



ΟΙΚΟΔΟΜΗ ΚΑΙ ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ

«Ὁ δὲ προφητεύων, ἀνθρώποις λαλεῖ οἰκοδομὴν καὶ παράκλησιν καὶ παραμυθίαν»
(Α' Κορινθ. ιδ' 3)

Ἀπλὴ Κατήχησις μέσα ἀπὸ τὴν πείρα τῆς Ὁρθοδόξου Ἐκκλησίας

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΙΣ ΤΗΣ ΙΕΡΑΣ ΓΥΝΑΙΚΕΙΑΣ ΜΟΝΗΣ ΤΩΝ ΑΓΙΩΝ ΑΓΓΕΛΩΝ
ΑΦΙΔΝΑΙ ΑΤΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ
Αριθμὸς τεύχους 18 • Σεπτέμβριος 2021

✠ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ✠

• **Κείμενο Α':** Πρὸ τῶν πυλῶν τοῦ Νέου Ἐκκλησιαστικοῦ Ἔτους

Ἡ βιωματικὴ προσευχὴ ἑνὸς ταπεινοῦ

• **Κείμενο Β':** Θεοτοκοφιλία

Ἡ Ἀγάπη πρὸς τὴν Θεοτόκο

• **Κείμενο Γ':** Σύγχρονο θαυμαστό γεγονός

Σταυρὸς ὀλόλαμπρος τοῦ φώτιζε τὸν δρόμο!

• **Κείμενο Δ':** Ἐκ τοῦ Γεροντικοῦ

Ἡ ὠφέλιμη συζήτηση καὶ ἡ καταλαλιὰ

• **Κείμενο Ε':** Συνυφασμένος μετὰ τὴν φύση τῆς γυναίκας

Ὁ Ἐθελοντισμὸς

• **Κείμενο ς':** Στάρετς Ζωσιμᾶ

«Γιατὶ με ἀντιπαθεῖ;...»

• **Κείμενο ζ':** Στάρετς Ἀμβροσίου

Τὰ ἱερά λείψανα

• **Κείμενο η':** Ἁγίου Θεοφάνους τοῦ Ἐγκλείστου

Ἡ στάσις εὐλαβείας στὸν Ναὸ

• **Κείμενο θ':** Στάρετς Ἀνατολίου

Ἡ Εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ

Πρὸ τῶν πυλῶν τοῦ Νέου Ἐκκλησιαστικοῦ Ἔτους

Ἡ βιωματικὴ προσευχὴ ἑνὸς ταπεινοῦ*

Ἄς ἀρχίσουμε ἀπὸ σήμερα!...

Ἰησοῦ μου!

Σὺ ὁ γλυκύτατος καὶ ταπεινὸς τῆ καρδία, εἰσάκουσόν μου...

Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ὁ Θεὸς μου!

• **Ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὴν ἐπιθυμία νὰ με ἐκτιμοῦν.**

• **Ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὴν ἐπιθυμία νὰ εἶμαι περιζήτητος.**

• **Ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὴν ἐπιθυμία νὰ με λυποῦνται.**

• **Ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὴν ἐπιθυμία νὰ ἔχω ἐπιρροή.**

• **Ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὴν ἐπιθυμία νὰ με ἐπιδοκιμάζουν καὶ ἐπαινοῦν.**

• **Ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὴν ἐπιθυμία νὰ κυριαρχῶ.**

→ **Δηλαδή, ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὴν ὑπερηφάνεια.**

Ἀμήν!

Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ὁ Θεὸς μου!

• **Ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὸν φόβο τῆς καταφρονήσεως.**

• **Ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὸν φόβο τοῦ νὰ λησμονηθῶ.**

• **Ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὸν φόβο μήπως ἀδικηθῶ.**

• **Ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὸν φόβο νὰ γελοιοποιηθῶ.**

• **Ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὸν φόβο μὴ με προσβάλουν.**

• **Ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὸν φόβο τῆς ὑποψίας.**

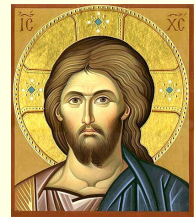
→ **Δηλαδή, ἀπάλλαξέ με ἀπὸ τὴν ὑπερηφάνεια.**

Ἀμήν!

Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ὁ Θεὸς μου!

• **Ἄλλοι ἄς ἀγαπιοῦνται περισσότερο ἀπὸ μένα.**

• **Ἄλλοι ἄς ἐκτιμοῦνται περισσότερο ἀπὸ μένα.**



■ Θεοτοκοφιλίας υπόδειγμα

‘Η Αγάπη πρὸς τὴν Θεοτόκο*

«Ἀφοῦ εἶναι ἀπὸ τὴν Μητέρα μου...»



‘Η Θεοτοκοφιλία τοῦ Ἀρχιμανδρίτου Γέροντος Νικολάου Πεκατώρου (1899-1996) ἦταν θαυμαστή.

Συνήθιζε νὰ δίνει τὴν εὐχή: «Ὁ Θεὸς καὶ ἡ Παναγία μαζί σου».

Ἐλεγε ἐπίσης, ὅτι κυρίως οἱ Θεομητορικές Ἑορτές τῆς Ἐκκλησίας μας δίνουν τὴν δυνατότητα στὸν ἄνθρωπο νὰ ἐπικοινωνήσῃ μὲ τὸν Οὐρανὸ καὶ ἡ ζωὴ νὰ μὴν εἶναι μονότονη καὶ ὑλόφρονη.

Εἶναι ἀλήθεια, πὼς ἦταν ἀδύνατο νὰ κρύψει ὁ Γέροντας τὸν ἀπειρο σεβασμὸ τοῦ πρὸς τὴν Παναγία. Μόνο τὸ Ὄνομά Της νὰ ἀκουγε καὶ γέμιζε δάκρυα.

Τὶς τελευταῖες ἡμέρες τοῦ εἶπε ἐμπιστευτικὰ σὲ ἓνα πνευματικὸ τοῦ τέκνο: «Τὸ μόνο ποὺ ζητῶ πιά ἀπὸ τὸν Θεὸ εἶναι νὰ μοῦ χαρίσει μιὰ γωνίτσα τοῦ Παραδείσου νὰ ἀσπάζομαι τὰ ἴχνη τῆς Παναγίας».

Ἡ Κυρία τῶν Ἀγγέλων, ἡ Παντάνασσα, ἡ Βασίλισσα τῶν Οὐρανῶν, ἦταν στὴν καρδιά τοῦ Γέροντα.

Ἰδιαίτερα τιμοῦσε τὴν ἀγία Τῆς Κοίμησης, ἡμέρα ποὺ χειροτονήθηκε τὸ 1922.

Τρεμάμενος, ἀνέφερε τὸ ἅγιο Ὄνομά Της καὶ δάκρυα ἔτρεχαν ἀπὸ τὰ μάτια τοῦ.

Ζοῦσε τὸ Μυστήριον τῆς Ταπεινώσεως καὶ τῆς Σιωπῆς τῆς Θεοτόκου. Συχνὰ καὶ ἡ δική του γλῶσσα ἦταν ἡ σιωπὴ καὶ ἡ δράση ἐν κρυπτῶ.

Μεγάλῃ εὐχαριστίᾳ καὶ εὐγνωμοσύνη ἀπέδιδε στὴν Θεοτόκο, ποὺ τὸν διαφύλαξε, μὲ τὴν

Ἁγία Σκέπη Της, ὅλα αὐτὰ τὰ χρόνια τῆς ζωῆς του, σύμφωνα μὲ τοὺς λόγους τοῦ Ἐπισκόπου, κατὰ τὴν Χειροτονία του, στὸν Ἱερὸ Ναὸ τῆς Ἁγίας Σκέπης Ὁδησοῦ: «Σὲ ἀφιερώνω στὴν Παναγία, ἀπὸ τὴν Ὅποια ζήτησε καὶ ἐσὺ νὰ σὲ φυλάει σὲ ὅλη σου τὴν ζωὴ».

* * *

Ὅταν τὸν ρωτοῦσαν γιὰ τὸ πόσο συμπαραστεύεται ἡ Παναγία τοὺς ἀνθρώπους, ἔλεγε συγκινημένος τὴν ἐξῆς ἱστορία:

«Κάποτε ὁ Κύριος παρατήρησε, ὅτι στὸν Παράδεισο ὑπάρχουν μερικοὶ ὄχι καὶ τόσο ἄξιοι καὶ κάλεσε τὸν Ἀπόστολο Πέτρο καὶ τοῦ εἶπε: «Πρόσεχε καλά, Πέτρε, γιατί παρατηρῶ μερικοὺς ὄχι καὶ τόσο ἀξιούς νὰ μπαίνουν στὸν Παράδεισο, πρόσεχε λοιπὸν καλά, γιατί θὰ σοῦ πάρω τὰ κλειδιά». Ὁ Ἀπόστολος Πέτρος παρατήρησε ὅλες τὶς θύρες ὅτι ἦταν καλά ἀσφαλισμένες καὶ ὅτι ἐλέγχονταν καλά.

Ἐπιτηρώντας τὰ παραδείσια τεῖχη, παρατήρησε ἐκπληκτὸς τὴν Παναγία – δάκρυα στὰ μάτια τοῦ Γέροντος – νὰ καλεῖ καὶ νὰ τραβᾷ κοντὰ Της ἀνθρώπους. Ὅταν ὁ Κύριος ξανακάλεσε τὸν Πέτρο, ἀναγκάστηκε νὰ ὁμολογήσῃ αὐτὸ ποὺ εἶδε: «Κύριε, βεβαιῶ ὅτι δὲν περνᾷ κανεὶς ἀναξίως τὶς παραδείσιες θύρες, ἀλλὰ ἡ καλὴ Μητέρα, ἡ Παναγία – δάκρυα πολλὰ στὰ μάτια τοῦ Γέροντα – ἐπιτρέπει τὴν εἴσοδο σὲ ἀρκετούς». Ὁ Κύριος εἶπε: «Ἀφοῦ εἶναι ἀπὸ τὴν Μητέρα μου, ἄφησέ τους, δὲν πειράζει».

Ἦθελε νὰ δείξει ὁ μακάριος Γέροντας τὴν μεγάλη βοήθεια τῆς Παναγίας καὶ τὴν μεγάλη Της παρρησία στὸν Κύριο.

(*) Μοναχοῦ Μωϋσέως Ἀγιορείτου, Ἱερὸς Μορφὸς 1, Ἀρχιμανδρίτης Νικόλαος Πεκατῶρος (1899-1996), ἐκδόσεις «Τῆνος», σελ. 58. • Ἐπιμέλ. ἡμετ.

• Ἄλλοι ἄς προοδεύουν καὶ ἄς ἀνέρχονται σὲ τιμές καὶ ἀξιώματα, κι ἐγὼ ἄς σμικρύνομαι.

• Ἄλλοι ἄς χρησιμοποιοῦνται, κι ἐγὼ ἄς παραγκωνίζομαι.

• Ἄλλοι ἄς ἐπαινοῦνται, κι ἐγὼ ἄς λησμονοῦμαι.

• Ἄλλοι ἄς βραβεύονται, κι ἐγὼ ἄς περιφρονοῦμαι. Ἀμήν!

* * *

Ὅποιος ἀπὸ μᾶς, Ἀρχιερεὺς, Ἱερομόναχος στὸν κόσμος, ἕγγαμος Ἱερεὺς, Ἱερο-

διάκονος, Μοναχός, Μοναχή, λαϊκὸς ἄνδρας ἢ γυναίκα, ἕγγαμος ἢ ἄγαμος, ἀκόμη καὶ νέο παιδί ἀπὸ 15 ἐτῶν καὶ ἄνω, βίωση στὴν πρᾶξι «ἐν πνεύματι καὶ ἀληθείᾳ καὶ ἐν Χριστῶ» ΟΛΟ τὸ περιεχόμενο αὐτῆς τῆς προσευχῆς, αὐτὸς θὰ σώσῃ ὄχι μόνον τὴν ψυχὴ του, ἀλλὰ καὶ ἑκατοντάδες ἄλλες ψυχούλες.

Ἄς ἀρχίσουμε ἀπὸ σήμερα, ἀπὸ τώρα, νὰ βάλουμε μιὰ νέα ἀρχὴ στὴν ἐφαρμογὴ τῆς.

(*) Πρωτοπρεσβυτέρου Στεφάνου Κ. Αναγνωστοπούλου, «Ἐγὼ φταίω... ΕΣΥ;», σελ. 126-127, ἐκδ. β', Πειραιᾶς 2019. • Ἐπιμέλ. ἡμετ.



Σύγχρονο θαυμαστό γεγονός

Σταυρός όλόλαμπρος του φώτιζε τον δρόμο!*

«Δι' εὐχῶν τοῦ Γέροντά μου...»

Κυνέβη στην Ἱερά Μονή Σταυροβουνίου τῆς Κύπρου, τὴν ὁποία, ὡς γνωστόν, ἴδρυσε ἡ Ἁγία Ἐλένη κατὰ τὴν ἐπιστροφή της ἀπὸ τοὺς Ἁγίους Τόπους, ὅταν λόγῳ θαλασσοταραχῆς ἐστάθμευσε στὴν Κύπρο τὸ 329 μ.Χ.. Τὴν προίκισε δὲ μὲ τεμάχιο τοῦ Ζωοποιοῦ Σταυροῦ τοῦ Κυρίου, τὸν Ὅποιον ἀνεῦρε ἐρευνῶντας στὴν περιοχή τοῦ Γολγοθᾶ.

* * *

Πρὶν μερικὲς δεκαετίες, συγκεκριμένα παραμονὴ τῆς Ἁγίας Βαρβάρας τοῦ 1956, ὁ Γέροντας τῆς Μονῆς, ἐνῶ βρισκόταν σ' ἓνα Μετόχι στοὺς πρόποδες τοῦ βουνοῦ, ἔστειλε ἓναν ὑποτακτικό του Ἱερέα γιὰ νὰ λειτουργήσει ἐπάνω στὴν Μονή, ἐνῶ πλέον εἶχε βραδυάσει. Ἐκτὸς ἀπὸ αὐτό, προμηνυόταν θύελλα. Ὁ καιρὸς εἶχε ἀγριέψει. Ὄταν πῆρε τὴν ἐντολὴ ὁ ὑποτακτικός, στὴν ἀρχὴ ἐξέφρασε τὴν ἀνησυχία του:

- Πῶς θὰ ἀνέβω τὸ βουνό, Γέροντα; Ἔρχεται πολλὴ βροχὴ καὶ σὲ λίγο θὰ βραδυάσει!

- Πήγαινε, εὐλογημένε καὶ μὴ φοβάσαι! Κάνε ὑπακοὴ καὶ ὁ Θεὸς θὰ βοηθήσει.

Χωρὶς ἄλλο λόγο, ὁ χαριτωμένος αὐτὸς Ἱερομόναχος ἔκανε τὸν Σταυρὸ του, πῆρε τὴν εὐχὴ τοῦ Γέροντά του καὶ ξεκίνησε.

Πέφτοντας ὁμως τὸ σκοτάδι, ἔχασε τὸν δρόμο. Ἀπὸ τὴν ἄλλη ὁ καιρὸς φαινόταν ἀπειλητικώτερος. Ἀπὸ στιγμὴ σὲ στιγμὴ θὰ ξεσποῦσε ἡ καταιγίδα. Τί νὰ κάνει μόνος κι ἔρημος μὲς στὴν νύχτα;



Σήκωσε τὰ μάτια του στὸν οὐρανὸ καὶ φώναξε:

- **Τίμῃ μου Σταυρέ, δι' εὐχῶν τοῦ Γέροντά μου, βοήθει μοι!**

Ἄν πρόλαβε νὰ τελειώσει τὴν ἐπίκληση τοῦ Τιμίου Σταυροῦ καὶ ἐφανίστηκε μπροστὰ του ὀλοφώτεινος, μὲ Θεῖο ὑπερουράνιο φῶς, ὁ Τίμιος Σταυρὸς, φωτίζοντάς του νὰ βρῆ τὸν δρόμο! Μὰ καὶ τὸν συνόδεψε προπορευόμενος, μέχρι ποὺ ἔφθασε στὴν πύλη τῆς Μονῆς. Μόλις μπῆκε στὸ Μοναστήρι, ξέσπασε μιὰ φοβερὴ καταιγίδα, λὲς κι ἀνοιζαν οἱ καταρράκτες τοῦ οὐρανοῦ!

* * *

Ἄλλο ἓνα θαυμαστὸ γεγονός, ποὺ φανερῶνει τὴν δύναμη καὶ τὴν προστασία ποὺ παρέχει ὁ Σταυρὸς τοῦ Κυρίου μας σ' ἐκείνους ποὺ ὑπακούουν στὸ ἅγιο θέλημα τοῦ Σταυρωθέντος Σωτῆρος καὶ πιστεύουν στὴν ἀκατάλυτη δύναμή Του!

(*) Ἐκφράσεις τοῦ Πνευματικοῦ Κόσμου, ἔκδοσις Ἱερᾶς Γυναικείας Μοναστικῆς Ἀδελφότητος Παναγίας Βαρνάκοβας, σελ. 23-24, Εὐπάλιο Δωρίδος Φωκίδος 2009. • Ἐπιμέλ. ἡμετ.

■ Ἐκ τοῦ Γεροντικοῦ τοῦ Σινᾶ

Ἡ ὠφέλιμη συζήτηση καὶ ἡ καταλαλιά-κατάκριση*

Εἶπεν ὁ Ἀββᾶς Μεγέθιος·

«Ἐν ἀρχῇ, ὅτε συνηγόμεθα πρὸς ἀλλήλους καὶ ἐλαλοῦμεν περὶ ὠφελείας συγκροτοῦντες ἀλλήλους, ἐγινόμεθα χοροὶ χοροὶ καὶ ἀνηρχόμεθα εἰς τοὺς οὐρανοὺς, νυνὶ δὲ συναγόμεθα καὶ εἰς τὸν ἓνα εἰς καταλαλιὰν ἐρχόμενοι, κατὰγομεν κάτω».

* * *

Εἶπε ὁ Ἀββᾶς Μεγέθιος·



Στὴν ἀρχή, ὅταν συναντιόμασταν μετὰ ξύμας καὶ συζητούσαμε γιὰ τὴν ὠφελεία μας οἰκοδομώντας ὁ ἓνας τὸν ἄλλο, γινόμασταν παρέες - παρέες ποὺ ἀνέβαιναν πρὸς τὸν οὐρανὸ.

Τώρα ὁμως μαζευόμαστε καὶ μιλώντας ὁ ἓνας ἐναντίον τοῦ ἄλλου, πέφτουμε χαμηλά.

(*) Δημητρίου Γ. Τσάμη, Τὸ Γεροντικὸ τοῦ Σινᾶ, σελ. 182-183, ἐκδόσεις Ἱερᾶς Μονῆς Θεοβαδίστου Ὁρους Σινᾶ, Θεσσαλονίκη 1988. • Ἐπιμέλ. ἡμετ.

Ο Έθελοντισμός είναι μια αύρα ανθρωπιάς. Αλλά είναι και μια έννοια που συνδέεται άμεσα με την γυναίκα. Τόσο, μάλιστα, που να οδηγεί σε κάτι σαν αξίωμα που λέει: **«Γυναίκα και Έθελοντισμός, έννοιες ταυτόσημες»**. Διότι, ποιός μπορεί να άμφισβητήσει το ότι η διάθεση, η μάλλον, η ανάγκη έθελοντικής προσφοράς καρδιάς, με όποια μορφή κι αν αυτή εκδηλώνεται, είναι συνυφασμένη μ' αυτήν την ίδια την φύση της γυναίκας;

Και Έθελοντικά η γυναίκα, μάνα ή γιαγιά, ξεφυτράει για ατέλειωτα μερόνυχτα στο προσκέφαλο του άρρωστου παιδιού. Έθελοντικά ως κόρη, σύντροφος ή αδελφή, φροντίζει τον δικό της άνθρωπο που υποφέρει. Έθελοντικά ανεβάζει τις όβιδες στις χιονισμένες πλαγιές της Πίνδου, γλυκαίνει τον πόνο του τραυματία ή πλέκει άσταμάτητα τη ζεστή φανέλλα για τον στρατιώτη.

Είναι, λοιπόν, βαθιά πίστη μου πως χωρίς αυτήν την εύλογη έμφυτη ανάγκη της γυναίκας, πολύ περισσότεροι άρρωστοι, ανήμποροι γέροι και ταλαιπωρημένα παιδιά, θα ζούσαν την τραγικότητα της εγκατάλειψης.

Στις μέρες μας, όλο και πιο συχνά, αυτή η γυναικεία ιδιότητα μπορεί να παίρνει και διάφορες, λίγο ή πολύ οργανωμένες μορφές. Με επίκαιρη δέ αφορμή την παγκόσμια κρίση και τα προβλήματα που αφορούν στο περιβάλλον, αλλά όχι μόνο, γίνεται όλο και περισσότερος λόγος για Έθελοντισμό. Για προσφορά δηλαδή κάποιας εργασίας, χωρίς άμοιβή, στην υπηρεσία ενός ευγενούς σκοπού, μιάς πολιτιστικής προσπάθειας ή μιάς φιλανθρωπικής δραστηριότητας.

Χαρακτηριστικά παραδείγματα τέτοιων ευρύτατων και καλά οργανωμένων δραστηριοτήτων είναι και κάποιες διεθνούς έμβλειας Οργανώσεις, όπως ο Έρυθρος Σταυρός, ή Ούνεσκο κ.ά.

Στην χώρα μας, με σκοπό την παρακίνηση μεγάλων ομάδων ανθρώπων για συμμετοχή σε διάφορες προσπάθειες που εκφράζουν Έθελοντισμό, παρακολουθούμε να οργανώνονται φαντασμαγορικές και πολυέξοδες εκδηλώσεις, δεξιώσεις, επιδείξεις μόδας, συναυλίες και παραστάσεις. Να εκδίδονται επίσης πολυτελέστατα έντυπα ή να διεξάγονται κάποιοι τηλεοπτικοί «μαραθώνιοι» ή αγώνες δρόμου, με την αντίστοιχη πάντα προβολή –και βεβαίως με το άζημιωτο– από τα πάσης φύσεως δια-



Συνυφασμένος με την φύση της γυναίκας

Ο Έθελοντισμός*

Υγιείς προβληματισμοί για έναν ύψηλο Θεσμό

πλεκόμενα Μέσα Μαζικής Ένημερώσεως. Και... θαυμάζουμε κάποιες κυρίες, οι οποίες, μέσα σε άπαστράπτουσες, συνήθως, άμφιέσεις και βαρύτιμα κοσμήματα, με το πρόσημα της πληροφορήσεως του κόσμου, επιδιώκουν ή και δημιουργούν οποιαδήποτε ευκαιρία προβολής τους ή και ταυτόχρονης συλλογής συγχαρητηρίων, από καταλλήλως επιλεγμένους και αναλόγως άμειβόμενους δημοσιογράφους.

Χωρίς, σε καμιά περίπτωση, να γενικεύεται ή ύπαρξη των διαπιστώσεων αυτών σε όλες τις έθελοντικές προσπάθειες, και χωρίς να επιτρέπεται ή να είναι δικαιολογημένη ή οποιαδήποτε γενικευμένη άμφισβήτηση της άποτελεσματικότητας αυτών –ή κάποιων άλλων αντίστοιχων– δραστηριοτήτων, στην έπίτευξη του έκάστοτε σκοπού, είναι εύλογο να προκύπτουν κάποιοι προβληματισμοί σχετικά με το θεσμό του Έθελοντισμού στη χώρα μας.

Η άγαθοεργία, ως έκφραση και εκδήλωση έθελοντικής προσφοράς χρόνου, εργασίας ή χρημάτων, υπήρχε άνεκαθεν στις κοινωνίες των ανθρώπων. Υπήρχε μέσα στην ζωή, κυρίως, της Έκκλησίας ή και στον ευρύτερο χώρο των ανθρώπων που ήταν κοντά στην θρησκεία, αλλά όχι μόνο. Έπαιρνε δέ αυτή η προσφορά μιά σχεδόν πάνδημη έκταση, σε ώρες μεγάλων καταστροφών από φυσικά φαινόμενα ή πολέμους. Υπήρχε, όμως, και έξακολουθεί ακόμα να υπάρχει, πιστεύω, και στην συνηθισμένη καθημερινή ζωή, στις μικρές κοινωνίες –που λειτουργούν σε κάποια αντίστοιχία με τις πάλαι ποτέ ένορίες– όπου ή άνιδιοτελής βοήθεια προς τον συντοπίτη, της ίδιας ή της παρακάτω γειτονιάς, είναι αυθόρμητη και σχεδόν αυτονόητη.

Με τη μεταφορά, όμως, του πληθυσμού, στα τεράστια, άποξενωτικά και άπάνθρωπα άστικά κέντρα, αλλά και με την έπίμονη καλλιέργεια της νοοτροπίας, ότι πρέπει να άπαιτούμε συνεχώς και μόνο από το... πολλά ύποσχομένο «κοινωνικό» κράτος –με όποια θεσμική μορφή μπορεί αυτό να εκφράζεται– να καλύπτει όλες τις άνάγκες όλων των πολιτών, ή πολυσήμαντη αυτή διάθεση για Έθελοντική προσφορά άτόνησε και, σιγά-σιγά, σχεδόν χάθηκε.



Έδω και μερικά χρόνια, όμως, οι κοινωνίες των προηγμένων και εύημερούνητων, κυρίως, κρατών άρχισαν να συνειδητοποιούν την πρακτική, αλλά και την ψυχολογική άναγκαιότητα και χρησιμότητα της Άλληλεγγύης και του Έθελοντισμού. Κατά συνέπεια, τον ένθάρρυναν και έδωσαν άξια και ύπόσταση –συχνά και έπιδοτήσεις– στις αντίστοιχες οργανώσεις που έντάσσονται στις «Μή Κυβερνητικές». Αυτές είναι, στην πλειονότητά τους, γυναικείες, με πολλές και, συχνά, ψυχαγωγικές δραστηριότητες που έχουν ως άποτέλεσμα να παρατηρείται, στις μέρες μας, μιά έντονη έξαρση του φαινομένου.

Αυτή η έξαρση, που είναι γενικώς ευόιονη και έπαινετή, προκαλεί συγχρόνως και κάποιο προβληματισμό.

Μέσα από παρατηρήσεις, αλλά και προσωπικές έμπειρίες, θεώρησα σκόπιμο το να έπιχειρήσω να κατατάξω τις σύγχρονες Έθελόντριες ή μάλλον, για να ακριβολογώ, τις εκπροσώπους του είδους, οι οποίες προΐστανται σε διάφορες Οργανώσεις και Σωματεία Έθελοντισμού, σε τέσσερις κύριες κατηγορίες.

Αυτές θα περιγράψω στην συνέχεια, άφου σημειώσω, ότι δέν είναι πάντα διακριτές μεταξύ τους.

• Στην πρώτη κατηγορία, έντάσσονται οι γυναίκες εκείνες που διαθέτουν τεράστια χρηματικά ποσά από προσωπικές ή οικογενειακές κυρίως περιουσίες, οι οποίες, ίσως και να έχουν προκύψει με δραστηριότητες και τρόπους που απέχουν από το πνεύμα και το νόημα του Έθελοντισμού. Με τον Έθελοντισμό, οι δραστηριοποιημένες αυτές γυναίκες βρίσκουν προσβάσεις προσωπικής προβολής, αλλά και ψυχολογικής έξισορρόπησης των άπαιτήσεων και των προεκτάσεων της γενικότερης κοινωνικής και άτομικής χλιδής που τις περιβάλλει. Έπιβάλλεται, πάντως, στο σημείο αυτό να τονιστεί ότι, οι γυναίκες αυτές, όχι μόνο δέν είναι κατακριτέες, αλλά είναι όπωσδήποτε άξιέπαινες. Διότι θα μπορούσαν, άντι να διαθέτουν τα χρήματά τους, τον χρόνο τους και τον κόπο τους σε όλες αυτές τις ώφέλιμες και εύεργετικές για το κοινωνικό σύνολο δραστηριότητες, να άσχολούνται άποκλει-

στικά με τις προκλητικές και άκραίες εκείνες δραστηριότητες που γεμίζουν συνήθως, τη ζωή των μεγιστάνων του κόσμου.



• Σε μιά δεύτερη κατηγορία, έντάσσονται, οι γυναίκες εκείνες που, με όχημα και πρόσχημα τον Έθελοντισμό, πέρα από την έξαγορασμένη προσωπική τους προβολή, προσπορίζονται και μεγάλα χρηματικά ή άλλα υλικά όφελι, για τις ίδιες και το άμεσο περιβάλλον τους, εκμεταλλεύόμενες άσυστόλως τις όποιες έπιδοτήσεις παίρνουν από διάφορους φορείς, αλλά και την άνιδιοτέλεια, με την όποια τις πλαισιώνουν κάποιες άλλες γυναίκες. Γυναίκες οι όποιες, με καλή πίστη, προσφέρουν τις υπηρεσίες τους, επειδή θέλουν πραγματικά να ύπηρετήσουν τον άρχικό ευγενή σκοπό, χωρίς να έχουν έγκαιρος άντιληφθεί την άπάτη. Στις περισσότερες από αυτές τις περιπτώσεις, προσφέρεται και πολυδιαφημίζεται και κάποιο έργο ή κάποιας μορφής «φιλανθρωπία», για τα όποια, όμως, δαπανάται ένα μικρό μόνο ποσοστό των χρημάτων που συγκεντρώνονται. Τα μεγάλα ποσά τα διαχειρίζεται, συνήθως, κάποια φιλόδοξη και άδίστακτη Πρόεδρος, με την νομοτύπη κάλυψη ενός Διοικητικού Συμβουλίου, συχνά έλλιπώς ένημερωμένου ως προς τις λεπτομέρειες των μεγάλων δαπανών.

• Στην τρίτη κατηγορία, είναι εκείνες οι γυναίκες που έχουν έντελώς πηγαία και ειλικρινή κίνητρα, ύψηλο ήθος και προθυμία για άληθινή προσφορά. Αλλά κάπου, στο βάθος της διάθεσής τους, ύπάρχει και ή άνάγκη όσο και ή φιλοδοξία για μιά άναγνώριση του έργου και της προσφοράς τους από την κοινωνία. Συναισθήματα, που είναι έντελως θεμιτά και ανθρώπινα. Συνήθως, όμως, οι προσπάθειες αυτής της ποιότητας είναι περιορισμένης έμβλειας, διότι σπανίως μπορούν να ξεπεράσουν τα οικονομικά προβλήματα που συνοδεύουν τους ύψηλους στόχους, τους όποιους καλοπροαίρετα, οι Έθελόντριες αυτές όριοθετούν και όραματίζουνται.

• Τέλος, σε μιά τέταρτη κατηγορία, έντάσσονται οι πραγματικά άξιοθαύμαστες, οι άφανεις εκείνες γυναίκες, οι όποιες, μακριά από κάθε δημοσιότητα και προβολή, χωρίς τυμπανοκρουσίες και περιαιτολογίες, ήσυχα, ταπεινά και, πρόπαντός, ανθρώπινα, βιώ-



«Κάνε τουλάχιστον εξωτερικά έργα αγάπης»

«Γιατί με αντιπαθεί;...»*

Η απάντηση τῆς ἠχώ

Μία Αδελφή παραπονέθηκε κάποτε στον π. Ζωσιμά (1850-1936) για κάποια άλλη.

- Πάτερ, γιατί ή τάδε με αντιπαθεί; Τί τῆς έκανα;

- Ποιός σου εἶπε ότι σε αντιπαθεί;... άντέδρασε εκείνος. Λάθος κάνεις! Από τον πονηρό εἶν' αυτός ό λογισμός. Μήν τον δέχεσαι!

- Όχι, γέροντα, κάτι έχει μαζί μου. Τό δειχνουν και τὰ λόγια της και τό φέροσίμο της. Αλλά και ή καρδιά μου τό πληροφορείται καθαρά.

- Καλά, ας υποθέσουμε πώς έχεις δίκιο. Αλλά βγές στο δάσος και φώναξε: «Αγαπημένη μου Αδελφή...!». Η ήχώ θά σου απαντήσει τό ίδιο. Ύστερα ξαναφώναξε: «Τρελλή! Τιποτένια!...». Τis ίδιες λέξεις θά επαναλάβει και ή ήχώ. Πίστεψέ με, στην σχέση δύο ψυχών, στην αμοιβαία τους επικοινωνία, συμβαίνει ό,τι και με την ήχώ. Κοίταξε λοιπόν πρώτα μέσα στην καρδιά σου. Θα διαπιστώσεις ότι εἶναι πράγματι αρνητικά προκατειλημμένη απέναντι

στην Αδελφή. Επομένως, πρώτα-πρώτα γέμισε την δική σου καρδιά με ειρήνη και αγάπη γι' αυτή. Και να εἶσαι βέβαιη, πώς θά σου άνταποδώσει τὰ ἴδια αισθήματα.



- Τί νά κάνω, γέροντα; Εἶμαι κι εγώ δυστυχισμένη, πού δέν έχω μέσα στην καρδιά μου αγάπη για την Αδελφή μου.

- Δέν έχεις αγάπη; Κάνε τουλάχιστον εξωτερικά έργα αγάπης. Έμαθες ότι χρειάζεται κάτι; Πρόσφερε της το. Διαφωνήσατε σ' ένα ζήτημα; Υποχώρησε. Σε μάλωσε; Καταδίκασε τον έαυτό σου και ζήτησέ της συχώρηση. Μά πάνω απ' όλα, να προσεύχεσαι αδιάλειπτα γι' αυτή, λέγοντας: «Σώσέ την, Κύριε, και με τις άγιες προσευχές της έλέησε κι έμένα!». Τότε όπωσδήποτε ό Θεός θ' αλλοιώσει την καρδιά σου. Αλλά κι αν εκείνη, μετά απ' όλα αυτά, δέν ειρηνεύσει μαζί σου, έσύ πάντως θά έχεις την συνειδησή σου αναπαυμένη.

(*) Ηγουμένης Βέρας Βερχόφσκυ, Γέροντας Ζωσιμάς της Σιβηρίας, σελ. 298-299, εκδόσεις Ίεράς Μονῆς Παρακλήτου, Ωρωπός Αττικής, 1995. • Επιμέλ. ήμετ.



νουν πραγματικά την έννοια τῆς προσφοράς, στην πλήρη της σημασία.

Εἶναι οἱ γυναῖκες πού ό λαός μας όνομάζει, με άπειρη στοργή και εκτίμηση, «συντρέχτρες». Γιατί αυτές συντρέχουν, και παραστέκονται σε όποιον συνάνθρωπό τους έχει ανάγκη. Προσφέρουν, όχι μόνο στους άνήμπορους ανθρώπους του περιβάλλοντός τους, αλλά και στον κοινωνικό τους περίγυρο, ένα έργο πολύτιμο και ιερό, άγνωστο ακόμη και «στην άριστερά τους».

Εἶναι οἱ γυναῖκες πού μαγειρεύουν για τὰ συσσίτια πού προσφέρονται δωρεάν στις διάφορες ένορίες ή στις καλοκαιρινές κατασκηνώσεις τών άπορων παιδιών. Αὐτές πού, χαμογελαστές πάντα, σερβίρουν και κάνουν όλες τις άγγαρείες στις κουζίνες. Αὐτές πού βοηθοῦν στις δουλειές και τις φροντίδες Ίδρυμάτων Ανιάτων Ασθενών και Όρφανοτροφείων.

Εἶναι αυτές πού, πάντα γλυκομίλητες, περιποιούνται τον άρρωστο και τον κατάκοιτο ή τρέχουν να δώσουν ό,τι μποροῦν από την άντοχή και τον ύπνο τους, συχνά και από τό υστέρημά τους, σ' αυτούς πού έχουν κακοπάθει από πολέμους, σεισμούς, πλημμύρες ή φωτιές.

Και ξέρουν πολύ καλά, αυτές οἱ άξιοθαύμαστες γυναῖκες, ότι ποτέ τό όνομά τους δέν θά αναφερθεῖ από κάποια έφημερίδα ή περιοδικό, ούτε θά δοῦν τό πρόσωπό τους στην τηλεόραση ή σε κάποιο εξώφυλλο. Αὐτές, όμως, εἶναι εκείνες πού έχουν μεγαλεῖο στην καρδιά τους. Ένα μεγαλεῖο πού ξεκινάει από μιὰ βιωμένη παιδεία ανθρωπιάς και, γι' αυτό ακριβώς, δέν έχουν ανάγκη, ούτε περιμένουν αναγνώριση και «εὐχαριστῶ» από τους ανθρώπους.

Εἶναι αυτές οἱ γυναῖκες πού, την άφανή προσφορά τους, την θεωροῦν άπλῶς χρέος.

Μέσα στην άγριότητα του άτομιτισμοῦ και του άδηλου, αλλά πικροῦ πολέμου, πού έχει κηρύξει ό άνελέητος καθημερινός άνταγωνισμός, αυτές σαρκώνουν διαχρονικά την όλβια άγιοσύνη τῆς γυναικείας προσφοράς.

Αὐτές προσωποποιοῦν την υπέροχη αληθινή Έθελόντρια.

Τους άξίζει να υποκλιθοῦμε μπροστά τους...



(*) Μερόπης Ν. Σπυροπούλου, «Γιατί ή γυναίκα;», εκδόσεις «Αρχονταρίκι», Αθήνα 2010, σελ. 219-227. • Επιμέλ. ήμετ.

■ Από την Διδασκαλία του Στάρετς Άμβροσίου

Τὰ ἱερὰ Λείψανα καὶ τὰ ἄλυτα σώματα*

1. Σὲ ἓνα σου γράμμα μου ἔγραφες, ὅτι ἤλθατε σὲ ἀντίθεση μὲ τὸν κ. Χ. γιὰ τὰ ἅγια Λείψανα καὶ τὰ σώματα μερικῶν ἁμαρτωλῶν, ποὺ μένουν ἄλυτα.

2. Πράγματι, τώρα τελευταῖα στὸν Ἄθωνα δὲν ὑπάρχουν πιά ἅγια Λείψανα. Ἀπὸ τὴν ἐξῆς, καθὼς λένε, ἀφορμή:

■ Ἐνας εὐλαβὴς γέροντας ζοῦσε ἐκεῖ στὴν ἡσυχία, στὴν μόνωση. Καὶ στὸν μαθητὴ του ἐπαναλάμβανε συνεχῶς τὴν συμβουλή, νὰ μὴν ἀφήσει ποτὲ τὴν ἡσυχαστικὴ ἐρημητικὴ ζωὴ τῆς μόνωσης.

Ἐνα χρόνο μετὰ τὸν θάνατο τοῦ Γέροντα, σύμφωνα μὲ τὸ ἀγιορείτικο ἔθιμο, ἀνοίξαν τὸν τάφο του· καὶ εὗρηκαν τὴν κἀρα τοῦ Γέροντα νὰ βγάζει εὐώδεις καὶ ἱαματικὸ μύρο. Ἀπὸ τότε πολλοὶ ἄρχισαν, νὰ πηγαίνουν νὰ προσκυνοῦν τὴν κἀρα του καὶ νὰ χρίωνται μὲ τὸ ἱαματικὸ του μύρο. Ὅμως ἔτσι ἐχάλασαν τὴν ἡσυχία τοῦ μαθητῆ του. Γι' αὐτὸ καὶ ἐκεῖνος, εἶπε μὲ παράπονο στὸν κεκοιμημένο Γέροντά του:

- Πάτερ, σὺ ὅσο ζοῦσες, μου ἔλεγες καὶ μου τὸ ἐτόνιζες, νὰ ζήσω στὴν ἡσυχία καὶ στὴν μόνωση, καὶ τώρα μετὰ τὸν θάνατό σου, μου τὴν χαλᾶς;

Μόλις εἶπε τὰ λόγια αὐτά, τὸ ἅγιο εὐώδες καὶ ἱαματικὸ μύρο ἔπαυσε πιά νὰ βγαίνει! Καὶ ἡ κἀρα του ἔμεινε ἓνα ἀπλὸ κρανίο! Καὶ οἱ ἄνθρωποι σταμάτησαν νὰ πηγαίνουν νὰ τὴν προσκυνήσουν.

Καὶ λένε, ὅτι μετὰ ἀπὸ αὐτό, στοὺς τάφους, εὐρίσκουν, ἢ ὄστᾶ, κίτρινα, λευκὰ καὶ μαῦρα (καὶ καταλαβαίνουν ἔτσι τὴν μετὰ θάνατο κατάσταση τῶν ψυχῶν τους), ἢ τὰ σώματα ἄλυτα καὶ μαῦρα.

3. Γι' αὐτοὺς τοὺς τελευταίους, κάνει προσευχὴ ὀλόκληρη ἡ Ἀδελφότητα ἐπὶ τρία χρόνια. Καὶ κάθε χρόνο ἀνοίγουν τὸν τάφο. Καὶ προσκαλοῦν τοὺς πλησιόχωρους Ἀρχιερεῖς, νὰ διαβάσουν τὴν συγχωρητικὴ εὐχή. Μὰ μερικὰ σώματα μένουν καὶ μετὰ τὰ τρία χρόνια ἄλυτα. Καὶ τότε τὰ ἀφήνουν. Καὶ τὸ δικαιολογοῦν ὡς ἐξῆς:

• Τίς ἁμαρτίες, ποὺ πικραίνουν τὸν Θεό, ὁ Κύριος τίς συγχωρεῖ. Μὲ τίς προσευχὰς τῶν ἄλλων. Καὶ ἰδίως τῶν Κληρικῶν. Καὶ μὲ τὴν μνημόνευση στὴν Θεία Λειτουργία. Καὶ μὲ τὴν ἐλεημοσύνη, γιὰ τίς ψυχὰς τους.

• Τίς ἁμαρτίες ὅμως κατὰ τοῦ πλησίον (βρισιὰ καὶ ἀδικία), ὁ Θεὸς δὲν τὴν συγχωρεῖ, παρὰ μόνο ὅταν ἀποζημιώσει τὸν ἀδικημένο, ἢ ζητήσῃ καὶ λάβῃ συγχώρηση ἀπὸ ἐκεῖνον ποὺ πίκρανε.

Στὰ Μοναστήρια κάτι τέτοιο μπορεῖ νὰ συμβεῖ: ἢ λόγῳ ἰδιορρυθμίας· ἢ λόγῳ καταφρόνησης

τῶν ἐντολῶν καὶ συμβουλῶν τοῦ ἡγουμένου· ἢ καὶ λόγῳ ἀμετανοησίας· ἢ λόγῳ ἀπόκρυψης τῶν ἁμαρτιῶν τους.

■ Στὴν δεκαετία τοῦ 1830-1840 ἢ λίγο παλαιότερα, οἱ Τοῦρκοι ἀνέσκαψαν στὴν Βεσσαραβία τοὺς τάφους. Ἡ Ρωσικὴ Κυβέρνηση ζήτησε ἀπὸ τοὺς Τοῦρκους ἱκανοποίηση. Καὶ ἐδόθη ἐντολὴ νὰ τιμωρηθοῦν ἐκεῖνοι, ποὺ ἐβεβήλωσαν τοὺς τάφους. Καὶ διεπιστώθη, ὅτι ἐκεῖνοι ποὺ εἶχαν δεῖξει ἀσέβεια καὶ εἶχαν πέσει μὲ ὀρμὴ σ' αὐτὸ τὸ ἔργο, ἔμειναν μετὰ τὸν θάνατο ἄλυτοι. Τὰ σώματά τους βρέθηκαν ἄλυτα καὶ μαῦρα.

• Στὴν Ρωσία ὑπάρχουν πολλὰ ἅγια Λείψανα: τοῦ Ὁσίου Σεργίου τοῦ Ραντονέζ· τῶν Ἁγίων Ἱεραρχῶν: Μητροφάνους τοῦ Βορονέζ, Τύχωνος τοῦ Ζαντόνσκ, Δημητρίου τοῦ Ροστώφ. Καὶ πολλῶν ἄλλων. Γιὰ τὴν ἀγιότητά τους μᾶς μιλάνε τὰ θαύματά τους.

Ἐπὶ τὸν ἄνωχο ἔθιμο καὶ σώματα ἁμαρτωλῶν ἄλυτα.

4. Σ' ἓνα Μοναστήρι ἀνοίξαν τυχαῖα ἓναν τάφο· καὶ εὗρηκαν τὸ σῶμα ἐνὸς Ἱεροδιακόνου ἄλυτο καὶ μαῦρο. Ὁ ἐπιχώριος Ἀρχιερέας ἔκανε τότε περιοδεία στὴν ἐπαρχία του. Τὸν παρακάλεσαν νὰ διαβάσει τὴν συγχωρητικὴ εὐχὴ ἐπάνω σ' αὐτὸ τὸ σῶμα. Μὰ καὶ μετὰ τὴν εὐχή, τὸ σῶμα ἐκεῖνο ἔμεινε στὴν ἴδια κατάσταση.

Τότε ὁ Δεσπότης ἐρώτησε νὰ μάθει, ποιὸς ἦταν καὶ γιὰτί εὗρέθη στὴν κατάσταση αὐτῆ. Τοῦ ἀπάντησαν, ὅτι ἦταν ὁ μοναχογιὸς μιᾶς φτωχῆς χήρας, ποὺ ἤρθε στὸ Μοναστήρι παρὰ τὴν θέληση τῆς μητέρας του· καὶ ἐκεῖνη ἀπὸ τὴν φτώχεια τῆς ἐγόγγυζε. Κάποιος τότε τοὺς εἶπε, ὅτι ἡ μητέρα του ζῆ ἀκόμη. Καὶ ὁ Δεσπότης διέταξε νὰ τὴν ἀναζητήσουν. Καὶ τὴν ἐπῆγαν μπροστά του. Καὶ ὁ Δεσπότης δειχνοντάς της τὸ σῶμα τοῦ υἱοῦ της, τῆς ἐζήτησε νὰ τὸν συγχωρήσει. Ἀλλὰ ἡ γερόντισσα δὲν συγκατένευε. Δὲν συμφωνοῦσε. Ἀπαντοῦσε:

- Καὶ ἡ τόση πίκρα, ποὺ πέρασα ἐξ αἰτίας του; Ὁ Δεσπότης δὲν σταμάτησε τίς προσπάθειες νὰ καταφέρει τὴν γριούλα. Καὶ στὸ τέλος τῆς εἶπε:

- Ἄν δὲν τὸν συγχωρήσεις, θὰ μείνεις καὶ σὺ δεμένη.

Τότε μόνο κατάλαβε ἡ γριά! Καὶ εἶπε, βγάζοντας τὰ λόγια ἀπὸ τὸ στόμα της μὲ τὸ ζόρι:

- Καλὰ τότε! Ἄς τὸν συγχωρήσῃ ὁ Θεός!

Καὶ αὐτοστιγμῆ τὸ μαῦρο ἐκεῖνο σῶμα ἔγινε σκόνη!

5. Αὐτὸ εἶναι ὁ δικός μου ἀντίλογος στὴν μεταξὺ σας ἀντιλογία.

(*) Στάρετς Ἀμβροσίου, Ἀπαντῶ σὲ ἐρωτήματά σας, ἔκδοση Ἱερᾶς Μητροπόλεως Νικοπόλεως, σελ 65-67.

• Ἐπιμέλ. ἡμετ.

■ Άγιον Θεοφάνους του Έγκλειστου

Ἡ στάσις εὐλαβείας στὸν Ναὸ*

«...Ὁ οἶκος μου οἶκος προσευχῆς κληθήσεται· ὑμεῖς δὲ αὐτὸν ἐποιήσατε σπήλαιον ληστῶν» (Ματθ. κ' 13)

Καθένας γνωρίζει, ὅτι ὁ Ναὸς τοῦ Θεοῦ ἀπαιτεῖ μία στάσις εὐλαβείας, μία βαθειὰ συγκέντρωσι τοῦ νοῦ ἐν προσευχῇ, μία συναίσθησι τῆς στάσεως ἐνώπιον τῆς παρουσίας τοῦ Θεοῦ.

Ἄλλά, ποιὸς ἀνταποκρίνεται σὲ αὐτὲς τὶς ἀπαιτήσεις;

Οἱ ἄνθρωποι πηγαίνουν στὴν Ἐκκλησία μὲ τὴν ἐπιθυμία νὰ προσευχηθοῦν. Στέκονται ἐκεῖ γιὰ λίγο μὲ μία θερμὴ, διακαῆ διάθεσι τῆς καρδιάς.

Μετά, οἱ σκέψεις ἀρχίζουν νὰ περιφέρονται καὶ ὁ νοῦς γίνεται μία κανονικὴ λαϊκὴ ἀγορά, περισσότερο θορυβώδης ἀπὸ αὐτὴν ποὺ ὁ Κύριός μας συνάντησε στὸ Ἱερὸ τῶν Ἱεροσολύμων.

Γιατί; Ἡ κατάστασις τῆς προσοχῆς καθενὸς στὴν Ἐκκλησία, ἀποτελεῖ ἓνα ἀντικατόπτρισμα τῆς γενικῆς του καταστάσεως. Ἀηλαδή, ἡ συμπεριφορὰ ἐνὸς προσώπου στὴν Ἐκκλησία ἀνταποκρίνεται στὸν τρόπο τῆς ζωῆς του.

■ Ἄρχισε μὲ ταπείνωση...

Ἡ Εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ*

Ἐχθρὸς τὴν μισεῖ

Ὁ **Στάρτες Ἀνατόλιος**, ποὺ ἦταν πολὺ ἔμπειρος στὰ πνευματικὰ καὶ πολὺ προχωρημένος στὴν προσευχή, ἔδινε τὶς παρακάτω συμβουλὲς στοὺς Μοναχοὺς:

• **Κράτα** μὲ ὅλη σου τὴν δύναμη τὴν «εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ» (δηλαδή τὸ «Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, Υἱὲ τοῦ Θεοῦ, ἐλέησόν με»). Αὐτὴ εἶναι ἡ ζωὴ μας, ἡ ωραιότητά μας, ἡ χαρὰ μας, ἡ παρηγοριά μας. **Θὰ** δυσκολευτεῖς στὴν ἀρχή, ἀλλὰ στὸ τέλος θὰ πανηγυρίζεις.

• **Ἡ** «εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ» ὄχι μόνο δὲ μᾶς ἐμποδίζει ν' ἀκούμε τὴν ἀνάγνωσι καὶ τὴν ψαλμωδία, ἀλλὰ καὶ μᾶς βοηθεῖ σ' αὐτό. **Ἐνισχύει** τὶς προσ-



Μέχρις ἐνὸς σημείου οἱ Ἐκκλησιαστικὲς Ἀκολουθίαι διεγείρουν καὶ ὑποβοηθοῦν πνευματικὲς τάσεις, ἀλλὰ μετὰ ἢ διάθεσις τῆς ψυχῆς ἐπανερχεται στὸ συνηθισμένο τῆς ἐπίπεδο.



Ἐν τούτοις, ἐὰν θέλῃς ὁ χρόνος σου στὴν Ἐκκλησία νὰ κυλᾷ σὲ μία ἀντάξια κατάστασι προσοχῆς ἐνώπιον τοῦ προσώπου τοῦ Κυρίου, **προετοίμασε τὸν ἑαυτό σου στὴν καθημερινή σου ζωὴ, μὲ τὴν προσπάθεια νὰ διατηρῆς μία προσευχητικὴ κατάστασι καθὼς ἐκτελεῖς τὰ συνηθισμένα σου καθημερινὰ καθήκοντα.**

Αὐτὸς ὁ ἀγώνας θὰ σοῦ ἐπιτρέψῃ σταδιακὰ νὰ παραμένῃς καθ' ὅλην τὴν διάρκειά τῶν Ἀκολουθιῶν σὲ μία συνεχῆ κατάστασι εὐλαβικῆς προσοχῆς.

Καὶ αὐτὴ ἡ εὐλάβεια στὴν Ἐκκλησία θὰ σὲ ὀδηγήσῃ ἐν συνεχείᾳ νὰ διατηρῆς τὴν ἴδια αὐτὴν στάσι στὴν καθημερινή σου ζωὴ.

Μὲ τὸν τρόπο αὐτὸν θὰ ἀνεβαίνῃς σταδιακὰ ὅλο καὶ ὑψηλότερα.

Εἶθε ὁ Κύριος νὰ σὲ βοηθήσῃ. **Ξεκίνησε!**

(*) Μετάφρασις ἐκ τῆς ἐφημερ. «Orthodox America», Vol. VII, No 4 (64)/October 1986, p. 4. • Ἐπιμέλ. ἡμετ.

ευχὲς ποὺ κάνουμε στὸ Ναὸ ἢ στὸ κελλί. **Σκορπίζει** μεγάλη γλυκύτητα στὴν καρδιά. **Εἰρηνεύει** τὸ πνεῦμα. **Κάνει** διαυγῆ τὴν σκέψη.

• **Φοβάσαι** μὴ πέσεις σὲ πλάνη, ἀσκώντας τὴν προσευχή; **Ἄκουσε. Ν' ἀρχίζεις μὲ ταπείνωσι, νὰ προχωρεῖς μὲ ταπείνωσι καὶ νὰ τελειώνεις μὲ ταπείνωσι. Αὐτὸς** εἶναι ὁ πιὸ ἀσφαλὴς δρόμος... **Τοὺς** λογισμοὺς τῆς ὑπερηφανείας νὰ τοὺς τρέμεις σὰν τὴν φωτιά.

• **Τὸ** νὰ ἐντυπώσεις σὲ μία νεανικὴ καρδιά τὸ γλυκύτερο ὄνομα τοῦ Ἰησοῦ εἶναι ἀνώτερο ἀπ' ὅλα τὰ σταυρουδάκια καὶ τὶς εἰκονίτσες ποὺ θὰ δώριζες.

• **Ὁ** ἐχθρὸς λυσσᾷ ἐναντίον ἐκείνων ποὺ καλλιεργοῦν μὲ ζῆλο τὴν «εὐχὴ τοῦ Ἰησοῦ». **Τοὺς** σπρώχνει ὅλους, νέους καὶ γέροντες, σὲ κάθε εἶδος ρυπαρότητα. **Νὰ** τὸ ἔχεις ὑπόψη σου καὶ νὰ μὴν παραξενεύεσαι.

(*) Πέτρος Μπότση, Τὸ Γεροντικὸ τοῦ Βορρά, σελ. 186-187, Ἀθήνα, 1999. • Ἐπιμέλ. ἡμετ.

• **Ταχυδρομικὴ Διεύθυνσις:** Ἱερὰ Μονὴ Ἁγίων Ἀγγέλων, 145 02 Ἅγιος Στέφανος, Τ.Θ. 51891, Ἑλλάδα - GR
 • **Ἡλεκτρονικὴ Διεύθυνσις (e-mail):** maa@imoph.org • **Ἀριθμὸς τηλεφωνικῆς κλήσεως:** (+30) 22950 22582
 • **Τηλεαντίγραφα (FAX):** (+30) 22950 22582 • **Ἐκδίδεται σὲ διάφορες γλώσσες:** βλ. www.imoph.org/Publications_el/OikodomiParamythia.html • **Διανέμεται καὶ ἀποστέλλεται δωρεάν** • **Μὲ τὴν εὐλογία καὶ ἐπιστασία** τοῦ πνευματικοῦ Πατρός μας τοῦ Σεβασμ. † Μητροπολίτου Ὁρωποῦ καὶ Φυλῆς κ. Κυπριανοῦ, τῆς Ἐκκλησίας τῶν Γνησίων Ὁρθοδόξων Χριστιανῶν Ἑλλάδος.