

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ

«Οπουδάζοντες τηρεῖν τὴν ἐνότητα τοῦ πνεύματος ἐν τῷ Συνδέσμῳ τῆς εἰρήνης» (Ἐφ. δ', 3)



Ίδιοκτήτης:
ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ

Διεύθυνση:
Βασιλέως Γεωργίου Α' 5
241 33, Καλαμάτα

Τηλ.: 2721 023176
Fax: 2721 026478
E-mail: info@xristegi.gr

Ίστοσελίδα: www.xristegi.gr
✉ Χριστιανική Στέγη Καλαμάτας

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ

Μηνιαίο περιοδικό
Ἑλληνορθόδοξης Μαρτυρίας
ISSN: 1107-8979

Ἐκδότης-Διευθυντής:
Δημήτριος Ν. Καρτσώνης

Δημιουργικό-Παραγωγή:
ΛΥΧΝΙΑ Α.Ε.
τηλ.: 210 3410436 • www.lyhnia.com

Ἐλεύθερη Συνδρομή με ἑνδεικτικό
ποσό τὰ 20 €

IBAN Τραπεζικῶν Λογαριασμῶν
στήν Ἐπωνυμία τοῦ Συλλόγου:

Ἐθνική Τράπεζα τῆς Ἑλλάδος:
GR04 0110 2200 0000 2204 8020 634

Τράπεζα Πειραιῶς:
GR53 0171 3430 0063 4316 3450 051

Alpha Bank:
GR09 0140 5000 5000 0210 1350 567

Eurobank:
GR79 0260 1280 0001 1020 1721 572



167

Ἐκεῖνος τῇ δουλειᾷ του καί... ἡμεῖς τῇ δικῇ μας!
ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ

195

Ἀπλὴ Ὁρθόδοξη Δογματική: Κατ' εἰκόνα καὶ καθ' ὁμοίωσιν

197

Κάθε καλοκαίρι διαφορετικό ἀπὸ τὰ προηγούμενα καὶ τὰ ἐπόμενα...
Κάθε φθινόπωρο διαφορετικό ἀπὸ τὰ προηγούμενα καὶ τὰ ἐπόμενα...
Πάντα, ὅμως, λείπει μιά σταθερά... Τὴν ἔχουμε ἐντοπίσει;
ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΑΛΑΜΑΤΗΣ

198



200

Στοχασμοὶ & Ἀπάνηχοι: «Σὺς δὶνὼν τὸν λόγον μου»
ΜΕΡΟΠΗ Ν. ΣΠΥΡΟΠΟΥΛΟΥ

200

Ἅγιος Δημήτριος Γκαγκαστάθης ἐκ Πλατάνου Τρικιάδων
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Δ. ΡΙΖΟΣ

202

Ἡ Ἁγία Θεοδώρα Ἀλεξανδρείας • **ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΣΩΤ. ΠΟΥΡΝΑΡΑΣ**

204

Γεροντικοῦ Διδάγματα: Ποίος μπορεῖ νὰ βλῇ τὸν εὐνοούμενο
τοῦ βασιλιᾶ;

206

Γεροντικοῦ Διδάγματα: Κατάκριση - Καταλαλιά

207

Καλοκαίρι χωρὶς κατασκήνωση δὲν γίνεται!

208

Ταῦγετος 2025 - Ἑορτὴ Μεταμορφώσεως τοῦ Σωτῆρος στὴν κατα-
σκήνωσή μας

210

Γνωριμία με τὴν Κλῆμακα: Λόγος δέκατος ἕκτος - Περί φιληργυρίας
(καθὼς καὶ περὶ ἀκτημοσύνης) • **ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ ΜΕΝΤΗ**

212

Ἄσθμα καὶ Φθινόπωρο: Προκλήσεις καὶ συμβουλὲς γιὰ καλύτερη
ἀντιμετώπιση • **ΔΡ. ΣΤΑΜΑΤΟΥΛΑ ΤΣΙΚΡΙΚΑ**

214

«Ἅγιος Εὐνήλιος» στὴν Αἴνο καὶ στὴν Ἀλεξανδρουπόλη
ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΟΠΟΥΛΟΣ

216

Ἡ ἀόρατη προστασία μας • **ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΠΕΤΡΟΥΛΕΑΣ**

218

Ψυχο-γράφημα: Ἄνθρωποι στό περιθώριο: Σπάζοντας τὰ δεσμά τοῦ
στίγματος • **ΑΓΓΕΛΙΚΗ-ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΠΑΠΑΣΑΡΑΝΤΟΠΟΥΛΟΥ**

220

«Προχώρα καὶ μὴ σέ τρομάζει ἡ ἀποτυχία!» • **ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΔΟΓΑΝΗ**

222

Μέ τὸν φακό τοῦ **ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ**

223

Φωτογραφία Ἐξωφύλλου: Κατασκηνωτές στὴν Κατασκήνωση τῆς Χριστιανικῆς Στέγης
Καλαμάτας στὸν Ταῦγετο στὶς ἀρχὲς τῆς δεκαετίας τοῦ 1980.

Φωτογραφία Ὑποσηφύλλου: Τὸ "μεγάλο δέντρο", ὅπως συνηθίζεται νὰ ἀποκαλεῖται, ποὺ
δεσπόζει στὴν πλατεία τῆς Κατασκήνωσής μας.

Ἐκεῖνος τῇ δουλειᾷ του καί... ἡμεῖς τῇ δικῇ μας!

Ὁ Σεπτέμβριος εἶναι ὁ μήνας πού ἀρχίζει τὸ ἐκκλησιαστικό ἔτος. Συνήθως σέ κάθε νέα ἀρχὴ βάζουμε καινούργιους στόχους καί κάνουμε ὄνειρα, προσβλέποντας σέ ἕνα καλύτερο μέλλον. Στοιχεύουμε νά κάνουμε κάτι καλύτερο γιὰ τὸν ἑαυτό μας καί νά βελτιωθοῦμε τόσο στὸν κοινωνικό, ὅσο καί στὸν πνευματικό τομέα.



Συχνὰ ξεκινᾶμε μέ ἕναν ἐνθουσιασμό καί, μέ τὴν ἐπήρεια αὐτοῦ τοῦ ἐνθουσιασμοῦ, τὰ πρῶτα πνευματικά μας βήματα εἶναι σχετικά εὐκόλα καί ἐλπιδοφόρα. Τί γίνεται, ὅμως, ἀργότερα, ὅταν ἔρθει ἡ κούραση καί ὅταν οἱ πειρασμοὶ ἀρχίζουν νά βάζουν ἐμπόδια στὸ πνευματικό μας ἔργο; Ἔχουμε, ἄραγε, ἀντοχές νά συνεχίσουμε τὴν πνευματικὴ μας πορεία ἢ θὰ λυγίζουμε καί θὰ ἀποκάνουμε μέ τὴν πρώτη δυσκολία;

Πρέπει νά θωρακίσουμε τὸν νοῦ μας.

Συχνὰ σκέψεις ἀπελπισίας βασιλεύουν τὸν νοῦ μας. Ἄλλες φορές ὁ ἐγωισμός καί ἡ ἔπαρση μᾶς τυφλώνουν, μέ ἀποτέλεσμα νά ζητᾶμε συνέχεια τὴν ἐπιβεβαίωση ἀπὸ τοὺς ἄλλους. Κι ὅταν αὐτὴ δέν ἔρχεται, πέφτουμε ξανά σέ ἀπογοήτευση.

Πρέπει νά μάθουμε νά μὴν πιάνουμε κουβέντα μέ πειρασμικὲς σκέψεις.

Οἱ πειρασμοὶ πού δημιουργοῦνται, ὅταν ἀρχίσουμε τὸν πνευματικὸ ἀγῶνα, εἶναι πολλοὶ καί αὐτὸ συμβαίνει, γιὰτὶ ὁ διάβολος δέν χαίρε-

ται καθόλου, ὅταν βλέπει πνευματικὴ προκοπὴ. Χρέος μας, λοιπόν, εἶναι νά μάθουμε νά ξεχωρίζουμε τοὺς πειρασμούς καί νά προστατεύουμε τὸν ἑαυτό μας.

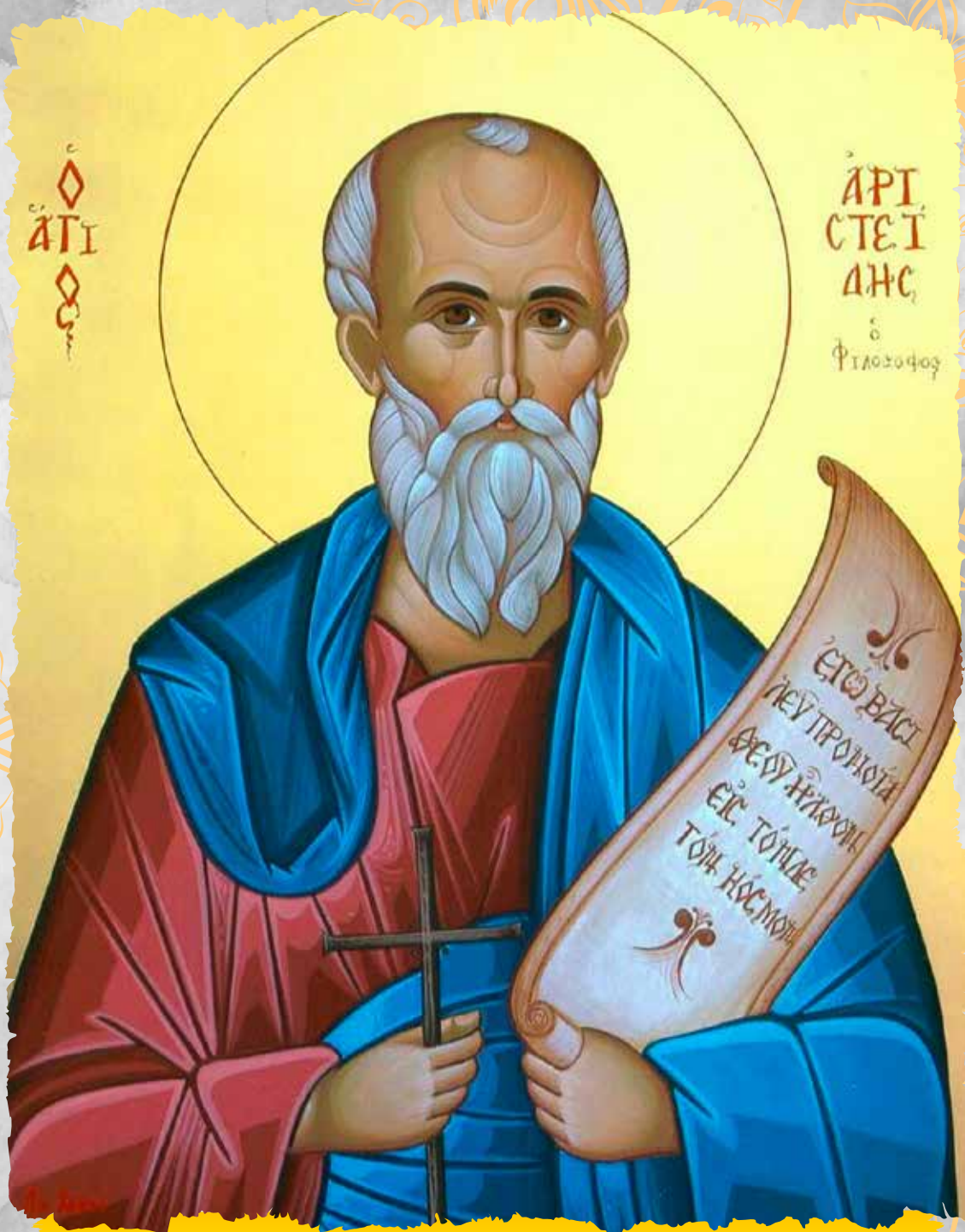


Πρῶτο καί βασικό μας μέλημα πρέπει νά εἶναι νά θωρακίσουμε τὸν νοῦ μας. Σύμφωνα μέ τοὺς Πατέρες, εἶναι φυσικό καί ἀναπόφευκτο νά μᾶς ἔρθουν πειρασμικὲς σκέψεις. Γιὰ τίς σκέψεις αὐτές δέν εὐθυνόμαστε ἡμεῖς. Αὐτό, ὅμως, πού εἶναι ἡ δικὴ μας εὐθύνη εἶναι ὁ τρόπος μέ τὸν ὁποῖο χειριζόμαστε τίς σκέψεις αὐτές. Πρέπει νά μάθουμε νά μὴν πιάνουμε κουβέντα μέ αὐτές. Νά μὴν ἐμβαθύνουμε στοὺς ὁποιοὺς λογισμοὺς μᾶς ἐμφανίζονται καί νά προσπαθοῦμε νά τοὺς προσπερνᾶμε μέ ἀδιαφορία. Αὐτό δέν εἶναι πάντα εὐκόλο. Χρειάζεται πνευματικὸς ἀγῶνας. Πρέπει νά ἔχουμε μιὰ πνευματικὴ προσέγγιση τῶν πραγμάτων στὴ ζωὴ μας καί νά ξεπερνᾶμε τοὺς λογισμοὺς χωρὶς νά τοὺς δίνουμε σημασία.



Ἐφ'ὅδῳ μας καί ἐνδυνάμωσή μας εἶναι, βέβαια, ἡ προσευχή. Μέ τὴν καθημερινή προσευχή ἐπικοινωνοῦμε μέ τὸν Κύριο, στρέφουμε τὸν νοῦ μας πρὸς Αὐτόν καί προσανατολίζουμε τὴ σκέψη καί τίς κινήσεις μας στὸ θέλημα τοῦ Κυρίου, ἀδιαφορώντας σιγά-σιγά γιὰ τοὺς πειρασμούς πού μᾶς περιτριγυρίζουν. Ὁ πειρασμός κάνει τὴ δουλειά του ἀλλὰ καί ἡμεῖς κάνουμε τὴ δικὴ μας δουλειά, χωρὶς νά τοῦ δίνουμε σημασία καί ἀξία.

ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΗ ΣΤΕΦ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ



Ἅγιος Ἀριστείδης
(τιμᾶται τῇ 13ῃ Σεπτεμβρίου)

Κατ' εἰκόνα καί καθ' ὁμοίωσιν

«Καί εἶπεν ὁ Θεός ποιήσωμεν ἄνθρωπον κατ' εἰκόνα ἡμετέραν καί καθ' ὁμοίωσιν» (Γεν. α' 26).

Ἄς ποιήσουμε τόν ἄνθρωπο, λέει ὁ Θεός, καί ἄς μὴν τόν κάνουμε ἀπλῶς δημιούργημα καλόν λίαν, ὅπως εἶναι καί τὰ ἄλλα κτίσματα μας. Ἄς μὴν ἀρκεστοῦμε μόνο στό νά φαίνεται ἡ σοφία καί ἡ δύναμή μας ἡ ἀπειρος στό πλάσμα αὐτό. Ἄς τόν προικίσουμε καί μέ ἄλλα χαρίσματα, ὥστε νά γίνει αὐτό κτίσμα ἐξαιρετικό ἐν τῇ γῇ. Ἄς τοῦ δώσουμε τέτοια τελειότητα, ὥστε νά φαίνεται σέ αὐτό καί ἡ ἀγαθότητά μας ἡ ἀπειρος, κατά τρόπο ἐξοχο καί μοναδικό. Ἄς τοῦ δώσουμε τήν εἰκόνα μας. Ἄς τόν δημιουργήσουμε ὅμοιο μέ ἡμᾶς. Ἄς κάνουμε τόν ἄνθρωπο κατ' εἰκόνα καί καθ' ὁμοίωσιν δική μας. Εἶπε ὁ Θεός καί τό ἔκανε. Κατ' εἰκόνα Θεοῦ ἐποίησεν αὐτόν.

Δέν λέει ὅτι τόν ἔκανε καί καθ' ὁμοίωσιν αὐτοῦ, ἀλλά μόνο κατ' εἰκόνα Του καί ἄς προσέξουμε ὄχι «εἰκόνα», ἀλλά «κατ' εἰκόνα». Μήπως ἔκανε λάθος ὁ Θεός καί ἀντί νά πλάσει τόν ἄνθρωπο καί κατ' εἰκόνα καί καθ' ὁμοίωσιν, αὐτόν τόν ἔπλασε μόνο κατ' εἰκόνα αὐτοῦ; Μή γένοιτο νά μᾶς ἔρθει στόν νοῦ μιά τέτοια βλασφημία! Ὁ Θεός νά κάνει λάθος; Οὔτε νά τό συλλογιστεῖ κανεῖς δέν ἐπιτρέπεται. Ὅχι καί νά τό πεῖ. Τί; Μήπως εἶναι ὁ Θεός σάν καί ἡμᾶς τούς ἀδύναμους ἀνθρώπους, πού πίπτουν διαρκῶς σέ λάθη; Ὁ Θεός εἶναι τέλειος, ὑπερτέ-

λειος, ἀπείρως τέλειος. Ὅχι μόνο παντοδύναμος, ἀλλά καί πάνσοφος καί φιλόανθρωπος. Γι' αὐτό εἶναι ἀδύνατον, φύσει ἀδύνατον νά πέσει σέ λάθος.

Ἀλλά γιατί, ἐνῶ ὁ Θεός στήν ἀρχή ἀποφασίζει νά κάνει τόν ἄνθρωπο κατ' εἰκόνα καί καθ' ὁμοίωσιν, τόν κάνει ἔπειτα μόνο κατ' εἰκόνα Του; Διότι τό καθ' ὁμοίωσιν ἐξαρτᾶται καί ἀπό ἡμᾶς. Ὁ Θεός μᾶς ἔδωσε τήν εἰκόνα Του καί μᾶς εἶπε: Θά ἐργαστεῖτε τώρα καί σεῖς νά γίνετε ὅμοιοί Μου. Ἐγώ θέλω νά σᾶς κάνω ὁμοίους Μου, ἀλλά πρέπει νά θέλετε καί σεῖς. Ἐργαστεῖτε. Θελήσατε ἐσεῖς, καί ἐγώ εἶμαι ἔτοιμος νά σᾶς βοηθήσω.

Τό κατ' εἰκόνα εἶναι κοινό κτῆμα ὅλων τῶν ἀνθρώπων. Τό καθ' ὁμοίωσιν εἶναι ἡ δυνατότητα πού μποροῦν νά ἔχουν οἱ ἄνθρωποι.

Νά, λοιπόν, γιατί ἡ Ἁγία Γραφή λέει ὅτι ὁ Θεός μᾶς ἔπλασε κατ' εἰκόνα Του μόνο. Διότι στό καθ' ὁμοίωσιν ἐμπερικλείεται ὁ μέγας καί ὑψηλός προορισμός, γιά τόν ὁποῖο μᾶς ἔπλασε ὁ Θεός. Καί αὐτός ὁ προορισμός, γιά νά ἔρθει εἰς πέρας, εἶναι πρόπον καί δίκαιο καί ἀναγκαῖο νά ἐργαστοῦμε καί ἡμεῖς μέ τό αὐτεξούσιο πού μᾶς ἔδωσε.

Πηγὴ: Λόγος περὶ τοῦ Ἀδάμ,
Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτου Μάνης
Χρυσοστόμου Γ'
Ἐπιμέλεια: Σταυρούλα Μέντη

Κάθε καλοκαίρι διαφορετικό
από τὰ προηγούμενα καί τὰ ἐπόμενα...

Κάθε φθινόπωρο διαφορετικό
από τὰ προηγούμενα καί τὰ ἐπόμενα...
Πάντα, ὅμως, λείπει μια σταθερά...
Τήν ἔχουμε ἐντοπίσει;

Καί τό φετινό καλοκαίρι σημα-
δεύτηκε ἀπό ἕναν καταγισμὸ σοκα-
ριστικῶν εἰδήσεων, πού δημοσιοποιή-
θηκαν. Καί ἡ μία δυσάρεστη ἐκπληξη
διαδεχόταν τήν ἄλλη.

Τό πανελλήνιο συγκλονίστηκε
ἀπό τήν ὁμολογία τῆς 25χρονης ἀπό
τήν Ἀμαλιάδα ὅτι σκότωσε τέσσερα
βρέφη!

Ταυτόχρονα, ἔρχεται στήν ἐπιφά-
νεια καί τό μέγα σκάνδαλο τοῦ Ὁργα-
νισμοῦ Πληρωμῶν καί Ἐλέγχου Κοινο-
τικῶν Ἐνισχύσεων Προσανατολισμοῦ
καί Ἐγγυήσεων (Ο.Π.Ε.Κ.Ε.Π.Ε.), τοῦ
φορέα πού διαχειρίζεται καί κατα-
βάλλει ἐνισχύσεις ἑκατομμυρίων εὐρώ,
πού προέρχονται ἀπό τήν Εὐρωπαϊκή
Ἐνωση πρὸς τοὺς Ἕλληνες ἀγρότες.
Ἀποκαλύφθηκε ὅτι ὑπῆρξε κακοδια-
χείριση –αὐτός εἶναι ὁ ἡπιότερος χαρ-
κτηρισμός– Εὐρωπαϊκῶν κεφαλαίων
μέ πολλές προεκτάσεις, καί μάλιστα,
πολιτικές...

*Ἔχουμε τήν ἐλευθερία νά γίνουμε εἴτε
ἄγιοι εἴτε δαίμονες. Οἱ ἰσορροπίες εἶναι
λεπτές. Κάθε ἄνθρωπος εἶναι ὑποψήφι-
ος ἄγιος καί ὑποψήφιος ἐγκληματίας.*

Οἱ πυρκαγιές, δυστυχῶς, καί
αὐτές ἀρκετές καί φέτος, σέ κατοι-
κημένες καί μὴ περιοχές.

Ἀμείωτες –ἢ καλύτερα συνεχεῖς
καί μεγάλες– οἱ ροές μεταναστῶν στά

σύνορα τῆς χώρας μας, οἱ ὅποιοι ἀνα-
ζητοῦν νέες πατρίδες καί νέες ζωές
σέ αὐτές.

Ὅλοένα πιό συχνά, συνεχίστη-
καν καί τό καλοκαίρι, οἱ συμπλοκές
ἀνηλίκων, πού μαχαιρώνονται γιά τό
παραμικρό, καί οἱ γυναικοκτονίες...

Αὐτά καί πολλά ἀκόμα τέτοιου
εἴδους νέα κυριαρχοῦν στήν καθη-
μερινή ἐπικαιρότητα. Κάποια ἀπό
αὐτά εἶναι πανομοιότυπα μέ ἄλλα,
πού ἔχουμε ξαναζήσει παλαιότερα.
Ἄλλα εἶναι καινούργια καί πρωτό-
γνωρα... Γιά ὅλα τὰ παραπάνω γε-
γονότα ὁ καθένας μας ἐκφράζει τήν
ἀπογοήτευσή του, διατυπώνει κρίσεις
καί κατακρίσεις. Τά καταδικάζει μόνο
καί μετά τὰ προσπερνάει...

☪ ☪ ☪

Μέ τήν ιδιότητα τοῦ Χριστιανοῦ,
ὅμως, πού λέμε ὅτι ἔχουμε, αὐτή θά
ἔπρεπε νά εἶναι ἡ στάση μας;

Γιά καμία ἀπό τίς παραπάνω πε-
ριπτώσεις δέν πρέπει νά γινόμαστε
ἐπιφανειακοί κριτές σέ ἐνδοοικογε-
νειακές συζητήσεις ἢ μέ συναδέλφους
καί φίλους μας. Οὔτε νά εἴμαστε ἀπό-
λυτοι στό τί πῆγε στραβά, ὥστε νά
ἔχουμε σήμερα αὐτές τίς ἐξελίξεις,
πού ἔχουμε.

☪ ☪ ☪

Θά πρέπει νά ἐπιδιώκουμε νά
ἀναλύουμε βαθύτερα καί οὐσιαστι-

κότερα τὰ γεγονότα πού συμβαίνουν γύρω μας. Γιά καθετί πού γίνεται τὰ αἷτια εἶναι πολλά καί ποικίλα. Μερίδιο εὐθύνης ἔχει καί ἡ Πολιτεία μέ τούς θεσμούς της, ἀλλά μερίδιο εὐθύνης ἔχει καί ὁ καθένας ἀπό ἐμᾶς, πού εἶναι γονέας, ἀγρότης, ιδιοκτήτης περιουσίας, ἐκπαιδευτικός... καί γενικότερα μέλος αὐτῆς τῆς κοινωνίας.



Γιά μιὰ ὀρθότερη κρίση, χωρίς νά κατακεραυνώνουμε τούς πάντες καί τὰ πάντα, θά πρέπει νά λαμβάνουμε ὑπόψη μας καί τή σταθερά πού λέγεται «Χριστός». Νά διερωτόμαστε σέ κάθε περίσταση ἂν ὑπάρχει ἡ ἀπουσιάζει ἀπό τήν ψυχή τοῦ καθενός μας ὁ Χριστός.

Στό βάθος του κανένας ἄνθρωπος δέν θέλει τό κακό. Τό κακό εἶναι ἐπιλογή, κάτω ἀπό συνθήκες πού πολλές φορές δέν μπορούμε νά ἐλέγξουμε καί νά κατανοήσουμε.

Ὁ ἄνθρωπος πού προκαλεῖ βλάβη στόν ἑαυτό του ἢ τούς γύρω του εἶναι μιὰ τραγωδία, μιὰ πτώση, ἕνα φοβερό καί συγκλονιστικό γεγονός.



Ἔχουμε τήν ἐλευθερία νά γίνουμε εἴτε Ἅγιοι εἴτε δαίμονες. Οἱ ἱσοροπίες εἶναι λεπτές. Κάθε ἄνθρωπος εἶναι ὑποψήφιος Ἅγιος καί ὑποψήφιος ἐγκληματίας.



Ζοῦμε σέ μιὰ κοινωνία πού «παράγει» λίγους Ἅγιους, ἀλλά «παράγει» σέ μεγάλα ποσοστά διαφθορά, βία, ἐγκλημα καί τρέλα!...

Καί ὅλα αὐτά γιατί;

Ἡ ἀπάντηση εἶναι ἀπλή: «Σκοτώσαμε τόν Θεό». Τόν προσπεράσαμε καί τόν ἀγνοήσαμε. Τόν ἐπικαλούμαστε καί τόν «χρησιμοποιοῦμε», μόνο

ὅταν μᾶς συμβεῖ κάτι δυσάρεστο, μόνο ὅταν ἀκούσουμε ἀπό τόν γιατρό ὅτι ἔχουμε κάποια ἀρρώστια, καί αὐτό γιά νά μᾶς κάνει καλά καί νά συνεχίσουμε νά εἴμαστε οἱ ἴδιοι.

*Δέν θέλουμε τόν Χριστό στή ζωή μας, στόν γάμο μας, στά παιδιά μας, στήν οἰκογένειά μας...
Καί ὅταν ἀπουσιάζει ὁ Χριστός, βασιλεύει τό ἐγώ καί ὁ διάβολος, μέ ὀλέθρια ἀποτελέσματα...*

Δέν θέλουμε τόν Χριστό στή ζωή μας, στόν γάμο μας, στά παιδιά μας, στήν οἰκογένειά μας...

Καί ὅταν ἀπουσιάζει ὁ Χριστός, βασιλεύει τό ἐγώ καί ὁ διάβολος, μέ ὀλέθρια ἀποτελέσματα...



Ὁ ἄνθρωπος εἶναι ἱκανός γιά ὅλα: Καί γιά νά γίνει Ἅγιος καί γιά γίνει κακός.

Ἄς ἔχουμε νήψη σ' ὅλες τίς ἐκφάνσεις τῆς ζωῆς μας, καταλλαγή, ἐπαγρύπνηση, προσευχή καί νά συγκρατοῦμε γερά τὰ χαλινάρια τοῦ ἑαυτοῦ μας.

Ὁ χειρότερος ἐχθρός εἶναι ὁ ἑαυτός μας, διότι δέν τόν ξέρουμε καί πολλές φορές κάποιες πτυχές του μᾶς ἐκπλήσσουν καί ἐμᾶς τούς ἴδιους.

Τό μόνο σίγουρο εἶναι ὅτι κάποια στιγμή καί μέ κάποιο τρόπο θά φύγουμε ἀπό αὐτή τή ζωή. Σέ ποιά κατάσταση θά εἴμαστε, ὅταν θά φύγουμε, θά ἔχει σχέση μέ τή διαχείριση τῆς ἐλευθερίας μας καί τῶν ἐπιλογῶν πού κάναμε στή ζωή μας.

Ὁ Θεός νά μᾶς φυλάει νά μή συμβοῦν ἀκόμα χειρότερα σ' ἐμᾶς καί στήν κοινωνία μας!

Δημήτρης Καλαμάτης

«Ὡς δίνω
τόν λόγο μου»

Ὅταν χάνονται ἀπό τήν καθημερινή μας γλῶσσα ὀρισμένες λέξεις, χάνεται καί τό ἐννοιολογικό τους περιεχόμενο. Μπορεῖ, ὅμως, ὑπό τήν ἐπίδραση συγχρόνων... παραγόντων κάποιες λέξεις, ἀντί νά ἐξαφανιστοῦν, νά ὑποστοῦν με-tάλλαξη καί νά ἀποκτήσουν μιὰ ἐντελῶς διαφοροποιημένη ἔννοια, ἀκόμα καί ἀντίθετη πρὸς τήν ἀρχική.

Πόσο σπάνια πιά οἱ ἄνθρωποι «δίνουν τόν λόγο τους» ἐννοώντας αὐτό πού, κατὰ κυριολεξία, σήμαινε ἡ παλαιότερη πλήρης ἔκφραση περὶ «λόγου τιμῆς»

Ζώντας κανεῖς καί ἀναλογιζόμενος καθημερινά ὅλα ὅσα ἀποτελοῦν τοὺς κώδικες συμπεριφορᾶς τῶν ἀνθρώπων στῇ σύγχρονη ἐλληνικὴ κοινωνία, μπορεῖ εὐκόλα νά διαπιστώσει ὅτι, ὅπως ἀκριβῶς ὑπάρχουν γύρω μας κάποια εἶδη ὑπὸ ἐξαφάνιση, ὑπάρχουν καί διάφορες λέξεις ἢ καί ὀλόκληρες ἐκφράσεις –καί κατὰ συνέπειαν ἔννοιες –οἱ ὁποῖες στίς μέρες μας φαίνεται ὅτι οὐσιαστικά λείπουν ἢ τελοῦν ὑπὸ ἐξαφάνιση ἢ ἔχουν πάρει ἄλλη ἔννοια. Καί δὲν ἐννοῶ λέξεις τῆς ἀρχαίας γλῶσσας μας ἢ λέξεις πού ἀνήκουν στῇ λησμονημένη καθαρεύουσα καί δὲν ἐμπεριέχονται πιά στό λεξιλόγιό τῆς καθομιλουμένης ζωντανῆς γλῶσσας. Στῇ σκέψῃ μου ἔχω λέξεις πού μόλις πρὶν ἀπὸ δύο ἢ τρεῖς τό πολὺ δεκαετίες χρησιμοποιοῦσαμε αὐθόρμητα στὸν προφορικό ἢ γραπτὸ λόγο μας, ἐπειδὴ



αὐτὲς τίς λέξεις –καί μόνον αὐτές– θεωρούσαμε ὡς κατάλληλες, γιὰ νά ἐκφράσουμε ἀντίστοιχες ἔννοιες. Οἱ ἔννοιες αὐτὲς ζοῦσαν μέσα στὴν καθημερινότητά μας, ἀλλὰ καί προσδιόριζαν τὴν εἰδοποιό διαφορὰ τῆς συμπεριφορᾶς ὀρισμένων ἀνθρώπων.



Ἕνας πρωτοετής φοιτητὴς ἤρθε στό ἐργαστήριό μας, γιὰ νά χρεωθεῖ τὰ ἐργαλεῖα πού ἦταν ἀπαραίτητα γιὰ τὴν ἀσκησὴ του, ἀντιλήφθηκε ὅτι δὲν εἶχε συμμορφωθεῖ πρὸς τὴν ὑπόδειξη τῆς σχετικῆς ἀνακοίνωσης πού εἶχε ἀπὸ μέρες ἀναρτηθεῖ καί ἔλεγε ὅτι: «Γιὰ τὴν παραλαβὴ τῶν ἐργαλείων οἱ φοιτητὲς πρέπει νά προσκομίσουν ἓνα ἔντυπο Ὑπεύθυνης Δήλωσης καί μιὰ πρόσφατη φωτογραφία».

Ὁ παρασκευαστὴς τοῦ ἐργαστηρίου καί ὑπεύθυνος γιὰ τὴ διανομὴ καί χρέωση τῶν ἐργαλείων στοὺς φοιτητὲς, ἀρνήθηκε –ὅπως ἦταν ὑποχρεωμένος νά κάνει– νά δώσει ἐργαλεῖα στὸν συγκεκριμένο φοιτητὴ, ὁ ὁποῖος τότε ζήτησε νά μέ δεῖ. Ὅταν ἤρθε στό γραφεῖο μου μὲ βλέμμα εἰλικρινές καί καθαρό μοῦ εἶπε:

– Εἶρω ὅτι δὲν εἶμαι ἐν τάξει. Ἀλλὰ σὰς παρακαλῶ νά ἐπιτρέψετε νά μοῦ δοθοῦν τὰ ἐργαλεῖα σήμερα, γιὰ νά μὴ χάσω τὴν ἀσκηση καί σὰς δίνω τὸν λόγο μου ὅτι αὐριο θὰ φέρω τὴ δήλωση καί τὴ φωτογραφία.



Ξαφνιαστήκα! Ένα δεκαοκτάχρονο παιδί μου έλεγε κάτι πού είχα πολύ καιρό νά ακούσω: «Σᾶς δίνω τόν λόγο μου». Δέν μου πρότεινε κάτι ἄλλο, πού θά μπορούσε, γιά παράδειγμα, νά ἦταν «κρατήστε τή φοιτητική μου ταυτότητα ὡς αὔριο» ἢ «οἱ συμφοιτητές μου μποροῦν νά ἐγγυηθοῦν γιά μένα» ἢ ἀκόμα –δυστυχῶς συμβαίνουν καί αὐτά σήμερα στά Πανεπιστήμιά μας– «ἔχετε ὑποχρέωση νά μέ διευκολύνετε». Ὅχι.

Ὁ λόγος τῆς τιμῆς, λοιπόν, καί οἱ συναρτώμενες μέ αὐτήν ἀξίες, ὅπως γιά παράδειγμα, ἡ ἀξιοπρέπεια, ἡ ἐντιμότητα, ἡ συνέπεια –μαζί μέ τήν ἀρετή καί κάποιες ἄλλες λέξεις σχετικοῦ περιεχομένου– εἶναι, ἐπίσης, ἔννοιες ὑπό ἐξαφάνιση ἀπό τό λεξιλόγιο τοῦ σύγχρονου Ἑλλήνα.

Τίποτα ἀπό ὅλα αὐτά. Ἀπλά καί τίμια μου ἔδινε κάτι πού ἐκεῖνος πίστευε πῶς ἔχει ἀξία καί αὐτό ἦταν ὁ λόγος του. Κι ἐπειδὴ ἔδινε ἀξία στόν λόγο του, ἔνιωσα βέβαιη ὅτι θά τόν κρατοῦσε. Ἔτσι κι ἔγινε.



Αὐτό τό περιστατικό μέ ἔκανε νά σκεφτῶ τό πόσο σπάνια πιά οἱ ἄνθρωποι «δίνουν τόν λόγο τους» ἐννοώντας αὐτό πού, κατὰ κυριολεξία, σήμαινε ἡ πα-

λαιότερη πλήρης ἔκφραση περί «λόγου τιμῆς». Αὐτοῦ τοῦ «λόγου», πού ἔκανε τήν κοινωνία νά λείει μέ θαυμασμό γιά κάποιον πού πραγματικά σεβόταν τήν τιμή του, ὅτι ὁ λόγος του εἶναι συμβόλαιο. Εἶναι, δέ, θλιβερό νά διαπιστώνουμε καί τό πόσο ὁ λόγος αὐτός κι ἂν ἀκόμα δοθεῖ, σπάνια πιά τηρεῖται στίς μέρες μας, μέ ἀποτέλεσμα νά μήν γίνεται πιστευτός. Γι' αὐτό καί ἐκλείπει ὅλο καί πιό πολύ ἀπό τήν καθημερινή μας ζωή, ἀφοῦ μέ νέα, ἐντελῶς διαφορετικά πιά κριτήρια, ἀποτιμᾶται ἡ «τιμή» τῶν ἀνθρώπων στή σύγχρονη κοινωνία.

Ὁ λόγος τῆς τιμῆς, λοιπόν, καί οἱ συναρτώμενες μέ αὐτήν ἀξίες, ὅπως γιά παράδειγμα, ἡ ἀξιοπρέπεια, ἡ ἐντιμότητα, ἡ συνέπεια –μαζί μέ τήν ἀρετή καί κάποιες ἄλλες λέξεις σχετικοῦ περιεχομένου– εἶναι, ἐπίσης, ἔννοιες ὑπό ἐξαφάνιση ἀπό τό λεξιλόγιο τοῦ σύγχρονου Ἑλλήνα.

Ἐντελῶς αὐθόρμητα καί μέ πλήρη συνειδητοποίηση τῆς ἐξωπραγματικῆς του διαστάσεως ἄρχισε ἐδῶ καί καιρό νά τριγυρνᾷ στή σκέψη μου ἕνα ἐρώτημα, πού κάποιος μορφοποίησε ὡς ἐξῆς:

«Μήπως, ἄραγε, ἔφτασε ἡ ὥρα πού, γιά ἀντίσταση καί ἀμυνα τοῦ ἠθικοῦ καθημερινοῦ κατήφορου, εἶναι ἀνάγκη –κατ' ἀντιστοιχία μέ τίς κινήσεις πού γίνονται γιά τήν προστασία τῶν ὑπό ἐξαφάνιση ζώων, ὅπως ἡ Καρέτα-Καρέτα, ὁ Ἀρκτοῦρος κ.ἄ.– νά ἀρχίσουν νά συγκροτοῦνται καί κάποιες ἄλλες κινήσεις πολιτῶν καί ὀργανώσεις; Αὐτές πού θά ἔχουν ὡς σκοπό τους τήν προστασία τῶν «ὑπό ἐξαφάνιση» ἐννοιῶν καί τήν προφύλαξη ἀπό τίς ἐπιπτώσεις τῶν διαστρεβλώσεών τους;...»

Μερόπη Ν. Σπυροπούλου,
Ὁμότιμη Καθηγήτρια
Πανεπιστημίου Ἀθηνῶν

Άγιος Δημήτριος Γκαγκαστάθης ἐκ Πηλαίου Τρικάλων



«Κατά τήν δευτέραν συνεδρίαν τῆς 9ης Ἰουλίου 2025 εἰσηγήσει τῆς Κανονικῆς Ἐπιτροπῆς, κατετάγη εἰς τό Ἁγιολόγιον τῆς κατ' Ἀνατολᾶς Ὁρθοδόξου Ἐκκλησίας ὁ ἱερεὺς Δημήτριος Γκαγκαστάθης, ἐκ τῆς Ἱερᾶς Μητροπόλεως Τρίκκης, Γαρδικίου καί Πύλης, διακριθεὶς διὰ τὰς κατὰ Χριστόν ἀρετάς τῆς ἐλεημοσύνης, τῆς φιλανθρωπίας καί τῆς ἀπολύτου ἀφοσιώσεως καί ἐμπιστοσύνης εἰς τό θέλημα τοῦ Κυρίου».

Μέ τή λιτή αὐτή ἀνακοίνωση τό Οἰκουμενικό Πατριαρχεῖο γνωστοποίησε τήν ἁγιοκατάταξη τοῦ γέροντος Δημητρίου Γκαγκαστάθη, γεγονός πού γέμισε μέ χαρά καί ἀγαλλίαση τοὺς

Τρικαλινούς ἀλλά καί ὅλους τοὺς πιστοὺς Ἕλληνες.

Ὁ Ἅγιος Δημήτριος ἔρχεται νά προστεθεῖ σέ μιὰ σειρά νέων Ἀγίων τῆς Ἑλλαδικῆς Ἐκκλησίας. Ἐπιβεβαιώνεται ἔτσι ὅτι ὁ Θεός στέλνει σέ κάθε ἐποχή καί τόπο τοὺς ἀνθρώπους του, γιά νά ἐμπνέουν καί νά καθοδηγοῦν τόν λαό.

Ὁ Δημήτριος Γκαγκαστάθης γεννήθηκε τήν 1η Αὐγούστου 1902 στό χωριό Πλάτανος (τό παλιό ὄνομα ἦταν Βάνια), περίπου 15 χιλιόμετρα βόρεια τῆς πόλης τῶν Τρικάλων, ἀπό εὐσεβεῖς γονεῖς, τόν Χριστό καί τήν Αἰκατερίνη. Τελείωσε τό Δημοτικό Σχολεῖο τοῦ χωριοῦ του. Γιά οἰκονομικούς λόγους δέν συνέχισε τίς σπουδές του. Ἀπό μικρό παιδί ἐξυπηρετοῦσε τόν ἱερέα μέσα στόν Ναό. Μάλιστα στό σπίτι του ἀλλά καί ὅταν ἔβοσκε τά πρόβατα, ἔκανε ἐκεῖνα πού ἔκανε ὁ ἱερέας. Εἶχε φανεῖ ἀπό νωρίς ἡ κλίση του πρὸς τήν ἱεροσύνη.

Τό 1921 στρατεύτηκε καί πῆρε μέρος στή Μικρασιατική Ἐκστρατεία. Τό 1928 νυμφεύτηκε τή συγχωριανή του Ἐλισάβετ Κουτσιμπίρη, μέ τήν ὁποία ἀπέκτησε ἑννέα θυγατέρες, ἡ μικρότερη τῶν ὁποίων εἶναι Ἡγουμένη σέ μοναστήρι τῆς Ἱερᾶς Μητροπόλεως Τρίκκης.

Τήν 24η Μαΐου 1931 χειροτονήθηκε διάκονος ἀπό τόν Μητροπολίτη Τρίκκης Πολύκαρπο καί μετὰ ἀπό δύο

ἡμέρες χειροτονήθηκε πρεσβύτερος. Διετέλεσε ἐφημέριος τοῦ χωριοῦ του γιά 42 συναπτά ἔτη.

Κατά τήν ταραγμένη περίοδο τῆς Κατοχῆς καί τοῦ ἐμφυλίου πολέμου δοκιμάστηκε, ταλαιπωρήθηκε καί κινδύνευσε ἐπανειλημμένως. Οἱ ἀντίπαλοι τῆς πίστες εἶχαν ἀποφασίσει πολλές φορές τήν ἐξόντωσή του. Ὅμως πάντα μέ θαυμαστό τρόπο ἀπέφευγε τόν θάνατο. Γιά τόν παπα-Δημήτρη ἀρμόζει ὁ λόγος τοῦ Δαβίδ: «Διήλθον διὰ πυρός καί ὕδατος καί ἐξήγαγες ὑμᾶς εἰς ἀναψυχήν» (Ψάλμ. 65, 12), ὅπως εὐστοχα ἔγραψε ὁ πνευματικός του π. Φιλόθεος Ζερβάκος.

Ἐκοιμήθη ὕστερα ἀπό ἀσθένεια τήν 29ῃ Ἰανουαρίου 1975. Ἡ νεκρώσιμη ἀκολουθία, στήν ὁποία προσέστη ὁ Μητροπολίτης Τρίκκης Στέφανος μέ πολλούς ἱερεῖς, μοναχοὺς καί πλῆθος κόσμου, ἔλαβε χώρα σέ ἀτμόσφαιρα συγκινήσεως καί πένθους.

Ἵπῃρξε ὑπόδειγμα ποιμένος καί ἐφημέριου. Ἐκτελοῦσε τά λειτουργι-

κά του καθήκοντα μέ αὐταπάρνηση, ἀκόμα καί κάτω ἀπό πολύ δύσκολες συνθῆκες. Ὁ ἴδιος ἔλεγε: «Τήν ψυχὴν μου τίθην ὑπέρ τῶν προβάτων». Εὐλαβοῦνταν πολύ τούς Ταξιάρχες Μιχαήλ καί Γαβριήλ καί τούς εἶχε προστάτες καί φίλους του. Συχνά πήγαινε στόν Ναό τους, πού ὑπῆρχε στό χωριό του, ἄναβε τά καντήλια καί προσευχόταν ζητώντας τή βοήθειά τους.

Διακρίθηκε σέ ὅλη του τή ζωή γιά τήν εὐσέβεια, τή δικαιοσύνη, τήν ἀπλότητα, τήν ταπεινοφροσύνη, τήν ἐλεημοσύνη, τήν ἐργατικότητα, τήν ἀγάπη καί τήν ἀκράδαντη πίστη πρὸς τόν Θεό. Χάρη στήν πίστη του αὐτή ἐπετέλεσε ἀρκετά θαύματα ἐν ζωῇ, ἐπικαλούμενος τούς προστάτες του Παμμεγίστους Ταξιάρχες. Ἐν κατακλείδι, ὁ παπα-Δημήτρης Γκαγκαστάης ὑπῆρξε ἓνας ἀπλός, ὀλιγογράμματος, ἀλλά πραγματικός λευίτης μέ πλήρη συναίσθηση τῆς ἀποστολῆς του.

Κωνσταντῖνος Δ. Ρίζος.

Ἐπίτιμος Σχολικός
Σύμβουλος Οἰκονομολόγων

Μή διαμαρτύρεσαι...

Μή διαμαρτύρεσαι λέγοντας:

Ποῦ εἶσαι, Θεέ μου; Προσεύχομαι καί δέν μοῦ ἀποκάλυψες ποτέ τόν ἑαυτό σου, δέν μοῦ ἔδωσες οὔτε μία χαρά, δέν μοῦ πραγματοποιήσες κανένα ἀπό τά ὄνειρά μου. Σοῦ ζητάω ὑγεία, μοῦ δίνεις ἀρρώστια. Σοῦ ζητάω βοήθεια, μοῦ δίνεις θάνατο. Σοῦ ζητάω ἀρετή, μοῦ δίνεις πόνο.

Τί Θεός εἶσαι;

Ὅχι! Μή σκεφθεῖς ποτέ ἔτσι!

† Γέροντας Αἰμιλιανός Σιμωνοπετρίτης

Ἡ Ἁγία Θεοδώρα Ἀλεξανδρείας

Ἐορτάζεται τήν 11^η Σεπτεμβρίου, καί ἔζησε γύρω στό 470 στήν Ἀλεξάνδρεια. Ἦταν ὠραιότατη νέα καί παντρεύτηκε εὐσεβῇ καί διακεκριμένο κοινωνικά ἄνδρα, πού τήν ἀγαποῦσε θερμά.



Κάποιος ἄλλος νεαρός, ὠραῖος καί ἀπό φημισμένη οἰκογένεια, ἀλλά χωρίς φόβο Θεοῦ, δέν μποροῦσε νά ἡσυχάσει ἡμέρα καί νύκτα καί προσπαθοῦσε νά βρίσκει εὐκαιρίες γιά συναντήσεις μαζί της. Ἡ Θεοδώρα ἦταν στήν ἀρχή ἀνυποψίαστη. Ὁ νεαρός τῆς ἔλεγε ὅτι ἔπασχε πολύ ἐξ αἰτίας της.

Τότε ἡ ταλαίπωρη Θεοδώρα πιάστηκε στά πρώτα δίχτυα. Θλιβόταν πού ἐξ αἰτίας της, ἔστω καί χωρίς νά τό θέλει, ἔπασχε τόσο μιᾶ νεαρή ψυχή κι ἄρχισε νά τόν λυπᾶται. Τότε ἄθλιες γυναῖκες, πού ἔπαιρναν πλούσια δῶρα ἀπό τόν νεαρό, κανόνιζαν συναντήσεις στά σπίτια τους. Ἡ Θεοδώρα δέν πρόσεξε καί πιάστηκε στό ἀγκίστρι τους. Δυστυχῶς, αὐτό τό κατάλαβε μετὰ τήν πτώση της...



Οἱ τύψεις, ὅμως, δέν ἄργησαν νά ἔρθουν καί μάλιστα ἀμείλικτες. Καί τώρα μέ τί μάτια ν' ἀντικρύσει τόν σύζυγό της; Σκεπτόταν νά σιωπήσει, νά κρύψει τήν προδοσία. Ὁ νεαρός, ὅμως, θά τήν ἤθελε πάλι· κι ἂν ἐκεῖνη δέν ἔστεργε, δέν θά τήν ἐξεβίαζε ὅτι θά φανερῶσει στόν σύζυγό της τί εἶχε κάνει; Μιά κραυγή μέσα της ἀκαταμάχητη τήν ὠθοῦσε λέγοντας: «Φύγε, φύγε...»

Κατέφυγε στήν ἀρχή σ' ἓνα γυναι-

κεῖο Ἡσυχαστήριο ἀπό τά πολυπληθῆ πού ὑπῆρχαν στήν Αἴγυπτο. Ἡ ἀδιатάρακτη ἀπό τά κοσμικά πράγματα γαλήνη πού βασίλευε ἐκεῖ τήν ἔκαναν νά αἰσθανθεῖ μεγαλύτερη ταραχή, γι' αὐτό κι ἔφυγε ἀπό ἐκεῖ.



Σκέφθηκε νά βάλει τέλος στή ζωή της, ἀλλά ἤξερε ὅτι αὐτό θά συνεπαγόταν τόν χαμό τῆς ψυχῆς της.

Τότε τῆς ἦρθε στόν νοῦ ἓνας ἄλλος χαμός, σωτήριος. Νά ἀφανίσει τήν ὠραία γυναικεία της ἐμφάνιση. Ἔτσι ἀγόρασε εὐτελές ἀνδρικό ἔνδυμα καί τό φόρεσε. Ὑστερα βάδισε πολύ κάτω ἀπό τό λιοπύρι, ἐκτέθηκε ὑπερβολικά σέ στερήσεις καί πολλές κακοπάθειες. Μετά ἀπό μῆνες, καθῶς δέν εἶχε καθρέφτη, κοίταξε μέσα σέ διαυγές ὕδωρ. Εἶχε τόσο μαυρίσει, ἀδυνατίσει καί ἀλλοιωθεῖ, πού φαινόταν σάν τάλαιπωρημένος νεαρός. Τότε μέ τήν πεποίθηση ὅτι ἡ Θεοδώρα ἐξαφανίστηκε, χτύπησε τήν πόρτα σέ νυχτερινή ὥρα σέ κάποιο ἀνδρικό Κοινόβιο.

-Ποιός εἶσαι;

-Πτωχός χριστιανός.

-Πῶς ὀνομάζεσαι;

-Θεόδωρος.

Τῆς ἀνοιξαν. Τό πρωί πῆγε στόν Ἡγούμενο νά τόν παρακαλέσει νά διαμείνει ἐκεῖ. Ὁ Ἡγούμενος συμπάθησε τόν θλιμμένο νέο -ὅπως τήν ἐνόμιζε- καί τελικά τή δέχθηκε. Κάποιες φορές τήν ἔστελναν στήν πόλη γιά



προμήθειες. Ἐτρεμε, ὅμως, στήν ιδέα μήπως συναντήσει κάπου κάποτε τόν σύζυγό της. Κάποια φορά τόν συνάντησε, ἀλλά ἐκεῖνος δέν τήν ἀναγνώρισε.



Κοντά στή Μονή ἦταν μιὰ λίμνη ὅπου ζοῦσε κι ἓνας κροκόδειλος. Εἶχε κατάσπαράξει ἀνθρώπους καί ζῶα, γι' αὐτό καί κανεῖς δέν πλησίαζε ἐκεῖ. Ὁ Ἡγούμενος ἔστειλε τόν Θεόδωρο νά φέρει νερό ἀπό τή λίμνη. Ἐκεῖνος ὑπακούοντας πῆγε καί τότε οἱ μοναχοί πού τόν ἀκολούθησαν, ἀντίκρυσαν ἓνα φοβερό θέαμα. Τόν κροκόδειλο νά μεταφέρει στή ράχη του τόν Θεόδωρο στό μέσον τῆς λίμνης, ὅπου γέμισε τή στάμνα μέ καθαρό νερό καί νά τόν ξαναβγάξει στήν ξηρά. Ἐκεῖ, ἀφοῦ ὁ Θεόδωρος σταύρωσε τό θηρίο, τό θανάτωσε.



Κάποια νεαρή, συγγενῆς μοναχοῦ, προκάλεσε ἀναίσχυντα τόν Θεόδωρο πού κακῆν κακῶς τήν ἀποδίωξε. Ἐκείνη, τότε, συνενερέθηκε μέ ἄλλον. Μετά ἀπό λίγους μῆνες στή Μονή ξέσπασε φοβερό σκάνδαλο γιά τήν ἐγκυμοσύνη τῆς νεαρῆς. Ἡ ἔνοχη εἶπε ὅτι τή βίασε ὁ Θεόδωρος. Μάταια προσπαθοῦσε νά ἀπολογηθεῖ, γιά νά διαφεύσει τή συκοφαντία. Δέν πιστευόταν ἀπό κανέναν.

Ὅταν γέννησε ἡ νεαρή, ἄφησε ἔχθετο τό βρέφος ἔξω ἀπό τή Μονή μέ τή δήλωση νά τό φροντίσει ὁ πατέρας του, Θεόδωρος. Ἡ Θεοδώρα, ὅσον καί ἂν αἰσθανόταν τήν ἀδικία, εἶδε ὅτι ἡ κατηγορία τῆς ἀτιμίας ἦταν ἴδια μέ τήν ἀτιμία πού εἶχε διαπράξει παλιά στόν σύζυγό της. Τό θεώρησε θέλημα Θεοῦ. Πῆρε τό βρέφος καί βγήκε ἀπό τή Μονή κάτω ἀπό χλευασμούς, βρισιές καί ἐπιπλήξεις. Περιπλανιόταν

ἐδῶ κι ἐκεῖ, γιά νά θρέψει τό μικρό μέ γάλα ἀπό διάφορα ποιμνιοστάσια, καί ὑπέφερε ταλαιπωρίες καί στερήσεις βαριές.



Πέρασαν ἐπτὰ ἔτη καί ὁ Ἡγούμενος τή δέχθηκε στή Μονή καί πάλι. Ἦρθε, ὅμως, γρήγορα ὁ θάνατός της. Τότε φανερώθηκε τό μυστήριό ὅτι ὁ Θεόδωρος ἦταν γυναίκα. Οἱ μοναχοί ἔμειναν κατάπληκτοι, περισσότερο, δέ, ἀκόμη, γιατί δέν μπορούσαν νά ἐξηγήσουν πῶς μιὰ γυναίκα ὑπέστη τόσες ταλαιπωρίες καί ἐξουθενώσεις μέ τόση καρτερία γιά πράγματα συκοφαντικά, ἐνῶ θά μπορούσε εὐκολότατα νά ἀποδείξει τήν ἀθωότητά της. Ἐκλαψαν ὅλοι πικρά, γοερά. Τότε, βέβαια, ἤθελε δέν ἤθελε, ὁμολόγησε καί ἡ μητέρα τήν ἐνοχή γιά τό διπλό της αἷσχος.



Ταυτόχρονα, ὁ σύζυγος τῆς Θεοδώρας πληροφορήθηκε ἀπό θεόσταλτο ὄραμα τά συμβάντα κι ἔφθασε στή Μονή. Ἐπееς στό πρόσωπο τοῦ λειψάνου καί κατασπάρθηκε τήν ἀγαπημένη του σύζυγο καί τήν καταπότισε μέ τά δάκρυά του. Ἐμεινε κι ὁ ἴδιος στόν τόπο τοῦ ἐξαγιασμοῦ της. Πούλησε τά ὑπάρχοντά του, μοίρασε ἄλλα στούς φτωχοῦς καί ἄλλα ἔδωσε στή Μονή. Κατά παράκλησή του, ὅταν πέθανε, τόν ἔθαψαν στόν τάφο τῆς Θεοδώρας.



Κάθε φορά πού δεχόμαστε συκοφαντίες, προσβολές, ἄς θυμόμαστε κι ἄς μιμούμαστε τήν Ἁγία Θεοδώρα!

Νικόλαος Σωτ. Πουρναράς,
Δ.Θ.



Γεροντικῶν Διδάγματα

Ποῖός μπορεῖ νά βλάψῃ τόν εὐνοούμενο τοῦ βασιλιᾶ;

Ποῖός μπορεῖ νά βλάψῃ τόν εὐνοούμενο τοῦ βασιλιᾶ;

Κανείς, βέβαια!

Οὔτε ὁ διάβολος μπορεῖ νά βλάψῃ ψυχὴ ἐνωμένη μέ τόν Θεό, ἔλεγε κάποιος Ἀββᾶς.

Μᾶς προσκαλεῖ ὁ Θεός, μέσῳ τῶν Θείων Γραφῶν, νά τόν πλησιάσουμε, γιά νά μᾶς πλησιάσει περισσότερο καί Ἐκεῖνος. Δυστυχῶς, ὅμως, ὁ ἀνθρώπινος νοῦς σκορπίζεται διαρκῶς σέ ἐγκώσιμες σκέψεις, γι' αὐτό καί εὐκόλα παρασύρεται ἀπό τόν διάβολο στήν ἁμαρτία.

Γεροντικόν,
Θεοδώρα Χαμπάκη,
Ἡγουμένη Ἱερᾶς
Μονῆς Ἀγίου Θεοδοσίου
Ἀργολίδος
Ἐκδόσεις Ὁρθοδόξου
Χριστιανικῆς
Ἀδελφότητος Λυδία





Κατάκριση – Καταλαλιά



Κάποιος Γέροντας, πού ρωτήθηκε από τούς αδερφούς τί εἶναι καταλαλιά καί τί κατάκριση, ἔδωσε τήν ἀκόλουθη ἐξηγήση:

- Μέ τήν καταλαλιά φανερώνει κανεῖς τά κρυφά ἐλαττώματα τοῦ ἀδερφοῦ του.

Μέ τήν κατάκριση καταδικάζει τά φανερά.

Ἄν πεῖ κανεῖς, λόγου χάρη, πώς ὁ τάδε ἀδερφός εἶναι μέν καλοπροαίρετος καί ἀγαθός, ἀλλά τοῦ λείπει ἡ διάκριση, αὐτό εἶναι καταλαλιά.

Ἄν, ὅμως, πεῖ ὅτι ὁ δεῖνα εἶναι πλεονέκτης καί φιλάργυρος, αὐτό εἶναι κατάκριση, γιατί μέ τόν λόγο αὐτό καταδικάζει τίς πράξεις τοῦ πλησίον του.

Ἡ κατάκριση εἶναι χειρότερη ἀπό τήν καταλαλιά.

Γεροντικόν,

Θεοδώρα Χαμπάκη,

Ἡγουμένη Ἱερᾶς Μονῆς

Ἀγίου Θεοδοσίου Ἀργολίδος

Ἐκδόσεις Ὁρθοδόξου

Χριστιανικῆς Ἀδελφότητος

Λυδία

Καλοκαίρι χωρίς κατασκήνωση δεν γίνεται!



Ἡ ἔννοια τοῦ καλοκαιριοῦ, γιά ὅλους ἐμᾶς πού συνεργαζόμαστε στή Χριστιανική Στέγη Καλαμάτας, εἶναι στενά συνυφασμένη μέ τήν ἀνάβαση στήν κατασκήνωση τοῦ Συλλόγου μας στήν πλαγιά ὀπισθεν τοῦ Τουριστικοῦ Ταῦγέτου. Τά βιώματά μας σ' αὐτήν ἀμέτρητα...



Τί νά πρωτοπεριγράψει κανεῖς. Εἶναι οἱ ἀξέχαστα κατανυκτικές Θεῖες Λειτουργίες καί οἱ λοιπές Ἀκολουθίες, πού πλημμυρίζουν μέ Χριστό τίς ψυχές μας, τά γέλια, τά πειράγματα, τά παιχνίδια, οἱ ὁμορφες συζητήσεις, οἱ ὁμιλίες, ἡ χαρά τῆς προσφορᾶς. Ὅσοι περάσαμε ἀπό τόν εὐλογημένο αὐτό τόπο, εἴτε ὡς ἄπλοῖ κατασκηνωτές εἴτε ὡς στελέχη εἴτε ὡς διάκονοι, ἔχουμε ἀνεξίτηλα βιώματα στίς ψυχές μας, πού ἐπηρέασαν τήν ἐξέλιξή μας ὡς οἰκογενειαρχῶν, μελῶν τῆς Ἐκκλησίας μας καί ἐργαζομένων. Τά κουβαλάμε ὡς μοναδικά πολύτιμο θησαυρό μέσα μας. Ἀπειρες καλοκαιρινές στιγμές τά ἀνακαλοῦμε

καί –δοθείσης εὐκαιρίας– γινόμαστε χειμαρρώδεις καί παραστατικοί στίς περιγραφές τους.



Γιά μᾶς αὐτά τά βιώματα, χρόνια τώρα, ἀνήκουν στό παρελθόν καί μόνο στίς μνήμες μας. Θά λαχταρούσαμε πολύ νά τά ζήσουμε καί στό παρόν, κατά τό φετινό καλοκαίρι. Ὅμως κάποιοι παράγοντες ἄλλαξαν: προΐοντος τοῦ χρόνου, οἱ προτεραιότητές μας ἔγιναν ἄλλες καί συγκυρίες πού δέν τίς ἐλέγχουμε –ὅπως φθορές στίς ἐγκαταστάσεις, κλοπές κατά τίς περιόδους πού εἶναι κλειστή ἡ κατασκήνωση, πληθώρα ἐπαγγελματιῶν πού ἀπαιτοῦνται γιά ἐγκρίσεις ἀπό κρατικές ὑπηρεσίες– μᾶς ὀδήγησαν τά τελευταῖα χρόνια στό νά μὴ λειτουργεῖ ἡ κατασκήνωσή μας. Μικρή παρηγοριά μας παραμένει τό ἐτήσιο ἀντάμωμά μας στόν Ἱερό Ναό Μεταμορφώσεως τοῦ Σωτῆρος τῆς κατασκήνωσής μας, πού μέ τήν εὐλογία τῆς Ἱερᾶς Μητροπόλεώς μας, τόν πανηγυρίζουμε κάθε βῆ Αὐγούστου.



Αὐτά τά γεγονότα μᾶς λυποῦν πολύ καί πονᾶνε τήν ψυχή μας. Μᾶς





λείπει ή κατασκήνωση! Για τόν λόγο αυτό συνεργάτες τής Χριστιανικής Στέγης Καλαμάτας έχουν ανασκουμπωθεί καί μέ κόπο προσπαθοῦν νά συντονίσουν τό ἔργο τής αναγέννησής της. Τό κέφι καί τή διάθεση τήν ἔχουμε. Ὅμως ή ἔλλειψη περισσότερων συνεργατῶν, ὁ συντονισμός ἀπαραίτητων ἐπαγγελματιῶν καί οἰκονομικῶν πόρων μᾶς «φρενάρουν». Για τόν λόγο αὐτό θά σᾶς παρακαλούσαμε νά μᾶς ἐνισχύσετε μέ ἕναν τρόπο πού ξέρετε καλά καί ἴσως δέν τόν ἔχετε σκεφτεῖ, ἀλλά ἐμεῖς τόν ἔχουμε πολύ μεγάλη ἀνάγκη. Μέ τήν ἰδιωτική μυστική προσευχή σας. Νά ἀναφέρετε, παρακαλοῦμε σέ αὐτήν: «ὑπέρ τοῦ ἔργου τής Χριστιανικῆς Στέγης Καλαμάτας καί τής Κατασκήνωσης αὐτῆς», ὥστε ὁ Δωρεοδότης Κύριός μας νά μᾶς φωτίσει καί ἀξιώσει νά ξαναζωντανέψουμε

τά ἐπόμενα χρόνια τήν κατασκήνωση μας. Ἐπίσης, πολύ ὑποστηρικτική στόν σκοπό αὐτό θά ἦταν καί ή οἰκονομική σας ἐνίσχυση, ἀλλά εἵμαστε συγκρατημένοι στό νά ἐπιμείνουμε ἐπ' αὐτοῦ, ἀναλογιζόμενοι τίς οἰκονομικές δυσκολίες πού ἀντιμετωπίζει κάθε νοικοκυριό καί κάθε σύγχρονη ἐπιχείρηση.



Εἴθε ὁ Κύριός μας, διά τῶν πρεσβειῶν σας, νά ἐπιτρέψει νά ξαναζωντανέψει ή κατασκήνωση μας στόν Ταῦγετο!

ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ



Ταῦγετος 2025 – Ἑορτὴ Μεταμορφώσεως τοῦ Ὡπῆρος στὴν κατασκήνωσή μας



Παρά τὸ γεγονός ὅτι –σέ συνέ-
χεια τῶν προηγουμένων ἐτῶν– ἡ Κα-
τασκήνωση τῆς Χριστιανικῆς Στέγης
Καλαμάτας στὸν Ταῦγετο δὲν εἶναι
ἀκόμη σέ θέση νά λειτουργήσῃ καί νά
φιλοξενήσῃ κατασκηνωτές, ἐόρτασε,
ὥστόσο, πανηγυρικά, τὴν Τετάρτη, 6
Αὐγούστου 2025, τὸ ἐκκλησάκι της,
πού τιμᾶται κατὰ τὴν ἑορτὴ τῆς Με-
ταμόρφωσης τοῦ Σωτῆρος Χριστοῦ.



Ἡ ἀγάπη γιὰ τὴν κατασκήνωσή
μας, πού βρίσκεται ὀπισθεν τοῦ Τουρι-
στικοῦ Ταῦγέτου, πηγάζει ἀπό
τά δυνατά βιώματα πού ἔχου-
με ὅλοι οἱ συνεργάτες καί φίλοι
τῆς Χριστιανικῆς Στέγης Κα-
λαμάτας σ' αὐτήν. Αὐτὴ ἡ ἀγά-
πη καί ὄχι ἓνα τυπικὸ καθήκον
μᾶς συγκέντρωσαν γιὰ ἄλλη μιὰ
χρονιά στὴν ἀγκαλιά της.



Μέ τὴν εὐλογία τῆς Ἱερᾶς Μη-
τροπόλεώς μας εἶχαμε τὴν ἰδιαίτερη
συγκίνηση καί χαρὰ νά ἀνοίξουν καί
φέτος οἱ πόρτες τοῦ Ἱεροῦ Ναοῦ μας.
Ὁ Πανοσιολιτώτατος Ἀρχιμανδρίτης
π. Ἰγνάτιος Πατεστής, ἀπὸ τὴν Ἱερά
Μονὴ Κεχαριτωμένης Θεοτόκου Τροι-
ζήνας (τὸ Ἱερό Μοναστήρι πού ἱδρυσε
ὁ Γέροντας Ἐπιφάνιος Θεοδωρόπου-
λος) καί ἐπανιδρυτὴς τῆς Ἱερᾶς Μονῆς
Ἀγίου Δημητρίου Δαμαλᾶ στὴν Τροι-
ζήνα, τέλεσε τὸ Ἱερό Μυστήριό τῆς





Θείας Λειτουργίας, μέ κορυφαία στιγμή τή Θεία Μετάληψη τών παρειαρισκόμενων καί τήν Ἀρτοκλασία, τά όποία πραγματοποιήθηκαν μέ βαθιά ιεροπρέπεια καί ἐκκλησιαστική τάξη. Ἀκολούθησαν πρωινό κέρασμα καί ἐπικοινωνία. Ξεχωριστή πνευματική εὐκαιρία ἦταν καί ἡ όμιλία τοῦ π. Ἰγνατίου στό ἀμφιθεατράκι τῆς κατασκήνωσης. Θέμα τῆς ἦταν μιᾷ ἐμπεριστατωμένη ἀγιογραφική καί θεολογική προσέγγιση τῆς προσευχῆς πού πρέπει νά ἔχει ὁ Χριστιανός στήν καθημερινή του βιοτή. Ἀκολούθησε ἡ μεσημεριανή τράπεζα κάτω ἀπό τά δέντρα μέ ἐδέσματα πού πρόσφεραν συνεργάτιδες τοῦ Συλλόγου μας, ἀλλά καί ἡ Κατασκήνωση.

Παρά τήν ἐσπευσμένη ὀλοκλήρωση τῆς πανήγυρῆς μας, ἐξαιτίας τῆς καλοκαιρινῆς καταιγίδας πού ἀκολούθησε, εὐχόμαστε ὅλοι μας νά ἐπιστρέψαμε στήν καθημερινό-

τητά μας ὠφελημένοι πνευματικά καί ὁ Μεταμορφωθείς Κύριός μας νά ἀλλοίωσε τίς καρδιές μας, ὥστε νά πλησιάσουμε περισσότερο καί στή δική μας ἀγιότητα.



Εὐχαριστοῦμε ἀπό καρδιᾶς τήν Ἱερά Μητρόπολή μας γιά τήν εὐλογία τῆς καί ὅλους ὅσοι συνέβαλαν μέ κάθε τρόπο στήν πραγματοποίηση καί τῆς φετινῆς πανήγυρῆς μας!

Ἐξαιρέτως, δέ, εὐχαριστίες ὀφείλονται στόν π. Ἰγνάτιο Πατεστή καί τόν ὑποτακτικό του, κο Κώστα, γιά τήν παρουσία τους!

ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΗ ΣΤΕΓΗ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ



Γνωριμία με τήν Κλίμακα

Ὁ Ἅγιος Ἰωάννης ὁ Σιναΐτης ἢ τῆς Κλίμακος γεννήθηκε γύρω στό 523 μ.Χ. στή Συρία καί χαρακτηρίζεται ὡς φιλόσοφος μοναχός. Ἡ ἀγάπη του γιά τήν πνευματική ζωή τόν ὡδήγησε στήν ἔρημο, ὅπου ἀσκήθηκε στή μελέτη καί τήν προσευχή. Σέ ἡλικία δεκαέξι ἐτῶν πῆγε στό ὄρος Σινᾶ καί ἐπιδόθηκε σέ πνευματικούς ἀγῶνες, δίπλα στόν φημισμένο ἀναχωρητή Μαρτύριο καί μετά ἀπό τέσσερα χρόνια ἄσκησης ἐκάρη μοναχός. Διετέλεσε καί Ἡγούμενος τῆς Μονῆς τοῦ Σινᾶ. Καρπός τῆς πνευματικῆς του ζωῆς ἀποτελοῦν τά συγγράμματά του Κλίμαξ καί Λόγος πρὸς Ποιμένα. Τό βιβλίο τῆς Κλίμακος ἀποτελεῖται ἀπό τριάντα λόγους περί ἀρετῶν. Κάθε ἀρετή λειτουργεῖ σάν σκαλοπάτι πού ὡδηγεῖ τόν ἄνθρωπο σέ μία ἐπόμενη ἀρετή. Στήν ἀρχή ξεκινᾷ μέ πρακτικές ἀρετές, οἱ ὁποῖες ἀνοίγουν τόν δρόμο σέ πνευματικά ὑψηλότερες, οἱ ὁποῖες ὡδηγοῦν τόν ἄνθρωπο στήν ἡθική τελείωση. Αὐτό τό σύγγραμμα παραμένει καί στίς μέρες μας ἕνας φάρος γιά τούς Μοναχοὺς, ἀλλά καί γιά ὅλους τούς Χριστιανοὺς πού θέλουν νά φτάσουν στόν Θεό.

Ἡ Ἐκκλησία μας τιμᾷ τόν Ἅγιο τήν Δ' Κυριακή τῶν Νηστειῶν τῆς Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς, καθὼς, ἐπίσης, καί στίς 30 Μαρτίου.

Λόγος δέκατος ἕκτος - Περί φιλαργυρίας (καθὼς καί περί ἀκτημοσύνης)

Ἡ φιλαργυρία ἀποτελεῖ προσκύνημα τῶν εἰδῶλων καί κόρη τῆς ἀπιστίας. Ὁ φιλάργυρος καταφρονεῖ τίς εὐαγγελικές ἐντολές καί τίς παραβαίνει ἐνσυνείδητα. Ὅποιος ἀποκτᾷ ἀγάπη, διασκορπίζει τά χρήματα. Ὅποιος ἰσχυρίζεται ὅτι συμβιβάζει στή ζωή του καί τά δύο, ἀπατήθηκε. Δύο –μόνο δύο– λεπτά ἀγόρασαν τή βασιλεία τοῦ Θεοῦ. Γι' αὐτό μὴν ἰσχυρίζομαστε ὅτι μαζεύουμε χρήματα γιά τούς φτωχοὺς.



Ὅταν συναντήθηκαν ὁ φιλόξενος καί ὁ φιλάργυρος, ὁ δεύτερος ἀποκάλεσε τόν πρῶτο ἀδιάκριτο καί ἀσύνετο. Ὅποιος ἔχει αὐτό τό πάθος ποτέ δέν θά κάνει καθαρὴ προσευχή, ἐνῶ ὅποιος τό νίκησε ἔπαυσε νά ἔχει μέριμνες. Ἡ πρόφαση τῆς ἐλεημοσύνης ἀποτελεῖ ἀρχή τῆς φιλαργυρίας, ἡ ὁποία φέρνει καί τό μῖσος στοὺς φτωχοὺς. Μέχρι νά συγκεντρώσουμε τά

ἡ φιλαργυρία ἀπολεῖ προσκύνημα ἰῶν
εἰδώλων καὶ κόρη ἰῆς ἀπιστίας.

χρήματα κάνουμε ἐλεημοσύνες. Ὅταν, ὁμως, τὰ συγκεντρώσουμε, σφίγγουν τὰ χέρια μας.



Ἡ ἀκτημοσύνη μᾶς ἀπαλλάσσει ἀπὸ τίς φροντίδες καὶ διάγουμε ἀμέριμνο βίο. Ἀποτελεῖ ἀνεμπόδιστη ὁδοιπορία, ἀποξένωση ἀπὸ τὴ λύπη, γεμάτη πίστη στὶς ἐντολές τοῦ Θεοῦ. Ὁ ἀκτῆμων ἔχει ἀναθέσει στὸν Θεὸ τὴ φροντίδα του. Γίνεται μὲ αὐτὸν τὸν τρόπο κύριος ὅλου τοῦ κόσμου καὶ τοὺς ἔχει ὅλους δούλους του. Δέν μιλάει στοὺς ἄλλους γιὰ τίς ἀνάγκες του, καὶ ὅσα τοῦ προσφέρονται τὰ δέχεται σὰν χέρι τοῦ Κυρίου. Καὶ αὐτὰ πού ἔχει θεωρεῖ ὅτι δέν τὰ ἔχει. Ἔχει

καθαρή προσευχή, ἐνῶ ὁ φιλοκτῆμων προσεύχεται ἔχοντας στὸν νοῦ τὰ ὑλικά ἀγαθὰ.

ἡ ἀκτημοσύνη μας ἀπαλλάσσει ἀπὸ ἰς
φροντίδες καὶ διάγουμε ἀμέριμνο βίο.

Στὸν Ἰώβ δέν ὑπῆρχε ἵχνος φιλαργυρίας. Γι' αὐτὸ ἔμεινε ἀτάραχος, ὅταν τὰ στερήθηκε ὅλα.

Ὁ ἀκτῆμων ἔχει ἀναδέσει σὸν Θεὸ ἰς
φροντίδα σου. ἔχει καθαρή προσευχή,
ἐνῶ ὁ φιλοκτῆμων προσεύχεται ἔχοντας
σὸν νοῦ ἰς ὑλικά ἀγαθὰ.

Δέκατη ἔκτη πάλι. Ὅποιος νίκησε ἢ ἀπόκτησε ἀγάπη, ἢ ἔπαυσε νὰ ἔχει μέριμνες.

Δωρεῖς

- Ὁ Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Μάνης κ. Χρυσόστομος Γ', Γύθειο Λακωνίας, 50€ εἰς μνήμην Ἀναστασίας, Ἡγουμένης Ἱερᾶς Μονῆς Ἀγίας Ἀναστασίας Φαρμακολυτρίας Αἰγίνης καὶ 50€ εἰς μνήμην Καθηγητοῦ Ἰατρικῆς Γεωργίου Δαΐκου.
- Ἡ κα Ἀσήμω Γεωργούλη, Κορυδαλλὸς Ἀττικῆς, 50€, εἰς μνήμην συζύγου Βύρωνος καὶ γιου τῆς Βλασίου.
- Ὁ κος Θεόδωρος Σταματόπουλος, Παλαιὸ Φάληρο Ἀττικῆς, 400€, εἰς μνήμην Δημητρίου, Εἰρήνης, Ἀσημούλας, Δημητρίου, Ἀνδρονίκου, Μαρίας, Ἑλένης, Ἀγρινιωτῶν καὶ Νεοχωριτῶν.
- Ὁ κος Ἡλίας Φραγκοῦλης, Ἀθήνα, 50€, εἰς μνήμην τῆς ἀγαπημένης ἐξαδέρφης του Νίκης Μίχαλου-Ἀλεβίζου.
- Ὁ Πρέσβης κος Ἰωάννης Χριστοφίλης καὶ ἡ σύζυγός του κα Κυριακή Χριστοφίλη, Γλυφάδα Ἀττικῆς, 50€, προβαίνουν σὲ μικρὴ δωρεὰ εἰς μνήμην τοῦ ἀγαπητοῦ φίλου Χρήστου Κερερέ, μαζί μὲ τίς εὐχές τους πρὸς παρηγορίαν τῆς ἀγαπημένης φίλης Γεωργίας Κερερέ καὶ τοῦ υἱοῦ τῆς Νικολάου γιὰ τὸν ἀδόκητο χαμό τοῦ συζύγου καὶ πατρός τους.



Άσθμα και Φθινόπωρο: Προκλήσεις και συμβουλές για καλύτερη αντιμετώπιση



Τό άσθμα αποτελεί μία από τις συχνότερες χρόνιες παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος, επηρεάζοντας περισσότερα από 300 εκατομμύρια ανθρώπους παγκοσμίως.

Τό φθινόπωρο, αν και για πολλούς είναι μία ευχάριστη περίοδος του έτους, εν τούτοις παρουσιάζει ιδιαίτερες προκλήσεις για τους άσθενείς με άσθμα.

Σύμφωνα με την έπιστήμη του αναπνευστικού συστήματος, είναι μία χρόνια φλεγμονώδης νόσος των αεραγωγών, πού χαρακτηρίζεται από έπεισόδια δύσπνοιας, συριγμού, βήχα και αισθήματος «σφιξίματος» στό στήθος. Οί παροξύνσεις του άσθματος πυροδοτούνται από περιβαλλοντικούς, αλλεργικούς ή λοιμώδεις παράγοντες, οί όποιοι ποικίλλουν ανά έποχή.

Τό φθινόπωρο, αν και για πολλούς είναι μία ευχάριστη περίοδος του έτους, εν τούτοις παρουσιάζει ιδιαίτερες προκλήσεις για τους άσθενείς με άσθμα. Άν και εξακολουθούν οί σχετικά ύψηλές θερμοκρασίες και σταδιακά καταγράφονται πιό ήπιες και χαμηλές τιμές, δέν είναι άπίθανο νά έμφανιστούν συμπτώματα άσθματος σέ πολλούς άσθενείς. Οί συχνές έναλλαγές τής θερμοκρασίας, ειδικά ανάμεσα στήν ήμέρα και τή

Άν και εξακολουθούν οί σχετικά ύψηλές θερμοκρασίες και σταδιακά καταγράφονται πιό ήπιες και χαμηλές τιμές, δέν είναι άπίθανο νά έμφανιστούν συμπτώματα άσθματος σέ πολλούς άσθενείς.

νύχτα, καθώς και ή αύξημένη ύγρασία και τά έποχικά αλλεργιογόνα, όπως ή γύρη από άγριόχορτα και

τά σπόρια μούχλας, καταγράφονται ως σημαντικοί έκλυτικοί παράγοντες για την εμφάνιση παρόξυνσης της πάθησης. Παράλληλα, ή αύξημένη παρουσία ιών του αναπνευστικού (όπως οί ρινοϊοί), κατά την έναρξη του σχολικού έτους, άποτελει συχνή αίτία λοιμώξεων, που πυροδοτούν παροξύνσεις του άσθματος, κυρίως σέ παιδιά καί έφήβους.



Έπιπλέον, ή έπιστροφή σέ έσωτερικούς χώρους μέ περιορισμένο άερισμό αύξάνει τήν έκθεση σέ ένδογενή άλλεργιογόνα, όπως άκάρεα σκόνης καί έπιμολυντές. Είναι σημαντικό νά γίνεται χρήση καθαριστών άέρα μέ φίλτρα HEPA, τακτι-

Οί άσθενείς όφείλουν νά έπαναπροσδιορίζουν τήν εισπνεόμενη άγωγή τους σύμφωνα μέ τήν έποχική κατανομή καί τίς όδηγίες του θεράποντα ιατρού.

κός καθαρισμός των ύγρων σημείων του σπιτιού καί καλός άερισμός των έσωτερικών χώρων μέ κύριο στόχο τή μείωση των έρεθιστικών παραγόντων.



Οί άσθενείς όφείλουν νά έπαναπροσδιορίζουν τήν εισπνεόμενη άγωγή τους σύμφωνα μέ τήν έποχική κατανομή καί τίς όδηγίες του



θεράποντα ιατρού. Πολύ σημαντικοί παράγοντες για τή διαχείριση του βρογχικού άσθματος άποτελούν ή

Η πρόληψη καί ή έγκαιρη άντιμετώπιση των συμπτωμάτων είναι τό κλειδί για μία άσφαλή καί ήρεμη φθινοπωρινή περίοδο.

συμμόρφωση μέ τήν ιατρική συμβουλή καί όδηγία, ή χρήση εισπνεόμενων κορτικοστεροειδών, καθώς καί ή έξατομίκευση του θεραπευτικού πλάνου μέ βάση τή σοβαρότητα καί τή βαρύτητα τής νόσου.



Η πρόληψη καί ή έγκαιρη άντιμετώπιση των συμπτωμάτων είναι τό κλειδί για μία άσφαλή καί ήρεμη φθινοπωρινή περίοδο.

Δρ.Τσικριά Σταματούλα,
Πνευμονολόγος-Φυματιολόγος
ΣΩΤΗΡΙΑ

Πρόεδρος Ένωσης Πνευμονολόγων
Ελλάδας

«Άγιος Εϋπλους» δὴν Αἶνο καί δὴν Ἀλεξανδρούπολη

Ὁ Ἅγιος Εϋπλους ὁ Διάκονος ἀνήκει στίς ἥρωικές μορφές τῶν μαρτύρων τῆς πρωτοχριστιανικῆς Ἐκκλησίας.

Γεννήθηκε καί ἔζησε στήν Κατάνη τῆς Σικελίας στά χρόνια τοῦ σκληροῦ διώκτη Ρωμαίου Αὐτοκράτορα Διοκλητιανοῦ (ἀρχές 4ου αἰῶνα μ.Χ.). Ὑπέστη φρικτά μαρτύρια, προκειμένου ἀπαρνηθεῖ τόν Χριστό. Ἀποκεφαλίστηκε τό 304 μ.Χ. μετά ἀπό ἀπόφαση τοῦ Ἐπαρχοῦ Καλβισιανοῦ.

Ὁ Ἅγιος Εϋπλους ὁ Διάκονος ἀνήκει στίς ἥρωικές μορφές τῶν μαρτύρων τῆς πρωτοχριστιανικῆς Ἐκκλησίας.

Ἡ μνήμη του τιμᾶται ἀπό τήν Ἐκκλησία μας στίς 11 Αὐγούστου. Ἀποτμήματα τοῦ ἱεροῦ λειψάνου του βρίσκονται στίς Μονές Δοχειαρίου καί Παντοκράτορα Ἀγίου Ὁρους.

Ἡ Αἶνος, μιά ἀπό τίς ἀρχαιότερες θρακικές πόλεις, κτισμένη στίς ἀνατολικές ἐκβολές τοῦ Ἑβρου ποταμοῦ, γνωστή ἀπό τόν Ὅμηρο ὡς «Πολυόμβρια» καί ἀπό τόν Ἡρόδοτο ὡς «Αἰολίδα πόλη», ἀπό τά πρῶτα χριστιανικά χρόνια εἶχε ἔντονη θρησκευτική ζωή – ἦταν ἔδρα Ἐπισκοπῆς – μέ πολλούς Ναούς, ὅπως τήν Ἀγία Σοφία, τήν Ἀγία Κυριακή, τήν Παναγία «Χρυσοπηγή», τήν Παναγία Κεχαριτωμένη, τούς Τρεῖς Ἱεράρχες, τόν Ἅγιο Βλάση καί τόν Ἅγιο Εϋπλου.

Στίς μέρες μας, τό γραφικό ἐκκλησιάκι τοῦ Ἀγίου Εϋπλου εἶναι ὁ μοναδικός Ὀρθόδοξος Ναός στήν εὐρύτερη περιοχή, πού παραμένει ὡς ἔχει, ἐνῷ οἱ ὑπόλοιποι δέν ὑπάρχουν πιά παρά μόνον ὡς χαλάσματα.



Στήν Αἶνο τιμοῦσαν ιδιαίτερα τόν Ἅγιο Εϋπλου. Πρίν ἀπό τό 1000, στή συνοικία τοῦ «Κάτω Μαχαλά» κοντά στή λιμνοθάλασσα Λαμπί, εἶχαν κτίσει πρὸς τιμήν του μικρή ἐκκλησία (8,00 X 6,60 μ.) σέ σχῆμα ἐλεύθερου σταυροῦ μέ ὑψηλό τροῦλο, ὁ ὁποῖος ἀνατολικά ἀπόλγη σέ ἡμικυκλική ἀψίδα.

Ἡ μνήμη του τιμᾶται ἀπό τήν Ἐκκλησία μας στίς 11 Δεκεμβρίου.

Γιά τούς Αἰνίτες ὁ Ἅγιος Εϋπλους ἦταν αὐτός πού ξεπροβόδιζε τά πλοῖα καί τούς ναυτικούς, γιά νά ἔχουν καλό ταξίδι (εὖ πλοῦ). Γι' αὐτό οἱ ντόπιοι τόν ἀποκαλοῦσαν καί «Ἀγιανόπλου».

Στά χρόνια τῆς Τουρκοκρατίας, τά πλοῖα τῆς Αἶνου, πάνω ἀπό 300, ὑπῆρξαν σημαντική ναυτική δύναμη, γιατί καί πλοῦτο συσώρευν ἀλλά καί, ὅταν τό 1821 κηρύχθηκε ὁ Ἀγώνας τῆς Ἀνεξαρτησίας, ἀρκετοί καπεταναῖοι τῆς

ἀλλά καί μεμονωμένα παλληκάρια της, ἔσπευσαν τότε στήν ἐπαναστατημένη Ἑλλάδα καί πρόσφεραν τίς ὑπηρεσίες τους, μέ πρωτεργάτες τόν Φιλικό Χατζή Ἀντώνη Βισβίζη καί τή σύζυγό του Δόμνα Βισβίζη.



Στίς δυτικές ἐκβολές τοῦ Ἑβρου ποταμοῦ ὑπῆρχε τό μικρό φαροχώρι, τό Δεδέ-Ἀγάτς (ή σημερινή Ἀλεξανδρούπολη, πού μετονομάστηκε ἔτσι τό Σεπτέμβριο τοῦ 1921).

Τό 1885, 14 χωριά μεταξύ τῶν ὁποίων καί τό Δεδέ-Ἀγάτς ἀποσπάστηκαν ἀπό τή Μητρόπολη Μαρωνείας (πού προϋπῆρχε ἀπό τό 1365) καί προσαρτήθηκαν στή Μητρόπολη Αἴνου, δημιουργώντας τή Μητρόπολη Αἴνου καί Δεδέ-Ἀγάτς (1855-1922).



Ἡ Ἀλεξανδρούπολη, ἀπό μικρό παραλιακό χωριό, ἐξελίχθηκε σύντομα σέ κεφαλοχώρι, καθώς εὐνοήθηκε ὑπερβολικά ἀπό τήν κατασκευή τοῦ σιδηρόδρομου (1872), πού τή σύνδεε ἀρχικά μέ τήν Κωνσταντινούπολη καί ἀργότερα (1897) μέ τή Θεσσαλονίκη. Ἡ σιδηροδρομική σύνδεση ἔφερε καί τήν ἀνάπτυξη τοῦ λιμανιοῦ της, παίρνοντας τό προβάδισμα ἀπό τήν γειτονική Αἶνο, τῆς ὁποίας ἄρχισε ἡ παρακμή.



Τόν Νοέμβριο τοῦ 1922, μέ Συνοδική ἀπόφαση, ἀνακηρύχθηκε ἡ αὐτοτελής Μητρόπολη Ἀλεξανδρουπόλεως, καί ὁ ἐκάστοτε Μητροπολίτης φέρει τόν τίτλο «Ἀλεξανδρουπόλεως, Τραϊανουπόλεως καί Σαμοθράκης ὑπέρτιμος καί ἑξαρχος Ροδόπης».

Πρῶτος Μητροπολίτης Ἀλεξανδρουπόλεως ἐξελέγη τήν ἴδια ἡμέρα μέ τήν ἀνακήρυξη τῆς νέας Μητροπόλεως ὁ μέχρι τότε Ἀγκύρας Γερβάσιος

Σαρασίτης (1922-1934). Ἀκολούθησαν οἱ Ἰωακείμ Καβύρης (1934-1966), Κωνστάντιος Χρόνης (1967-1974), Ἀνθιμος Ρούσσας (1974-2004), μετέπειτα Μητροπολίτης Θεσσαλονίκης (2004-2024) (†2025), καί Ἀνθιμος Κουκουρίδης (2004-σήμερα).



Στήν Ἀλεξανδρούπολη, τό 1976, οἱ ἀπόγονοι τῶν Αἰνιτῶν ἱδρυσαν τόν Σύλλογο «Ἑλληνομουσεῖο Αἴνου», δίνοντας τήν ὀνομασία αὐτή σέ ἀνάμνηση τῆς Σχολῆς Μέσης Ἐκπαίδευσης τῆς

Γιά τοὺς Δινίτες, ὁ Ἅγιος Εὐπλους ἦταν αὐτός πού ξεπροβόδιξε τὰ πλοῖα καί τοὺς ναυτικούς γιὰ νά ἔχουν καλὸ ταξίδι (εὖ πλοῦ). Γι' αὐτό οἱ ντόπιοι τὸν ἀποκαλοῦσαν καί «Ἀγιανόπλου».

Αἴνου, πού εἶχε ἱδρυθεῖ τό 1652.

Ὁ Σύλλογος, σέ συνεργασία μέ τοπικούς Φορεῖς, στίς 12 Ἀπριλίου 1998, στή δυτική χερσαία ζώνη τοῦ λιμένα Ἀλεξανδρουπόλεως, θεμελίωσε μικρὸ ἐκκλησάκι τοῦ Ἁγίου Εὐπλου, πανομοιότυπο μέ αὐτό πού βρίσκεται στήν Αἶνο. Τά θυρανοῖξια τοῦ Ἱεροῦ Ναοῦ ἔγιναν ἀπό τόν Μητροπολίτη Ἀνθιμο στίς 27 Σεπτεμβρίου 1998 καί ἔκτοτε ἐορτάζεται μεγαλοπρεπῶς ἡ ἱερά μνήμη του καί οἱ πιστοὶ μποροῦν νά προσκυνοῦν καί τεμάχιο τοῦ ἱεροῦ λειψάνου του, πού δωρήθηκε στή Μητρόπολη Ἀλεξανδρουπόλεως ἀπὸ Μονή τοῦ Ἁγίου Ὁρους.

«... Παμμακάριστε Εὐπλε... νῦν πρὸς λιμένες ἡμᾶς θεῖους κυβέρνησον».

(ἀπὸ τὸ Ἀπολυτίκιο τοῦ Ἁγίου Εὐπλου)

Νικόλαος Παπανικολόπουλος,
Ὑποναύαρχος Λ.Σ. (ἐ.ἀ.)

Ἡ ἀόρατη προστασία μας



Στίς 5 Σεπτεμβρίου τοῦ 1862, δύο τολμηροί Ἀγγλοι ἐξερευνητές τῆς ἀτμόσφαιρας, ὁ Χένρι Κόξγουελ (43 ἐτῶν), πιλότος ἀερόστατων, καί ὁ Τζέιμς Γκλέισερ (53 ἐτῶν), μετεωρολόγος, ἀπολάμβαναν τό ὥραϊο τοπίο, καθὼς τό τεράστιο ἀερόστατό τους ἀπομακρυνόταν ἀπό τήν ἐπιφάνεια τῆς γῆς. Τό ἀερόστατο ἦταν ἐξοπλισμένο μέ μετεωρολογικά ὄργανα, πού θά βοηθοῦσαν στή μελέτη τῆς ἀτμόσφαιρας.

Ὁ καιρός ἦταν μουντός, ἀλλά μόλις πέρασαν καί τά τελευταῖα σύννεφα, ἓνα δυνατό ἡλιακό φῶς τοῦς πλημμύρισε, μέ φόντο τόν πεντακάθαρο, γαλάζιο οὐρανό. Ἀπό κάτω βρισκόταν ἓνα μαγευτικό τοπίο ἀπό σύννεφα, μέ ἀτελείωτους λόφους καί ὄροσειρές.



Εἶχαν ξεπεράσει τό ὕψος τῶν 7-8 χιλιομέτρων καί κατευθύνονταν ψηλότερα, ὅταν ἄρχισαν νά λαχανιάζουν, καθὼς ἡ μείωση τῆς ἀτμοσφαιρικής πίεσης καί τοῦ ὀξυγόνου γινόταν αἰσθητή. Ἡ θερμοκρασία ἐξ ἄλλου εἶχε πέσει στοὺς -20°C . Ὁ Γκλέισερ προσπαθοῦσε νά

κουνήσει τά χέρια του, ἀλλὰ αὐτά δέν ἀνταποκρίνονταν. Ἀνήσυχος, φώναξε στόν Κόξγουελ νά κατέβουν χαμηλότερα, ἀλλὰ οἱ λέξεις δέν ἔβγαιναν ἀπό τό στόμα του καί τό κεφάλι του γύρισε ἀβοήθητο στό πλάι καί ἔμεινε ἀναίσθητος.

Ὁ Κόξγουελ, ὁ ὁποῖος καί αὐτός ἔβλεπε τίς δυνάμεις του νά τόν ἐγκαταλείπουν, σκαρφάλωσε σέ μία ἀπεγνωσμένη προσπάθεια στά σχοινιά καί τράβηξε μέ τά δόντια τό κορδόνι τῆς βαλβίδας τοῦ ἀερόστατου, προτοῦ πέσει ἡμιλυπόθυμος στό κάθισμα. Εἶχαν ἤδη φθάσει, ὅπως ἐκτίμησαν ἀργότερα στά 11-12 χλμ. Ἡ κίνηση ἦταν σωτήρια, τό ἀερόστατο ἄρχισε νά κατεβαίνει χαμηλότερα. Ὅταν ἀργότερα προσγειώθηκαν σέ ἓνα χωράφι, εἶχαν ἀνακτήσει τίς αἰσθήσεις τους.

Ὁ Κόξγουελ καί ὁ Γκλέισερ ἦταν οἱ πρῶτοι ἄνθρωποι πού ἔφτασαν τόσο ψηλά πάνω ἀπό τήν ἐπιφάνεια τῆς Γῆς καί οἱ μόνοι πού τό ἔκαναν χωρίς προστατευτική στολή. Διήνησαν τό κατώτερο στρώμα τῆς ἀτμόσφαιρας, πού ὀνομάζεται τροπόσφαιρα καί ἔφθασαν στήν ἀρχή τῆς στρατόσφαιρας, στό ὕψος πού πετοῦν σήμερα τά ἀεριοθούμενα.



Τά κατώτερα 12 περίπου χιλιόμετρα τῆς ἀτμόσφαιρας, ἡ **τροπόσφαιρα**, περιέχουν τό 80% τῆς ἀτμοσφαιρικής μάζας καί ἀποτελοῦν τήν πλέον δραστήρια περιοχὴ τῆς ἀτμόσφαιρας. Ἐδῶ πραγματοποιοῦνται οἱ δραστηριότητες τοῦ ἀνθρώπου καί τῆς ζωῆς, ἐδῶ λαμβάνουν χώρα τά καιρικά φαινόμενα. Ἐδῶ πραγματοποιοῦνται

οί θαυμαστοί κύκλοι του νερού, του όξυγόνου, του άνθρακα κ.ο.κ.



Στή **στρατόσφαιρα**, πού εκτείνεται από τά 12 έως τά 50 χλμ πάνω από την επιφάνεια της γης, βρίσκεται ή προστατευτική λωρίδα του όζοντος. Τά μόρια του όζοντος απορροφούν την υπεριώδη ακτινοβολία (UV) ύψηλης ενέργειας από τόν Ήλιο, μετατρέποντας την ενέργειά της σέ θερμότητα. Χωρίς την προστασία αυτή ή υπεριώδης ακτινοβολία θά είχε εξαλείψει όλη τή ζωή.



Πάνω από τή στρατόσφαιρα βρίσκεται ή **μεσόσφαιρα**, πού εκτείνεται από τά 50 έως τά 80 χλμ πάνω από την επιφάνεια της γης. Ή μεσόσφαιρα μās προστατεύει από τούς μετεωρίτες. Έκατομύρια μετέωρα καίγονται καθημερινά έδω, προτού φθάσουν στην επιφάνεια της γης. Ό άέρας στή μεσόσφαιρα είναι πολύ άραιός· ή πίεση είναι πολύ κάτω από τό 1% της πίεσης στό επίπεδο της θάλασσας καί συνεχίζει νά μειώνεται στά άνώτερα στρώματα.



Στή **θερμόσφαιρα ή ιονόσφαιρα**, τέλος, πού εκτείνεται από τά 80 έως τά 700 χλμ πάνω από την επιφάνεια της γης, ή ατμόσφαιρα είναι τόσο άραιή, πού τό τμήμα της πάνω από τά 100 χλμ θεωρείται ότι ανήκει στό διάστημα. Έδω περιφέρονται πολλοί τεχνητοί δορυφόροι καί ό Διεθνής Διαστημικός Σταθμός. Παρά την εξαιρετικά άραιή σύστασή της, ή

θερμόσφαιρα μās προστατεύει από βλαβερές ήλιακές ακτινοβολίες, καθώς τά μόριά της αλληλεπιδρούν μέ φορτισμένα σωματίδια, πού ξεφεύγουν από τόν Ήλιο (ήλιακός άνεμος)· τά ιόντα πού δημιουργούνται εκτρέπονται από τό μαγνητικό πεδίο της γης πρός τούς άραιοκατοικημένους πόλους, σχηματίζοντας τό πανέμορφο Βόρειο καί Νότιο Σέλας.



Τά τελευταία μόρια της ατμόσφαιρας χάνονται στό κενό του διαστήματος, σέ αυτό πού κάποιοι αποκαλούν **έξωσφαιρα**.



Τί θαυμάσια όργάνωση!

Ή τροπόσφαιρα περιέχει όλες τίς προϋποθέσεις για τή φιλοξενία του μεγαλείου της ζωής: την απαραίτητη συγκέντρωση όξυγόνου καί άλλων αερίων, κατάλληλη ατμοσφαιρική πίεση, πού διατηρεί τό νερό υγρό καί συγκρατεί τά πουλιά στό πέταγμά τους, τούς άνέμους, τή βροχή, τή μετάδοση των ήχων καί των όσμών... Τά άνώτερα στρώματα της ατμόσφαιρας μās προστατεύουν από την υπεριώδη καί τίς άλλες βλαβερές ακτινοβολίες, τούς μετεωρίτες, τόν ήλιακό «άνεμο»... Καί είναι καί ή θερμική προστασία (φαινόμενο του Θερμοκηπίου), για την όποία θά μιλήσουμε σέ άλλο σημείωμα. Καί όλα αυτά, διακριτικά καί άθόρυβα. Χωρίς τό άόρατο αυτό άραχνούφαντο πέπλο, πού άραιώνει, καθώς απομακρυνόμαστε από τό έδαφος, ή γή μας θά ήταν ένας έρημος, παγωμένος πλανήτης.

Βασίλειος Πετρουλέας,
Φυσικός



Ἄνθρωποι στό περιθώριο: Σπάζοντας τά δεσμά τοῦ στίγματος

Μέ τήν οἰκονομική καί κοινωνική κρίση τῶν τελευταίων χρόνων, ὅλο καί περισσότεροι συνάνθρωποί μας βρέθηκαν σέ οἰκτρή θέση. Ἡ ἀνεργία καί ἡ ἔνδεια – πού ἐκτίναξαν τήν ἀστεγία – ὁδήγησαν κάποιους στήν παρανομία, γιά νά ἐπιβιώσουν. Ἡ ἐνδοοικογενειακή βία καί ἡ παραμέληση ἔσπρωξαν παιδιά στόν δρόμο καί στίς οὐσίες. Γιά κάποιους ἡ φυλακή γίνεται καταφύγιο, προσφέροντας στέγη, τροφή καί ἀνθρώπινη παρουσία, χωρίς βλέμματα περιφρόνησης καί ἀποστροφῆς.



Τό πρόβλημα ξεκινάει μέ τήν ἀποφυλάκιση. Καί νά θέλουν, πῶς μποροῦν νά ἀλλάξουν ζωή, ὅταν τοὺς ἀκολουθεῖ σάν σκιά τό στίγμα; Ποιός θά δεχόταν στήν ἐπιχείρησή του ὡς ἐργαζόμενο ἕναν ἀποφυλακισμένο; Ποιός θά ἐμπιστευόταν κάποιον πού βρίσκεται σέ ἀπεξάρτηση ἢ πού κοιμάται στόν δρόμο ἢ σέ κάποιον ξενῶνα ἀστέγων; Σκεφτόμαστε ὅτι θά μᾶς κλέψει, θά δημιουργήσει προβλήματα ἢ θά διαφθείρει καί τοὺς ἄλλους.

Μηᾶμε, λοιπόν, μέ εὐκολία μιά ἐπανελάξη, γιατί ὅλοι δέχουμε ἕναν ἀγαπᾶμε, ἀλλά κανείς μας, προσωπικά, δέν δέχει νά ἀγαπᾶται.

Μιλᾶμε, λοιπόν, μέ εὐκολία γιά ἐπανελάξη, γιατί ὅλοι θέλουμε τήν ἀλλαγῇ, ἀλλά κανείς μας, προσωπικά, δέν θέλει νά ἀλλάξει. Δέν τοὺς ἐμπιστευόμαστε, γιατί ἐκπροσωποῦν κάτι διαφορετικό ἀπό ἐμᾶς, πού δύσκολα ἐνσωματώνεται στήν δομημένη μας κοινωνία.



Κι ὅμως, αὐτοί οἱ ἄνθρωποι πού βρέθηκαν στό περιθώριο, δέν διαφέρουν τόσο ἀπό ἐμᾶς. Πρίν χάσουν τά πάντα, εἶχαν μιά

κανονική ζωή: Ζοῦσαν σέ σπίτια, σπούδαζαν, ἐργάζονταν, εἶχαν φίλους καί συγγενεῖς. Τή δύσκολη στιγμή, ὅμως, ἔμειναν μόνοι. Καί συνεχίζουν νά εἶναι μόνοι, γιατί ἐμεῖς ἐπιμένουμε νά τοὺς κρατᾶμε στό περιθώριο.

Βλέπουμε μόνο ἕναν λαμπέλα («ἄσπερος», «τοξικομανής», «ἀποφυλακισμένος») καί ὄχι τόν ἄνθρωπο πίσω ἀπό αὐτήν. Εἶναι πρόσωπα μέ ὄνομα, ἱστορία καί πόνο, μέ ἀνάγκες ὕλικές καί συναισθηματικές.

Βλέπουμε μόνο τήν ταμπέλα («ἄσπερος», «τοξικομανής», «ἀποφυλακισμένος») καί ὄχι τόν ἄνθρωπο πίσω ἀπό αὐτήν. Εἶναι πρόσωπα μέ ὄνομα, ἱστορία καί πόνο, μέ ἀνάγκες ὕλικές καί συναισθηματικές.



Ὅταν βλέπουμε ἕναν ἄστεγο, συχνά κατεβάζουμε τό βλέμμα καί ἀπομακρυνόμαστε γρήγορα. Ὅχι ἀπό κακία, ἀλλά ἀπό ἀμηχανία, φόβο ἢ καί ἀπέχθεια. Ἀκόμα κι ἂν ἀφήσουμε λίγα χρήματα, σπάνια λέμε μιά «καλημέρα» ἢ πιάνουμε κουβέντα.



Ἡ Εὐᾶ, μιά γυναίκα ἀποφυλακισμένη, οὐσιοεξαρτημένη καί ἄστεγη, πού γνώρισα προσωπικά, ἤθελε νά μοιραστεῖ τήν ἱστορία της. Ὁ πατέρας της ἦταν ἀλκοολικός, ὁ ἀδελφός της ἐξαρτημένος ἀπό τήν ἥρωϊνη. Στά 13 ξεκίνησε καί αὐτή τήν ἥρωϊνη. Ὁ ἀδελφός της τήν ἐξέδιδε, γιά νά ἐξασφαλίζουν τή δόση τους. Ἡ μητέρα της, τό μοναδικό της στήριγμα, πέθανε ἀπό καρκίνο. Ἡ Εὐᾶ δέν ξεπέρασε ποτέ τόν χαμό της. Κάποια στιγμή, λόγῳ

ναρκωτικῶν, τὰ ἀδελφια μπήκαν φυλακή. Μετά τήν ἀποφυλάκισή του, ὁ ἀδελφός της ἔφυγε ἀπό τή χώρα. Ὁ πατέρας τους αὐτοκτόνησε καί ἡ Εὐα ἔμεινε μόνη· χωρίς σπῆτι, συγγενεῖς καί ἐλπίδα.



Ἐζησε στόν δρόμο, ἔχοντας κολλήσει ἡπατίτιδα καί AIDS. Προσπάθησε πολλές φορές νά ἀπεξαρτηθεῖ. Κάποτε θέλησε νά κάνει οἰκογένεια μέ ἕναν νέο, πού ἦταν κι αὐτός στήν ἀπεξάρτηση, ἀλλά ἐκεῖνος ὑποτροπίασε καί πέθανε ἀπό ὑπερβολική δόση.



Ἡ Εὐα δέν ζητοῦσε τίποτα ἀπό τούς ἀνθρώπους, μόνο λίγα κέρματα, γιά νά ἐπιβιώσει. Αὐτό, ὅμως, πού πραγματικά ἤθελε, σπάνια μποροῦσε νά τό ἔχει: λίγο ἀνθρώπινο ἐνδιαφέρον, ἕνα χαμόγελο, μιὰ συζήτηση μέ ἕναν ἀνθρώπο πού δέν θά τή φοβόταν ἢ θά τή σιχαίνονταν.

Οἱ περισσότεροι στέκονταν στήν εἰκόνα της καί ὄχι στήν οὐσία· κάθε ἀνθρώπος σέ τέτοια θέση χρειάζεται ἀγάπη καί στήριξη, ὄχι ἀποφυγή. Κι ὅμως, ἡ ἀποφυγή φαινόταν παντοῦ: σέ κάθε ἔκφραση, κάθε ἀπόρριψη, κάθε σιωπή.

*Πόσο διαφορετικό δά ἦταν ἡ ζωή
ἰώσων ἀνθρώπων, ἂν ἀντί μιά
ἀπόδιση, ἰούς δίναμε ἀποδοχή;*

Στά νοσοκομεῖα δέν τῆς ἔδιναν σημασία, ἂν δέν ὑπῆρχε συνοδός μαζί της... Τό ΕΚΑΒ δέν πῆγε νά τήν παραλάβει, ὅταν χρειάστηκε, καί πολλά μαγαζιά καί ταξί δέν τήν δέχονταν.

Ὅταν κάποιοι τήν κερνοῦσε ἕναν καφέ καί συζητοῦσε λίγο μαζί της ἢ ὅταν κάποτε μιὰ ΜΚΟ τῆς ἔφερε τούρτα γιά τὰ γενέθλιά της, ἔκλαιγε ἀπό συγκίνηση· ἐνιωθε προσωρινά πώς εἶναι καί αὐτή σάν τούς ἄλλους, «φυσιολογική».



Ἐφυγε ἀπό τή ζωή τόν Σεπτέμβριο τοῦ 2024 στά 42 της χρόνια. Τό ἄρθρο αὐτό – μαζί μέ τήν φωτογραφία – τό εἶχε ζητήσει ἡ ἴδια, καθώς ἤθελε πολύ νά μιλήσει γιά τίς ἐμπειρίες της καί τό κοινωνικό στίγμα πού βίωνε, ἀλλά δέν πρόλαβε νά τό δεῖ δημοσιευμένο. Μάλιστα, εἶχε ξεκινήσει νά γράφει τή ζωή της, μέ σκοπό νά τήν ἐκδώσει.

*Τό δῆγμα δέν σπάει μέ νόμους
ἢ δαυρείς, ἀλλά μέ βλέμματα
πού δέν ἀποδρέφονται καί χέρια
πού ἱσχυροῦν νά πλησιάσουν.*

Ἡ Εὐα δέν ἔφαχνε λύπηση. Ζητοῦσε ἀπλῶς νά υπάρξει ξανά ὡς ἀνθρώπος μέσα στά μάτια τῶν ἄλλων. Δέν πρόλαβε νά δεῖ τόν κόσμο νά ἀλλάζει ἀπέναντί της. Ἴσως, ἐμεῖς προλάβουμε νά ἀλλάξουμε ἀπέναντι σ' ἐκείνους πού βρίσκονται σήμερα στή θέση της.



Πόσο διαφορετική θά ἦταν ἡ ζωή τόσων ἀνθρώπων, ἂν ἀντί γιά ἀπόσταση, τοὺς δίναμε ἀποδοχή;

*Ἐκεῖ ὅπου ἐμεῖς βλέπουμε «περιθώριο»,
ὁ Χριστός βλέπει ἰόν ἀδελφό μας.*

Τό στίγμα δέν σπάει μέ νόμους ἢ θεωρίες, ἀλλά μέ βλέμματα πού δέν ἀποστρέφονται καί χέρια πού τολμοῦν νά πλησιάσουν.



Ἐκεῖ ὅπου ἐμεῖς βλέπουμε «περιθώριο», ὁ Χριστός βλέπει τόν ἀδελφό μας.

Καί ἴσως τό πιό μεγάλο βῆμα εἶναι νά μάθουμε νά βλέπουμε κι ἐμεῖς τόν Χριστό στά πρόσωπα αὐτῶν τῶν ἀνθρώπων.

**Ἀγγελική-Ἐλευθερία
Ἰ. Παπασαραντοπούλου,
Ψυχολόγος**

«Προχώρα καί μή σέ τρομάζει ἡ ἀποτυχία!»



Εἶναι ὑπέροχο συναίσθημα νά προσπαθεῖς νά κάνεις κάτι σημαντικό καί νά τό πετυχαίνεις. Νιώθεις νά πετᾷς σέ μιά ἄλλη σφαῖρα, τή σφαῖρα τῆς ἐπιτυχίας. Τότε τό εἶναι σου γεμίζει ἀπό χαρά, ἱκανοποίηση καί ὄνειρα γιά τό μέλλον.



Όταν, ὅμως, προετοιμάζεσαι γιά κάτι γιά πολύ καιρό, βάζεις ὅλες τίς δυνάμεις σου, ἐλπίζεις πώς ὅλα θά πᾶνε καλά καί –ἀντίθετα– ἀποτυγχάνεις, τότε σοῦ κοστίζει πολύ, γιατί δέν τό περίμενες. Πόνος, ἀπελπισία, κόπωση κυριαρχοῦν μέσα σου. Ἡ θέλησή σου ἀτονεῖ. Ἕνας φόβος σοῦ κόβει τά φτερά καί ἡ δραστηριότητά σου μουδιάζει.

Όμως δέν πρέπει νά σταματήσεις. Αὐτό θά εἶναι ἡ πραγματική ἀποτυχία.

Τώρα εἶναι πού πρέπει νά συγροτήσεις τίς δυνάμεις σου, νά σηκώσεις τά μάτια σου στόν Οὐρανό, νά ζητήσεις τή Θεία Χάρη καί νά ἐπιχειρήσεις μιά νέα προσπάθεια.

Σκέψεις δισταγμοῦ καί δυσπιστίας νά σβήσουν ἀπό τό μυαλό σου. Ἀρχικά, πρέπει νά ἐρευνήσεις τά αἷτια τῆς ἀποτυχίας καί, ἐν συνεχείᾳ, μέ ὑπομονή, μελέτη καί μεθοδικότητα, νά προχωρήσεις σέ μιά νέα ἀρχή.

Ἀπομάκρυνε ἀπό μέσα σου τήν ἀπαισιοδοξία, ὅπλισε τόν ἑαυτό σου μέ αὐτοπεποίθηση πώς τώρα θά ἐπιτύχεις καί ὅλα θά πᾶνε καλά.



Πίστεψε πώς ξεκινᾷς ἀπό μιά καινούργια ἀφετηρία πρὸς τήν ἐπιτυχία!

Πολλά εἶναι τά παραδείγματα ἀνθρώπων πού, ἐνῶ ἀπέτυχαν στήν πρώτη τους προσπάθεια, ὕστερα μέ θάρρος καί ἐργατικότητα ἔφεραν θαυμάσια ἀποτελέσματα. Ὁ λαός μας λέει: «Κάθε ἐμπόδιο γιά καλό». Ἴσως ἡ πρώτη σου προσπάθεια δέν ἦταν σωστή καί ὁ Θεός σέ φύλαξε ἀπό κάποιο ἀπρόσμενο κακό. Πάντα στή σκέψη σου νά φέρνεις τά λόγια τῆς Ἀγίας Γραφῆς: «τοῖς ἀγαπῶσι τόν Θεόν πάντα συντελεῖ εἰς ἀγαθόν» (Ρωμ. η' 28).

Προχώρα καί ὁ Θεός μαζί σου!

Κατερίνα Δογάνη

Άποκαλυπτήρια τής προτομής του άειμνήστου Μητροπολίτου Γυθείου και Οιτύλου Σωτηρίου (†1996)



Τήν 6η Αύγούστου πανηγύρισε ιεροπρεπώς τό όμώνυμο παρεκκλήσιο τοῦ Ἐπισκοπείου τῆς Ἱερᾶς Μητροπόλεως Μάνης στό Γύθειο μέ τήν τέλεση

Ἀρχιερατικῆς Θείας Λειτουργίας ὑπό τοῦ Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτου Μεσσηνίας κ. Χρυσοστόμου, συμπαραστατοῦμένου ὑπό τοῦ οἰκείου Ἱεράρχου Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτου Μάνης κ. Χρυσοστόμου Γ' καί ιερῶν. Ἀκολούθησε Μνημόσυνο ὑπέρ ἀναπαύσεως τῆς ψυχῆς τοῦ ἀοιδίμου Μητροπολίτου Γυθείου καί Οἰτύλου κυροῦ Σωτηρίου (τοῦ Κίτσου) καί ἐν συνεχείᾳ πραγματοποιήθηκε ἡ τελετή ἀποκαλυπτῆριων τῆς προτομῆς

του στόν προαύλιο χώρο τοῦ Ἐπισκοπείου, παρισταμένων τῶν Σεβασμιωτάτων Μητροπολιτῶν Μονεμβασίας καί Σπάρτης κ. Εὐσταθίου καί Μεσσηνίας κ. Χρυσοστόμου, τῶν ὁμορων Μητροπόλεων, καθῶς καί συγγενῶν τοῦ ἀειμνήστου ἱεράρχου.

Χορηγός τῆς προτομῆς ὑπῆρξε ὁ Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Μάνης κ. Χρυσόστομος Γ'. Τήν προτομή φιλοτέχνησε ὁ γλύπτης κ. Πέτρος Γεωργαρίου, ὁ ὁποῖος καί μίλησε καταλλήλως πρὸς τήν περίσταση γιά τό ἔργο του καί τόν παριστάμενο σέ αὐτό. Σέ ὅλους τοὺς παρευρισκόμενους διανεμήθηκε βιβλίό μέ τόν τίτλο: Ἕνας ἀλησμόνητος Ποιμενάρχης!, σέ ἔνδειξη σεβασμοῦ, εὐγνωμοσύνης καί τιμῆς πρὸς τόν μακαριστό Ἱεράρχη.





ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ

Μηνιαίο περιοδικό Έλληνορθόδοξης Μαρτυρίας • ISSN: 1107-8979

Ίδιοκτήτης: Χριστιανική Στέγη Καλαμάτας

Βασ. Γεωργίου Α' 5 • 241 33 • Καλαμάτα • Τηλ.: 27210 23176 • Τηλ. & Fax: 27210 26478

www.xristegi.gr • info@xristegi.gr • [f](https://www.facebook.com/xristegi.gr) Χριστιανική Στέγη Καλαμάτας



ΚΩΔΙΚΟΣ: 220020