣ ΠΡΩΗΝ

Σε ενοχλεί ακόμη η πρώην σου και η κοπέλα σου το ξέρει; Αν
θέλεις να συνεχίσει να παραμένει κοπέλα σου, φρόντισε να
ξεκαθαρίσεις την κατάσταση.

9. MY CALENDAR

Αν η μνήμη σου είναι αδύνατη (ή οι δουλειές πολ-
λές), ενεργοποίησε την εφαρμογή My Calendar στο
Facebook, ώστε να έχεις οπτική αίσθηση των επικεί-
μενων εορτών της. Σε μια γυναίκα μετράει πολύ να τη
θυμούνται, ιδιαίτερα οι πολύ δικοί της άνθρωποι.

8. ΚΤΗΜΑ ΣΟΥ ΕΙΝΑΙ Η ΓΗ ΚΑΙ ΟΧΙ Η ΚΟΠΕΛΑ ΣΟΥ

Οι άντρες όταν ζηλεύ-
ουν είναι αποδεδειγ-
μένο ότι έχουν χαμηλή
αυτοπεποίθηση. Και η
ζήλια σε συνδυασμό με
τη χαμηλή αυτοπεποίθη-
ση είναι κάτι που σιχαί-
νονται οι γυναίκες.



ΣΤΗΝ ΩΡΑ ΣΟΥ ΔΕΝ ΕΙΣΑΙ ΠΟΤΕ

Δεν εννοώ στα ραντε-
βού, αλλά στην ώρα που
πρέπει να γυρίσεις στο
σπίτι και δεν το κάνεις.
Ακόμα κι αν έτυχε κάτι
στη δουλειά σου, να
θυμάσαι ότι για τις γυ-
ναίκες είναι όλα δικαι-
ολογίες.

6. Η ΜΑΧΗ ΤΟΥ ΤΗΛΕΚΟΝΤΡΟΛ

Θεωρείς βλακείες όσα
βλέπει στην τηλεόραση.
Αναλογίσου την εμμονή
σου με τα αθλητικά και
ξανασκέψου το.

ΑΧ, ΑΥΤΑ ΤΑ ΑΣΤΕΙΑ ΣΟΥ!

ΜΗ ΔΙΝΕΙΣ ΑΣΤΕΙΑ ΟΝΟΜΑΤΑ ΣΤΑ ΓΕΝΝΗΤΙΚΑ
ΤΗΣ ΟΡΓΑΝΑ, ΟΠΩΣ ΤΟ «ΜΠΙΛΙΤΣΑ» ΓΙΑ ΤΗΝ
ΚΛΕΙΤΟΡΙΔΑ ΤΗΣ. ΘΑ ΤΗΝ ΞΕΝΕΡΩΣΕΙΣ.

ΟΤΑΝ ΤΟ ΤΗΛΕΦΩΝΟ

ΧΤΥΠΗΣΕΙ...

Δεν πρέπει να
απομακρυν-
θείς από εκεί
όπου κάθεστε,
όπως και δεν
πρέπει να το
κοιτάς συνέ-
χεια. Ξέρει, έχεις γκόμενα.



3. Ο ΕΡΓΑΣΙΟΜΑΝΗΣ

Όσο τα έχετε, φρόντιζε να μοιράζεις ισότιμα τις ώρες
που εργάζεσαι με αυτές που είστε μαζί. Την εργασιο-
μανία φύλαγέ τη για μετά το γάμο, που θα τη βολεύει
(και θα σε βολεύει).

2. Η ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΤΗΣ, ΤΟ ΠΑΝ

Έχει κόλλημα με την εξωτερική της εμφάνιση; Απομάκρυνε
τους ψύλλους απ' τ' αφτιά σου. Δε σε κερατώνει, απλά μπο-
ρεί να το κάνει για να την προσέξεις περισσότερο.

1. ΕΧΕΙ ΠΑΝΤΑ ΤΟ ΤΕΛΕΙΟ ΣΩΜΑ ΚΑΙ ΔΕΝ ΕΧΕΙ ΠΑΡΕΙ ΓΡΑΜΜΑΡΙΟ

Αν θέλεις να έχεις την
πouxία σου, ποτέ μην
της πεις το αντίθετο.

ΤΑ ΚΟΛΠΑ ΤΟΥ ΚΟΛΠΟΥ

ΘΑΡΡΕΙΣ ΠΩΣ ΞΕΡΕΙΣ ΤΑ ΠΑΝΤΑ –Η ΤΟΥΛΑΧΙΣΤΟΝ
ΟΤΙ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ– ΓΙΑ ΤΟΝ «ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ» ΤΗΣ ΚΟΣΜΟ;
ΒΑΖΟΥΜΕ ΣΤΟΙΧΗΜΑ ΠΩΣ ΤΑ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΔΕΝ ΤΑ
ΓΝΩΡΙΖΕΙΣ ΚΑΙ ΜΑΛΛΟΝ ΟΥΤΕ ΠΟΥ ΤΑ ΦΑΝΤΑΖΕΣΑΙ.

ΑΠΟ ΤΗ ΛΥΔΙΑ ΜΑΝΙΑΤΗ

Ο ΟΡΓΑΣΜΟΣ ΤΗΣ: ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΑΝΑΛΗΓΗΤΙΚΟ

Την επόμενη φορά που θα ισχυριστεί ότι δε θέλει να κάνετε σεξ γιατί υποφέρει από πονοκέφαλο, συμβούλεψέ τη να το ξανασκεφτεί. Γιατί, αν τελικά δεν αλλάξει γνώμη, θα είναι εις βάρος της. Σύμφωνα με τους επιστήμονες, ο γυναικείος οργανισμός είναι το πιο ισχυρό φυσικό αναλγητικό. Η δράση του μάλιστα μπορεί να είναι πιο αποτελεσματική από πολλές μορφές εναλλακτικής ιατρικής, ακόμα και από τα κλασικά, δοκιμασμένα φάρμακα. Πονοκέφαλος, λοιπόν; Βάλ' τη στο κρεβάτι αμέσως. Πρέπει να ξαπλώσει...

Ο ΚΟΛΠΟΣ ΚΑΘΑΡΙΖΕΙ ΜΟΝΟΣ ΤΟΥ

Ναι, όπως και οι γάτες. Τα γεννητικά όργανα της γυναίκας είναι έτσι δομημένα ώστε η πλύση τους να είναι προαιρετική, για την ακρίβεια, απολύτως μη αναγκαία. Ειδικά αν το παρακάνει, μάλλον θα βλαφτεί παρά θα ωφεληθεί. Μην ξινίζεις τα μούτρα σου, η τήρηση των κανόνων υγιεινής είναι κάτι που έχει επικρατήσει κυρίως ως συνήθεια και έτσι κι αλλιώς τα σαπούνια για την ευαίσθητη περιοχή της είναι αποκλειστικά για εξωτερική χρήση. Το πράγμα έχει ως εξής: Μετά την έμμηνο ρύση ο κόλπος καθαρίζει από μόνος του καθ' όλη τη διάρκεια του κύκλου της. Το ίδιο συμβαίνει και μετά το σεξ – έτσι εξηγείται και το ότι ο κόλπος της έχει την τάση να σπρώχνει το σπέρμα προς τα έξω. Χάρη σ' αυτό το «σύστημα αυτοκαθαρισμού», εκείνη προφυλάσσεται από μολύνσεις, μύκητες και βακτήρια. Ωστόσο, αν στο σώμα της αναπτυχθούν περισσότεροι μικροοργανισμοί απ' όσους μπορεί να αντέξει, κάτι αρχίζει να την ενοχλεί και σ' αυτή την περίπτωση απαιτείται φαρμακευτική αγωγή.

ΤΟ ΣΗΜΕΙΟ G ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΖΗΤΟΥΜΕΝΟ

Υπάρχει, δεν υπάρχει, είναι μπρος, είναι πίσω, το 'χουν όλες,

δεν το 'χουν, μάλλον δεν έχει και τόσο σημασία. Γιατί αυτό το θρυλικό και εις τους αιώνες των αιώνων ανεξερεύνητο σημείο, που υποτίθεται ότι, αν επιτέλους το εντοπίσεις, είναι ικανό να χαρίσει σ' εκείνη που το φέρει ένα τσουνάμι οργασμών και σ' εσένα την απόλυτη καταξίωση ως fucker, τελικά δεν κατέχει το μονοπώλιο της υπέρτατης ηδονής. Το αντίπαλον δέος έχει την κωδική ονομασία «σημείο Α» και πλέον διαιωνίζει τη φήμη του ως πηγή συνταρακτικών κορυφώσεων. Αυτά είναι τα καλά νέα. Τα κακά, τώρα, είναι ότι το A-spot εντοπίζεται βαθιά μέσα στον κόλπο της. Για την ακρίβεια, βαθύτερα από το G, το οποίο, σύμφωνα με την επικρατέστερη εκδοχή, βρίσκεται ακριβώς μπροστά στον τράχηλο της μήτρας. Η πυροδότησή τους γίνεται με τον ίδιο ακριβώς τρόπο, δηλαδή και με τα δάχτυλα, και απαιτεί επαρκή λίπανση ώστε η είσοδός σου στον κόλπο της να μην είναι επώδυνη για εκείνη. Επίσης, για να κάνεις feedback με το σημείο Α, απαιτείται καρμπινάτη στύση εκ μέρους σου, αλλιώς δε θα το φτάσεις ποτέ εκεί που είναι χωμένο.

ΕΙΝΑΙ Ο,ΤΙ ΤΡΩΕΙ

Ένας υγιής κόλπος αποπνέει μια φυσική διακριτική μυρωδιά, η οποία υπό φυσιολογικές συνθήκες δεν είναι έντονη. Τυχόν μόλυνση ή ορμονική διαταραχή προσδίδει επιπλέον πικάντικες νότες στο εν λόγω άρωμα, το οποίο φυσικά διαφέρει από γυναίκα σε γυναίκα. Ωστόσο, αυτό που ισχύει καθολικά είναι ότι κάποιες τροφές επηρεάζουν τη μυρωδιά και τη γεύση αυτής της περιοχής. Για παράδειγμα, αν το κορίτσι τρώει πολύ ανανά και γλυκά φρούτα, τόσο καλύτερο για το... δοκιμαστή της. Δε θα πούμε το ίδιο για τον παρτενέρ μιας φανατικής οπαδού λαχανικών όπως το λάχανο και τα σπαράγγια. Η χορτοφαγική διατροφή είναι καλή για εκείνη, αλλά κακή για σένα...





ΚΙ ΟΜΩΣ ΠΕΦΤΕΙ...

Λέγεται «πρόπτωση πυελικών οργάνων» και συμβαίνει όταν κάτι απ' όλα –η μήτρα, οι ωοθήκες, οι σάλπιγγες, ο κόλπος ή ένας συνδυασμός των παραπάνω– μετακινηθεί από τη φυσιολογική του θέση με κατεύθυνση προς τα κάτω. Συγκεκριμένα, στον κόλπο μπορεί να συμβεί αν το πίσω μέρος του χάσει την αρχιτεκτονική του στήριξη από τους πυελικούς συνδέσμους μετά από φυσιολογικό τοκετό, εγκύηση, υστερεκτομή, αλλά ακόμα και χωρίς προφανή λόγο, μόνο με το πέρασμα του χρόνου. Ενημερωτικά, αν διαγνωστεί, υπάρχει η δυνατότητα θεραπείας.

ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ ΕΚΣΠΕΡΜΑΤΩΣΗ; ΥΠΑΡΧΕΙ!

Σε αντίθεση μ' εσένα, που πάνω κάτω κινείσαι σε στάνταρ επίπεδα, ο δικός της οργασμός μπορεί να έχει ως συνέπεια ποικίλες ποσότητες κολπικού υγρού. Οι εκκρίσεις της κυμαίνονται από μηδαμινά ή ελάχιστα μέχρι εντυπωσιακά αυξημένα επίπεδα. Ωστόσο, σύμφωνα με μια μερίδα επιστημόνων, η ένταση του οργασμού της δεν αντανakλάται αξιόπιστα στα κολπικά υγρά, αφού σχεδόν η πλειοψηφία των γυναικών φτάνουν σε οργασμό χωρίς να εκκρίνουν αξία λόγου ποσότητα. Η γυναικεία εκσπερμάτωση

ΟΣΟ ΕΡΕΘΙΖΕΤΑΙ, ΜΕΓΑΛΩΝΕΙ

Το μέγεθος του κόλπου διαφέρει από γυναίκα σε γυναίκα, με το μέσο όρο να κυμαίνεται στα 7-8 εκ. υπό φυσιολογικές συνθήκες. Ωστόσο, όταν η περιοχή ερεθίζεται, το μέγεθος του κόλπου αυξάνει, και μάλιστα μπορεί να διπλασιαστεί! Τι σημαίνει αυτό; Ότι η διείσδυση στον κόλπο της σχεδόν απαιτεί την πρότερη διέγερσή της ώστε να φτάσεις στον «προορισμό» σου και να το απολαύσετε εξίσου. Διαφορετικά, το σεξ θα πάρει διαστάσεις «διάνοιξης τούνελ», μ' εσένα στο ρόλο του μετροπόντικα...

όμως δεν είναι ακριβώς αυτό. Μιλάμε για την ομολογουμένως σπάνια περίπτωση της εκτόξευσης των υγρών από τον κόλπο, η οποία προσομοιάζει με την αντρική εκσπερμάτωση. Κι αν ορισμένοι σκεπτικιστές διατείνονται κατά καιρούς ότι η διαδικασία θυμίζει περισσότερο διαρροή ούρων, οι επιστήμονες ανταπαντούν ότι πρόκειται για μια εντελώς ξεχωριστή περίπτωση, στην οποία τα υγρά δεν προέρχονται από την ουροδόχο κύστη, αλλά από τους αδένες του Skene, που βρίσκονται εκατέρωθεν της ουρήθρας.

ΤΟ ΣΕΞ ΓΥΜΝΑΖΕΙ

Σιγά το νέο, θα μας πεις, και με το δικίο σου. Δε μιλάμε γενικά, αλλά πολύ ειδικά. Όπως όλοι οι μύες, έτσι και οι αντίστοιχοι του αιδοίου της χρειάζονται εκγύμναση –για την ακρίβεια, αξιοποίηση– ώστε να μην αποδυναμωθούν. Η μακρά αποχή από την ερωτική επαφή δεν κάνει κακό μόνο στην ψυχολογία της, αλλά και στον κόλπο της. Σε αντίθεση με τα περισσότερα πράγματα, τα οποία φθείρονται μετά από μακροχρόνια χρήση, τα γεννητικά της όργανα παραμένουν σφριγηλά και ακμαία μόνο αν εξασκούνται, διαφορετικά οι ευαίσθητοι ιστοί που τα απαρτίζουν αδυνατίζουν και χαλαρώνουν ανεπιστρεπτί. Τακτικό σεξ, λοιπόν, για να είστε σε φόρμα.

Η ΓΥΝΑΙΚΑ ΠΡΟΕΡΧΕΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΚΑΡΧΑΡΙΕΣ

Γιατί το λέμε αυτό; Κατόπιν εξονυχιστικών ερευνών οι επιστήμονες εντόπισαν πως τα κολπικά υγρά περιέχουν ένα συστατικό το οποίο υπάρχει στο σπέρμα του καρχαρία (και στο ελαιόλαδο). Ονομάζεται «σκουαλένιο» και είναι κορυφαίο συστατικό των καλλυντικών ως εξαιρετικό ενυδατικό στοιχείο το οποίο εμποδίζει τη λιπαρότητα στο δέρμα. Το σκουαλένιο μεταξύ άλλων κάνει καλό και στον κόλπο, αφού διατηρεί τον περιβάλλοντα χώρο υγρό και «εύπλαστο»...

ΤΟ ΝΙΝΙ ΣΕΡΝΕΙ ΚΑΡΑΒΙ

Σχεδόν στην κυριολεξία. Εντάξει, όχι τάνκερ, ίσως μια π्लाστική βαρκούλα. Οι πυελικοί μύες, οι ίδιοι που διακόπτουν την σύρση και γυμνάζονται κατά τη διάρκεια της σεξουαλικής επαφής αλλά και με την εκτέλεση των περιφημων ασκήσεων Kegel, είναι πολύ πιο δυνατοί απ' ό,τι φαντάζεσαι. Πρώτα και την Τατιάνα Κοζενίκοβα, τη Ρωσίδα η οποία δεσπόζει στο *Βιβλίο των Ρεκόρ Γκίνες*, αφού μπορεί να σηκώνει βάρος 14 κιλών όχι με το χέρι, αλλά με το αιδοίο. Αμέ...

ΜΕΤΑΛΛΙΟ ΣΤΟ ΟΠΙΣΘΙΟ

ΕΓΚΥΡΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΚΑΙ ΛΥΣΕΙΣ
ΓΙΑ ΟΠΟΙΟΔΗΠΟΤΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑ
ΑΠΟ ΤΗ ΜΕΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΩ.

ΑΠΟ ΤΗΝ ΝΤΕΠΥ ΜΕΛΑ

Η ΚΟΡΗ ΤΟΥ ΣΑΤΑΝΑ

Ντέπυ, έχω φρικάρει. Γνώρισα πριν από λίγες εβδομάδες μια κοπέλα. Στην αρχή όλα πήγαιναν μια χαρά. Έτσι νόμιζα δηλαδή. Ξέρεις, πώς να φανταστώ ότι μερικοί σταυροί ή μερικές κουκλίσες που δήθεν τυχαία άφηνε στο αυτοκίνητό μου θα μπορούσαν να σημαίνουν κάτι; Για να μη σ' τα πολυλογώ, εδώ και ένα μήνα έχω γίνει σεξουαλικός της σκλάβος. Λέει ότι με έχουν καταλάβει δαιμόνια, ότι πρέπει να «καθαρθώ» και γι' αυτό κάνουμε σεξ πέντε φορές τη μέρα. Στην αρχή μου φαινόταν υπέροχο, αλλά τώρα που ήδη με απέλυσαν από τη δουλειά μου –δεν έφταναν ποτέ στην ώρα μου, άσε που η τρελή ερχόταν στο γραφείο γύρω στις δύο με τρεις

το μεσημέρι και με σήκωνε άρον άρον κυριολεκτικά—, η μάνα μου φώναξε στο σπίτι τον Πιτ Παπαδάκο και οι φίλοι μου πλέον με αποφεύγουν, με φωνάζουν «Ρέγκαν» (έτσι έλεγαν το κοριτσάκι στον *Εξορκιστή*) και στη γιορτή μου μου χάρισαν όλο το DVD box set με τον Τσάκι (κατάλαβες ποιον εννώ, την κούκλα του σατανά). Δεν πιστεύω σε όλα αυτά τα περίεργα που κάνει, ούτε ότι είναι κομμογεφυρωτής, όπως μου λέει, αλλά δεν μπορώ να αντισταθώ. Είμαι υποχείριό της. Ντέπυ, σώσε με, σε παρακαλώ!

Προφήτης Δανιήλ

Αγαπητέ Προφήτη, από τη στιγμή που δεν μπορείς να ξεφύγεις, υπάρχει μόνο μία διέξοδος: να γίνεις εσύ ο κύριος του παιχνιδιού. Πώς; Πολύ απλά. Ξεκίνα πρώτα αφήνοντας στην πόρτα του σπιτιού της σόττα και νεκροκεφαλές. Ρίξε κόκκινη μπογιά στα σεντόνια, άρχισε να διαβάζεις στα κρυφά το *Formicarius* και να της πετάς ξόρκια στα λατινικά, κρύψε μέσα στην τσάντα σου εντόσθια πουλιών και κοκαλάκια νυχτερίδας. Με δυο λόγια, δείξ' της ότι, όταν αυτή μιλάει με τον Εωσφόρο, εσύ κάνεις κοινή τηλεδιάσκεψη με Κρίσνα, Αγία Τριάδα, Μωάμεθ, Δία, Όσιρι και Θορ.

ΛΟΓΙΚΗ ΚΑΙ ΕΥΑΙΣΘΗΣΙΑ

Ντέπυ, θα ήθελα τη συμβουλή σου για ένα ευαίσθητο θέμα. Η κοπέλα μου πριν από λίγο καιρό έκανε πλαστική στήθους. Το αποτέλεσμα ήταν ομοιογενώς εντυπωσιακό, αλλά της έμεινε ένα «κουσούρι»: απέκτησε μια ευαισθησία στις ρώγες. Μόλις τις αγγίζω, πονάει, ενώ όταν πάω να τις γλείψω, αλλάζουν χρώμα. Αλήθεια σου λέω. Κοκκινίζουν, γίνονται κάπως τριανταφυλλί. Εκείνη έχει φρικάρει και δε με αφήνει να την πλησιάσω. Τι να κάνω;

Tit-ος

ΔΡΑΧΜΑΓΕΔΔΩΝ

Ντέπυ, πιστεύεις ότι, αν φύγουμε από το ευρώ, θα υπάρξουν ανατιμήσεις και ελλείψεις σε είδη πρώτης ανάγκης, όπως δονητές, εσώρουχα, sex toys, λάδια, κεριά, leather ενδύματα και άλλα; Σε ρωτάω γιατί με τον δικό μου τα χρησιμοποιούμε όλα αυτά και σκεφτόμαστε σοβαρά να σπκώσουμε τις καταθέσεις μας ώστε να μην ξεμεινουμε από ρευστό και δεν έχουμε τα απαιτούμενα χρήματα για τις αναγκαίες προμήθειες.

Ματούζα Αλανιάρια

Το σενάριο αυτό δεν παίζει. Τουλάχιστον μέχρι στιγμής. Προς το παρόν, θα αδειάσουν τα ράφια στα σουπερ μάρκετ, θα χαθούν οι καταθέσεις από τις τράπεζες, ο ήλιος θα ανατέλλει από τη δύση και αυτό θα συμβαίνει κάθε δεύτερη εβδομάδα του μήνα, οι αγελάδες δε θα βγάσουν γάλα και θα βρέχει βατράχια από τον ουρανό. Αντιλαμβάνεσαι ότι, αν σε αυτά προστεθεί και το πήδημα, τότε μάλλον τα πράγματα θα είναι πολύ άσχημα. Για τα δελτία ειδήσεων και τους δανειστές μας...

PHOTOS: DARIO ALTAMURA

e males

jimxa9876@...

Ρε Ντέπυ, στο Euro είδες κάτι φοβερά μωρά που υπήρχαν στις κερκίδες; Εδώ στην Ελλάδα γιατί δεν έχουμε τέτοιες; Ξέρω γω; Μάλλον έχουμε καλύτερες, αλλά αν είσαι κολλημένος με την μπάλα, δε θα τις βρεις.

kkpref@...

Γιατί δεν κάνουν μια οικουμενική κυβέρνηση; Στις παρτούζες δεν περνάμε καλύτερα; Συνήθως ναι, αλλά εδώ, επειδή έχεις τη Μέρκελ και το ΔΝΤ στο πάρτι, οι περισσότεροι θέλουν να έχουν τη θέση του τύπου που τραβάει το όλο σκηνικό με την κάμερα. Να παίρνουν μάτι, αλλά να μη συμμετέχουν.

stav.pol4354@...

Εσύ έχεις σπκώσει τις καταθέσεις σου; Όχι, μόνο πόδια σπκώνω. Τα δικά μου.



ΤΟ ΚΑΤΑ ΙΩΑΝΝΗΝ

Ντεπίτσα γλυκιά μου, με λένε Ιωάννη και είμαι γκέι. Τι λες, να ξεπεράσω τις αναστολές μου και να ενδώσω στον άτακτο διανομέα εντύπων που περνάει από το περίπτερο στην Πλατεία της Αγίας Ειρήνης και μου την πέφτει στεγνά τον τελευταίο καιρό; Σου γράφω επειδή ξέρω ότι διαβάζει *Playboy*—τον χαζεύω όταν πιάνει τις δεκάδες με τα περιοδικά και τις τοποθετεί στα σταντ— και μπορεί να διαβάσει το γράμμα μου.

I.K.

Και γιατί να μην ενδώσεις; Μήπως τον στερείς από μένα; Όχι. Ακόμα και αν ήταν ένας πρώην για τον οποίο είχα την υποψία ότι τη σάλιωνε τη σελίδα, χαλάλι σου. Μήπως σας έκανε καμιά άλλη τσακωτούς στα πράσα; Φαντάζομαι, πάλι, όχι. Από μένα λοιπόν έχεις την ευχή μου. Απλώς, αν προχωρήσει η ιστορία, θυμηθείτε να βάζετε τουλάχιστον το περιοδικό σε εμφανή θέση.



ΑΝΟΘΕΥΤΗ ΣΟΦΙΑ

Στη βικτοριανή Αγγλία οι πόρνες συνήθιζαν να φοράνε κάτι σαν ποσίς στην περιοχή του εφηβαίου, διότι λόγω της εργασίας τους ήταν υποχρεωμένες να ξυρίζονται. Ο αγγλικός όρος είναι *merkin*. Η χρησιμότητα του *merkin* ήταν διπλή: Αφενός απέκρυπτε σημάδια από αφροδίσια νοσήματα, αφετέρου ικανοποιούσε το αισθητικό κριτήριο της εποχής που απαιτούσε την ύπαρξη τριχοφυΐας στη συγκεκριμένη περιοχή. Για την ιστορία, ο Κιούμπρικ στο *SOS Πεντάγωνο* καλεί *Μόσχα* είχε βαφτίσει τον πρόεδρο των ΗΠΑ «*Merkin Muffley*».

Κοίτα, οι καιροί είναι δύσκολοι και δεν υπάρχουν περιθώρια για σπατάλες. Πήγαινε, λοιπόν και πιάσε τον πλαστικό χειρουργό και πες του: «Μάστορα, εδώ έκανες λάθος. Πρέπει να το διορθώσεις!». Δηλαδή, συγγνώμη, αυτό δε θα έκανες αν πήγαινες το αυτοκίνητο για σέρβις και το έπαιρνες πίσω με πρόβλημα στο μπουζί; Αυτό θα έκανες. Διαφορετικά, ξέχνα τα βυζιά της δικιάς σου και ξεκίνα να γλείφεις το μπουζί ή το ντιστριμπιτέρ. Όπως τη βρίσκει ο καθένας.

ΣΤΑ ΣΚΑΛΙΑ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ

Καλησπέρα, Ντέπυ! Τα συγχαρητήριά μου για τη στήλη σου, πάντα επιτυχίες και άλλα τέτοια «γλειφτικά». Επειδή φαίνεσαι περπατημένη γυναίκα, θα σε ρωτήσω ευθέως: υπάρχει περίπτωση να γίνει καμιά φάση μεταξύ μας; Δε σε έχω δει, αλλά μου έχουν πει ότι «φυσάς».

Γιάννης Γ.

Ευχαριστώ πολύ για τα καλά σου λόγια αλλά και για την πρόταση ή μήπως να πω «θυσία», αφού καταδέχεσαι να πάρεις γουρούνι στο σακί (έστω κι αν είμαι εγώ αυτό), αλλά ευπαρουσίαστο (αυτό δεν πρόκειται να το αρνηθώ); Ωστόσο, να απαντήσω ευθέως: δεν υπάρχει περίπτωση. Είναι σαν να περιμένεις από τον ψυχαναλυτή να συνάψει σχέση με το θεραπευόμενο, να ζητάς από ένα γονιό να πει ποιο από τα παιδιά του αγαπάει περισσότερο, να πιστεύεις ότι θα αναλάβει υπουργός Παιδείας ο πρόεδρος μιας αλυσίδας ιδιωτικών σχολείων. Αυτά δε γίνονται (εντάξει, το τελευταίο έγινε).

PLAY SMART

ΤΑΣΕΙΣ, ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΝΕΑ ΤΗΣ ΑΓΟΡΑΣ,
ΓΙΑ ΝΑ ΞΕΡΕΙΣ ΠΑΝΤΑ ΤΙ «ΠΑΙΖΕΙ».

ΚΑΛΕΣ ΖΑΡΙΕΣ!

Δύο από τις αγαπημένες ελληνικές συνήθειες, το ούζο και το τάβλι, συναντούνται στο Facebook στη σελίδα του Ούζου Πλωμαρίου Ισιδώρου Αρβανίτου. Τα φιλικά παιχνίδια έχουν ήδη ξεκινήσει και οι φίλοι της σελίδας προπονούνται για το επερχόμενο τουρνουά. Μην το παίρνεις απήφιστα, το τουρνουά θα είναι μεγάλο. Δήλωσε συμμετοχή για να διεκδικήσεις πλούσια δώρα. Για περισσότερες πληροφορίες μείνε συντονισμένος στη σελίδα <http://on.fb.me/plomaritavli>



ABSOLUT SVEA

Κάθε συλλεκτική φιάλη που έχει παρουσιάσει η Absolut Vodka είναι και μια ιστορία επιτυχίας. Ήταν, λοιπόν, καιρός να αφιερώσει μια συλλεκτική φιάλη στην πατρίδα της, τη Σουηδία. «Svea» αποκαλούν χαϊδευτικά οι Σουηδοί την πατρίδα τους και η Absolut Svea είναι αφιερωμένη στη χώρα καταγωγής της πιο διάσημης βότκας στον πλανήτη. Ο Σουηδός καλλιτέχνης Fredrik

Söderberg, γνωστός για τις απεικονίσεις του με πρωταγωνιστές πνευματικά σύμβολα με καταβολές στη μαγεία, στην αστρολογία και στη θρησκεία, ανέλαβε να αποτυπώσει στο μπουκάλι το χαρακτήρα της χώρας του. Για την Absolut Svea η γεύση της Absolut Vodka εμπλουτίστηκε με ένα συνδυασμό μίλου και τζίντζερ, κυρίαρχα στις διατροφικές συνήθειες των Σουηδών.

STR8 SPORTS

Το νέο άρωμα του κορυφαίου αντρικού brand είναι εμπνευσμένο από το βασιλιά των αθλημάτων, το ποδόσφαιρο. Το STR8 Sports έχει σχεδιαστεί αποκλειστικά για τον άντρα που δεν παραιτείται, που παλεύει από την ενέργεια και αγωνίζεται για το έπαθλο. Η νέα σειρά αντανάκλα το σπορ χαρακτήρα της τόσο μέσα από τον ξεχωριστό σχεδιασμό της συσκευασίας της, πηγή έμπνευσης της οποίας είναι οι έντονοι χρωματικοί κώδικες του ποδοσφαίρου, όσο και από το μοναδικό της άρωμα. Διατίθεται σε επιλεγμένα καταστήματα καλλυντικών και σούπερ μάρκετ από την εταιρεία Γρ. Σαράντη.



ΜΕ ΤΗ ΔΥΝΑΜΗ ΤΟΥ ΠΑΙΟΥ

Το ιπποφάες αποτελεί πλούσια πηγή φυσικής βιταμίνης C καθώς και σημαντικών για τον οργανισμό και την επιδερμίδα αντιοξειδωτικών. Αναζωογονεί και τόνώνει τις αισθήσεις, ενισχύει τη φυσική ανάπλαση του δέρματος και έχει αντιγηραντικές ιδιότητες. Η ολοκληρωμένη σειρά περιποίησης σώματος της Weleda έχει ως κύριο συστατικό το ιπποφάες από πιστοποιημένους αγρούς βιοδυναμικής καλλιέργειας της Τοσκάνης. Η σειρά περιλαμβάνει κρεμ-ντους, λάδι περιποίησης, γαλάκτωμα σώματος και κρέμα χεριών. Αποκλειστικός αντιπρόσωπος Weleda για την Ελλάδα και την Κύπρο: Αγγέλικα Ελοβάρν Α.Ε., τηλ.: 2310 856233.



ΤΟ ΝΕΟ ABARTH 695



Το Abarth 695 Maserati Edition, που θα παραχθεί μόλις σε 499 αντίτυπα, έκανε την επίσημη εμφάνισή του στην 30ή επέτειο του Mille Miglia, του αγώνα που ο Έντσο Φεράρι είχε χαρακτηρίσει ως «τον ωραιότερο αγώνα στον κόσμο». Το Abarth 695 Maserati Edition, ένα ανοιχτό μοντέλο πέρα από τα καθιερωμένα, με κινητήρα 1.4 T-Jet 180 HP και κιβώ-

τιο Abarth Competizione, βρέθηκε στην Piazza della Loggia της Μπρεσκία ανάμεσα σε συλλεκτικά αυτοκίνητα-κοσμήματα του παρελθόντος και ξεχωριστά σημερινά μοντέλα, για να τονίσει τις αξίες που συνδέουν την Abarth με τη Maserati, δηλαδή την προσοχή στη λεπτομέρεια, τη φινιέτσα, το πάθος για επιδόσεις και το σπορ χαρακτήρα.

SWEETE STEVIA

Η Sweete, το φυσικό γλυκαντικό από φύλλα stevia, είναι πλέον διαθέσιμη και στην ελληνική αγορά. Ως φυσικό γλυκαντικό χωρίς θερμίδες, εναλλακτικό της ζάχαρης και των συνθετικών γλυκαντικών ουσιών, σου επιτρέπει να απολαμβάνεις τρόφιμα

και ροφήματα με γλυκιά γεύση χωρίς ενοχές. Διατίθεται από τη Φαρμασέρβ-Λίλλυ και θα τη βρεις στα φαρμακεία.



ΣΥΛΛΕΚΤΙΚΟ MINI

Αυτό το καλοκαίρι το αγαπημένο Ούζο MINI Μυτιλήνης κυκλοφορεί σε τέσσερις νέες συλλεκτικές συσκευασίες, βγαλμένες από τις διακοπές που έρχονται. Οι νέες φιάλες λένε από την πρώτη ματιά τα πάντα για το χαρούμενο χαρακτήρα της μάρκας και την ιδιαίτερη προσωπικότητα του ελληνικού αυτού προϊόντος.



TAG HEUER RACER

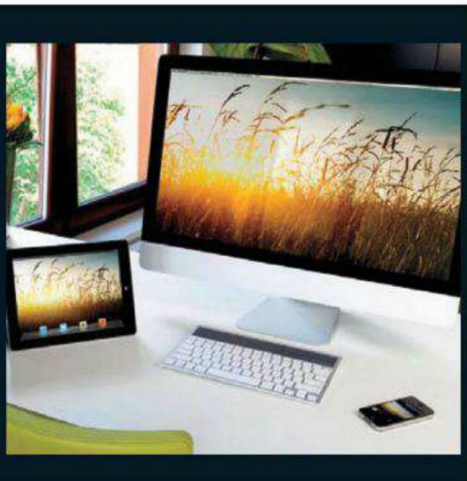
Για πάνω από 150 χρόνια η TAG Heuer έχει χτίσει τη φήμη της πάνω στις βασικές αξίες που μοιράζεται με το μηχανοκίνητο αθλητισμό και την αεροπορία. Σήμερα η εταιρεία οδηγεί την επόμενη γενιά κινητής τηλεφωνίας με το TAG Heuer Racer, ένα υπερπολυτελές καινοτόμο smartphone, φτιαγμένο εξ ολοκλήρου από τα κορυφαία υλικά που χρησιμοποιούνται στην κατασκευή αγωνιστικών αυτοκινήτων και αεροπλάνων.



ΤΟ ΠΑΙΔΑΚΟ ΠΛΗΚΤΡΟΛΟΓΙΟ

Η Logitech, συνεχίζοντας την παράδοση των συσκευών με πλική φόρτιση, που ξεκίνησε με το Wireless Solar Keyboard K760 και συνεχίστηκε με το Solar Keyboard Folio για iPad, προσφέρει τώρα και ασύρματη σύνδεση Bluetooth με ιδιαίτερα εύκολη την αλλαγή σύνδεσης μεταξύ διάφορων συσκευών Apple. Το νέο πληκτρολόγιο

Logitech Wireless Solar K760 για υπολογιστές Mac, αλλά και για iPad και iPhone συνδέεται με πολλές συσκευές ταυτόχρονα κι εσύ απλά επιλέγεις με το πάτημα ενός κουμπιού με ποια ακριβώς θα επικοινωνήσει. Για περισσότερες πληροφορίες μπες στο εταιρικό site www.logitech.com και στο αντίστοιχο blog.



ΔΕΚΑ ΧΡΟΝΙΑ Q

Η Q γιορτάζει τα δέκα της χρόνια καλώντας στην τηλεοπτική της σκηνή μια guest star με... τίτλο ευγενείας: τη Δούκισσα Νομικού. Σε μια εποχή όπου η οικονομία αποκτά πια πρωταγωνιστικό ρόλο, η Q συνεχίζει να προσφέρει ανταγωνιστικά πακέτα επικοινωνίας, που ξεκινούν μόνο από 1 ευρώ, και είναι εδώ για να τονίσει με την υπογραφή της: «Μην την ψάχνεις αλλού... Η οικονομία είναι Q!». Οι συνδρομητές της Q απολαμβάνουν 300 λεπτά ομιλίας ή 300 SMS προς Wind και Q μόνο με 1 ευρώ!



ΛΕΥΚΟΣ ΚΑΙ ΜΑΥΡΟΣ ΚΥΚΝΟΣ

Η Ελληνικά Κελλάρια Οίνων, η μεγαλύτερη εταιρεία παραγωγής οίνου, απαντά στην οικονομική κρίση και προσφέρει τη νέα σειρά κρασιών «Κύκνος», που ξεχωρίζουν για την υψηλή ποιότητα και την προσιτή τιμή. Η σειρά περιλαμβάνει 4 προϊόντα: δύο λευκά κρασιά με την επωνυμία «Λευκός Κύκνος» και δύο ερυθρά με την επωνυμία «Μαύρος Κύκνος». Τα λευκά είναι πρεσβευτές των ποικιλιών Μοσχοφίλερο και Ροδίτης (πελοποννησιακοί οίνοι με Προστατευόμενη Γεωγραφική Ένδειξη). Τα δύο ερυθρά είναι της ποικιλίας Αγιωργίτικο (πελοποννησιακός οίνος με Προστατευόμενη Γεωγραφική Ένδειξη) και Cabernet (οίνος Στερεάς Ελλάδας με Προστατευόμενη Γεωγραφική Ένδειξη). Η Ελληνικά Κελλάρια Οίνων Α.Ε. διαθέτει περισσότερες από 50 ετικέτες και έχει έντονη εξαγωγική δραστηριότητα σε περισσότερες από 30 χώρες. Περισσότερες πληροφορίες στο www.greek-wine-cellar.com





ΚΑΝΕ ΠΑΙΧΝΙΔΙ

Η ομάδα της Nivea For Men συνεχίζει με «δεύτερο ημίχρονο» στο σετ των επιτυχημένων «ποδοσφαιρικών» διαφημιστικών σποτ της μάρκας και οι νεαροί ποδοσφαιριστές παίρνουν θέση για να κάνουν παιχνίδι με τη No 1 μάρκα αντρικής περιποίησης στην Ελλάδα. Ο Γρηγόρης Μάκος, ο Μιχάλης Σηφάκης, ο Λάζαρος Χριστοδουλόπουλος και ο Στέφανος (Κλάους) Αθανασιάδης, τέσσερα μεγάλα ονόματα του ελληνικού ποδοσφαίρου, είναι και πάλι οι κεντρικοί ήρωες της νέας ελληνικής παραγωγής. Έχοντας αφήσει πίσω τους το ματς, τους βλέπουμε να χαλαρώνουν και να απολαμβάνουν στιγμές περιποίησης, αναζωογόνησης και προστασίας της επιδερμίδας τους με τα προϊόντα Nivea For Men. Με τέτοια ομάδα, δε χάνεις ευκαιρία για περιποίηση, γιατί ξέρεις ότι θα κερδίσεις... στεγνά!



MY OFFICE

Η My Office ξεκίνησε τη δραστηριότητά της το 2009 από ένα νέο επιχειρηματία με πολυστή πείρα στο χώρο της επικοινωνίας και της διαφήμισης, που διαπίστωσε το «κενό» στην παροχή υψηλού επιπέδου γραμματειακών υπηρεσιών εξ αποστάσεως, μέσω τηλεφωνίας και Ίντερνετ, σε προσιτό κόστος. Η My Office, «ένα γραφείο κάθε στιγμή από οποιοδήποτε σημείο στον κόσμο», δίνει τη δυνατότητα για πρόσβαση 24 ώρες το 24ωρο, 365 μέρες το

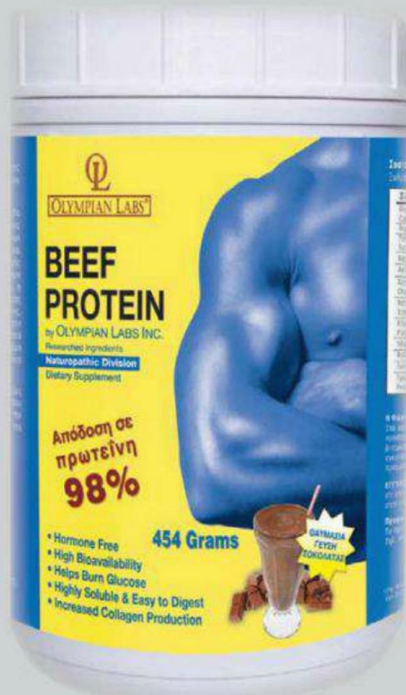
χρόνο από οποιονδήποτε υπολογιστή και κινητό τηλέφωνο (smartphone). Απευθύνεται σε ελεύθερους επαγγελματίες και μικρές επιχειρήσεις που εδρεύουν σε όλη την Ελλάδα και δεν έχουν γραμματεία ή έχουν ανάγκη να την ενισχύσουν. Οποιοσδήποτε, λοιπόν, έχει ανάγκη από σωστή οργάνωση, άμεσες λύσεις, ευελιξία και εξοικονόμηση χρόνου σε χαμηλό κόστος μπορεί να ενημερωθεί σχετικά από την ιστοσελίδα www.myoffice.gr

ΙΔΟΥ Ο ΝΙΚΗΤΗΣ!

Το Pavegen, το νικητήριο project του «Keep Walking Project» από το Johnnie Walker, ήρθε στην Ελλάδα. Η μοναδική εγκατάσταση, που φωτίζεται από την καθημερινή κίνηση των πεζών, φιλοξενήθηκε στο The Mall Athens αναδεικνύοντας το ανεκμετάλλευτο δυναμικό της τεχνολογίας του Pavegen, μιας πρωτοποριακής πλάκας πεζοδρομίου που παράγει ανανεώσιμη ηλεκτρική ενέργεια απλά από τους ανθρώπους που περπατούν πάνω της και μπορεί να χρησιμοποιείται για εφαρμογές όπως ο φωτισμός των δρόμων. Το κοινό έδειξε την υποστήριξή του στο Pavegen προσφέροντας «βήματα», πόντους δηλαδή που δωρήθηκαν σαν ψήφοι για την ιδέα. Συνολικά το Pavegen συγκέντρωσε πάνω από 98 εκατ. βήματα σε τρεις χώρες, τα 35 εκατ. στην Ελλάδα.



BEEF PROTEIN



Τα προϊόντα βοοειδούς προέλευσης είναι γνωστό ότι αποτελούν εξαιρετική πηγή πρωτεΐνης. Το Beef Protein της Olympian Labs, με υπέρροχη γεύση και υψηλή περιεκτικότητα σε σίδηρο, είναι ιδανικό για τη δόμηση των μυών. Ταυτόχρονα, με το Beef Protein αποφεύγεται πλήρως η λήψη και η απορρόφηση λίπους και χοληστερόλης που συνήθως περιλαμβάνονται σε μια διατροφή βασισμένη σε προ-

ϊόντα βοοειδούς προέλευσης. Στο αλεσμένο βοδινό κρέας η συγκέντρωση πρωτεΐνης είναι φυσιολογικά μόλις 26%, ενώ το Beef Protein μέσω μιας μοναδικής εκχύλισης αποδίδει 98%. Διαλύεται εύκολα και είναι εύπεπτο, δεν περιέχει γλουτένη και βοηθά στη βιοσύνθεση του κολλαγόνου. Αποκλειστική διάθεση για την Ελλάδα και την Κύπρο: INPIA A.E., τηλ.: 2310 951709, www.inpa-gr.com

Αεράκης: Λεωφ. Βουλιαγμένης 260 & Θάλασσας 3, Άγιος Δημήτριος, τηλ.: 210 9708884-5. Αθανασούλας: Κεντρική διόδους: Τηλ.: 22950 22625. Αχιλλέας Accessories: Κολοκοτρώνη 38-40, Αθήνα, τηλ.: 210 3239970. Accessorize: Πλ. Φιλίππων Εταιρείας 6, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3640460. Adamakos: Κωνσταντινουπόλεως 54, Περιστέρι, τηλ.: 210 5711475. Adidas Hellas: Λεωφ. Βουλιαγμένης 112 & Ζαμάνου 1, Γλυφάδα, τηλ.: 210 8930800. Agent Provocateur: Σάνδου 5, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3387410. Alexi Andriotti Accessories: Καπνική & Ερμού, Αθήνα, τηλ.: 210 3225743. Allison Hellas: Ιερά Όδους 236, Χαϊδάρι, τηλ.: 210 5326200. Alsincos: Ναυπλίου 8, Μεταμόρφωση, τηλ.: 210 2847292. Apple: Χίου & Δερβενικίων 15, Αιγάλεω, τηλ.: 210 5313235. Artoon: Παγγαίου 4, Θεσσαλονίκη, τηλ.: 2310 543311, www.artoon.eu. Art Wear Dimitriadis: Λεωκάρους 15, Αθήνα, τηλ.: 210 3310511. Athens Watch Co.: Πολυκαίτου 1 & Βύσσας, Αθήνα, τηλ.: 210 3217370, www.belsis.gr. Bluepoint: Πόντου & Νικητάρη 12, Ελληνικό, τηλ.: 210 9612412. Brooks Brothers: CityLink, Σταδίου 4 & Αμερικής, Αθήνα, τηλ.: 210 3225970. Golden Hall, Λεωφ. Κηφισίας 37Α & Σπύρου Λούη, Μαρούσι, τηλ.: 211 1814380. Burberry Boutique: Βουκουρεστίου 33, Κολωνάκι, τηλ.: 210 6283205. Γενική Αυτοκινήτων ΑΕΒΕ: Λεωφ. Αθηνών 71, Αθήνα, τηλ.: 210 3483300. Café Noir: Attica, The Department Store, Πανεπιστημίου 9, Αθήνα. Τα προϊόντα Café Noir διατίθενται επίσης στα καταστήματα Haralos και σε επιλεγμένα καταστήματα στην Ελλάδα και στην Κύπρο. Τηλ. κεντρική διόδους: 210 3356000. Calzedonia/Intimissimi: Κάλβου 2, Χαλάνδρι, τηλ.: 210 6840078. Camper: Αναγνωστοπούλου 23, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3629398. Caramelo: Αποστολοπούλου 10, Χαλάνδρι, τηλ.: 210 6755700. Cerruti 1881: Ακαδημίας 38 & Ομήρου, Αθήνα, τηλ.: 210 3607466. Chronosmart ΕΠΕ (Comete): Πανεπιστημίου 59, Αθήνα, τηλ.: 210 3310960. Chronoteam S.A.: Πανεπιστημίου 59, Αθήνα, τηλ.: 210 3238250. Cougar Town: Ανδρών 21 & Βαλαωρίτου, Γλυφάδα, τηλ.: 213 0051580. Crocs: Αποκλειστική διόδους: Cosmos Trade O.E., 9ο χλμ. Θεσσαλονίκης-Θρακοκάστρου, Θεσσαλονίκη, τηλ.: 210 8058580. Διαχρονική ΑΕΒΕ: Σταδίου 48, Αθήνα, τηλ.: 210 3212293. DCSA: Γούναρη 89, Γλυφάδα, τηλ.: 210 9644880. De Rigo Hellas: Σωρού 11 & Ζήκου, Μαρούσι, τηλ.: 210 2846326. Deux Hommes: Showroom: Κανάρι 18, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3614155. Diesel Hellas: Κεντρική διόδους: Λεωφ. Συγγρού 6, Αθήνα, τηλ.: 210 6021900. Dimitris Petrou: Showroom: Κανάρι 23, Κολωνάκι, τηλ.: 210 7251965. Dodici: Αρκαδίας 11, Περιστέρι, τηλ.: 210 8847011. Dolce & Gabbana Boutiques: CityLink, Σταδίου 4, Αθήνα, τηλ.: 210 3356443. Μορκεντόπου 3 & Πρ. Κορομπλά, τηλ.: 2310 376451. Dors: Αντιγόνης & Αιμίους 82, τηλ.: 210 5144401. Dyrberg/Kern: Λεωφ. Λαυρίου 194, Γλυκά Νερά, τηλ.: 210 9756627. Elegance: Βουκουρεστίου 6, Αθήνα, τηλ.: 210 3222438. Elmes Sport: Λεωφ. Βουλιαγμένης 96 & Μιλτιάδου 65, Γλυφάδα, τηλ.: 210 9699300. Emphasis: Φραγκοπούλου 50, Ελληνορώσων, τηλ.: 210 6778444. Euroteam S.A.: Πατισίων 165, Αθήνα, τηλ.: 210 8640054. Ferrari Store: Κολοκοτρώνη 3-5 & Βουλής, Αθήνα, τηλ.: 210 3221740. Fokas: Σταδίου 41, Αθήνα, τηλ.: 210 3257770. Follie Follie Group: 23ο χλμ. Αθηνών-Λαμίας, Αθήνα, τηλ.: 210 6241100. Galerie Tsangarakis: Λεωφ. Βάρβα 10, Πλ. Κολωνάκιου, τηλ.: 210 7255550. Galia: Τσακάλωφ 14, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3637475. Gant Store: Καψάλη 3, Κολωνάκι, τηλ.: 210 7222535. Geo: Λιανική διόδους: Τηλ.: 210 3356000. Χονδρική διόδους: Τηλ.: 210 2843076. Glou: Πατισίων 6, Αθήνα, τηλ.: 210 3847548. Κολοκοτρώνη 6, Κηφισιά, τηλ.: 210 8017876. Green: Βουκουρεστίου & Σκουφά 30, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3643173. Gruppo Moda: Λαζαράκη 29Α, Γλυφάδα, τηλ.: 210 8981794. G-Star: Μεσογίτη & Σωρού, Μεταμόρφωση, τηλ.: 210 2853813. Haralos: Κεντρική διόδους: Τηλ.: 210 3356000. Helena's Collection: Κολοκοτρώνη 14, Αθήνα, τηλ.: 210 3230459, 210 7220112. HUGO BOSS Stores: Αμερικής 19, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3389080. Κυριακή 15, Κηφισιά, τηλ.: 210 801503. Λαζαράκη 20, Γλυφάδα, τηλ.: 210 8986378. Δαίδαλου 6, Ηράκλειο Κρήτης, τηλ.: 2810 241047. HUGO BOSS Shop in Shop: Golden Attica, Golden Hall, τηλ.: 211 1814322. HUGO BOSS Hellas LLC: Κεντρική διόδους: Τηλ.: 210 3602937. Hush Puppies: Κεντρική διόδους: Ελληνική Φλόγα Α.Ε., τηλ.: 2310 018400, www.opinions-fashion.com. Θεολόγος: Γεωργίου Α' 5, Πειραιάς, τηλ.: 210 4222164. J. Bourmazos: Προκονίου 7, Περιστέρι, τηλ.: 210 5777156. Καλογιόπου: Κεντρική διόδους: Τηλ.: 210 3356000. Konstantinos Melis by Laskos: Καραολή Δημητρίου 53, Νέα Ελβετία, τηλ.: 210 7648336. LEMAP: Ποσειδώνος 83, Γλυφάδα, τηλ.: 210 8982714. Lacoste: Σόλωνος

5, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3618030. Lakis Gavalas Kolonaki: Βουκουρεστίου 50 & Τσακάλωφ, τηλ.: 210 3629782. Lampirini Chantziara: Τηλ.: 6944 945089. Lee: Λεωφ. Κηφισίας 38, Μαρούσι, τηλ.: 210 6198650. Lena Katsaniadou: Λουκιανού 21, Κολωνάκι, τηλ.: 210 7223923. Linea Imports: Λεωφ. Βουλιαγμένης 401, Ηλιούπολη, τηλ.: 210 9719654. Links of London: CityLink, Αμερικής 2 & Στόα Συμπρωμηνίας, Αθήνα, τηλ.: 210 3235217. Lito: Ηρόδοτου 25, Κολωνάκι, τηλ.: 210 7295177. Luisa: Σκουφά 15, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3635600. Luxottica: Λεωφ. Ανθούσας 3, Παλλήνη, τηλ.: 210 6669300. Μοτοδυναμική ΑΕΕ: Θεσφ. Κύριλλος, 193 00 Ασπροπύργος, τηλ.: 801 11 92624. Manos Stratakis: Καραγιώργη Σεργίου 3-5, Αθήνα, τηλ.: 210 3223365. Mark Aalen: Σκουφά 5-7, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3617987. MCS Marlboro Classics: Τρίγωνα Σ.Α., Καπτανάκη 71, Αγ. Δημήτριος, τηλ.: 210 9887905. Med: Βαλαωρίτου 10, Θεσσαλονίκη, τηλ.: 2310 536503. Mi-Ro: Αξαρλίων 3-5, Σύνταγμα, τηλ.: 210 3318079. Miss Sixty/Energie: Άγγ. Μεταξά 30Α, Γλυφάδα, τηλ.: 210 8944565. Murphy & Nye Monobrand Store: Αλωνίων 2, Κηφισιά, τηλ.: 210 8012060. Ντάκος Α.Ε.: Μαραθωνομάχη 2, Αργυρούπολη, τηλ.: 210 9935512. Nara Camille: Λεωφ. Αλίου 62, Άλιμος, τηλ.: 210 9852211. NCS Hellas: Μολιέρου 10, Μεταμόρφωση, τηλ.: 210 2846543. Nike Hellas: Τηλ.: 210 9464400. Nikos Apostolopoulos: Ευρυμέδοντος 4, Αθήνα, τηλ.: 210 3458239. Nine West: Κεντρική διόδους: Τηλ.: 210 3356000. Notos Galleries: Σταδίου & Αιόλου, Αθήνα, τηλ.: 210 3245811. ΣΑΚΟ: 23ο χλμ. Εθν. Οδού Αθηνών-Λαμίας, Κρυονέρι, τηλ.: 210 8160100. Οπτικά Αρμάδους: Κανάρι 10, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3645341. Omega Sport: Μενεξέδων 4, Κ. Κηφισιά, τηλ.: 210 6258800. Ora Kessaris: Πανεπιστημίου 4, Αθήνα, τηλ.: 210 3310760. Orange Stores: Αγ. Παρασκευής 10, Περιστέρι, τηλ.: 210 5785400. Oxford Company: Πατρ. Ιωακείμ 12Γ, Κολωνάκι, τηλ.: 210 7211133. Βαλαωρίτου 17, Αθήνα, τηλ.: 210 3626846. Προμόδα ΑΕΒΕ: Κοτζιά 26-30, Άλιμος, τηλ.: 210 9858536. Pepe Jeans Store: Ευαγγελιστρίας 12 & Ερμού, Αθήνα, τηλ.: 210 3313757. Philcon: Τύχνης 2, Χαλάνδρι, τηλ.: 210 6816460. Piaggio Hellas: Υμηττού 259, Παγκράτι, τηλ.: 210 7572100. Pianegonda: Βουκουρεστίου 16, Αθήνα, τηλ.: 210 3641086. Puma Stores: Κανάρι 17, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3610516. P. Wol Hellas: Τηλ.: 210 6129916. Ρόδα Α.Ε.: Πλατεία Κολοκοτρώνη 1, Αθήνα, τηλ.: 210 3227053. Rakas: Σωρού 28, Μαρούσι, τηλ.: 210 6100615. Ralph Lauren Boutique: Βουκουρεστίου 11, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3389080. Richemont Hellas: Δουρλίου 10-12, Αθήνα, τηλ.: 210 6412660. Roberto Forlani: Ευριπίδου 36, Αθήνα, τηλ.: 210 3245867. Rubberize: Ιννοκράτους 72, Αθήνα, τηλ.: 210 3832145. Σ. Παλατιάν & Σία: Λεωφ. Συγγρού 21 & Βούρβακη 2, Αθήνα, τηλ.: 210 3613525. Safilo Hellas: Λεωφ. Αθηνών 336, Χαϊδάρι, τηλ.: 210 5322566. Saggiakos: Π. Τσαλδάρη 33, Περιστέρι, τηλ.: 210 5723374. Πανόρμου 3, Αιγάλεω, τηλ.: 210 5310511. Ακαδημίας 17, Αθήνα, τηλ.: 210 3390146. Saggiakos Leather: Λεωφ. Βεΐκου 15-17, Γαλάτσι, τηλ.: 210 2916254. Βασ. Γεωργίου Α' 17, Πειραιάς, τηλ.: 210 4176870. Π. Τσαλδάρη & Χρυσ. Μυρσίνης 4, Περιστέρι, τηλ.: 210 5736555. Salvatore Ferragamo Boutique: CityLink, Σταδίου 4, Αθήνα, τηλ.: 210 3356437. Golden Hall, Λεωφ. Κηφισίας 37Α, Μαρούσι, τηλ.: 210 3356477. Savvidis S.A.: Showroom: Ερμού 7, Αθήνα, τηλ.: 800 110 4444, kosmima.gr, orlovi.gr, accessory.gr. Shaft Jeans: Κεντρική διόδους: Brand Jeans, 3ο χλμ. Συμμαχικής Οδού Θρακοκάστρου, τηλ.: 2310 689829-30, www.shaft.gr. Shop: Ερμού 112Α, Αθήνα, τηλ.: 210 3231683. Shop & Trade: Πειραιώς 222 & Κυδωνίων 1, Ταύρος, τηλ.: 210 3408400. Skondras: Κολοκοτρώνη 44-46, Αθήνα, τηλ.: 210 3251185. Sotiris Georgiou: Μισούλη 16, Αθήνα, τηλ.: 210 3243201, www.sotirisgeorgiou.com. Soultos: Καρ. Σεργίου 3 & Νίκης 2, Σύνταγμα, τηλ.: 210 3248391. Swatch Group Greece A.E.: Τηλ.: 210 9565565. Symbol Hellas: Λεωφ. Συγγρού 185 & Σαρδέων 2, Ν. Ξυρνή, τηλ.: 210 9359423. Τζάνης Α.Ε.: Βουκουρεστίου 1, Αθήνα, τηλ.: 210 3253610. Τραμπάκοπουλος: Γεωργίου Α' 4, Πειραιάς, τηλ.: 210 4111949. The Bostonians: Μενεξέδων 6, Κηφισιά, τηλ.: 210 8007300. Time Center: Βουλής 14, Αθήνα, τηλ.: 210 3235933, www.timecenter.gr. Time & Style: Ακαδημίας 28, Αθήνα, τηλ.: 210 3629449. Yiol M. Τσούγια Α.Ε.: Ερμού 51, Αθήνα, τηλ.: 210 3310100. Vassiliou Eurobusiness A.E.: Ιννοκράτους 10-12, Αθήνα, τηλ.: 210 3606201. Veto ABE: Παρμενίδου 4, Γλυφάδα, τηλ.: 210 9603411. Visetti: Σκαμάνδρου 63 & Ισμήνης 2, Περιστέρι, τηλ.: 210 5775422. Vrisakis Just Fashion: Λεωφ. Κηφισού 91 & Ανδρούτσου 19, Άγιος Ιωάννης Πέντης, τηλ.: 210 4835114. V-Senses: Αναγνωστοπούλου 8, Κολωνάκι, τηλ.: 210 3618447. Wrangler: Λεωφ. Κηφισίας 38, Μαρούσι, τηλ.: 210 3449300.

18+

ΚΑΥΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ
Υγρές υπάρξεις
ΣΕ ΠΕΡΙΜΕΝΟΜΕ
Φιλήδονα κορμιά

από σταθερό ή κινητό

909 900 0615

Σταθερά: 1,72€ /' - Κινητά: 1,93€/1'

18+

**Έφτασε η ώρα...
να τελειώνουμε**

από σταθερό ή κινητό

909 900 2049

Σταθερά: 2,46€ /' - Κινητά: 2,89€/1'

www.internetg.com/sexywap

18+

**Κάνε ένα
διάλειμμα...**

από σταθερό ή κινητό

909 900 2050

Σταθερά: 2,46€ /' - Κινητά: 2,89€/1'

18+

**ΜΗΝ ΤΟ ΣΚΕΦΤΕΣΑΙ
ΠΑΡΕ ΜΕ
ΤΩΡΑ**

από σταθερό ή κινητό

909 900 2051

Σταθερά: 2,46€/1' - Κινητά: 2,89€/1'

18+

Πες μου τι θες

**Είμαι εδώ για να σε
ικανοποιήσω...**

ΧΩΡΙΣ ΑΝΑΜΟΝΕΣ
σταθερό ή κινητό

909 900 0667

Σταθερά: 1,72€ /' - Κινητά: 1,93€/1'

Οι τηλεφωνικές υπηρεσίες εξυπηρετούνται από Call Center

XXX STORIES ΣΤΕΙΛΕ ΤΟΝ ΚΩΔΙΚΟ ΣΤΟ 54545

MASTURBATION

J353 J352 T392 T391 T390

ORAL

7438 7402 7401 7400 7395

GANGBANG

K060 K059 K058 K057 K056

Το πακέτο XXX STORIES περιλαμβάνει 5 ιστορίες σε μορφή βίντεο, 5 φωτογραφίες, 5 ηχογραφήσεις, 5 κείμενα, 5 εικόνες.

Οι υπηρεσίες που έχουν αναρτήσει ανεπίσημα ανέβασμα κάθε μήνα με το αντίστοιχο κόστος. Για να χρησιμοποιήσετε την υπηρεσία μας το κινητό σας πρέπει να έχει τη δυνατότητα WAP ή GPRS. Για να ενεργοποιηθεί το WAP ή GPRS καλέστε το αντίστοιχο τηλέφωνο εξυπηρέτησης πακέτων Cosmote 164, Cosmote What's Up 1550, Vodafone 18850, Vodafone la carte CU 1251, WIND 1260, WIND 4Free Free2Go, δεν περιλαμβάνεται το κόστος wap, το οποίο απαιτείται. Για οποιαδήποτε πληροφορίες ή απορίες σχετικά με την υπηρεσία μας στείλετε e-mail στο support@internetg.com ή τηλεφωνήστε στο 211 103 1566. Όροι χρήσης: www.internetg.com/sexywap | InternetG Α.Ε. Αριθμός 545, 154 51 Νέα Ξυρνή

WANT MORE? ΣΤΕΙΛΕ Σ34 ΣΤΟ 54545

Coming soon



ΑΡΧΑΙΟ ΠΝΕΥΜΑ ΑΘΛΗΤΩΝ

Λίγο προτού
η ιερή φλό-
γα ανάψει στο
βωμό του
Ολυμπιακού
Σταδίου του
Λονδίνου, ση-
ματοδοτώντας
έτσι την έναρξη
της μεγαλύτε-
ρης γιορτής του

αθλητισμού,
το Playboy
παρουσιάζει
τη δική του
οπτική στο
γεγονός. Ο φα-
κός του Guido
Argentini αδι-
αφορεί για τις
επιδόσεις και
εστιάζει στην

ορατή επίδρα-
ση του αθλη-
τισμού στα
γυμνά σώματα,
μια παράμετρο
στην οποία
έδιναν μεγάλη
έμφαση οι
αρχαίοι μας
ολυμπιακοί
πρόγονοι.

15 Essential Tracks

15 Upscale Venues

club elite

compiled by

playmen

• FALLIN • MESTRAL • HAPPY PEOPLE

AND MORE...

THE SOUNDTRACK OF THE 15 MOST FAMOUS CLUBS AROUND GREECE

1 part ABSOLUT® VODKA
3 parts pink grapefruit juice
Pour over ice
Garnish with a grapefruit slice

ABSOLUT VODKA: PRODUCT OF SWEDEN. DISTILLED FROM GRAIN. ABSOLUT COUNTRY OF SWEDEN VODKA & LOGO, ABSOLUT BOTTLE DESIGN AND ALL OTHER ABSOLUT TRADEMARKS ARE TRADEMARKS OWNED BY THE ABSOLUT COMPANY AB. ©2012 THE ABSOLUT COMPANY AB.



ABSOLUT GREYHOUND

A DRINK WITH NEW MUSIC BY **SWEDISH HOUSE MAFIA**

WWW.ABSOLUT.COM/REMIX