



# ΕΚΦΡΑΣΗ

ΔΙΗΜΕΡΙΑ ΕΚΔΟΣΗ  
ΙΕΡΟΥ ΗΣΥΧΑΣΤΗΡΙΟΥ ΑΓΙΑΣ ΤΡΙΑΔΟΣ



# ΕΚΦΡΑΣΗ

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

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ:

π. Ανδρέας Άγαθοκλέους

Τ.Θ. 42036, 6530 Λάρνακα - Κύπρος

Τηλ: 99607871, Φαξ: 22991545

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

ΤΕΥΧΟΣ 174

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2019

ISSN 1019-5181

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ:

Ζαφείρης Δημητρίου & Υιός Λτδ, Λάρνακα



## ΠΡΟΣΕΥΧΗ ΔΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΕΥΧΗ

**Ε**ύριε Ἰησοῦ Χριστέ ὁ Θεός μου, πού φροντίζεις γιά ὅλα καί ὄλους, σοῦ εἶναι γνωστά τά πάθη καί ἡ ἀδυναμία μας, ἀλλά γνωρίζεις καί τή δύναμη τοῦ ἀντίπαλού μας· Ἐσύ ὁ ἴδιος σκέπασέ με ἀπό τήν κακία του· γιατί ἡ δύναμή του εἶναι μεγάλη καί ἡ ἀνθρώπινη φύση ταλαιπωρημένη καί ἡ δύναμή μας ἀσθενική· Ἐσύ, λοιπόν, πού μᾶς ἀγαπᾶς καί γνωρίζεις τήν ἀδυναμία μας ἀλλά καί μπορεῖς νά μᾶς δυναμώσεις, φύλαξέ με ἀπό τήν ταραχή τῶν λογισμῶν καί ἀπό τήν καταγίδα τῶν παθῶν καί κάμε με ἰκανό αὐτοῦ τοῦ ἀγίου ἔργου τῆς προσευχῆς, μήπως, ἔνεκα τῶν παθῶν μου, καταστρέψω τή γλυκύτητα πού ἔχει καί καταντήσω νά βρισκομαι ἐνώπιόν σου μέ ἀναίδεια καί θράσος. ❖

**Ἅγιος Ἰσαάκ ὁ Σύρος**

Εἰκόνα ἐξωφύλλου: Ἱ. Μονή Σταυρονικήτα, Ἅγιον Ὄρος. Ἰησοῦς Χριστός, 1546.



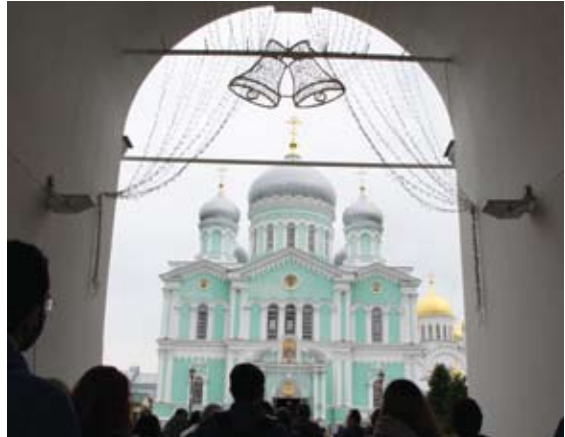
*Μητροπολίτη Λεμεσού Γέροντα Ἀθανασίου*

**Η** ἐποχή μας χαρακτηρίζεται ἀπό τό ἄγχος, ἀπό τήν κούραση, ἀπό τήν ἀγωνία τῶν ἡμερῶν, ἀπό τίς πολλές θλίψεις πού συμβαίνουν γύρω μας, ἀπό τή μοναξιά... Ζοῦμε μέσα σέ πόλεις μεγάλες κι ὅμως πάσχουμε ἀπό μοναξιά! Μπορεῖ νά ζοῦμε μέσα στήν οἰκογένειά μας, μέσα σ' ἕνα σπίτι καί νά αισθανόμαστε ὅτι κανεῖς δέν μᾶς καταλαβαίνει, κανεῖς δέν ἐπικοινωνεῖ μαζί μας, ὅτι εἴμαστε μόνοι μας, ἐγκαταλελειμμένοι, πεταμένοι, ὅτι δέν ἔχουμε ἕνα ἄνθρωπο ν' ἀκουμπήσουμε, ὅτι δέν ἔχουμε κάποιο πού νά μᾶς ἀγαπᾶ πραγματικά ἢ καί πού νά τόν ἀγαποῦμε πραγματικά κι αὐτά τά πράγματα ὅλα μᾶς διαλύουν καί μᾶς κάνουν νά μήν ξέρουμε πού νά στραφοῦμε. Μπαίνει ἡ ψυχή μας πραγματικά μέσα σ' ἕνα ὑπαρξιακό σκοτάδι, σ' ἕνα μεγάλο σκοτάδι γιά τό πού θά πᾶμε καί πῶς θά βγοῦμε ἀπ' ὅλη αὐτή τήν περιπέτεια!

Παρά ταῦτα ὅμως, ἡ Ἐκκλησία μας ἐδῶ καί αἰῶνες ἐπαναλαμβάνει συνεχῶς τήν προτροπή: «Ἐαυτούς καί ἀλλήλους καί πᾶσαν τήν ζωήν ἡμῶν Χριστῷ τῷ Θεῷ παραθώμεθα», πού ὄντως φαίνεται πάρα πολύ σπουδαία. Σκεφθήκατε ἕνα ἄνθρωπο ὁ ὁποῖος εἶναι φορτωμένος ἕνα βαρὺ φορτίο, ἕνα μεγάλο φορτίο κι ἔρχεται κάποιος καί τοῦ λέει «ἄφησέ με νά τό πάρω τό φορτίο ἐγώ» καί μᾶς ξεφορτώνει καί μᾶς βγάζει τό φορτίο



ἀπό πάνω μας καί τό παίρνει ἐκεῖνος! Κι αισθανόμαστε ἐμεῖς μεγάλη ἄνεση, μεγάλη ξεκούραση, γιατί μᾶς πῆρε τό φορτίο. Καί δέν τό πῆρε γιά νά τό πετάξει κάπου ἄλλου, ἀλλά γιά νά τό ὀδηγήσει μέ τόν καλύτερο τρόπο ἐκεῖ πού θά θέλαμε ἐμεῖς νά ὀδηγηθεῖ. Φτάνει νά τοῦ δώσουμε ἐμπιστοσύνη! Φτάνει νά τόν ἀφήσουμε νά πάρει αὐτό τό φορτίο ἀπό πάνω μας! Αὐτό σημαίνει τό «παραθώμεθα»: νά τά δώσουμε στά χέρια τοῦ Θεοῦ ὅλα. ❖



## Η ΑΓΑΠΗ ΤΟΥ ΚΥΡΙΟΥ

*π. Δημήτριου Στανιλοάε*

**Τ**ό κατηγορημα «Κύριος», ἀποδιδόμενο ἀπό τήν ἀνατολική θεολογία στόν Χριστό, δέν ἀναφέρεται στό δίκαιο ἑνός πανίσχυρου ἀπολύτου, ἀλλά στή στάση ἐκείνη πού εἶναι στήριγμα μόνιμο καί οἰκείο, τό ὁποῖο κανένας ποτέ δέν τρέμει καί ὅπου ὁ κάθε κατατρεγμένος προστρέχει μέ ἐμπιστοσύνη στίς πιό δεινές δοκιμασίες. Ἡ ἐξουσία τοῦ Χριστοῦ ποτέ, στήν Ἀνατολή, δέν χωρίστηκε ἀπό τήν ἀγαθότητα. Ἡ βασιλεία τοῦ Υἱοῦ εἶναι κατά παράδοξο τρόπο ἡ βασιλεία τοῦ «ἐσφαγμένου ἀρνίου» (Ἄποκ. 5,12-13). ❖



## ΑΠΟΔΙΔΕΙ ΠΑΝΤΟΤΕ

π. Φιλόθεου Φάρου

**Δ**έν είναι πάντοτε εύκολο νά ζητᾶς συγγνώμη, νά παραδέχεσαι τό λάθος σου, νά εἶσαι ἀνιδιοτελής, νά ἀκοῦς μία συμβουλή, νά ἀρχίζεις ξανά, νά εἶσαι φιλόανθρωπος, νά εἶσαι διακριτικός, νά συνεχίζεις νά προσπαθεῖς, νά σκέπτεσαι πρὶν ἐνεργήσεις, νά συγχωρεῖς, νά ὑπομένεις, νά ἐπωμίζεσαι μία δίκαιη κατηγορία ... ἀλλά ἀποδίδει πάντοτε.

Δέν εἶναι πάντοτε εύκολο νά βάζεις τήν ἐξυπηρέτηση τῶν ἄλλων πάνω ἀπό τόν ἑαυτό σου, νά κάνεις στούς ἄλλους ὅπως θά ἤθελες νά κάνουν ἐκεῖνοι σέ σένα, νά τιμᾶς κάποιον ἄλλο, νά κάνεις κάτι περισσότερο, νά σηκώνεις τό φορτίο ἑνός ἄλλου, ὅταν κάποιος σέ ἀγαρεύσει ἕνα μίλι νά πᾶς μέ αὐτόν δύο ... ἀλλά ἀποδίδει πάντοτε.

Δέν εἶναι πάντοτε εύκολο νά ὑποστηρίξεις τό δύσκολο σωστό ἐναντία στό εύκολο λάθος, νά μένεις σταθερός ὅταν ἄλλοι εἶναι ἐναντίον σου, νά κρατᾶς ψηλά τή δάδα τῆς ἐλπίδας, νά ἀγαπᾶς, νά ἀναγνωρίζεις μέ ταπείνωση ἄλλους καλύτερους ἀπό σένα, νά ἐλέγχεις τόν ἑαυτό σου ... ἀλλά ἀποδίδει πάντοτε. ❖

**Α**γάπα γιά νά ζήσεις καί ζήσε γιά νά ἀγαπᾶς.

Διονύσιος Σολωμός



## ΜΕΤΑΝΟΙΑ ΚΑΙ ΕΞΟΜΟΛΟΓΗΣΗ

*Μοναχοῦ Μωυσῆ Ἀγιορείτη*

**Μ**ετάνοια εἶναι μία ἐλεύθερη, καλλιεργημένη, ἐσωτερική διεργασία ἐπιμελημένη, συντριβῆς καὶ λύπης, γιὰ τὴν ἀπομάκρυνση ἀπὸ τὸν Θεὸ διὰ τῆς ἀμαρτίας. Ἡ μετάνοια ἢ ἀληθινὴ δὲν συνδυάζεται μὲ τὴν ἀφόρητη θλίψη, τὴν ὑπερβολικὴ στενοχώρια καὶ τίς ἀδυσώπητες ἐνοχές. Τότε δὲν εἶναι μᾶλλον εἰλικρινὴς μετάνοια, ἀλλὰ κρυφὸς ἐγωισμὸς, στραπατσάρισμα τοῦ «ἐγώ», θυμὸς μὲ τὸν ἑαυτὸ μας, πού ἐκδικεῖται γιὰτὶ ἐκτίθεται καὶ ντροπιάζεται καὶ δὲν ἀνέχεται κάτι τέτοιο. Μετάνοια σημαίνει ἀλλαγὴ νοῦ, νοοτροπίας, μεταβολισμὸς, ἐγκεντρισμὸς χρηστοθήειας, μίσος τῆς ἀμαρτίας. Μετάνοια ἀκόμη σημαίνει ἀγάπη τῆς ἀρετῆς, καλοκαγαθία, ἐπιθυμία, προθυμία καὶ διάθεση σφοδρὴ ἐπανασυνδέσεως μὲ τὸν Χριστὸ διὰ τῆς Χάριτος τοῦ πανσθενουργοῦ Ἁγίου Πνεύματος. Ἡ μετάνοια ξεκινᾷ ἀπὸ τὰ βάθη τῆς καρδιᾶς, ὀλοκληρώνεται ὁμως ἀπαραίτητα στὸ μυστήριον τῆς θείας καὶ ἱερᾶς ἐξομολογήσεως.

Ὁ ἐξομολογούμενος ἐξομολογεῖται εἰλικρινά καὶ ταπεινά ἐνώπιον τοῦ ἐξομολόγου, ὡς ἐν προσώπῳ τοῦ Χριστοῦ. Κανένας ἐπιστήμονας, ψυχολόγος, ψυχαναλυτῆς, ψυχίατρος, κοινωνιολόγος, φιλόσοφος, θεολόγος δὲν μπορεῖ ν' ἀντικαταστήσει τὸν ἐξομολόγο. Καμία εἰκόνα, ἔστω καὶ ἡ πιὸ θαυματουργή, δὲν μπορεῖ νὰ δώσει αὐτὸ πού δίνει τὸ πετραχήλι



τοῦ ἔξομολόγου, τὴν ἄφεση τῶν ἁμαρτιῶν. Ὁ ἔξομολόγος ἀναλαμβάνει τὸν ἔξομολογούμενο, τὸν υἱοθετεῖ καὶ τὸν ἀναγεννᾷ πνευματικά, γι' αὐτὸ καὶ ὀνομάζεται πνευματικὸς πατέρας. Ἡ πνευματικὴ πατρότητα κανονικὰ εἶναι ἰσόβια, ἱερὴ καὶ δυνατὴ, δυνατότερη καὶ συγγενικοῦ δεσμοῦ. Ὁ πνευματικὸς τοκετός εἶναι ὀδυνηρός. Ὁ ἔξομολόγος

μέ φόβο Θεοῦ «ὡς λόγον ἀποδώσων», γνώση, ταπείνωση καὶ ἀγάπη παρακολουθεῖ τὸν ἀγώνα τοῦ ἔξομολογούμενου καὶ τὸν χειραγωγεῖ διακριτικὰ στὴν ἀνοδικὴ πορεία τῆς ἐν Χριστῷ ζωῆς. ❖

- Μόνο οἱ πονεμένοι ἔχουν κάτι σημαντικό νά ποῦν. Πίσω ἀπὸ τὸν κάθε ἀνθρώπινο πόνο κρύβεται ὁ Θεός.
- Ὁ πόνος εἶναι τὸ εὐκρατο κλίμα γιὰ τὴν καλλιέργεια καὶ ἀνάπτυξη τῆς πνευματικῆς ζωῆς.

*Μοναχὸς Μωυσῆς Ἀγιορείτης*



## ΤΑ ΔΩΡΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

π. Ανδρέα Άγαθοκλέους

**Τ**ά τρεχάματα τῆς καθημερινότητας δέν μᾶς ἀφήνουν, φαίνεται, ὄχι μόνο νά ἀπολαύσουμε τά δῶρα τῆς ζωῆς, ἀλλά καί νά τά συνειδητοποιήσουμε, νά τά καταλάβουμε. Κι εἶναι τόσο σημαντικά ὅσο καί ἀπλά. Κρύβονται ὅμως ἀπό τούς ἀγχωμένους ἀνθρώπους, τούς βιαστικούς καί ἄτσαλους, τούς ἐγωκεντρικούς καί στενόμυαλους πού περιορίζουν τήν ὀμορφιά τῆς ζωῆς στά δικά τους καί στόν ἑαυτό τους.

Γιατί, πράγματι, εἶναι δῶρο:

-Νά βλέπουμε τούς ἀνθρώπους γύρω μας, τίς ἐναλλαγές τῆς φύσης, τίς ὀμορφιές πού μᾶς περιβάλλουν.

-Νά ἀκοῦμε ὅταν μᾶς μιλοῦν, ν' ἀπολαμβάνουμε τή μουσική πού μᾶς ἀρέσει, τή φωνή τῶν ζώων.

-Νά ἀγγίζουμε τούς συνανθρώπους μας ἐκφράζοντάς τους τήν ἐπιθυμία γιά σχέση, νά ψηλαφοῦμε τά ἀντικείμενα πού χρησιμοποιοῦμε.

-Νά ὀσφραϊνόμαστε τίς εὐωδίες τῆς φύσης, τή χαρακτηριστική μυρωδιά τῶν ἀγαπημένων μας, νά ξεχωρίζουμε τήν εὐωδία ἀπό τή δυσωδία.

-Νά ἀπολαμβάνουμε τίς γεύσεις πού θέλουμε καί ν' ἀπορρίπτουμε ὅσες δέν θέλουμε.







Κι ἀκόμα, εἶναι, ἀλήθεια, δῶρο:

-Νά εἶμαστε ἐλεύθεροι νά πᾶμε ὅπου θέλουμε, ἀντί νά μᾶς περιορίζουν σέ μία φυλακή.

-Νά μπορούμε νά ἐκφραζόμαστε χωρίς συνέπειες πού διαλύουν τήν προσωπικότητά μας, παρά μόνο τίς συνέπειες πού ἐξαρτῶνται ἀπό τή δική μας ἐπιπολαιότητα.

-Νά ἔχουμε τήν υγεία μας, χωρίς τίς ταλαιπωρίες πού συνεπάγεται ἡ ἀσθένεια, ὅπως καί ἡ ἀποθεραπεία της.

“Ὅμως ὑπάρχουν καί δῶρα πού ἡ ὠφέλειά τους δέν ἀποκαλύπτεται παρά σ’ αὐτόν πού τά ἔχει. Εἶναι, ὄντως, δῶρο:

-Νά περνᾶς μία δοκιμασία πού σέ ὀδηγεῖ στή γνώση τοῦ ἑαυτοῦ σου, τοῦ πραγματικοῦ, πού δέν τόν ἤξερες καί τόν ἔμαθες στή συντριβή καί τήν ταπείνωση.

-Νά δοκιμάζεσαι «ὡς χρυσός ἐν χωνευτηρίῳ» καί νά σοῦ χαρίζεται ὡς προῖκα κάτι μεγάλο γιά σένα καί τούς ἄλλους, πού χωρίς τή δοκιμασία δέν θά τό εἶχες.

-Νά παραχωρεῖ ὁ Θεός νά «παιδεύεσαι» καί νά κατανοεῖς τήν υἰοθεσία πού ἀπόκτησες ἀπ’ Ἐκεῖνον, ὡς ἀγαπημένο του παιδί, σύμφωνα μέ τό «αὐτόν πού ἀγαπᾷ ὁ Κύριος τόν παιδαγωγεῖ» καί νά Τόν εὐχαριστεῖς μέ τήν καρδιά σου.

“Ὅλα τά πῖό πάνω καί ἄλλα πολλά, πού ἡ παρατήρηση μέσα καί γύρω μας θά μᾶς ἀποκαλύψει, δέν δίνονται ὡς δῶρο οὔτε τυχαῖα οὔτε «ἀπό τή μοίρα». Προσφέρονται ἀπό τό Θεό ὡς Αὐτοζωή, ὡς Ἀγάπη, ὡς Δημιουργό. Γιά νά συνειδητοποιήσουμε τή μεγάλη Του ἀγάπη στό πρόσωπό μας καί συνειδητοποιώντας την νά Τόν ἀγαπήσουμε ὅσο μπορούμε, νά χαιρόμαστε τή ζωή ὅσο γίνεται, νά προγεύομαστε τήν αἰώνια χαρά τοῦ Παραδείσου ἀπό τό «νῦν αἰῶνα» ὡς χειροπιαστή πραγματικότητα. ❖



## ΑΝ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ ΠΙΣΤΕΥΕΙΣ ΟΛΑ ΔΙΟΡΘΩΘΗΤΑΙ

Άρχιμ. Νίκωνα Κουτσίδα

**Π**ρίν από μερικές δεκαετίες ο μετέπειτα διάσημος γαλλο-ρουμάνος θεατρικός συγγραφέας Ευγένιος Ίονέσκο έπικέφθηκε για πρώτη φορά τό Άγιον Όρος. Έκει συνέβη τό έξής περιστατικό, όπως ό ίδιος τό διηγήθηκε σέ συνέντευξη του στό περιοδικό Paris match πρίν από άρκετά χρόνια:

«Είχα γεννηθει σέ όρθόδοξη οικογένεια καί ζούσα στό Παρίσι. Είκοσι πέντε χρονών, γνήσιος νέος τής κοσμικής έποχής του τότε Παρισιου. Μου ήρθε ή ιδέα νά έπισκεφθώ τό Άγιον Όρος λόγω τής θέσης πού είχε -καί έχει βέβαια- ως τόπος άσκήσεως στήν όρθόδοξη Έκκλησία. Καί εκεί, μου ήρθε άκόμη μία σκέψη στό μυαλό: νά έξομολογηθώ. Έπήγα, λοιπόν, καί βρήκα ένα ιερομόναχο -πνευματικό. Τί του είπα; Τά συνηθισμένα άμαρτήματα ενός κοσμικου νέου πού ζει χωρίς γνώση Θεου. Ό Ίερομόναχος, άφου μέ άκουσε, μου είπε:

-Στόν Χριστό πιστεύεις, παιδί μου;

-Ναί, ναί, λέει ό Ίονέσκο. Πιστεύω, πάτερ. Άλλωστε είμαι βαπτισμένος χριστιανός όρθόδοξος.

-Βρέ παιδάκι μου, του λέει εκείνος ό διακριτικός πνευματικός, πιστεύεις, τό άποδέχεσαι πλήρως, ότι ό Χριστός είναι ό Θεός καί δημιουργός του κόσμου καί δικός μας;

Τά έχασα, λέει ό συγγραφέας. Γιατί πρώτη φορά μέ έβαζε ένας άνθρωπος μπροστά σ' αυτό τό έρώτημα, στό όποιο έπρε-



πε νά ἀπαντήσω μέ ειλικρίνεια καί νά πάρω θέση. Ὅχι ἀπλῶς ἄν πιστεύω ὅτι κάποιος ἔφτιαξε τόν κόσμο. Ἀλλά ὅτι αὐτός ὁ Θεός, ὁ δημιουργός τοῦ κόσμου, ἔχει νά κάνει μέ μένα. Καί ἐγώ ἔχω προσωπική σχέση μαζί του! Τοῦ ἀπάντησα:

-Πιστεύω, πάτερ, ἀλλά βοηθηστε με νά τό καταλάβω καλά αὐτό τό γεγονός.



-Ἄν πραγματικά πιστεύεις, τότε ὅλα διορθώνονται».

Τό περιστατικό αὐτό ὑπῆρξε ἡ αἰτία τῆς μεταστροφῆς τοῦ Ἰονέσκο, ὁ ὁποῖος μέχρι τά βαθειά του γεράματα, ὄντας διάσημος καί περιβόητος, ἔζησε ὡς εὐλαβῆς καί βαθειά πιστός ὀρθόδοξος χριστιανός.

Τά λόγια τοῦ ἁγιορείτη γέροντα «ἄν πραγματικά πιστεύεις, τότε ὅλα διορθώνονται» σημαίνουν ὅτι: ἡ πίστη στό Χριστό δέν εἶναι μία ἀφηρημένη θεωρία οὔτε «λόγια τοῦ ἀέρα», ἀλλά κυρίως εἶναι ἔργα συνειδητῆς μετανοίας καί συνεχοῦς ἐπιστροφῆς στό θέλημα τοῦ Χριστοῦ καί στήν ἀγκαλιά τοῦ Χριστοῦ, πού εἶναι ἡ Ἐκκλησία Του. ❖



## ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΨΕΥΔΑΙΣΘΗΣΗ

*π. Μαξίμου Ἐγκερ*

**Ξ**εφυλικά, τό χαρακτηριστικό τοῦ ἐγώ εἶναι ἡ ἰκανότητά του νά διαστρέφει τά πάντα σέ ἀντικείμενα ἀτομικῆς χρήσης καί ὀφέλους. Εἶναι πιθανό νά προσεύχεσαι, νά σκέφτεσαι, νά νηστεύεις, νά συμμετέχεις στή θεία λειτουργία, νά μελετᾷς τήν Ἁγία Γραφή καί τούς Πατέρες τῆς Ἐκκλησίας, ἀλλά αὐτή σου ἡ συμπεριφορά νά προέρχεται εἴτε ἀπό μία προσπάθεια καλλωπισμοῦ τῆς «βιτρίνας» τοῦ ἐγώ σου μέ ἔνδοξα ψιμύθια, εἴτε ἀπό τήν προσπάθεια νά θέσεις ὑπό τήν κατοχή σου τόν Θεό. Σ' αὐτές τίς περιπτώσεις, ζοῦμε μία ὀλοκληρωτική πνευματική ψευδαίσθηση. ❖

## ἩΤΕΡΙΚΟΣ ΛΟΓΟΣ

*Γερόντισσας Φεβρωνίας,  
Ἰ. Μ. Θεοτόκου Πανοράματος*

- Ἡ ψυχή πού δέν ἔμαθε νά εὐχαριστεῖ τόν Θεό γιά τά πάντα, γιά τό κάθετι πού ὁ Θεός τῆς στέλνει καί τῆς ἐπιτρέπει, ἔχει χάσει τόν δρόμο της, ἔχει μπεῖ σέ λάθος δρόμο.
- Ἡ ὁδός τῆς εὐχαριστίας καί τῆς εὐγνωμοσύνης εἶναι ἀπό τίς σύντομες ὁδούς πού ὀδηγοῦν κατευθείαν στόν Θεό.
- Ἡ μεγαλύτερη λέπρα τῶν πνευματικῶν ἀνθρώπων εἶναι ἡ αὐτοδικαίωση.



## ΠΑΤΕΡΙΚΟΣ ΛΟΓΟΣ

*Αγίου Σεραφείμ του Σάρωφ*

- Πρέπει νά δεινοπαθήσεις γιά νά ἀποκτήσεις τήν ειρήνη. Αὐτός πού θέλει νά εἶναι ἀρεστός στό Θεό ὀφείλει νά περάσει ἀπό δοκιμασίες.
- Τό κακό μεταδίδεται πολύ εὐκόλα. Καί ὁ ἄνθρωπος τείνει “εὐήκοον οὖς” στούς πειρασμούς ἤ στίς σειρήνες τῆς ἡδονῆς. Ὅμως ἐξίσου μεταδοτικό μπορεῖ νά εἶναι καί τό καλό.
- Ὅταν ἕνας ἄνθρωπος ἀποκτᾷ τήν ειρήνη, μπορεῖ νά διαχύσει στούς γύρω του τό φῶς πού καταυγάζει τό πνεῦμα του.





## ΑΓΙΟΛΟΓΙΟ

## Ο ΑΓΙΟΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ Ο ΜΕΓΑΣ

*Αγίου Νικολάου Βελιμίροβιτς*



Αθανάσιος γεννήθηκε στην Αλεξάνδρεια τό-  
ξτος 296 καί ἀπό παιδί ἀκόμα  
ἐκλινε πρὸς τὴν πνευματικὴ  
ζωή. Ὅταν πιά ἔγινε διάκονος  
τοῦ ἀρχιεπισκόπου Ἀλεξαν-  
δρείας Ἀλεξάνδρου, τὸν ἀκο-  
λούθησε στὴν Α΄ Οἰκουμενικὴ  
Σύνοδο (Νίκαια, 325). Σὲ αὐτὴ  
τῇ Σύνοδο ὁ Ἀθανάσιος ἔγινε  
γνωστός γιὰ τὴν γνώση του  
τῆς Ὁρθοδοξίας, ἀλλὰ καὶ τὴν  
ἀφοσίωση καὶ τὸν ἔνθερμο ζῆλο  
του. Συνέβαλε τὰ μέγιστα στὴν  
καταπολέμηση τῆς αἵρεσης τοῦ  
Ἀρείου καὶ στὴν ἐνδυνάμωση  
τῆς Ὁρθοδοξίας. Ἐγραψε τὸ  
Σύμβολο τῆς Πίστεως, τὸ ὁποῖο  
υἱοθετήθηκε ἀπὸ τὴν Οἰκουμε-  
νικὴ Σύνοδο.



Μετά από τήν κοίμηση τοῦ Ἀλεξάνδρου, ὁ Ἀθανάσιος ἐξελέγη ἀρχιεπίσκοπος Ἀλεξανδρείας. Ἐπί σαράντα χρόνια διακόνησε τόν Ἀρχιεπισκοπικό θρόνο, ἀλλά μέ μεγάλα διαλείμματα κατ' ἀνάγκη, ἐπειδή διωκόταν ἀπό τούς αἰρετικούς σχεδόν σέ ὅλη τή ζωή του. Ἀπό τούς ἀσεβεῖς αὐτοκράτορες, ἐκεῖνοι πού τόν καταδίωξαν περισσότερο ἦταν ὁ Κωνσταντῖνος, ὁ Ἰουλιανός ὁ Παραβάτης καί ὁ Οὐάλης· ἀπό τούς ἐπισκόπους, ὁ Εὐσέβειος Νικομηδεῖας καί ἄλλοι πολλοί· ἀπό τούς αἰρετικούς, ὁ Ἄρειος καί οἱ ἀκόλουθοί του. Ὁ Ἀθανάσιος ἀναγκάστηκε νά κρυφτεῖ ἀπό τούς διώκτες του σέ πάμπολλες περιστάσεις: κάποτε σέ ἓνα πηγάδι, ἄλλοτε σέ τάφο καί ἀρκετές φορές σέ σπίτια χριστιανῶν ἢ στίς ἐρήμους. Δυό φορές ἀναγκάστηκε νά διαφύγει στή Ρώμη. Ἔζησε εἰρηνικά μόνο γιά λίγο πρῖν ἀπό τό θάνατό του, ὡς καλός ποιμένας στό καλό ποιμνίό του, πού ἀληθινά τόν ἀγαποῦσε.

Γιά παράκληση, συμβουλές καί ἠθική ὑποστήριξη ὁ Ἀθανάσιος ἐπισκεπτόταν συχνά τόν Μεγάλο Ἀντώνιο, τόν ὁποῖο σεβόταν ὡς πνευματικό του πατέρα. Ὁ Ἀθανάσιος, ὁ ἄνθρωπος πού διαμόρφωσε τή μεγαλύτερη ἀπ' ὅλες τίς ἀλήθειες-τό δόγμα τῆς Ἁγίας Τριάδος- ἔπρεπε πολλά νά ὑποφέρει γι' αὐτήν τήν ἀλήθεια· μέχρι τό 373, ἔτος τῆς ἐκδημίας του, ὅποτε ὁ Κύριος τόν ἀνάπαυσε στή Βασιλεία Του, τιμώντας τον ὡς ἀληθινό καί πιστό δοῦλο Του. ❖

# ΤΟ ΚΑΘΑΡΟΤΕΡΟ ΠΡΑΓΜΑ ΤΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑΣ

*Νικηφόρου Βρεττάκου*

Δέν ξέρω, μά δέν ἔμεινε καθόλου σκοτάδι.  
Ὁ ἥλιος χύθηκε μέσα μου ἀπό χίλιες πληγές.  
Καί τούτη τή λευκότητα πού σέ περιβάλλω  
δέ θά τή βρεῖς οὔτε στίς Ἄλπεις, γιατί αὐτός ὁ ἀγέρας  
στριφογυρνᾷ ὡς ἐκεῖ ψηλά καί τό χιόνι λερώνεται.  
Καί στό λευκό τριαντάφυλλο βρίσκεις μία ἰδέα σκόνης.  
Τό τέλειο θαῦμα θά τό βρεῖς μοναχά μέσ στόν ἄνθρωπο:  
λευκές ἐκτάσεις πού ἀκτινοβολοῦν ἀληθινά  
στό σύμπαν καί ὑπερέχουν. Τό πιό καθαρό  
πράγμα λοιπόν τῆς δημιουργίας δέν εἶναι τό λυκόφως,  
οὔτε ὁ οὐρανός πού καθρεφτίζεται μέσ στό ποτάμι, οὔτε  
ὁ ἥλιος πάνω στῆς μηλιᾶς τ' ἄνθη. Εἶναι ἡ ἀγάπη.

