

ΜΟΝΑΧΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΗ

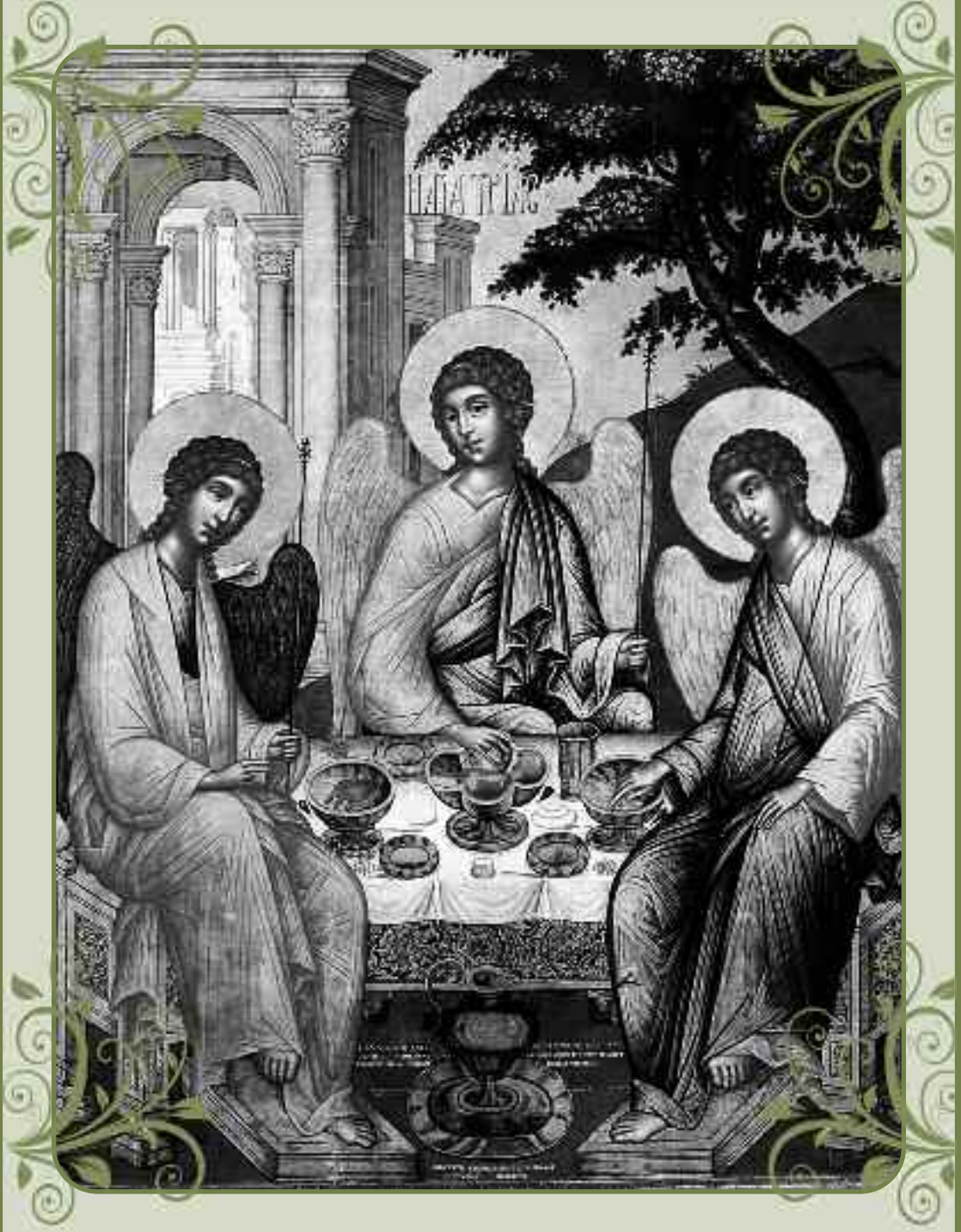
ΤΕΥΧΟΣ ΑΡ. 58



κωδικός 01-7109



ΑΠΡΙΛΙΟΣ-ΜΑΙΟΣ 2014



ΜΟΝΑΧΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΗ

τ. 58, ΑΠΡΙΛΙΟΣ-ΜΑΙΟΣ 2014
ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΔΙΜΗΝΙΑΙΟ
ΠΡΟΑΙΡΕΤΙΚΗ ΣΥΝΔΡΟΜΗ

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ: ΙΕΡΑ ΜΟΝΗ
ΑΓΙΟΥ ΝΕΚΤΑΡΙΟΥ -
ΤΡΙΚΟΡΦΟΥ ΔΩΡΙΔΟΣ
330 56 ΕΥΠΑΛΙΟ τηλ. 26340 - 44.391
e-mail: agnektar@otenet.gr και
info@agiosnektarios-monastery.gr
site: www.agiosnektarios-monastery.gr

ΕΚΔΟΤΡΙΑ σύμφωνα με τό Νόμο:
ΜΟΝΑΧΗ ΝΙΚΟΔΗΜΗ
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ-ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:
ΙΕΡΑ ΜΟΝΗ ΑΓΙΟΥ ΝΕΚΤΑΡΙΟΥ
ΕΚΤΥΠΩΣΗ:

Lettra, ΤΖΟΥΒΑΡΑΣ ΒΑΣΙΛΗΣ,
Ἡλιούπολη
ΚΩΔΙΚΟΣ: 01-7109

ΙΕΡΑ ΜΟΝΗ ΑΓΙΟΥ ΝΕΚΤΑΡΙΟΥ
ΤΡΙΚΟΡΦΟ ΦΩΚΙΔΟΣ
330 56 ΕΥΠΑΛΙΟ
τηλ. 26340-44.391
(9.30-2 πρωί & 6-9 απόγευμα)

Τό περιοδικό αὐτό ξεκίνησε τήν πορεία
μέ στόχο τήν κατά Θεόν βοήθεια ὅλων μας.
Κρατᾶτε στά χέρια σας τό 58ο τεύχος.
Θέλουμε ταπεινά νά σᾶς ἐνημερώσουμε ὅτι:
ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΜΑΣ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ
ΤΗΝ ΕΛΑΧΙΣΤΗ ΣΤΗΡΙΞΗ ΣΑΣ
ΓΙΑ ΝΑ ΣΥΝΕΧΙΣΕΙ ΝΑ ΑΠΟΣΤΕΛ-
ΛΕΤΑΙ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΣΑΣ.

Μπορεῖτε νά μᾶς ἀποστέλλετε τήν συμβο-
λική βοήθειά σας μέ τήν ταχυπληρωμή πού
ἐσωκλείουμε ἤ μέ κατάθεση στήν
Ἐθνική Τράπεζα στόν λογαριασμό
426/440265-04.

(γιά τό ἔξωτερικό στό
No GR 5201104260000042644026504
SWIFT:ETHNGRAA) δίνοντας καί τό ὄνομά
σας.

Κατόπιν ἐνημερώστε μας τηλεφωνικά γιά
νά λάβετε τήν σχετική ἀπόδειξη.

*Σᾶς εὐχαριστοῦμε θερμά
Ἐκ τῆς Ἱερᾶς Μονῆς Ἁγίου Νεκταρίου*

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

4 ΑΦΙΕΡΩΜΑ:
Η ΠΙΝΟΗ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΠΙΝΕΥ-
ΜΑΤΟΣ



12 ΓΝΩΡΙΣΟΝ ΜΟΙ:
Η ΓΑΣΤΡΙΜΑΡΤΙΑ



ΟΥΡΑΝΙΟΙ
ΑΝΘΡΩΠΟΙ:
ΟΙ 13 ΟΣΙΟΜΑΡΤΥ-
ΡΕΣ ΤΗΣ ΚΑΝΤΑΡΑΣ

16

22 ΜΟΝΑΧΙΚΕΣ
ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ:
ΓΕΡΩΝ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ
ΚΟΥΔΟΥΜΙΑΝΟΣ



26 ΜΕ ΛΟΓΙΑ ΑΠΛΑ:
ΝΟΥΘΗΣΙΕΣ ΓΕΡΟΝ-
ΤΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ

Αγαπητοί ἐν Χριστῷ ἀδελφοί, ἀναγνώστες τοῦ περιοδικοῦ μας “Μοναχική Ἐκφραση”

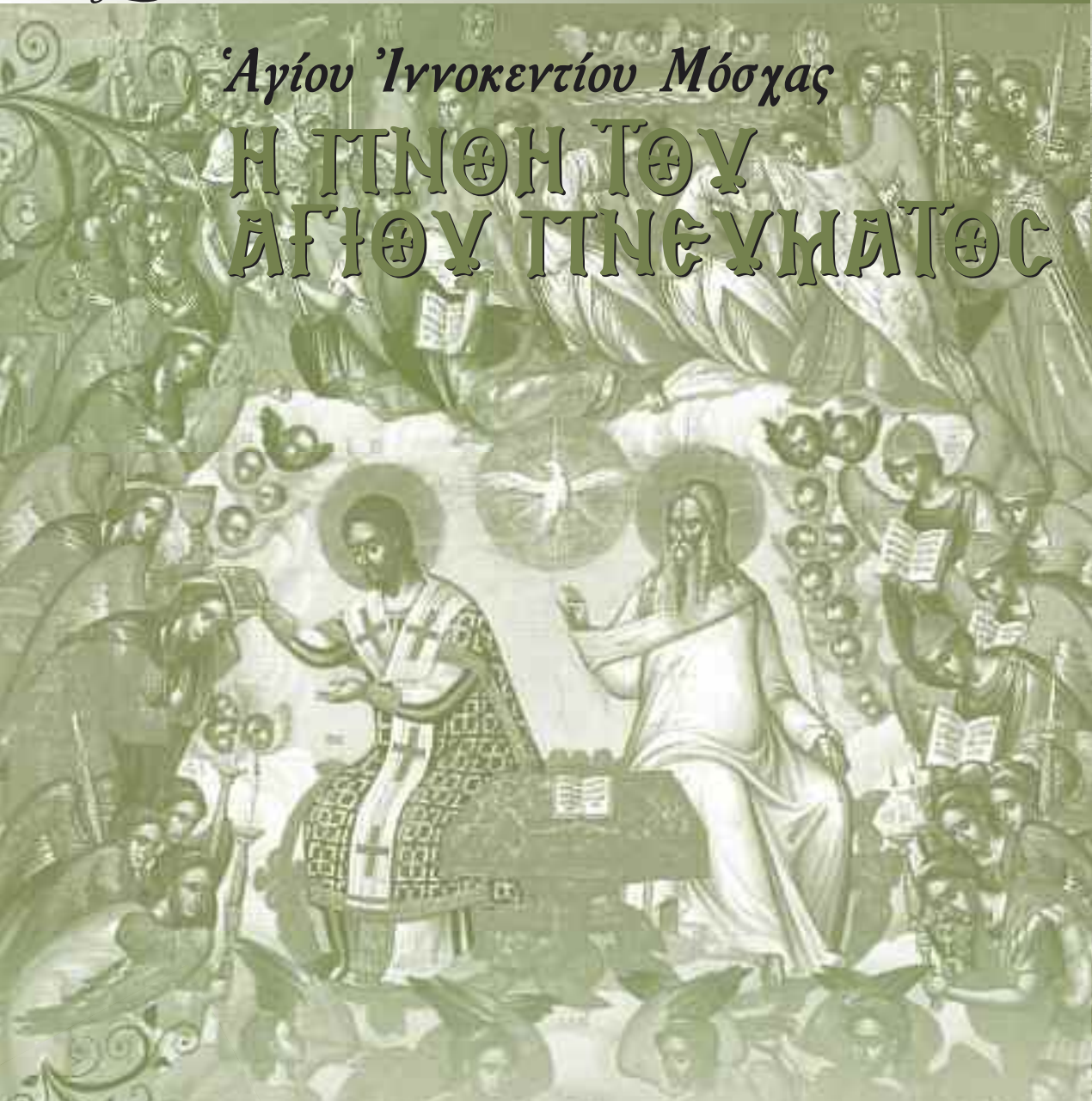
Θά διαβάσετε στίς σελίδες τῆς Μοναχικῆς Ἐκφρασης γιά τό Ἅγιο Πνεῦμα. Σκοπός τῆς ζωῆς μας εἶναι ἡ ἀπόκτησή του. Ἀπό τήν ἡμέρα τῆς Πεντηκοστῆς πού δόθηκε στους Ἀποστόλους καί ἀπό ἐκείνους σέ ὅλους ὅσους γνώρισαν, ἀγάπησαν καί πίστεψαν στό Χριστό, τό Ἅγιο Πνεῦμα εἶναι ὁ σκοπός ὅλων μας. Τό λάβαμε μέ τήν βάπτισή μας, ἀλλά τό ἔχουμε ἄραγε ἐν ἐνεργείᾳ μέσα μας; Ἄς κοιτάξει ὁ καθένας μέσα του. Ἄς κάνουμε τόν αὐτοέλεγχό μας, ἔχουμε μέσα μας ἐν ἐνεργείᾳ τό Πνεῦμα τό Ἅγιο;

Ὁ κόσμος γύρω μας ἔχει σκοπούς, χιλιάδες στόχους, ἀλλά ἔχουν ἄραγε ὅλοι αὐτοί οἱ στόχοι καμία σχέση μέ τήν ἀπόκτηση τοῦ Ἁγίου Πνεύματος; Τό Πνεῦμα τό Ἅγιο, ὅπως θά διαβάσετε στό κείμενο πού ἀκολουθεῖ τοῦ Ἁγίου Ἰννοκεντίου, εἶναι ὁ κατ' ἐξοχήν ὁδηγός μας στήν πορεία μας πρός τήν Βασιλεία τῶν Οὐρανῶν. Εἶναι ἡ πηγὴ τῆς πίστεως καί τοῦ φωτισμοῦ μας. Ἡ πηγὴ τῆς ἀληθινῆς ἀγάπης πρός τόν Θεό καί τόν πλησίον. Εἶναι ἡ κινητήριος δύναμη κατά τῶν πειρασμῶν. Εἶναι ἡ πηγὴ τῆς σοφίας γιά νά ὁδηγούμεθα πρός τή σωτηρία. Εἶναι ὁ δοτήρ τῆς εὐτυχίας καί τῆς εἰρήνης τῆς καρδιᾶς. Εἶναι ὁ διδάσκαλος τῆς ταπεινώσεως καί τῆς προσευχῆς. Μπορεῖ νά ἔχουμε ἀποκτήσει στή ζωὴ μας πολλά ἀγαθά, νά ἔχουμε ἐπιτύχει στόχους καί σκοπούς, ἀλλά ἂν δέν ἀποκτήσουμε τό Πνεῦμα τό Ἅγιο, Χριστό δέ ζοῦμε, δέν βιώνουμε, δέν γνωρίζουμε καί κατ' ἐπέκταση δέν θά ζήσουμε μαζί Του στήν αἰωνιότητα. Ἄς διαβάσουμε προσεκτικά τά θεόπνευστα λόγια τοῦ Ἁγίου Ἰννοκεντίου καί ἄς καθρεφτίσουμε μέσα μας τά λόγια αὐτά. Ἐχουμε στόχο τήν ἀπόκτηση τοῦ Πνεύματος τοῦ Ἁγίου; Κάνουμε τόν ἀγῶνα μας γιά νά τό ἀποκτήσουμε; Καθαρίζουμε τήν καρδιά μας γιά νά εἶναι κατοικητήριό Του; Τό Πνεῦμα τό Ἅγιο εἶναι τό τρίτο Πρόσωπο τῆς Ἁγίας Τριάδος. Ἡ καρδιά μας πρέπει νά εἶναι ἀδιάλειπτα σε μετάνοια γιά νά ἔχει θέση μέσα μας ὁ Θεός. Ἄς γρηγοροῦμε...

Γερόντισσα Μόνικα
καί αἰ σὺν ἐμοί ἐν Χριστῷ ἀδελφαί

Ἁγίου Ἰννοκεντίου Μόσχας

Ἡ ΠΝΟΗ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ

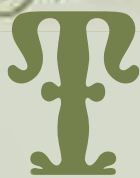


α'. Τί είναι τό Ἅγιο Πνεῦμα
καί τί δίνει στόν ἄνθρωπο.

Ὁ Ἅγιο Πνεῦμα εἶναι ὁ Θεός, τό τρίτο πρόσωπο τῆς Ἁγίας Τριάδος, παντοδύναμο ὅπως ὁ Πατέρας καί ὁ Υἱός. Τό Ἅγιο Πνεῦμα ζωογονεῖ, ἐμψυχώνει καί ἐνδυναμώνει τά πλάσματα. Αὐτό δίνει στά ζῶα τή ζωή,

στούς ἄνθρώπους τό νοῦ καί στούς χριστιανούς τήν ἀνώτερη ζωή, τήν πνευματική. Αὐτό φωτίζει τόν ἄνθρωπο καί τόν βοηθάει νά μπεῖ στή βασιλεία τῶν οὐρανῶν.

Τό Ἅγιο Πνεῦμα δίνεται στόν καθένα μας ὄχι σύμφωνα μέ τήν ἀξία τῶν καλῶν ἔργων του, ἀλλά δωρεάν, σύμφωνα μέ τό ἔλεος τοῦ Θεοῦ, γιά τή σωτηρία του.





Στή συνέχεια θά δοῦμε τί χαρίζει στόν ἄνθρωπο τό Ἅγιο Πνεῦμα.

*1. Ὄταν κατοικήσει μέσα στόν ἄνθρωπο τό Ἅγιο Πνεῦμα, τοῦ δίνει πίστη καί φωτισμό. Χωρίς Αὐτό, κανείς δέν μπορεῖ νά ἔχει ἀληθινή καί ζωντανή πίστη. Χωρίς τό φωτισμό Του, καί ὁ πιό σοφός καί μορφωμένος ἄνθρωπος εἶναι ὀλότελα τυφλός ὡς πρός τά ἔργα τοῦ Θεοῦ καί τήν κτίση Του. Ἀπειναντίας, τό Ἅγιο Πνεῦμα μπορεῖ νά φωτίσει ἐσωτερικά καί τόν πιό ἀμόρφωτο καί ἀπλοϊκό ἄνθρωπο, νά τοῦ ἀποκαλύψει ἄμεσα τά ἔργα τοῦ Θεοῦ καί νά τοῦ προσφέρει τή γλυκειά γεύση τῆς βασιλείας Του. Ὁ ἄνθρωπος πού ἔχει μέσα του τό Ἅγιο Πνεῦμα, αἰσθάνεται στήν ψυχή του ἕνα ἀσυνήθιστο φῶς, πού τοῦ ἦταν ὀλότελα ἄγνωστο μέχρι τότε.

*2. Τό Ἅγιο Πνεῦμα γεννάει στήν καρδιά τοῦ ἀνθρώπου τήν ἀληθινή ἀγάπη. Ἡ ἀληθινή ἀγάπη εἶναι σάν μιά καθαρή φωτιά, μιά πηγὴ θερμότητας, πού ζεσταίνει τήν καρδιά. Εἶναι μιά ρίζα, πού βλαστάνει μέσα στήν καρδιά ὅλα τά καλά ἔργα. Γιά τόν ἄνθρωπο πού ἔχει ζωογονηθεῖ ἀπό τήν ἀληθινή ἀγάπη, τίποτα δέν εἶναι δύσκολο, φοβερό ἢ ἀδύνατο. Γι' αὐτόν κανένας νόμος δέν εἶναι βαρὺς, καμιά ἐντολὴ δέν εἶναι ἀνεφάρμοστη. Ὅλα τοῦ εἶναι εὐκόλα.

Ἡ πίστη καί ἡ ἀγάπη, πού χαρίζει στόν ἄνθρωπο τό Ἅγιο Πνεῦμα, εἶναι τόσο μεγάλα καί δυνατά ὄπλα στά χέρια του, πού, ἂν τὰ ἔχει, μπο-

ρεῖ εὐκόλα, ἄνετα, μέ χαρὰ καί γαλήνη νά βαδίσει τό δρόμο πού βάδισε ὁ Χριστός.

*3. Τό Ἅγιο Πνεῦμα δίνει ἀκόμα στόν ἄνθρωπο δύναμη, γιά ν' ἀντιστέκεται στους πειρασμούς τοῦ κόσμου. Ἐτσι, χρησιμοποιοεῖ βέβαια τά ἐπίγεια ἀγαθὰ, ἀλλά σάν περαστικός ταξιδιώτης, χωρίς νά κολλάει σ' αὐτὰ τήν καρδιά του. Ἀντίθετα, ὁ ἄνθρωπος πού δέν ἔχει μέσα του τό Ἅγιο Πνεῦμα, ὅσο μορφωμένος καί ἐξυπνος κι ἂν εἶναι, μένει πάντα δοῦλος καί αἰχμάλωτος τοῦ κόσμου.

*4. Τό Ἅγιο Πνεῦμα δίνει στόν ἄνθρωπο καί σοφία. Αὐτό τό βλέπουμε κατεσοχήν στους ἁγίους ἀποστόλους, πού, πρὶν λάβουν τό Ἅγιο Πνεῦμα, ἦταν ἀγράμματοι καί ἀπλοϊκοὶ ἄνθρωποι, ὕστερα ὁμως κανείς δέν μπορούσε ν' ἀνισταθεῖ στή σοφία καί τή δύναμη τοῦ λόγου τους.

Τό Ἅγιο Πνεῦμα χαρίζει σοφία ὄχι μόνο στά λόγια τοῦ ἀνθρώπου, ἀλλά καί στίς πράξεις του. Ἐτσι, λ.χ., ἐκεῖνος πού ἔχει μέσα του τό Πνεῦμα, πάντα θά βρεῖ τό χρόνο καί τόν τρόπο νά φροντίσει γιά τή σωτηρία του, ἀκόμα καί μέσα στό θόρυβο τοῦ κόσμου.

*5. Τό Ἅγιο Πνεῦμα χαρίζει τήν ἀληθινή χαρὰ, τήν καρδιακὴ εὐτυχία καί τήν ἀσάλευτη εἰρήνη. Ὁ ἄνθρωπος πού δέν ἔχει μέσα του τό Ἅγιο Πνεῦμα, ποτέ δέν μπορεῖ νά χαρεῖ ἀληθινὰ, νά εὐχαριστηθεῖ καθαρὰ, νά νιώσει τήν εἰρήνην πού γλυκαίνει τήν ψυχή. Εἶναι ἀλήθεια ὅτι κάπου-





κάπου χαίρεται. Μά ή χαρά του είναι στιγμιαία και όχι καθαρή. Κάπου-κάπου διασκεδάζει. Μά οι διασκεδάσεις του είναι πάντα κενές, ανούσιες, και μετά απ' αυτές τόν κυριεύει μιά άκόμα μεγαλύτερη στενοχώρια. Κάπου-κάπου είναι ήρεμος. Μά ή ήρεμία του δέν είναι ή πνευματική ειρήνη, είναι νάρκη τής ψυχής. Καί άλίμονο σ' εκείνον πού δέν προσπαθεί και δέν θέλει νά ζυπνήσει απ' αυτή τή νάρκη!

✱6. Τό Άγιο Πνεύμα δίνει και τήν άληθινή τ α π ε ί ν ω σ η . 'Ο άνθρωπος, άκόμα και ό πιο γνωστικός, δέν μπορεί νά γνωρίσει τόν έαυτό του όσο πρέπει, αν δέν έχει μέσα του τό Άγιο Πνεύμα. Γιατί χωρίς τή θεία βοήθεια, δέν μπορεί νά δει τήν πραγματική κατάσταση τής ψυχής του. Άν είναι τίμιος και κάνει κανένα καλό στους συναθρώπους του, νομίζει πώς είναι δίκαιος -ή και, σέ σύγκριση μέ τούς άλλους, τέλειος- και πώς δέν του χρειάζεται τίποτ' άλλο!

Τό Άγιο Πνεύμα, όταν κατοικήσει μέσα μας, μάς άποκαλύπτει όλη τήν έσωτερική μας φτώχεια και άδυναμία. Και ανάμεσα στις άρετές μας, προβάλλει όλες τις άμαρτίες μας, τήν άμέλειά μας, τήν άδιαφορία μας για τή σωτηρία τών άλλων, τήν ιδιοτελείά μας άκόμα και εκεί πού φαινόμαστε μεγαλόψυχοι, τήν παχυλή φιλαυτία μας άκόμα και

εκεί πού ποτέ δέν τήν ύποπτευόμασταν. Κοντολογίς, τό Άγιο Πνεύμα μάς τά δείχνει όλα, όπως πραγματικά είναι. Καί τότε αρχίζουμε ν' άποκτᾶμε τήν άληθινή ταπεινώση. Τότε αρχίζουμε νά χάνουμε τήν έμπιστοσύνη μας στις δικές μας δυνάμεις και άρετές. Τότε αρχίζουμε νά θεωρούμε τόν έαυτό μας χειρότερο από τούς άλλους ανθρώπους. Καί ταπεινωμένοι μπροστά στον Ίησοϋ Χριστό, αρχίζουμε νά μετανοούμε ειλικρινά και νά ελπίζουμε μόνο σ' Εκείνον.

✱7. Τό Άγιο Πνεύμα μάς διδάσκει, τέλος, τήν άληθινή προσευχή. Κανένας δέν μπορεί νά κάνει προσευχή πραγματικά εύάρεστη στό Θεό, πριν λάβει τό Άγιο Πνεύμα. Γιατί αν αρχίσει νά προσεύχεται, χωρίς νά έχει μέσα του τό Άγιο Πνεύμα, θά δει τό νοϋ του νά μήν μπορεί νά συγκεντρωθεί. Έπιπλέον, δέν γνωρίζει, όπως πρέπει, ούτε τόν έαυτό του ούτε τις άνάγκες του ούτε τί νά ζητήσει ούτε πώς νά τό ζητήσει από τό Θεό. Καλά-καλά δέν ξέρει ούτε τί είναι ό Θεός. Όποιος, όμως, έχει μέσα του τό Άγιο Πνεύμα, γνωρίζει τό Θεό, βλέπει ότι Αυτός είναι ό Πατέρας του και ξέρει πώς νά Τόν πλησιάσει, πώς νά Τόν παρακαλέσει και τί νά Του ζητήσει. Οι σκέψεις του στην προσευχή είναι εύτακτες, καθαρές, προσηλωμένες μόνο στον Κύριο. Ένας τέτοιος άνθρωπος μπορεί μέ τήν προσευχή του νά πετύχει τά πάντα, άκόμα και βουνά νά μετακινήσει.

Νά, λοιπόν, τί χαρίζει τό Άγιο Πνεύμα σ' εκείνον πού Τό έχει λάβει. Βλέπετε ότι, χωρίς τή βοήθεια και τή συνέργεια του Άγίου Πνεύματος, είναι άδύνατον όχι μόνο νά μπορούμε στην ούράνια βασιλεία, αλλά κι ένα βήμα νά κάνουμε στό δρόμο πού όδηγει εκεί. Γι' αυτό είναι άπαραίτητο νά ποθούμε και νά ζητᾶμε τό Άγιο Πνεύμα· είναι άπαραίτητο νά Τό άποκτήσουμε και νά Τό έχουμε πάντα μέσα μας, όπως Τό είχαν οι άγιοι άποστολοι.

β'. Πότε και ποιοι άποκτοϋν τό Άγιο Πνεύμα.

Ό Ίησοϋς Χριστός ειπέ: «Ό άνεμος πνέει όπου θέλει· άκούς τή βοή του, αλλά δέν ξέρεις από ποϋ έρχεται και ποϋ πηγαίνει. Έτσι συμβαίνει και μέ καθέναν πού γεννιέται από τό Πνεύμα» (Ίω. 3:8). Τά λόγια αυτά σημαίνουν, ότι τήν παρουσία του Άγίου Πνεύματος στην καρδιά μας μπο-

ροῦμε νά τήν ἀκούσουμε, νά τήν αἰσθανθοῦμε καί νά τήν ἀντιληφθοῦμε, ἀλλά δέν μπορούμε ποτέ νά προσδιορίσουμε ἀπό πρῖν τήν περίσταση καί τήν ὥρα πού θά μάς ἐπισκεφθεῖ. Βλέπουμε πώς οἱ ἀπόστολοι ἔλαβαν τό Ἅγιο Πνεῦμα σέ στιγμές πού δέν τό περίμεναν. Μόνο ἡ ἐπίσημη κατάβαση τοῦ Ἁγίου Πνεύματος τήν ἡμέρα τῆς Πεντηκοστῆς τοῦς εἶχε προαναγγελεῖ, καί πραγματοποιήθηκε τήν προκαθορισμένη μέρα στόν προκαθορισμένο τόπο· καί τότε, ὅμως, δέν ἔλαβαν τό Πνεῦμα σάν ἀνταμοιβή γιά προσωπικά τους κατορθώματα, ἀλλά δωρεάν, χάρη στήν πίστη καί τήν ἐλπίδα τους. Ἡ ὁμόθυχη προσευχή, στήν ὁποία ἦταν ἀφοσιωμένοι ἀπό τήν Ἀνάληψη τοῦ Κυρίου ὡς τήν ἐπιφοίτηση τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, δέν ἦταν τόσο τό μέσο, γιά νά πάρουν τό Πνεῦμα, ὅσο μιά προετοιμασία γι' αὐτό τό γεγονός.

Κανένας, ἐπομένως, δέν μπορεί νά ξέρει ποιά στιγμή καί μέ ποιό τρόπο θά λάβει τά δῶρα τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, γιατί τά δῶρα δίνονται ἀπροσδόκητα, ὅποτε καί σ' ὅποιον θέλει ὁ δωρητής. Γι' αὐτό κάνουν μεγάλο λάθος, ὅσοι περιμένουν νά λάβουν τό Ἅγιο Πνεῦμα μέ συγκεκριμένο τρόπο καί σέ συγκεκριμένη ὥρα. Ὅσοι, μάλιστα, ἐπινοοῦν δικά τους μέσα γιά τό σκοπό αὐτό, ὄχι μόνο δέν πρόκειται νά λάβουν τό Ἅγιο Πνεῦμα, ἀλλά παίρνουν ἐπάνω τους καί μιά φοβερή ἀμαρτία.

Πρῖν μιλήσουμε γιά τό πῶς μπορούμε ν' ἀποκτήσουμε τό Ἅγιο Πνεῦμα, πρέπει νά τονίσουμε ὅτι Αὐτό δίνεται μόνο στούς ἀληθινά πιστούς. Καί ἀληθινά πιστός εἶναι ἐκεῖνος πού ὁμολογεῖ σωστά τήν ἀγία ὀρθόδοξη πίστη, χωρίς καμιά πρόσθεση ἢ ἀφαίρεση ἢ ἀλλοίωση, ὅπως μάς τήν παρέδωσαν οἱ ἅγιοι ἀπόστολοι καί ὅπως τή διατύπωσαν καί τήν ἐπικύρωσαν οἱ ἅγιοι πατέρες στίς Οἰκουμενικές Συνόδους. Κάθε ἀμφιβολία ἢ σόφισμα σέ θέματα πίστεως εἶναι ἀνυπακοή. Καί ὁ ἀνυπάκουος δέν μπορεί ποτέ νά γίνει ναός καί κατοικητήριο τοῦ Ἁγίου Πνεύματος.

γ'. Πῶς μπορούμε ν' ἀποκτήσουμε τό Ἅγιο Πνεῦμα.

Τά γνωστά καί ἀποτελεσματικά μέσα γιά τήν ἀπόκτηση τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, σύμφωνα μέ τή διδασκαλία τῶν ἱερῶν Γραφῶν καί τήν

πείρα τῶν μεγάλων ἀγίων, εἶναι τά ἑξῆς:

Ἡ καθαρή καρδιά καί τό ἀγνό σῶμα.

Ἡ ταπεινοφροσύνη.

Ἡ ὑπακοή στή φωνή τοῦ Θεοῦ.

Ἡ προσευχή.

Ἡ καθημερινή αὐταπάρνηση.

Ἡ ἀνάγνωση καί ἀκρόαση τῆς Ἁγίας Γραφῆς.

✱ 7. Τά μυστήρια τῆς Ἐκκλησίας μας καί κατεχοχὴν ἡ θεία κοινωνία.

Κάθε πιστή ψυχή μπορεί νά γεμίσει μέ Ἅγιο Πνεῦμα, ἂν καθαριστεῖ ἀπό τήν ἀμαρτία, ἀπαλλαγεῖ ἀπό τή φιλαυτία καί ἐλευθερωθεῖ ἀπό τήν ὑπερηφάνεια. Τό Ἅγιο Πνεῦμα εἶναι πάντα ὀλόγυρά μας καί ἐπιθυμεῖ νά μπεῖ μέσα μας. Ἀλλά οἱ κακές μας πράξεις μάς περιβάλλουν σάν ἰσχυρό πέτρινο τεῖχος καί τ' ἀμαρτήματά μας σάν ἀγριοφρουροί. Τό διώχνουν μακριά μας καί δέν Τό ἀφήνουν νά μάς πλησιάσει.

Κάθε ἀμαρτία διώχνει τό Ἅγιο Πνεῦμα. Πιό μισητές, ὅμως, τοῦ εἶναι ἀπό τίς σωματικές ἢ πορνεία καί ἀπό τίς ψυχικές ἢ ὑπερηφάνεια. Τό Ἅγιο Πνεῦμα, ἡ τέλεια καθαρότητα, δέν μπορεί ποτέ νά κατοικήσει σέ ἄνθρωπο μολυσμένο μέ ἀμαρτίες. Πῶς νά μείνει στήν καρδιά μας, ὅταν αὐτή εἶναι γεμάτη μέ μέριμνες, ἐπιθυμίες καί πάθη;

Ἄς δοῦμε, λοιπόν, πιό ἀναλυτικά τά μέσα γιά τήν ἀπόκτηση τοῦ Ἁγίου Πνεύματος.

✱ 1. Ἄν θέλουμε νά μὴ χάσουμε τό Ἅγιο Πνεῦμα, πού πήραμε στό βάπτισμα, ἢ, ἂν τό χάσαμε, νά Τό ἀποκτήσουμε πάλι, ὀφείλουμε νά ἔχουμε καρδιά καθαρή καί σῶμα ἀγνό, ἀμόλυντο δηλαδή ἀπό κάθε σαρκική ἀμαρτία.

Καρδιά καί σῶμα πρέπει νά εἶναι ναός τοῦ Ἁγίου Πνεύματος. Καί σ' ὅποιον ἔχει καθαρή καρδιά καί ἀμόλυντο σῶμα, τό Ἅγιο Πνεῦμα θά μπεῖ καί θά κυριέψει τήν ψυχή του. Φτάνει νά μὴν ἔχει ἀποθέσει ὁ ἄνθρωπος αὐτός τήν ἐλπίδα του στά καλά του ἔργα καί νά μὴν καυχίεται γι' αὐτά, νά μὴ νομίζει δηλαδή ὅτι δικαιοματικά πρέπει νά λάβει τά δῶρα τοῦ Ἁγίου Πνεύματος, σάν ἀμοιβή πού τοῦ χρωστᾶται ὁ Θεός.

Ἄν ἐσύ εἶχες τήν ἀτυχία νά κηλιδώσεις τήν καρδιά σου καί νά φθειρεῖς τό σῶμα σου μέ τήν ἀμαρτία, ἀγωνίσου νά καθαριστεῖς μέ τή μετά-

νοια. Πάψε ν' άμαρτάνεις, μετανόησε μέ συντριβή και άρχισε νά ζείς μέ περισσότερη προσοχή. Έτσι θ' άξιωθείς ν' άπολαύσεις τό Άγιο Πνεύμα.

✳2. Ένα άπό τά πιό σίγουρα μέσα γιά τήν άπόκτηση του Άγίου Πνεύματος είναι ή ταπεινοφροσύνη.

Έστω κι άν είσαι άνθρωπος τίμιος, καλός, δίκαιος και σπλαχνικός, έστω κι άν τηρείς όλες τίς έντολές του Θεού, νά θεωρείς παντοτινά τον έαυτό σου σάν έναν άνάξιο δοϋλο Του, σάν ένα έργαλειό στα χέρια Του, έργαλειό μέ τό όποίο Έκείνος ενεργεί. Άλλωστε, φτάνει μία πιό προσεκτική ματιά στα καλά μας έργα, άκόμα και στις μεγαλύτερες άρετές μας, γιά νά δοϋμε πόσο λίγο άξίζουν νά λέγονται χριστιανικές άρετές. Πόσες φορές, λ.χ., δίνουμε έλεημοσύνη, άν όχι άπό ματαιοδοξία και φιλαντία, όπωςδήποτε όμως άπό ιδιοτέλεια, σάν τοκογλύφοι, έλπίζοντας δηλαδή ότι γιά ένα νόμισμα πού δώσαμε στον φτωχό, θά πάρουμε άπό τό Θεό έκάτό ή χίλια;

Ταπεινοφροσύνη είναι και κάτι άλλο, τό νά υπομένεις καρτερικά και άγόγγυστα όλες τίς θλίψεις, λύπες και δυστυχίες, θεωρώντας τες σάν τιμωρία γιά τίς άμαρτίες σου. Νά μή λές, “Άλίμονο στή συμφορά μου!”, αλλά “Και λίγα είναι τούτα γιά τίς άμαρτίες μου!”. Και νά ζητάς άπό τό Θεό, όχι τόσο νά σε άπαλλάξει άπό τίς δοκιμασίες, όσο νά σου δώσει δύναμη γιά νά τίς υπομένεις.

✳3. Τό Άγιο Πνεύμα μπορούμε νά Τό άποκτήσουμε επίσης μέ τήν ύπακοή στη φωνή του Θεού.

Ό Θεός μιλάει πολύ καθαρά, μέ τρόπο σαφή και κατανοητό. Έτσι μπορούμε ν' άκούμε τή φωνή Του σε κάθε τόπο και χρόνο και περίσταση. Φτάνει μόνο νά έχουμε αυτιά γιά ν' άκούμε. Είσαι λ.χ., δυστυχισμένος; Σέ άδίκησε κάποιος; Πέθανε ένας συγγενής σου; Είσαι άρρωστος, λυπημένος ή μελαγχολικός χωρίς καμία φανερή αίτία, όπως συμβαίνει συχνά σε όλους μας; Σ' όλες αυτές τίς περιπτώσεις μπορείς ν' άκούσεις τή φωνή του Θεού, πού σου λέει νά συνέλθεις και, αντί νά στηρίζεις στους ανθρώπους ή νά ζητάς παρηγοριά στις διασκεδάσεις και τά ξεφαντώματα, νά γυρίσεις μετανοημένος σ' Αυτόν, νά ζητήσεις παρηγοριά και βοήθεια μόνο άπ' Αυτόν.

Άν πάλι καλοπερνάς, άν έχεις άφθονα άγαθά και καμιάν άνάγκη, άν οι ύποθέσεις σου όλες εξελίσσονται θετικά, άν δέν γνωρίζεις πόνο και θλίψη, αλλά μόνο χαρά, και μάλιστα χαρά πνευματική, όλα τούτα είναι του Θεού φωνή, πού σε παρακινεί ν' αγαπάς μ' όλη σου τήν καρδιά τον Εϋεργέτη σου, νά Τόν ευχαριστείς μ' όλη σου τή δύναμη και νά μήν ξεχνάς, όταν άπολαμβάνεις τ' άγαθά αυτού του κόσμου, νά βοηθάς και τούς δικούς Του άσημους άδελφούς, δηλαδή τούς φτωχούς. Νά μήν ξεχνάς άκόμα, πώς τά άληθινά άγαθά και ή αιώνια χαρά βρίσκονται στον ουρανό και προέρχονται άπ' Αυτόν πού είναι ή πηγή κάθε άγαθού και κάθε χαράς.

Άν είναι παρανομία ή περιφρόνηση ενός επίγειου άρχοντα, πόσο μεγαλύτερη άμαρτία είναι ή περιφρόνηση του ουράνιου Βασιλιά! Άν δέν προσέξουμε, μπορεί ό Θεός, μετά τίς αναρίθμητες όχλήσεις και τίς επανειλημμένες προσκλήσεις Του, νά μās έγκαταλείψει σάν πεισματάρικα παιδιά. Θά μās άφήσει τότε νά κάνουμε ό,τι θέλουμε. Άλλά μετά άπ' αυτό ό νοϋς μας λίγο-λίγο θά σκοτιστεί τόσο πολύ, ώστε και οι φοβερότερες άκόμη άμαρτίες δέν θά μās φαίνονται παρά αναπόφευκτες αδυναμίες τής ανθρώπινης φύσεως μας. Όσο, λοιπόν, ώφέλιμο και σωτήριο είναι τό ν' άκούμε τή φωνή του Θεού, τόσο επικίνδυνο και καταστροφικό είναι τό νά μήν τής δίνουμε σημασία.

✳4. Τό Άγιο Πνεύμα Τό παίρνουμε άκόμα μέ τήν προσευχή. Είναι ό πιό άπλός και άποτελεσματικός τρόπος, πού μπορεί νά τον χρησιμοποιεί ό καθένας μας όποιαδήποτε ώρα.

Όπως γνωρίζουμε, ή προσευχή είναι έξωτερική και έσωτερική. Όποιος προσεύχεται κάνοντας γονυκλισίες, κάνει έξωτερική προσευχή. Και όποιος μέ τό νοϋ και τήν καρδιά του άπευθύνεται στο Θεό πασχίζοντας νά Τόν έχει άκατάπαυστα στο λογισμό του, κάνει έσωτερική προσευχή.

Όλοι ξέρετε ποιός άπό τούς δύο αυτούς τρόπους προσευχής είναι ό πιό καλός, ό πιό καρποφόρος, ό πιό ευάρεστος στον Κύριο. Ξέρετε, επίσης, ότι μπορούμε νά προσευχόμαστε παντού και πάντοτε, άκόμα και τότε πού μās καταβάλλει ή άμαρτία. Μπορούμε νά προσευχόμαστε και όταν δουλεύουμε και όταν ξεκουραζόμαστε, τίς

γιορτές και τίς καθημερινές, ὄρθιοι, καθιστοί ἢ στα-
πλωμένοι.

Ἐδῶ χρειάζεται νά σᾶς πῶ μόνο, ὅτι, μολο-
νότι ἡ ἐσωτερική προσευχή εἶναι τό πιό ἰσχυρό
μέσο γιά τήν ἀπόκτηση τῆς θείας χάριτος, δέν
πρέπει ν' ἀφήνουμε καί τήν ἐξωτερική προσευχή,
καί μάλιστα τήν κοινή θεία λατρεία. Πολλοί λένε:
"Γιατί νά πάω στήν ἐκκλησία; Μπορῶ καί στό
σπίτι νά προσευχηθῶ. Ἐκεῖ περισσότερο ἄμαρ-
τάνεις παρὰ προσεύχεσαι". Ἀλλά τί τοὺς κάνει,
νομίζετε, νά μιλοῦν ἔτσι; Ἡ καλή τους γνώση ἢ ἡ
ὄρθή τους κρίση; Καθόλου! Ἀπεναντίας, ἡ τεμπε-
λιά καί ὁ ἐγωισμός τους. Εἶναι ἀλήθεια, βέβαια,
ὅτι μερικές φορές συμβαίνει, δυστυχῶς, νά εἶμα-
στε μέσα στήν ἐκκλησία καί ν' ἄμαρτάνουμε.
Αὐτό, ὅμως, δέν γίνεται ἐπειδὴ ἤρθαμε στήν
ἐκκλησία, μά ἐπειδὴ ἤρθαμε μέ διάθεση ἀκατάλ-
ληλη, ὄχι γιά νά προσευχηθοῦμε, μά γιά ἄλλα!
Καί γιά νά πεισθεῖτε, κοιτάξτε ἐκείνους πού, μέ τίς
παραπάνω προφάσεις, δέν ἔρχονται στήν ἐκκλη-
σία. Μήπως προσεύχονται στό σπίτι τους; Κάθε
ἄλλο!

Εἶπαμε πρῖν, ὅτι ὁ ἄνθρωπος πού δέν ἔχει
μέσα του τό "Ἅγιο Πνεῦμα, δέν μπορεῖ νά προ-
σευχηθεῖ ἀληθινά. Πράγματι, γιά νά προσευχηθεῖ
κανεῖς ὅπως πρέπει, χρειάζεται πολλές κόπος, με-
γάλος ἀγώνας. Δέν εἶναι δυνατόν ἀμέσως ἢ ἔστω
σέ σύντομο χρονικό διάστημα νά κατευθύνει τό
νοῦ καί τήν καρδιά του στό Θεό. Ἀλλά, ὅμως, τί
ἀποκτιέται στόν κόσμο τοῦτο εὐκόλα, γρήγορα
καί ἄκοπα; Ποιά τέχνη, ποιά ἐπιστήμη, ποιά
πνευματική παρηγοριά; Γι' αὐτό νά προσεύχε-
σαι. Ἀκόμα κι ἂν στήν προσευχή σου βλέπεις
πολύ κόπο καί καμιά εὐχαρίστηση, νά προσεύ-
χεσαι μέ ἐπιμέλεια καί ζήλο. Νά συνηθίζεις τόν
ἑαυτό σου στήν προσευχή καί τή συνομιλία μέ τό
Θεό. Νά προσπαθεῖς, ὅσο μπορεῖς, νά συμμα-
ζεῖς καί νά ἐλέγχεις τίς σκορπισμένες σου σκέ-
ψεις. Ἐτσι, σιγά-σιγά, ἡ προσευχή σου θά
γίνεται ὄλο καί πιό εὐκόλη. Ἐ' ἀρχίσεις κι ἐσύ νά
αἰσθάνεσαι μιὰ γλυκεῖα παρηγοριά. Καί ἂν κάνεις
εἰλικρινή προσπάθεια, τό "Ἅγιο Πνεῦμα, βλέπον-
τας τήν ἀγωνιστικότητά σου καί τή γνησιότητα
τοῦ πόθου σου, γρήγορα θά σέ βοηθήσει. Καί
ἀφοῦ μπεῖ μέσα σου, θά σοῦ διδάξει τήν ἀληθινή
προσευχή.



Ὁ Θεός μᾶς ζητάει νά προσευχομαστε ἀδιά-
κοπα (Α' Θεσσ. 5:17). Πολλοί λένε: "Πῶς εἶναι δυ-
νατό νά προσευχομαστε ἀδιάκοπα, ἀφοῦ ζοῦμε
στόν κόσμο; Ἄν ἀσχοληθοῦμε μόνο μέ τήν προ-
σευχή, πότε θά ἐκπληρώσουμε τίς ὑποχρεώσεις
μας καί θ' ἀσχοληθοῦμε μέ τίς δουλειές μας;".

Δέν μποροῦμε, βέβαια, νά κάνουμε ἀδιάλει-
πτη προσευχή ἐξωτερικά, νά στεκόμαστε δηλαδή
πάντοτε σέ στάση προσευχῆς, γιατί πρέπει καί
νά δουλέψουμε καί πολλές ἄλλες ἀνάγκες μας νά
ικανοποιήσουμε. Ὅποιος, ὅμως, συναισθάνεται
τήν ἐσωτερική του φτώχεια, δέν θά πάψει νά προ-
σεύχεται, ὅ,τι κι ἂν κάνει. Ὅποιος θερμά ποθεῖ νά
μπεῖ στή βασιλεία τῶν οὐρανῶν, θά βρεῖ τήν
εὐκαιρία καί τό χρόνο νά προσεύχεται, τόσο ἐσω-
τερικά ὅσο καί ἐξωτερικά. Ἀκόμα κι ὅταν ἐργάζε-
ται βαριά καί ἀκατάπαυστα, θά βρεῖ καιρό νά
μιλήσει στό Θεό. Δέν βρίσκει καιρό νά προσευχη-
θεῖ μόνο ἐκεῖνος πού δέν θέλει νά προσευχηθεῖ.

Μερικοί πιστεύουν ὅτι προσευχή μπορεῖ νά
γίνεται μόνο ἀπό βιβλία. Καλό εἶναι, βέβαια, ἂν

μπορείς, νά ίκετεύεις καί νά δοξολογείς τό Θεό μέ τά λόγια τῶν ψαλμῶν καί τῶν ἐκκλησιαστικῶν ὕμνων. Ἄν, ὁμως, εἶσαι ἀγράμματος, τότε φτάνει νά μάθεις τίς κυριότερες προσευχές, μέ πρώτη τήν Κυριακή προσευχή, δηλαδή τό «Πάτερ ἡμῶν». Σ' αὐτή τήν προσευχή, πού μᾶς τήν παρέδωσε ὁ ἴδιος ὁ Κύριος, ἀναφέρονται ὅλες οἱ ἀνάγκες μας. Ἄν, πάλι, οἱ περιστάσεις δέν ἐπιτρέπουν νά προσευχηθεῖς γιά ἄρκετή ὥρα, τότε λέγε μερικές ἀπλές καί σύντομες προσευχές, ὅπως, «Κύριε, ἐλέησον», «Θεέ μου, βοήθησέ με»,

Γιατί ἕνα χορτάτο καί παχύσαρκο σῶμα ζητάει εὐκολίες καί ἀνέσεις, μᾶς κάνει ράθυμους καί δέν μᾶς ἀφήνει νά συλλογιζόμαστε τό Θεό. Δένει τήν ψυχή, τήν πνίγει, τήν κάνει ὅ,τι θέλει.

Ἄλλά νηστεύοντας σωματικά, πρέπει συνάμα νά νηστεύεις καί ψυχικά: Νά φυλάς τή γλώσσα σου ἀπό κάθε κακό ἢ ἀνώφελο λόγο. Νά κυριαρχεῖς στίς ἐπιθυμίες σου. Νά ξεριζώνεις τά πάθη σου.

Ὅσο γιά τήν ἐλεημοσύνη, ἐμεῖς συνήθως ὀνομάζουμε ἔτσι τή βοήθεια πού δίνουμε στούς



«Κύριε, συγχώρεσέ με», «Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, Υἱέ τοῦ Θεοῦ, ἐλέησόν με τόν ἁμαρτωλόν».

✱5. Ἐνας ἀπό τούς ἁγίους πατέρες εἶπε: «Ἄν θέλεις ἡ προσευχή σου ν' ἀνεβεῖ κατευθείαν στό Θεό, δώσε τῆς δύο πτερά, τῆ νηστεία καί τήν ἐλεημοσύνη». Κυρίως μ' αὐτές τίς δύο πρακτικές ἀρετές πραγματοποιεῖται ἡ καθημερινή αὐταπάρνηση.

Νηστεία γενικά καί γιά κάθε ἄνθρωπο εἶναι ἡ ἐγκράτεια καί ὁ αὐστηρός μετριασμός στή χρήση τῆς τροφῆς. Σκοπός τῆς νηστείας εἶναι νά ταπεινώσει καί νά ἐλαφρύνει τό σῶμα, κάνοντάς το ἔτσι πιό ὑπάκουο στήν ψυχή.

φτωχοῦς. Δέν εἶναι, ὁμως, μόνο αὐτή. Ἐλεημοσύνη εἶναι κάθε πράξη ἀγάπης καί εὐσπλαχνίας: Νά δώσει κανεῖς τροφή στόν πεινασμένο, νά δώσει νερό στόν διψασμένο, νά ντύσει τόν γυμνό, νά ἐπισκεφθεῖ τόν ἄρρωστο καί τόν φυλακισμένο, νά φιλοξενήσει τόν ἄστεγο, νά περιθάψει τό ὄρφανό κ.λπ.

Ἄλλά γιά νά εἶναι ἡ ἐλεημοσύνη σου ἀληθινή, ὅλα αὐτά πρέπει νά τά κάνεις χωρίς νά καυχίεσαι, χωρίς νά ζητᾶς τόν ἔπαινο τῶν ἀνθρώπων καί τήν εὐγνωμοσύνη ἐκείνων πού εὐεργετεῖς.

✱6. Ἐνας ἄλλος τρόπος, μέ τόν ὁποῖο μπο-

ροῦμε νά πάρουμε τό Ἅγιο Πνεῦμα, εἶναι, ὅπως εἶπαμε, ἡ ἀνάγνωση καί ἀκρόαση τῆς Ἁγίας Γραφῆς.

Ἡ Ἁγία Γραφή εἶναι γιά τόν ἄνθρωπο ἕνα θησαυροφυλάκιο, ἀπ' ὅπου μπορεῖ νά ἀντλήσει φῶς καί ζωή· φῶς, πού φωτίζει καί σοφίζει, καί ζωή, πού ζωογονεῖ καί παρηγορεῖ καί εὐφραίνει. Ἡ Ἁγία Γραφή εἶναι ἕνα ἀπό τά πολυτιμότερα δῶρα τοῦ Θεοῦ στόν ἄνθρωπο, μιά μεγάλη εὐεργεσία, ἀπό τήν ὁποία ὁ καθένας μπορεῖ νά ὠφεληθεῖ, φτάνει μόνο νά τό θελήσει. Ἡ Ἁγία Γραφή εἶναι ἡ θεία σοφία, μιά σοφία τόσο θαυμαστή καί ἐξαιρετική, πού μπορεῖ νά τήν κατανοήσει ὁ πῶς ἀπλός κι ἀγράμματος ἄνθρωπος. Γι' αὐτό ἀκριβῶς πολλοί ἀπλοῖ ἄνθρωποι, διαβάζοντας ἡ ἀκούγοντας τήν Ἁγία Γραφή, ἐγίναν εὐσεβεῖς καί ἔλαβαν τό Ἅγιο Πνεῦμα, ἐνῶ ἀπεναντίας ἄλλοι, καί μάλιστα μορφωμένοι, μελετώντας τήν, πλανήθηκαν καί χάθηκαν. Αὐτό ἐγινε, γιατί οἱ πρῶτοι τή διάβαζαν μέ ἀπλότητα καρδιάς, χωρίς ὀρθολογιστικά ψιλλολογήματα, ἐπιδιώκοντας νά πλουτίσουν ὄχι σέ γνώση ἀνθρώπινη, ἀλλά σέ χάρη καί δύναμη καί Πνεῦμα Θεοῦ, ἐνῶ οἱ δεῦτεροι, νομίζοντας πῶς εἶναι σοφοί καί πῶς τά ξέρουν ὅλα, ζητοῦσαν στή Γραφή ὄχι τή δύναμη καί τό Πνεῦμα τοῦ Θεοῦ, ἀλλά τή σοφία τοῦ κόσμου.

✱7. Τό Ἅγιο Πνεῦμα Τό ἀποκτοῦμε, τέλος, μέ τή συμμετοχή στά ἱερά μυστήρια τῆς Ἐκκλησίας μας καί κατεξοχήν μέ τή θεία κοινωνία.

Ὁ Ἰησοῦς Χριστός εἶπε: «Ὅποιος τρώει τή σάρκα μου καί πίνει τό αἷμα μου, εἶναι ἐνωμένος μαζί μου κι ἐγώ μαζί του. Αὐτός ἔχει ζωή παντοτινή. Καί ἐγώ θά τόν ἀναστήσω τήν ἔσχατη ἡμέρα» (πρβλ. Ἰω. 6:56, 54). Ὅποιος, δηλαδή, ἄξια κοινωνεῖ τά ἅγια μυστήρια, ἐνώνεται μέ τόν Κύριο. Καί ὁποιος μέ ἀληθινή μετάνοια, καθαρῆ καρδιά, θεῖο φόβο καί ἀκράδαντη πίστη παίρνει τό Σῶμα καί τό Αἷμα τοῦ Κυρίου, παίρνει συνάμα καί τό Ἅγιο Πνεῦμα, πού, μπαίνοντας στόν ἄνθρωπο, τόν ἐτοιμάζει νά δεχτεῖ καί τόν Ἰησοῦ Χριστό καί τό Θεό Πατέρα, νά γίνει δηλαδή ναός καί κατοικητήριο τοῦ ἀληθινοῦ Τριαδικοῦ Θεοῦ. Ἀπεναντίας, ὁποιος κοινωνεῖ τό Σῶμα καί τό Αἷμα τοῦ Κυρίου ἀνάξια, μέ ψυχῆ ἀκάθαρτη, μέ καρδιά γεμάτη κακία, ἐκδικητικότητα καί μίσος, ὄχι μόνο δέν παίρνει τό Ἅγιο Πνεῦμα, ἀλλά γίνε-

ται προδότης, ὅπως ὁ Ἰούδας, καί σταυρώνει τό Χριστό γι' ἄλλη μιά φορά.

Τό Σῶμα καί τό Αἷμα τοῦ Χριστοῦ, γι' αὐτούς πού ἄξια τό μεταλαμβάνουν, εἶναι τό φάρμακο πού θεραπεύει κάθε ἀσθένεια καί κάθε ἀδυναμία. Καί ποίος ἀπό μᾶς εἶναι σέ κατάσταση τέλειας υἰγείας; Ποίος δέν χρειάζεται θεραπεία, ἀνακούφιση καί παρηγοριά;

Τό Σῶμα καί τό Αἷμα τοῦ Χριστοῦ εἶναι ἡ τροφή μας στό δρόμο πρὸς τή βασιλεία τῶν οὐρανῶν. Μπορεῖ ποτέ νά ξεκινήσει κανεῖς γιά μεγάλη καί κοπιαστική πορεία χωρίς τροφή;

Τό Σῶμα καί τό Αἷμα τοῦ Χριστοῦ εἶναι ὁρατό ἀγιαστικό μέσο, πού μᾶς τό κληροδότησε ὁ ἴδιος ὁ Κύριος καί μᾶς τό ἄφησε γιά τόν ἀγιασμό μας. Ποίος δέν θά ἤθελε νά γίνει μέτοχος σέ μιά τέτοια κληρονομιά καί ν' ἀγιαστεῖ;

Μὴν ἀμελεῖτε, λοιπόν, νά πλησιάζετε στό Ποτήριο τῆς ζωῆς. Ἀλλά νά πλησιάζετε μέ φόβο Θεοῦ καί πίστη. Ὅποιος ἀρνεῖται ἡ ἀμελεῖ νά κοινωνήσει, δέν ἀγαπάει τό Χριστό, γι' αὐτό οὔτε τό Ἅγιο Πνεῦμα θά λάβει οὔτε στήν οὐράνια βασιλεία θά μπεῖ.

Αὐτά, λοιπόν, εἶναι τά μέσα, μέ τά ὁποῖα μπορούμε ν' ἀποκτήσουμε τό Ἅγιο Πνεῦμα: καθαρῆ καρδιά καί ἀγνή ζωή, ταπεινοφροσύνη, ὑπακοή στή φωνή τοῦ Θεοῦ, προσευχή, αὐταπάρηση, μελέτη τῶν ἱερῶν βιβλίων, θεία κοινωνία.

Τό καθένα ἀπ' αὐτά τά μέσα ἀρκεῖ, βέβαια, καί μόνο του γιά νά μᾶς χαρίσει τό Ἅγιο Πνεῦμα. Μά εἶναι πῶς καλό καί πῶς ἀποτελεσματικό νά τά χρησιμοποιοῦμε ὅλα μαζί. Τότε, χωρίς καμιάν ἀμφιβολία, θά λάβουμε τό Ἅγιο Πνεῦμα. Καί θά γίνουμε ἅγιοι!

Τελειώνοντας, πρέπει νά ποῦμε, ὅτι, ἂν κάποιος ἀξιωθεί νά λάβει τό Ἅγιο Πνεῦμα καί στή συνέχεια πέσει σέ ἁμαρτία, Τό διώχνει ἀπό μέσα του. Καί τότε, ὁμως, ἄς μὴν ἀπελπιστεῖ, ἄς μὴ νομίσει ὅτι χάθηκεν ὅλα. Ὅσο πῶς γρήγορα μπορεῖ, ἄς προσπέσει στό Θεό μέ θέρη, μέ μετάνοια, μέ προσευχή. Καί τό Ἅγιο Πνεῦμα θά ἐπιστρέψει μέσα του.

(ἀπό ἀνάτυπο τῆς Ἱ.Μ.Παρακλητοῦ Ὁρωποῦ
Η ΦΩΝΗ ΤΩΝ ΠΑΤΕΡΩΝ.)

Περί γαστριμαργίας Ἁγίου Ἰωάννου Σιναΐτου



Διὰ τὴν ὀνομαστὴν δέσποιναν, τὴν πονηρὰν κοιλιὰν ΠΡΟΚΕΙΜΕΝΟΥ τώρα νὰ ὀμιλήσωμε περὶ κοιλίας, ἀπεφασίσαμε πάλι, ὅπως καὶ σὲ ὅλα τὰ ἄλλα θέματα, νὰ στρέψωμε τὴν φιλοσοφία μας ἐναντίον μας. Διότι εἶναι ἀξιοθαύμαστο ἐὰν ἀπηλλαγὴ κανεὶς ἀπὸ αὐτὴν, πρὶν κατοικήσῃ τὸν τάφο.

2. Γαστριμαργία εἶναι ἡ ὑποκριτικὴ συμπεριφορὰ τῆς κοιλίας, ἡ ὁποία, ἐνῶ εἶναι χορτασμένη, φωνάζει πῶς εἶναι ἐνδεής· καὶ ἐνῶ εἶναι παραφορτωμένη μέχρι διαρρήξεως, ἀνακράζει ὅτι πεινᾷ. Γαστριμαργία εἶναι ἡ δημιουργὸς τῶν καρκευμάτων, ἡ πηγὴ τῶν τέρψεων τοῦ λάρυγγος. Ἐσὺ ἔκλεισες τὴν φλέβα (τῶν ἡδονικῶν ἀπαιτήσεων τῆς), ἀλλὰ αὐτὴ ξεπρόβαλε ἀπὸ ἄλλο μέρος. Τὴν ἔφραξες καὶ τούτῃ, ἀλλὰ καινούργια ἀνοίχθηκε. Γαστριμαργία εἶναι μία ἀπάτη τῶν ὀφθαλμῶν. Καθ' ἣν στιγμὴν κάποιος τρώγει τὸ μέτριον σὲ ποσότητα φαγητοῦ, ἡ γαστριμαργία τὸν κάνει νὰ σκέπτεται, πῶς νὰ ἦταν δυνατὸ νὰ καταβροχθίσῃ διὰ μιᾶς τὰ σύμπαντα.

3. Ὁ χορτασμὸς ἀπὸ φαγητὰ εἶναι πατὴρ τῆς πορνείας· ἡ θλιψίς δὲ τῆς κοιλίας εἶναι πρόξενος τῆς ἀγνότητος. Ἐκεῖνος ποῦ ἐκολάκευσε τὸν λέοντα, πολλές φορές τὸν ἡμέρωσε. Ἐκεῖνος ὁμως

ποῦ περιποιήθηκε τὴν σάρκα, περισσότερο τὴν ἐξαγρίωσε.

4. Χαίρεται ὁ Ἰουδαῖος τὸ Σάββατο ἢ τίς ἑορτές, καὶ ὁ γαστριμαργὸς μοναχὸς τὸ Σάββατο καὶ τὴν Κυριακὴν. Ἄπο καιροῦ ὑπολογίζει τὸ Πάσχα καὶ ἀπὸ πολλές ἡμέρες ἐτοιμάζει τὰ φαγητὰ. Ὁ δοῦλος τῆς κοιλίας σκέπτεται μὲ τί εἶδους φαγητὰ θὰ ἐορτάσῃ, ὁ δὲ δοῦλος τοῦ Θεοῦ μὲ τί χαρίσματα θὰ πλουτήσῃ. Ὁ κοιλιόδουλος, ὅταν ἔλθῃ κάποιος ξένος, συνεχέται ὀλόκληρος ἀπὸ τὴν ἀγάπη-ἀγάπη ποῦ προέρχεται ἀπὸ τὴν γαστριμαργία- καὶ θεωρεῖ ὡς ἀναψυχὴ τοῦ ἀδελφοῦ τὴν ἰδικὴν του κατάλυσιν!

Ἐπὶ παρουσίᾳ ὠρισμένων ἄλλων ἀπεφασίσει τὴν κατάλυσιν οἴνου, καὶ νομίζοντας πῶς κρύβει τὴν ἀρετὴν του, ὑποδουλώθηκε στὸ πάθος του.

5. Ἐχθρεύεται πολλές φορές ἡ κενοδοξία πρὸς τὴν γαστριμαργία καὶ ἀντιμάχονται γιὰ τὴν κατοχὴν τοῦ ἀθλίου μοναχοῦ σὰν νὰ πρόκειται γιὰ ἀγοραστὸ δοῦλο. Ἡ μὲν γαστριμαργία τὸν ὠθεῖ στὴν κατάλυσιν, ἡ δὲ κενοδοξία του συνιστᾷ τὴν ἐπίδειξιν τῆς ἀρετῆς του, ἀλλὰ ὁ σοφὸς μοναχὸς θὰ τίς ἀποφύγῃ καὶ τίς δυὸ διώχοντας στὴν κατὰλληλὴ ὥρα τὴν μία μὲ τὴν βοήθειαν τῆς ἄλλης.

6. Ὅταν ἡ σάρκα σφριγᾷ, ἄς φυλάξωμε τὴν

ἐγκράτεια παντοῦ καὶ πάντοτε. Ὅταν δὲ ἡρεμῆ-πράγμα πού δὲν πιστεύω ὅτι κατορθώνεται πρὸ τοῦ τάφου- ἄς ἀποκρυψώμε τὴν ἐργασία μας.

7. Εἶδα ἠλικιωμένους ἱερεῖς νὰ ἐμπαίζωνται ἀπὸ τοὺς δαίμονες καὶ νὰ δίνουν εὐλογία σὲ νέους, πού δὲν ἐξηρτῶντο πνευματικῶς ἀπὸ αὐτούς, νὰ καταλύσουν σὲ ἐπίσημο τραπέζι κρασί καὶ ὄ,τι ἄλλο. Ἐὰν μὲν οἱ ἱερεῖς αὐτοὶ ἔχουν ἐν Κυρίῳ καλὴ μαρτυρία, ἄς κάνωμε μετρία κατάλυσι. Ἐὰν ὅμως εἶναι ἀμελεῖς, ἄς μὴ λάβωμε καθόλου ὑπ' ὄψιν μας τὴν εὐλογία τους, καὶ μάλιστα ἐὰν τύχη καὶ μα-χόμεθα ἐναντίον σαρκικῆς πυρώσεως.

8. Ἐνόμισε ὁ θεήλατος Εὐάγγελος ὅτι ἔγινε σο-φώτερος τῶν σοφῶν καὶ στήν μορφή καὶ στὸ περιεχόμενο τῶν λόγων του. Ἀπατήθηκε ὅμως ὁ ταλαίπωρος καὶ φάνηκε ἀνοητότερος τῶν ἀνοη-των καὶ σὲ πολλὰ ἄλλα ζητήματα καὶ σ' αὐτό. Ἐδίδαξε: «Ὅσακις ἡ ψυχὴ ἐπιθυμεῖ ποικίλα φα-γητά, ἄς θλίβεται μὲ ἄρτον μόνο καὶ ὕδωρ». Εἶναι δὲ ἡ προσταγὴ του αὐτὴ σὰν νὰ προτρέπῃς ἕνα παιδί ν' ἀνεβῆ μὲ ἕνα βῆμα ὅλη τὴν σκάλα.

Ἐμεῖς ὅμως, ἀντικρούοντες τὸν ὀρισμὸ του, ὡς ἐξῆς ὀρίζουμε: Ὅταν ἐπιθυμοῦμε τὰ διάφορα φαγητά, ζητοῦμε κάτι πού εἶναι μέσα στὴν φύσι-μας. Γι' αὐτὸν τὸν λόγο ἄς χρησιμοποιοῦμε ἕνα τέχνασμα πρὸς τὴν πολυμήχανη κοιλία, καὶ μά-λιστα ἂν δὲν μᾶς ἀπειλῆ βαρύτατος πόλεμος ἢ δὲν ὑπάρχῃ πένθος ἢ κανὼν γιὰ προηγούμενες σοβαρὲς πτώσεις. Ἄς κόψωμε πρῶτα τὰ λιπαρά, ἔπειτα τὰ ἐρεθιστικά καὶ ἔπειτα τὰ εὐγευστα.

9. Ἄν σοῦ εἶναι εὐκόλο, δίδε στὴν κοιλία σου τροφὴ χορταστικὴ καὶ εὐκολοχώνευτη, ὥστε μὲ τὸν χορτασμὸ νὰ ἱκανοποιήσουμε τὴν ἀχόρτα-στη ὄρεξί τῆς, ἐνῶ μὲ τὴν σύντομη χώνευσι νὰ σω-θοῦμε ἀπὸ τὴν σαρκικὴ πύρωσι σὰν ἀπὸ μάστιγα. Ἄς ἐξετάσωμε, καὶ θὰ βροῦμε πῶς τὰ περισσότερα ἀπὸ τὰ φαγητά πού «φουσκώνουν» ἐρεθίζουν τὴν σάρκα.

10. Νὰ γελᾷς μὲ τὸν δαίμονα πού σοῦ ὑπο-βάλλει μετὰ τὸ δεῖπνο νὰ ἀφήσης γιὰ τὴν ἐπόμενη ἡμέρα τοὺς κανόνες τῶν προσευχῶν σου, διότι θὰ ἔλθῃ ἡ ἐνάτη ὥρα τῆς ἐπομένης, καὶ δὲν θὰ ἔχη τη-ρηθῆ ἡ συμφωνία τῆς προηγούμενης.

11. Ἄλλη εἶναι ἡ ἐγκράτεια πού ἀρμόζει σὲ ὄσους δὲν ἔχουν δοκιμάσει μεγάλες πτώσεις καὶ ἄλλη σὲ ὄσους ἔχουν ὑποπέσει σ' αὐτές. Οἱ μὲν πρῶτοι ἔχουν ὡς γνώμονα τὴν σαρκικὴ κίνησι, οἱ

δὲ δεύτεροι ἀντιμετωπίζουν τὸ θέμα μὲ σκληρό-τητα καὶ ἀδιαλλαξία μέχρι θανάτου. Καὶ οἱ μὲν προσπαθοῦν νὰ διαφυλάττουν πάντοτε τὴν σω-φροσύνη τοῦ νοῦ, ἐνῶ οἱ δὲ ἐξευμενίζουν τὸν Θεὸν μὲ τὴν σκυθρωπότητα τῆς ψυχῆς καὶ μὲ τὴν θλίπι τῆς σαρκός.

12. Ὁ καιρὸς τῆς εὐφροσύνης καὶ τῆς «πα-ρακλήσεως» στὸν τέλειο μοναχὸ εἶναι καιρὸς ἀμε-ριμνίας, στὸν ἀγωνιστὴ καιρὸς πάλης καὶ στὸν ἐμπαθεῖ «έορτῶν έορτῆ καὶ πανήγυρις πανηγύ-ρων».

13. Ὅνειρα γύρω ἀπὸ τροφὲς καὶ φαγητὰ συναντῶνται στὴν καρδιά τῶν γαστριμάργων, καὶ ὄνειρα γύρω ἀπὸ τὴν κόλασι καὶ τὴν Κρίσι συ-ναντῶνται στὴν καρδιά τῶν μετανοούντων.

14. Κυριάρχησε στὴν κοιλία σου, πρὶν κυ-ριαρχήσῃ αὐτὴ πάνω σου, καὶ τότε θὰ ἀναγ-κασθῆς νὰ νηστεύῃς γεμάτος καταισχύνη. Αὐτὸ πού εἶπα τὸ καταλαβαίνουν ἐκεῖνοι πού ἔπασαν στὸν ἀκατανόμαστο βόθρο. Ὅσοι εἶναι εὐνοῦχοι - (κατὰ πνεῦμα εὐνοῦχοι - πρβλ. Ματθ. ιθ' 12) - δὲν ἐγνώρισαν τὸ ἁμάρτημα αὐτό.

15. Ἄς περικόψωμε τίς ἀπαιτήσεις τῆς κοι-λίας μὲ τὴν σκέψι τοῦ αἰωνίου πυρός. Μερικοὶ πού ὑπετάγησαν σ' αὐτὴν ἔφθασαν στὴν ἀνάγκη στὸ τέλος νὰ ἀποκόψουν τὰ μέλη τοῦ σώματός τους, καὶ ἀπέθαναν ἔτσι σωματικά καὶ ψυχικά. Ἄς ἐρευνησωμε, καὶ ὅπωςδῆποτε θὰ δια-πιστώσωμε πῶς τὰ ἠθικά μας ναυάγια προέρ-χονται μόνο ἀπὸ τὴν γαστριμαργία.

16. Ὁ νοῦς τοῦ νηστευτοῦ προσεύχεται κα-θαρὰ καὶ προσεκτικά, τοῦ δὲ ἀκρατοῦς εἶναι γε-μάτος ἀπὸ ἀκάθαρτες εἰκόνες. Ὁ χορτασμὸς τῆς κοιλίας ἐξήρανε τίς πηγές τῶν δακρῶν. Ὅταν ὅμως αὐτὴ ἀπεξηράνθη, ἐδημιούργησε τὰ ὕδατα τῶν δακρῶν.

17. Ἐκεῖνος πού περιποιεῖται τὴν κοιλία του καὶ ἀγωνίζεται νὰ νικήσῃ τὸ πνεῦμα τῆς πορ-νείας, ὁμοιάζει μὲ ἐκεῖνον πού προσπαθεῖ νὰ σβῆσῃ μεγάλη φωτιά μὲ λάδι. Ὅταν θλίβεται ἡ κοιλία ταπεινοῦται ἡ καρδιά. Ὅταν ὅμως δέχεται περιποιήσεις, θεριεύουν καὶ ἀλαζονεύονται οἱ λο-γισμοί.

18. Ἐξέταζε τὸν ἑαυτὸν σου τὴν πρώτη ὥρα τῆς ἡμέρας καὶ τὸ μεσημέρι καὶ τὴν τελευταία πρὸ τοῦ φαγητοῦ, καὶ θὰ κατανοήσης ἔτσι τὴν ὠφέ-λεια τῆς νηστείας. Τὸ πρῶτ (πού δὲν πεινάς) οἱ λο-

γισμοί σκιρτούν και περιπλανώνται ἐδῶ κι ἐκεῖ, κατὰ τὴν ἕκτη ὥρα ἀτονοῦν κάπως, καὶ κατὰ τὸ ἡλιοβασίλεμα ἔχουν ἐντελῶς ταπεινωθῆ.

19. Θλίβε τὴν κοιλία καὶ ὅπωςδὴποτε θὰ κλείσης καὶ τὸ στόμα· διότι ἡ γλῶσσα ἰσχυροποιεῖται ἀπὸ τὰ πολλὰ φαγητά. Νὰ πυγμαχῆς συνεχῶς ἐναντίον τῆς καὶ νὰ ἐπαγρυπνῆς συνεχῶς ἐπάνω τῆς. Ἐὰν ἐσὺ κοπιάσης ὀλίγο, ἀμέσως καὶ ὁ Κύριος σὲ βοθηεῖ.

20. Ὅσο χρησιμοποιοῦνται καὶ μαλακώνουν οἱ ἄσκοι, τόσο αὐξάνουν στὴν χωρητικότητα. Ὅταν ὁμως μείνουν περιφρονημένοι καὶ ἀχρησιμοποίητοι, θὰ μαζέψουν καὶ δὲν θὰ χωροῦν τόσο πολὺ.

21. Ἐκεῖνος ποὺ καταπιέζει τὴν κοιλία μὲ πολλὰ φαγητά, ἐπλάτυνε τὰ ἔντερα, ἐνῶ ἐκεῖνος ποὺ τῆς ἐναντιώνεται, τὰ ἐστενεύσει. Καὶ ὅταν αὐτὰ ἐστενεύσαν, δὲν χρειάζονται πολλὰ φαγητά, ὁπότε κατὰ φυσικὸ τρόπο μαθαίνομε νὰ νηστεύομε.

22. Ἡ δίψα πολλές φορές ἐσταμάτησε τὴν δίψα. Εἶναι ὁμως δυσχερὲς καὶ ἀκατόρθωτο μὲ τὴν πείνα νὰ περικοπῆ ἡ πείνα. Ὅταν σὲ νικήση ἡ κοιλία, δάμαξέ τὴν μὲ σωματικούς κόπους. Καὶ ἂν αὐτὸ σοῦ εἶναι ἀδύνατο διὰ λόγῳ τῆς ἀσθενείας, πάλαιψε ἐναντίον τῆς μὲ τὴν ἀγρυπνία.

23. Ὅταν βαραίνουν οἱ ὀφθαλμοί, πιάσε τὸ ἐργόχειρο. Ἐὰν ὁμως ὁ ὕπνος ἔχη φύγει, μὴ τὸ πιάνης, διότι δὲν εἶναι δυνατὸν νὰ προσηλώσης τὸν νοῦ σου στὸν Θεὸν καὶ στὸν μαμωνᾶ (Ματθ. στ' 24), δηλαδὴ στὸν Θεὸ καὶ στὸ ἐργόχειρο.

24. Γνώριζε ὅτι πολλές φορές ὁ δαίμων τῆς γαστριμαργίας ἔρχεται καὶ κἀθεται ἐπάνω στὸ στομάχι, καὶ κάνει ὥστε νὰ μὴ χορταίνει ὁ ἄνθρωπος, ἔστω καὶ ἂν φάγη ὀλόκληρη τὴν Αἴγυπτο καὶ πιῆ ὀλόκληρο τὸν Νεῖλο. Μετὰ τὸ φαγητὸ φύγει ὁ ἀνόσιος καὶ μᾶς στέλνει τὸν δαίμονα τῆς πορνείας, ἀφοῦ τοῦ περιέγραψε τὸ συμβάν. «Νὰ τὸν συλλάβης, τοῦ λέγει, νὰ τὸν συλλάβης, νὰ τὸν ζαλίσης. Καθὼς ἡ κοιλία του εἶναι παραφορτωμένη, δὲν θὰ κουρασθῆς πολὺ». Καὶ ἐκεῖνος μόλις ἤλθε χαμογέλασε. Καὶ ἀφοῦ μᾶς ἔδесе «χειροπόδαρα» μὲ τὸν ὕπνο, ἔπραξε ὅλα ὅσα θέλησε καταλερώνοντας σῶμα καὶ ψυχὴ μὲ μολυσμοὺς καὶ φαντασίαις καὶ ἐκκρίσεις. Θαυμαστὸ πρᾶγμα! Νὰ βλέπης ἀσῶματο νοῦ νὰ μολύνεται καὶ νὰ σκοτί-

ζεται ἀπὸ τὸ σῶμα· καὶ πάλι διὰ μέσου του πηλίου σώματος τὸν αὐλο νοῦ νὰ καθαρίζεται καὶ νὰ λεπτύνεται!

25. Ἐὰν ὑποσχέθηκες στὸν Χριστὸν νὰ βαδίζης τὴν στενὴ καὶ τεθλιμμένη ὁδὸ, στενοχώρησε τὴν κοιλία. Διότι ὅταν αὐτὴ δέχεται περιποιήσεις καὶ πλατύνεται, τότε ἐσὺ ἀθέτησες τὶς ὑποσχέσεις.

26. Σύνελθε! Καὶ θὰ ἀκούσης τὸν Χριστὸν νὰ λέγη: «Πλατεία καὶ εὐρύχωρος ἡ ὁδὸς τῆς κοιλίας, ἡ ἀπάγουσα εἰς τὴν ἀπώλειαν τῆς πορνείας· καὶ πολλοὶ εἰσὶν οἱ εἰσπορευόμενοι ἐν αὐτῇ. Τὴ στενὴ ἡ πύλη καὶ τεθλιμμένη ἡ ὁδὸς τῆς νηστείας, ἡ εἰσάγουσα εἰς τὴν ζωὴν τῆς ἀγνείας· καὶ ὀλίγοι εἰσὶν οἱ εἰσερχόμενοι δι' αὐτῆς» (πρβλ. Ματθ. ζ' 13-14).

27. Ἀρχηγὸς τῶν δαιμόνων εἶναι ὁ πεσῶν Ἐωσφόρος, καὶ ἀρχηγὸς τῶν παθῶν ὁ λαίμαξ τῆς κοιλίας.

28. Ὅταν λάβης θέσι σὲ πλούσιο τραπέζι, φέρε ἐμπρὸς σου τὴν μνήμη τοῦ θανάτου καὶ τῆς Κρίσεως. Ἴσως ἔτσι νὰ συγκρατήσης ὀλίγο τὸ πάθος. Καὶ ἐνῶ πίνεις, μὴ παύσης νὰ θυμάσαι τὸ ὄξος καὶ τὴν χολὴ τοῦ Δεσπότου σου. Ἔτσι ἢ θὰ ἐγκρατευθῆς ἢ τουλάχιστον, ἂν δὲν ἐγκρατευθῆς, θὰ ταπεινωθῆς ἀναστενάζοντας (συγκρίνοντας τὴν πολυφαγία σου μὲ τὸ πάθος τοῦ Χριστοῦ).

29. Μὴ πλανᾶσαι! Οὔτε ἀπὸ τὴν δουλεία τοῦ Φαραῶ πρόκειται νὰ ἐλευθερωθῆς οὔτε τὸ ἄνω Πάσχα θὰ ἀντικρύσης, ἐὰν δὲν γευθῆς παντοτεινᾶ πικρίδες καὶ ἄζυμα. Πικρίδες εἶναι ἡ βία καὶ κακοπάθεια τῆς νηστείας, καὶ ἄζυμα τὸ χωρὶς φυσίωσι φρόνημα.

30. Ἄς ἐνωθῆ μὲ τὴν ἀναπνοή σου ὁ λόγος τοῦ Ψαλμοῦ: «Ὅταν μὲ ἐνωχλοῦσαν οἱ δαίμονες, ἐφοροῦσα πένθιμο ἔνδυμα καὶ ἐταπείνωνα μὲ νηστεία τὴν ψυχὴ μου καὶ ἡ προσευχὴ μου εἶχε κολληθῆ στοὺς κόλπους τῆς ψυχῆς μου» (πρβλ. Ψαλμ. λδ' 13).

31. Ἡ νηστεία εἶναι βία φύσεως καὶ περιτομῆ τῶν ἡδονῶν τοῦ λάρυγγος, ἐκτομῆ τῆς σαρκικῆς πυρώσεως, ἐκκοπῆ τῶν πονηρῶν λογισμῶν, ἀπελευθέρωσις ἀπὸ μολυσμοὺς ὀνείρων, καθαρότης προσευχῆς, φωτισμὸς τῆς ψυχῆς, διαφύλαξις τοῦ νοῦ, διάλυσις τῆς πυρώσεως, θύρα τῆς κατανύξεως, ταπεινὸς στεναγμὸς, χαρούμενη συντριβή, σταμάτημα τῆς πολυλογίας, ἀφορμὴ

ήσυχίας, φρουρός τῆς ὑπακοῆς, ἐλαφρότης τοῦ ὕπνου, ὑγεία τοῦ σώματος, πρόξενος τῆς ἀπαθείας, ἀφεςις τῶν ἀμαρτημάτων, θύρα καὶ ἀπόλαυσις τοῦ παραδείσου.

32. Ἄς συλλάβωμε καὶ ἄς ἀνακρίνωμε καὶ αὐτὸν τὸν ἐχθρὸν -προπαντὸς αὐτόν- ποῦ εὐρίσκεται ἐπικεφαλῆς ὄλων τῶν ἐπικινδύνων ἐχθρῶν μας. Αὐτὸν ποῦ εἶναι ἡ θύρα τῶν παθῶν, ἡ πτώσις τοῦ Ἀδάμ, ἡ ἀπώλεια τοῦ Ἡσαΐ, ὁ ὄλεθρος τῶν Ἰσραηλιτῶν, ἡ ἀσχημοσύνη τοῦ Νῶε, ἡ προδοσία τῶν Γομόρρων, ἡ κατηγορία τοῦ Λώτ, ἡ ἐξολοθρευσις τῶν υἰῶν τοῦ ἱερέως Ἡλεὶ, ὁ καθοδηγητὴς πρὸς τοὺς μολυσμοὺς. Ἄς τὴν ἀνακρίνωμε -τὴν γαστριμαργία- ἀπὸ ποῦ γεννᾶται, ποιοὶ εἶναι οἱ ἀπόγονοί της, ποῖος εἶναι αὐτὸς ποῦ τὴν συντρίβει καὶ ποῖος αὐτὸς ποῦ τὴν ἐξολοθρεύει τελείως.

«Λέγε μας, ὦ τύραννε ὄλων τῶν ἀνθρώπων, σὺ ποῦ τοὺς ξεγαροράζεις ὄλους μὲ τὸ χρυσάφι τῆς ἀπληστίας, ἀπὸ ποῦ εἰσέρχεσαι μέσα μας; Καὶ τί ἐν συνεχείᾳ συνηθίζεις νὰ γεννᾷς ἐκεῖ; Καὶ πῶς μπορούμε νὰ ἐπιτύχωμε τὴν ἐξοδό σου καὶ ἀπομάκρυνσι ἀπὸ ἐμαῶς;

Ἐκείνη δὲ ταλαιπωρημένη ἀπὸ τίς ὕβρεις αὐτές, γεμάτη μανία καὶ ἀγριότητα μᾶς ἀποκρίθηκε τυραννικά:

«Γιατί μὲ ὀνειδίζετε σεῖς ποῦ εἶσθε ὑπόλογοι ἀπέναντί μου; Καὶ πῶς φροντίζετε νὰ μὲ ἀποχωρισθῆτε, ἐνῶ ἐγὼ εἶμαι ἐκ φύσεως συνδεδεμένη μαζί σας; Θύρα γιὰ μένα εἶναι ἡ φύσις τῶν φαγητῶν. Αἰτίας τῆς ἀπληστίας μου εἶναι ἡ συνεχὴς χρῆσις. Ἄφορμὴ δὲ τῆς ἐπικρατήσεως τοῦ πάθους μου εἶναι ἡ προϋπάρχουσα συνήθεια, ἡ ἀναισθησία τῆς ψυχῆς καὶ ἡ λησμοσύνη τοῦ θανάτου.

»Καὶ πῶς ζητεῖτε νὰ μάθετε τὰ ὀνόματα τῶν ἀπογόνων μου; Θὰ τοὺς ἀπαριθμήσω καὶ θὰ πληθυνθοῦν περισσότερο ἀπὸ τὴν ἄμμο. Ἀκοῦστε ὅμως ποιοὶ θεωροῦνται ὡς υἱοὶ μου πρωτότοκοι καὶ ἀγαπητοί:

Πρωτότοκός μου υἱὸς εἶναι ὁ ὑπηρέτης τῆς πορνείας. Δεύτερος ἡ σκληροκαρδία. Τρίτος ὁ ὕπνος. Ἀπὸ ἐμένα ἐπίσης γεννῶνται ἡ θάλασσα τῶν λογισμῶν, τὰ κύματα τῶν μολυσμῶν, ὁ βυθὸς τῶν κρυπτῶν καὶ ἀνεκφράστων ἀκαθαρσιῶν.

» Ἰδικές μου θυγατέρες εἶναι ἡ ὀκηνηρία, ἡ πολυλογία, ἡ «παρρησία», τὰ γέλια, τὰ ἀστεῖα καὶ



τὰ εὐτράπελα, ἡ ἀντιλογία, ἡ σκληροτράχηλη διαγωγή καὶ συμπεριφορὰ, ἡ ἀνυπακοή, ἡ ἀναισθησία, ἡ αἰχμαλωσία καὶ ὑποδούλωσις (στὰ πάθη), ἡ καύχησις, ἡ θρασύτης. Ἐπίσης καὶ ἡ ἀγάπη τοῦ καλλωπισμοῦ, τὴν ὁποία διαδέχονται ἡ ρυπαρὰ προσευχή, ὁ ρεμβασμός τῶν λογισμῶν καὶ πολλὰς φορὲς συμφορὲς ἀνέλπιστες καὶ ἀπροσδόκητες, στίς ὁποῖες μάλιστα ἀκολουθεῖ ἡ ἀπελπισία ποῦ εἶναι ἡ πιὸ φοβερὴ ἀπὸ ὅλες.

» Ἐμένα μὲ πολεμεῖ, ἀλλὰ δὲν μὲ νικᾷ, ἡ μνήμη τῶν ἀμαρτημάτων. Ὑπερβολικά μὲ ἐχθρεύεται ἡ σκέψις τοῦ θανάτου. Ἐκεῖνο δὲ ποῦ μὲ καταστρέφει τελειωτικά δὲν ὑπάρχει στοὺς ἀνθρώπους. Ὅποιος ἀπέκτησε μέσα του Τὸν Παράκλητο, Τὸν παρακαλεῖ ἐναντίον μου. Καὶ Ἐκεῖνος καμφθεῖς ἀπὸ τίς ἱκεσίες δὲν μὲ ἀφίνει νὰ ἐνεργῶ μὲ ἐμπάθεια. Αὐτοὶ ποῦ δὲν ἐγεύθηκαν τὴν χάρι τοῦ Παρακλήτου, ἐπιζητοῦν ὅπως δὴποτε νὰ γλυκαίνωνται ἀπὸ τὴν ἰδική μου ἡδονή.

Πρόκειται γιὰ ἀνδρεία νίκη! Ὅποιος τὴν ἐκέρδισε, προχωρεῖ σύντομα πρὸς τὴν ἀπάθεια καὶ τὴν κορυφὴ τῆς σωφροσύνης.

Οί 13 Ὁσιομάρτυρες

Μοναχοί τῆς ΚΑΝΤΑΡΑΣ

*** ❧ ***



Η Κυπριακή Ἐκκλησία διατήρησε τὴ λυχία τῆς Πατρίδος καὶ τῆς Ὁρθοδοξίας σταθερὰ ἀκοίμητη καὶ σὲ χρόνους κατὰ τοὺς ὁποίους χωρὶς τὴν Ἐκκλησία ἡ λυχία θὰ εἶχε πρὸ πολλοῦ σβεσθεῖ.

Μέσα ἀπὸ τὸ φωτόλαμπρο νέφος τῶν διαφόρων ἡρωϊκῶν Ἀθλητῶν τῆς Κυπριακῆς Ἐκκλησίας, ποὺ περιλαμβάνει στολιζοῦν τὸ χριστιανικὸ Πάνθεον, ὀλόφωτες προβάλλουν πάντα οἱ μορφές τῶν ἁγίων 13 Μοναχῶν καὶ ὁμολογητῶν τῆς Ἱ. Μονῆς Παναγίας Καντά-

ρας, ποὺ γιὰ τὴν ὀρθόδοξη πίστη μαρτύρησαν στίς 19 Μαΐου τοῦ 1231.

Οἱ Ἅγιοι αὐτοὶ Ὁσιομάρτυρες ἐζησαν τὸ 13ο αἰῶνα μ.Χ., κατὰ τοὺς χρόνους ποὺ ἡ νῆσος τῆς Κύπρου εὐρισκόταν κάτω ἀπὸ τὴν φράγκικη κυριαρχία. Οἱ κατακτητὲς ἔκαναν τὸ πᾶν, γιὰ νὰ ὑποτάξουν τὴν Ἐκκλησία στὴν ἐξουσία τοῦ Πάπα. Ἡ προσπάθειά τους ἄρχισε ἀπὸ τὸ 1220. Σὲ ἓνα συνέδριο, ποὺ ἐγίνε στὴν πόλη τῆς Λεμεσοῦ καὶ στὸ ὁποῖο ἔλαβαν μέρος ἀντιπρόσωποι τοῦ κλήρου τῶν Λατίνων καὶ τῆς ἄρχουσας τάξεως, ἀποφασίσθηκε νὰ ἐπιβληθοῦν καταπιεστικὰ μέτρα καὶ βαριές φορο-

λογίες, καθώς επεδίωκαν τόν έκλατινισμό τοῦ νησιοῦ μέ τήν ὀλοκληρωτική ἐπικράτηση τῆς Λατινικῆς Ἐκκλησίας.

Μπροστά στα μέτρα αὐτά ἡ στάση τοῦ Ὁρθοδόξου κλήρου καί τῶν μοναχῶν ὑπῆρξε πραγματικά ὑπέροχη καί ἀξιοθαύμαστη. Κύριο καί ρωμαλέο στήριγμα τοῦ λαοῦ στόν ἀγῶνα του νά μή χάσει τήν ἐθνική του αὐτοσυνειδησία καί τήν Ὁρθόδοξη Πίστη του ὑπῆρξαν, Ἅγιοι Μοναχοί μέ χαρακτηριστικότερο παράδειγμα τούς 13 Ὁσιομάρτυρες τῆς Μονῆς τῆς Παναγίας τῆς Κανταριώτισσας, πού βρισκόταν στήν ὄροσειρά τοῦ Πενταδακτύλου.

Ἐγούμενος τῆς Μονῆς αὐτῆς ἦταν τότε ὁ Ἰωάννης, καί τά ὀνόματα τῶν ὑπολοίπων ἦταν: Κόνωνας, Ἱερεμίας, Μᾶρκος, Θεόκτιστος, Κύριλλος, Βαρνάβας, Μάξιμος, Ἰωσήφ, Γερμανός, Γεράσιμος καί Γεννάδιος (οἱ δύο τελευταῖοι προέρχονταν ἀπό τήν Μονή Μαχαιρᾶ).

Γύρω στά 1228 δύο Ἀσκητές ὁ Ἰωάννης καί ὁ Κόνων πού ἐγκαταβιοῦσαν σ' ἕνα ἀπό τά Μοναστήρια τοῦ Καλοῦ Ὅρους τῆς Σίδης (Ἀλιλαγιάς) τῆς Μικρασιατικῆς Παμφυλίας καί πού διακρίνονταν γιά τήν εὐσέβειά τους, ἄφησαν τό Μοναστήρι τους καί ἤλθαν στήν Κύπρο, ἔτοιμοι νά θυσιάσουν τούς ἑαυτούς τους μέχρι αἵματος γιά τήν ἀληθινή ὀρθόδοξη πίστη, προβάλλοντας ἔτσι ἕνα λαμπρό παράδειγμα γιά τούς Κυπρίους πού περνοῦσαν δύσκολα χρόνια.

Στήν ἀρχή ἀνέβηκαν στήν Ἱ. Μονή τοῦ Μαχαιρᾶ. Ἀργότερα ἀποσύρθηκαν ἀπ' ἐκεῖ μαζί μέ ἕναν ἄλλον ἀσκητή, τόν Θωμᾶ, κι ἤρθαν στήν Ἱ. Μονή τοῦ Χρυσοστόμου. Μά κι ἐδῶ οἱ Πατέρες δέν ἱκανοποιήθηκαν. Τό περιβάλλον καί ἡ κίνηση τούς ἀνάγκασαν νά φύγουν κι ἀπ' ἐδῶ καί νά προχωρήσουν καί νά καταλάβουν τό ὄμορφο κι ἀπόμερο τότε μοναστήρι τῆς Παναγίας τῆς Κανταριώτισσας. Ἐδῶ ἐγκαταστάθηκαν κι ἄρχισαν τήν ἀσκησή τους.

Ἡ εὐλάβεια τῶν Ἀσκητῶν μαζί μέ τήν

ἐκκλησιαστική τους δραστηριότητα, τήν καλωσύνη καί τήν ἀγάπη γιά τούς πάσχοντες ἀδελφούς τοῦ Χριστοῦ, ἔκαμαν ὥστε σέ λίγο καιρό νά προστεθοῦν κι ἄλλοι στήν ἀσκητική τους παλαίστρα.

Κι ὅπως ἡ Πόλη πού εἶναι κτισμένη στήν κορφή τοῦ βουνοῦ δέν μπορεῖ μέ κανένα τρόπο ν' ἀποκρυβῆ κι ἡ ἀστραπή πού φαίνεται στό σκοτάδι τῆς ἀνάστερης νυχτιάς δέν εἶναι δυνατόν μέ κανένα μέσο νά σκεπασθῆ καί νά μή φανῆ, ἔτσι καί τῶν Ὁσίων Πατέρων ἡ δράση καί τά καλά ἔργα ἄρχισαν νά διαδίδονται παντοῦ. Πολύ γρήγορα τό μοναστήρι τους κατόρθωσε ν' ἀναδειχθεῖ σ' ἕνα παγκόσμιο προσκύνημα καί μιά καθάρια πηγὴ ἄδολου καί γνήσιου πνευματικοῦ ἀνεφοδιασμοῦ.

Ἡ φήμη τῆς εὐλάβειας καί τῆς ἀρετῆς τῶν ταπεινῶν Ἀσκητῶν μπόρεσε πολύ νωρίς νά ξεπάραι σὲ τόν κύκλο τῶν ὀρθοδόξων χριστιανῶν τοῦ Νησιοῦ καί νά φτάσει σ' αὐτιά τῶν Λατίνων κατακτητῶν.

Στό ἄκουσμα τῆς φήμης αὐτῆς ὁ φθόνος ἀναψε στήν καρδιά τῶν Λατίνων καί τήν πυρόληψε.

Ὁ Φράγκος Ἀρχιεπίσκοπος Εὐστρόργιος πού ἔμενε στή Λευκωσία, -ὁ ὁποῖος μέ τή βία σφετερίστηκε τό θρόνο καί ἔδωξε σέ ἐξορία τόν Ἅγιο Νικόλαο τῆς Στέγης στήν Σολέα πού ἦταν ὁ Ὁρθόδοξος ποιμένας τῆς Κύπρου-, κάλεσε ἀμέσως κοντά του τόν ἱεροκήρυκά του Ἀνδρέα καί τόν διάταξε νά πάρει τό βοηθό του, κάποιον Ἠλίερμο καί νά σηκωθοῦν νά πᾶνε τό γρηγορότερο στό Μοναστήρι τῆς Καντάρας. Ἐπρεπε οἱ ἴδιοι νά δοῦν καί νά πιστοποιήσουν τά λεγόμενα μά καί νά φροντίσουν μέ κάθε τρόπο νά παρασύρουν τούς Ἀσκητές στό δικό τους δόγμα, τό Παπικό. Αὐτός ἄλλωστε ὑπῆρξε καί ὁ σκοπός τους ἀπ' τήν πρώτη στιγμή πού ἀγόρασαν τήν Κύπρο κι ἐγκαταστάθηκαν σ' αὐτή. Νά ὑποτάξουν τήν Αὐτοκέφαλο Ἐκκλησία τοῦ Ἀποστόλου Βαρνάβα στόν Παπισμό καί νά ἐπιβάλουν στούς κατοίκους τοῦ Νησιοῦ τόν αἰρετικό χριστιανισμό,

πού δημιούργησε ή φιλαρχία καί ή άρχομανία τών Παπών τής Ρώμης καί τών Έπισκόπων της.

Ένα μεσημέρι κάποιας μέρας τοῦ ἔτους 1228 οἱ δύο ἀντιπρόσωποι τοῦ Καθολικισμοῦ ἔφθασαν στό Μοναστήρι τής Παναγίας καί μπήκαν στό ναό. Κάλεσαν κοντά τους τούς μοναχούς κι ἄρχισαν νά τούς ὑποβάλλουν διάφορες ἐρωτήσεις. Οἱ μοναχοί ἀπαντοῦσαν ἱκανοποιητικά. Ὅταν ὁμως τά ὄργανα τοῦ Φράγκου Ἀρχιεπισκόπου ρώτησαν πῶς αὐτοί τελοῦν τό Μυστήριό τής Θείας Εὐχαριστίας, οἱ Ἀσκητές μέ σταθερότητα ὁμολόγησαν:

-Καί τό Μυστήριον αὐτό τελοῦμε ὅπως μᾶς τό παρέδωκαν προφορικά ἐκεῖνοι, οἱ ὁποῖοι ἀπό τήν ἀρχή τοῦ Μεσσιανικοῦ ἔργου τοῦ Σωτῆρος μας Χριστοῦ ὑπῆρξαν αὐτόπτες μάρτυρες καί ὑπηρετές τοῦ κηρύγματός Του. Ἀλλά καί ὅπως ὕστερα ἀπ' αὐτούς καθόρισαν οἱ θεοφόροι Πατέρες τῶν ἁγίων καί Οἰκουμενικῶν Συνόδων. Τελοῦμε τό θείον Μυστήριον μέ ἄρτον, δηλ. ψωμί μέ προζύμι.

Στήν ἀπάντηση αὐτή τῶν ὁσίων Πατέρων οἱ ἐκπρόσωποι τοῦ Φράγκου Ἀρχιεπισκόπου ρώτησαν: -Πῶς δικαιολογεῖτε τήν φράση τοῦ Εὐαγγελιστοῦ Λουκά, πού λέγει «Ἦλθε δέ ἡ ἡμέρα τῶν ἀζύμων, ἐν ἧ ἔδει θύεσθαι τό Πάσχα, καί ἀπέστειλε Πέτρον καί Ἰωάννην εἰπών·πορευθέντες ἐτοιμάσατε ἡμῖν τό Πάσχα ἵνα φάγωμεν», καί αὐτοί ἐπῆγαν καί ἐτοιμάσαν; Ἀφοῦ ἦταν ἡ ἡμέρα τῶν ἀζύμων, πῶς χρησιμοποίησαν ἄρτον, δηλ. ἐνζυμο ψωμί;

-Τό χρονικό διάστημα πού ἄρχιζε ἀπό τήν ὥρα πού ἔδνε ὁ ἥλιος τής Μ. Πέμπτης, μέχρι τήν ὥρα πού ἔδνε ὁ ἥλιος τής Μ. Παρασκευῆς, ἀπάντησαν οἱ Ἀσκητές, ἐλέγετο ἀπό τούς Ἑβραίους «ἡμέρα ἀζύμων». Καί λεγόταν ἔτσι, ὄχι γιατί οἱ Ἑβραῖοι τή μέρα αὐτή ἔτρωγαν ἄζυμα, ἀλλά γιατί τά ἐτοιμάζαν. Τά ἄζυμα, δηλ. τό ψωμί χωρίς προζύμι, τό πῆττινο, αὐτοί ἄρχιζαν νά τό τρώγουν μαζί μέ τόν ψητό ἄμνό τή Μ. Παρασκευῆ τή βράδυ, πού ἄρχιζε καί τό Πάσχα τους. Σέ καμμία ἄλλη, μέρα ἐκτός ἀπό τήν Ἑβδομάδα τοῦ Πάσχα, οἱ Ἑβραῖοι δέν ἔτρωγαν ἄζυμα. Κι ἀφοῦ ὁ Μυστικός Δεῖπνος ἐγινε τό βράδυ τής Μ. Πέμπτης, ὁ Κύριος πρέπει νά χρησιμοποίησε ἄρτον, δηλ. ἐνζυμο ψωμί, γιατί κι ἂν εἶχαν προπαρασκευασθεῖ τά ἄζυμα, δέν ἐπετρέπετο, σύμφωνα μέ τό Νόμο, νά προσφερθοῦν καί νά χρησιμοποιηθοῦν. Ἐνζυμον ἄρτο, λοιπόν,





χρησιμοποίησεν ὁ Κύριος. Ἐνζυμον ἄρτον χρησιμοποιοῦσαν καί οἱ Ἀπόστολοι. Ἐνζυμον ἄρτο, ὅπως παρελάβαμε, χρησιμοποιοῦμε κι ὄλοι οἱ ὀρθόδοξοι χριστιανοί.

Στά λόγια ταῦτα τῶν Πατέρων οἱ ἀντιπρόσωποι τῆς Λατινικῆς Ἐκκλησίας, μέ συγκρατημένη τήν ἀγανάκτηση ρώτησαν:

-Καί γιά μᾶς τούς Λατίνους πού τελοῦμε τή Θεία Λειτουργία μέ ἄζυμα, τί φρονεῖτε σεῖς;

Οἱ Ὅσιοι μέ παρρησία πρόσθεσαν: Αὐτό πού εἶπαμε καί προηγουμένως, αὐτό ἐπαναλαμβάνουμε καί πάλι. Ὁ Κύριος στό Μυστικό Δεῖπνο χρησιμοποίησε ἐνζυμον ἄρτο. Κι ἀφοῦ μέ ἐνζυμον ἄρτο τέλεσε τό Θεῖον Μυστήριον εἶπε στούς μαθητές καί ἀποστόλους Του. «Τοῦτο ποιεῖτε εἰς τήν ἐμὴν ἀνάμνησιν». Αὐτό πού εἶπε ὁ Κύριός μας, αὐτό κάνουμε κι ἐμεῖς. Ἡ χρήση τῶν ἀζύμων δέν εἶναι τοῦ Κυρίου. Ἄρα εἶναι παράβαση, σοβαρή παράβαση τῶν ὅσων συνέστησεν Αὐτός. Κι αὐτή τήν παράβαση δέν τήν δεχόμαστε ἐμεῖς.

Μπροστά στήν ἀτράνταχτη τούτη ἐπιχειρηματολογία τῶν Πατέρων θά περίμενε κανεῖς, οἱ Παπικοί ἀντιπρόσωποι εἶτε νά ὁμολογήσουν τό σφάλμα τους, εἶτε νά σιωπήσουν καί νά σηκωθοῦν νά φύγουν. Ἀντί τούτου ὁμως ἄρχισαν νά ἀπειλοῦν καί νά λέγουν, πώς ἂν οἱ Πατέρες ἐπιμένουν στήν ἀποψή τους, τότε κι αὐτοί θά σκεφτοῦν τί θά πράξουν.

Στά λόγια τοῦτα τῶν ὀργάνων τῆς ἐξουσίας μέ τά πολλά ὑπονοούμενα οἱ πιστοί μοναχοί ἀπάντησαν:

-Ἀφοῦ στά διδάγματα τῆς Γραφῆς δέν ὑπακοῦτε καί τά διαστρέφετε, τότε ἄς ζητήσουμε ἀπό τόν Κύριο νά μᾶς δεῖξει Αὐτός ποιοί ἔχουν τό δίκαιο μέ τό μέρος τους. Καί προτείνουμε: Νά κάνουμε τή Θεία Λειτουργία ἀμφοτέροι. Σεῖς μέ τά ἄζυμά σας κι ἐμεῖς μέ τόν ἐνζυμο ἄρτο. Ἀφοῦ τελειώσουμε τό Μέγα Μυστήριο, τότε νά πάρουμε τά Ἅγια Δῶρα καί νά μποῦμε μέ τή σειρά μέσα στή φωτιά. Ἐκεῖνοι πού δέν θά πάθουν τίποτα, δέν θά καοῦν, θά πρέπει νά θεωρηθοῦν, ὅτι κρατοῦν τήν ὀρθή πίστη, κι ἄρα τό δίκαιο εἶναι μέ τό μέρος τους. Αὐτό τό δίκαιο θά πρέπει νά τό ἀποδεχθοῦμε ὄλοι μας.

Τήν πρόταση τῶν Ὁσίων Πατέρων οἱ παπικοί ἀντιπρόσωποι τήν ἀπέρριψαν μέ μιᾶς καί κάλεσαν

στούς Μοναχούς νά παρουσιαστούν άμέσως μπροστά στό Λατίνο Άρχιερέα καί νά λογοδοτήσουν σ' αυτόν γιά τά προσβλητικά τους λόγια. Ήξαλλοι δέ, έγκατέλειψαν τή Μονή κι έφυγαν.

Ήτσι λοιπόν, άφού οί πατέρες τής Καντάρας κλήθηκαν νά λογοδοτήσουν στόν Λατίνο Άρχιερέα στή Λευκωσία, ξεκίνησαν νά δώσουν καί πάλι τήν όρθή μαρτυρία τους. Άπό τά χωριά πού περνούσαν πλήθη άπό όρθοδόξους χριστιανούς πού άκουσαν τά όσα είχάν γίνει, έβγαιναν νά ύποδεχθοῦν μέ δάκρυα τούς άγιους όμολογητές καί νά πάρουν τήν εύλογία τους.

Μαζί μέ τούς 11 Μοναχούς τής Παναγίας τής Κανταριώτισσας, ήρθαν καί ένώθηκαν καί άλλοι δύο μοναχοί άπό τό Μοναστήρι του Μαχαίρα καί έτσι γίνονται 13 τόν άριθμό.

Ήφθασαν στό άρχιεπισκοπικό μέγαρο τών Φράγκων καί παρουσιάστηκαν μπροστά στόν Λατίνο άρχιερέα πού μέ τό πρόσωπο κατάχλωμο άπό θυμό κι άγανάκτηση τούς περίμενε καθισμένος στή πολυτελή του καθέδρα. Ή μεγάλη αίθουσα του συνοδικού ήταν γεμάτη άπό άρχιερείς, ιερείς καί γραμματείς κι άπό πλήθος έπισήμων. Μπροστά σ' αυτούς στάθηκαν οί 13 θαρραλέοι άγωνιστές τής Όρθοδοξίας καί ή συζήτηση περί ένζύμου καί άζυμου άρτου έπαναλαμβάνεται.

Οί 13 πατέρες έμειναν άμετάθετο στήν Όρθόδοξη πίστη καί ύπερασπίστηκαν τήν Όρθόδοξη διδασκαλία, χωρίς να λογαριάσουν τίς απειλές καί τίς φοβέρες πού τούς άνήγγελλαν. Τό μίσος καί ό θυμός τών Λατίνων φτάνει στό άποκορύφωμα άπό τήν στεθερή όμολογία τών πατέρων.

Ό Λατίνος άρχιερέας έξαλλος άπό θυμό διέταξε νά συλληφθοῦν, νά μαστιγωθοῦν όλοι τους άγρια καί νά ριχθοῦν στή φυλακή γιά νά σωφρονιστοῦν. Μέ άναλγησία οί δήμιοι τούς άρπαξαν καί ύβρίζοντές τους μέ τά χειρότερα λόγια, τούς έσυραν στή φυλακή, τούς χτύπησαν σκληρά, τούς τράβηξαν τά γένεια, τούς έξέσχισαν τό πρόσωπο καί γενικά τούς

μεταχειρίστηκαν σάν τά πιό εύτελή ύποκείμενα.

Τρία χρόνια έμειναν έγκλειστοι στήν σκοτεινή φυλακή οί άδούλωτοι στήν ψυχή Πατέρες, ύπομένοντας κάθε κακουχία, θλίψη καί ταλαιπωρία. Τρία χρόνια συνεχούς μαρτυρίου καί κακώσεων κι έξευτελισμών, άπίστευτης δοκιμασίας μέσα στή βρωμιά καί τή δυσωδία μέ μόνη τροφή λίγο ψωμί καί νερό καί τό καθημερινό ύβρεολόγιο καί τό τακτικό ξυλοκόπημα.

Όμως οί φλογεροί στήν πίστη Πατέρες μετέτρεψαν τήν δυσώδη φυλακή σέ πνευματικό έργαστήριο, όπου άνέπεμπαν «ώς μύρον εύωδίας πνευματικής» προσευχές, δεήσεις καί φαλμωδίες.

Στίς 5 Άπριλίου του 1231 οί άβάσταχτες κακουχίες προκάλεσαν τό θάνατο ενός άπό τούς 13 μάρτυρες, του Όσιομάρτυρος Θεογνώστου. Οί Λατίνοι πήραν τό τίμιο λείψανο, τό έσυραν στους δρόμους τής Λευκωσίας καί στή συνέχεια τό έριξαν στή φωτιά καί τό έκαψαν.

Τότε προβλέποντας τόν βέβαιο θάνατο καί οί ύπόλοιποι, άπεφάσισαν καί χειροθετήθηκαν άπό τόν ήγούμενο τής Μονής τής Παναγίας τής Κανταριώτισσας Ήωάννη καί τόν Κόνωνα αλλά καί άπό τόν Ήερεμία, καί πήραν τό Μέγα άγγελικό σχήμα τών μεγαλοσχήμων μοναχών καί πήραν τά έξής όνόματα: Μάρκος, Θεόκτιστος, Κύριλλος, Βαρνάβας, Μάξιμος, Ήωσήφ, Γερμανός, Γεράσιμος καί Γεννάδιος.

Πέρασε καί ή τρίτη χρονιά. Ό Φράγκος Άρχιεπίσκοπος, όντας ύποχρεωμένος νά άπουσιάσει άπό τήν Κύπρο, έγραψε στόν Πάπα τής Ρώμης Γρηγόριο Θ' (1227 - 1241) καί ζήτησε οδηγίες τι νά κάνει μέ τούς μοναχούς τής μονής Καντάρας. Καί αυτός συμβούλεψε νά κληθοῦν γιά τρίτη φορά οί μοναχοί καί νά έρωτηθοῦν τι πιστεύουν. Έάν έπιμένουν στή γνώμη τους, τότε νά τιμωρηθοῦν ως αίρετικοί.

Ήστερα άπό τήν ύπόδειξη αυτή, ό Ευστόργιος άνέθεσε τήν ύπόθεση τών Όσίων



Πατέρων στον αντιπρόσωπό του Άνδρέα. Γιά πολλοστή φορά οδηγούνται μπροστά στο βήμα του Φράγκου αρχιερέα, αλλά ή πίστη καί ή γνώμη τους δέν αλλάζει. Οί Άγιοι όμολόγησαν καί πάλι τήν Όρθόδοξη πίστη τους καί διεκήρυξαν τò Συνοδικόν τής Ζ' Άγίας καί Οίκουμενικής Συνόδου, τò όποιο αναγιγνώσκειται τήν Κυριακή τής Όρθοδοξίας. Ύπερασπίστησαν σθεναρά καί με πνευματική άνδρεία τήν Όρθόδοξη πίστη, άρνούμενοι τις καινοτομίες τών Λατίνων.

Οί Λατίνοι, έξοργισμένοι από τήν στάση τους, καταδικάζουν τούς δώδεκα σέ θάνατο. Οί μοναχοί τότε προσεύχονται με ύψωμένα τά χέρια στο Θεό, νά τούς δυναμώσει μέχρι τέλους.

Οί δήμιοι πήραν τούς μάρτυρες, τούς ξέντουςαν τά άγια μοναχικά «σχήματά» τους καί άφοϋ τούς έδεσαν από τά πόδια στις οϋρές δώδεκα άλόνων, άφησαν τά ζώα νά τρέχουν πρώτα στους λιθόστρωτους δρόμους τής άγορής για έκφοβισμό τών Όρθοδόξων κι ύστερα στην κοίτη του ποταμου Πεδιαίου, πού διέσχισε τότε τή Λευκωσία. Οί μάρτυρες μόλις πού πρόφτασαν νά ψελλίσουν μιά σύντομη, μά όλόψυχη προσευχή. Στο τέλος μισοπεθαμένους οί δήμιοι τούς έλυσαν άπ' τις οϋρές κι έρριξαν τά αίμόφυρτα κορμιά τους σέ μιά φωτιά, πού είχε άναφθει κάπου εκεί κοντά καί τούς περίμενε. Έτσι «ράβδοι άνηλεώς τυπτόμενοι καί τήν σάρκα κατατεμνόμενοι» όπως λέγει κάποιος άνώνυμος χρονογράφος, οί δώδεκα «άδαμάντινοι πύργοι τής Όρθοδοξίας ρίχτηκαν στη φωτιά στις 19 Μαΐου του 1231, για νά άποτελειωθούν. Κατά τήν ιερή εκείνη στιγμή, όπως αναφέρει ένας άλλος χρονογράφος, πού ή φωτιά στοργικότερη από τά

όργανα τής κατευθύνουσας τά πάντα αρχής τής Παπικής Έκκλησίας, άρνιόταν νά καταφάγει τις αίμάσσουσες σάρκες του ήρωϊκού ήγουμενου Ίωάννη, πού στεκόταν μέσα στη φωτιά καί προσευχόταν, ένας Λατίνος πού παρακολουθούσε τó φρικαλέο θέαμα άρπαξε ένα ξύλο καί τó πέταξε στο Μάρτυρα. Τό ξύλο χτύπησε τόν Όμολογητή στο κεφάλι καί τόν έρριξε μέσα στις φλόγες. Σάν έσβησε ή φωτιά οί Λατίνοι πρόσεξαν πώς τά λείψανα έμειναν άνέγγιχτα από τή φωτιά. Τότε άναψαν δεύτερη φωτιά κι έριξαν ξανά τά λείψανα σ' αυτή μαζί με κόκκαλα σκύλων, βοδιών, χοίρων κι άλλων ζώων. Τη φορά αυτή κάηκαν τά πάντα.

Έτσι παρέδωσαν στα χέρια του Θεου τή μακαρία ψυχή τους «οί καλλίνικοι του Χριστου μάρτυρες...» καί δέχθηκαν άπ' Αϋτόν τριπλούς τούς στεφάνους: τών Όσίων, τών Όμολογητών καί τών Μαρτύρων.

Ό μαρτυρικός θάνατος τών 13 αυτών Όσιομαρτύρων καί Όμολογητών σέ όλους μας καί σέ όλους τούς αιώνες διασαλπίζει ότι ή διαφορά Όρθοδοξίας καί Παπισμου (Ρωμαιοκαθολικισμού) δέν είναι καθόλου παρωνυχίδα, όπως θέλουν πολλοί νά τήν παρουσιάζουν. Άπό θεολογικής καί σωτηριολογικής άπόψεως ή διαφορά αυτή είναι τόσο μεγάλη, όση ακριβώς είναι ή άπόσταση πού χωρίζει τόν Παράδεισο από τήν Κόλαση.

Γι' αυτό ακριβώς τόν λόγο προτίμησαν οί Άγιοι Μοναχοί τόν θάνατο, παρά νά «έκλατίνισουν», έστω καί κατ' έλάχιστο, τήν άτόφια Όρθόδοξη Πίστη τους. Γι' αυτό ή Έκκλησία μας τιμά τήν μνήμη τους στις 19 Μαΐου κάθε χρόνο καί δοξολογεί τον Θεόν, τόν «θαυμαστόν έν τοις άγίοις Αϋτου».

πηγή: Διαδύκτιο καί κ.

Ο Γέροντας Αναστάσιος Κουδουμιανός

Μιά αγιασμένη
μορφή τῶν
ἡμερῶν μας

Ο μακαριστός Ἀρχιμανδρίτης Ἀναστάσιος κατά κόσμον Γεώργιος Λεονταρίδης, γεννήθηκε στὸν Πανασό Κρήτης, στίς 20/7/1927. Ὁ πατέρας του ὀνομαζόταν Νικόλαος, καταγόμενος ἀπὸ τὴ Σελεύκεια τῆς Μικρᾶς Ἀσίας, μέ πολλοὺς συγγενεῖς στό χωριὸ Δαμάνια Μονοφατισίου Κρήτης, τόπο ἐγκατάστασης προσφύγων ἀπὸ τὴ Σελεύκεια, μετὰ τὴ μικρασιατικὴ καταστροφή.

Ἡ ἀγράμματη μητέρα του Ἑλένη, καταγόταν ἀπὸ τὸ χωριὸ Πανασὸς Καινουργίου Κρήτης, ἡ ὁποία ἀγαποῦσε τὸν Θεὸ καὶ τὴν Ἐκκλησία καὶ ἡ ὁποία ἀργότερα ἔγινε Μοναχή μέ τὸ ὄνομα Εὐγενία.

Οἱ γονεῖς τοῦ Γέροντα εἶχαν τρία παιδιά, τὸν Γεώργιο, τὴ Μαρία καὶ τὴν Κυριακή, ἡ ὁποία κοιμήθηκε σὲ ἡλικία 7 ἐτῶν. Τὰ τρία αὐτὰ παιδιά χάσανε



νωρίς τόν πατέρα τους, σέ δύσκολη ἐποχή καί μεγάλωσαν μέσα σέ δυστυχίες, πείνες, ἀρρώστιες καί ταλαιπωρίες.

Τόν Γέροντα, ως μικρό Γεώργιο, τόν ὠθησε στά στοιχειώδη γράμματα τοῦ δημοτικού σχολείου ἢ μητέρα του. Ὅπως ὁ ἴδιος ἔλεγε τά πράγματα τότε ἦταν πολύ στενά, ἀγόραζαν ἀκόμα καί τά βιβλία τοῦ σχολείου. Ὁ μαθητής Γεώργιος ὅμως εἶχε φιλομάθεια καί ἔλαβε, τότε, πέντε ἐνδεικτικά μέ βαθμό ἐννιά καί τό ἀπολυτήριο μέ ἄριστα δέκα. Ἡ δύσκολη ἐκείνη ἐποχή διέκοψε τίς ἄριστες μαθητικές ἐπιδόσεις του.

Ἡ εὐλαβέστατη μητέρα τους ἀπό νωρίς τούς μετάγγισε τή δύναμη τῆς πίστεως καί τῆς προσευχῆς.

Ὁ Γέροντας ἔμαθε νά νηστεύει αὐστηρά, νά μελετᾷ καί νά προσεύχεται μέ ὅλη τή δύναμη τῆς καρδιάς του. Ὡς μικρό παιδί, μελέτησε τόν βίο τοῦ Ἁγ. Ἀντωνίου, ἐμπνεύστηκε ἀπό τούς ἄθλους τῆς ἐνθεης βιοτῆς του καί ἄρχισε νά ἐξασκεῖ τήν εὐχή «Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ Υἱέ καί Λόγε τοῦ Θεοῦ τοῦ ζῶντος, διά τῆς Θεοτόκου, ἐλέησόν με τόν ἁμαρτωλόν».

Ὅπως ἀφηγεῖτο ὁ ἴδιος, αὐτή ἦταν ἡ μόνιμη προσευχητική του ἐνασχόληση. Δημιουργήθηκαν ἔτσι οἱ προϋποθέσεις ἀπό τά παιδικά χρόνια του ὥστε νά ἀναπτυχθεῖ ἀργότερα ἡ ἐσωκάρδια νοερά προσευχή, ὅταν ἐνεδύθη τό μοναχικό σχῆμα.

Ἡ προσευχή του ὅμως προσήλκυσε τή χάρη τῆς Θεοτόκου, ἡ ὁποία τοῦ χορήγησε στήν πρώτη τάξη τοῦ δημοτικοῦ τό χάρισμα τῆς χωρητικότητος τοῦ νοῦ. Ἡ εὐλογία τῆς Θεοτόκου τόν συνόδευε πάντοτε.

Ἀργότερα ὁ Γέροντας μέ τήν χάρη τοῦ Θεοῦ καί τούς πνευματικούς του ἀγῶνες ἔγινε ὁ βιωματικός ἄνθρωπος, μέσα στό πνευματικό στερέωμα τῆς ἀσκητικῆς παράδοσης τῆς Ἐκκλησίας μας.

Ὅταν ὡς ἔφηβος βρέθηκε στήν πόλη τοῦ Ἡρακλείου ἐργαζόμενος, παρασύρθηκε ἀπό ἕναν συγχωριανό του πού ἀνῆκε σέ κάποια εὐαγγελική αἵρεση καί παρακολούθησε μιά



ὀμιλία πού ἔγινε σέ αἴθουσά τους. Εὐθύς ἀμέσως ἡ Θεοτόκος ἐφανίστηκε ἀστραπιαία στό νεαρό Γεώργιο, δείχνοντάς του τό μεγαλεῖο τῆς Θ. Λειτουργίας ἀπό τό ὁποῖο κινδύνευσε νά ἀποκοπεῖ.

Ὑπηρέτησε στίς τάξεις τοῦ ἐλληνικοῦ στρατοῦ, ἐνῶ τά προηγούμενα χρόνια εἶχε ταλαιπωρηθεῖ ἀπό τή γερμανική κατοχή καί τά δεινά τοῦ γνωστοῦ ἐθνικοῦ διχασμοῦ.

Ἡ παιδιόθεν κλίση του πρὸς τή μοναχική πολιτεία ἄρχισε νά γίνεται πραγματικότητα μέ τήν εἴσοδό του, ὡς δοκίμου μοναχοῦ, στήν Ἱ. Μ. Βροντησίου, στίς 26/7/1957, ἡμέρα ἑορτῆς τῆς Ἁγ. Παρασκευῆς, σέ ἡλικία 30 ἐτῶν. Τό γεγονός τῆς ἀναχώρησής του ἀπό τόν κόσμο τό ἀπέκρυψε ἐντελῶς ἀπό τούς συγγενεῖς του καί ἀπό κάθε ἄλλο ἄνθρωπο. Γιά τήν προσέλευσή του στήν Ἱ. Μ. Βροντησίου συνετέλεσε καί τό γεγονός ὅτι ὁ τότε ἐφημέριος τοῦ χωριοῦ του, Πανος Ἀρχιμ. Θεοδόσιος, ἦταν τήν περίοδο ἐκείνη καί Ἠγούμενος τῆς ἐν λόγῳ Ἱ. Μονῆς, εὐρισκομένη σχεδόν πλησίον τῆς γενέτειράς του Πανασός. Ὁ τότε



Γεώργιος Λεονταρίδης και μετέπειτα δόκιμος μοναχός, δέν γνώριζε τίποτα περί 'Ι. Μονῶν.

Βοηθήθηκε πνευματικά ἀπό τόν 'Ιερομόναχο Γελάσιο τῆς 'Ι.Μ. Βροντησίου, ἔκανε τόν κανόνα του, πού μεταξύ ἄλλων συμπεριελάμβανε ἑκατό μετάνοιες κάθε βράδυ. Στήν 'Ι. Μ. Βροντησίου χειροτετήθηκε ἀναγνώστης ἀπό τόν τότε ἀοίδιμο Μητροπολίτη Κρήτης Εὐγένιο.

Τήν περίοδο ἐκείνη στήν 'Ι. Μ. Βροντησίου ἐμόναζε ὁ π. Ἀντώνιος Γεπεσάκης, ὁ ὁποῖος ἀργότερα πῆγε στήν Ἀνώπολη. Ἀπό τήν Ἀνώπολη μετακινήθηκε στήν 'Ι. Μ. Κουδουμᾶ,

ὡς Ἡγούμενος, ἀπό τόν ἀοίδιμο Ἐπίσκοπο Ἀρκαδίας Τιμόθεο, σέ ἀντικατάσταση τοῦ Πανοσ. Ἡγουμένου, Ἀρχιμ. Ἰωακείμ Δρακωνάκη.

Μετά τόν διορισμό τοῦ Πανοσ. Ἀρχιμ. Ἀντωνίου Γεπεσάκη, ὡς Ἡγουμένου τῆς 'Ι. Μ. Κουδουμᾶ, ὁ δόκιμος μοναχός Γεώργιος, ἔχοντας γνωριμία μαζί του ἀπό τό Βροντήσι, ἀποφάσισε νά κατευθυνθεῖ πρὸς τήν 'Ι. Μ. Κουδουμᾶ.

Ἀντί ὅμως νά πορευθεῖ πρὸς τήν 'Ι. Μ. Κουδουμᾶ, πῆγε στήν 'Ι. Μ. Ὁδηγήτριας, ἐπί ἡγουμενίας τοῦ Πανοσ. Ἀρχιμ. Καλλινίκου, κατόπιν προτροπῆς τῶν πατέρων τῆς 'Ι. Μ. Καλυβιανῆς.

Κατά τήν διάρκεια τῆς παραμονῆς του στήν Ἱερά Μονή Ὁδηγήτριας καί συγκεκριμένα στίς 29/12/1957 δοκίμασε μιά ἀπροκάλυπτη καί ἀνελέτη κακουργία τῶν δαιμόνων.

Ἀντιμετώπισε ὀλοφάνερη καί ἀδυσώπητη πολεμική ἀπό διαβολικά τάγματα τά ὁποῖα - ὅπως ἔλεγε ὁ Γέροντας- θέλουν νά συντρίψουν κάθε ἀνθρώπινη ψυχή. Ἐμεινε γιά λίγες ἡμέρες ἀκόμα στήν 'Ι. Μ. Ὁδηγήτριας καί κατόπιν προσῆλθε καί ἐνεγράφη ὡς δόκιμος στήν 'Ι. Μονή Κουδουμᾶ.

Στίς 12/8/1958, ἐπί ἡγουμενίας τοῦ Ἀρχιμ. Ἀντωνίου Γεπεσάκη, ἐκπληρώθηκε ὁ θεῖος του πόθος καί ἐκάρη μοναχός, μέ τό ὄνομα Ἀναστάσιος. Τόν ἐπόμενο χρόνο, δηλαδή στίς 11/8/1959, χειροτονήθηκε διάκονος στήν 'Ι. Μονή τῆς μετάνοίας του, ἀπό τόν Ἐπίσκοπο Ἀρκαδίας Τιμόθεο καί ἀργότερα Πρεσβύτερος.

Ἐδῶ ἐμπνεύστηκε ἀπό τήν ἡσυχαστική παράδοση τοῦ Μοναστηριοῦ τήν παραδεδομένη ἀπό τούς Ἁγίους νέους κτήτορες του, Παρθένιο καί Εὐμένιο καί ἐπιδόθηκε σέ σπουδαίους πνευματικούς ἀγῶνες.

Ἀθλήθηκε πρωτογενῶς στήν ὑπακοή, ἀγόγγυστα διακόνησε σέ ὅλα τά διακονήματα, τά ὁποῖα τόν καιρό ἐκείνο, ἰδιαίτερα στήν 'Ι. Μ. Κουδουμᾶ, ἦταν ἐξαιρετικά κοπιαστικά καί ἐπίπονα.

Ἐμπνεύστηκε ἀπό τή ζωή παλαιότερων

καί ἐναρέτων Μοναχῶν, ὅπως τοῦ Παρθενίου Φαράκη, πνευματικοῦ τέκνου τῶν Ἁγ. Πατέρων Παρθενίου καί Εὐμενίου, τοῦ Νικοδήμου Καλιγιαννάκη καί τοῦ Εὐμενίου Χαριτάκη. Ὑπῆρξε συνασκητής καί συναγωνιστής τοῦ ὁσίου Γέροντα Εὐμενίου Σαριδάκη καί ἀρωγός του στόν μεγάλο πειρασμό πού ἀντιμετώπιζε τά χρόνια ἐκεῖνα. Πάντοτε μιλοῦσε γιά τόν π. Εὐμένιο μέ μεγάλο σεβασμό καί τόν τιμοῦσε ὡς ἕνα ὄσιο τῆς Ἐκκλησίας μας.

Ἐντός τῆς χάριτος καί τῆς ὑπακοῆς τῆς ἀγιάζουσας Ἐκκλησίας, μέ ὀρθό ἐκκλησιαστικό φρόνημα καί μέ τήν εὐλογία τοῦ Ἁγίου-μένου του καλλιέργησε τή σιωπή καί τήν εὐχή καί ἀθέατος ἀπό τήν ὑπόλοιπη ἀδελφότητα κατέφευγε στά σπήλαια καί τά ἀγιασμένα ἀσκητήρια, ἰδιαίτερα τίς νυχτερινές ὥρες, μέ νηστεῖες, μέ χαμαικοιτίες, μέ ἀγρυπνίες, μέ τήν ἐσωτερική νοερά ἐργασία καί ἄλλα πνευματικά γυμνάσματα καί ἀσκητικά παλαίσματα, ἀπό τά ὁποῖα ἀπόκτησε σπουδαῖες καί βαθεῖες πνευματικές ἐμπειρίες.

Ἐζησε, ἐπί 7 περίπου χρόνια, στό Ἱ. Μετόχιό τῆς Ἱ. Μ. Κουδουμᾶ, στόν Ἁγ. Ἰωάννη πού βρίσκεται σέ παραλιακό χῶρο.

Ἐκεῖ διέμενε ἐντός σπηλαίου μέσα σέ ἀπαράκλητες γιά τά ἀνθρώπινα μέτρα συνθῆκες διαβίωσης. Τήν περίοδο αὐτή εἶχε συνασκήτρια τή μητέρα του ἡ ὁποία, ὅπως προείπαμε ἐκάρη Μοναχή μέ τό ὄνομα Εὐγενία.

Τό βαρῦ ἐγκεφαλικό πού ὑπέστη ἡ μητέρα του τό 1973 τόν ἀνάγκασε νά ἐγκαταλείψει τόν ἀγαπημένο του χῶρο τῆς ἀσκήσεως καί νά ἐπανέλθει στό χωριό του Πανασός γιά νά δώσει τήν ἀναγκαῖα βοήθεια σ' ἐκείνη, ἡ ὁποία ἐκοιμήθη τό ἴδιο ἔτος καί ἐτάφη στό ἐν λόγω χωριό.

Μετά τήν κοίμηση τῆς μητέρας του μετέβη στό Ἁγ. Ὄρος, ὅπου περιόδευσε σέ Ἱ. Μονές καί Σκήτες, χάριν εὐλογίας καί ἐγκαταβίωσε στήν σκήτη τῶν Ἰβήρων, κοντά στόν Γέροντα Γρηγόριο γιά ἕνα περίπου ἔτος. Ἡ ἐκεῖ παραμονή του ἦταν ὠφέλιμη, καθὼς ἐζησε τόν ἀγιορείτικο τρόπο ζωῆς, ἀλλά καί γνώρισε σπουδαῖες προσωπικότητες, ὅπως τόν Γέ-



ροντα Ἀθανάσιο τόν Ἰβηρίτη.

Ἐπανῆλθε στήν Κρήτη γιά λόγους υἰγείας τό ἔτος 1974, καί μετά ἀπό συνάντηση μέ τό γνωστό του Μητροπολίτη Γορτύνης καί Ἀρκαδίας Τιμόθεο, χειροτονήθηκε Πρεσβύτερος στίς 24/11/1974. Ὁ ἐπίσκοπος Τιμόθεος τοῦ πρότεινε νά ἐπιλέξει μεταξύ τῶν Ἐνοριῶν Ἀντισκαρίου καί Τσοῦτσουρου.

Ὁ Γέροντας ἐπέλεξε τήν ἐνορία Τσοῦτσουρου στήν ὁποία ἐφημέρευσε ἀπό τό 1974 ἕως καί τίς 30/6/2000, ὅποτε καί συνταξιοδοτήθηκε. Διετέλεσε παράλληλα καί ἐφημέριος τοῦ Ἱ. Προσκυνηματος τοῦ Ἁγ. Νικήτα ἀπό τό 1992 ἕως καί τό 1995 καί ἐπίσης διετέλεσε καί Ἐφημέριος στήν Ἐνορία Μαχαιρᾶ. Ἔλεγε γιά τίς τότε ἐμπειρίες του «ἀπό τή διακονία στόν κόσμο, εἶχα ξεκλείνει τοῦ αὐστηροῦ ἐκείνου μοναστικοῦ περιορισμοῦ, γιατί ἡ κοινωνική ζωή ἦταν διαφορετική». Τά ὀνόμαζε «παρατράγουδα» τοῦ κόσμου.

Ἐπανῆλθε στήν Ἱ. Μονή τῆς μετανοίας του μόνιμα τό ἔτος 2002, ὅπου ἐζησε τόν ὑπόλοιπο βίο του ἀσκητικά καί σιωπηλά, «πλήρης χάριτος καί Πνεύματος Ἁγίου», διδάσκων τόν ἀνεκτίμητο λόγο τῆς πατερικῆς παραδόσεως καί ἀπολαμβάνων τόν ἀπεριόριστο σεβασμό τῆς ἀδελφότητος καί τῶν προσκυνητῶν τῆς Ἱ. Μονῆς, μέχρι τῆς ὀσιακῆς τελευτῆς του, ἡ ὁποία ἐπῆλθε στίς 2/12/2013.

(ἀπό ἀνάτυπο τῆς Ἱερᾶς Κοινοβιακῆς Μονῆς Κοιμήσεως Θεοτόκου Κουδουμᾶ)

ΝΟΨΘΕΣΙΕΣ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ



Τεκνία αγαπάτε ἀλλήλους» γιατί αυτό φτάνει για όλα. Νά αγαπήσει ὁ ἕνας τόν ἄλλον, ἀλληλεγγύη ὁ ἕνας πρὸς τόν ἄλλο. Ἐγώ, θά μοῦ πείτε ὅτι τά λέω αὐτά γιατί δέν εἶμαι ἰκανός νά ἐξυπηρετήσω κανένα καί ἐμένα μέ ἐξυπηρετοῦνε, ἀλλά δέν εἶμαι ἰκανός, γι' αὐτό. Ὅλοι μας καί σέ ὅ,τι μπορεῖ ὁ κάθε ἕνας, ἂν δέν μπορούμε μέ ἔργα, τουλάχιστον μέ τή διάθεση τῆς καρδιάς.



Σέ κάθε ἐπίθεση στρατιωτική χρειάζεται ἀμέσως καί σταθεροποίηση γιατί ἂν δέν σταθεροποιηθεῖς δέχεσαι ἀντεπίθεση ἀπό τό ἐχθρικό μέτωπο, ἔτσι λοιπόν καί ἐμεῖς κάνοντας κάτι καί νομίζοντας ὅτι προοδεύσαμε κάπου πρέπει νά ζητᾶμε σταθεροποίηση, καί «ὁ δοκῶν ἐστάναι, βλεπέτω μή πέση» (Α' Κορ. 10,12).



Ας προχωροῦμε λοιπόν ὁ κάθε ἕνας μέ τή διάκριση πού τοῦ χαρίζει ὁ Κύριος καί τόν ὄπλισμό ἐκεῖνο πού καταγράφει ὁ Ἀπόστολος Παῦλος, τήν πίστη σάν ἄγκυρα, τήν ἐλπίδα καί ἰδίως τήν ἀγάπη, ἡ ἀγάπη εἶναι τό πλήρωμα τοῦ νόμου, ὅλα τά καλύπτει, τίποτα δέν τήν πτοεῖ, ἄς προχωροῦμε μέχρι νά φτάσουμε στόν Ποθούμενον.



Εἶναι μυστήρια πού ὁ ἄνθρωπος δέν μπορεῖ νά τά ζήσει ἐν ἡσυχία, ἡσυχία ἐννοῶ τήν ἄνεση. Τήν ἡσυχία τήν πνευματική πρέπει νά τήν ἐπιδιώκουμε. Δέν μπορεῖς νά πετύχεις σέ καιροῦ ἀνέσεων οὔτε μέ ἀνάπαυση στά πράγματα τοῦ κόσμου, στά

ύλικά και τά λοιπά. Ὁ ὄφης γιὰ νά ἀλλάξει τό πουκάμισό του πρέπει νά περάσει ἀπό στενό τόπο νά ἀφήσει τό παλιό του δέρμα γιὰ νά τοῦ φυτρώσει τό ἄλλο, ἔτσι καί ὁ χριστιανός πρέπει νά περάσει ἀπό τή στενή πύλη, νά τριφτεῖ καί αὐτός γιὰ νά βγάλει τό παλαιό ἔνδυμα, τοῦ παλαιοῦ ἀνθρώπου καί νά ἐπειδυθεῖ τόν Κύριό μας Ἰησοῦ Χριστό.



που. Ὁλος ὁ πνευματικός ἀγῶνας κατά τή Μεγάλη Σαρακοστή εἶναι δύσκολος καί πρέπει νά συνεχίσουμε μέχρι τήν τελευταία ὥρα μή πτοούμενοι ἀπό τίποτα, οὔτε κρυφό οὔτε φανερό, οὔτε πνευματικό οὔτε ὑλικό,

οὔτε ἀπό ἀνθρώπους, οὔτε ἀπό δαίμονες. Ὅλα τά ποδοπατοῦμε μέ τή χάρη τοῦ Χριστοῦ μας, πού μέ τήν δύναμή Του μάς ἔδωσε ἐξουσία στό πρόσωπο τῶν Ἀποστόλων Του «ἵνα πατοῦμεν ἐπάνω ὄφων καί σκορπιῶν καί ἐπί πᾶσαν τήν δύναμιν τοῦ ἐχθροῦ καί οὐδέν ὑμᾶς οὐ μή ἀδικήσει» (Λουκ. 10, 19), οὐδέ βλάψει.

Διανύουμε τή σταυρώσιμη περίοδο τῆς Σαρακοστῆς, γιὰ νά φτάσουμε στήν ἀέναο χαρά τῆς Ἀναστάσεως τοῦ Κυρίου μας. Ὅποιος δέν περάσει τόν σταυρό δέν θά δεῖ καί τήν ἀνάσταση, μπορεῖ μὲν νά ἐορτάσει ἀνάσταση, νά φάει καί νά πιεῖ, νά σουβλίσει καί τό ἀρνί, νά τσακίσει καί τά αὐγά, καί τά καλιτσούνια καί ὅλα αὐτά, ἀλλά οὐσιαστικά, πνευματικά δέν ἐορτάζει Πάσχα, δέν γιορτάζει ἀνάσταση στήν ψυχή του μέσα.



Οπως ἐμεῖς ἐτοιμάζουμε τόν πνευματικό μας ἐξοπλισμό γιὰ νά ἀντιπαρέλθουμε τόν καιρό τῶν νηστειῶν, ἔτσι καί αὐτός (ὁ διάβολος) ἐτοιμάζει τόν πόλεμό του μέ τούς δικούς του. Ὁ πόλεμος γίνεται καί ἔμμεσα καί ἄμεσα. Καί μέ πνεύματα, μέ δαίμονες καί μέ ἀνθρώπους πού τόν ὑπακοῦνε. Γι' αὐτό οἱ πειρασμοί πού μάς ἔρχονται αὐτόν τόν καιρό τῆς Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς εἶναι ἀσύγκριτα μεγαλύτεροι ἀπό ὅλους τούς πειρασμούς ὅλων τῶν ἄλλων περιόδων τοῦ ἔτους.



Πρέπει νά εἶμαστε νηφάλιοι, νά ἔχουμε τό νοῦ μας. Νά εἶμαστε στή θύρα ξάγρυπνοι ἵνα ἐργαζόμαστε καί ἵνα φυλάττομε, καθῶς ἔχει πάρει ἐντολή ὁ πρωτόπλαστος στόν Παράδεισο, «ἔθετο αὐτόν ἐν τῷ Παραδείσῳ ἐργάζεσθαι αὐτόν καί φυλάσσειν» (Γεν. 2, 15).



Ηνηστεία ἔχει ἐπιπτώσεις ὅπωςδήποτε στό σῶμα, ἀλλά εἶναι ἀπαραίτητη γιὰ τήν πνευματική ἀνάπτυξη τοῦ ἀνθρώ-



Ηζωή τοῦ χριστιανοῦ γενικότερα, ἀλλά ἰδίως τοῦ μοναχοῦ εἶναι σταυροαναστάσιμη. Πρῶτα σταύρωση καί ὕστερα ἀνάσταση, γι' αὐτό πρέπει νά εἶμαστε πάντα πρόθυμοι στόν ἀγῶνα. Θά βαδίσουμε, θά προσπεράσουμε τά πάντα, θά προσπεράσουμε καί αὐτήν τήν ἰδέα τοῦ θανάτου.

(ἀπό ἀνάτυπο τῆς Ἱερᾶς Κοινοβιακῆς Μονῆς Κοιμήσεως Θεοτόκου Κουδουμᾶ)

ΒΟΤΑΝΑ ΓΙΑ ΤΣΑΪ & ΑΦΕΨΗΜΑ

μέ εϋεργετικές ιδιότητες



• ΒΟΤΑΝΙΚΟ ΤΣΑΪ ΓΙΑ ΑΥΠΝΙΑ

(μέ πριμούλα, λυκίσκο, λεβάντα, βαλεριάνα & ύπερικόν) Έκχυμα: 1κ. γλυκού σέ καυτό νερό γιά 15'.



• ΛΟΥΙΖΑ

Λιποδιαλυτική δράση, διεγείρει τό μεταβολισμό βοηθώντας τήν προσπάθεια άδυνατίσματος. Ήρεμιστική & Σπασμολυτική γιά Αϋπνία & Στομαχόπονους.



• ΓΑΙΔΟΥΡΑΓΚΑΘΟ

Τονωτικό & διεγερτικό του Ήπατος, Γαλακταγωγό, Μαλακτικό, Αντικαταθλιπτικό, Έφιδρωτικό, κατά των κολικών & δυσεντερίας, αυξάνει τήν έκκριση τής χολής.



• ΒΟΤΑΝΙΚΟ ΤΣΑΪ ΓΙΑ ΑΓΧΟΣ

(μέ Βαλεριάνα, Πασσιφλώρα & Άνθη Λεβάντας) Έκχυμα: 1κ. γλυκού σέ καυτό νερό γιά 10-15'.

΄Ελαιο κατά τής δυσκοιλιότητας

μέ θεραπευτικά βότανα κατά τής δυσκοιλιότητας.

Χρήση: Μία κουταλιά τής σούπας στό ρόφημα, βελτιώνει και βοηθά στή σωστή λειτουργία του έντέρου.

(Ανάλογα μέ τήν πάθηση μπορείτε νά χρησιμοποιήσετε και δύο κουταλιές τής σούπας).

Είμαι πολύ άποτελεσματικό.



ΓΝΗΣΙΟ ΘΥΜΙΑΜΑ (λιβάνι)

έξαιρετικής ποιότητας



ΑΡΩΜΑΤΑ:

- Χερουβικό
- Γαρδένια
- Μύρο
- Βηθλεέμ
- Άξιον Έστί
- Μύρο Σάρωφ
- Νυχτολούλουδο
- Τριαντ/λο
 μέ κεχριμπάρι
- Άνθος Έρήμου
- Βυζαντινό
- Φούλι
- Κυπαρίσσι (Σύπρ)
- Σμύρνα
- Κεχριμπάρι
- Ζουμπούλι

Λιβάνι-Θυμίαμα με ανανεωμένη σύνθεση, με ακόμα καλύτερες πρώτες ύλες και άρώματα που τελειοποιούν την ποιότητα του θυμιάματος που προσφέρεται στο Θεό.

- Διατίθεται σε συσκευασία κιλοῦ/μισόκιλου/τετάρτου



Μύρο Νάρδου μέ άγίασμα

Εὐλογία από τό άγίασμα καί εὐωδία έκλεπτυσμένων άρωμάτων Νάρδου Αγίας Μαρίας Μαγδαληνης. Μπορείτε νά βάζετε επάνω σας ή νά ραντίζετε τό σπίτι σας μέ τό έκκλησιαστικό άρωμα πού φτιάχνουμε στό Μοναστήρι μας. Μπορείτε επίσης νά τό βάζετε στις εικόνες πού έχουν τζάμι, ή νά τό προσφέρετε στην Έκκλησία.

Υγεία από τό φαρμακείο του Θεού μέ ελαιόλαδο καί θεραπευτικά βότανα

Το γνωστό από τήν αρχαιότητα γιά τίς
πολύτιμες θεραπευτικές ιδιότητές του

Βαλσαμέλαιο θεραπευτικό



ΒΑΛΣΑΜΕΛΑΙΟ Αναλγητικό, αντι-φλεγμονώδες καί έπουλωτικό, εΐναι έξαιρετικά αποτελεσματικό γιά τήν ισχιαλγία καί τήν όσφυαλγία, όπως καί γιά κάθε πόνο ρευματικό, γιά τούς πόνους τών άρθρώσεων καί τήν ύδρωπικία. Γιά κάθε είδους πληγές, πρόσφατες ή άνοιχτές, κακώσεις, μώλωπες καί έκχυμώσεις, διαστρέμματα, έγκαύματα, φλεγμονές, έλκη, οιδήματα. Μέ μιά άπλή έπάλειψη. Ανακουφίζει καί θεραπεύει άμεσα: πληγές, έγκαύματα, κισούς, φλεγμονές, έρεθίσματα, κνησμούς, τσιμπήματα έντόμων, δερματοπάθειες, σκασίματα σέ πτέρνες καί άγκώνες, αίμορροΐδες, ρευματισμούς,

άρθριτικά. Μία κουταλιά του γλυκού στό ρόφημα θεραπεύει το έλκος στομάχου, τήν διάρροια, έσωτερικές φλεγμονές, καούρες, έσωτερικές αίμορροΐδες. Εΐναι τονωτικό γιά τήν άποκατάσταση του νευρικού συστήματος.

Λοιπά εύεργετικά έλαια:

χαμομηλέλαιο/λεβαντέλαιο/αγριοραδικέλαιο/ριγανέλαιο/δαφνέλαιο



Θεραπευτικές αλοιφές με άγνό κερι, έλαιόλαδο, & θεραπευτικά βότανα



● **ΚΟΥΡΑΣΜΕΝΑ ΠΟΔΙΑ** για όρθοστασία & έντονη κούραση με παρθένο έλαιόλαδο, άγνό κερι, τσουκνίδα, χαμομήλι, κυπαρισσόμηλα

● **ΕΠΟΥΛΩΣΗ ΠΛΗΓΩΝ** για πληγές, κατακλίσεις κλπ. με παρθένο έλαιόλαδο, άγνό κερι, σπαθόχορτο (βαλσαμέλαιο), βουζιλάντη

● **ΚΡΥΟΛΟΓΗΜΑ** για τη γρίπη και το κρυολόγημα & την ψύξη με παρθένο έλαιόλαδο, άγνό κερι, καμφορά, εύκάλυπτο, θυμάρι, δενδρολίβανο

● **ΑΝΑΛΓΗΤΙΚΗ** για πόνους αχίλλαι, γονάτου, ρευματισμούς & αρθριτικά. με παρθένο έλαιόλαδο, άγνό κερι, καμφορά, τσουκνίδα, θυμάρι, πεύκο

Κηραλοιφές παραδοσιακές



● **ΚΗΡΑΛΟΙΦΗ** ένυδατική για τὰ χέρια και τό πρόσωπο με παρθένο έλαιόλαδο, μελισσοκέρι και αιθ. έλαια.

● **ΚΗΡΑΛΟΙΦΗ ΚΗΠΟΥΡΟΥ** για πολύ ταλαιπωρημένα χέρια, άγκώνες, φτέρνες, ξηροδερμία με σησαμέλαιο, λάδι καρύδας, μέλι, τσαΐ καλέντουλας, μελισσοκέρι.

● **ΕΙΔΙΚΗ ΚΗΡΑΛΟΙΦΗ** για κρυολόγημα παιδιών με σογιέλαιο, λάδι καλέντουλας, βούτυρο κακάο, κερι, βάλαμο, μέντα, λεβάντα, τίλιο, θυμάρι.

ΑΓΙΟΓΡΑΦΗΣΗ ΤΟΥ ΙΕΡΟΥ ΝΑΟΥ ΤΗΣ ΜΟΝΗΣ ΜΑΣ ΤΩΝ ΑΓΙΩΝ ΝΕΚΤΑΡΙΟΥ ΚΑΙ ΦΑΝΟΥΡΙΟΥ



Ἀγαπητοί μας φίλοι καί ἀδελφοί,
Ξεκίνησε ἡ ἀγιογράφηση τῆς κόγ-
χης τοῦ ἱεροῦ στόν Ἱερό Ναό τῆς
Μονῆς μας, ἐπ' ὄνοματι τοῦ Ἁγίου
Νεκταρίου καί Ἁγίου Φανουρίου.

Εὐελπισθοῦμε στήν ἀγάπη σας
ὅτι θά ἔχουμε τήν ἀμέριστη βοήθειά

σας στό ἔργο τῆς ἀγιογράφησης πού
ξεκινήσαμε, πρὸς τιμὴν τῶν Ἁγίων
μας Νεκταρίου καί Φανουρίου καί
ὑπέρ ὑγείας καί βοήθειας τῶν συγ-
γενῶν καί φίλων σας καί εἰς μνήμη
τῶν κεκοιμημένων προσφιλῶν σας
προσώπων.

Ὅσοι ἐπιθυμεῖτε νά συμβάλλετε ἔστω καί μιὰ πινελιά στήν Ἀγιογράφηση τῆς
Πλατυτέρας παρακαλοῦμε ὅπως χρησιμοποιήσετε τήν ταχυπληρωμή πού ἐσω-
κλείεται στό περιοδικό ἢ καταθέτοντας τόν ὀβολό σας στό Λογαριασμό
Ἐθνικῆς Τραπέζης 426/440265-04.



27 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

Τὴν Τρίτη καί Τετάρτη 26-27 Αὐγούστου
ἡ Ἱερά Μονή μας πανηγυρίζει τόν δεύτερο
προστάτη της, **ΑΓΙΟ ΦΑΝΟΥΡΙΟ**
τόν Νεοφανῆ καί Θαυματουργό.