



# ΕΚΦΡΑΣΗ

ΔΙΗΜΕΡΙΑ ΕΚΔΟΣΗ  
ΙΕΡΟΥ ΝΟΥΧΑΣΤΗΡΙΟΥ 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 196

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ - ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2022

ISSN 1019-5181

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ:

Ζαφείρης Δημητρίου & Υιός Λτδ, Λάρνακα



## Η ΠΡΩΤΗ ΕΝΤΟΛΗ

*Μητροπολίτη Λεμεσοῦ Γέροντα Ἀθανασίου*

**Η** πρώτη ἐντολή τοῦ Θεοῦ εἶναι νά ἀγαπήσεις τόν Θεό μέ ὅλη σου τήν ὑπαρξη. Ἀπό τή στιγμή πού δέν ἐφαρμόζεται, ἔχουμε παρενέργειες. Ὅταν βλέπουμε τήν ἀπελπισία νά μᾶς στραγγαλίζει, νά πνιγόμαστε καί νά φτάνουμε σέ σημεῖο καταστροφῆς, γιατί ἀπογοητευτήκαμε ἀπ' ὅσα εἶναι γύρω μας, ἀκόμη καί ἀπό τά πιό εὐγενικά στοιχεῖα πού μας περιτριγυρίζουν, τότε κρίνεται πού δώσαμε ὅλη τή δύναμη τῆς ὑπάρξεώς μας. Ἄν τηρήσουμε τήν ἐντολή τοῦ Θεοῦ, τότε μέ πολλή καρτερία καί ἀνοχή ἀντιμετωπίζουμε τά πάντα. Δέν ἀπελπιζόμαστε, γιατί δέν εἶχαμε τήν ἐλπίδα μας σέ ἕναν ἄνθρωπο, ἔστω ἂν ἦταν ὁ ἑαυτός μας, τό παιδί μας, ὁ/ἡ σύζυγός μας, ἀλλά τήν εἶχαμε στόν Θεό καί ὁ Θεός εἶναι ὁ μόνος πού ποτέ δέν ἀπογοητεύει τόν ἄνθρωπο. ❖

Εἰκόνα ἐξωφύλλου: Ὁ ἅγιος Ἐπιφάνιος. Ἔργον Ἀδάμου Ἀδάμου. Ἐκκλησία Παναγίας τῶν θλιβομένων ἢ χαρά, Ἱερὸν Ἡσυχαστήριον Ἁγίας Τριάδος.



## ΔΙΑ-ΔΙΚΤΥΟ ΚΑΙ ΔΙΑ-ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ

Γιώργου Κυπριανού

**Σ**οῦμε στὸν κόσμον τοῦ διαδικτύου, τῶν ἠλεκτρονικῶν διεκπεραιώσεων, τῶν μέσων κοινωνικῆς δικτύωσης καὶ γενικά στὴν ὅσο τὸ δυνατόν ἐλαχιστοποίηση τῶν ἐξ ἐπαφῆς σχέσεων καὶ συναλλαγῶν. Ἡ τεχνολογία σήμερα, ὅσο ποτὲ ἄλλοτε, πῆρε ἀπόλυτα τὰ ἡνία τῆς ζωῆς μας, ἀντικατέστησε τὸν ἄνθρωπο σὲ ὑφιστάμενες καὶ προϊστάμενες θέσεις, ἔδωσε ἄπειρες δυνατότητες καὶ διευκολύνσεις, ἀδιανόητες μόλις πρὶν δεκαπέντε χρόνια, καὶ πρόσφερε ἐναλλακτικούς τρόπους ἐργασίας. Παρόλη ὅμως τὴν πρακτικὴ ὠφέλεια καὶ χρησιμότητα, ἔφερε μαζί της καὶ καταστάσεις περιέργες ἕως καὶ τραγικές. Ἐθισμός, cybersex, ἠλεκτρονικό ἔγκλημα, ἐκμετάλλευση, ἀποχαύνωση καὶ ἀποξένωση εἶναι τὰ πιὸ διὰδεδομένα καὶ παραδεκτά. Ἦδη ἡ ἰατρικὴ καὶ εἰδικότερα ἡ ψυχιατρικὴ εἰδικεύονται στὸ νὰ ἀντιμετωπίζουν νέου εἴδους ἀσθένειες καὶ νοσηρὲς καταστάσεις πού δὲν ὑπῆρχαν στὸ παρελθόν.

Ὡστόσο, ὅσο κι ἂν τὸ μέλλον φαντάζει τρομακτικό, ἐντούτοις κάποιες μικρὲς καὶ συγκρατημένες συμπεριφορὲς καὶ ἐπιλογὲς δὲν ἀφήνουν τὸ φῶς νὰ χαθεῖ. Ὅμαδες ἀνθρώπων, ἀκόμα καὶ σὲ χώρους ἐργασίας, ἀντιδρώντας στὴν καταδυ-



νάστευση τῆς ἠλεκτρονικότητας, ἐπιχειροῦν ριψοκίνδυνες πρωτοβουλίες, τοῦ τύπου ἀπαγόρευσης κινητῶν σέ χώρους ἐστίασης ἢ ἀπαγόρευση ἀσύρματου διαδικτύου γιά οὐσιαστική ἐπικοινωνία. Φαίνεται ὅτι οἱ διά ζώσης σχέσεις καί ἡ φυσική ἐπικοινωνία παραμένουν τό πρῶτο ζητούμενο καί ἀναγκαῖο. Κι εἶναι ἀπόλυτα λογικό. Ὁ ἄνθρωπος εἶναι προϊόν σχέσης. Καί μάλιστα τῆς πιό ἄμεσης καί στενῆς. Δέν μπορεῖ νά λειτουργήσει διαφορετικά. Κι ἂν τό ἐπιχειρήσει, τότε θά εἶναι δυσλειτουργία, ὑπολειτουργία, παραλειτουργία καί τέλος καταστροφική λειτουργία.

Ὁ ἄνθρωπος ἀργά ἢ γρήγορα τό συνειδητοποιεῖ καί τό προσέχει. Εἶτε, ὅταν τό βρίσκει, τό προφυλάσσει, εἶτε, ὅταν τό χάνει, τό νοσταλγεῖ. Εἶτε, ὅταν παντελῶς ἀντικαθίσταται ἀπό τήν ἐξ ἀποστάσεως σχέση, βιώνει ἐν τέλει τά εὐτελῆ της παράγωγα καί ψάχνει ξανά τήν οὐσία τῆς ζωῆς του στήν φυσική παρουσία τοῦ ἄλλου.

Χαρακτηριστική εἶναι ἡ περίπτωση τραπεζικοῦ ἰδρύματος σέ εὐρωπαϊκή χώρα, τό ὁποῖο, ἀντί νά ἐπιδοθεῖ στήν ἀντικατάσταση ἀνθρώπινου δυναμικοῦ μέ ὑπηρεσίες διαδικτυακῆς ἐξυπηρέτησης, ἔπραξε τό ἀντίθετο, ἀνοίγοντας παραρτήματα σέ ὅλη τήν χώρα μέ ἔστω ἓνα τραπεζικό ὑπάλληλο καί μειώνοντας στό ἡμισυ τίς διαδικτυακές του ὑπηρεσίες. Τό ἀποτέλεσμα, ἀπό τήν τέταρτη θέση στήν ἐγχώρια κατάταξη τῶν τραπεζικῶν ἰδρυμάτων νά





βρεθεί στη δεύτερη διεκδικώντας απειλητικά ακόμα και την πρώτη. Ο λόγος; Αποδείχθηκε ότι οι υφιστάμενοι και οι νέοι πελάτες προτιμοῦσαν την φυσική ἐπικοινωνία μέ ὑπαλληλικό προσωπικό, παρά την ἀπρόσωπη διαδικτυακή και ἠλεκτρονική. Ἀπόδειξη ὅτι, ακόμα και συμφεροντολογικά, κάποιοι κατανόησαν και ἀξιοποίησαν τήν ἔμφυτη ἀνάγκη τοῦ ἀνθρώπου γιά φυσική ἐπικοινωνία και σχέση και μπράβο τους.



Ἔστω κι ἂν σέ κάποιους τά πίο πάνω φαίνονται ρομαντικά και ὑπεραισιόδοξα, ἡ ἀλήθεια τοῦ ἀνθρώπου παραμένει ἡ ἴδια. Ὁ ἀνθρωπος αὐτοβεβαιώνεται και ἀνακαλύπτει τήν ταυτότητά του μόνο μέσα ἀπό σχέσεις φυσικές και ὄχι ἐναλλακτικές. Ὁ ἀνθρωπος τοῦ σήμερα, ὅσο κι ἂν ἔχει καταπλακωθεῖ ἀπό τή βαρύντατη και καθηλωτική ὀθόνη, ὅσο κι ἂν προσπαθεῖ νά πείσει τόν ἑαυτό του ὅτι ἔχει βρεῖ τήν πληρότητά του στήν τεχνολογία, νομοτελειακά θά ῥθει ἡ στιγμή πού ὄλα θά ἀνατραποῦν. Στό πρῶτο χᾶδι, στό πρῶτο σκίρτημα, στήν πρώτη ἀνάγκη, στό πρῶτο βλέμμα, στόν πρῶτο πόνο, στόν πρῶτο ἔρωτα, στήν πρώτη γέννα, στήν πρώτη ἀπώλεια. Τότε εἶναι πού θά πετάξει ὡς ἄχρηστες και

ἀχρεῖαστες τίς ὀθόνες και θά σηκώσει τά μάτια ψηλά γιά δύναμη και εὐχαριστία και θά ἀπλώσει τά χέρια γιά νά χαρεῖ και νά ἀπολαύσει, γιά νά παρηγορήσει και νά παρηγορηθεῖ. ❖





## ΟΙ ΠΛΟΥΣΙΟΙ ΦΤΩΧΟΙ

*Σταύρου Φωτίου*

**Ο**ταν ἄλλοι θέλουν νά ἔχουν καί νά κατέχουν, ταυτίζουν τήν ὑπαρξή μέ τό ἔχειν, θεωροῦν τά πάντα ὡς ἀνταλλακτικά, καταναλώνουν καί καταναλώνονται, ἐσύ νά κινεῖσαι πρός τήν ἀντίθετη κατεύθυνση. Νά ξέρεις ὅτι ὅσο περισσότερα δίνεις τόσο περισσότερο πλουτίζεις, ὅτι ὅσα λιγότερα ἔχεις τόσο περισσότερο εἶσαι.

Μήν ξεγελιέσαι

- ἀπό ὅσους ἔχουν πλούτη ἀλλά εἶναι φτωχοί,
- ὅσους ἔχουν πτυχία ἀλλά εἶναι ἀγράμματοι,
- ὅσους ἔχουν γνωστούς ἀλλά εἶναι μονάχοι.

Ἐσύ νά καλλιεργεῖς τή δοτικότητα, νά παραδίδεις τά πάντα στόν ἄλλο, τόν ὅποιονδήποτε ἔχει ἀνάγκη. Νά ἀσκηθεῖς στήν πτωχεία ἀπό κάθε κτητικότητα, ὅλα τά χαρίσματά σου νά τά δαπανᾷς χάριν τῶν ἄλλων. Νά μήν θεωρεῖς τίποτε δικό σου, νά ἀναδεικνύεις τά ὄντα καί τά πράγματα σέ δῶρο καί ἀντίδωρο ἀνθρώπων πού ἀγαπῶνται. ❖

**Α**χ! Ἄν ἤξερες μόνο τί χαρά, τί γλυκύτητα περιμένει τή δίκαια ψυχή στόν οὐρανό, θά ἀποφάσιζες νά ὑπομένεις μέ εὐγνωμοσύνη σέ αὐτή τήν πρόσκαιρη ζωή κάθε εἴδους λύπη, διωγμό καί συκοφαντία.

**Ἅγιος Σεραφεῖμ τοῦ Σάρωφ**



## ΠΕΡΙ ΠΡΟΣΕΥΧΗΣ

*π. Ανδρέα Ἀγαθκλέους*

• **Ἡ** ὁμορφιά τῆς προσευχῆς βρίσκεται στή μυστική σχέση πού δημιουργεῖται μέ τόν Κύριο καί Θεό, πού μικραίνει, γίνεται οἰκεῖος, φίλος, ἴδιος μέ μᾶς.

Ὡστόσο, ἡ δοξολογία – προσευχή δέν ἀναδεικνύει τή δόξα τοῦ Θεοῦ ἀλλά τήν ἀρχοντιά τοῦ ἀνθρώπου.

Γιατί δέν εἶναι ὁ ἐπαίτης πάντα ἀλλά καί ὁ εὐγνωμονῶν.

• Ἡ προσευχή γίνεται ἀνάγκη τῆς καρδιάς, ὅταν ἔλθει εἰς ἑαυτόν ὁ ἄνθρωπος καί θελήσει νά συναντήσῃ τό Θεό. Τότε, τό καθήκον ὑποχωρεῖ καί ἔρχεται ἡ χαρά καί ἡ εἰρήνη. Κι ὄλ' αὐτά, ὅταν τό Πνεῦμα τό ἅγιο θελήσει νά «ἐπισκιάσει ἐπί τήν ταπείνωσιν ἡμῶν».

• Ἡ βραδυνή προσευχή παραπέμπει στό τελευταῖο τῆς ζωῆς μας «Κύριε, ἐλέησον». Σ' αὐτό πού παραδίδεται ἡ ψυχή στά χέρια τοῦ Κυρίου καί Θεοῦ της, στήν ἀγκαλιά τοῦ ἀγαπημένου της. Δέν εἶναι φυσικό νά ἀναμένει αὐτή τή συνάντηση; Κυρίως, ὅταν μπορεῖ νά πεῖ : «διά τῶν λόγων τῶν χειλέων σου ἐγώ ἐφύλαξα ὁδούς σκληράς». ❖

**Ἦ** προσευχήσου σάν παιδί, μέ ἀπλοϊκή καρδιά, γιά ὅλες σου τίς ἀνάγκες καί τίς θλίψεις, καί παράδωσε τόν ἑαυτό σου στό θέλημα τοῦ Θεοῦ, ἐπειδή ὁ Κύριος οἰκοδομεῖ τή σωτηρία μας.

*Ὅσιος Νίκων τῆς Ὀπτινα*



## Η ΚΡΙΣΗ ΤΩΝ ΗΜΕΡΩΝ

*Οίκουμενικοῦ Πατριάρχῃ Βαρθολομαίου*

**Ἡ** περίεργος οικονομική κρίσις, ἡ ὁποία σοβεῖ εἰς τὰς ἡμέρας μας ἀνά τόν κόσμον, εἶναι ἀπότοκον τῆς πνευματικῆς καί ἠθικῆς κρίσεως, ἡ ὁποία πρό πολλοῦ μαστίζει τήν ἀνθρωπότητα.

Ἐλησμόνησαν οἱ ἄνθρωποι τόν Θεόν, ἀγνοοῦν τό θέλημά Του, περιφρονοῦν τά δικαιώματά Του. Ἔτσι ἐλησμόνησαν καί τόν ἄνθρωπον, δηλαδή τόν συνάνθρωπον, τήν εἰκόνα τοῦ Θεοῦ. Ἐλησμόνησαν καί τήν δημιουργίαν ὄλην, τό καλόν ἔργον τοῦ Θεοῦ. Ἐκλείσθησαν εἰς τήν «αἴθουσαν τῶν κατόπτρων» τοῦ ἐγωῖσμοῦ των, βλέπουν μόνον τόν ἑαυτόν των μέ τὰς ἀπαιτήσεις τῆς πεπτωκυῖας φύσεως, ἔγιναν ἄπληστοι, αὐτάρκεις ἐν τῇ μωρᾷ σοφίᾳ, ἐκρέμασαν ὅλας τὰς ἐλπίδας των εἰς τήν οικονομίαν, τήν ἐπιστήμην καί τήν τεχνολογίαν, ἀνεζήτησαν ἐν τῷ σκότει τοῦ νοός των φῶς εἰς τήν φιλοσοφίαν καί τὰς ἰδεολογίας καί προσπαθοῦν νά παρηγορηθοῦν μέ τήν τέχνην, τόν ἀθλητισμόν, τὰς περιηγῆσεις κ.ο.κ.

Ἄλλ' ὅλα αὐτά, ὅταν δέν εἶναι εἶδωλα καί ἐκμαγεῖα τοῦ πατρός τοῦ ψεύδους, εἶναι πολύ ὀλίγα καί πολύ μικρά διά νά πληρώσουν τό κενόν τῆς ψυχῆς, νά νοηματοδοτήσουν τόν βίον, νά χαρίσουν φῶς καί ζωήν, νά ἐξορκίσουν τόν θάνατον. Ἀντιθέτως λειαινουν περισσότερο τήν ὁδόν τῆς ἀπωλείας καί





κατατρώγουν τήν ψυχήν τοῦ ἀνθρώπου, ὁ ὁποῖος ἀποκλίνει τοῦ προορισμοῦ του καί ἀστοχεῖ ὅλον καί περισσότερον, ἕως ὅτου εἰς τό τέλος κυριολεκτικῶς δαιμονοποιεῖται. Ἡ κρίσις, λοιπόν, τῶν ἡμερῶν μας εἶναι μία δαιμονική κατάστασις, ἀπό τήν ὁποίαν δέν ἡμπορεῖ νά μᾶς ἐξαγάγη μία οἰκονομική ἐξισορρόπησις.

Χρειάζεται πνευματική ἀποκατάστασις! Χρειάζεται ὑπομονή! Χρειάζεται ἀσκητική ἐγκράτεια! Χρειάζεται πνεῦμα θυσίας! Χρειάζεται σταυρικόν φρόνημα! Χρειάζεται ἀγάπη! Δηλαδή, χρειάζεται Χριστός! Ὁ Σαρκωθείς, καί Παθών, καί Σταυρωθείς, καί Ἀναστάς, καί εἰς αἰῶνας Ζῶν Ἰησοῦς Χριστός! Αὐτός, ὁ προαιώνιος Λόγος τοῦ Πατρός, λογοποιεῖ καί νοηματοδοτεῖ τόν βίον, καταργεῖ τās ἀποστάσεις τῆς ἀμαρτίας, ἐνώνει τά διεστῶτα, χαρίζεται δικαιοσύνην, διαλύει τόν θάνατον, κάνει πραγματικότητα τήν κατά τά ἄλλα «οὐτοπίαν» τῆς ἀγάπης!

Τό εὐσεβές Γένος τῶν Ὁρθοδόξων ἀπεδέχθη ἐν πίστει τόν Γολγοθά καί διά τοῦτο ἔγινε καί γίνεται καθ' ἡμέραν κοινωνόν τοῦ φωτός καί τῆς χαρᾶς τῆς Ἀναστάσεως! Μέ σταυροαναστάσιμον, λοιπόν, βίωμα καί ἱστορίαν, καλούμεθα νά προχωρήσωμεν καί σήμερον, «ἐαυτούς καί ἀλλήλους καί πᾶσαν τήν ζωήν ἡμῶν Χριστῷ τῷ Θεῷ παραθέμενοι». ❖



## Η ΡΙΖΑ ΤΗΣ ΑΠΙΣΤΙΑΣ

*Αγίου Σωφρονίου του Έσσεξ*

**Η** μεγαλύτερη αμαρτία στις ημέρες μας ἔγκειται στο ὅτι οἱ ἄνθρωποι βυθίστηκαν στήν ἀπόγνωση καί δέν πιστεύουν πιά στήν Ἀνάσταση. Ὁ θάνατος τοῦ ἀνθρώπου ἐκλαμβάνεται ἀπό αὐτούς ὡς τελειωτικός θάνατος, ὡς ἐκμηδένιση, ἐνῶ πρέπει νά θεωρεῖται ὡς στιγμὴ ἀλλαγῆς τῆς μορφῆς τῆς ὑπάρξεώς μας, ὡς ἡμέρα γεννήσεώς μας στήν ἀνώτερη ζωή, σέ ὀλόκληρο πλέον τό πλήρωμα τῆς ζωῆς πού ἀνήκει στό Θεό.

Γιατί ἡ πλειονότητα τῶν ἀνθρώπων ἔχασε τήν ἰκανότητα νά πιστεύει; Δέν εἶναι ἄραγε ἡ νέα ἀπιστία συνέπεια τῆς εὐρύτερης μορφώσεως, ὅταν αὐτό πού λέει ἡ Γραφή γίνεται μῦθος, ἀπραγματοποίητο ὄνειρο;

Ἡ πίστη, ἡ ἰκανότητα γιά τήν πίστη, δέν ἐξαρτᾶται πρωτίστως ἀπό τόν βαθμό μορφώσεως τοῦ ἀνθρώπου. Πράγματι, παρατηροῦμε ὅτι στήν ἐποχὴ μας, κατά τήν ὁποία διαδίδεται ἡ μόρφωση, ἡ πίστη ἐλαττώνεται, ἐνῶ θά ἔπρεπε οὐσιαστικά νά συμβαίνει τό ἀντίθετο, ὅσο δηλαδή πλατύτερες γίνονται οἱ γνώσεις τοῦ ἀνθρώπου, τόσο περισσότερες ἀφορμές ἔχει γιά νά ἀναγνωρίζει τή μεγάλη σοφία τῆς δημιουργίας τοῦ κόσμου. Σέ τι, λοιπόν, συνίσταται ἡ ρίζα τῆς ἀπιστίας;



Πρὶν ἀπ' ὅλα ὀφείλουμε νά ποῦμε ὅτι τό θέμα αὐτό εἶναι πρωτίστως ἔργο τῶν γονέων, τῶν πατέρων καί τῶν μητέρων. Ἄν οἱ γονεῖς φέρονται πρὸς τήν πράξη τῆς γεννήσεως τοῦ νέου ἀνθρώπου μέ σοβαρότητα, μέ τή συνείδηση ὅτι τό γεννώμενο βρέφος μπορεῖ νά εἶναι ἀληθινά «υἱός ἀνθρώπου» κατ' εἰκόνα τοῦ Υἱοῦ τοῦ Ἀνθρώπου, δηλαδή τοῦ Χριστοῦ, τότε προετοιμάζονται γιά τήν πράξη αὐτή ὄχι ὅπως συνήθως γίνεται αὐτό. Νά ἔνα ὑπέροχο παράδειγμα: ὁ Ζαχαρίας καί ἡ Ἐλισάβετ προσεύχονταν γιά πολύ καιρό νά τοὺς χαρισθεῖ τέκνο.



Ἔτσι καί τώρα, ἂν οἱ πατέρες καί οἱ μητέρες θά γεννοῦν παιδιά συναισθανόμενοι τήν ἄκρα σπουδαιότητα τοῦ ἔργου αὐτοῦ, τότε τά παιδιά τους θά γεμίζουν ἀπό Πνεῦμα Ἅγιο,



ἤδη ἀπό τήν κοιλιά τῆς μητέρας καί ἡ πίστη στόν Θεό, τόν Δημιουργό τῶν ἀπάντων, ὡς πρός τόν Πατέρα τους, θά γίνει γι' αὐτά φυσική, καί καμία ἐπιστήμη δέν θά μπορέσει νά κλονίσει τήν πίστη αὐτή, γιατί «τό γεννώμενον ἐκ Πνεύματος πνεῦμα ἔστιν». Ἡ ὑπαρξη, λοιπόν, τοῦ Θεοῦ καί ἡ ἐγγύτητα του σέ μᾶς εἶναι γιά μία τέτοια ψυχή ὀφθαλμοφανές γεγονός. Καί ἡ ἀπιστία τῶν πολυμαθῶν ἢ τῶν ἀμαθῶν στά μάτια τῶν τέκνων αὐτῶν τοῦ Θεοῦ θά εἶναι ἀπλῶς ἀπόδειξη ὅτι οἱ ἄνθρωποι ἐκεῖνοι δέν γεννήθηκαν ἀκόμη Ἄνωθεν, καί ἀκριβῶς ἐξαιτίας τοῦ γεγονότος αὐτοῦ δέν πιστεύουν στόν Θεό, διότι εἶναι ἐξολοκλήρου σάρκα, γεννημένοι ἀπό σάρκα.

Ἐκεῖνο, ὅμως, πού ἀποτελεῖ πραγματικό πρόβλημα γιά τήν Ἐκκλησία, τόν προορισμό της, εἶναι τό πῶς νά πείσει τούς ἀνθρώπους ὅτι εἶναι ἀληθινά τέκνα καί θυγατέρες τοῦ αἰωνίου Πατρός, πῶς νά δείξει στόν κόσμο τή δυνατότητα μίας ἄλλης ζωῆς, ὁμοίας πρός τή ζωή τοῦ ἰδίου τοῦ Χριστοῦ ἢ τή ζωή τῶν προφητῶν καί τῶν ἀγίων. Ἡ Ἐκκλησία ὀφείλει νά



φέρει στόν κόσμο ὄχι μόνο τήν πίστη στήν ἀνάσταση, ἀλλά καί τή βεβαιότητα γι' αὐτήν. Τότε περιττεύει ἡ ἀπαίτηση γιά ὅποιεσδήποτε ἄλλες ἠθικιστικές διδασκαλίες. ❖



## ΠΡΟΣΕΥΧΗ ΣΤΗΝ ἈΡΧΗ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ

*Ὁσίου Παΐσιου τοῦ Μεγάλου*

**Κ**ύριε Ἰησοῦ Χριστέ, Θεέ μου, δῶσ' μου τή σημερινή μέρα ἀγαθή, ἀναμάρτητη καί καθαρή.

Κύριε, μή μ' ἐγκαταλείπεις. Μή φεύγεις μακριά μου. Ἄπλωσε τό χέρι Σου καί βοήθησέ με.

Κύριε, στήριξέ με καί φύτεψε στήν καρδιά μου τήν ἀγάπη καί τό μεγάλο σεβασμό γιά Σένα.

Κύριε, δίδαξέ με νά ζῶ κατά τό Ἅγιο θέλημά Σου.

Κάμε, Κύριε, νά συναισθάνομαι τίς ἁμαρτίες μου καί νά λυπᾶμαι γι' αὐτές.

Ἐλευθέρωσέ με ἀπό κάθε ψυχικό καί σωματικό πειρασμό.

Διῶξε ἀπ' τό νοῦ μου κάθε βρώμικο, αἰσχρό καί ἀνυπότακτο λογισμό.

Κύριε, βοήθησέ με νά βγάλω ἀπό μέσα μου τήν ἀμέλεια, τήν λύπη, τήν λησμοσύνη, τήν ἀναισθησία, τήν πόρωση.

Κύριε, πού εἶσαι σπλαγχνικός, ἐλέησέ με καί συγχώρησε ὅλες τίς ἀνομίες μου.

Καί κάμε νά ζῶ μέ ἡσυχία, μέ μετάνοια, μέ ἐξομολόγηση καί μέ πίστη καθαρή.

Ἀμήν. ❖





## Ο ΧΡΟΝΟΣ ΤΗΣ ΖΩΗΣ ΗΜΑΣ

*Μοναχοῦ Μωυσῆ Ἀγιορείτη*

**Μ**ερικοί λένε πώς ἡ ζωὴ μας εἶναι ἀρκετά σύντομη. Νομίζουμε ὅμως πώς ἀπό μόνοι μας συντομεύουμε τό χρόνο τῆς ζωῆς μας ἀπό τήν κατάχρηση, τήν παράχρηση καί τήν ἠθοφθορία.

Ἄν τῆ ζωὴ τῆ χρησιμοποίησουμε μέ σεβασμό, περίσκεψη καί φειδώ εἶναι σίγουρα ἀρκετά μεγάλη. Ὁ ἄνθρωπος γενικά δέν ἐκτιμᾷ τόν χρόνο, τόν ἀφήνει νά κυλᾷ ἀνεκμετάλλευτα, τόν σπαταλᾷ εὐκόλα, δέν τόν ἀξιοποιεῖ, δέν τόν χρησιμοποιεῖ χρήσιμα. Οἱ ἄνθρωποι ζοῦν συχνά ὡς ἐπιγεῖως ἀθάνατοι. Δέν ἐξαγοράζουν τόν καιρό, παρά τό ὅτι οἱ ἡμέρες εἶναι ἀρκετά πονηρές. Ὁ χρόνος μακραίνει ὅσο ὁ ἄνθρωπος αὐξάνεται πνευματικά, ὅσο πλησιάζει τό βάθος καί τήν ιερότητα τοῦ νοήματος τῆς ζωῆς.

Μερικοί γέρασαν χωρίς νά ζήσουν ὄντας γέροι καί νέοι γέρασαν προτοῦ νά μεγαλώσουν. Φοβοῦνται τόν θάνατο, παρότι δέ γνωρίζουν νά ζήσουν. Χάνουν τῆ ζωὴ μέσα ἀπό τά χέρια τους δίχως νά τῆ ζήσουν. Δέν ξέρουν οὔτε τί εἶναι ζωὴ, οὔτε τί εἶναι θάνατος, οὔτε ποιό εἶναι τό οὐσιαστικό νόημα τῆς ζωῆς τοῦ ἀνθρώπου. Τόν θάνατο πιό πολύ τόν φοβοῦνται ὅσοι ἐλέγχονται ἀπό τῆ συνείδησή τους, ὅσοι δέν βελτίωσαν τήν πνευματική τους ταυτότητα, ὅσοι παρασύρθηκαν ἀπό τίς



ήδονές του βίου. Ἡ πνευματικότητα τοῦ ἀνθρώπου ἀντιστέκεται ἰσχυρά στή φθορά καί στή βλαπτικότητα πού μπορεί νά προκαλέσει ὁ χρόνος. Ἡ γαλήνη στήν ψυχή τοῦ ἀνθρώπου μπορεί νά σκηνώσει μόνιμα μόνον κατόπιν σκληροῦ διωγμοῦ τῆς κακίας. Ἡ ἐμπιστοσύνη στή θεία πρόνοια θά συνδράμει σημαντικά σ' αὐτή τήν ἐπίτευξη. ❖



**Ε**άν ἔχεις δεχτεῖ βοήθεια ἢ ἔχεις διορθώσει ὅτιδήποτε κακό στόν ἑαυτό σου, νά φυλάγεσαι ἀπό τή σκέψη ἢ ὁποία ἐπαινεῖ ἐσένα καί ἐπικρίνει τούς ἄλλους. Αὐτό εἶναι τό δίχτυ τοῦ ἐχθροῦ πού σέ καλεῖ σέ ἀλαζονεῖα καί καταστρέφει ὅλες τίς ἀρετές..

**Ὅσιος Μακάριος τῆς Ὀπτινα**

# ΗΛΙΑΚΑΡΙΣΜΟΙ

Άνδρέα Μιχαηλίδη

Μ

ακάριος ὅποιος μπορεῖ νά δρέψει ἄνεμο,  
καί μέ γαλάζια κορδέλα νά τόν δέσει  
κουρτίνα δροσιᾶς.

Μακάριος ἐκεῖνος πού μαζεύει  
μίας προσευχῆς τὰ δάκρυα –  
χάντρες πού σκορπίστηκαν  
ἀπό στιλπνό περιδέραιο ἐλπίδας.  
Μακάριος ὁ πού μεθάει μέ τό γέλιο  
μέ τραγούδια τῆς πατρίδας του  
ἀποδημητικά  
μά κι αὐτός πού μέ τό πρῶτο φῶς  
τῆς νύχτας βγαίνει νά μοιράσει  
ἐκμαγεῖα ὀνείρων στά παιδιά  
ἢ φτερά  
σέ ἄπορους ἀγγέλους.  
Μακάριος ὁ εἰρηνοποιός  
ὁ πράος  
ὁ κληρονόμος  
τῆς γῆς.