



# ΕΚΦΡΑΣΗ

ΔΙΗΜΕΡΙΑ ΕΚΔΟΣΗ  
ΙΕΡΟΥ ΠΝΥΧΑΣΤΗΡΙΟΥ ΑΓΙΑΣ ΤΡΙΑΔΟΣ



# ΕΚΦΡΑΣΗ

ΔΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ  
Ι. ΗΣΥΧΑΣΤΗΡΙΟΥ ΑΓ. ΤΡΙΑΔΟΣ  
ΜΕΤΟΧΙΟΥ Ι. ΜΟΝΗΣ ΜΑΧΑΙΡΑ

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ:

π. Ανδρέας Αγαθοκλέους

Τ.Θ. 42036, 6530 Λάρνακα - Κύπρος

Τηλ: 99607871, Φαξ: 22991545

[www.isagiastriados.com](http://www.isagiastriados.com)

ΤΕΥΧΟΣ 168

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2018

ISSN 1019-5181

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ:

Ζαφείρης Δημητρίου & Υιός Ατδ, Λάρνακα



## ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΑΓΑΠΗ

*Αββᾶ Ἰσαάκ τοῦ Σύρου*

**Δ**ᾶββᾶς Ἀγάθων ἦταν ὁ πιό ἔμπειρος στά πνευματικά ἀπό ὄλους τούς μοναχούς τοῦ καιροῦ του, καί τιμοῦσε τή σιωπή καί τήν ἡσυχία περισσότερο ἀπ' ὄλους. Αὐτός λοιπόν ὁ θαυμαστός ἄνθρωπος, ὅταν εἶχε πανηγύρι στήν πόλη, πῆγε νά πουλήσει τό ἐργόχειρό του. Ὅποτε βρῆκε στήν ἀγορά ἓναν ξένο ἄρρωστο καί παραπεταμένο σέ μία ἄκρη. Τί ἔκανε τότε; Νοίκιασε ἓνα σπιτάκι καί ἔμενε κοντά του ἀσκώντας χειρωνακτική ἐργασία. Ὅ,τι ἔβγαζε τό ξόδευε γιά τόν ἄρρωστο καί τόν ὑπηρετοῦσε συνέχεια ἕξι μῆνες, μέχρι πού ὁ ἄρρωστος ἔγινε καλά. ❖

Εἰκόνα ἐξωφύλλου: Ἰησοῦς Χριστός ὁ Παντοκράτωρ. Τσάδα, 16<sup>ος</sup> αἰώνας.



## ΤΟ ΘΕΛΗΘΡΩΠΙΝΟ ΠΡΟΣΩΠΟ ΤΟΥ ΙΗΣΟΥ ΧΡΙΣΤΟΥ

*π. Ανδρέα Ἀγαθοκλέους*

**Τ**ὸ πρόσωπο τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ, μοναδικό μέσα στήν Ἱστορία, ἀποτέλεσε τόν πυρήνα τῶν Μεσσιανικῶν Προφητειῶν. Ἡ ζωὴ Του προφητεύτηκε μέ κάθε λεπτομέρεια καί ἐπαληθεύτηκαν ὅλες οἱ σχετικές μ' Αὐτόν προφητεῖες.

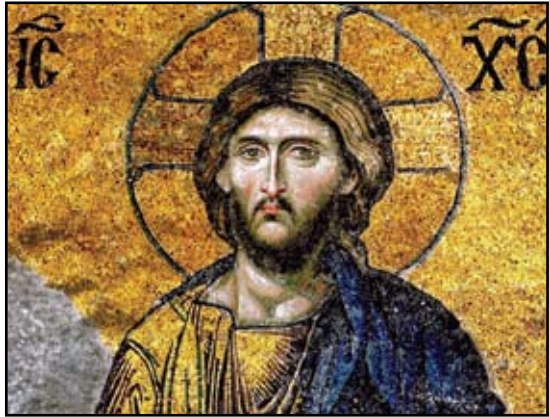
Γεννήθηκε σάν τέλειος ἄνθρωπος καί τέλειος Θεός ἀπό τήν παρθένο Μαρία, ἡ ὁποία Τόν συνέλαβε μέσα της «ἐκ Πνεύματος Ἁγίου» σύμφωνα μέ τό εὐαγγέλιο. Ἡ ὀρθόδοξη παράδοσή μας διδάσκει ὅτι ἡ Παναγία, μέ τή χάρη τοῦ Ἁγίου Πνεύματος πού τή γέμισε, ἀπαλλάχτηκε ἀπό κάθε ἀμαρτήμα – καί τό προπατορικό. Ἔτσι, ὁ Ἰησοῦς Χριστός, ἐνῶ εἶναι τέλειος ἄνθρωπος μέ σῶμα καί ψυχή, εἶναι ἀναμάρτητος καί ταυτόχρονα εἶναι ἐνωμένη στό πρόσωπό Του καί ἡ Θεϊκή φύση. Σύμφωνα, λοιπόν, μέ τήν Ὄρθοδόξή μας πίστη, ὁ Χριστός εἶναι τό δεύτερο πρόσωπο τῆς Ἁγίας Τριάδος, ὁ Υἱός, ἐνωμένος μέ τήν ἀνθρώπινη φύση, χωρίς ἀμαρτία.

Ἡ ἀποστολή τοῦ Χριστοῦ στόν κόσμο γίνεται ἀπό τόν Πατέρα, ὁ ὁποῖος γεννᾷ τόν Υἱόν «ἀενάως», «ἀχρόνως» δηλαδή χαρίζει στόν Υἱό ὀλόκληρη τήν ὑπαρξή Του, τήν οὐσία, τή φύση Του. Κι ὁ Υἱός, πάλι, ἀντιδωρίζει τήν ὑπαρξή Του στόν Πατέρα μέ σκοπό νά σωθεῖ ὁ κόσμος διά μέσου



Του (μέ τή διδασκαλία – τή ζωή – τό θάνατο – τήν Ἀνάσταση καί τήν Ἀνάληψή Του).

Ὁ Χριστός δέν εἶναι μόνο ὁ σωτήρας μας ἀπό τήν ἁμαρτία. Ἀλλά, ὅπως Ἐκεῖνος μεταμορφώθηκε μπροστά στους μαθητές Του



καί ἔλαμψε σάν τόν ἥλιο, θέλει νά μεταμορφωθοῦμε κι ἐμεῖς καί νά θεοποιηθοῦμε μέ τή βοήθεια τῆς Θείας χάρης. Αὐτή ἡ μεταμόρφωση δέν εἶναι μόνο ἠθική, ἀλλά καί ὑπαρξιακή, ὄντολογική.

Ὅλοι οἱ Ἅγιοι, διά μέσου τῶν αἰώνων, ἐνωμένοι μέ τό Χριστό «ἐν Πνεύματι Ἁγίῳ», δηλαδή μέ τή χάρη τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, συμμετέχουν στίς «ἄκτιστες ἐνέργειες τοῦ Θεοῦ» καί δέν εἶναι ἀπλῶς πιό σοφοί μόνο ἢ πιό δυνατοί ὥστε νά κάνουν θαύματα, ἀλλά εἶναι πάνω ἀπ' ὅλα θεοποιημένοι ἄνθρωποι, θεοί κατά χάρη, πού τούς εἶδαν πολλοί νά λάμπουν μέσα σ' ἕνα ὑπερκόσμιο φῶς, τό ἄκτιστο φῶς τοῦ Θεοῦ.

Ἐμεῖς οἱ Ὀρθόδοξοι, ἂν ἐπιμένουμε στό δόγμα, τό κάνουμε ὄχι ἀπό φανατισμό καί στενοκεφαλία, ἀλλά διότι ἀπό τήν ἀληθινή γνώση τῆς «ἀποκεκαλυμμένης ἀλήθειας» περί τοῦ Θεοῦ πηγάζει ἡ ἀλήθεια γιά τόν ἄνθρωπο. Καί τοῦτο γιατί ὁ Θεός μᾶς καλεῖ νά ζήσουμε τή ζωή Του, τή ζωή τῆς Τριαδικῆς



κοινωνίας. Αὐτή τή ζωή μᾶς φανέρωσε ὁ Ἰησοῦς Χριστός μέ τήν ἴδια τή ζωή Του καί τή διδασκαλία Του.

Οἱ δύο φύσεις τοῦ Χριστοῦ, ἡ Θεϊκή καί ἡ ἀνθρώπινη ἐνώνονται στό Θεανθρώπινο πρόσωπό Του. Σύμφωνα μέ τή Χριστολογία (λόγος περί τοῦ Χριστοῦ) τῆς Ὁρθόδοξης ἐκκλησίας μας, μεταξύ τῶν δύο φύσεων τοῦ Χριστοῦ ὑπάρχει ἡ λεγόμενη ἀντίδοση (μετάδοση) ιδιωμάτων. Ὁ Χριστός εἶχε τά λεγόμενα ἀδιάβλητα πάθη (δίψα, πόνο, κόπο) ἀλλά ἦταν ἀναμάρτητος. Οἱ δύο φύσεις Του, σύμφωνα μέ τίς ἀποφάσεις τῆς Δ΄ Οἰκουμενικῆς Συνόδου τῆς Χαλκηδόνας, εἶναι ἐνωμένες «ἀσυγχίτως, ἀτρέπτως καί ἀδιαιρέτως» δηλ. χωρίς νά συγχίζονται, νά μετατρέπονται καί νά διαιροῦνται. Ὁ Χριστός οὔτε μία στιγμή δέ χωρίστηκε ἀπό τήν ἀνθρώπινη φύση Του, ἀφότου τήν πῆρε. Καί στό Σταυρό καί στόν Τάφο καί στήν Ζωή καί στό Θάνατο καί στήν Ἀνάσταση, εἶναι ἐνωμένες καί οἱ δύο φύσεις Του.

Ἔνας ὕμνος τῆς ἐκκλησίας μας λέει:-

«Ἐν τάφῳ σωματικῶς, ἐν Ἄδου δέ μετά ψυχῆς, ὡς Θεός, ἐν παραδείσῳ δέ μετά Ληστοῦ καί ἐν θρόνῳ ὑπῆρχες, Χριστέ, μετά Πατρός καί Πνεύματος, πάντα πληρῶν ὁ ἀπερίγραπτος.»

Ὅλα αὐτά, βέβαια, εἶναι ἓνα μεγάλο μυστήριο πού ἐξυπηρετεῖ τό ἄλλο μυστήριο τῆς σωτηρίας καί θέωσης τοῦ καθενός ἀπό μᾶς.

Ὅταν ἀναστήθηκε ὁ Ἰησοῦς Χριστός, πάλι ἦταν ἐνωμένος μέ τήν ἀνθρώπινη φύση Του, μόνο πού αὐτή πιά ἦταν ἀφθαρ-



τοποιομένη. Κι όταν ανέληφθηκε στους ούρανοὺς, τό ἴδιο. Μία ἀνθρώπινη, λοιπόν, φύση σάν αὐτή πού φέρουμε ὅλοι μας (ἐκτός τῆς ἁμαρτίας) βρίσκεται γιά πάντα ἐνωμένη μέ τή θεϊκή φύση τοῦ Χριστοῦ καί κατ' ἐπέκταση μέ τήν Ἁγία Τριάδα.

Ἀπό τήν ἡμέρα τῆς Ἀνάληψῆς Του ὁ Ἰησοῦς βρίσκεται «ἐν δεξιᾷ τοῦ Πατρός» μεσίτης καί ἐγγυητής τῆς Ἀνάστασης καί θέωσης τοῦ ἀνθρώπινου προσώπου. Ταυτόχρονα ὅμως εἶναι παρών μέσα στίς καρδιές μας καί στή ζωή μας, ὅπως μᾶς εἶπε «Ἴδού ἐγώ μεθ' ὑμῶν εἰμι πάσας τὰς ἡμέρας τῆς ζωῆς ὑμῶν».

Ἔτσι, μέσα στήν ἐκκλησία πού εἶναι «ὁ Χριστός παρατεινόμενος εἰς τοὺς αἰῶνας» βιώνουμε αὐτό τό μεγάλο μυστήριο τῆς ἐνωσῆς μας μέ τό Χριστό διά μέσου τῶν ἀγίων ἀρετῶν τῆς. Ἀκόμα δέ καί στήν περίπτωση πού ἁμαρτάνουμε, μέσω τῆς μετανοίας, τῆς προσευχῆς καί τῆς ἐξομολόγησῆς ἐπαναφερόμαστε καί πάλι στήν ἐκκλησία, ὅσα πολλά καί μεγάλα ἁμαρτήματα κι ἄν διαπράξαμε.

Ὁ Χριστός, κεφαλή τῆς ἐκκλησίας μας τῆς ὁποίας εἴμαστε μέλη, εἶναι πάντοτε παρών μέσα σ' αὐτή «ἐν ἀγίῳ Πνεύματι». Στή θεία εὐχαριστία, ὅπου τό Ἅγιο Πνεῦμα μεταβάλλει τό κρασί καί τό ψωμί σέ σῶμα καί αἷμα Χριστοῦ, κοινωνοῦμε τό Θεάνθρωπο καί γινόμαστε «σύσσωμοι καί σύναιμοι» Χριστοῦ. Γευόμαστε ἔτσι τή ζωή τῆς Θεότητος καί προγευόμαστε τή μέλλουσα Βασιλεία. ❖



## ΑΝΤΟΣΥΝΕΙΔΗΣΙΑ ΣΩΤΗΡΙΑΣ

Μητροπολίτη Ἀντωνίου τοῦ Sourozh

**Ἡ** πείνα, ἡ δίψα, ἡ δυστυχία καί ἡ μοναξιά, ὅλα αὐτά πού ἀποστρεφόμεστε στή ζωή, ἀποτελοῦν συχνά τή μόνη ἐλπίδα μας νά σωθοῦμε. Ὅσο διάγουμε στήν ἀνεση τοῦ βίου ἀδιαφοροῦμε γιά τήν πραγματική μας κατάσταση. Ἀποδεικνύομαστε ἀνίκανοι νά σκύψουμε μέσα μας καί νά δοῦμε ὅτι εἴμαστε μόνοι στή μέση τοῦ πλήθους καί πάμπτωχοι στό κέντρο τοῦ πλούτου. Εἶναι σημαντικό νά συνειδητοποιήσουμε ὅτι ὅλα τά πικρά καί δύσκολα πού ἀνταμώνουμε στό δρόμο μας, ὅλα αὐτά πού μισοῦμε καί φοβόμαστε, εἶναι ἡ σωτηρία μας. Γιά μᾶς ἡ στέρηση εἶναι ὄρος οὐσιώδης. Κι ἂν δέν ἔχουμε στερηθεῖ πρέπει νά μάθουμε νά στεροῦμαστε στό σημείο πού ἡ ἔλλειψη θά μᾶς ὀδηγήσει στήν ἐπίγνωση ὅτι ἀντικρύζουμε τόν Θεό σέ κατάσταση ὀλοκληρωτικῆς γύμνιας καί ἀνέχειας – τή μόνη κατάσταση πού μᾶς ἀνήκει.

Ἐνας ὁμορφος μῦθος διηγεῖται τή ζωή ἑνός πάμφτωχου ραββίνου πού πρῶι – βράδυ εὐχαριστοῦσε τόν Θεό γιά τή γενναιοδωρία Του. Κάποιος πού ἄκουσε τήν προσευχή του ἀναρωτήθηκε: «Πῶς μπορεῖς νά εἶσαι τόσο ὑποκριτής; Δέν βλέπεις ὅτι ὁ Θεός σοῦ ἔχει στερήσει τά πάντα;». Κι ἐκεῖνος ἀπάντησε: «Κάνεις λάθος. Ὁ Θεός μέ κοίταξε καί σκέφτηκε. “αὐτός ὁ ἄνθρωπος γιά νά σωθεῖ ἔχει ἀνάγκη τήν πείνα καί τή δίψα, τό κρύο καί τή μοναξιά, τήν ἀρρώστια καί τήν ἐγκατάλειψη”. Καί μοῦ τά ἔδωσε σέ ἀφθονία». Νά τό ἀληθινό χριστιανικό ἦθος, ἡ συμπεριφορά ἑνός πιστοῦ γιά τόν ὁποῖο τό μόνο πού ἔχει πραγματική σημασία εἶναι ἡ ψυχή του. ❖



## ΉΜΟΝΟ Ο ΧΡΙΣΤΟΣ!

*Αγίου Ίουστίνου Πόποβιτς*

**Δ**έν θέλω οὔτε τή ζωή οὔτε τό θάνατο χωρίς Ἐσένα. Κύριε πανθαύμαστε! Δέν θέλω οὔτε τήν ἀλήθεια, οὔτε τήν αἰωνιότητα! Ὁχι, ὄχι! Ἐσύ, μόνο Ἐσύ σέ ὄλα, γιά ὄλα καί πάνω ἀπ' ὄλα! Ἐάν δέν θά εἶναι ἔτσι, καλύτερα νά μέ καταστρέψετε ὀλοκληρωτικά, νά μέ γκρεμίσετε ἀπό τό ὄν στό μή ὄν, ὅπως κάποτε ἀπό τό μή ὄν μέ εἰσαγάγατε στό ὄν.

Γνωρίζουμε, ὄμως, Μόνε Φιλάνθρωπε, ὅτι Ἐσύ ἔγινες ἄνθρωπος καί εἰσηλθες στή δική μας ὑπαρξη, στή δική μας ζωή, στό δικό μας θάνατο, στό δικό μας κόσμο, στό δικό μας βάσανο, στή δική μας ἀλήθεια καί ἔδειξες ὅτι Ἐσύ εἶσαι τό νόημά τους καί ὁ παράδεισός τους.

Καί ἀποκάλυψες, ὦ Πανθαύμαστε, ὅτι ἡ ζωή μόνο διά Σοῦ καί ἐν Σοί εἶναι τό εὐαγγέλιο καί ὁ παράδεισος· ἔτσι εἶναι καί ὁ θάνατος καί ἡ ἀθανασία καί ἡ αἰωνιότητα καί ὁ κόσμος καί ὁ ἄλλος καί ὄλοι οἱ κόσμοι καί ὄλοι οἱ οὐρανοί καί οἱ οὐρανοί τῶν οὐρανῶν καί ὄλα τά ὄντα στά σύμπαντα· τό εὐαγγέλιο πλάι στό εὐαγγέλιο καί ὁ παράδεισος πλάι στόν παράδεισο.

Ναί, μόνο μ' Ἐσένα καί μέσα ἀπό Ἐσένα τό εὐαγγέλιο εἶναι εὐαγγέλιο καί ὁ παράδεισος εἶναι παράδεισος καί ὄλα αὐτά εἶναι χωρίς, μά χωρίς τέλος... ❖





**Δ**ς μοιάσει ὁ καθένας μας περισσότερο μέ τόν Θεό,  
γινόμενος περισσότερο ἄνθρωπος.

*Μητροπολίτης Κάλιστος Ware*

**Δ**ν θυμᾶσαι τά πάθη τοῦ Κυρίου πάντα, θά ὑπομένεις  
ἀγόγγυστα τά πάντα.

*Ἄγ. Δημήτριος τοῦ Ροστώφ*



**Ε**ἶπεν ὁ Κύριος ... μά κανένας  
δέν φαίνεται ν' ἀκούει τό λόγο Του·  
μοιάζουμ' ὅλοι κωφάλαλοι –καί πióτερο  
ὅσοι θαρροῦν τόν ἑαυτό τους λυτρωμένο.

*Π.Β. Πάσχος*



## ΣΙΩΠΗ ΚΑΙ ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ

Άθανασίου Άστ. Γκάτζιου

**Σ**ήμερα μᾶς προβληματίζει έντονα τό φαινόμενο τῆς ἠχο-  
ρύπανσης. Τά σπίτια μας τείνουν νά χαρακτηριστοῦν ὡς  
θορυβώδεις χώροι, ὅπου δέν μπορεῖ κάποιος νά βρεῖ μία γωνιά  
νά ἡσυχάσει, νά ἡρεμήσει, νά συγκεντρωθεῖ – ἔστω καί γιά  
λίγο – καί νά ἀπαλλαγεῖ ἀπό τοὺς θορύβους. Ἡ τηλεόραση ἀπό  
τό πρωί μέχρι τίς μεσονύχτιες ὥρες «παίζει» ἀσταμάτητα. Τό  
ραδιόφωνο τό ἴδιο, μέ τά ἀμφίβολης ποιότητας τραγούδια καί  
τίς ἀνούσιες ἕως καταστροφικές ἐκπομπές του. Χαρακτηρι-  
στική εἶναι ἡ ἔκφραση πολλῶν συνανθρώπων μας, κυρίως γυ-  
ναικῶν: «Δέν μπορῶ νά νιώθω μόνη. Πνίγομαι. Ἀνοίγω τήν  
τηλεόραση γιά νά ἀκούω μία φωνή, χωρίς νά προσέχω πολλές  
φορές τί λέει. Ἡ σιωπή μέ τρελαίνει».





Έχουμε αὐτιά πού εἶναι ὑπερκινητικά. Τό χειρότερο, ὅμως, ὄλων εἶναι ὅτι ὄλα σχεδόν τά ἐξωτερικά ἀκουστικά ἐρεθίσματα εἶναι πολύ ἀνησυχητικά. Φωνητικά σχήματα, φασαρία, ἐκκωφαντικά μουσικά σχήματα, σφυρίγματα, κορναρίσματα, θορυβώδη μαρσαρίσματα νεαρῶν, κραυγές καί οὐρλιαχτά, ἀπωθοῦν καί δέν ἐμπνέουν ἡρεμία.

Σύγχρονες μελέτες καί πειράματα ἔχουν ἀποδείξει καί βεβαιώσει, πέρα ἀπό τήν ἐπίδραση πού ἔχουν στή συναισθηματική μας κατάσταση, ὅτι ἐπηρεάζουν ἄμεσα καί τόν ἐγκέφαλό μας. Σύμφωνα μέ μελέτη τοῦ Κέντρου Ἑρευνας Ἀνανεωτικῶν Θεραπειῶν στή Δρέσδη τῆς Γερμανίας, ὑπάρχουν διεργασίες τοῦ ἐγκεφάλου, οἱ ὁποῖες μποροῦν νά διεξαχθοῦν μόνο στή σιωπή.

Ὁ ἐγκέφαλος ποτέ δέν ἀναπαύεται. Συνεχίζει νά ἐργάζεται μυστηριωδῶς καί μέ διαφορετικό τρόπο εἴτε βρισκόμαστε σέ ἀπόλυτη ἡρεμία εἴτε κοιμόμαστε. Αὐτό πού συμβαίνει εἶναι ἕνα εἶδος κάθαρσης. Ὁργανώνει καί ἀξιολογεῖ τίς ποικίλες πληροφορίες καί ἐμπειρίες τῆς ἡμέρας, ἐνσωματώνει τίς σημαντικές καί «ξεφορτώνεται» τίς ἄχρηστες καί μὴ σημαντικές. Αὐτή ἡ διαδικασία γίνεται ἀσυνείδητα, ἀλλά παράγει συνειδητά ἀποτελέσματα. Ἀλήθεια, μᾶς προβλημάτισε ποτέ ὅτι ὑπάρχουν φορές πού βρισκομε ἀπαντήσεις στά προβλήματά μας πού μᾶς ἀπασχολοῦν στή διάρκεια τοῦ ὕπνου ἢ ἀρχίζουμε νά βλέπουμε τά πράγματα διαφορετικά μέσα καί γύρω μας ὕστερα ἀπό ξεκούραση ὀρισμένων ὥρων; Παρόμοια συμβαίνουν καί ὅταν βρισκόμαστε σέ ἀπόλυτη σιωπή.

Ἡ σιωπή δέν μᾶς κάνει μόνο πιο ἐξυπνους, δημιουργικούς καί μέ αὐτοπεποίθηση. Ἔχει καί εὐεργετικά ἀποτελέσματα σέ



καταστάσεις άγχους και άγωνίας. Τά ανθρώπινα όντα είμαστε πολύ ευαίσθητα στον ήχο. Παρακολουθείτε πώς αντιδρούν τά βρέφη και τά μικρά παιδιά. Άλλά και οί ενήλικες πολλές φορές ξυπνούμε τρομαγμένοι από ένα δυνατό θόρυβο ή ήχο. Άκόμη τρομάζουμε στήν πτώση κάποιου αντικειμένου, όταν ό θόρυβος είναι ιδιαίτερος και παράξενος στήν άκοή μας.

Ή σιωπή, έν κατακλείδι, παράγει μεγάλα όφέλη συναισθηματικά και διανοητικά. Ή σιωπή, τουλάχιστον για σύντομες ή μικρές περιόδους κατά τή διάρκεια τής ήμέρας, είναι καθοριστικός παράγοντας για τήν καλή λειτουργία του ανθρώπινου έγκεφάλου και καθοριστικός στή βελτίωση τής συναισθηματικής υγείας του ανθρώπου και στήν ποιότητα ζωής του.

Ή άσκητική και νηπτική παράδοση τής όρθόδοξης Έκκλησίας από τήν άρχή της γνώριζε τά ευεργετικά αποτελέσματα τής σιωπής. Χαρακτηριστική ή ρήση του όσιου Άρσενίου: «φεύγε, σιώπα, ήσύχαζε». Ή μονολόγιστη εύχή του Ίησοϋ, δηλαδή, «Κύριε Ίησοϋ, έλέησόν με», και μάλιστα όταν λέγεται νοερώς, σέ άπόλυτη σιωπή, υπερβαίνει κατά πολύ τά πρόσφατα αποτελέσματα στά όποια κατέληξαν οί έρευνες των σύγχρονων έπιστημόνων. Ο όσιος Ίωσήφ ό Ήσυχαστής, πού στά τέλη του περασμένου αιώνα, γνωρίζοντας από προσωπική πείρα τά όφέλη τής σιωπής αλλά και φωτισμένος από τό πνεϋμα του Θεού, άναπλήρωσε τίς άκολουθίες του 24ώρου για τήν εύλογημένη συνοδεία του, έκτός από τή Θεία Λειτουργία, μέ τή νοερά προσευχή σέ άπόλυτη σιωπή μέ τή χρήση κομποσκοινιού, πρόλαβε κατά πολύ τούς σημερινούς έπιστήμονες και έρευνητές. ❖



**Ή**ώρα πού περνᾶς τώρα, ὁ ἄνθρωπος πού συναντᾶς τώρα  
καί ἐδῶ, τό ἔργο πού ἐπιτελεῖς αὐτήν ἐδῶ τήν στιγμή –  
αὐτά εἶναι πάντοτε τά πιό σημαντικά σ' ὀλόκληρη τή ζωή σου.

*Παῦλος Εὐδοκίμωφ*



**Θ**κάθε ἄνθρωπος ὡς ἀνεπανάληπτο πρόσωπο ἔχει ιδιαί-  
τερη προσωπική σχέση μέ τόν προσωπικό Θεό, ιδιαί-  
τερο πνευματικό ὄνομα καί μοναδική πορεία πνευματικῆς ἀνα-  
πτύξεως καί τελειώσεως στή ζωή του.

*Ἀρχιμ. Ζαχαρίας Ζάχαρου*



## ΑΓΙΟΛΟΓΙΟ

## ΠΑΠΑ ΚΥΠΡΙΑΝΟΣ ΣΤΑΥΡΟΒΟΥΝΙΩΤΗΣ



*Μοναχοῦ Μωυσέως Ἀγιορείτου*

**Κ**εννήθηκε στό χωριό Δάλι τῆς Κύπρου τό 1878. Τελείωσε τό Σχολαρχεῖο τῆς Λευκωσίας. Νέος μόνασε στή μονή Σταυροβουνίου, ὅπου καί χειροτονήθηκε ἱερεύς. Φιλοξενήθηκε σέ κελλιά τοῦ Ἁγίου Ὅρους ἐπί χίλιες περίπου ἡμέρες. Ἔλαβε πλούσια πνευματικά ἐφόδια. Σταθμούς γιά τή ζωῆ του, στήν ἱερή χερσόνησο, ἀποτέλεσαν γνωστοί τόποι ἀρετῆς. Ἐνα ἔτος στό ἀγιασμένο κοινόβιο τῆς Σιμωνόπετρας τό διῆλθε στήν ἄσκηση, τή μελέτη καί τήν προσευχή. Ὁ τετράωρος καθημερινός του ὕπνος τοῦ φαινόταν πολὺς. Τό βορεινό, φτωχικό του κελλί δίχως θέρμανση καί δεύτερα σκεπάσματα. Ὡς λειτουργός εἶχε ἀποστηθίσει τή θεία Λειτουργία, τήν ὁποία τελοῦσε μέ μεγάλη κατάνυξη, κλειστά μάτια, πού τ' ἄνοιγε μόνο ὅποτε ἦταν ἀνάγκη. Ὅλες τίς ἱερές ἀκολουθίες τίς εἶχε ἀποστηθίσει. Τόν συνόδευε ἰσχυρή μνήμη, εὐφυΐα, γνώση, ἐγκράτεια, σιωπή καί θέληση. Ἐφτάχρονος μελετοῦσε κι ἐξηγοῦσε στοὺς γύρω του τό βιβλίο «Ἀμαρτωλῶν Σωτηρία».

Κατόπιν μετέβη στά Κατουνάκια, στήν Καλύβη τοῦ Ἁγίου Γερασίμου, κοντά στόν Γέροντα Καλλίνικο τόν Ἡσυχαστή



(+1930). Ἡ ἐκεῖ παραμονή του ἐνέτεινε τήν αὐταπάρνηση καί τή φιλοπονία του. Ἀγωνιζόταν ὑπεύθυνα, ὑπομονετικά κι ἐπίμονα νά μιμηθεῖ τοὺς νηπτικούς Πατέρες. Ἡ σιωπή του καί ἡ ταπεινοφροσύνη του ἔκρυβαν ἐπιμελημένα τήν ἀρετή του. Περιῆλθε καί ἄλλα μέρη τοῦ Ἁγίου Ὅρους συλλέγοντας ὡς ἡ μέλισσα τό νέκταρ εὐωδέστατων ἀνθέων. Μέ τή συνδρομή τῆς Θεοτόκου ἐπέστρεψε στήν πατρίδα του.

Ἀνῆλθε στό ἀγέρωχο Σταυροβούνι καί τό κατέστησε ὑποδειγματικό κοινόβιο. Ὁ ἴδιος ἦταν φωτεινό παράδειγμα μέ τή συνεχή φιλοπονία του, ἀσκητικότητα, ἀκτημοσύνη, διάκριση καί κυρίως τήν καθαρή του ταπείνωση. Ἦταν πάντοτε σκληρός στόν ἑαυτό του καί ἀνεκτικός στοὺς ἄλλους. Παρά τήν ὀλοήμερη ἐργασία του δέν παραμελοῦσε τίς ἀγρυπνίες καί τήν ὀρθοστασία στίς καθημερινές ἱερές ἀκολουθίες. Ἦταν ἕνας στύλος κόπου καί ἀγάπης στό ναό, πού ἔλεγε τοὺς ἀδύναμους καί ὀκνηροὺς. Ἐγερνε ἀπό τόν κόπο, ἀλλά ποτέ δέν ἔπεφτε. Μ' ἕνα ζευγάρι μόνο παντόφλες πέρασε μία ὀλόκληρη ζωή. Ἡ ἀσθένεια τόν ἔκανε ἀγιότερο. Ὁ πόνος δέν τοῦ διέκοψε ποτέ τίς προσευχές. Σάν ἔχασε τή φωνή του, σήκωνε τά χέρια του ψηλά δεόμενος ἐκτενῶς, μέχρι πού ἔπεφταν μόνα ἀπό τήν κούραση. Προσευχόμενο τόν παρέλαβε ὁ Κύριος στόν οὐρανό τήν 1.2.1955, ἀφήνοντα μνήμη ἀσκητικοῦ κι ἐνάρετου Γέροντος. ❖

# ΕΙΡΗΝΗ

*Νικηφόρου Βρεττάκου*



ήμερα ή κίνηση όλου τοῦ κόσμου εἶναι ἕνας  
φλοῖσβος.

Παραιτήθηκε ή θάλασσα νά γυρεύει  
κι οἱ εὐκάλυπτοι  
δέ θέλουνε τίποτα.

Σήμερα,  
οἱ ἐφημερίδες δέν ἔγραψαν γιά τόν πόλεμο  
τίποτα.

Ὁ οὐρανός διαυγής κυματίζει τό χρώμα του  
δίχως περίσκεψη.

Ἡ ψυχή μου, ψηλότερα, φέρεται ἐπί  
τῶν ὑδάτων τοῦ σύμπαντος.

