



# "Ο ΤΡΟΤΑΙΟΦΟΡΟΣ"



ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΕΝΟΡΙΑΣ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ

ΦΥΛΛΟ 15<sup>ο</sup>/ΕΤΟΣ 6<sup>ο</sup>

ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2009

## «Φωτίζου, φωτίζου, η Νέα Ίερουσαλήμ· η γάρ δόξα Κυρίου επί σέ άνέτειλε».



Άγαπητοί Πατέρες και Άδελφοί,

«Εορτών έορτή και πανήγυρις πανηγύρεων», ή Άνάσταση μās φέρνει στη συναίσθηση ότι στη διαχρονική και γιγαντιαία πάλη ανάμεσα στην αγάπη και στο μίσος, ανάμεσα στο φώς και στο σκοτάδι, ανάμεσα στη ζωή και στο θάνατο, ό Χριστός είναι ό νικητής. Δέν είναι θριαμβευτής σαν ήρωας της στιγμής, σαν ένας από μηχανής θεός των αρχαίων μύθων, αλλά ως Θεός και άνθρωπος πού έζησε ανάμεσά μας και βίωσε τό μίσος και άπειλήθηκε από τό σκοτάδι και κακοπάθησε και ποδοπατήθηκε κατά άνθρωπο, ραπίστηκε και σταυρώθηκε για τή σωτηρία μας. Κατεβαίνοντας στον Άδη, λύτρωσε τους «άπ' αιώνος εκεί καθεύδοντας», χαρίζοντάς τους τή λύτρωση και τή χαρά του Παραδείσου.

Όλα τούτα γίνανε από αγάπη. Ό Τριαδικός Θεός μās δημιούργησε από αγάπη, για να μās καταστήσει κοινωνούς της Βασιλείας Του. Ός γένος

άνθρωπινο δέν άνταποκριθήκαμε στο ύψηλό κάλεσμα, αλλά ό Θεός είναι αγάπη (Α΄ Ίω. 4, 7) είναι ή άπόλυτη Άγάπη. Καί αυτή ή άπόλυτη Άγάπη καταπάτησε τό θάνατο, έλευθερώνοντάς μας από τό φόβο και τό άγχος. Μέ τό Πάσχα εγκαινιάζεται ένας καινούριος αιώνας, πού αλλάζει και άνανεώνει τά πάντα. «Καιουργείται» πλέον τό κάθε τι μέσα στην ιστορία και ό χρόνος μεταβάλλεται σε αιωνιότητα.

Μετά τήν Άνάσταση του Χριστού, ή ζωή παίρνει άλλο χρώμα και άλλη διάσταση. Τό άπαισιόδοξο και εύτελές, τό άβίωτο βίωμα, μετατρέπεται σε χαρά και αγαλλίαση. Λάμπει πλέον ή ζωή και τόν άνυπόφορο ίσαμε χθές χρόνο φωτίζει ή αιωνιότητα. «Νύν πάντα πεπλήρωται φώτος, ουρανός τε και γη και τά καταχθόνια...». Πλημμυρίζει μέ τήν Άνάσταση, ή πλάση όλόκληρη μέ ένα ιδιαίτερο φώς, ένα φώς πού άπλώνεται παντού, για να άγκαλιάσει τους πάντες, χωρίς διάκριση φυλής, χρώματος, καταγωγής, ηλικίας, μορφώσεως. Δέν ξεχωρίζει ό Θεός κανένα· είμαστε όλοι παιδιά του Θεού και έχουμε τά ίδια δικαιώματα. Άπλώνοντας τή σκέψη μας στον κόσμο πού ύποφέρει από φτώχεια, αρρώστειες, πολέμους, έκμετάλλευση και άφανισμό, συναισθανόμαστε ότι ό Χριστός έπαθε ασφαλώς για όλους και βέβαια άναστήθηκε για όλους. Καί αυτή ή Άνάσταση δέν πρέπει να θεωρείται μήνυμα έσχατολογικό μονάχα, αλλά και

πρόκληση στο παρόν, κάλεσμα άφύπνισης και έγρήγορης και ετοιμότητας για τήν οικογένεια, τή γειτονία μας, τήν πατρίδα μας, τήν οικουμένη όλόκληρη.

Άδελφοί μου αγαπητοί,

Η παλιά Ίερουσαλήμ άρνήθηκε τό θαύμα της σαρκώσεως και δέ θέλησε να συμμετάσχει στην Άνάσταση. Τό «άντιλεγόμενον σημεϊον» (Λκ. 2, 34) της Ιστορίας είχε πλέον μόνη έπιλογή να καλέσει τά έθνη. Η Βασιλεία του Θεού δίδεται σε «Νέο Έθνος» (Μτθ. 21, 43) πού θα έκτιμήσει και θα άξιοποιήσει τους καρπούς της. Αυτή ή όλοκαιουργη πραγματικότητα είναι ή Νέα Ίερουσαλήμ της Χάριτος. Είναι ή Έκκλησία του Θεού, ή Νέα Κιβωτός της Διαθήκης, ή μόνη έλπίδα και καταφυγή του κόσμου. Αυτή ή «Νέα Ίερουσαλήμ» σταυρώνεται και άνασταίνεται, φωτίζεται και φωτίζει τόν κάθε άνθρωπο, δίνοντάς του χαρά και έλπίδα για τήν έδω βιωτή και για τή συμμετοχή του στη λαμπρόφωρα και υπέρφωτη Βασιλεία του Θεού.

**ΧΡΙΣΤΟΣ ΑΝΕΣΤΗ!  
ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ ΚΑΙ  
ΕΥΛΟΓΗΜΕΝΑ!**

**Μετά πολλής αγάπης  
Ο ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΗΣ**

**† Ό Νικαίας Άλέξιος**



# Σταχυολογήματα Πατερικῆς Σοφίας

## ΠΕΡΙ ΠΛΟΥΤΟΥ

Ἀρχιμ.Επιφανείου Θεοδωροπούλου

Κάποτε σὲ μιὰ χώρα κάλεσε ἕναν ὑπικό του ὁ βασιλιάς καὶ τοῦ εἶπε: «Θὰ σοῦ δώσω τόση ἐπικράτεια ὅση θὰ μπορέσης νὰ διατρέξης ἀπὸ τὴν ἀνατολὴ μέχρι τὴν δύση τοῦ ἡλίου καὶ νὰ ἐπιστρέψης, βέβαια, μπροστὰ μου».

Αὐτὸς ξεκίνησε πρωὶ-πρωὶ καὶ ἔτρεχε χιλιόμετρα, γιὰ νὰ διανύσῃ μεγάλη περιοχὴ, ὥστε νὰ τοῦ τὴν δώσῃ ὁ βασιλιάς ὡς κτῆμα δικό του, ἰδιοκτησία του. Ἐτρεχε, λοιπόν, ἔτρεχε... Σκεπτόταν: «ἄς τρέξω τώρα νὰ προλάβω, καὶ μετὰ γυρίζω». Ὅταν ἄρχισε ὁ ἥλιος νὰ δύῃ, ἀποφάσισε νὰ γυρίσῃ. Ὁ ἥλιος, ὅμως, εἶχε γύρει ἄρκετὰ. Ἀπὸ τὸ πολὺ τρέξιμο τὸν ἔπασε ἡ καρδιά του, καὶ ὅταν ἔφθασε μπροστὰ στὸν βασιλιά, πού περίμενε μὲ τοὺς ἄλλους ἄρχοντες, ἔπεσε κάτω νεκρός.

Εἶχε διατρέξει δεκάδες χιλιόμετρα καὶ στὸ τέλος «κέρδισε» δύο ἀκριβῶς μέτρα. Στὸν τόπο πού ἔπεσε νεκρός, ἐκεῖ εἶπε ὁ βασιλιάς καὶ τὸν ἔθαψαν.

Ἐτρεξε ἀπὸ τὴν πολλὴ του πλεονεξία, γιὰ ν' ἀποκτήσῃ μερικές χιλιάδες στρέμματα νὰ ἔχῃ ἀγαθὰ «κείμενα εἰς ἔτη πολλά», ὡς τὸν ἄφρονα πλούσιο τοῦ Εὐαγγελίου. Καὶ τελικὰ πῆρε δύο μόλις μέτρα, ὅσο ὁ τάφος γιὰ τὸ νεκρὸ του σῶμα.

Ἐάν εἴμεθα προσκολλημένοι καὶ στὸ πὸ ἀσίμαντο πρᾶγμα, χάνουμε τὴν ἡμερία μας. Ἐλεύθεροι, λοιπόν, ἀπὸ τὰ πρόσκαιρα. Σὲ κανένα ὑλικὸ ἀγαθὸ προσκόλλησι. Μόνο στὸν Κύριό μας. Στὴν Βασιλεία Του τὴν ἀμετάθετη. Δευτερεύουσα σημασία ἄς δίδουμε στὰ ὑλικά ἀγαθὰ καὶ πρωτεύουσα στὰ πνευματικά. Οἱ ἀθλητὲς πού νικοῦσαν, τὴν παλαιὰ ἐποχὴ, ἔπαιρναν στεφάνι ἀπὸ φύλλα ἐλιάς. Σήμερα οἱ ἀθλητὲς λαμβάνουν ἑκατομμύρια. Ἐμεῖς δὲν θὰ λάβουμε στεφάνι ἀπὸ ἐλιά ἢ ἀπὸ δάφνη, πού θὰ μαραθῇ. Οὔτε ἑκατομμύρια καὶ δισεκατομμύρια, τὰ ὅποια, ὅσο κι ἂν κάνουν ἄνετη τὴν ζωὴ μας, δὲν χαρίζουν τὴν εὐτυχία. Δὲν δίδει ὁ πλοῦτος τὴν εὐτυχία. Ἀλλὰ καὶ ἂν ὑποθεθῇ ὅτι τὰ ἔδιδε καὶ τὰ δύο, καὶ τὴν ἄνεσι καὶ τὴν εὐτυχία, θὰ τὰ ἔδιδε γιὰ 20, 30, 40, 50, 100 χρόνια, ὅσα διαρκεῖ ἡ παρούσα ζωὴ. Παραπάνω δὲν θὰ ἐπρόκειτο νὰ

τὰ χαροῦμε. Τὰ ἀγαθὰ τὰ ὅποια «ἠτοίμασεν ὁ Θεὸς τοῖς ἀγαπῶσιν Αὐτόν», εἶναι γιὰ τὴν ἀτελεύτητη αἰωνιότητα. Μὴ χάσουμε τὸν παράδεισο προσκολλημένοι στὰ ὑλικά ἀγαθὰ.

- Ἐχεις ἕνα σπιτί; Σοῦ τὸ ἄφησε ὁ πατέρας σου; Νὰ τὸ βλέπῃς ὅτι εἶναι τοῦ Θεοῦ. Δὲν εἶναι δικό σου. Ἐπέτρεψε ὁ Θεὸς νὰ στεγασθῆς ἐσὺ καὶ τὰ παιδιὰ σου.

Δὲν εἶναι ἁμαρτία νὰ ἔχῃ κανεὶς ἕνα σπιτί νὰ στεγάσῃ τὴν οἰκογένειά του ἢ ἕνα ρούχο νὰ ντυθῇ, ἢ κάτι ἄλλο τὸ ὅποιο τοῦ εἶναι τελείως ἀπαραίτητο στὴ ζωὴ. Γιὰ σᾶς, πού ἔχετε οἰκογένειες, δὲν εἶναι κακὸ νὰ ἔχετε ἕνα σπιτάκι. Ἄν δὲν μπορῆτε, δὲν χάθηκε ὁ κόσμος καὶ μὲ τὸ ἐνοίκιο ζῆ κανεὶς. Ἀλλὰ, ἂν ἔχετε τὴν δυνατότητα νὰ ἀποκτήσετε ἕνα ἀπλὸ σπιτί, δὲν εἶναι ἁμαρτία.

Ἐκεῖνο τὸ ὅποιο πρέπει νὰ προσέχουμε, εἶναι αὐτὸ ἀκριβῶς τὸ ὅποιο λέγει ὁ Κύριος: «Ὅρατε καὶ φυλάσσετε ἀπὸ πάσης πλεονεξίας». Νὰ μὴ μᾶς δέρνῃ ἡ πλεονεξία. Νὰ μὴ θέλουμε πολλὰ, περισσότερα ἀπὸ ὅσα ἔχουμε. Καὶ συμβαίνει πολλές φορές νὰ ἔχουμε

πολλὰ καὶ νὰ εἴμεθα δυστυχεῖς, ἐπειδὴ θέλουμε περισσότερα. Ἄν ἔχουμε δέκα καὶ θέλουμε δώδεκα, νοιώθουμε φτωχοί, εἴμεθα δυστυχεῖς. Δὲν μᾶς ικανοποιοῦν τὰ δέκα, τὰ ὅποια ἔχουμε, ἀλλὰ μᾶς κάνουν νὰ λυπούμεθα τὰ δύο πού μᾶς λείπουν. Ἐνῶ ἂν ἔχουμε δέκα καὶ θέλουμε δέκα, ἔστω καὶ ἂν εἶναι λίγα αὐτά, εἴμεθα εὐτυχημένοι καὶ πλούσιοι.

Οἱ «Παροιμίαι» στὴν Παλαιὰ Διαθήκη λέγουν σὲ μιὰ προσευχὴ πρὸς τὸν Θεό: «Πλοῦτον καὶ πενίαν μὴ μοι δώσ' σύνταξον δέ μοι τὰ δέοντα καὶ τὰ αὐτάρκη». Κύριέ μου, μὴ μοῦ δώσεις οὔτε φτώχεια οὔτε πλοῦτο. Δώσε μου αὐτά πού εἶναι ἀναγκαῖα καὶ αὐτά πού ἐπαρκοῦν ὅσα μὲ καθιστοῦν αὐτάρκη

στὶς ὑλικές μου ἀνάγκες. Καὶ ἐξηγεῖ παρακάτω: Μὴ μοῦ δώσης φτώχεια, διότι εἶναι δυνατόν νὰ πεινῶ καὶ νὰ κλέψω καὶ νὰ παραβῶ τὸν νόμο σου· νὰ παραβῶ τὸ θέλημά σου. Καὶ μὴ μοῦ δώσης πλοῦτο, διότι μπορεῖ νὰ Σὲ ξεχάσω. Μὲ τὴν φτώχεια μπορεῖ νὰ γίνω κλέφτης ἢ νὰ ὀρκισθῶ, νὰ γίνω ἐπιόρκος ἀπὸ ἀνάγκη. Καὶ μὲ τὸν πλοῦτο μπορεῖ νὰ ἐπαναπαυθῶ στὰ ἀγαθὰ μου καὶ νὰ νομίσω ὅτι δὲν Σὲ ἔχω ἀνάγκη, ὅπως ὁ ἄφρων πλούσιος τῆς παραβολῆς. Ἐνθυμείσθε ἔλεγε ὁ πλούσιος: «Ψυχὴ, ἔχεις πολλὰ ἀγαθὰ κείμενα εἰς ἔτη πολλά. Ἀναπαύου, φάγε, πίε, εὐφραίνου».

Γι' αὐτὸ καὶ ὁ Ἀπόστολος δὲν ὁμιλεῖ περὶ ἐνδείας, οὔτε περὶ ὑπερπαρκειᾶς, ἀλλὰ λέγει «πᾶσαν αὐτάρκειαν ἔχοντες». Ἄς προσπαθοῦμε νὰ εἴμεθα αὐτάρκεις, ὀλιγαρκεῖς. Νὰ μὴ θέλουμε περισσότερα ὑλικά ἀγαθὰ. Νὰ εἴμεθα «πλεονέκτες» στὰ πνευματικά ἀγαθὰ. Ν' ἀποκτήσουμε περισσότερες ἀρετές. Νὰ ἐργασθοῦμε περισσότερο τὴς ἐντολὲς τοῦ Θεοῦ.





## Θεία Λειτουργία

Ἁγ. Ἰωάννου τῆς Κρονσιάνδης

«Τοῦτο ποιεῖτε εἰς τὴν ἐμὴν ἀνάμνησιν»

(Α΄ Κορ. 11,24)

Ἡ Θεία Λειτουργία εἶναι ἀληθινὰ μία οὐράνια, πάνω στὴν γῆ, ἱεροτελεστία, κατὰ τὸν χρόνο τῆς ὁποίας ὁ ἴδιος ὁ Θεός, μ' ἓνα τρόπο ἰδιαίτερο, ἀμεσώτατα καὶ στενωτάτα, εἶναι παρὼν καὶ ἐνδιαμένει μὲ τοὺς ἀνθρώπους, ὄντας ὁ ἴδιος Ἱεουργός, ὁ Προσφέρων καὶ Προσφερόμενος. Δὲν ὑπάρχει τίποτε στὴν γῆ ἀγιώτερο, ὑψηλότερο, μεγαλειωδέστερο, ἑορταστικώτερο, πανηγυρικώτερο καὶ ζωοπαροχώτερο ἀπὸ τὴν Θεία Λειτουργία! Ὁ ἱερὸς ναός, κατ' αὐτὸν ἰδιαίτερα τὸν χρόνο, εἶναι οὐρανὸς ἐπὶ γῆς καὶ οἱ ἱεουργοῦντες ἀναπαριστάνουν τὸν ἴδιο τὸν Χριστό, τοὺς Ἀγγέλους, τὰ Χερουβίμ, τὰ Σεραφίμ καὶ τοὺς Ἀποστόλους. Ἡ Θεία Λειτουργία εἶναι μία πάντοτε ἐπαναλαμβανόμενη ἑορτὴ τῆς ἀγάπης τοῦ Θεοῦ πρὸς τὸ ἀνθρώπινο γένος καὶ παγκρατιαῖα μεσιτεία γιὰ τὴν σωτηρία ὅλου τοῦ κόσμου καὶ τοῦ κάθε ἀνθρώπου χωριστά. Ὁ «Γάμος τοῦ Ἀρνίου» εἶναι ὁ «Γάμος τοῦ Υἱοῦ τοῦ Βασιλέα», στὸν ὁποῖο «νύμφη» τοῦ Υἱοῦ τοῦ Θεοῦ εἶναι κάθε πιστὴ ψυχὴ καὶ «Νυμφαγωγός» εἶναι τὸ Πνεῦμα τὸ Ἅγιο. Μὲ πόσο καλὰ προετοιμασμένη, καθαρὴ καὶ ἀνατεταμένη τὴν ψυχὴ πρέπει νὰ παριστάμεθα πάντοτε στὴν Θεία Λειτουργία, γιὰ νὰ μὴ συγκαταριθμηθοῦμε μ' ἐκείνους, πού, μὴ ἔχοντας γαμήλιο ἔνδυμα ἀλλὰ φέροντας τὸ κηλιδωμένο ἔνδυμα τῶν παθῶν, δέθηκαν χειροπόδαρα καὶ ρίφθηκαν ἔξω ἀπὸ τὸν «Νυμφῶνα», στὸ σκότος τὸ ἐξώτερο!

Τώρα ὅμως, ἀτυχῶς, πολλοὶ δὲν τὸ θεωροῦν ἀναγκαῖο νὰ πηγαίνουν καὶ νὰ συμμετέχουν στὴν Θεία Λειτουργία· ἄλλοι πηγαίνουν μόνο καὶ μόνο ἀπὸ συνήθεια καὶ ἔτσι φεύγουν στὸ τέλος κάθε Λειτουργίας ἴδιοι, ὅπως ἦταν ὅταν προσέρχονταν σ' αὐτὴ, δίχως ἀνατεταμένες σκέψεις, δίχως

συντετριμμένη τὴν καρδιά τους, μὲ ἀμετανόητη τὴν ψυχὴ καὶ δίχως τὴν ἀποφασιστικότητα νὰ διορθωθοῦν. Ἄλλοι πάλι, στέκουν στὴν ἐκκλησία χωρὶς εὐλάβεια, ἀφηρημένοι, χωρὶς νὰ συγκεντρώνονται καὶ χωρὶς νὰ ἔχουν κάνει ὅποιαδήποτε προετοιμασία στὸ σπῖτι μὲ τὴν σκέψη τους καὶ μὲ ἐγκράτεια, γιατί πολλοὶ τὰ καταφέρνουν πρὶν ἀπὸ τὴν Θεία Λειτουργία νὰ πίνουν καὶ κάποτε καὶ νὰ τρῶνε κατὰ κόρον.

Ὅταν ὁ Κύριος ἐπρόκειτο νὰ κατέλθει στὸ Ὅρος Σινᾶ, ὁ λαὸς τῶν Ἑβραίων πῆρε ἐντολὴ νὰ προπαρασκευαστεῖ καὶ νὰ καθαρῖσται· ἐδῶ, στὴν Θεία Λειτουργία, δὲν συμβαίνει κάτι λιγότερο ἀπὸ τὴν κάθοδο τοῦ Θεοῦ στὸ Σινᾶ, ἀλλὰ κάτι περισσότερο ἀπ' ἐκείνη τὴν κάθοδο· ἐκεῖ ἔγιναν ὁρατὰ μόνο «τὰ ὀπίσω» τοῦ Θεοῦ (πρβλ. Ἐξ. 33,23), ἐνῶ ἐδῶ, στὴν Θεία Λειτουργία, καθορῶμεν αὐτὸ τοῦτο τὸ πρόσωπο τοῦ Θεοῦ-Νομοθέτη. Ὅταν στὸ Ὅρος Χωρήβ ὁ Κύριος φανερώθηκε στὸν Μωυσῆ μέσα στὴν βᾶτο, ὁ Μωυσῆς διατάχθηκε νὰ ἀφαιρέσει τὰ ὑποδήματα ἀπὸ τὰ πόδια του· ἐδῶ ὅμως συμβαίνει κάτι μεγαλύτερο ἀπὸ τὴν Θεοφάνεια στὸ Ὅρος Χωρήβ: Ἐκεῖ εἶναι ἡ προεικόνιση ἐδῶ, στὴν Θεία Λειτουργία, εἶναι παρὼν ὁ ἴδιος ὁ Προεικονίζων καὶ Προτυπῶν.

Ὡ, πόσο εἶμαστε ἐμπαθεῖς μὲ ῥοπή πρὸς τὰ γῆινα! Δὲν θέλουμε ἀκόμα καὶ μιὰν ὥρα ν' ἀφιερῶσουμε, ὅπως θά 'πρεπε, ἀποκλειστικὰ στὸν Θεό! Ἀκόμα καὶ κατὰ τὴν Θεία, τὴν ὑπερουράνια Λειτουργία ἐπιτρέπουμε στὸν ἑαυτὸ μας νὰ ὄνειροπολεῖ τὰ γῆινα καὶ γεμίζουμε τὴν ψυχὴ μας μὲ εἰκόνες καὶ ἐπιθυμίες γῆινων πραγμάτων καὶ μερικὲς φορές - ἀλοίμονο! - ἀκόμα καὶ μὲ ἀκάθαρτες εἰκόνες· ὥστόσο, πόσο θά 'πρεπε νὰ προσευχόμαστε μὲ ζέση, νὰ στοχαζόμαστε μὲ προθυμία τὸ μεγάλο τοῦτο μυστήριον, νὰ μετανοοῦμε γιὰ τὶς ἀμαρτίες μας, νὰ θέλουμε καὶ νὰ ζητοῦμε τὸν καθαρμό μας καὶ τὸν ἐξαγιασμό μας, τὸν φωτισμό, τὴν ἀνακαίνιση καὶ τὴν ἐδραίωσή μας στὴν χριστιανικὴ ζωὴ, στὴν ἐφαρμογὴ τῶν ἐντολῶν τοῦ Χριστοῦ καὶ νὰ προσευχόμαστε γιὰ ζῶντες καὶ τεθνεῶτες!

Γιατὶ ἡ Θεία Λειτουργία εἶναι δυσία εὐχαριστίας, αἰνέσεως καὶ ἰκεσίας. Μεγάλον πρᾶγμα ἡ Θεία Λειτουργία! Κατὰ τὴν τέλεσή της γίνεται ἀνάμνηση ὁλόκληρης τῆς ζωῆς, ὄχι ὅποιοιδήποτε μεγάλου ἀνθρώπου, ἀλλὰ τοῦ σαρκωθέντος Θεοῦ, πού ἔπαθε καὶ πέθανε γιὰ μᾶς, πού ἀναστήθηκε καὶ ἀναλήφθηκε, πού ἔρχεται καὶ πάλι γιὰ νὰ κρίνει τὸν κόσμον ὅλο! Ἡ Θεία Λειτουργία εἶναι τὸ δεῖπνον, ἡ τράπεζα τῆς ἀγάπης τοῦ Θεοῦ πρὸς τὸ ἀνθρώπινο γένος. Γύρω ἀπὸ τὸν «Ἀμνὸν τοῦ Θεοῦ» ὅλοι συναθροίζονται στὸν ἅγιον δίσκο κατὰ τὴν Λειτουργία, οἱ ζῶντες καὶ οἱ τεθνεῶτες, οἱ ἅγιοι καὶ οἱ ἀμαρτωλοὶ, ἡ Ἐκκλησία, ἡ θριαμβεύουσα καὶ ἡ στρατευομένη.-



## Πώς πρέπει να προσευχόμαστε

Άγιος Γιώργος τοῦ Χρυσοστόμου

Ἀδελφέ, δὲν πρέπει νὰ προσευχόμαστε γιὰ ἐπίδειξη ἢ ἐναντίον τῶν ἐχθρῶν μας οὔτε νὰ ὑποδεικνύουμε στὸν Θεὸ τὸν τρόπο μὲ τὸν ὁποῖο θὰ μᾶς βοηθήσει. Ἄν στὰ δικαστήρια στοὺς συνηγόρους μας λέμε μόνο τὶς ὑποθέσεις μας, τὸν τρόπο ὅμως τῆς υπεράσπισης τὸν ἀφήνουμε στὴν κρίση τους, πολὺ περισσότερο πρέπει νὰ πράξουμε τοῦτο, ὅταν συνομιλοῦμε μὲ τὸν Θεὸ μέσῳ τῆς προσευχῆς.

Εἶπες στὸν Θεὸ τὸ ζήτημά σου καὶ τὶ ἀκριβῶς σοῦ συνέβη; Εἶναι ἀρκετό. Μὴν Τοῦ ὑποδεικνύεις καὶ τὸν τρόπο τῆς βοήθειας, διότι Ἐκεῖνος γνωρίζει πολὺ καλὰ τὶ σὲ συμφέρει. Τὸ λέω αὐτό, διότι πολλοὶ ἄνθρωποι στὴν προσευχή τους ἔχουν πολυλογία καὶ λένε: «Κύριε, δός μου ὑγεία, διπλάσια περιουσία, προστάτεψέ με ἀπὸ τοὺς ἐχθρούς μου» καὶ ἄλλα, πού εἶναι πραγματικὰ μεγάλη ἀνοησία. Διότι ὅλα αὐτὰ πρέπει νὰ τὰ ἀφήσουμε στὴν κρίση τοῦ Θεοῦ καὶ νὰ Τὸν ἱκετεύσουμε ὅπως ὁ Τελώνης, λέγοντας «ὁ Θεὸς ἰλάσθητί μοι τῷ ἁμαρτωλῷ» καὶ Αὐτὸς γνωρίζει πλέον πολὺ καλὰ πῶς νὰ μᾶς βοηθήσει. Μᾶς λέει ὁ Ἰδιος: «Ζητεῖτε πρῶτα τὴν Βασιλεία τοῦ Θεοῦ καὶ ὅλα αὐτὰ θὰ προστεθοῦν καὶ θὰ δοθοῦν σὲ σᾶς».

Μὲ πόνο λοιπὸν ψυχῆς καὶ ταπείνωση, κτυπώντας τὸ στήθος, ὅπως ὁ Τελώνης, νὰ προσευχόμαστε καὶ θὰ λάβουμε ὅ,τι ζητοῦμε. Ὅταν ὅμως προσευχόμαστε καὶ εἴμαστε

γεμάτοι θυμὸ ἐναντίον κάποιου συνανθρώπου μας, εἴμαστε σιχαμεροὶ καὶ βδελυκτοὶ ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ καὶ δὲν εἰσακουόμαστε. Ἄλλὰ μὲ συντετριμμένη καρδιά καὶ ταπείνωση νὰ παρακαλοῦμε γιὰ τὸν ἑαυτὸ μας καὶ γιὰ ὅσους μᾶς ἔχουν λυπήσει, γιὰ νὰ μᾶς εἰσακούσει ὁ Θεός.

Ἄν θέλεις νὰ σὲ ἐπισκιάσει τὸ ἔλεος τοῦ Θεοῦ, πού εἶναι ὁ Κριτὴς μας, γιὰ τὴν σωτηρία τῆς ψυχῆς σου, ποτὲ νὰ μὴν Τὸν παρακαλεῖς ἐναντίον ἐκείνου πού σὲ λύπησε. Διότι εἶναι τέτοιο τὸ ἰδίωμα τῆς ἀγάπης Του, ὥστε συγκαταβαίνει καὶ παρέχει τὸ ἔλεός Του μόνο σ' ἐκείνους πού προσεύχονται ὑπὲρ τῶν ἐχθρῶν τους, μόνο σ' ἐκείνους πού δὲν μνησικακοῦν καὶ δὲν εἶναι ἐπιθετικοὶ ἐναντίον τους. Ὅσο λοιπὸν οἱ ἄνθρωποι αὐτοὶ προσεύχονται ὑπὲρ τῶν ἐχθρῶν τους, τόσο ὁ Θεὸς ἀποδοκιμάζει τοὺς ἐχθρούς τους καὶ ἐναντιώνεται πρὸς αὐτούς, ἂν δὲν ἐπιδείξουν καὶ αὐτοὶ μετάνοια.

Γι' αὐτό, ἂν κάποιος μᾶς προσβάλλει, ἄς μὴ λυπηθοῦμε καὶ ἄς μὴν ἀγανακτήσουμε ἐναντίον του, ἀλλὰ ἄς εὐχαριστήσουμε τὸν Θεὸ καὶ ἄς περιμένουμε τὴν βοήθειά Του.

Δὲν τολμᾷ κανεὶς, ὅπως ξέρουμε, νὰ προσφύγει στὸν βασιλιὰ γιὰ τιποτένιες ὑποθέσεις. Δὲν πάει, γιὰ παράδειγμα, κανεὶς στὸν βασιλιὰ, ὅταν κάποιος τοῦ ἔχει σχίσει τὸ ἔνδυμά του ἢ τοῦ ἔχει κάνει κάποια μικρὴ ζημιά. Αὐτὸ λοιπὸν νὰ κάνεις καὶ σὺ καὶ ποτὲ νὰ μὴν καταφεύγεις μέσῳ τῆς προσευχῆς πρὸς τὸν Θεὸ γιὰ εὐτελῆ καὶ μηδαμινὰ θέματα. Ἄν λ.χ. κάποιος σὲ ἔβρισε ἢ σὲ ζημίωσε χρηματικά, δὲν χρειάζεται νὰ καταφύγεις μέσῳ τῆς προσευχῆς πρὸς τὸν Θεὸ ἀλλὰ μόνο ἂν ὁ Διάβολος σὲ τυραννάει καὶ ἔχεις ἀνάγκη τῆς ἄνωθεν βοήθειας.

Γιὰ τὰ θέματά σου αὐτὰ δὲν εἶναι ἀνάγκη στὴν προσευχή νὰ χρησιμοποιήσεις μεσάζοντα ἀνάμεσα σ' ἐσένα καὶ τὸν Θεό. Φρόντισε νὰ μιλήσεις ἐσὺ στὸν Θεὸ πρόσωπο πρὸς πρόσωπο.

Ὅταν θὰ εἰσέρχεται ὁ Βασιλιὰς στὸ ἀνάκτορό Του, ζήτησε νὰ Τοῦ μιλήσεις. Καὶ πότε εἰσέρχεται ὁ Βασιλιὰς στὸ παλάτι Του; Πάντοτε καὶ κάθε στιγμή. Ποιὸς εἶναι ὁ κατάλληλος χρόνος γιὰ νὰ ἐμφανισθῶ μπροστὰ στὸν Βασιλιὰ; Ὅποτε δῆποτε θελήσεις ἐσὺ,

άρκει νὰ εἶσαι προετοιμασμένος κατάλληλα, γιὰ νὰ ἔχεις τὴν δυνατότητα νὰ ἐμφανισθεῖς ἐνώπιόν Του.

Ὅταν ἐπρόκειτο ὁ Θεὸς νὰ κατέλθει στὸ Ὄρος Σινᾶ, παρήγγειλε στοὺς Ἰσραηλίτες νὰ σταθοῦν στοὺς πρόποδες τοῦ Ὄρους φορώντας λευκὰ ἐνδύματα καὶ νὰ εἶναι σὲ ἀπόλυτη καθαρότητα ἀπὸ κάθε σαρκικὴ μείξη. Καὶ σὺ λοιπὸν καθάρισε τὴν ψυχὴ σου περισσότερο ἀπὸ τὰ λευκὰ ἐνδύματα τῶν Ἰσραηλιτῶν καί, μὲ ἀγνότητα καρδιάς, ἐπεικεία, γαλήνη καὶ ἡρεμία πολλή, πήγαινε καὶ ἐμφανίσου στὸν οὐράνιο Βασιλιά, γιὰ νὰ λάβεις ὅ,τι ζητεῖς ἀπὸ Αὐτόν.

Γιὰ τὴν κίνησή σου αὐτὴ πρὸς τὸν οὐράνιο Βασιλιά δὲν ἀπαιτοῦνται δαπάνες καὶ ὑλικά μέσα, ἀλλὰ μόνο ἡ ἀρετὴ τῆς ψυχῆς.

Καὶ ποῦ μένει αὐτὸς ὁ Βασιλιάς; Μένει κοντὰ σ' ἐκείνους ποὺ διαθέτουν καρδιὰ συντετριμμένη. «Ὁ Κύριος εἶναι πλησίον σ' ὅλους ἐκείνους ποὺ τὸν ἐπικαλοῦνται μὲ εἰλικρίνεια», μᾶς λέει ἡ Γραφή. Ἐκεῖ θὰ τὸν βρεῖς καὶ θὰ τοῦ μιλήσεις. Θὰ τὸν βρεῖς κοντὰ σ' ἐκείνους ποὺ μοιράζονται τὸ φωμῖ τους μὲ τοὺς πεινασμένους καὶ ἔχουν ἐλεήμονα καρδιά. Ἄν καὶ σὺ ἀκολουθήσεις τὴν ὁδὸ τῆς ἐλεημοσύνης, θὰ τὸν βρεῖς εὐήκοο στὴν προσευχὴ σου. Καὶ «ἐνῶ ἀκόμη δὲν θὰ ἔχεις τελειώσει τὴν προσευχὴ σου, θὰ σοῦ πεῖ: Νά, ἐγὼ εἶμαι ἐδῶ».

Ἡ προσευχὴ αὐξάνει τὴν ἀγάπη ποὺ ἔχουμε γιὰ τὸν Θεὸ καὶ συμβάλλει στὸ νὰ συνηθίσουμε νὰ ἔχουμε μαζί Του τακτικὴ συνομιλία. Ἀπὸ τὴν συνομιλία αὐτὴ ἡ ψυχὴ πολὺ ὠφελεῖται. Ἄν ἡ τακτικὴ ἐπικοινωνία μ' ἓνα σπουδαῖο καὶ ἐπίσημο ἄνθρωπο φέρνει πολλὰ καλὰ στὴν ζωὴ μας, πόσο μᾶλλον ἡ τακτικὴ ἐπικοινωνία μας μὲ τὸν Θεό, δὲν θὰ φέρει περισσότερα;

Ἐπίσης, ὅταν βρισκόμαστε μπροστὰ σὲ ἀνώτερα πρόσωπα, εἴμαστε πολὺ προσεκτικοὶ στὴν στάση μας, στὴν ἐνδυμασία μας, στὴν ὁμιλία καὶ γενικὰ σὲ ὅλα. Ὅταν ὅμως βρισκόμαστε μπροστὰ στὸν Θεὸ καὶ προσευχόμαστε, χασμουριόμαστε, ξυνόμαστε, γυρίζουμε ἀπὸ ἄδῶ καὶ ἀπὸ ἄκεῖ, δὲν εἴμαστε προσεκτικοί. Καί, ἐνῶ πολλές φορές εἴμαστε γονατισμένοι μπροστὰ Του, ὁ νοῦς μας

μετεωρίζεται, γυρίζει στὴν ἀγορά.

Ἄν ὅμως προσευχόμασταν μὲ τὴν πρέπουσα εὐλάβεια καὶ εἴχαμε συναίσθηση ὅτι συνομιλοῦμε μὲ τὸν Θεό, καὶ πρὶν ἀκόμη λάβουμε ὅ,τι ζητοῦμε, θὰ αισθανόμασταν τὸ μεγάλο ὄφελος τῆς προσευχῆς. Διότι ὁ ἄνθρωπος ποὺ προσεύχεται σωστά, εἶναι φυσικό, ἀφοῦ ἔρχεται σὲ σχέση μὲ τὸν Θεό, νὰ μεταβάλλεται σὲ ἐπίγειο ἄγγελο. Ἡ ψυχὴ του ὑπερίπταται τοῦ σώματος, ὁ νοῦς του ἀνυψώνεται σὲ ἄλλο ἐπίπεδο τοῦ «εἶναι», γίνεται ὑπαρξη οὐράνια, ἐγκαταλείπει τὰ ἐγκόσμια καὶ στέκεται μπροστὰ στὸν θρόνο τοῦ ἐπουράνιου Βασιλιά, ἔστω καὶ ἂν εἶναι φτωχὸς ἢ ὑπηρέτης ἢ ἀγράμματος καὶ ἰδιώτης.

Ὁ Θεὸς δὲν θέλει νὰ τοῦ μιᾶμε μὲ ὠραῖα λόγια, ἀλλὰ ἡ ψυχὴ μας νὰ εἶναι ὠραία καὶ νὰ τοῦ ζητοῦμε ὅσα εἶναι ἀρεστὰ σ' Αὐτόν. Τότε μᾶς δίνει ὅ,τι τοῦ ζητήσουμε.

Βλέπετε πόσο εὐκολὴ εἶναι ἡ προσευχή;



# "ΘΕΟΒΑΔΙΣΤΟΣ"

Πατριαρχείο Ιεροσολύμων



Ιερά Μονή Αγίου Σάββα



**ΣΗΜΕΡΗ ΕΚΚΡΟΜΗ ΣΤΟ ΘΕΟΒΑΔΙΣΤΟ  
ΟΡΟΣ ΣΙΝΑ ΚΑΙ ΣΤΑ ΙΕΡΟΣΟΛΥΜΑ  
5-9 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2008**

Αγία Αύλη



Από τις 5 έως τις 9 Σεπτεμβρίου πραγματοποιήθηκε προσκυνηματική εκδρομή από την Ένορία μας στο Θεοβάδιστο Όρος Σινά και στα Ιεροσόλυμα. Συγκεκριμένα πραγματοποιήθηκαν προσκυνήματα στην Ιερά Μονή Αγίας Αικατερίνης Σινά, καθώς και στον Πανίερο Ναό της Αναστάσεως, σέ όλα τὰ Ιερά Μνημεία της Παλαιάς Πόλεως τῶν Ιεροσολύμων στό Όρος Θαβώρ, στόν Ιορδάνη Ποταμό, στην Ναζαρέτ, στην Κανά, στη Γεθσημανή, στη Βηθλεέμ, στην Ιερά Μονή Αγίου Θεοδοσίου τοῦ Κοινοβιάρχου καί στην Ιερά Μονή Αγίου Σάββα. Ίδιαίτερη ἦταν ἡ συγκίνηση ὅλων κατά τήν Ιερά Ἀγρυπνία στόν Πανάγιο Τάφο τοῦ Κυρίου μας, καθώς καί κατά τήν Θεία Λειτουργία στόν Πάνσεπτο Τάφο τῆς Παναγίας μας. Ἐπίσης πραγματοποιήθηκε ἐπίσκεψη στόν Μακαριώτατο Πατριάρχη Ιεροσολύμων κ. Θεόφιλο.



Ιορδάνης Ποταμός

## Η ΤΙΜΙΑ ΚΑΡΑ ΤΟΥ ΟΣΙΟΥ ΔΑΥΪΔ ΣΤΗΝ ΕΝΟΡΙΑ ΜΑΣ

Την Τετάρτη 19 Νοεμβρίου ὑποδεχθήκαμε στην Ένορία μας τήν Τιμία Κάρα τοῦ Ὁσίου Δαυΐδ Εὐβοίας. Τό ἱερό Λείψανο μετέφερε ἀπό τὸ ὁμώνυμο Μοναστήρι τῆς Λίμνης Εὐβοίας ὁ Πανοσιολογιώτατος Καθηγούμενος Γέροντας Κύριλλος. Στήν Ὑποδοχή προεξήρχε ὁ Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Ἀλέξιος ὁ ὁποῖος ἀμέσως μετά, τέλεσε Πανηγυρικό Ἐσπερινό στόν ἱερό Ναό. Ἡ Ἁγία Κάρα παρέμεινε στόν Ναό μας μέχρι τήν Δευτέρα 24 Νοεμβρίου.



# "Ο ΤΕΥΔΗΣΕΙΣ..."



## ΕΡΓΑ ΣΤΟ ΝΑΟ ΜΑΣ

- ▶ Ξυλόγλυπτο Προσκυνητάρι Παναγίας Παμμακαρίστου.
- ▶ Διαμόρφωση χώρου του Ναού σὲ Παρεκκλήσιο πρὸς τιμὴν τῆς Ὑπεραγίας Θεοτόκου (ἐορτή: 21 Νοεμβρίου).
- ▶ Ἀνακαίνιση τῶν γραφείων τοῦ Ναοῦ.



## ΚΑΤΑΝΥΚΤΙΚΟΣ ΕΣΠΕΡΙΝΟΣ ΜΕ ΟΜΙΛΗΤΗ ΤΟΝ ΓΕΡΟΝΤΑ ΝΕΚΤΑΡΙΟ ΒΙΤΑΛΗ

Τὴν Κυριακὴ 5 Ἀπριλίου τελέσθηκε στὸν Ἱερό Ναο μας ὁ Κατανυκτικὸς Ἑσπερινός, ἐνῶ στή συνέχεια ὁ προσκεκλημένος μας Πανοσιολογιώτατος Ἀρχιμανδρίτης Γέροντας Νεκτάριος Βιτάλης, Καθηγούμενος τῆς Ἱερᾶς Μονῆς Ἁγίου Νεκταρίου Καμάριζας, ἀναφερθεῖς στὸν Πνευματικὸ ἀγῶνα τῶν χριστιανῶν καὶ στὸ θαυμαστὸ γεγονός τῆς σωτηρίας τῆς ζωῆς του μέ ἐπέμβαση τοῦ Ἁγίου Νεκταρίου.



## ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΠΡΟΣ ΤΙΜΗΝ ΤΟΥ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΑΪΣΙΟΥ ΤΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ

Τὴν Κυριακὴ 15 Μαρτίου πραγματοποιήθηκε στὸ Πνευματικὸ μας κέντρο ἐκδήλωση μὲ θέμα: ΓΕΡΩΝ ΠΑΪΣΙΟΣ Ο ΑΓΙΟΡΕΙΤΗΣ. Ἡ ἐκδήλωση περιελάμβανε ὁμιλία ἀπὸ τὸν Ἐφημέριο τοῦ Ναοῦ μας π. Γρηγόριο, ἐνῶ στή συνέχεια ἔγινε προβολή-ἀφιέρωμα στὸν Μακαριστὸ Γέροντα.



## Ἡ γυναῖκα τοῦ χθές καὶ τοῦ σήμερα

ΠΑΥΛΟΣ Κ. ΤΟΥΤΟΥΖΑΣ, Καθηγητής

Σήμερα ἡ γυναῖκα εἶναι παράγων στὴν πρόοδο τῆς οικονομίας καὶ στὸ ἐπίπεδο ζωῆς μιᾶς χώρας. Ἐνα καλὸ νοσοκομεῖο προϋποθέτει καλὴ νοσηλεύτρια καί, βέβαια, καλοὺς γιατροὺς ποὺ σὲ ἓνα σημαντικό ποσοστὸ εἶναι θῆλεις. Τὸ ἴδιο συμβαίνει στὸ ἐργαστάσιο, στὸ κατάστημα, στὴν τράπεζα, στὸ δικαστήριο, στὸ ὑπουργεῖο. Γενικὰ ἡ γυναῖκα προσφέρει στὴν παραγωγή ὅσο καὶ ὁ ἄνδρας.

Ἐπάρχει ἐξίσωση μισθῶν. Διευθύντῃς ἢ διευθύντρια π.χ. νοσοκομείου ἔχουν τὸν ἴδιο μισθό. Ὅμως παλιά, ἀκόμη καὶ χθές, οἱ γυναῖκες ὑστεροῦσαν, ἔπαιρναν μικρότερο μισθὸ ἀπὸ τοὺς ἄνδρες. Ἐδῶ φταῖνε οἱ ἀρχαῖοι Ἕλληνες καὶ οἱ Ρωμαῖοι. Στὴν ἄκρη, στὸν γυναικωνίτη. Res, πρᾶγμα τὶς ἔλεγαν οἱ τοῦ Ρωμαϊκοῦ Δικαίου. Ἡ γυναῖκα εἶναι ὕλη καὶ ὁ ἄνδρας δίνει τὴ μορφή λέγει ὁ Ἀριστοτέλης. Τὰ ἴδια ὁ Σωκράτης (Πλάτωνος Πολ. Α 1259), προξενήτρα κακῶν μυρίων κράζει ὁ Εὐριπίδης (Μήδεια 400-409). Καὶ ἡ γυναῖκα ἔμενε σεβαστὴ στὰ πρόσωπα Θεῶν τῆς κορυφῆς τοῦ Ὀλύμπου, τῆς Ἥρας, τῆς Ἀθηνᾶς, τῆς Ἀφροδίτης... Κατὰ τὰ ἄλλα ἦταν συνεχῶς στὸ σπίτι ἐνῶ ἔξω κυκλοφοροῦσε μόνο ἡ Ἀσπασία, τὴν ὁποία σὲ καράβι μὲ ἄλλες ὅμοιες πολλὲς ἔφερε ἡ Θαλγηρία ἀπὸ τὴ Μίλητο στὸ νέο κέντρο τοῦ κόσμου, τὴν Ἀθήνα.

Ὁ Χριστιανισμὸς ἄλλαξε τὴν ἱστορία! Οὐκ ἔνι ἄρσεν ἢ θῆλυ... Στὴ Θεία Κοινωνία ἄνδρας καὶ γυναῖκα ἰσόποσα μεταλαμβάνουν ἀπὸ τὸν ἴδιο ἱερέα, τὸ ἴδιο Ποτήριον τῆς Ζωῆς στὸ Ἱερὸ Βῆμα σὲ στιγμὲς τῆς Λειτουργίας ποὺ τὸ ἐκκλησίασμα φθάνει τὴ μέγιστη πυκνότητα. Βέβαια μόλις βγαίνουν ἀπὸ τὸ Ναὸ οἱ ἄνδρες διαφωνοῦν καί, ὅπως λέγει ὁ Ἅγιος Βασίλειος, εἶναι οἱ ἄνδρες ποὺ φτιάχνουν τοὺς νόμους. Ὅμως ὁ Βόσπορος τελικὰ τὸ ἀποφάσισε, καὶ ἡ Πολιτεία θέλει στὴν οἰκογένεια τὸν ἄνδρα καὶ τὴ γυναῖκα νὰ ἔχουν ἴσα δικαιώματα. Καὶ γιὰ τοὺς δύο ὁ δικαστὴς ἔχει τὰ ἴδια χαρτιά

στὰ χέρια του, τὴν ἴδια σκέψη σὲ μοιχεία, στὸ διαζύγιο, παντοῦ. Ἀπὸ τὸ Βόσπορο αὐτοὶ οἱ νόμοι πῆγαν στοὺς Βαρβάρους τῆς Εὐρώπης, Γότθους, Βισιγότθους, Βανδάλους, Οὐνοὺς, Σάξωνες, Κέλτες, Βίκινγκς, Ἴβηρες, Γαλάτες. Οἱ ἴδιοι νόμοι πῆγαν ἀργότερα στοὺς Σλάβους καὶ τοὺς Ρώσους ὥστε νὰ φτάσουμε σήμερα στὰ ἀκατάληπτα γιὰ τὸ Θεμιστοκλῆ, τὸν Περικλῆ, τὸν Καίσαρα, ἀλλὰ καὶ τοὺς Μουσουλμάνους: ὅταν ἀκοῦνε ὅτι ὁ πλανητάρχης Κλίντον δίνει ἐξηγήσεις σὲ δικαστὴ, ὡς παντρεμένος, ἐπειδὴ χάιδεψε τὰ πόδια μιᾶς γυναῖκας. Σὲ τεῦχος τὸ 2006 τοῦ γαλλικοῦ περιοδικοῦ Point de Vue ἀναφέρεται ὅτι ὁ ἀρχοντας τῆς Σαουδικῆς Ἀραβίας ἔχει εἴκοσι δύο συζύγους καὶ ἐπιπλέον διακόσιες παλλακίδες. Ἐκεῖνος ἐκπλήρσεται ὅτι μπορεῖ νὰ ὑπάρχουν τέτοιοι νόμοι γιὰ τὸν Κλίντον καὶ εἶναι ἔτοιμος νὰ τοῦ στείλει ὅσες γυναῖκες θέλει. Ἡ μουσουλμάνα ὀφείλει πίστη στὸν ἄνδρα. Ὡς μοιχαλὶς λιθοβολεῖται καὶ στὴν πράξη τῆς μοιχείας ἢ μοιχὸς τιμωρεῖται ἐνῶ ὁ μοιχὸς ἀπουσιάζει!

Αὐτὰ βέβαια ἴσχυαν σὲ ὅλο τὸν ἀρχαῖο κόσμο. Ἡ γυναῖκα κατὰ τὴν ἐμμηνορία ἐθεωρεῖτο μiasματικὴ κατὰ τοὺς Ἰουδαίους. Ὁ Ἰουδαϊσμὸς ἀπαγόρευε στὴ γυναῖκα τὸ διαζύγιο ἐκτὸς ἂν ὁ ἄνδρας ἦταν βυρσοδέψης. Ἡ γυναῖκα στὸ δικαστήριο δὲν ἦταν ἀξιόπιστη οὔτε εἶχε κληρονομικὰ δικαιώματα καὶ ὅταν πέθαινε ὁ ἄνδρας τῆς ἢ περιουσία περνοῦσε στὸν ἀδερφό, τὸν ὁποῖο ἂν ἦταν ἄγαμος ἔπρεπε νὰ παντρευτεῖ γιὰ τὴν ἀπόκτηση παιδιῶν. Γενικότερα στὸ μεσογειακὸ χῶρο καὶ στὴ Μέση Ἀνατολή, ἐκτὸς ἀπὸ μητέρα, ἡ γυναῖκα ἦταν καλὴ μόνο ὡς ἱερόδουλη νὰ ὑπηρετεῖ στοὺς ναοὺς ποὺ ἦταν ἀφιερωμένοι στὸν πάνδημο ἔρωτα. Βέβαια ὅλη αὐτὴ ἡ παράδοση ἦταν πολὺ δύσκολο νὰ ἀλλάξει παρὰ τὴν ἀλλαγὴ στὴν πολιτικὴ ἱστορία μὲ τὴ νομιμοποίηση τῶν χριστιανικῶν θέσεων ἀπὸ τὸν Ἅγιο καὶ Μέγα Κωνσταντῖνο τὸ 313 μ.Χ. ποὺ εἰσήγαγε τὴν



άνεξιθρησκεία. Ἡ ἐκκλησία τοῦ Βυζαντίου ἦταν μονότονη στό κήρυγμα τοῦ Χριστοῦ, οἱ νόμοι τοῦ Βοσπόρου ἀκατάλυτοι μέχρι σήμερα γιά αὐτή τή σχέση ἄνδρα καί γυναίκα, ὅμως φάνηκε πολὺ δύσκολο ὁ ἄνδρας νὰ μοιραστεῖ τὴν ἐξουσία. Ἔτσι ὁ Θωμᾶς ὁ Ἀκινάτης, φιλόσοφος καί ἅγιος τῆς Ρωμαιοκαθολικῆς ἐκκλησίας, ἀμφισβητεῖ «τὴν ὑπαρξὴ ψυχῆς στὴ γυναίκα» (Ν. Νικολάου Κοινωνία, 2005, τεῦχος 2:142-147). Ὁ Νίτσε συνιστᾷ νὰ ἔχεις μαστίγιο ὅταν πλησιάζεις γυναίκα. Ἀκόμα καὶ ὁ Ντοστογιέφσκι εἶναι παρασυρμένος ἀπὸ τοὺς ἀρχαίους λέγοντας ὅτι «μόνο ὁ διάβολος ξέρεי τί πρᾶγμα εἶναι ἡ γυναίκα» (Ν. Νικολάου, 2005, Κοινωνία). Τὸ ὅτι ἡ γυναίκα ἔχει λιγότερο βᾶρος ἀπὸ τὸν ἄνδρα μὲ περισσότερο λίπος γιά καμπύλες εἶναι ἠφελημένα μικρονοϊκὸ ἐπιχειρήμα καὶ μάλιστα διανοητῶν γιά νὰ ὑποστηρίζουν τὴν κατωτερότητα τῆς γυναίκα. Οὔτε τὸ μυαλὸ πάει μὲ τὸ ζῦγι καὶ ἐπειδὴ ὁ ἐγκέφαλος στὸν ἄνδρα ζυγίζει 1.300γρ. καὶ στὴ γυναίκα 1.200γρ. δὲν ὕστερεῖ στό λέγειν ἡ γυναίκα.

Μὲ τοῦ Χριστοῦ τὴν πίστη τὴν ἀγία ἀποκτᾷ σιγά-σιγά καὶ ἡ γυνὴ ἐλευθερία. Αὐτὸ ἄδεται καὶ ψάλλεται καὶ ἱεουργεῖται ἐμπρὸς στὸν κόσμον σὲ κάθε σπιθαμὴ τῆς Γῆς, σὲ κάθε ἐνορία, κάθε Κυριακὴ καὶ κάθε ἑορτῆ, συνεχῶς ὅλο τὸ χρόνο, ὅλα τὰ ἔτη. Ἔτσι ἀντιλαμβάνονται καὶ οἱ καδυστερημένοι ὅτι ἡ γυναίκα εἶναι κάτι περισσότερο ἀπὸ ὁρμόνες καὶ καμπύλες. Εἶναι κάτι καλύτερο ἀπὸ χορούς-κινήσεις τῆς κοιλιᾶς καὶ χᾶδια- μάτια φλογερά γιά νὰ ἐξάπτουν ὁρμὲς περαστικῶν ἀνδρῶν. Οὔτε εἶναι μόνο ἡ καλὴ γῆ πού καλλιεργεῖται γιά νὰ δεχθεῖ τὸν σπόρο τῆς ἀναπαραγωγῆς. Αὐτὰ ὅλα ὑπάρχουν καὶ ἐπιτελοῦνται στό πλαίσιο τοῦ Μυστηρίου μὲ τίς εὐχὲς τοῦ Θεοῦ καὶ τῶν ἀνθρώπων. Ὅμως ἡ γυναίκα ἔχει ὄνομα καὶ μὲ αὐτὸ μεταλαμβάνει «εἰς ἄφεσιν ἀμαρτιῶν καὶ ζωὴν τὴν αἰώνιον». Καὶ ἡ ζωὴ θέλει ἐλευθερία εἰς ἀγαθόν, καὶ μάλιστα σὲ βαθμὸ δουλείας εἰς τὸ ἀγαθόν, καὶ ἡ γυναίκα ἐλευθερὴ μεταλαμβάνει ὡς δούλη τοῦ Θεοῦ. Ἔτσι ἐμφανίζονται οἱ πρῶτες γυναῖκες στὴν ἱστορία πού δνεῖναι ἱερόδουλες τῶν χαμαιτυπίων, αὐλητρίδες, ὀρχηστρίδες προνομιούχων συμποσιαζομένων, πάντοτε ἄνευ τῆς μητέρας τῶν παιδιῶν τους. Ἐμφανίζεται τώρα καὶ προβάλλεται στὴν ἱστορία ἡ Λυδία στοὺς Φιλίππους, ἡ Πρίσκιλλα στὴ Κόρινθο, ἡ Αἰκατερίνα ἡ σοφὴ στὴν Ἀλεξάνδρεια, ὅλες ἀγίες. Τὰ λίγα ἢ πολλὰ γράμματα δὲν εἶναι μόνο γιά τὴν Θαλγηρία, τὴν Ἀσπασία, τὴν Φρύνη, τὴν Λαΐδα, νὰ ξέρουν νὰ μιλοῦν στοὺς ὑψηλοὺς πελάτες. Πρέπει νὰ μάθει γράμματα καὶ ἡ φτωχὴ καὶ πέρα ἀπὸ τὴν προσευχὴ, νὰ γίνῃ δασκάλα τῶν παιδιῶν της ὅπως ἡ Θεοδότῃ, δασκάλα τοῦ Ψελλοῦ. Ὡς μοναχὴ στό Μοναστήρι νὰ ἐντρυφᾷ στό Εὐαγγέλιο, νὰ φθάσει νὰ γίνῃ Ἡγουμένη καὶ

νὰ πειθαρχεῖ στὴν προτροπὴ τοῦ Ἁγίου Βασιλείου μαθαίνοντας ἀπ' ἔξω τὸν Ὅμηρον -Ἰλιάδα καὶ Ὀδύσεια, -αἰώνια ποιήματα τῆς ἀρετῆς. Ἡ γυναίκα νὰ ἐργάζεται ὡς νοσηλεύτρια, ἰατρίαινα, ἀγιογράφος, γραμματεὺς, ὡς ἡ Ἀγαθὴ γραμματέας τοῦ Αὐτοκράτορα Κωνσταντίνου Ζ'. Ἡ Εἰκασία νὰ γράφει ποίημα γιά τὴν «ἐν πολλαῖς ἀμαρτίαις περιπεσοῦσαν...» ψαλλόμενον εἰς τὸν αἰῶνα. Ὡς Ἄννα Κομνηνὴ νὰ γίνῃ συγγραφεὺς πού καλύπτει τὴν ἱστορία μεγάλης περιόδου καλύτερα ἀπὸ ἄλλους ἱστορικούς. Σὲ κρίσιμες καμπὲς τῆς ἱστορίας οἱ γυναῖκες νὰ πρωταγωνιστοῦν ἐπιτυχῶς γιά Ὁρθοδοξία, γιά Ἑλληνισμό, ὅπως ἡ Αὐτοκράτειρα Εἰρήνη ἡ Ἀθηναία, πού συγκροτεῖ τὴν Ζ' Οἰκουμένη Σύνοδο (787 μ.Χ.) γιά νὰ νικήσῃ τοὺς εἰκονομάχους καὶ ἀργότερα ἡ Θεοδώρα μὲ τὸν υἱὸν της Μιχαὴλ Γ' νὰ ἀναστηλώσῃ σταθερὰ πλέον τίς εἰκόνες καὶ νὰ ἑορτάσῃ πρώτη τὸ 843 μ.Χ. τὴν Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας. Ἡ νίκη ἦταν μεγάλη, ἐπειδὴ ἂν ἐπικρατοῦσαν οἱ εἰκονομάχοι σήμερα θὰ κυκλοφορούσαμε μὲ κελεμπία, ὡς οἱ Ἀρειανοί, μετέπειτα Μουσουλμάνοι (Σαρδελῆς). Ἦταν λοιπὸν καταλυτικὴ ἡ ἐμφάνιση ἐκείνων τῶν δύο γυναικῶν, τῆς Εἰρήνης τῆς Ἀθηναίας καὶ τῆς Θεοδώρας, οἱ ὁποῖες μετὰ ἀρκετοὺς αἰῶνες ἐπανέφεραν τὸν Ἑλληνισμό στό μέτωπο τῆς ἱστορίας καὶ ἀπὸ θέρσεως ἰσχύος ἔδωσαν κανόνες ζωῆς στὴν Εὐρώπη καὶ Χριστιανικὸ πολιτισμὸ στοὺς Ρώσους καὶ τοὺς Σλάβους. Μὲ τέτοια δυναμικὴ τοῦ Βυζαντίου, ὅπου συνεχῶς ὑπενθυμίζεται σὲ κάθε ἐκκλησία τὸ ἰσοδύναμο τῆς γυναίκα μὲ τὸν ἄνδρα, τί νὰ σοῦ κάνει ἡ ἐξουσία; Ἀναγκάζεται νὰ ἀποσύρει ἕνα-ἕνα τὰ προνόμια-ταμποῦ πού εἶναι μόνο γιά ἄνδρες. Μαζὶ μὲ τοὺς 12 Μαθητὰς ἀκούγονται πολὺ ἡ Μάρθα καὶ ἡ Μαρία, ἀδελφές τοῦ Λαζάρου. Καὶ στὴ σκηνὴ τῆς ἐπισκέψεώς Του ὁ Χριστὸς ἀποδίδει εὐσημα στὴ Μαρία ἡ ὁποία συμπεριφέρεται θαρραλέα καὶ ἀντίθετα πρὸς τοὺς Ἰουδαίους πού ἀπαγόρευαν στὴ γυναίκα ἀκόμη νὰ διαβάσῃ τὴ Βίβλο. Ἡ Μαρία «τὴν ἀγαθὴ μερίδα ἐξελέξατο» καὶ ἄκουγε τὸ λόγο τοῦ Θεοῦ ἀπὸ τὸν ἴδιο τὸν Χριστό. Ἐνῶ ἡ ἀδελφὴ της ἡ Μάρθα πάλευε νὰ περιποιηθεῖ τὸν Ἐπισκέπτη. Πέρα ἀπὸ τίς δύο αὐτὲς ἀδελφές στό Εὐαγγέλιο, εἶναι καὶ ἡ Μαρία ἡ Μαγδαληνὴ, ἡ Μαρία τοῦ Κλωπᾶ, ἡ Σαλώμη κ.ἄ. «Καὶ διαγενομένου τοῦ Σαββάτου... ἀνατείλαντος τοῦ ἡλίου...» οἱ Μυροφόρες θὰ μαρτυρήσουν πρῶτες τὴν Ἀνάστασιν τοῦ Χριστοῦ, μάλιστα ἡ Μαγδαληνὴ θὰ ἀκούσῃ καὶ τὸ «μὴ μου ἄπτου...» ὅταν πῆγε νὰ ἀκουμπῆσῃ τὸ χερί της στὸν Ἀναστάντα. Ἡ παγκόσμια ἡμέρα τῆς Γυναίκας γιορτάζεται στὴν ἐκκλησία τὴν Κυριακὴ τῶν Μυροφόρων, δύο ἐβδομάδες μετὰ τὸ Πάσχα.



# Καρδιακά επεισόδια:

πώς προκαλούνται

και πώς μπορούμε

να προφυλαχτούμε;

**ΓΕΩΡΓΙΟΣ Δ. ΓΙΑΝΝΟΓΛΟΥ,**  
καθηγητής καρδιολογίας,  
**ΙΩΑΝΝΗΣ Σ. ΧΑΤΖΗΖΗΣ,**  
ειδικευόμενος καρδιολογίας.

Καρδιακά επεισόδια ονομάζονται όλα τα παθολογικά συμβάντα που σχετίζονται με την καρδιά. Λέμε για παράδειγμα ότι κάποιος έτρεξε να προλάβει το λεωφορείο, ή κουράστηκε πολύ και έπαθε καρδιακό επεισόδιο. Στο παρακάτω κείμενο θα ασχοληθούμε με μία ομάδα καρδιακών επεισοδίων που θεωρείται από τις πιο σοβαρές και επικίνδυνες: **τα όξεία στεφανιαία σύνδρομα**. Στα όξεία στεφανιαία σύνδρομα περιλαμβάνονται η **άσταθής στηθάγχη**, το **έμφραγμα του μυοκαρδίου**, ακόμη και ο **αιφνίδιος καρδιακός θάνατος**. Άς δούμε κατ'άρχην με απλά λόγια τι σημαίνουν οι παραπάνω όροι:

**Στεφανιαίες αρτηρίες** ονομάζονται οι αρτηρίες που αιματώνουν το μυοκάρδιο. Η καρδιά μας είναι ένας πολύ ισχυρός μύς που ονομάζεται **μυοκάρδιο**, επομένως μπορούμε, πρακτικά να θεωρήσουμε ότι καρδιά και μυοκάρδιο είναι ταυτόσημοι όροι.

**Στηθάγχη**, είναι σύμφωνα με την έτυμολογία της λέξης, ο πόνος (άγχος) στο στήθος που οφείλεται σε πλημμελή αιμάτωση της καρδιάς. Υπάρχουν δύο κύριες μορφές στηθάγχης: η **άσταθής στηθάγχη** και η **σταθερή στηθάγχη**. Άσταθής στηθάγχη είναι η στηθάγχη που εμφανίζεται σε ήρεμια, σε αντιδιαστολή με τη σταθερή στηθάγχη που εμφανίζεται κατά την κόπωση.

**Έμφραγμα του μυοκαρδίου** λέγεται η αιφνίδια διακοπή της κυκλοφορίας του αίματος σε κάποια από τις στεφανιαίες αρτηρίες της καρδιάς (εικόνα). Αυτό έχει ως συνέπεια την πολύ σοβαρή ισχαιμία και συνήθως νέκρωση του αντίστοιχου τμήματος της καρδιάς που αιματώνεται από την αποφραγμένη στεφανιαία αρτηρία.

**Αιφνίδιος καρδιακός θάνατος** είναι ο φυσικός και απρόσμενος θάνατος λόγω καρδιακών αιτιών, με απότομη απώλεια των αισθήσεων, μέσα σε διάστημα μίας ώρας από την έναρξη των συμπτωμάτων.

**Πού οφείλονται τα καρδιακά επεισόδια;**

Οι στεφανιαίες αρτηρίες με την πάροδο του

χρόνου υφίστανται απόφραξη από προεξοχές που προβάλλουν προς τον αυλό τους και ονομάζονται **άθηρωματικές πλάκες** (εικόνα). Κάθε άθηρωματική πλάκα αποτελείται από ένα λιπώδη πυρήνα που περιβάλλεται από ινώδη κάψα. Στη μεγάλη πλειονότητά τους τα όξεία στεφανιαία σύνδρομα οφείλονται σε ρήξη αυτής της κάψας που μπορεί να συμβεί τόσο σε ήρεμια όσο και σε έντονη προσπάθεια, συγκινησιακή φόρτιση ή μετά από βαρύ γεύμα. Είναι αξιοσημείωτο ότι η πλειονότητα των άθηρωματικών πλακών που υφίστανται ρήξη και οδηγούν σε όξεία στεφανιαία σύνδρομα δεν προκαλούν σημαντική στένωση του αυλού των στεφανιαίων αρτηριών (συνήθως η στένωση είναι <50%) και επομένως δεν προκαλούν συμπτώματα στηθάγχης κόπωσης.

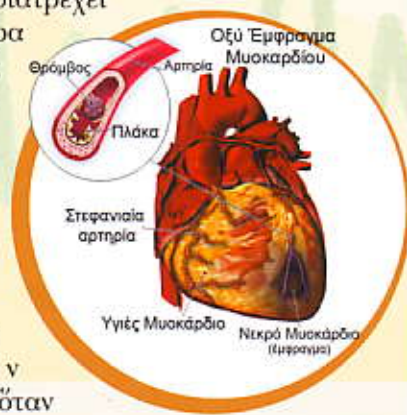
Όταν επισυμβεί η ρήξη της άθηρωματικής πλάκας, ο οργανισμός προσπαθεί να «επουλώσει» αυτό που αντιλαμβάνεται ως «πληγή» και συσσωρεύει στην περιοχή τα ειδικά στοιχεία του αίματος που διαθέτει για τις περιπτώσεις αυτές, τα αιμοπετάλια. Σχηματίζεται τότε ένας αιμοπεταλιακός θρόμβος που μπορεί να αποφράξει μερικώς ή και πλήρως τον αυλό της στεφανιαίας αρτηρίας. Αν κλείσει έντελως ή αρτηρία και δεν υπάρχει παράπλευρη κυκλοφορία έχουμε την εκδήλωση έμφραγματος του μυοκαρδίου. Αν δεν κλείσει έντελως αλλά στενέψει αιφνίδια, τότε έχουμε την εκδήλωση άσταθους στηθάγχης, ή μίας ιδιαίτερης μορφής έμφραγματος του μυοκαρδίου. Αν η απόφραξη αφορά μεγάλη και ζωτική περιοχή της καρδιάς, ή αν προκληθεί κάποια καταστροφική άρρυθμία, όπως κοιλιακή ταχυκαρδία ή κοιλιακή μαρμαρυγή, μπορεί να συμβεί ακόμη και αιφνίδιος καρδιακός θάνατος στην περίπτωση που ο ασθενής δεν τύχει άμεσης και κατάλληλης αντιμετώπισης.

Σε αντίθεση με τα όξεία στεφανιαία σύνδρομα ή σταθερή στηθάγχη οφείλεται σε σταθερές άθηρωματικές πλάκες που προκαλούν σημαντική χρόνια στένωση (>50-70%) των στεφανιαίων αρτηριών. Λόγω του ότι η στένωση αυτή εγκαθίσταται προοδευτικά στο χρόνο, δίδεται το απαραίτητο χρονικό περιθώριο δημιουργίας παράπλευρης κυκλοφορίας με αποτέλεσμα το μυοκάρδιο να αιματώνεται από αυτήν. Τέτοιες άθηρωματικές πλάκες είναι σταθερές και συνήθως δεν ρήγνυνται. Όσοσο σε περίπτωση ρήξης ενδέχεται να μην εκδηλωθεί έμφραγμα του μυοκαρδίου, ή και αν εκδηλωθεί διατρέχει

πολύ ελαφρότερα λόγω της ύπαρξης παράπλευρης κυκλοφορίας που προστατεύει το μυοκάρδιο.

**Πρόληψη των καρδιακών επεισοδίων**

Ανάπτυξη άθηρωματικών βλαβών έχουμε όταν



υπάρχουν ένας ή περισσότεροι προδιαθεσικοί παράγοντες στεφανιαίας νόσου.

Οι κυριότεροι από αυτούς τους παράγοντες είναι το κάπνισμα, ή υπερλιπιδαιμία (αυξημένη χοληστερίνη και τριγλυκερίδια), ή υπέρταση (άρτηριακή πίεση μεγαλύτερη από 140/90 mmHg), ή σακχαρώδης διαβήτης, ή έλλειψη φυσικής άσκησης, ή παχυσαρκία και ή κληρονομικότητα.

Η πρόληψη ανάπτυξης αθηρωματικών πλακών πρέπει να αποτελεί τρόπο και στόχο ζωής. Οι περισσότεροι από τους προδιαθεσικούς παράγοντες (πλην της κληρονομικότητας) μπορούν να τροποποιηθούν:

Το κάπνισμα, τόσο το ενεργητικό όσο και το παθητικό, απαγορεύεται αυστηρά. Η πολυαναμενόμενη απαγόρευση του καπνίσματος στους δημόσιους χώρους στη χώρα μας είναι βέβαιο ότι θα παράσχει σημαντικό όφελος στη δημόσια υγεία.

Η υπερλιπιδαιμία αντιμετωπίζεται με κατάλληλη υπολιπιδαιμική διαίτα ή με φάρμακα εφ' όσον δεν είναι αρκετή η διαίτα. Για την υπέρταση έχει σημασία η αποφυγή του άλατος από τις τροφές που τρώμε. Αν υπάρχει ανάγκη λήψης φαρμάκων για την υπέρταση δεν πρέπει να τα παραλείψουμε.

Ο έλεγχος του σακχαρώδους διαβήτη είναι θέμα πρωταρχικά διατολογίου, σωστού σωματικού βάρους και φαρμάκων, όταν το κρίνει αναγκαίο ο θεράπων ιατρός.

Η παχυσαρκία αποτελεί πανδημία στην εποχή μας. Κύριο όπλο για την αντιμετώπισή της είναι η σωστή διατροφή που συμπυκνώνεται σε δύο λέξεις: **μεσογειακή διαίτα**. Έρευνες έδειξαν ότι πρόσωπα που διατρέφονταν με μεσογειακή διαίτα παρουσίασαν πολύ λιγότερα καρδιακά επεισόδια σε σύγκριση με άτομα που έλάμβαναν δυτικού τύπου διαίτα.

Τέλος, η συστηματική καθημερινή άσκηση που συνίσταται σε τουλάχιστον 30 λεπτά βόλτας, ποδηλασίας ή κολύμβησης τρεις με επτά φορές την εβδομάδα θα πρέπει να αποτελεί μέρος του καθημερινού μας προγράμματος. Ειδικά το στατικό ποδήλατο είναι μία πολύ καλή λύση για πολυάσχολα πρόσωπα.

Με την καθημερινή άσκηση βελτιώνουμε τη λειτουργία όλων των συστημάτων του οργανισμού μας, χάνουμε βάρος, παρεμποδίζεται ο σχηματισμός αθηρωματικών βλαβών και επίσης δημιουργείται παράπλευρη κυκλοφορία στην καρδιά μας, που μπορεί να αποδειχθεί σωτήρια σε περίπτωση απόφραξης μίας στεφανιαίας αρτηρίας.

**Πώς αντιμετωπίζονται τα καρδιακά επεισόδια;**

Η σταθερή στηθάγχη διαγιγνώσκεται από το ιστορικό με τη δοκιμασία κόπωσης και τη στεφανιογραφία ή οποία απεικονίζει το μέγεθος της στένωσης του αύλου της στεφανιαίας αρτηρίας.

Η αντιμετώπιση της σταθερής στηθάγχης γίνεται κατά βάση με φάρμακα, τα οποία στην εποχή μας είναι πολύ ισχυρά και αποτελεσματικά.

Ωστόσο σε περίπτωση έντονων συμπτωμάτων

στηθάγχης κόπωσης που επηρεάζουν την ποιότητα ζωής του ασθενούς διενεργείται αγγειοπλαστική, το γνωστό σε όλους μας μπαλονάκι, και τοποθετείται stent (ένδοστεφανιαία πρόθεση) στο σημείο της βλάβης το οποίο αποτρέπει την επαναστένωση της αρτηρίας. Σε όρισμένες περιπτώσεις μπορεί να διενεργηθεί έγχειρηση, το γνωστό σε όλους μας μπαϊπάς.

Σε αντίθεση με την σταθερή στηθάγχη τα όξια στεφανιαία σύνδρομα οφείλονται σε αιφνίδια ρήξη αθηρωματικών πλακών, οι οποίες συνήθως δεν προκαλούν σημαντική στένωση των στεφανιαίων αρτηριών. Οι πλάκες αυτές συχνά δεν φαίνονται στη στεφανιογραφία και επομένως δεν διαγιγνώσκονται εγκαίρως πριν τη ρήξη τους. Η κύρια προτεραιότητα στη σύγχρονη καρδιολογία είναι η έγκαιρη διάγνωση ύπαρξης αυτών των πλακών, όταν δηλαδή είναι σε αρχικά στάδια, πριν σπάσουν και είναι πολύ άργα.

Σύγχρονες διαγνωστικές μέθοδοι αναπτύσσονται ραγδαίως με τη χρήση της τεχνολογίας με στόχο την έγκαιρη διάγνωση ύπαρξης των επικινδύνων πλακών. Έρευνες μας έχουν δείξει ότι οι επικίνδυνες πλάκες αναπτύσσονται σε συγκεκριμένες περιοχές των στεφανιαίων αρτηριών όπου επικρατεί χαμηλή ροή αίματος (χαμηλή διατμητική τάση).

Η έγκαιρη εντόπιση των επικινδύνων αθηρωματικών πλακών σε αρχικά στάδια πριν τη ρήξη τους θα μπορούσε να διανοίξει την προοπτική έγκαιρης, προφυλακτικής, τοποθέτησης stent στις πλάκες αυτές με στόχο την αποτροπή μελλοντικών έμφραγμάτων και αιφνιδίων καρδιακών θανάτων, γεγονός που θα είχε τεράστια σημασία για τη δημόσια υγεία.

**Συμπερασματικά**

Για να εκδηλωθεί ένα καρδιακό επεισόδιο θα πρέπει:

- 1) στην πλειονότητα των περιπτώσεων να υπάρχει αθηρωματική πλάκα,
- 2) να επισυμβεί αιφνίδια ρήξη της αθηρωματικής πλάκας και δημιουργία θρόμβου, και
- 3) να μην υπάρχει επαρκής παράπλευρη κυκλοφορία.

Πρέπει να θυμόμαστε ότι μπορούμε να μειώσουμε την πιθανότητα κάποιου καρδιακού επεισοδίου ακολουθώντας τη μεσογειακή διαίτα, μη καπνίζοντας, φροντίζοντας να ρυθμίζεται σωστά η χοληστερίνη, αρτηριακή πίεση και το σάκχαρο του αίματος, και

φυσικά ασκούμενοι **συστηματικά**. Συνεργασία με το **θεράποντα** καρδιολόγο είναι **άπαραίτητη** για την **έξοτιμικευση** των **θεραπευτικών** υγεινοδιαιτητικών **μέσων** και τον **καθορισμό** **φαρμακευτικής** **αγωγής**.

ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΝΙΚΑΙΑΣ  
ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ  
ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ  
ΕΝΟΡΙΑΣ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ  
ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ

**"Ο ΤΡΟΠΛΙΟΦΟΡΟΣ"**

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ:  
Πρωτοπρεσβύτερος Γρηγόριος Μπισσιτάτος  
ΤΗΛ. - FAX: 210 49 51 396

ΔΗΜΟΥΡΓΙΑ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ:

**ΤΥΠΟ** γραφή

Γ. ΑΦΕΡΩΦ 103 - ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ  
ΤΗΛ. - FAX: 210 49 56 302

# Ὁσιος Γεώργιος Καρσλίδης

## Ἐνας νέος Ἅγιος τῆς Ἐκκλησίας μας

Τοῦ μοναχοῦ Μωϋσῆ Ἀγιορείτου

Στις 2.11.2008 ὁ Οἰκουμενικὸς Πατριάρχης κ. Βαρσολομαῖος, στὴ θεία Λειτουργία στὸν ἱερὸ μητροπολιτικὸ ναὸ Δράμας, μὲ τὴν παρουσία πολλῶν ἀρχιερέων, ἱερέων, μοναχῶν καὶ μοναζουσῶν, τῶν ἀρχῶν τοῦ τόπου καὶ πλῆθος κόσμου, ἀνακοίνωσε δημόσια τὴν κατάταξη τοῦ μακαρίου Γέροντος Γεωργίου Καρσλίδη στὶς ἀγιολογικὲς δέλτους τῆς Ἐκκλησίας μας. Ἐνα γεγονός ἰδιαίτερα σημαντικό. Σὲ μιὰ δύσκολη ἐποχὴ, ἕνας ἄσημος ἱερομόναχος, ἕνας φτωχὸς παπαδάκος, ἕνας ὀλιγογράμματος κληρικός, ἕνας φιλάσθενος ἄνθρωπος κατετάγη μετὰ τῶν ἁγίων. Κρυμμένος, ἀφανής, ἄδοξος, ἄγνωστος στοὺς πολλούς, δίχως ἐξωτερικὰ καὶ φανταχτερὰ προσόντα λάμπει σήμερα μὲ τὸ φωτοστέφανο τῆς ἀγιότητος. Τί ἦταν αὐτὸ ἄραγε πού ἤλκυσε τόσο πλούσια πάνω του τὴ χαρὴ τοῦ Θεοῦ; Ἀσφαλῶς ἡ μεγάλη του, μόνιμη καὶ γνήσια ταπείνωση καὶ ἡ ἀτσιγγούνευτη συνεχὴς ἀγάπη του πρὸς τὸ Θεὸ καὶ ἄνθρωπο, τὸν κάθε συνάνθρωπο.

Γεννήθηκε φτωχός, ἀπὸ εὐσεβεῖς γονεῖς στὴν Ἀργυρούπολη τοῦ μαρτυρικοῦ Πόντου τὸ 1901. Ὁρφάνεψε νωρὶς καὶ τὴν ἀνατροφή του ἀνέλαβε ἡ εὐλαβὴς γιὰ τὸν Θεὸ καὶ τὸ θάνατο αὐτῆς τὸν πῆρε ὁ παππούς του καὶ πῆγαν στὸ Ἐρζερούμ, τὴ Θεοδοσιούπολη τῆς Μεγάλης Ἀρμενίας. Ὁ θάνατος καὶ τοῦ παπποῦ του τὸν ἀφήνει μόνον καὶ μεταβαίνει στὴν Τιφλίδα τῆς Γεωργίας, ὅπου ἐκεῖ νέος ἐκάρη μοναχὸς σὲ μονὴ καὶ χειροτονήθηκε διάκονος καὶ ἱερεύς. Κατόπιν μετέβη στὸ Σοχούμ. Τὸ σοβιετικὸ καθεστῶς γιὰ τὴν πίστη του τὸν φυλάκισε μὲ ἄλλους μοναχοὺς, πού βρῆκαν μαρτυρικὸ θάνατο. Φυλακίσεις, ταλαιπωρίες, μαρτύρια, τὸν ἄφησαν ἡμιπαράλυτο.

Τὸ 1929 ἦλθε στὴν Ἑλλάδα. Ἀπὸ τὴ Θεσσαλονίκη, πῆγε στὴν Κατερίνη, στὸ Κιλκίς καὶ κατέληξε στὴ Σίψα τῆς Δράμας τὸ 1930. Στὴ μνήμη του μένουν ὁ μαρτυρικὸς Πόντος, ἡ μακρυνὴ Γεωργία καὶ ἡ ταραχμένη Ρωσία, ὡς τόποι ἀγῶνων, ἀσκήσεων, πόνων καὶ θυσιῶν. Οἱ κακουχίες τῆς φυλακῆς, οἱ ταλαιπωρίες τῶν μετακινήσεων καὶ οἱ στερήσεις οἱ πολλὲς τὸν εἶχαν ἀφήσει ἀρκετὰ ἀδύναμο καὶ συχνὰ δυσκολευόταν νὰ βαδίσει. Ὅλη του ἡ περιουσία ἦταν λίγα βιβλία, ἄμφια καὶ εἰκονίσματα. Ἐπὶ μία εἰκοσαετία γίνεται ὁ κτίτορας μικρῆς μονῆς, ἀνύστακτος λειτουργός, ἄριστος πνευματικός, φιλόστοργος, φιλότεκνος καὶ φιλόανθρωπος

πατέρας. Μαγεύει καὶ φούρνιζε νὰ μὴ φύγει κανεὶς ἀπὸ κοντὰ του νηστικός. Χαιρόταν νὰ δίνει καὶ ὄχι νὰ παίρνει. Ζοῦσε γιὰ τοὺς ἄλλους.

Ὁ πνευματικὸς ἀνεφοδιασμός του ἦταν στὶς καθημερινὲς θείες λειτουργίες, τὶς ἀγρυπνίες, τὶς μελέτες, τὶς θερμὲς καὶ ἄοκνες προσευχές. Γιὰ τὴν καθαρότητα καὶ τὴν ταπεινοφροσύνη του ὁ Θεὸς τὸν χαρίτωσε. Τὸν κοσμοῦσε ἡ διάκριση, ἡ διόραση, ἡ προόραση, ἡ προφητεία. Ἐβλεπε τὶς καρδιὲς σὰν σὲ ἀνοιχτὸ βιβλίον. Τὰ παρελθόντα καὶ τὰ μέλλοντα γίνονταν γιὰ τὸν ὅσιο παρόν. Ἦταν τρομερὰ αὐστηρὸς στὸν ἑαυτό του καὶ λίαν ἐπιεικὴς στοὺς ἄλλους. Δὲν εἶχε καμμία ἀπαίτηση, καμμία κακία, κανένα παράπονο, κανένα δικαίωμα. Ὅλη του ἡ ζωὴ ἦταν μιὰ συνεχὴς προσφορὰ.

Ἔτσι, πῶς νὰ μὴν εὐωδιάσουν τὰ χαριτόβρυτα τίμια λείψανά του; Πολλὰ θαύματα διηγοῦνται ἐπώνυμα πολλοί. Ἔτσι δοξάζει τοὺς ἀληθινὰ ταπεινοὺς ὁ Θεός. Συγχαρητήριες εὐχὲς ἀξίζουν στὸν μητροπολίτη Δράμας κ. Παῦλο γιὰ τὴν ὅλη προετοιμασία τῶν σεμνὰ μεγαλοπρεπῶν ἐορτῶν, ὅπως καὶ στὴ φιλόθεη ἀδελφότητα τῶν μοναζουσῶν τῆς ἱερᾶς μονῆς Ἀναλήψεως τοῦ Σωτήρος γιὰ τὴν διακριτικὴ παρουσία τους στὸν πρῶτο ἐπίσημο ἐορτασμὸ τοῦ ὁσίου πατρὸς Γεωργίου Καρσλίδη (+1959) πού τις φιλοξενεῖ στὸ ἱερὸ μοναστήρι του. Νὰ πού ἡ Ἐκκλησία μας καὶ σήμερα γεννᾷ ἁγίους...

Ἡ μνήμη του θὰ ἐορτάζεται στὶς 4 Νοεμβρίου.

