



# "Ο ΤΡΟΤΑΙΟΦΟΡΟΣ"



ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΕΝΟΡΙΑΣ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ

ΦΥΛΛΟ 7ο/ΕΤΟΣ 3ο

ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2006

## Η ΑΝΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΧΡΙΣΤΟΥ ΚΑΙ Η ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΜΑΣ

### «Τὰ πνευματικά μας ελευθέρια και τὸ χάρισμα τῆς ελευθερίας»

Κατὰ τὸ Πάσχα γιορτάζουμε τὰ πνευματικά μας ελευθέρια και ἐννοοῦμε λέγοντας Πάσχα τὸ Σταυρώσιμο δηλ. τὴ Μεγάλη Παρασκευὴ και τὸ Ἀναστάσιμο, τὴν Κυριακὴ τῆς Ἀναστάσεως, καθὼς και ὅλη τὴν Ἑβδομάδα, τὴ λεγομένη Διακαινήσιμο.

Ὁ Χριστὸς μετὰ τὸ Σταυρὸ Του και μετὰ τὴν Ἀνάστασή Του ἔγινε τὸ Πάσχα μας «και γὰρ τῷ Πάσχα ἡμῶν ἐτύθη Χριστός». Τὴ Μεγάλη Παρασκευὴ «ἐτύθη» και τὴν Κυριακὴ τῆς Ἀναστάσεως ἐπιβεβαίωσε αὐτὸ «τοῦ λόγου τὸ ἀληθές». Ἔτσι ὁ Χριστὸς ἐξασφάλισε τὴν πνευματικὴ μας ελευθερία. Ἡ δωρεὰ εἶναι συγκλονιστικὴ. Γι' αὐτὸ ὁ Παῦλος σπεύδει νὰ μᾶς συστήσει «τὴν ελευθερίαν ἣν ὁ Χριστὸς ἡμᾶς ἠλευθέρωσε, στήκετε και μὴ πάλιν ζυγὸν δουλείας ἐνεχέσθε». Ὁ Χριστὸς μᾶς ἔφτιαξε ὡς ὁ παντοδύναμος δημιουργικὸς Λόγος τοῦ Θεοῦ Πατέρα, ελευθέρους μετὰ βάση τὸ «κατ' εἰκόνα» ποὺ μᾶς χάρισε ἀπὸ ἀγάπη και μ' αὐτὸ μᾶς κατέστησε ἐξαιρετικὰ προνομιούχα πλάσματά Του. Καὶ μᾶς κάλεσε σὲ χρῆσιν αὐτοῦ τοῦ χαρίσματος. Δηλαδή νὰ πάρουμε θέση, δίνοντας τὸν ἑαυτὸ μας στὸ θέλημά Του ἢ ἐγκλωβίζοντας τὸν ἑαυτὸ μας στὸ θέλημά μας. Ὅτι προέκυψε, ἀτυχῶς κακόν, ἦρθε νὰ τὸ διορθώσει, ἀσκώντας τὸ ἀπολυτρωτικὸ Του ἔργο. Δηλαδή Διδασκαλία και Σταυρικὴ Οὐσία, ποὺ τὰ σφράγισε και τὰ δύο μετὰ τὴν Ἁγία Του Ἀνάσταση, γιὰ νὰ τὰ ἀποδείξει ὄντως ἀποτελεσματικά και ἀξία τῆς ἐμπιστοσύνης μας, γιὰ νὰ ἐπαναποκτήσουμε τὸ ἀρχαῖο κάλλος.

Στὸ κλίμα τῶν ἡμερῶν αὐτῶν, εἶναι εὐστοχο νὰ σκεφθοῦμε λίγα πράγματα πάνω στὴν ἀξία τοῦ χαρίσματος τῆς ελευθερίας μας.

Ὁ ἄνθρωπος, ὡς εἰκόνα τοῦ Θεοῦ, εἶναι ελεύθερος. Βέβαια μετὰ σχετικὴ ἔννοια, διότι μετὰ ἀπόλυτη ἔννοια, ελεύθερος εἶναι μόνο ὁ Θεός. Εἶναι ελεύθερος, θὰ πεῖ, ἔχει σταθερὴ τὴ δυνατότητα νὰ ἀποφασίζει στὴ ζωὴ του γιὰ τίς ἐνεργειές του και τίς πράξεις του, γιὰ τὴν κατεύθυνση ποὺ θὰ πάρουν. Πρέπει ὅμως νὰ προσέχει. Ποτὲ δὲν πρέπει νὰ ἀποφασίζει εἰς βάρος τῆς ελευθερίας του, γιατί μία κακὴ χρῆσις τῆς ελευθερίας του, ἀποβαίνει μοιραία. Ἄν ἀποφασίζει ὁ ἄνθρωπος ελευθερία νὰ ἐγκλωβιστεῖ στὸ ἐγὼ του, ἐγκαταλείπόμενος στὰ πάθη του, διότι περὶ αὐτοῦ πρόκειται, θὰ παῦσει νὰ εἶναι ελεύθερος «πᾶς ὁ ποιῶν τὴν ἁμαρτίαν, δοῦλος ἐστὶ τῆς ἁμαρτίας», χάνει τὴν ελευθερίαν του. Ἄν ὅμως ἀποφασίζει ελευθερία νὰ παραδώσει στὸ Θεὸ τὴ βασιλεία, ἐπὶ τῆς ὑπάρξεώς του, δὲ γίνεται δοῦλος ἀλλὰ χαίρεται τὸ χάρισμα τῆς ελευθερίας του ὡς ἀληθινὸ παιδὶ τοῦ Θεοῦ. Αὐτὸ εἶναι ἡ κατάσταση ποὺ ζοῦν τὰ τέκνα τοῦ Θεοῦ. Ἐπιγραμματικὰ λέμε: μετὰ τὴν ἀρετὴ εἶμαι ελεύθερος, μετὰ τὴν ἁμαρτία ἐγκλωβίζομαι στὸ ἐγὼ μου και εἶμαι τραγικὰ δοῦλος. «Ματαίως καυχᾶται ὅτι ἔχει ελευθερία, ὅστις δὲν ἔχει ἀρετὴν» (Ἀδαμάντιος Κοραῖς). Εἶναι πολὺ περιέργη ἡ ἔννοια τῆς ελευθερίας. Ἡ κακὴ χρῆσις τῆς

ὁδηγεῖ σὲ ἀχρήστευσή της, ὥστε μόνο μετὰ μία μετάνοια γενναία και μετὰ τὴ συνδρομὴ τῆς Χάριτος τοῦ Θεοῦ, μπορεῖ νὰ ξαναμποῦν τὰ πράγματα στὴ θέση τους, ἐνῷ ἡ καλὴ χρῆσις τῆς δὲν ὁδηγεῖ σὲ καταστροφὴ της, οὔτε ἐξαφανίζει τίς δυνατότητές της, γιατί τὴν ὁδηγεῖ σὲ σωστὴ κατεύθυνση. Ὅταν ὁ ἄνθρωπος δίνει τὸν ἑαυτὸ του ἀποφασιστικὰ στὸ Θεὸ, διασώζει στὸ ἀκέραιο τὸ μεγαλεῖο του, μέρος τοῦ ὁποῖο εἶναι ἡ ελευθερία του. Ὅταν ὅμως, ἀντὶ τοῦτου ὁ ἄνθρωπος προτιμᾷ τὸν ἑαυτὸ του ἐγκλωβισμένο στὸ ἐγὼ, ὁδηγεῖται σὲ καταστροφὴ αὐτοῦ τοῦ χαρίσματος. Καὶ αὐτὸ τὸν κάνει μία τραγικὴ φυσιογνωμία, γιατί τὸν διγάζει, καθὼς ἄλλο εἶναι και ἄλλο αὐτὸ ποὺ νομίζει ὅτι εἶναι. Εἶναι πλασμένος γιὰ τὰ αἰθέρια ὕψη τοῦ οὐρανοῦ τῆς ἀρετῆς, σ' αὐτὰ νὰ πετᾷ και νὰ μένει ελεύθερος και νὰ διασφίξει τὸ μεγαλεῖο του ποὺ τοῦ δίνει πρώτη θέση μέσα στὴ δημιουργία. Καὶ δὲν εἶναι πλασμένος γιὰ τὴν βροχιά τῆς ἁμαρτίας και τὸ βοῦρκο τῶν παθῶν, μέσα σ' αὐτὰ νὰ κινεῖται χωρὶς νὰ μπορεῖ νὰ κάνει ἄλλως. Ἐλεύθερος ξεκίνησε και ἡ κατάχρησις τῆς ελευθερίας του τὸν κάνει νὰ καταλήγει δοῦλος, διότι ἀποφάσισε λανθασμένα. Αὐτὸς ποὺ τοῦ εἶπε «ἐκλεξόν τὴν ζωὴν σου σὺ» τὸν κάλεσε νὰ ἀποφασίσει γιὰ τὴν πορεία του σὲ τούτῃ τῇ ζωῇ. Πρὸς τὸ Θεὸ ἡ κατεύθυνση ἢ ἀντίθετα πρὸς Αὐτὸν ἡ πορεία. Τὸ ἓνα εἶναι ἡ καλὴ χρῆσις τοῦ αὐτεξούσιου και τὸ διατηρεῖ σταθερὸ, ζωντανό, μεγαλειώδες και δυνατό. Τὸ ἄλλο εἶναι ἡ κακὴ χρῆσις του, ποὺ στὴ συνέχεια καταστρέφει ὅλο τὸ μεγαλεῖο τῶν τέκνων τοῦ Θεοῦ.

Ὁ ἅγιος εἶναι ελεύθερος και ἄς τὸν κατηγορεῖ ἡ φιλοσοφικὴ ἠθικὴ, ποὺ σχηματίστηκε μετὰ ἀνθρώπινα κριτήρια και μέτρα, ὅτι ἑτερονομεῖται και αὐτὸ τὸ θεωρεῖ μειονέκτημα. Ἄλλ' εἶναι; Ὁ ἄνθρωπος ποὺ αὐτονομεῖται και ἡ ἠθικὴ του τὸ θεωρεῖ ικανότητα, ὁδηγεῖται σὲ ὀφθαλμοφανὴ κατάντια, γιατί αὐτὴ ἡ τακτικὴ συνεπιφέρει ἐρείπια. Εἶναι προτιμότερα τὰ ἐρείπια; Τί διορθώνει αὐτὴ τὴν κατάσταση; Μόνο ἡ ἠρωϊκὴ μετάνοια και ἡ Χάρη τοῦ Χριστοῦ. Ὅσοι φρόνιμοι ἐν Χριστῷ θεωροῦν ἀποκρουστικὴ αὐτὴ τὴν κατάσταση και ἐπειδὴ ἐπιζητοῦν «ἵνα ὄψονται τὸν Θεόν», προτιμοῦν νὰ ἀγωνίζονται, νὰ μένουν ελεύθεροι. Οἱ ἄφρονες ποὺ βαυκαλιζοῦνται νὰ αὐτοχαρακτηρίζονται ὡς προοδευτικοί, εἶναι τραγικὰ δυστυχεῖς, γιὰ τὴν προτίμησή τους, χωρὶς Θεὸ ποὺ τοὺς φέρνει στὴ δυστυχία «τῶν κερατιῶν», στεροῦνται τὸ μάννα μετὰ τὸ ὁποῖο ἐπιβραβεύεται ἡ ἀληθινὴ ελευθερία και προτιμοῦν τὸν ἐγκλωβισμό στὸ ἐγὼ, θυσιάζοντας τὸ Θεὸ, γεγονός ποὺ εἶναι τρελλὸ και μόνο νὰ τὸ λέμε.

Συμπέρασμα μᾶς: εἶμαι ελεύθερος νὰ δοῦθῃ ἢ στὸ Θεὸ ἢ στὸν ἑαυτὸ μου. Τὸ λάθος μου νὰ δοῦθῃ στὸν ἑαυτὸ μου ἓνας μόνο μπορεῖ νὰ τὸ διορθώσει, πρὶν εἶναι ἄργα. Ὁ Χριστὸς μετὰ τὸ ἀπολυτρωτικὸ Του ἔργο κάνει αὐτὸ τὸ θαῦμα. Σ' αὐτὸ ἀναφέρεται ὁ Χρυσόστομος λέγοντας «ἠλευθέρωσεν ἡμᾶς ὁ τοῦ Σωτῆρος θάνατος».

Ἀρχιμ. Δαμασκῖος Χαλκίδης

# Σταχυολογήματα Πατερικῆς Σοφίας

«Ἡ ὑπακοὴ θὰ τὰ φέρει ὅλα. Ἡ ὑπακοὴ θὰ φέρει τὴν Χάρη. Παραμικρὴ παρακοὴ στὸν Γέροντα διώγει τὴν Χάρη. Ὅλα τὰ πάθη σιγά-σιγά θεραπεύονται μὲ τὴν ὑπακοή. Ἡ ὑπακοὴ κάνει θαύματα. Ἡ ὑπακοὴ εἶναι ταπεινότη. Αὐτὴ θὰ φέρει ὅλα τὰ χαρίσματα. Ἐξαιτίας τῆς ὑπακοῆς δίνει ὁ Χριστὸς τὴν προσευχή. Ἡ θεολογία εἶναι ἀπόρροια τῆς προσευχῆς. Ἡ προσευχὴ εἶναι ἀποτέλεσμα τῆς ὑπακοῆς. Ὅταν ἔχεις ὑπακοὴ θὰ βρεῖς καὶ προσευχή, θὰ βρεῖς καὶ θεολογία. Ὅταν δὲν ἔχεις ὑπακοή, δὲν βρίσκεις τίποτε. Καὶ νὰ ἔχεις, θὰ τὰ χάσεις. Ὑπακοὴ ἢ πηγὴ τῆς προσευχῆς. Προσευχὴ ἢ πηγὴ τῆς Χάρτος, τῶν δακρύων, τοῦ θείου φωτισμοῦ, τῆς θέρμης καὶ τοῦ θείου ζήλου.

Χωρὶς ὑπακοή ὅσα καὶ ἂν κάνουμε ἀπὸ τὰ ἄλλα δὲν γίνεται τίποτε. Γιὰ μίαν παρακοὴ ὁ Ἀδάμ ἔλασε τὸν παράδεισο. Καὶ ὅχι νὰ κάνουμε ὑπακοὴ σὲ αὐτὰ πού μᾶς φαίνονται καλά, γιατί τότε ὅλοι κάνουν ὑπακοή. Στὸν Γέροντα κάνουμε τυφλὴ ὑπακοή. Μετὰ ἀπὸ καμιά δεκαπενταριά χρόνια θὰ ἔλθῃ ἡ διακριτικὴ ὑπακοή.

Τὸ στόμα νὰ λέγει συνεχῶς "εὐλόγησον, νᾶναι εὐλογημένο Γέροντα".

Τὴν πραγματικὴ, τὴν τυφλὴ ὑπακοή, θεωροῦν ὡς ἀληθινὴ οἱ Πατέρες, γιατί μόνο αὐτὴ συντρίβει τὴν ἐγωπάθεια, τὴν φιλαρκεσία, τὸν ἐγωκεντρισμό, πού μεταφορικὰ εἶναι τὸ «βδέλυγμα τῆς ἐρημώσεως ἐστὼς ἐν τόπῳ ἁγίῳ» (Ματθ. 24,15). Τὸ ἀποτέλεσμα καὶ τὸ κέρδος τῆς ὑπακοῆς εἶναι ἡ θεραπεία τῆς ἀνθρωπίνης φύσεως, πού διαστράφηκε μεταπτωτικά. Στὴν τυφλὴ ὑπακοή, καμιά μορφή αὐταρκειᾶς ἢ προτιμήσεως δὲν ὑπάρχει, ἀλλὰ ἐφαρμόζεται ὅ,τι προτάζει τὸ στόμα τοῦ Γέροντος ἢ τοῦ ἀδελφοῦ πού τὸν ἐκπροσωπεῖ.

Νὰ ταπεινωθῆτε ἐσωτερικὰ καὶ νὰ βλέπουμε τὸν ἑαυτὸ μας ὡς ἁμαρτωλό, ὡς ἐνοχο, ὡς ἀνάξιο καὶ κατώτερο ὄλων. Αὐτὸ ἀπαιτεῖ ἡ Χάρη ἀπὸ ἡμᾶς, γιατί πράγματι εἴμαστε ἔτσι, ἀφοῦ μέσα μας κινούνται τὰ πάθη καὶ τὰ συστήματα τοῦ παλαιοῦ ἀνθρώπου. Αὐτὴ τὴν αὐτομεμφία ὡς αὐτογνωσία τονίζει πολὺ ὁ ἅγιος Συμεὼν ὁ Νεὸς Θεολόγος. Ὅταν ἡ καλὴ συνήθεια ἐπικρατήσῃ τότε τὸ πνεῦμα τῆς ταπεινώσεως κινούμενο ἀπὸ τὴ Χάρη πλησιάζει τὴν καρδιά καὶ τὸ νοῦ τοῦ ἀνθρώπου καὶ βλέπει τοὺς ἄλλους ὡς ἀγγέλους, ὡς ἁγίους καὶ αὐτὸς παρρηγορεῖται μὲ τὰ δάκρυά του.

Στὸν Εὐεργετινὸ ἀναβάζουμε γιὰ τὸν ἄβδᾶ Νισθερῷ ὅτι ἀπέκτησε φήμη ἁγίου. Ὅταν τὸν ρώτησαν κάποτε, πὸ ἔργο ἔκανε στὴ ζωὴ του, ἀπάντησε: «Ἐγώ, πατέρες μου, οὔτε ἀρετὴ ἔχω, οὔτε ἔργο ἀγαθὸ ἔπραξα. Ὅταν μπιῆκα στὸ μοναστήρι ἀποφάσισα καὶ εἶπα: ἐγὼ καὶ τὸ γαϊδούρι ἓνα εἴμαστε. Αὐτὸ φρόντισα νὰ κρατῶ πάντοτε. Ποτὲ δὲν διαμαρτυρήθηκα, δὲν παραπονέθηκα, δὲν γόγγυσα, δὲν ἔκανα παρακοὴ καὶ νομίζω ὅτι αὐτὸ εἶναι τὸ χρέος μου. Νὰ ἀντιγράψω τὴν συμπεριφορὰ τοῦ ζώου πρὸς τοὺς κυρίους».

Ἰδοὺ ἡ ἀνάπλαση, ὁ ἀνακαινισμός, ἡ μεταμόρφωση, ὁ ἁγιασμός. «Ὅσοι ἔλαβον αὐτὸν» τὸν ταπεινὸ τῆ καρδία Ἰησοῦ «ἔδωκεν αὐτοῖς ἐξουσίαν τέκνα Θεοῦ γενέσθαι» (Ἰω. 1,12).

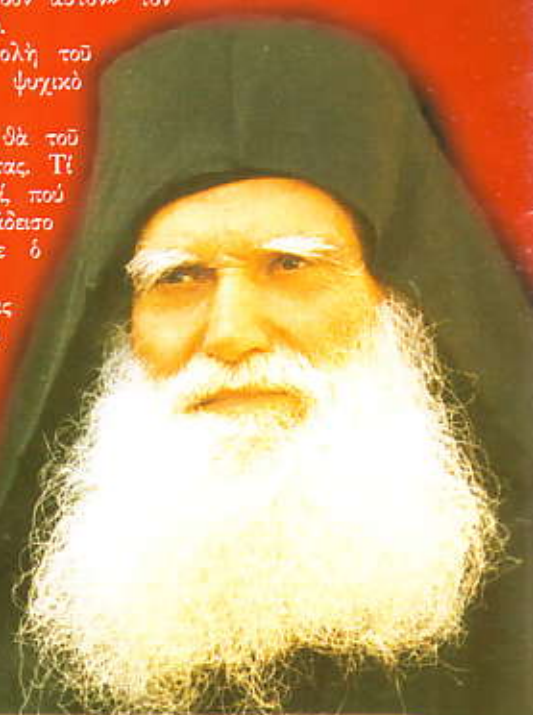
«Καὶ ἂν ἡ ἐντολὴ τοῦ Γέροντος εἶναι λανθασμένη; Ἀκόμα καὶ ἂν ἡ ἐντολὴ τοῦ Γέροντος εἶναι λανθασμένη, ὁ Θεὸς χάριν τῆς ὑπακοῆς θὰ τὴν μεταστρέφῃ σὲ ψυχικὸ ὄφελος».

Ὁ γερο Ἰωσήφ ἔλεγε: "Αὐτὸς πού ὑπακομῆ, ἂς εἶναι καὶ στραβὴ ἡ ἐντολή, θὰ τοῦ βγαῖ σὲ καλὸ γιὰ τὴν ὑπακοή καὶ μόνο". Δὲν ἔχει σημασία πὸς εἶναι ὁ Γέροντας. Τί τὸν ὠφέλησε τὸν Ἰούδα, πού εἶχε Γέροντα τὸ Χριστό; Τί τὸν ὠφέλησε τὸν Γιεζὶ, πού ὁ Γέροντάς του ἦταν προφήτης; Τί τὸν ὠφέλησε τὸν Ἀδάμ, πού ἦταν στὸν παράδεισο καὶ πού κατὰ κάποιο τρόπο εἶχε Γέροντα τὸν ἴδιο τὸν Θεό; Τίποτε. Οὔτε ὁ παράδεισος τὸν ὠφέλησε, ἀφοῦ ἔκανε παρακοή.

Ὅση περισσότερη ἀφοσίωση καὶ πίστη ἔχεις πρὸς τὸν Γέροντα, τόσο δὲν ἔχεις ἀντιλογία μέσα σου. Ὅταν αἰσθάνεσαι τὸ πνεῦμα τῆς ἀντιλογίας νὰ κινεῖται μέσα σου, εἶναι δείγμα ὅτι δὲν ἔχεις πίστη καὶ ἀγάπη στὸν Γέροντά σου. Ὅση περισσότερη ἀφοσίωση καὶ ὑπακοή ἔχεις στὸν Γέροντά σου, τόσο περισσότερη αὐταπάρνηση θὰ ἔχεις. Οὔτε τὸν Θεὸ φοβάσαι, οὔτε τὴν κόλαση! Καὶ ἔρχεται ἀπάθεια, ψυχικὴ καὶ σωματικὴ εἰρήνη, καὶ αἰσθάνεσαι τὴν ζωὴ τοῦ μέλλοντος.

Τὸν καρπὸ τῆς τελείας ὑπακοῆς δοκίμασα στὸν γερο Ἰωσήφ. Χτίσε πάνω στὴν ταπεινότη. Εἶπε κάτι ὁ Γέροντάς; Νᾶναι εὐλογημένο. Καὶ τίποτε νὰ μὴν ἔχεις, ἐφ' ὅσον κάνεις ὑπακοή, θὰ σωθεῖς. Ὅσο πὸ πολὺ εὐλαβεῖσαι, ἀγαπᾶς τὸν Γέροντά σου, τόσο περισσότερη Χάρη θὰ λάβεις. Ἡ Χάρη τῆς ὑπακοῆς, σὺν φωτὶ περικυκλώνει τὸν ὑποτακτικὸ καὶ δὲν μπορεῖ νὰ τὸν βλάψῃ ὁ διάβολος».

Γέρον Ἐφραίμ Κατουνακιώτης



ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΝΙΚΑΙΑΣ  
ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ  
ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ  
ΕΝΟΡΙΑΣ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ  
ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ  
"Ο ΤΡΟΠΑΙΟΦΟΡΟΣ"

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ:  
Οικονόμος Γρηγόριος Μπισσιτάτος  
ΤΗΛ. - FAX: 210 49 51 396

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ:

ΤΥΠΟ Γνωστή

Γ. ΑΦΕΡΩΦ 103 - ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ  
ΤΗΛ. - FAX: 210 49 56 302

## 3 ΗΜΕΡΗ ΠΡΟΣΚΥΝΗΜΑΤΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ

### ΣΕΡΡΕΣ - ΔΡΑΜΑ

12, 13 & 14 ΜΑΪΟΥ 2006

Ἱ. Μονὴ Παναγίας Εἰκοσιφοίνισσας Δράμας

Ἱ. Μονὴ Τιμίου Προδρόμου Σερρῶν

Παλαιοχριστιανικὲς Βασιλικὲς Φιλίππων

Σπήλαιο Ἀγγίτη μὲ ὑπόγειο ποτάμι.





ΤΟΥ ΣΕΒΑΣΜΙΩΤΑΤΟΥ  
ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΟΥ ΝΙΚΑΙΑΣ  
κ.κ. ΑΛΕΞΙΟΥ

*«Καθαρθῶμεν τὰς αἰσθήσεις καὶ ὁψόμεθα  
τῷ ἀπρόσιτῳ φωτὶ τῆς Ἀναστάσεως...»*

*(Κανόνας τοῦ Πάσχα)*

Ἀγαπητοὶ μου Πατέρες καὶ Ἀδελφοί,

Ὅλοι οἱ σοβαροὶ μελετητὲς τῆς Ἱστορίας συμφωνοῦν στὴ διαπίστωση πὼς λίγες δεκαετίες πρὶν ἀπὸ τὴν ἔλευση τοῦ Χριστοῦ, ὁ κόσμος εἶχε φτάσει σὲ ἔσχατο σημεῖο παρακμῆς. Ὅλες οἱ πτυχὲς τῆς ἀνθρώπινης δραστηριότητος βρισκόνταν σὲ παρακμῆ καὶ πολλοὶ δήλωναν πὼς εἶχαν στερέψει οἱ πηγὲς ἔμπνευσης τοῦ ἀνθρώπου. Παντοῦ σκοτάδι, πουθενὰ φῶς, παντοῦ χρεωκοπία. Δυὸ μονάχα πιθανότητες φαίνεται νὰ ὑπῆρχαν γιὰ τὸν κόσμος: Ἡ μιά ἦταν ὁ ἀφανισμὸς καὶ τὸ ἱστορικὸ του τέλος κι ἡ ἄλλη ἦταν μιὰ Δύναμη, ποῦ θὰ ἐπιχειροῦσε νὰ τὸν λυτρώσει, δεδομένου ὅτι μόνος του ἦταν ἀδύνατο νὰ τὸ ἐπιτύχει.

Ὁ Δημιουργὸς καὶ Κυβερνήτης τοῦ Σύμπαντος εἶχε ρυθμίσει σοφὰ τὰ πράγματα, ὥστε νὰ δοθεῖ μιὰ ἀκόμη εὐκαιρία στὴν ἀνθρωπότητα. Καὶ αὕτη δὲ θὰ μπορούσε νὰ ἦταν μιὰ φωνὴ ἀπὸ ψηλά, ἓνα κάλεσμα ἀπὸ ἀπόσταση, ἓνας χρησμὸς ἀκατάληπτος, ἀλλὰ ἡ παρουσία τοῦ Ἰδιοῦ τοῦ Θεοῦ στὸν κόσμο. Ὁ Ἰησοῦς σαρκώνεται καὶ εἰσέρχεται στὴν ἱστορία μένοντας πάντοτε Θεὸς καὶ γενόμενος ἀνθρώπος γιὰ νὰ κάνει δυνατὴ τὴν προσέγγιση μὲ τοὺς ἀνθρώπους. Θέλησε νὰ θεμελιώσῃ καὶ καλλιεργήσῃ μιὰ ἀγαπητικὴ σχέση, γιὰ νὰ δώσῃ λυτρωτικὴ προοπτικὴ.

Τριάντα χρόνια ταπεινῆς προετοιμασίας καὶ τρία χρόνια δημόσιας δράσης καὶ προσφοράς ἦταν ἀρκετὰ νὰ πείσουν τὸν κάθε καλοπροαίρετο ἄνθρωπο γιὰ τὸ σκοπὸ τῆς ὑπαρξῆς Του, γιὰ τὴ διατήρηση τοῦ «κατ' εἰκόνα» καὶ τὴν προαγωγή του σὲ «καθ' ὁμοίωσιν». Ὁ Κύριος διδάσκει, θεραπεύει, εὐεργετεῖ, θαυματουργεῖ. Πολλοὶ τὸν ἀκολούθησαν γιὰ λίγο ἢ μεγαλύτερο χρονικὸ διάστημα καὶ ἔγιναν μάρτυρες σημείων θαυμασίων. Ἐλάχιστοι, ὡστόσο, κατανόησαν καὶ ἐνστερνίστηκαν τὴ διδασκαλία Του καὶ ἀκόμα λιγότεροι συνέλαβαν πλήρως τὸ σκοπὸ τῆς ἀποστολῆς Του, ποῦ ἦταν ἡ δική τους χαρὰ καὶ σωτηρία.

Ἔτσι γίνεται πάντα στὴ ζωὴ. Τὸ φῶς βρίσκεται στὴν κορυφὴ τοῦ λόφου καὶ ὅλοι κατευθύνονται σ' αὐτὸ. Ἄλλοι κάνουν τὴν πορεία αὐτὴ μοναδικὸ σκοπὸ τῆς ζωῆς τους, ἀγωνίζονται παρακάμπτοντας ἐμπόδια καὶ φτάνουν μέχρι τὴν ἀφῆ του ἄλλοι μένουν πίσω κουρασμένοι καὶ καθυστερημένοι ἄλλοι ταλαντεύονται στὰ πρῶτα στάδια ἐρευνῶν τὰχατες καὶ προβληματίζονται ἄλλοι προφασίζονται ἀσχολίες πολλὰ καὶ ἀναβάλλουν τὴν προσπάθεια κι ἄλλοι φτάνουν στὸ σημεῖο νὰ δηλώσουν κάποια στιγμὴ πὼς ἐνοχλοῦνται ἀπὸ τὴ φωτοχυσία. Ἀκοῦστε ἓνα σταθμὸ ἢ διαβάστε ἓνα ἔντυπο καὶ θὰ διαπιστώσετε πὼς κάπως ἔτσι ἔχουν τὰ πράγματα.

Ἀδελφοὶ μου ἀγαπητοί,

Ὅλοι οἱ πιστοὶ εἴμαστε ἀποδέκτες τῆς ἐμπειρίας τῆς Ἐκκλησίας· ἔχουμε ξεπεράσει ἐπιφυλάξεις καὶ εἴμαστε κοινωνοὶ τῶν ἁγίων Ἀποστόλων, συμμαρτυρώντας μαζί τους τοῖς «ὃ ἀκηκόαμεν, ὃ ἐώρακαμεν τοῖς ὀφθαλμοῖς ἡμῶν, ὃ ἐθεασάμεθα καὶ αἱ χεῖρες ἡμῶν ἐψηλάφησαν, περὶ τοῦ λόγου τῆς ζωῆς» (Α΄ Ἰω. 1,1). Εἴμαστε Μέλη τῆς Ἐκκλησίας τῆς Ἀναστάσεως· τῆς Ἀναστάσεως τοῦ Χριστοῦ καὶ τῆς ἀναστημένης ἐλπίδας τοῦ κόσμου, καὶ συνομολογοῦμε μὲ τοὺς Ἀποστόλους: « Ἠγέρθη, οὐκ ἔστιν ὠδὲ» (Μτθ. 28, 7). Προϋπόθεση τῆς προσέγγισης, ἡ ἐσωτερικὴ διεργασία καὶ κάθαρση. Ἄς ετοιμάσουμε τὴν καρδιά μας, γιὰ νὰ λουστῆ ἀπὸ τὸ φῶς τῆς Ἀναστάσεως.

# "Ο ΤΡΩΔΗΣΕΥΣ"

## ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ

Τὴν Κυριακὴ 18 Δεκεμβρίου 2005 πραγματοποιήθηκε ἡ καθιερωμένη ἐκδήλωση τῆς Ἔνορίας μας με πλούσιο ἑορταστικὸ πρόγραμμα.

- Ἐπίκαιροι βυζαντινοὶ ὕμνοι ἀπὸ βυζαντινὴ Χορωδία ὑπὸ τὸν κ. Συμεὼν Μαραγκίδη.
- Ὁμιλία ἀπὸ τὸν π. Δαμασκηνὸ Χαλκίτη.
- Κάλαντα ἀπὸ τὴν παιδικὴ Χορωδία τῆς Ἔνορίας μας.
- Παραδοσιακοὶ χοροὶ ἀπὸ τὸ χορευτικὸ τμήμα τοῦ Ἱ. Ν. Ἁγίου Εὐθυμίου Κερασινοῦ.



## ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ (ΤΣΑΪ)

Στιγμιότυπα ἀπὸ τὴν Ἀπογευματινὴ Ἐκδήλωση (Τσαΐ) τὴν Τετάρτη 1 Μαρτίου 2006 στὸ Πνευματικὸ μας Κέντρο. Συμμετείχε ἡ Μελωδικὴ Παρέα Νικαίας με πλούσιο ψυχαγωγικὸ πρόγραμμα.



## ΕΡΓΑ ΣΤΟ ΝΑΟ ΜΑΣ

- Μικροφωνικὴ ἐγκατάσταση στὸ Παρεκκλήσιο τοῦ Ἁγίου Φανουρίου.
- Καλύμματα Μ. Τεσσαρακοστῆς τῆς Ἁγίας Τραπέζης τοῦ Ἁγίου Φανουρίου.
- Εἰκόνα Παναγίας Παμμακαρίστου Ὁαιρετισμῶν & Παρακλήσεων 15 Αὐγούστου).
- Σέ ἐξέλιξη ἡ κατασκευὴ τοῦ Παγκαρίου καὶ τοῦ Ψαλτηρίου τοῦ Ἁγίου Φανουρίου.
- Συντήρηση Ξυλόγλυπτου Ἐπιταφίου.



# "Ο ΕΥΔΗΣΕΥΣ"



## 7ΗΜΕΡΟ ΠΡΟΣΚΥΝΗΜΑ ΣΤΗΝ ΑΡΙΖΟΝΑ ΤΩΝ ΗΠΑ

Στήν ἑλληνορθόδοξη Ἱερά Μονή Ἁγίου Ἀντωνίου Ἀριζόνας τῶν Ἡνωμένων Πολιτειῶν Ἀμερικῆς πραγματοποιήθηκε ἀπό τήν ἐνορία μας 7ήμερο Προσκύνημα, ἀπό 6 ἕως 12 Φεβρουαρίου 2006. Οἱ προσκυνητές ἐντυπωσιάστηκαν ἀπό τό σπουδαῖο αὐτό ἱεραποστολικό καί γενικότερο πνευματικό ἔργο πού ἐπιτελεῖται στήν ἔρημο τῆς Ἀριζόνας, ἀλλά καί σέ ἄλλες πολιτείες τῶν ΗΠΑ καί τόν Καναδά. Ἡ Μονή Ἁγίου Ἀντωνίου εἶναι τό ἕνα ἀπό τά δεκαοχτώ Μοναστήρια πού ἔχει ἰδρύσει ὁ Ἕλληνας Ἀγιορείτης Ἱερομόναχος Γέροντας Ἐφραίμ, μέ τόν ὁποῖο ὁ κάθε προσκυνητής εἶχε προσωπική ἐπικοινωνία, κατὰ τήν παραμονή μας στό μοναστήρι.



## ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ Ι. Μ. ΑΓ. ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΑΡΙΖΟΝΑΣ



Τήν Κυριακή 19 Μαρτίου 2006 πραγματοποιήθηκε στό Πνευματικό Κέντρο τοῦ Ναοῦ μας ἐκδήλωση μέ θέμα: "Ἡ Ζωή καί τό Ἔργο τοῦ Γέροντος Ἐφραίμ τοῦ Ἀγιορείτου στήν Ἀμερική". Ἡ ἐκδήλωση περιελάμβανε ὁμιλία ἀπό τόν π. Γρηγόριο Μπατιστάτο, προβολή φωτεινῶν διαφανειῶν καί βίντεο ἀπό τήν Ἱερά Μονή Ἁγίου Ἀντωνίου Ἀριζόνας, ἐνῶ τήν παρουσίαση ἔκλεισε ὁ π. Δαμασκηνός Χαλκίτης μέ σύντομο λόγο βασισμένο στίς ἐμπειρίες του ἀπό τό 7ήμερο προσκύνημά του στήν Ἱερά Μονή Ἁγίου Ἀντωνίου Ἀριζόνας Ἡνωμένων Πολιτειῶν Ἀμερικῆς. Πρωτοφανής ἦταν ἡ ἀθρόα προσέλευση ἀτόμων πού κατέκλυσαν ἀπό νωρίς τό Πνευματικό Κέντρο τῆς Ἐνορίας μας.

# Οι διατροφικές αξίες

Άρδρο για την υγεία και την ζωή

Η διατροφή και το περιβάλλον είναι οι παράγοντες που πρέπει να ενοχοποιηθούν αλλά και να συνεκτιμηθούν όταν το βασικότερο μέλημά μας είναι η υγεία. Η υγεία είναι το υπ' αριθμόν ένα αγαθό του ανθρώπου, ακολουθούμενο από τις χαρές της ζωής, την οικονομική εξασφάλιση, την εργασιακή σταθερότητα, την επαγγελματική και κάθε άλλη επιτυχία.

Για να εξασφαλισθεί όμως η καλή υγεία, εκτός από τη γενεακή μας κληρονομιά, χρειάζεται να προσέχουμε τη διατροφή μας και το περιβάλλον στο οποίο ζούμε. Όσον αφορά στη διατροφή, η θερμική λήψη, η ποιότητα και το περιεχόμενο, ή ώρα λήψης των γευμάτων κ.π.λ. αποτελούν σημαντικούς παράγοντες.

Η διατροφή μας παίζει μεγάλο ρόλο όχι μόνον για την εξωτερική μας εμφάνιση, αλλά και για την υγεία μας και γι' αυτό χρειάζεται να είμαστε προσεκτικοί με τους παθολογικούς παράγοντες που εύθως ή πλαγίως εισάγουμε στον οργανισμό μας, όπως τα λίπη, οι υψηλής περιεκτικότητας σε χοληστερίνη τροφές, τα γλυκά κ.π.λ.

Επίσης, γνωστές και πολυδημιουσιωμένες είναι και πολλές θεωρίες περί υγιεινής διατροφής, Μεσογειακής διαίτας (τό κατ' εξοχήν ελληνικό παραδοσιακό φαγητό), χρήσης συμπληρωμάτων διατροφής, όπως π.χ. Ιχθυοεισχυρίων και βιταμινών. Η σπουδαιότητα και η αναγκαιότητα όλων των προαναφερθέντων είναι δεδομένη, όπως και το γεγονός ότι πολλοί οδηγούνται στην κατάχρηση που βλάπτει παρά ωφελεί.

Συμπληρώματα διατροφής χρειάζονται μόνο τα άτομα εκείνα που έχουν τάση να πρῶνε θρεπτικά ανεπαρκείς τροφές, «μεζεδάκια» ή φαγητό που έχει παραψηθεί ή διατηρήθηκε για πολύ καιρό και έχει χάσει αρκετά από τα θρεπτικά συστατικά του. Επίσης, μικρά παιδιά και έφηβοι, τον χειμώνα ιδίως, καθώς και άτομα μεγάλα σε ηλικία που μένουν πολύ καιρό στο σπίτι και δεν παίρνουν αρκετή βιταμίνη Δ από τον ήλιο. Το ίδιο και τα νεαρά άτομα τα οποία δεν ακολουθούν μία ισορροπημένη διαίτα, λόγω μόδας, αλλά και αναρρώνοντες ασθενείς, ιδίως εκείνοι στους οποίους η λήψη φαρμάκων προξενεί καταστροφή βιταμινικών αποθεμάτων. Κατ' εξοχήν, όμως, η λήψη συμπληρωμάτων είναι απαραίτητη στους ηλικιωμένους που είτε δεν μπορούν να παρασκευάσουν τα κατάλληλα φαγητά, είτε ο οργανισμός τους δεν έχει την ικανότητα πια να απορροφή ή να αξιοποιήσει τις βιταμίνες. Πολλές κλινικές μελέτες έχουν δείξει ότι υπάρχει πληθώρα κοινωνικών, ψυχολογικών και οικονομικών καταστάσεων, που επηρεάζουν τη λήψη των θρεπτικών ουσιών από άτομα μεγάλης ηλικίας. Μερικά από τα ειδικά προβλήματα είναι η τεχνητή οδοντοστοιχία ή όποια μπορεί να τους αναγκάζει να αποφεύγουν κάποιες τροφές, όπως όμως σαλάτες ή κρέας, ή το γεγονός ότι λόγω κόπωσης δεν ψωνίζουν τόσο συχνά όσο είναι απαραίτητο για να υπάρχει ποικιλία στη διατροφή.

Είναι γνωστό από παλιά ότι διατροφή χαμηλής περιεκτικότητας σε λίπη, σε συνδυασμό με φρέσκα φρούτα και λαχανικά, μπορεί να βοηθήσει στην αποφυγή καρδιακών επεισοδίων. Σήμερα οι επιστήμονες αποδεικνύουν ότι αυτό του τύπου ή διατροφή μπορεί να προστατεύσει και από τον καρκίνο. Ενδεικτικά, τροφές που ασκούν «προστατευτική» δράση θεωρούνται από μὲν τα λίπη, τα ω-3 (που βρίσκονται στον τόνο, στο σολομό, το σκουμπρί και τις σαρδέλλες) από τα όσπρια, τα φασόλια και από τα λαχανικά, τα μπρόκολα. Επίσης, τα κόκκινα κρασιά και οι χυμοί των σταφυλιών έχουν ικανοποιητικές αντιοξειδωτικές ιδιότητες.

Από την άλλη μεριά, ουσίες υψηλής επικινδυνότητας θεωρούνται το καμμένο κρέας, (γιατί δημιουργούνται ετεροκυκλικές αμίνες), ή κατάχρηση σε τηγανιτές πατάτες και διάφορες ουσίες πλούσιες σε λίπη. Αντιθέτως, ενεργητικό είναι το πράσινο τσάι.

Η σάλτσα ντομάτας με λίγο ελαιόλαδο πρέπει να

καταναλώνεται γιατί η ντομάτα βοηθά στη μεταφορά του ελαίου στην κυκλοφορία και αυτό έχει πολύ ενεργητική επίδραση.

Το σκόρδο, εξ αιτίας των αλλυλοσουλφιδίων που περιέχει, όπως και τα κρεμμύδια, υποβοηθούν τον οργανισμό να διακινεί ουσίες που αναστέλλουν τη δημιουργία όγκων. Κατά τους ειδικούς, ακόμη και μικρές ποσότητες σκόρδου έχουν ενεργητική επίπτωση στο μεταβολισμό. Το σκόρδο δεν χρειάζεται να μαγειρευτεί, απλά να κοπεί και να παραμείνει για 10' πριν ληφθεί, για να σχηματισθούν πλήρως τα αλλυλοσουλφίδια. Ακόμη και παλιό εκχύλισμα σκόρδου κάνει την ίδια δουλειά.

Άλλα προϊόντα που πιθανώς αναστέλλουν τους όγκους, όπως προελέχθη, είναι τα μπρόκολα, τα κουνουπίδια και τα λαχανικά.

Όσον αφορά στα λίπη, οι ειδικοί συμφωνούν σήμερα ότι σημασία δεν έχει μόνο η ποσότητα του λίπους αλλά και το είδος του. Π.χ. τα κορεσμένα λίπη, παρ' όλες τις καταστροφικές τους επιπτώσεις στο καρδιαγγειακό σύστημα, δεν φαίνεται να επηρεάζουν την επικινδυνότητα για δημιουργία καρκίνου. Μονοακόρεστα λίπη (όπως το λάδι της ελιάς) φαίνονται εξίσου ακίνδυνα. Αντίθετα, οι δύο τύποι των πολυακόρεστων λιπών, ωμέγα-6 και ωμέγα-3 δίνουν ιδιαίτερη προσοχή στην κατανάλωση, καθώς τα μέν ωμέγα-6, που βρίσκονται εύθως στο καλαμποκέλαιο και στο ήλιοσπορέλαιο, φαίνεται ότι διευκολύνουν στην αύξηση των όγκων, ενώ τα ωμέγα-3 που υπάρχουν στο έλαιο του λίνου και στα ψάρια παρεμποδίζουν την αύξηση αυτή.

Αυτό αποδείχθη και από επιδημιολογικές μελέτες που έδειχναν μικρή συχνότητα εκδήλωσης καρκίνων σε άτομα που καταναλώνουν μεγάλες ποσότητες ψαριών, έστω και αν η διαίτα τους ήταν χαμηλής περιεκτικότητας σε φρούτα και λαχανικά. Με άλλα λόγια, μερικές ποσότητες σολομού, σκουμπριού ή τόνου την εβδομάδα θεωρούνται ενεργητικές.

Η ενεργητική δράση της κατανάλωσης ψαριών, για την υγεία έχει από καιρό αποδειχθεί.

Σύμφωνα με τις ενδείξεις τα λίπη των ψαριών, και ιδίως τα ω-3 λιπαρά οξέα που περιέχουν, αποτελούν σπουδαίο παράγοντα στη διατροφή μας και συνεισφέρουν στην καλύτερη υγεία μας.

Οι διατροφικές μας συνήθειες, όμως, έχουν καταστήσει έλλιπη την κατανάλωση πολυακόρεστων λιπαρών οξέων. Τα ω-3 έχουν ελαττωθεί ενώ παρατηρείται αύξηση στα όχι και τόσο υγιεινά ω-6 λιπαρά οξέα.

Η τροφική αυτή ανισότητα μπορεί να αποκατασταθεί αν λαμβάνουμε αυξημένη ποσότητα λιπαρών, πλούσιων σε ω-3.

Οι λόγοι της τροφικής ανισότητας είναι πολλοί.

Π.χ. στη Μ. Βρετανία, όπου το 40% του πληθυσμού ζει στις μεγάλες αστικές περιφέρειες, το 41% της διατροφής είναι προμαγειρεμένη, κατεψυγμένη, αφυδατωμένη, συμπυκνωμένη ή κατά κάποιον τρόπο, τροποποιημένη με κίνδυνο για τους καταναλωτές την ανεπαρκή λήψη θρεπτικών συστατικών.

Παλιά η αναλογία πρόσληψης ω-3 λιπαρών προς τα ω-6, ήταν 1:1. Σήμερα, με την κακή διατροφή η αναλογία έχει αλλάξει. Η ΠΟΥ παραδέχεται ότι η αναλογία αυτή θα πρέπει να είναι λιγότερο από 6:1 (ω-6 προς ω-3). Αυτό, όπως ελέγχθη, μπορεί να επιτευχθεί με την κατανάλωση ψαριών, κατά κύριο λόγο.

Η ποσότητα των συστατικών των ω-3 (ΕΠΑ και ΔΘΑ) κυμαίνεται στα διάφορα είδη ψαριών αλλά και στο ίδιο είδος ψαριού, ανάλογα με το περιβάλλον που ζει και τη δική του διατροφή.

Εύρεθη, λοιπόν, ότι τα ψάρια της "φάρμας", και ιδίως ο σολομός και η πέστροφα, έχουν τις ίδιες ποσότητες με τα ανοιχτής θαλάσσης ψάρια, ιδίως όταν τρέφονται με ιχθυέλαια.

**ΝΙΚΟΛΑΟΣ Η. ΚΟΥΛΗΣ,**  
καθηγητής φαρμακευτικής

# Ἡ κακία

Ἁγίου Ἰωάννου τῆς Κρονστάνδης



Ὅργιζεσαι ἐνάντια στὸν πλησίον σου, τὸν περιφρονεῖς καὶ δὲ θέλεις νὰ μιλάς μαζί του εἰρηνικά καὶ μὲ ἀγάπη γιὰ τὸ λόγο ὅτι ἔχει κάτι τὸ χοντρὸ κι ἀπότομο, κάτι τὸ ἀπρόσεκτο καὶ δυσάρεστο γιὰ σένα στὸ χαρακτήρα του, στὰ λόγια του καὶ στοὺς τρόπους του, γιὰ τὸ ὅτι συναισθάνεται τὴν ἀξία του ἴσως καὶ περισσότερο ἀπ’ ὅσο πρέπει ἢ γιὰ τὸ ὅτι εἶναι κάπως ὑπερήφανος καὶ ἀναιδής ἐστὶ ἡμῶς, ὁ ἱατρός καὶ ὁ δάσκαλος τοῦ πλησίον σου, εἶσαι πιὸ ἔνοχος ἀπὸ ἐκεῖνον; «Ἰατρε, θεράπευσον σεαυτὸν» δάσκαλε, δίδαξε πρῶτα τὸν ἑαυτὸ σου. Ἡ κακία σου εἶναι πιὸ πικρὴ καὶ πιὸ θλιβερὴ ἀπὸ κάθε κακὸ εἶναι μήπως δυνατό νὰ διορθωθεῖ τὸ κακὸ μὲ τὴν κακία; Ἡ μήπως εἶναι δυνατό, ἔχοντας δοκάρη στὸ μάτι σου, νὰ βγάλεις τὸ σκουπίδακι ἀπὸ τὸ μάτι τοῦ ἄλλου; Τὸ κακὸ καὶ τὰ ἐλαττώματα διορθώνονται μὲ τὸ καλὸ, μὲ τὴν ἀγάπη καὶ τὴ θωπεῖα τῆς εὐγένειας, μὲ τὴν πραότητα, τὴν ταπείνωση καὶ τὴν ὑπομονή. Νὰ ἀναγνωρίζεις τὸν ἑαυτὸ σου σὰν τὸ μεγαλύτερο ἀπὸ τοὺς ἁμαρτωλοὺς, πού σου φαίνονται ἢ εἶναι πραγματικά ἁμαρτωλοὶ νὰ θεωρεῖς τὸν ἑαυτὸ σου χειρότερο καὶ κατώτερο ἀπ’ ἄλλους. Ἀφαίρεσε πρῶτα ἀπὸ μέσα σου κάθε ὑπερηφάνεια καὶ κακία ἐνάντια στὸν πλησίον σου, ἀφαίρεσε ἀκόμα τὴν ἀνυπομονησία καὶ τὴν ὀργή ἀπὸ μέσα σου καὶ τότε ἄρχισε νὰ θεραπεύεις ἄλλους ἀλλιῶς, νὰ καλύπτεις μὲ συγκαταβαίνουσα ἀγάπη τὰ ἁμαρτήματα τῶν ἄλλων. Κι ἂν στὸν πλησίον σου δεῖς ὅλες τίς ἀνομιές, τί θὰ προκύψει ἀπ’ αὐτό; Αἰώνια ἔχθρα καὶ δυσαρμονία; γιατί ποῖος εἶναι ἀναμάρτητος; Γι’ αὐτὸ καὶ ὁ Κύριός μας ἔδωσε ἐντολή νὰ συγχωροῦμε τὰ ἁμαρτήματα σ’ ὅσους ἁμαρτάνουν εἰς χάρος μας, γιατί ἂν Ἐκεῖνος δεῖ τίς δικές μας ἀνομιές, ποῖος ἀπὸ μᾶς θὰ μπορεῖ νὰ σταθεῖ ἐνώπιον τῆς δικαιοσύνης Του; (πρβλ. Ψ. 129,3). «Ἐὰν γὰρ ἀφήτε τοῖς ἀνθρώποις τὰ παραπτώματα αὐτῶν, ἀφήσει καὶ ὑμῖν ὁ πατήρ ὑμῶν ὁ οὐράνιος» (Μτθ. 6,14). Στὸ ἱερὸ δυσιαστήριο τῆς ἀγάπης στεκόμαστε ἐνώπιον τῆς ἴδιας ἔνσαρκης Ἀγάπης, ἀλλὰ ἀγάπη μεταξὺ μας δὲν ἔχουμε. Παράδοξο πράγμα! Κι οὔτε πού νοιαζόμαστε γι’ αὐτό. Ἡ ἀγάπη ἡμῶς δὲν πρόκειται νὰ ἔλθει ἀπὸ μόνη τῆς, δίχως τὸ ζῆλο μας, τὴν προσπάθειά μας καὶ τὴ δραστηριότητά μας. Ὁ Χριστιανὸς δὲν ἔχει κανένα λόγο νὰ τρέφει στὴν καρδιά τοῦ ὁποιαδήποτε κακία ἐνάντια σ’ ὁποιοδήποτε ἄνθρωπο. Ἡ κακία ὡς κακία εἶναι ἔργο τοῦ διαβόλου κι ὁ Χριστιανὸς δὲν πρέπει νάχει στὴν καρδιά του παρὰ μόνον ἀγάπη κι ἐπειδὴ ἡ ἀγάπη δὲ διανοεῖται τὸ κακὸ, δὲν πρέπει ὁ Χριστιανὸς νὰ σκέφτεται κανένα κακὸ γιὰ τοὺς ἄλλους: γιὰ παράδειγμα, δὲν πρέπει νὰ σκέφτομαι γιὰ τὸν ἄλλον ὅτι ἂν τοῦ συγχωρέσω κάποιαν ἀδικία, ἐκεῖνος θὰ μὲ ἀδικήσῃ ξανά καὶ θὰ μὲ περιγελάσῃ. Εἶναι ἀνάγκη νὰ μὴν φωλιάσει τὸ κακὸ μέσα μας ὑπὸ ὁποιαδήποτε μορφή καὶ ἡ κακία συνήθως εἶναι στὸ ἔπακρο πολὺμορφη.

Νὰ μὴν ὑποκύπτεις σὲ σκοτεινές, κακὲς διαθέσεις τῆς καρδιάς ἐνάντια στὸν πλησίον σου ἀντίθετα, νὰ κυριαρχεῖς πάνω τους καὶ νὰ τίς ξεριζώνεις μὲ τὴ δύναμη τῆς πίστεως, στὸ φῶς ἑνὸς ὑγιοῦς θελήματος, καὶ τότε θὰ εἶσαι μὲ ἀγαθὸ θέλημα «Ἐγὼ ἐν ἀκακία μου ἐπορεύθην» (Ψ. 25,1), ὅπως ψάλλει ὁ Δαβὶδ. Τέτοιες σκοτεινές διαθέσεις γεννιοῦνται συχνὰ στὸ βάθος τῆς καρδιάς κι ὅποιος δὲν ἔμαθε νὰ κυριαρχεῖ πάνω τους, θὰ εἶναι συχνὰ σκυθρωπός, σκεφτικός καὶ δυσάρεστος στὸν ἑαυτὸ του καὶ στοὺς ἄλλους. Ὅταν ἡμῶς σοῦ ἔρχονται τέτοιες διαθέσεις, νὰ βιάζεις τὸν ἑαυτὸ σου γιὰ νὰ γεννηθοῦν μέσα σου ἐγκαρδιότητα, εὐθυμία καὶ ἀθῶα ἀστεία τότε οἱ διαθέσεις ἐκεῖνες θὰ διαλυθοῦνε σὰν καπνός. Αὐτὸ διδάσκει ἡ πείρα.



«Ἀναστέναζε γιὰ τίς ἁμαρτίες σου, καὶ τότε ὁ Χριστὸς θὰ κατοικήσῃ στὴν καρδιά σου καὶ μὲ τὴν παρουσία Του θὰ ξεδιψάσει καὶ θὰ εὐφράνει τὴν καρδιά σου.»



# ΕΝΑ ΕΥΓΚΛΟΝΙΣΤΙΚΟ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΟ

Θαύμα Ἁγίας Μαρίας

**Π**ολλές φορές στη ζωή μας, σαν συνειδητοί Χριστιανοί, επικαλούμεθα τὸν Θεὸ καὶ τοὺς Ἁγίους Του. Αυτό λοιπὸν ἔκανε καὶ μία οἰκογένεια ἀπὸ τὴν Κύπρο, γνωστὴ ἀπὸ τὶς τηλεοπτικὲς ἐκκλήσεις τῆς πρὶν δύο χρόνα, γιὰ τὴν ἐξέυρεση δότη προκειμένου νὰ θρηνεῖ μὴσχευμα γιὰ ἐγγείρηση στὸ μικρὸ παιδί τους, τὸν Ἀνδρέα, ποὺ ἔπασχε ἀπὸ λευγαμία.

Μὴσχευμα θρέθηκε καὶ οἱ γονεῖς ἐτοιμάσθηκαν γιὰ νὰ ταξιδεύουν στὶς ΗΠΑ, ὅπου θὰ γινόταν ἡ λεπτὴ χειρουργικὴ ἐπέμβαση μεταμὴσχευσης μυελοῦ. Ὅλοι θυμώμαστε τότε τὴν ἀγωνία τῆς οἰκογένειας τοῦ Βασίλειου ἀπὸ τὴ Λεμεσό καὶ τὶς καθημερινὲς ἐκκλήσεις τους στὸν Χριστὸ μας γιὰ νὰ σώσει τὸ παιδί τους. Πρὶν λοιπὸν ξεκινήσουν γιὰ τὴν ἐγγείρηση οἱ γονεῖς ἀκούσαν γιὰ τὰ θαύματα τῆς Ἁγίας Μαρίας καὶ πήραν τὴν πρωτοβουλία νὰ τηλεφωνήσουν στὸ μοναστήρι τῆς Ἁγίας Μαρίας στὴν Ἀνδρό καὶ νὰ ζητήσουν τὴν εὐλογία τῆς. Στὸ τηλέφωνο ὁ ἡγουμένος τῆς Μονῆς ἀρχιμανδρίτης Κυπριακὸς ὑποσχέθηκε πὺς θὰ προσευχηθεῖ στὴν Ἁγία καὶ εὐχήθηκε τοὺς γονεῖς νὰ ἔχει τὸ παιδί τὴν Ἁγία Μαρίνα στὸ χειρουργεῖο γιὰ βοήθεια. Πράγματι μὲ τὴν εὐχὴ τοῦ ἡγουμένου Κυπριακοῦ στὶς ἀποσκευὲς τους καὶ μὲ ἀκράδαντη τὴν πίστη γιὰ τὴν βοήθεια τῆς Ἁγίας Μαρίας οἱ δύο γονεῖς καὶ ὁ μικρὸς Ἀνδρέας μετέβησαν στὶς ΗΠΑ. Μετὰ τὶς καθιερωμένες προκαταρκτικὲς ἐξετάσεις προετοιμασίας ὁ μικρὸς Ἀνδρέας εἰσήλθε γιὰ τὴν πραγματικὰ πολὺ σοβαρὴ καὶ λεπτὴ ἐγγείρηση. Λίγη ὥρα πρὶν τὸ χειρουργεῖο, παρουσιάστηκε στὸν ἰατρὸ ποὺ θὰ χειρουργοῦσε τὸν μικρὸ Ἀνδρέα, μία γυναίκα. Εἶπε πὺς εἶναι γιαντρός καὶ παρακάλεσε νὰ παρακολουθεῖ τὴν ἐγγείρηση, ἐπειδὴ ἦταν προσωπικὴ ἰατρὸς τοῦ μικροῦ Ἀνδρέα. Ἡ συζήτηση τῆς γυναίκας μὲ τὸν χειρουργὸ ἔδειχνε πὺς κατεῖχε τὴν ἰατρικὴ ἐπιστήμη καὶ δὲν ἄφησε καμμία ἀμφιβολία στὸν χειρουργὸ πὺς δὲν εἶναι ἰατρός. Ἐκεῖνος πάντως τῆς εἶπε πὺς δὲν ἐπιτρέπεται νὰ βρίσκεται στὸ χειρουργεῖο ξένος ἰατρός καὶ πὺς ἀποτελοῦσε πρακτικὴ τῆς ἰατρικῆς του οἰκογένειας νὰ μὴν μετέχουν ἄλλοι στὶς λεπτεῖς αὐτὲς ἐγγείρησεις. Ἡ ἐμμονὴ ὅμως τῆς γυναίκας ἔκαμψε τὴν ἀρχικὴ ἀδιαλλαξία τοῦ χειρουργοῦ. Τῆς ζήτησε νὰ ἀφήσει τὰ στοιχεῖα τῆς στὴ γραμματεία καὶ νὰ εἰσέλθει στὴ συνέχεια στὸ χειρουργεῖο μαζί του. Ἔτσι καὶ ἔγινε. Ἡ ἀγνωστὴ ἰατρὸς εἰσήλθε στὸ χειρουργεῖο καὶ ὄχι ἀπλῶς παρακολουθοῦσε, ἀλλὰ συμμετεῖχε ἐνεργὰ στὴν ἐγγείρηση τοῦ μικροῦ Ἀνδρέα.

Ἀρκετὲς φορές μάλιστα ἔδωσε τὶς κατευθύνσεις γιὰ τὸ πὺς ἔπρεπε νὰ προχωρήσει ἢ ἐπέμβαση. Ὅλα πῆγαν καλὰ καὶ ὁ γιαντρός ἀφοῦ τὴν εὐχαρίστησε ἐξῆλθε τοῦ χειρουργοῦ. Τὸ ζεῦγος Βασιλείου ἔτρεξε νὰ πληροφορηθεῖ γιὰ τὸ πὺς πῆγε ἡ ἐγγείρηση.

«Ὅλα πῆγαν πολὺ καλὰ» τοὺς εἶπε. Καὶ πρόσθεσε: «Δὲν μπορῶ νὰ καταλάβω πὺς εἴχατε μία τέτοια γιαντρὸ γιὰ τὸ παιδί σας καὶ ἦλθατε σὲ μένα!»

Οἱ γονεῖς ἐκπληκτοὶ ἀπάντησαν ὅτι δὲν εἶχαν φέρεῖ κάποια γιαντρὸ καὶ δὲν γνωρίζουν κάτι σχετικὸ. Ὁ γιαντρός ὅμως ἐπέμενε καὶ τοὺς εἶπε πὺς ὅταν ἐξῆλθε ἀπὸ τὸ χειρουργεῖο ἡ γιαντρός τοῦ μικροῦ Ἀνδρέα, παρέμεινε γιὰ λίγο μέσα μὲ τὴν ὑπόλοιπη ἰατρικὴ οἰκογένεια. Ὡς ἐκ τούτου κάποιο ἐκεῖ γύρω ἔπρεπε νὰ εἶναι καὶ τοὺς προέτρεψε νὰ τὴν συναντήσουν. Μάταια ὅμως ἔψαχναν νὰ τὴν βροῦν. Ἡ γιαντρός εἶχε ἐξαφανισθεῖ.

Σκέφθηκαν πὺς θὰ ἐφυγε καὶ πῆγαν μετὰ τὴν προτροπὴ τοῦ χειρουργοῦ στὴ γραμματεία νὰ ζητήσουν τὰ στοιχεῖα τῆς προκειμένου νὰ τὴν εὐχαριστήσουν. Πίστευαν πὺς ἴσως κάποια ἰατρὸς ἀπὸ τὴν Ἑλλάδα, ἢ τὴν Κύπρο εὐαισθητοποιήθηκε καὶ ταξίδεψε στὶς ΗΠΑ γιὰ νὰ συμβάλει στὴν λεπτὴ χειρουργικὴ ἐπέμβαση.

Μὲ ἐκπλήξη διαπίστωσαν πὺς ἡ ἀγνωστὴ γυναίκα ἰατρός εἶχε ὑπογράψει μὲ τὸ ὄνομα Μαρίνα ἀπὸ τὴν Ἀνδρό. Δὲν πίστευαν αὐτὸ ποὺ ἔβλεπαν. Στέκονταν ἐπὶ ἀρκετὴ ὥρα ἀμήχανοι μπροστὰ στὸ θαῦμα τῆς Ἁγίας Μαρίας. Τὰ δάκρυα εὐγνωμοσύνης καὶ χαρᾶς πλημμύρισαν τὰ μάτια τους. Θυμήθηκαν αὐτὸ ποὺ τοὺς εἶχε πεῖ ὁ σεβαστὸς γέροντας καὶ ἡγουμένος τῆς ὁμώνυμης Ἱερᾶς Μονῆς. «Πηγαίνετε στὴν Ἀμερικὴ καὶ εὐχομαι ἡ Ἁγία Μαρίνα νὰ εἶναι μέσα στὸ χειρουργεῖο». Τὴν ἀπερίγραπτη χαρὰ τους γιὰ τὴν ἐπιτυχὴ ἐκβασὴ τῆς ἐγγείρησης καὶ τὴν ἐπαναφορὰ τῆς ὑγείας τοῦ μικροῦ Ἀνδρέα τὴ μετέφεραν στὰ ΜΜΕ μιλώντας γιὰ τὸ ἀληθινὸ θαῦμα. Ἀπὸ τότε ἔβαλαν ὡς τάμα νὰ βρίσκονται πάντοτε οἰκογενειακῶς στὴν Ἀνδρό τὴν ἡμέρα τῆς μνήμης τῆς Ἁγίας Μαρίας. Ἔτσι καὶ πράττουν, ἐνῶ, ὅπως ἀνέφερε μοναχὸς τῆς Μονῆς μὲ τὸν ὁποῖο συνομιλήσαμε δύο φορές, στὰ χρόνια ποὺ μεσολάβησαν ἀπὸ τότε, ἡ οἰκογένεια Βασιλείου μεταβαίνει τακτικὰ ἀπὸ τὴ Λεμεσό κάθε καλοκαίρι στὴν Ἀνδρό γιὰ νὰ εὐχαριστήσῃ τὴν Ἁγία Μαρίνα, ποὺ ἔσωσε τὸν μικρὸ Ἀνδρέα. Οὐδέποτε λοιπὸν ἀπουσίασαν τὰ θαύματα τῶν Ἁγίων ἀπὸ τὴ ζωὴ τῆς Ὀρθοδόξου Ἐκκλησίας μας, καὶ εἶθε ὁ Πανάγαθος Θεός, ὁ Κύριος Ἡμῶν Ἰησοῦς Χριστός, νὰ μᾶς ἐνισχύει τὴν πίστη μας μὲ τὰ θαύματα τῶν Ἁγίων μας.

**ΙΕΡΕΕΣ ΛΕΓΕΥΤΗΝΕΕ**  
(9.00μ.μ. - 1.00π.μ.)  
**ΤΡΙΤΗ 30 ΜΑΪΟΥ 2006**  
γιὰ τὴν ἑορτὴ τῆς Ἀπόδοσης τοῦ Πάσχα.  
**ΠΕΜΠΤΗ 28 ΙΟΥΝΙΟΥ 2006**  
πρὸς τιμὴν τῶν Ἁγίων Ἀποστόλων Πέτρου καὶ Παύλου.  
**ΤΕΤΑΡΤΗ 6 ΙΟΥΛΙΟΥ 2006**  
πρὸς τιμὴν τῆς Ἁγίας Κυριακῆς.