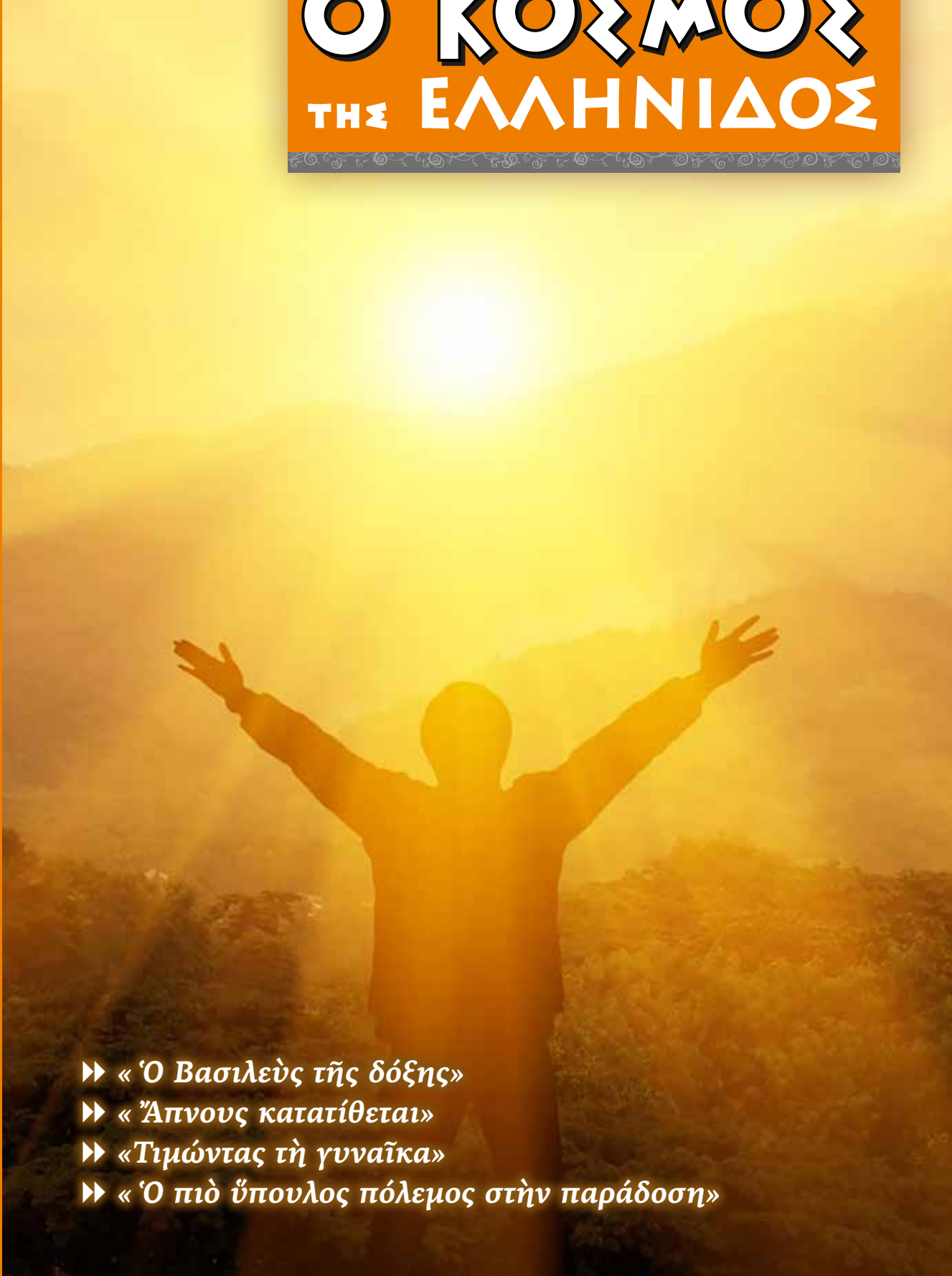


ΕΤΟΣ 69° • Μάρτιος - Ἀπρίλιος 2023 • Ἀρ. 656

# Ο ΚΟΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΔΟΣ

- 
- ▶▶ « Ὁ Βασιλεὺς τῆς δόξης»
  - ▶▶ « Ἄπνους κατατίθεται»
  - ▶▶ «Τιμώντας τὴ γυναῖκα»
  - ▶▶ « Ὁ πιὸ ὕπουλος πόλεμος στὴν παράδοση»



# Περιεχόμενα

❖ Ὁ Βασιλεὺς τῆς δόξης (ΝΑΥΣΙΚΑ ΙΕΣΣΑΙ-ΚΑΣΙΜΑΤΗ)	41
❖ Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας (Α. Κ. ΚΟΡΝΑΡΟΥ-ΚΑΛΑΜΑΡΑ)	42
❖ Χαῖρε... (ΜΑΡΙΝΑ ΦΡΑΓΚΑΚΗ)	48
❖ 1821. Οἱ Ἕλληνες μάχονται (ΜΠΕΛΛΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΥ)	49
❖ Ἄπνους κατατίθεται (ΓΕΩΡΓΙΑ ΕΜΜ. ΧΑΤΖΗ)	51
❖ Πασχαλινὲς ἀναμνήσεις (ΜΑΡΙΑ ΒΟΥΛΗ)	55
❖ Βάρος ἀτίμητον (ΑΣΗΜΙΝΑ ΚΟΥΚΙΑ)	56
❖ Ὁ πιὸ ὕπουλος πόλεμος στὴν παράδοση (ΓΙΑΝΝΗΣ Κ. ΤΣΕΝΤΟΣ)	57
❖ Τιμώντας τὴ γυναῖκα (ΑΝΤΩΝΗΣ ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΗΣ)	60
❖ Κυρὰ καὶ δούλη (ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΧΙΝΤΖΟΓΛΟΥ-ΑΜΑΣΛΙΔΟΥ)	61
❖ Ἡ μάχη μὲ τοὺς Γαλιάτες στὰ Κοκκάλια (279 π.Χ.). Ἡ νίκη τῶν γυναικῶν τῆς Αἰτωλίας (ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΣΠΗΛΙΩΤΗΣ)	63
❖ Ὅταν τὰ ὀσᾶ καὶ οἱ ἀρθρώσεις πονοῦν (ΖΩΗ ΡΙΖΟΚΩΣΤΑ-ΑΓΓΕΛΗ)	66
❖ Νηστεία καὶ διατροφή (ΓΑΡΥΦΑΛΛΙΑ ΚΑΛΑΜΠΟΚΗ)	68
❖ Ὁ Μάρτης καὶ τ' ἀδέρφια του (ΓΙΑΝΝΗΣ ΑΝ. ΣΑΝΤΑΡΜΗΣ)	70
❖ Ἡ τραγωδία στὰ Τέμπη καὶ ὄχι μόνο (ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΚΑΚΑΒΟΥΛΗΣ)	72
❖ Στὴ μνήμη (ΧΡΗΣΤΟΣ ΜΠΑΣΚΟΖΟΣ)	75
❖ Ἡ πασχαλιά... ποὺ δάκρυσε (ΛΙΤΣΑ ΑΠΑΛΑΚΗ)	76
❖ Ἡ Τὸ χαμόγελο (ΜΑΡΙΑ ΓΟΥΜΕΝΟΠΟΥΛΟΥ)	77
❖ Τὰ μικρὰ τῆς ζωῆς μας (ΚΛΕΙΩ-ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ ΚΟΥΡΑΣΗ)	78
❖ Βιβλιοπαρουσίαση. Ἀλέξανδρου Κακαβούλη, Οἰκογένεια. Πατέρας – Μητέρα – Παιδιά (ΓΙΑΝΝΗΣ Κ. ΤΣΕΝΤΟΣ)	79
❖ Βιβλιοπαρουσίαση. Ἀργολίδος Νεκταρίου, Σταυροαναστάσιμο Πάσχα (ΗΒΗ ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ)	80



## Ο ΚΟΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΔΟΣ

Ἐκδότρια: «Χριστιανικὴ Ἐνωσις Ἀκτῖνες»,  
ὁδὸς Καρύτση 14, 105 61 Ἀθήνα  
Τηλ. 210 3247294, 210 3235931

Τιμὴ τεύχους 2,5€.

Ἐτήσια Συδρομὴ: Ἐσωτερικοῦ 15€.

Ἐξωτερικοῦ: 30€.

Κύπρου: 20€.

Κυκλοφορεῖ ἀνά δύο μῆνες  
μὲ 40 σελίδες.

• Διευθυντὴς Σύνταξης: Γιάννης Κ. Τσέντος,  
Θεῖξιόνος 1, 166 74 Γλυφάδα  
e-mail ἐπικοινωνίας: [tsentosg@gmail.com](mailto:tsentosg@gmail.com)

- Τόπος ἔκδοσης: Ἀθήνα
- Μάρτιος 2023
- Δημιουργικὸ - Ἐκτύπωση: «Λυχνία Α.Ε.»,  
Ἀνδραβίδας 7, 136 71 Χαμόμυλο Ἀχαρνῶν,  
Τηλ. 210 3410436, [www.lyhnia.com](http://www.lyhnia.com)

Παρακαλοῦμε, ἀποστέλλετε τίς συνεργασίες σας στὴ διεύ-  
θυνση Καρύτση 14, 105 61 Ἀθήνα.

Διατηροῦμε τὸ δικαίωμα νὰ μὴ δημοσιεύουμε ἢ νὰ συντέ-  
μνουμε κατὰ τὴν κρίση μας ὅποιοδήποτε χειρόγραφο. Χειρό-  
γραφα δημοσιευμένα ἢ μὴ δὲν ἐπιστρέφονται.

## « Ὁ Βασιλεὺς τῆς δόξης »



Κύριε, πορεύεσαι ξανά στο πάθος...

Πένθιμα θὰ ντυθοῦν οἱ ἐκκλησιές,  
μὲ μιὰ μοσχοβολιὰ ἀπὸ βιοηέτες,  
κι ἄργὰ θὰ ἠχοῦν οἱ καμπάνες...

Μὴ κι ἔπαψες νὰ σταυρώνεσαι  
αἰῶνες τώρα, Κύριε;

Κάθε λεπτό,  
στῆς γῆς κάθε μεριά  
δὲν εἶναι ποὺ σταυρώνεσαι;

Κι εἶναι στὰ στεγνωμένα χεῖλια Σου  
τὰ ἴδια πάντα λόγια:  
«Πάτερ, ἄφες αὐτοῖς».

Κι ἂν ἔτσι δὲν ἦταν, ποιὸς  
θὰ μπορούσε ξοπίσω Σου  
ν' ἀκολουθᾷ;

Μιᾶς οἰκουμένης οἱ σταυροφόροι  
π' ὀδεύουν μ' αἷμα καὶ δάκρυ  
κι ἀβάσταγο πόνο,  
ὁδὸν μαρτυρίου...

Κύριε, πορεύεσαι ξανά στο πάθος...  
Μὴ κι ἔπαψες νὰ σταυρώνεσαι ποτὲ  
«Ὁ Βασιλεὺς τῆς δόξης»;

ΝΑΥΣΙΚΑ ΙΕΣΣΑΙ ΚΑΣΙΜΑΤΗ





## Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας

«**Τ**ῇ αὐτῇ ἡμέρᾳ, Κυριακῇ πρώτῃ τῶν Νηστειῶν, ἀνάμνησιν ποιοῦμεθα τῆς ἀναστηλώσεως τῶν ἀγίων καὶ σεπτῶν εἰκόνων, γενομένης παρὰ τῶν ἀειμνήστων αὐτοκρατόρων Κωνσταντινουπόλεως Μιχαὴλ καὶ τῆς μητρὸς αὐτοῦ Θεοδώρας, ἐπὶ τῆς πατριαρχείας τοῦ ἀγίου καὶ ὁμολογητοῦ Μεθοδίου», γράφει τὸ Συναξάριο τῆς Κυριακῆς τῆς Ὁρθοδοξίας. Ἀστράφτει καὶ λάμπει ἡ Ἐκκλησία τοῦ Χριστοῦ, στολισμένη μὲ τὶς ἅγιες εἰκόνες, καὶ μᾶς καλεῖ μὲ πανηγυρικούς ὕμνους: «Ἐορτάσαι συνέλθωμεν ἐν ἀρμονίᾳ καὶ πίστει χαρμονικῶς». Ἡμέρα χαρμόσυνη σήμερα, γεμάτη εὐφροσύνη. «Δεῦτε πάντες προσπέσωμεν εὐσεβοφρόνως Εἰκόνας Χριστοῦ σεπτὰς προσκυνοῦντες Ὁρθόδοξοι».

Σήμερα δόθηκαν στὴν Ἐκκλησία τὰ νικητήρια. Θριαμβευτικός ὁ τόνος τῶν κανόνων. «Ἡ γὰρ Θεοῦ δύναμις τὴν Ὁρθοδοξίαν ἐκράτυνεν». «Ἀγάλλου ἡ Ἐκκλησία καὶ πᾶσα πόλις καὶ χώρα», ψάλλουμε, καθὼς ἀνασκιρτᾷ ἡ ψυχὴ μας καὶ ἀναβιώνουμε γεγονότα ποὺ ἔφεραν τότε σὲ δεινὴ θέση τὴ Βυζαντινὴ αὐτοκρατορία. Οἱ εἰκονομάχοι

τάραξαν ἐπὶ 162 χρόνια τὸν λαό, τὴν κοινωνία καὶ τὴν Ἐκκλησία, ἰδίως κατὰ τὰ ἔτη 726-842. Πίστεψαν ὅτι μποροῦσαν νὰ διασφαλίσουν καὶ νὰ προστατεύσουν τὴν καθαρότητα τῆς χριστιανικῆς διδασκαλίας. Ποιοί; Οἱ ἐχθροὶ τῆς Ἐκκλησίας, ποὺ προέρχονταν ἀπὸ τὰ ὑπολείμματα τῶν παλαιῶν μεγάλων αἰρετικῶν, Ἰουδαϊστῶν, Παυλικιανῶν, Μανιχαίων, στοὺς ὁποίους εἶχαν προστεθεῖ οἱ Μωαμεθανοί. Αὐτοὶ ἐκμεταλλεύτηκαν τὴ χαλαρότητα τῆς θρησκευτικῆς συνειδήσεως καὶ τὴ δῆθεν ἀντιπαραδοσιακὴ προοδευτικότητά τῶν Αὐτοκρατόρων Λέοντος Γ΄ καὶ τοῦ υἱοῦ τοῦ Κωνσταντίνου Ε΄ τοῦ Κοπρώνυμου.

Ὁ Λέων Γ΄ ὁ Ἰσαυρος, μὲ τὴ θρησκευτικὴ του πολιτικὴ, διατεινόμενος «τὰς ἅγιες εἰκόνας μηδὲν τι διαφέρειν εἰδώλων», προκάλεσε τότε μεγάλες ἀναταραχὲς καὶ ἐπαναστάσεις, ἰδίως στὶς εὐρωπαϊκὲς ἐπαρχίες. Στὴν Ἑλλάδα ὁ θεματικὸς στρατὸς καὶ στόλος ἀνακήρυξαν αὐτοκράτορα κάποιον Κοσμά. Οἱ ἐπαναστάτες, μὲ ἡγέτη τὸν Ἀγαθλιανό, τουρμάρχη τῶν Ἑλληδικῶν, ἐμφανίστηκαν μὲ στόλο πρὸ τῆς Κωνσταντινουπόλεως στὶς 18 Ἀπριλίου

του 727. Ὁ στόλος τους καταστράφηκε. Καὶ στὴν Ἰταλία ἐπαναστάτησαν οἱ βυζαντινὲς πόλεις Βενετία, Ραβέννα, Νεάπολη καὶ Ρώμη. Ὁ πάπας Γρηγόριος Γ΄ κάλεσε Σύνοδο καὶ καταδίκασε ὄσους κατέστρεφαν ἢ βλάσφημοῦσαν τὶς ἅγιες εἰκόνες. Γιὰ τὴν ἀποκατάσταση τῆς τάξης, ὁ Λέων ἔστειλε στόλο, ποὺ βυθίστηκε στὴν Ἀδριατική.

Σὲ δύο ἀντίπαλα στρατόπεδα διχάστηκε ἡ κοινωνία τοῦ Βυζαντίου κατὰ τὴν περίοδο τῆς Εἰκονομαχίας. Τὸ μῖσος μεταξὺ τῶν ἀντιμαχομένων ἀποκορυφώθηκε. Οἱ εἰκονόφιλοι διώχθηκαν,

εἰκόνας γιὰ θεραπευτικούς λόγους. Αὐτὲς τὶς περιορισμένες καταχρήσεις τῶν ἱερῶν εἰκόνων ἀπὸ λίγους δεισιδαίμονες χριστιανούς μετέφεραν οἱ εἰκονομάχοι στὴ χριστολογικὴ, ἐκκλησιολογικὴ καὶ σωτηριολογικὴ διδασκαλία τῆς Ἐκκλησίας τοῦ Χριστοῦ, ὅπως εἶχε ἀναπτυχθεῖ ἀπὸ τοὺς μεγάλους Πατέρες. Ὅλα αὐτὰ ὑπῆρξαν ἡ ἀπαρχὴ τῶν κακῶν. Κι ὅταν «*βασιλικοὶ ἄνθρωποι*», ἐκτελώνοντας αὐτοκρατορικὴ ἐντολή, ἐπιχείρησαν νὰ ἀφαιρέσουν ἀπὸ τὴ μεγάλη Χαλκὴ Πύλη τῶν ἀνακτόρων τὴν εἰκόνα τοῦ Χριστοῦ, προκάλεσαν ἔκρηξη τῆς λαϊκῆς



Σὲ δύο ἀντίπαλα στρατόπεδα διχάστηκε ἡ κοινωνία τοῦ Βυζαντίου κατὰ τὴν περίοδο τῆς Εἰκονομαχίας. Τὸ μῖσος μεταξὺ τῶν ἀντιμαχομένων ἀποκορυφώθηκε. Οἱ εἰκονόφιλοι διώχθηκαν, ἰδίως ὁ μοναχικὸς κόσμος. Πολλὰ μοναστηριακὰ ἰδρύματα κλείστηκαν, διαπράχθηκαν τὰ πιὸ φρικτὰ ἐγκλήματα, ἔκαιγαν, π.χ., μὲ πυρακτωμένα σίδηρα τὰ δάκτυλα τῶν ἁγιογράφων. Τὸ μαρτυρολόγιο τῆς Ἐκκλησίας περιέλαβε νέους μάρτυρες τῆς Ὁρθόδοξης πίστεως, ὅπως τὸν Ἅγιο Στέφανο τὸν Νέο (764). Ἱερὲς εἰκόνες ἀνυπολόγιστης ἱστορικῆς ἀξίας, ἀριστουργήματα τῆς ἐκκλησιαστικῆς τέχνης, καταστράφηκαν, ἱερὰ λείψανα Ἁγίων διασκορπίσθηκαν... Ἄναταραχὴ καὶ ἀνασφάλεια ἐπικράτησε σὲ ὅλες τὶς τάξεις τοῦ λαοῦ, ἐν ὀνόματι τῆς καθαρότητος τῆς χριστιανικῆς πίστεως.



ἰδίως ὁ μοναχικὸς κόσμος. Πολλὰ μοναστηριακὰ ἰδρύματα κλείστηκαν, διαπράχθηκαν τὰ πιὸ φρικτὰ ἐγκλήματα, ἔκαιγαν, π.χ., μὲ πυρακτωμένα σίδηρα τὰ δάκτυλα τῶν ἁγιογράφων. Τὸ μαρτυρολόγιο τῆς Ἐκκλησίας περιέλαβε νέους μάρτυρες τῆς Ὁρθόδοξης πίστεως, ὅπως τὸν Ἅγιο Στέφανο τὸν Νέο (764). Ἱερὲς εἰκόνες ἀνυπολόγιστης ἱστορικῆς ἀξίας, ἀριστουργήματα τῆς ἐκκλησιαστικῆς τέχνης, καταστράφηκαν, ἱερὰ λείψανα Ἁγίων διασκορπίσθηκαν... Ἄναταραχὴ καὶ ἀνασφάλεια ἐπικράτησε σὲ ὅλες τὶς τάξεις τοῦ λαοῦ, ἐν ὀνόματι τῆς καθαρότητος τῆς χριστιανικῆς πίστεως.

Πράγματι συνέβαιναν κάποια συγκεκριμένα ἔκτροπα ἀπὸ ὀρισμένους θρησκόληπτους ἢ ἀπαίδετους χριστιανούς. Αὐτοὶ ἀπέδιδαν ὀλοένα καὶ μεγαλύτερη σημασία στὴν προστατευτικὴ δύναμη ὄχι τοῦ εἰκονιζόμενου προσώπου, ἀλλὰ τοῦ ἴδιου τοῦ ἀντικειμένου, τῆς φορητῆς εἰκόνας, τελώντας πράξεις ποὺ θύμιζαν εἰδωλολατρία. Ἔτσι, π.χ., κατὰ τὴ βάπτισμα ἔφεραν τὴν εἰκόνα στὴ θέση τοῦ ἀναδόχου, ἢ ἔπαιρναν ξύσμα ἀπὸ τὸ χρῶμα τῆς

ὀργῆς, μὲ συνέπεια τὸν θάνατο τοῦ ἐπικεφαλῆς ὑπευθύνου. Στὴ θέση τοῦ Χριστοῦ, ὕστερα ἀπὸ βασιλικὴ ἐντολή, χαράχθηκε «*ὁ τρισόλθιος τύπος τοῦ Σταυροῦ*». Τότε σημειώθηκαν οἱ ἐπαναστατικὲς κινήσεις ποὺ ἀναφέραμε.

Ἐπικίνδυνοι αἰρετικοὶ ἦταν οἱ εἰκονομάχοι. Ἐπηρεασμένοι ἀπὸ τὶς ἀνατολικές, ἀνατολικὲς θρησκείες τῶν Ἰουδαίων καὶ τῶν Μουσουλημάνων, ἀπέρριπταν τὶς ἱερὲς εἰκόνες, γιὰ λόγους οὐσιαστικὰ θεολογικούς. Κυρίως δυσκολεύονταν νὰ κατανοήσουν τρία πράγματα: α) ὅτι ὁ ἄνθρωπος πλάστηκε «*κατ' εἰκόνα καὶ ὁμοίωσιν Θεοῦ*», β) ὅτι μπορεῖ ὁ ἄνθρωπος πάνω στὴ γῆ νὰ φτάσει στὸν ἁγιασμό του, δηλαδὴ στὴν κατὰ χάριν θέωσή του διὰ τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ καὶ γ) τὴν ἀντίδοση τῶν ιδιωμάτων τῶν δύο φύσεων τοῦ Χριστοῦ, τῆς θείας καὶ τῆς ἀνθρώπινος, δηλαδὴ οἱ φύσεις ἀντιδίδουν τὰ ιδιώματά τους ἢ μία στὴν ἄλλη στὸ θεανδρικὸ πρόσωπο τοῦ Χριστοῦ, μένοντας «*ἀσυγχύτως*» ἐνωμένες. Ἐπειδὴ δὲν κατανοοῦσαν αὐτὲς τὶς ἀλήθειες, ἐπέμεναν μὲ πείσμα στὸ «*ἀνεϊκόνιστον*» τῆς

θεανδρικής μορφής του Ἰησοῦ Χριστοῦ καὶ κατηγοροῦσαν τὴν τιμὴ καὶ προσκύννηση τῶν ἱερῶν εἰκόνων ὡς ἐπινόηση τοῦ Διαβόλου.

Κατὰ τῶν εἰκονομάχων ὕψωσαν τὸ ἀνάστημά τους οἱ πιὸ πνευματικοὶ ἐκπρόσωποι τῆς Ἐκκλησίας, ὅπως ὁ Ἰωάννης ὁ Δαμασκηνός, ὁ Ἀδριανὸς ὁ Πάπας Ρώμης, ὁ Ταράσιος ὁ Πατριάρχης Κωνσταντινουπόλεως, ὁ Θεόδωρος ὁ Στουδίτης κ.ἄ. Μὲ βάση τὰ συγγράμματά τους καὶ τὴ μακραίωνη ὑγιῆ ἐκκλησιαστικὴ παράδοση περὶ τῶν ἱερῶν εἰκόνων, ἡ Ζ΄ Οἰκουμενικὴ Σύνοδος (787), ποὺ συγκλήθηκε στὴ Νίκαια, κατεδίκασε τὴν εἰκονομαχία, ἡ ὁποία ὅμως δὲν σταμάτησε τοὺς ἀγῶνές της κατὰ τῆς Ἐκκλησίας καὶ τῶν ἱερῶν εἰκόνων, ἀλλὰ ἐκμεταλλεύτηκε τὴν ἀδυναμία τῶν πολιτικῶν ἀρχόντων μέχρι τοῦ ἔτους 843. Στὶς 11 Μαρτίου τοῦ ἔτους

Μήνυμα περὶ τοῦ ποιὸς εἶναι ὁ ἀληθινὸς Χριστός, «ὅστις ἐστὶν εἰκὼν τοῦ Θεοῦ τοῦ ἀοράτου» (Κολ., α΄ 15). Ὀνόμασαν δὲ «*Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας*» τὴν ἑορτὴ τῆς θριαμβευτικῆς ἀναστηλώσεως τῶν ἱερῶν εἰκόνων, θέλοντας νὰ ὑπογραμμίσουν ὅτι βασικὸ καὶ οὐσιαστικὸ χαρακτηριστικὸ τῆς Ὁρθόδοξης Ἑλληνικῆς Ἐκκλησίας εἶναι ἡ χρῆση, ἡ τιμὴ καὶ ἡ προσκύννηση τῶν ἱερῶν εἰκόνων ὄλων τῶν Ἁγίων. «*Εἶναι ἑορτὴ τῆς Ὁρθοδοξίας καὶ πνευματικῆς παράδοσης. Ἐορτάζεται ἡ νίκη τῆς Ὁρθοδοξίας ἐναντίον κάθε ψεύδους*» (Ἁγ. Ἰουστίνος Πόποβιτς).

Καὶ βέβαια, τὴν τιμὴ καὶ τὴν προσκύννηση τῶν ἱερῶν εἰκόνων ὑπαγορεύουν διάφοροι λόγοι. Πρῶτα πρῶτα, ἡ σκέψη καὶ ἡ ψυχὴ τῶν πιστῶν ἔχει ἀνάγκη νὰ προσηλωθεῖ στοὺς ἀποδέκτες τῶν προσευχῶν τους, τῶν αἰτημάτων καὶ τῶν εὐχα-



Κατὰ τῶν εἰκονομάχων ὕψωσαν τὸ ἀνάστημά τους οἱ πιὸ πνευματικοὶ ἐκπρόσωποι τῆς Ἐκκλησίας, ὅπως ὁ Ἰωάννης ὁ Δαμασκηνός, ὁ Ἀδριανὸς ὁ Πάπας Ρώμης, ὁ Ταράσιος ὁ Πατριάρχης Κωνσταντινουπόλεως, ὁ Θεόδωρος ὁ Στουδίτης κ.ἄ. Μὲ βάση τὰ συγγράμματά τους καὶ τὴ μακραίωνη ὑγιῆ ἐκκλησιαστικὴ παράδοση περὶ τῶν ἱερῶν εἰκόνων, ἡ Ζ΄ Οἰκουμενικὴ Σύνοδος (787), ποὺ συγκλήθηκε στὴ Νίκαια, κατεδίκασε τὴν εἰκονομαχία, ἡ ὁποία ὅμως δὲν σταμάτησε τοὺς ἀγῶνές της κατὰ τῆς Ἐκκλησίας καὶ τῶν ἱερῶν εἰκόνων, ἀλλὰ ἐκμεταλλεύτηκε τὴν ἀδυναμία τῶν πολιτικῶν ἀρχόντων μέχρι τοῦ ἔτους 843.



αὐτοῦ, Ἀ΄ Κυριακὴ τῆς Μεγάλῃς Τεσσαρακοστῆς, Ἀ΄ Κυριακὴ τῶν Νηστειῶν, ἡ αὐτοκράτειρα Θεοδώρα, ποὺ ἐπιτόρπευε τὸν ἀνήλικο υἱὸ τῆς Μιχαήλ, συνεκάλεσε στὴν Κωνσταντινούπολη ἐνδημοῦσα (τοπικὴ) Σύνοδο. Αὕτὴ ἐπικύρωσε τὴν ἀποφάσεις τῆς Ζ΄ Οἰκουμενικῆς Συνόδου καὶ ἐπέβαλε τὴν ἀναστήλωση τῶν ἱερῶν εἰκόνων. «*Μιὰ γυναίκα πρωτοστάτησε κι ἔδωσε τέλος στὴν πολιτικοθησκευτικὴ ἀναστάτωση τῆς Εἰκονομαχίας, ἡ αὐτοκράτειρα Θεοδώρα, ἐπιβεβαιώνοντας τὸ γεγονός ὅτι οἱ γυναῖκες ὡς φορέας τοῦ πολιτισμοῦ σφάζουν τὴν πίστη*» (π. Γεώργιος Μεταλληνός).

Ἀπὸ τότε ἐκείνοι οἱ ἐκκλησιαστικοὶ Πατέρες ὀνόμασαν μία ἀπ' τὴν πενήντα δύο Κυριακὴς τοῦ ἔτους, τὴν πρώτη Κυριακὴ τῶν Νηστειῶν, «*Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας*», ὡς «*νίκη τῆς ἀληθοῦς Πίστεως*», ποὺ προσφέρεται στὸν ἄνθρωπο ὡς δυνατότητα σωτηρίας, δηλαδὴ θεώσεως. Ἡ Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας εἶναι μήνυμα περὶ τοῦ Χριστοῦ.

ριστιῶν τους. «*Αὐτοὶ εἶναι οἱ Ἁγιοὶ μας. Μὲ τὴν ἐνάρετη ζωὴ τους ἔφεραν τὸν οὐρανὸ στὴ γῆ. Ἦταν καὶ αὐτοὶ ἄνθρωποι "σάρκα φοροῦντες καὶ τὸν κόσμον οἰκοῦντες"*» (Ἡγουμένη Ἰ. Μ. Κεχροβουνίου Ἰουλιανῆ). Προσευχόμενοι λοιπὸν οἱ πιστοὶ ἐνώπιον τῶν σεπτῶν εἰκόνων, βλέπουν τὴν μορφὴ τῶν εἰκονιζομένων Ἁγίων. Αἰσθάνονται ζωντανὴ τὴν παρουσία τους καὶ διαλέγονται μαζί τους. Τοὺς ζητοῦν τὴ μεσιτεία καὶ τὴν πρεσβείαν τους πρὸς τὸν Θεό. «*Στρατὸς τοῦ Κυρίου εἶναι οἱ Ἁγιοὶ...*». «*Τὰ τῶν Ἁγίων εἰκονίσματα Πνεύματος Ἁγίου εἰσὶ πεπληρωμένα*», ἐπισημαίνει ὁ Ἅγιος Ἰωάννης ὁ Δαμασκηνός, ἐπειδὴ οἱ εἰκονιζόμενοι εἶχαν καταστήσει, κατὰ τὴν ἐπίγεια ζωὴ τους, τὰ σώματά τους «*ναὸν τοῦ Ἁγίου Πνεύματος*» (Ἀ΄ Κορ., στ΄ 19).

Οἱ ἱερὲς εἰκόνες ἐξάλλου διδάσκουν, ὡς ἐκ τῆς θέσεώς τους στοὺς ἱεροὺς ναοὺς καὶ στὴ θεία ἱλατρεία. Κάθε Χριστιανὸς διδάσκεται πόσο ἐπιβραβεύει ὁ Θεὸς καὶ ἡ Ἐκκλησία ὄλους ἐκείνους

οί οποιοι στὸν ἐπίγειο βίον τους ἔμειναν πιστοὶ στὸ θέλημά Του, καὶ ἀναδείχθηκαν ἄξιοι τοῦ σταυρικοῦ θανάτου καὶ τὸ ἀπολυτρωτικῶ ἔργου τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ. Τὴν ἐπιβράβευση αὐτὴ στὶς ἱερὲς εἰκόνες ἐκφράζει ἰδιαιτέρως ὁ φωτιστέφανος τῶν Ἀγίων, καὶ προβληματίζεται θετικὰ ὁ εὐσεβὴς Χριστιανὸς πῶς θὰ μπορέσει νὰ καθγιασθεῖ μέσα στὴ Χάρη τοῦ Θεοῦ, ἀκολουθώντας τὸ παράδειγμα τῶν Ἀγίων.

Ἄλλὰ καὶ ἡ ἱερότητα τῶν εἰκόνων εἶναι πολυσύνθετη. Τὸ αὐστηρὸ ἐκκλησιαστικὸ ὕφος τῆς εἰκόνας δηλώνει τὴν ἱερότητά της. Μήπως ἀναλογιζόμεστε μὲ πόση προσευχὴ καὶ νηστεία, μὲ τί ἱερὸ δέος καὶ πόση εὐλαβὴ περισυλλογὴ ἀγωνίζονται οἱ χριστιανοὶ ἀγιογράφοι, γιὰ νὰ ἀποδώσουν τὰ ἅγια πρόσωπα; Πόσο μᾶς συγκινοῦν οἱ σκηνὲς τῆς



*“ἔγκριτον θεάρεστον νομοθεσίαν καὶ παράδοσιν τῆς Ἐκκλησίας, εὐσεβὲς αἴτημα καὶ ἀνάγκην τοῦ πληρώματος αὐτῆς” (Πρακτικά, ἐκδ. Mansi, 13, 252B)».*

*«Νὰ μὴν ξεχνᾶτε αὐτὴ τὴν ἡμέρα τοῦ θριάμβου τῆς Ὁρθόδοξης πίστεως», προτρέπει ὁ Ἅγιος Λουκάς*



Οἱ ἐκκλησιαστικοὶ Πατέρες ὀνόμασαν μία ἀπ’ τὶς πενήντα δύο Κυριακὲς τοῦ ἔτους, τὴν πρώτη Κυριακὴ τῶν Νηστειῶν, *«Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας»*, ὡς *«νίκη τῆς ἀληθοῦς Πίστεως»*, ποὺ προσφέρεται στὸν ἄνθρωπο ὡς δυνατότητα σωτηρίας, δηλαδὴ θεώσεως. Ἡ Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας εἶναι μῆνυμα περὶ τοῦ Χριστοῦ. Μῆνυμα περὶ τοῦ ποιὸς εἶναι ὁ ἀληθινὸς Χριστός, *«ὅστις ἐστὶν εἰκὼν τοῦ Θεοῦ τοῦ ἀοράτου»* (Κολ., α’ 15). Ὀνόμασαν δὲ *«Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας»* τὴν ἑορτὴ τῆς θριαμβευτικῆς ἀναστηλώσεως τῶν ἱερῶν εἰκόνων, θέλοντας νὰ υπογραμμίσουν ὅτι βασικὸ καὶ οὐσιαστικὸ χαρακτηριστικὸ τῆς Ὁρθόδοξης Ἑλληνικῆς Ἐκκλησίας εἶναι ἡ χρῆση, ἡ τιμὴ καὶ ἡ προσκύνηση τῶν ἱερῶν εἰκόνων ὄλων τῶν Ἀγίων.



ζωῆς καὶ οἱ μορφὲς τῶν ἀγιωτέρων προσώπων τῆς παγκόσμιας ἱστορίας τῆς πίστεως μας; Πῶς μᾶς κατευθύνει ἡ θεολογικὴ διδασκαλία τῆς Ἐκκλησίας, κατὰ τὴν ὁποία *«πᾶσα τιμὴ καὶ προσκύνησις τῶν ἱερῶν εἰκόνων ἐπὶ τὸ πρωτότυπον διαβαίνει»* (Μέγας Βασίλειος); Καὶ τέλος, πόσο δονοῦν τὴν ψυχὴ μας τὰ διάφορα ἱστορικὰ θαύματα ποὺ ἀποδόθηκαν καὶ ἀποδίδονται στὶς θαυματουργικὲς εἰκόνες;

*«Ὅπως θέλει ὁ Θεὸς τὸν ἀγιασμό πάντων τῶν ἀνθρώπων (Α΄ Τιμ., β΄ 4), θέλει καὶ τὴν τιμὴν καὶ τὴν προσκύνησιν τῶν Ἀγίων Του ὑπὸ τῶν Χριστιανῶν»,* ὑποστηρίζει ὁ ἀειμνηστὸς ἀκαδημαϊκὸς Μάρκος Σιώτης. *«Διὰ τῶν ἱερῶν εἰκόνων προβάλλεται ἐπὶ τῆς γῆς ἡ χαρὰ τὴν ὁποίαν ἔχουν εἰς τοὺς οὐρανοὺς οἱ Ἅγιοι τοῦ Θεοῦ διὰ κάθε σωζόμενον ἄνθρωπον. Διὰ τοῦτο καὶ ἡ Ζ΄ Οἰκουμενικὴ Σύνοδος ἐχαρακτήρισε τὴν τιμὴν καὶ προσκύνησιν τῶν εἰκόνων ὡς*

ὁ ἱατρὸς ἀπευθυνόμενος στοὺς πιστοὺς του κάποια Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας. *«Ἡ πίστις αὐτὴ διατυπώθηκε ἄριστα στὴ Ζ΄ Οἰκουμενικὴ Σύνοδο, ἡ ὁποία στερέωσε τὴν Ὁρθοδοξία καὶ κατεδίκασε ὅλες τὶς αἱρέσεις καὶ ὅλα τὰ σχίσματα. Ὅλες ἀναθεματίστηκαν ἀπὸ τὴ Ζ΄ Οἰκουμενικὴ Σύνοδο. Τὴν Ὁρθοδοξία ἐξέφρασε καὶ στερέωσε ἡ Σύνοδος ἐκείνη. Ἄς ψάλλομε δοξολογία εὐχαριστίας πρὸς τὸν Θεόν».*

Πράγματι, ἡ ὑμνολογία ἐκείνης τῆς Κυριακῆς εἶναι ἰδιαίτερα θριαμβευτικὴ, εὐχαριστηριακὴ καὶ εὐφρόσυνη. *«Ὁ Χριστὸς νενίκηκε, σκιρτᾷ τῶ ἡ γῆ...».* *«Τὴν ἄχραντον εἰκόνα σου προσκυνοῦμεν, Ἀγαθέ... Χαρᾶς ἐπλήρωσας τὰ πάντα, ὁ Σωτὴρ ἡμῶν, παραγενόμενος εἰς τὸ σῶσαι τὸν κόσμον».* Στὸ Ἀποστολικὸ ἀνάγνωσμα τῆς ἡμέρας (Ἑβρ., ια΄ 24-26, 32-40) ἐκτίθενται οἱ ἀγῶνες τῶν Ἀγίων ἀνδρῶν τῆς Παλαιᾶς Διαθήκης ὑπὲρ τῆς πίστεως, καὶ στὸ



Κατά Ιωάννην Εὐαγγέλιο (ΐω., α΄ 44-52) ιστορεΐται ἡ κλήση τοῦ Φιλίππου πρὸς τὸν Ναθαναήλ νὰ γνωρίσει τὸν Κύριο: «Ὅν ἔγραψε Μωϋσῆς ἐν τῷ νόμῳ καὶ οἱ προφῆται εὐρήκαμεν, Ἰησοῦν... Ἔρχου

Τοὺς μεγάλους ὁμολογητὲς τῆς πίστεως τιμᾶμε κατὰ τὴν Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας. Τοὺς αὐτοκράτορες ποὺ τὴν ὑπερασπίστηκαν καὶ ποὺ συχνὰ ἀντάλλαξαν τὴ βασιλικὴ πορφύρα μὲ τὸ ταπεινὸ ἔνδυμα τοῦ μοναχικοῦ σχήματος. Τοὺς ποιμένες τῆς Ἐκκλησίας μας Ἀρχιερεῖς καὶ ἱερεῖς ποὺ ὀρθοτόμησαν «τὸν λόγον τῆς ἀληθείας». Τοὺς μοναχοὺς καὶ λαϊκοὺς ποὺ ἀγωνίσθηκαν γιὰ τὸ μεγάλο δῶρο τῆς Ὁρθοδοξίας, θυσιάζοντας πολλὲς φορὲς τὴ ζωὴ τους.

Ὁ πανηγυρισμὸς λοιπὸν αὐτῆς τῆς ἡμέρας καθιερώθηκε ἀπὸ τοὺς τότε ὁμολογητὲς, ἐπισκόπους καὶ μοναχοὺς, γιὰ νὰ ἀνακηρυχθοῦν ὀνομαστικὰ καὶ νὰ ἐπαινεθοῦν οἱ εὐσεβεῖς καὶ Ὁρθόδοξοι, ἐνῶ ἀντιθέτως οἱ ἀσεβεῖς καὶ κακόδοξοι νὰ κατακριθοῦν καὶ νὰ ἀναθεματιστοῦν ὀνομαστικὰ, ὄχι ἀπὸ κακία, ἐμπάθεια καὶ μῖσος, ἀλλὰ ἀπὸ παιδαγωγικὴ καὶ ποιμαντικὴ φροντίδα, ὥστε ἐλεγχόμενοι νὰ μετανοήσουν καὶ νὰ ἀποκηρύξουν τὴν πλάνη τους.

Καὶ σήμερα, μετὰ τὴ λιτάνευση τῶν σεπτῶν εἰκόνων, μετὰ τὴ θεία λειτουργία, ἀπὸ τὸ κείμενο τῆς ὁμολογίας τῆς Ὁρθόδοξου πίστεως ποὺ λέγεται «*Συνοδικὸν τῆς Ἁγίας καὶ Οἰκουμενικῆς Ζ΄ Συνόδου ὑπὲρ τῆς Ὁρθοδοξίας*», ἀκοῦμε ἀποσπάσματα, π.χ. μνημονεύονται οἱ ἀναστηλιωτὲς: «*Τῶν τῆς Ὁρθοδοξίας προμάχων εὐσεβῶν βασιλέων, ἀγιωτάτων Πατριαρχῶν, Ἀρχιερέων, Διδασκάλων, Μαρτύρων, Ὁμολογητῶν*». Καὶ ἀναφωνεῖ ὁ κληρὸς: «*Αἰωνία ἡ μνήμη!*».

Τὸ «*Συνοδικόν*» δὲ εἶναι ἐξαίσιο κείμενο, ποὺ

Τοὺς μεγάλους ὁμολογητὲς τῆς πίστεως τιμᾶμε κατὰ τὴν Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας. Τοὺς αὐτοκράτορες ποὺ τὴν ὑπερασπίστηκαν καὶ ποὺ συχνὰ ἀντάλλαξαν τὴ βασιλικὴ πορφύρα μὲ τὸ ταπεινὸ ἔνδυμα τοῦ μοναχικοῦ σχήματος. Τοὺς ποιμένες τῆς Ἐκκλησίας μας Ἀρχιερεῖς καὶ ἱερεῖς ποὺ ὀρθοτόμησαν «τὸν λόγον τῆς ἀληθείας». Τοὺς μοναχοὺς καὶ λαϊκοὺς ποὺ ἀγωνίσθηκαν γιὰ τὸ μεγάλο δῶρο τῆς Ὁρθοδοξίας, θυσιάζοντας πολλὲς φορὲς τὴ ζωὴ τους.

καὶ ἴδε». Καὶ ἀκολουθεῖ ἡ ὁμολογία τοῦ Ναθαναήλ, «*Ῥαββί, σὺ εἶ ὁ υἱὸς τοῦ Θεοῦ, σὺ εἶ ὁ βασιλεὺς τοῦ Ἰσραήλ*». Γιατὶ Ὁρθοδοξία εἶναι ἡ εὕρεση τοῦ Χριστοῦ ὡς Θεοῦ καὶ Σωτῆρα. «*Εὐρήκαμεν Ἰησοῦν*». Ἀπαγγέλλει δὲ τὴν ἡμέρα ἐκείνη τὸ Σύμβολο τῆς Πίστεως ὁ Ἀνώτατος Ἄρχοντας τῆς χώρας (καὶ στὰ μικρὰ μέρη ὁ Δήμαρχος), συνεχίζοντας μιὰ παράδοση ποὺ κρατᾷ ἀπὸ τὸ Βυζάντιο. Ἐκκλησία καὶ Πολιτεία σὲ ἀγαστὴ συνεργασία.

διατυπώνει καὶ ἐκφράζει τὴν καθολικὴ πίστη καὶ τὸ δόγμα τῆς Ὁρθόδοξης Ἐκκλησίας μας. Τὸ δόγμα διασώζει τὴ ζωὴ τῆς Ἐκκλησίας! «*Αὐτὸ τὸ κείμενο ὀριοθετεῖ μὲ σαφήνεια τὴν Ἀλήθεια ἀπὸ τὸ ψεῦδος, τὴν Πίστη ἀπὸ τὴν ἀπιστία καὶ τὴ Θεολογία ἀπὸ τὴν ἀνθρώπινη φιλοσοφία*» (Μητροπ. Πειραιῶς Σεραφεῖμ). Κάθε χρόνο ἀκοῦμε καὶ τὴν παρακάτω ἀξιόλογη περικοπὴ, «*τὸν ἱερό ὄρκο*», τὸν ὁποῖο



συνέταξαν οί θεοκίνητοι Πατέρες μας, με παρρησία και θεολογική γνώση, άγιοπνευματικῶς ὀδηγοῦμενοι. Ἄξιζει νὰ τὸν μελετήσουμε προσεκτικὰ:

*«Οἱ Προφῆται ὡς εἶδον, οἱ Ἀπόστολοι ὡς ἐδίδαξαν, ἡ Ἐκκλησία ὡς παρέλαβεν, οἱ Διδάσκαλοι ὡς ἐδογματίσαν, ἡ Οἰκουμένη ὡς συμπεφρόνηκεν, ἡ χάρις ὡς ἔλαμψεν, ἡ ἀλήθεια ὡς ἀποδέδεικται, τὸ ψεῦδος ὡς ἀπελήθηται, ἡ σοφία ὡς ἐπαρρησιά-*

*Πατέρων, αὕτη ἡ πίστις τῶν Ὁρθοδόξων, αὕτη ἡ πίστις τὴν Οἰκουμένην ἐστήριξεν».*

Ἦς μᾶς θυμίζει λοιπὸν ἡ Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας πὼς ἡ πίστη μας εἶναι ἡ νίκη ποὺ νίκησε τὸν κόσμον. «Αὕτη ἡ νίκη ἡ νικήσασα τὸν κόσμον, ἡ πίστις ἡμῶν» (Α΄ Ἰω., γ΄ 4). Καὶ ποιὸς εἶναι ἐκεῖνος ποὺ νικᾷ τὸν κόσμον, παρὰ μόνον «ὁ πιστεύων ὅτι Ἰησοῦς ἐστὶν ὁ υἱὸς τοῦ Θεοῦ» (Α΄ Ἰω., γ΄



Ἦς μᾶς θυμίζει ἡ Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας πὼς ἡ πίστη μας εἶναι ἡ νίκη ποὺ νίκησε τὸν κόσμον. «Αὕτη ἡ νίκη ἡ νικήσασα τὸν κόσμον, ἡ πίστις ἡμῶν» (Α΄ Ἰω., γ΄ 4). Καὶ ποιὸς εἶναι ἐκεῖνος ποὺ νικᾷ τὸν κόσμον, παρὰ μόνον «ὁ πιστεύων ὅτι Ἰησοῦς ἐστὶν ὁ υἱὸς τοῦ Θεοῦ» (Α΄ Ἰω., γ΄ 5); Γι' αὐτό, εὐγνώμονες πρὸς τὸν Τριαδικὸ Θεὸ γιὰ τὸ μεγάλο δῶρο τῆς Ὁρθόδοξης πίστεως ποὺ κληρονομήσαμε, «εὐχαῖς καὶ λιτανείαις συνευφραϊνόμενοί τε καὶ συναγαλλόμενοι», ἅς ψάλλομε ἀπ' τὴν καρδιά μας: «Τίς Θεὸς μέγας ὡς ὁ Θεὸς ἡμῶν; Σὺ εἶ ὁ Θεὸς ἡμῶν, ὁ ποιῶν θαυμάσια μόνος!».



*σατο, ὁ Χριστὸς ὡς ἐβράβευσεν· οὕτω φρονοῦμεν, οὕτω λαλοῦμεν, οὕτω κηρύσσομεν Χριστὸν τὸν ἀληθινὸν Θεὸν ἡμῶν, καὶ τοὺς Αὐτοῦ Ἁγίους ἐν λόγοις τιμῶντες, ἐν συγγραφαῖς, ἐν νοήμασιν, ἐν θυσίαις, ἐν Ναοῖς, ἐν Εἰκονίσμασι, τὸν μὲν ὡς Θεὸν καὶ Δεσπότην προσκυνοῦντες καὶ σέβοντες, τοὺς δὲ διὰ τὸν κοινὸν Δεσπότην ὡς Αὐτοῦ γνησίους θεράποντας τιμῶντες καὶ τὴν κατὰ σχέσιν προσκύνησιν ἀπονέμοντες.*

*Αὕτη ἡ πίστις τῶν Ἀποστόλων, αὕτη ἡ πίστις τῶν*

5); Γι' αὐτό, εὐγνώμονες πρὸς τὸν Τριαδικὸ Θεὸ γιὰ τὸ μεγάλο δῶρο τῆς Ὁρθόδοξης πίστεως ποὺ κληρονομήσαμε, «εὐχαῖς καὶ λιτανείαις συνευφραϊνόμενοί τε καὶ συναγαλλόμενοι», ἅς ψάλλομε ἀπ' τὴν καρδιά μας: «Τίς Θεὸς μέγας ὡς ὁ Θεὸς ἡμῶν; Σὺ εἶ ὁ Θεὸς ἡμῶν, ὁ ποιῶν θαυμάσια μόνος!».

**A. K. ΚΟΡΝΑΡΟΥ-ΚΑΛΑΜΑΡΑ**



## «Χαῖρε...»



Μέσ' στοῦ Μαρτιοῦ τὸ ἀσημοφῶς  
τῆς πλάσης ἀχνοφώτιστες εἰκόνες·  
γαλιζες-ἄσπρες κοντυλιές· καμπύλες, τόξα καὶ γωνιές.  
Κι ἀπ' τὸ καμπαναριό, κεληριστὴ ἡ φωνή·  
«Τῆ Ὑπερμάχῳ Στρατηγῶ».

Ἐπαλιοχρώματα, τῆς Ἄνοιξης πνοές·  
σμάρια πουλιῶν, στὶς φυλλῶσιές δοξολογίες.  
Καὶ μέσα στὴ στιγμή τὴ δειλινή,  
«Χαῖρε Ἀγγέλων ἁρμονή»  
«Ζῶσα καὶ ἄφθονος πηγὴ»  
«Νεφέλη χαῖρε φωτεινὴ».

Ὡ ἄμετρη στὰ στήθια μας χαρά.  
Μάννα ὑπέρκαλη, Δέσποινα Παναγιά!  
Χαῖρε Θεόνυμφε Ἄγνή·  
ἐλπίδα μας τοῦ κόσμου ἀκριβή.  
Χαῖρε τοῦ κόσμου μας λιυτήριο  
χαρᾶς κατοικητήριο.

Σεμνὴ Παντοκράτορισα,  
πολύτιμο τῆς πίστες μουσικό μας,  
γονατιστὴ ἡ ψυχὴ μας στὴν ὑπέρλαμπρη Εἰκόνα σου μπροστά·  
«κλῖνον τὸ οὖς σου», Πανάχραντε, Πανθαύμαστε Κυρὰ  
στὸν πόνο τοῦ λαοῦ σου.

Ὡ Πανύμνητε Μῆτερ, πηλαυτέρα νεφέλης·  
στὰ πλάτη τοῦ πλανήτη μας ποὺ καίγονται καὶ σβήνουν,  
δροσιᾶς σταγόνες στάλαξε·  
ζεστὴ παρηγοριά, στὴ θλίψη τῆς ψυχῆς μας·  
Σκέπη τοῦ Κόσμου· σκέπασε τὴ γῆ τὴν πονεμένη!  
Χαῖρε Ἄειπάρθενε Ἄγνή, ἡ Κεχαριτωμένη!!!

**ΜΑΡΙΝΑ ΦΡΑΓΚΑΚΗ**

# 1821. Οί “Έλληνες μάχονται

**Ο**ί “Έλληνες ποτέ δέν ἀποδέχθηκαν τὴν ὑποδοῦλωσή τους στὸν Σουλτᾶνο. Ἀπὸ τὴν ἐπόμενη τῆς Ἰωαννιναίων ἀρχισαν νὰ ἀγωνίζονται καὶ νὰ ἐτοιμάζονται γιὰ τὴν ἀπελευθέρωσή τους. Σύσσωμοι συσπειρώνονται, καὶ μὲ τὴν παραμικρὴ ἀφορμὴ ἀρπάζουν τὰ ὄπλα κατὰ τοῦ Τούρκου. Ἡ δίψα γιὰ τὴν ἐλευθερίαν εἶναι δύναμη, ἀγώνας ἡρωϊκός.

Ὁ φιλελλήνικὸς ἐκστασιασμὸς τῶν Ρώσων, τῶν Γάλλων, τῶν Ἀγγέλων, ἐκστασιασμὸς χωρὶς Ἑλλάδα καὶ χωρὶς Ἕλληνες, εἶναι μισελληνισμὸς, μὲ θρησκευτικὰ ἢ γεωπολιτικὰ κριτήρια, ποὺ μεταβιβάζεται ἀσίγαστος ἀπὸ αἰῶνα σὲ αἰῶνα, ἀπὸ τὴ μιὰ γενιὰ στὴν ἄλλη. Μὲ ἀπατηλὴς ὑποσχέσεις ἐνέπηλεκαν ἀδιάκοπα τοὺς “Έλληνες στὰ

*Νὰ μ’ ἀφανίσουν τὰ νησιά  
καὶ νὰ μὲ παρατήσουν  
καὶ πάλιν μὲ τὸν τύραννο  
νὰ κάμουν τὴν ἀγάπη.*

Στὶς ἀρχὲς τοῦ 18 αἰῶνα, ἓνας ἄγνωστος λόγιος καταγγέλλει στὴν ἔμμετρη σατιρικὴ σύνθεση «Ρωσοαγγλογάλλος» τὴ συμπαίγνια καὶ τὸν κυνισμὸ τῶν εὐρωπαϊκῶν δυνάμεων. Λέει ἡ Ἑλλάδα στοὺς τρεῖς ξένους:

*«Τρεῖς μάχες ὁ Ρῶσος  
κῆρυξε ἐναντίον Τουρκίας  
τὰ τέκνα μου ἐσύναξε  
ἀπὸ πολλὰς οἰκίας*

Οἱ “Έλληνες προσγειώνονται μετὰ τὰ Ὀρλωφικὰ καὶ τὸ ναυάγιο τῶν προσδοκιῶν γιὰ ἀπελευθέρωση ἀπὸ τὸν Ναπολέοντα. Καμμία ἐλπίδα ἀπὸ Χριστιανικὲς Δυνάμεις. Μόνο μὲ τοὺς δικούς τους ἀποκλειστικὰ ἀγῶνες θὰ κερδίσουν ἐλευθερίαν καὶ ἀνεξαρτησίαν. Τὴν πεποίθησιν αὐτὴ θὰ ἐκφράσει πρῶτος ὁ Ρήγας μὲ τὰ ἐθνεγερτικὰ του σαλπίσματα: Ποτέ πιά μισθοφόροι τῶν Εὐρωπαϊκῶν μοναρχῶν, ποτέ πιά ἐλληνικὸ αἷμα γιὰ ξένα συμφέροντα. Πόλεμος καὶ θυσίαι μόνο γιὰ ἐλεύθερη Πατρίδα.

δικὰ τους πολεμικὰ ἐγχειρήματα, καὶ τοὺς ἐγκατέλειπαν πάντοτε στὰ ἐκδικητικὰ ἀντίποινα τοῦ δυνάστη τους.

Δὲν ξεχωρίζουν πιά οἱ “Έλληνες τοὺς ὁμόδοξους Ρώσους ἀπὸ τοὺς δυτικούς. Ἐνα μανιάτικο τραγούδι-μοιρολόι τοῦ 1797 ἐκφράζει τὴν πικρίαν τοῦ Μοριᾶ, τῆς Ρούμελης καὶ τῶν νησιῶν γιὰ τὶς δοκιμασίαι τους κατὰ τοὺς τελευταίους ρωσοτουρκικοὺς πολέμους καὶ γιὰ τὶς τραγικὲς συνέπειαι τῶν δικῶν τους ἐπαναστατικῶν κινήματων στὸ πλεῦρό τῆς Ρωσίας:

*Καὶ οἱ Μόσκοβες οἱ φίλοι μου  
μονάχη μου ἐλπίδα  
καὶ τί καλὸ μοῦ κάμανε  
σὰν ἦρθαν στὸ Λεβάντε.*

*ἐγγράφως τὰ ὑπέσχετο  
διὰ νὰ τὰ λευθερώσῃ  
μὰ ὁ σκοπὸς του ἀπέβληπε  
σκληρὰ νὰ τὰ σκληλώσῃ.  
Ἄρχισε καὶ ἡ Γαλλία  
νὰ κηρύττῃ ἐλευθερίαν  
ἔφτασε στὰ σύνορά μου  
κι αὖξῃσε τὰ βάσανά μου.  
Ἰβριζε τὴν τυραννίαν  
μὰ διψοῦσε γιὰ σοφία.  
Ἡ Ρωσία καὶ ἡ Ἀγγλία  
βλέποντάς τους στὴν Τουρκίαν  
ἔτρεξαν νὰ τοὺς ἐξώσουν  
γιὰ νὰ μὴ μ’ ἐλευθερώσουν.  
Τρέχει ἡ μία πληρωμένη  
καὶ ἡ ἄλλη κομπασμένη  
τοὺς Ἀγαρηνοὺς νὰ σώσουν  
καὶ ἐμὲ νὰ θανατώσουν».*



Οί Έλληνες προσγειώνονται μετά τὰ Ὀρλωφικά καὶ τὸ ναυάγιο τῶν προσδοκιῶν γιὰ ἀπελευθέρωση ἀπὸ τὸν Ναπολέοντα. Καμμία ἐλπίδα ἀπὸ Χριστιανικὲς Δυνάμεις. Μόνο μὲ τοὺς δικούς τους ἀποκλειστικὰ ἀγῶνες θὰ κερδίσουν ἐλευθερία καὶ ἀνεξαρτησία. Τὴν πεποίθησι αὐτὴ θὰ ἐκφράσει πρῶτος ὁ Ρήγας μὲ τὰ ἐθνεγερτικὰ του σαηπίσματα: Ποτὲ πιά μισθοφόροι τῶν Εὐρωπαϊῶν μοναρχῶν, ποτὲ πιά ἐλληνικὸ αἷμα γιὰ ξένα συμφέροντα. Πό-

πάλη ζυγὸς εἶναι; Ἀλλοίμονο εἰς τὸ γένος μας, ἂν κυριευθῆ ἀπὸ ἑτερογενὲς βασιλείον. Μὴ στοχάζεσθε, ἀδελφοί μου, ὅτι κανεὶς ἀπὸ αὐτοὺς θέλει θυσίαση καὶ χρυσίον καὶ στρατιώτας, διὰ νὰ διώξη τὸν Ὀθωμανὸν καὶ νὰ μᾶς ἀφήσῃ ἔπειτα ἐλεύθερους! Ὡ, κἀλλιον ἕνας σεισμὸς ἢ ἕνας κατακλισημὸς νὰ μᾶς ἀφανίσῃ ὅλους τοὺς Ἑλληνας, παρὰ νὰ ὑποκύψωμεν εἰς ξένον σκῆπτρον».

Ἐπιτέλους κλείνει ὁ κύκλος τῶν ἀπατηλῶν προσδοκιῶν καὶ ἀπογοτεύσεων. Ἔχουν πιά συνειδητοποιήσει οἱ Ἑλληνες ὅτι εἶναι ὀλομόναχοι. Ὅτι περιβάλλονται ἀπὸ ἐχθροὺς ἢ ὑποψήφιους δυνάστες. Ὅτι ποτάμια αἱμάτων χύθηκαν γιὰ ξένα συμφέροντα καὶ ὅτι ἡ ἀποτίναξι τοῦ ὀθωμανικοῦ ζυγοῦ μόνο ἀπὸ τοὺς ἴδιους καὶ μὲ τὶς δικές τους θυσίες μπορεῖ νὰ συντελεσθῆ.

Ἔχει κιόλας ἀρχίσει νὰ κινεῖται ὁ τροχὸς τῆς ἱστορίας. Ἡ Ἐπανάστασι εἶναι ἐπὶ θύραις.

\* \* \*

Στοὺς αἰῶνες ποὺ ἀκολούθησαν τὴν Ἀλωσι, πολλοὶ Ἑλληνες διασκορπίσθηκαν στὰ κράτη τῆς Εὐρώπης. Οἱ διανοούμενοι τοῦ Βυζαντίου μεταλαμπάδευσαν στὴ Δύση τὸ πνεῦμα τῆς ἀρχαίας



Ἐπιτέλους κλείνει ὁ κύκλος τῶν ἀπατηλῶν προσδοκιῶν καὶ ἀπογοτεύσεων. Ἔχουν πιά συνειδητοποιήσει οἱ Ἑλληνες ὅτι εἶναι ὀλομόναχοι. Ὅτι περιβάλλονται ἀπὸ ἐχθροὺς ἢ ὑποψήφιους δυνάστες. Ὅτι ποτάμια αἱμάτων χύθηκαν γιὰ ξένα συμφέροντα καὶ ὅτι ἡ ἀποτίναξι τοῦ ὀθωμανικοῦ ζυγοῦ μόνο ἀπὸ τοὺς ἴδιους καὶ μὲ τὶς δικές τους θυσίες μπορεῖ νὰ συντελεσθῆ.



ἄμος καὶ θυσίες μόνο γιὰ ἐλεύθερη Πατρίδα.

*«Ὡς πότε ὀφικιάλιος σὲ ξένους βασιλεῖς;  
Ἔλα νὰ γίνεις στυλὸς δικῆς σου τῆς φυλῆς.  
Κἀλλιο γιὰ τὴν Πατρίδα κανένας νὰ χαθῆ  
ἢ νὰ κρεμάσῃ φούντα γιὰ ξένον στὸ σπαθί».*

Ἀκολουθεῖ ὁ ἀνώνυμος συγγραφέας τῆς «Ἑλληνικῆς Νομαρχίας», ποὺ κυκλοφόρησε κατὰ τὴ διάρκεια τῶν ναπολεόντειων πολέμων:

*«Τί στοχάζεσθε, ἀδελφοί μου, νὰ θέλωμεν νὰ ἀλλιάξωμεν κύριον, ὅταν μόνοι μας ἤμποροῦμεν νὰ ἐλευθερωθῶμεν; Νομίζετε ὅτι εἶναι ἐλαφρότερος ὁ ζυγὸς μᾶς ξένης δυναστείας; Δὲν στοχάζεσθε ὅτι καὶ*

ἐλληνικῆς σκέψης. Ἡ ἐπαφὴ τῆς Δύσης μὲ τὰ πρωτότυπα ἐλληνικὰ συγγράμματα ἀνοίγει τὸν δρόμο τῆς Ἀναγέννησης.

Μπορεῖ τὴ μαῦρη Τρίτη, 29 Μαΐου 1453, νὰ ἔπεσε ἡ Πόλη, ἀλλὰ δὲν ἔπεσε τὸ ἔθνος! Μπορεῖ νὰ βεβηλώθηκε ἡ Μεγάλη Ἐκκλησία, ἀλλὰ ἔζησε ἡ Ὀρθοδοξία!

Ἡ γῆ ποὺ πατᾶμε εἶναι ποτισμένη ἀπὸ τὰ αἵματα ἡρώων. Τὴν ἐλευθερία μας τὴν ἀποκτήσαμε μὲ «ἀρετὴν καὶ τόλημν». Ἔχουμε ἱστορία. Ὅμως μὴν ξεχνᾶμε... Ἀλλοίμονο στὸν λαὸ ποὺ προσπερνᾷ τὴν ἐλευθερία του!

**ΜΠΕΛΛΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΥ**

# “Απνους κατατίθεται...”



## Στη μητέρα μου Μίνα

Στὸν ἀπόνχο τῆς Σταυρώσεως... ἀνατέλλει ἡ κορυφαία τῶν ἡμερῶν.

Παιδούλα ὀκτῶ ἐτῶν θυμᾶμαι νὰ ξυπνῶ, σχεδὸν ἀχάρακτα, μὲ τὸν πρῶτο πένθιμο κτύπο τῆς καμπάνας τοῦ Ἁγίου Νικόλα στο Γαλαξειδάκι τῶν πασσαλινῶν διακοπῶν μου – ἀρχὲς τῆς δεκαετίας τοῦ '60. Μὲ ἀνείπωτη χαρὰ νὰ ντύνομαι καὶ νὰ τρέχω μὲ ἄλλα συνομήλικα κορίτσια στοὺς κήπους, νὰ φέρουμε λουλούδια γιὰ τὸν στολισμὸ τοῦ ἐπιταφίου μας. Νὰ εἶμαι παρούσα, νὰ συμμετέχω σὲ ὅλα. Τὰ κορίτσια εἶχαμε τοῦτο τὸ καθῆκον. Καὶ τὰ ἀγόρια – συρφετός, ἀνεβοκατέβαιναν στὰ καμπαναριὰ τῶν δύο ἐκκλησιῶν, νὰ κτυποῦν πένθιμα τὶς καμπάνες ὅλη μέρα μὲ τὶς ὥρες... Βαρὺς καὶ μονοκόμματος ὁ κτύπος τοῦ Ἁγίου Νικόλα. Τὶς παρατεταμένες ἐνδιάμεσες παύσεις τοῦ συμπλήρωνε τὸ ἀνάλαφρο λιυπητὸ τρίηλιμα ἀπ' τὸ καμπαναριὸ τῆς γειτονικῆς Ἁγίας Παρασκευῆς. Ἀπὸ μεγάλη ἀπόσταση κι ἀνάγια, ἀκουγόταν κι ἡ καμπάνα τοῦ Ἁγίου Γιαννίου, τῆς τρίτης ἐκκλησίας μας στὴ μοναδικὴ τότε εἴσοδο τῆς πολιτείας ἀπὸ τὴν Ἰτέα.

Οἱ ἐπιτάφιοί μας –ἀπλῆ ξύλινα, ἀλλὰ ἀξιόλογα εἶδη ἐκκλησιαστικῆς παραδόσεως– θαρρῶ πὼς θὰ ἔχουν συμπληρώσει αἰῶνα καὶ πλέον ἀπὸ τότε ποὺ ἀποκτήθηκαν, ὅποτε εἶναι βέβαιοι ὅτι ἀποτελοῦν καὶ διὰ νόμου διατηρητέα ἀντικείμενα τοῦ γαλαξειδιωτικοῦ πολιτισμοῦ. Τὸ καθ' ὕψος τριμερὲς διάτρητο κουβούκλιο («καφασωτό») ἔχει, ἀναμφίβολα, παραδοσιακὴ ἀξία γιὰ τὴ σοφὴ ἀπλότητα ποὺ διαθέτει, νὰ στολιζέται ἀπευθείας μὲ ἄνθη. Τὰ τρία ἐπίπεδα, μὲ ἐναλλὰξ κοιλόκυρτες ἐπιφάνειες καὶ κλιμακωτὰ μειούμενη πρὸς τὰ ἄνω διάσταση, τονίζονται μὲ σειρὲς ἀπὸ μεταλλικὲς κυλινδρικές ὑποδοχές, ὅπου τοποθετοῦνται οἱ σκουρόχρωμες λαμπάδες τῆς περιφορᾶς. Στὶς τέσσερις γωνίες τῶν ἐπιπέδων τοῦ κουβουκλίου ὑπάρχουν καλαισθητὰ φανάρια μὲ τζάμια χρωματιστά, ἐνῶ πρόσθετα λευκὰ λαμπιόνια βοηθοῦν νὰ παραμείνει ὁ ἐπιτάφιος ἀναμμένος, ἀκόμη καὶ μὲ δυνατὸν ἄνεμο. Λιτὸς σταυρὸς ἐπιστέφει τὸ κουβούκλιο, τὸ ὁποῖο, μόλις ἀνθοστολιστεῖ, τοποθετεῖται στὸ ξύλινο τραπέζι του. Τελευταῖες στερεώνονται μὲ τὰ γατζάκια τους στὶς θηλιές, ποὺ ὑπάρχουν στὸ ἐσωτερικὸ τοῦ χεῖλους τοῦ κουβουκλίου, οἱ φρεσκοσιδερωμένες βιοητιεὲς βελούδινες κουρτίνες μὲ τὰ χρυσοκέντη-

τα άγγελουδάκια. Αυτές άγκαλιάζουν με χάρη τις κοιλώνες του έπιταφίου και δένονται στη βάση τους με μεταξωτά κορδόνια.

Τά σήμαντρα σκορπούν πικρό τὸ πένθος τῆς ἡμέρας στὸν ἀέρα.

Ἀπὸ πολὺ πρῶτὸ παλαιὸ κι ὄμορφο κοιμητήρι μας τοῦ τέλους τοῦ 19<sup>ου</sup> αἰῶνος μὲ τὸν ψηλὸν σαμαρωτὸ μανδρότοιχο καὶ τὰ αἰωνόβια κυπαρίσσια, ἔχει ὅλα σχεδὸν τὰ κανδηλιάκια του ἀναμμένα καὶ τὰ μνήματα ἀνθοστόλιστα. Μὲ λιβανωτὸ, θυμίαμα καὶ τρισάγιο τιμῶνται καὶ μνημονεύονται ἰδιαίτε- ρως σήμερα οἱ ἀποδημήσαντες ἀγαπημένοι μας, συμμέτοχοι τοῦ Μεγάλου πένθους. Ἡ ἐπιστροφή τοῦ ἱερέως μας ἀπὸ τὸ κοιμητήριο σηματοδοτεῖ τὴν ἔναρξη τῆς ἀκολουθίας τῶν Ὁρῶν.

Ἡ ὥρα τοῦ στολισμοῦ τοῦ ἐπιταφίου, ποὺ ἔχει ἤδη ἀρχίσει στὸ ἀριστερὸ γιὰ τὸν εἰσερχόμενο τμήμα τῆς λόντζας τοῦ Ἅν Νικόλια, εἶναι τελετουργία καὶ μυσταγωγία μαζί. Τὰ λόγια τῆς μητέρας μου καθοδηγοῦσαν τὴν καρδιὰ καὶ τὸ χέρι μου – καθὼς κι ἐκείνη ἀπὸ μικρὴ στόλιζε τὸν ἴδιο ἐπιτάφιο μὲ γειτονοποῦλλες καὶ φίλες της. Σχηματίζαμε στὴ διάτρητη ἐπιφάνεια ὄχι μόνον ἀπλῆ καὶ εὐκόηλα γεωμετρικὰ σχέδια, ἀλλῆ ἀ «γράφαμε» μὲ βιοιόε- τες μῶβ, κόκκινα τριαντάφυλλα ἢ γαρύφαλλα σὲ «κάμπο» μὲ ἄνθη λευκά, τὴν αἰτία τοῦ σταυρικοῦ θανάτου «INBI», κατὰ μέτωπον καὶ τὶς ἐμβλημα- τικὲς φράσεις τῶν ἐγκωμίων «Ἡ ΖΩΗ ΕΝ ΤΑΦΩ» καὶ «Ω ΓΛΥΚΥ ΜΟΥ ΕΑΡ» στὶς τέσσερις εὐρύτερες πλευρὲς τοῦ κουβουκλίου. Ἦταν ἓνας ἰδιαίτερος τρόπος, μιὰ πρωτοτυπία, ποὺ μὲ τὴν ἐπανάληψη καθιερώθηκε, ἔγινε παράδοση γιὰ τὸν ἐπιτάφιο μας! Στὸ τέλος τοῦ στολισμοῦ, ἔμπαιναν ἰοξὰ στὶς τέσσερις γωνίες τῶν τριῶν ἐπιπέδων ὀκτῶ σειρὲς ὀλόλευκες κάηλες, κρίνοι μονοπέταλοι – τὸ πέταλό τους σὰν κωνὶ μὲ λογχοειδὲς, καμπτόμενο ἄκρο καὶ κατακίτρινο στήμονα. Μὲ αὐτὲς ἀποκοῦσε πάντοτε ὕψος, συμμετρία καὶ ἀρχοντιά ὁ ἐπιτάφιος. Τότε, μὲ βαθιὰ ἱκανοποίηση γιὰ «τὸ ἔργο τῶν χειρῶν μας», συνοδεύαμε τὸν στολισμὸ πρῶτο-σιγόντο μὲ στροφὲς τῶν ἐγκωμίων καὶ ἄλλων ὠραίων ἐπιτα- φίων τροπαρίων, ἀπὸ στήθους. Ἡ λόντζα τοῦ Ἅν Νικόλια ἀντιληθοῦσε ὑπέροχα.

Ὁ κόσμος ὀλοένα πιὸ πυκνός, προσέρχεται γιὰ τὴν Ἀποκαθίλωση. Λόγοι ἐπαινετικοὶ ἀκούγονται γιὰ τὸν ἐπιτάφιο στολισμὸ. Οἱ ἄνθοι τοῦ πιὸ Ὁραίου ἔγιναν κλῆνη νεκρικὴ τοῦ Θεοῦ Ναζωραίου! Ὅταν ἔλθει ἡ ὥρα, ὁ ἐπιτάφιος εἰσέρχεται θριαμ- βευτικὰ καὶ τοποθετεῖται στὸ κέντρο τοῦ σολεῆ τῆς ἐκκλησίας μας. Μὲ τὴν ὀλιγόστιγμη μικροφασσα- ρία καὶ τὸν χαμηλότονο βόμβο θαυμασμοῦ ποὺ προκαλεῖ ἡ εἴσοδος του, ἡ μεγάλη ἡμέρα ἀποκτᾷ

ὑπόσταση!

Παίρνω τὴ θέση μου πλῆι στὶς ἄλλες κοπέλες, κοντὰ στὸ δεξι ψαλτήρι, ὅπως ἔκανε καὶ ἡ μητέρα μου στὴν ἐποχὴ της. Μὲ βαθὺ αἶσθημα ἱκανοποι- ἡσεως, μετὰ τὸν στολισμὸ, εἴμαστε ἔτοιμες γιὰ τὰ ὠραιότερα τροπάρια καὶ τοὺς ψαλμοὺς ποὺ θὰ ἀκουσθοῦν σήμερα.

Τὰ σήμαντρα σημαίνουν βαριὰ τὴν Ἀποκαθί- λωση ἀπὸ ἄκρη σὲ ἄκρη στὸ Γαλαξίδι.

Ὁ ἱερεὺς, ὡς ἄλλος Ἰωσήφ τρισμάκαρ, ἐπανα- φέρει στὸ ἱερὸ τὸ Ἅκραντον Σῶμα «...καθελὼν τοῦ ξύλου... σινδόνη καθαρᾷ εἰλίσσης καὶ ἀρώμασι...».

Ἦστερα, ὁ Ὁραῖος Κάηλει, «ὁ ἐν καμίνῳ ρυ- σάμενος τοὺς ὀσίους παῖδας ἐκ φλογός, ἐν τάφῳ νεκρός, ἄπνους, κατατίθεται...».

Ἐνῶ τὸ Σῶμα τοῦ Κυρίου περιφέρεται καὶ ἐντα- φιάζεται στὸν ἀνθοστόλιστο ἐπιτάφιο, ψάλλουμε ἀργόσυρτα τὰ «Ὅτε...». Ἡ ἐκκλησία εἶναι κατά- μεστη, καθὼς ἔχουν ὀλοκληρωθεῖ οἱ περισσότε- ρες ἀφίξεις ἀπὸ Ἀθήνα, Πειραιᾶ καὶ περίχωρα. Ἀκούγεται ὁ ὠραιότατος ψαλμὸς «Σὲ τὸν ἀναβαλ- λόμενον τὸ φῶς ὡς ἰμάτιον...», καὶ ἡ ἀκολουθία κλίνει μελωδικά: «Ὁ εὐσχήμων Ἰωσήφ» ... «Ταῖς μυροφόροις γυναιξί...».

Μετὰ τὴν ἀπόληση ἀποχωροῦν καὶ οἱ ἱερο- ψάλλτες. Ἐμεῖς, ὄμως, παραμένουμε στὴ θέση μας, καὶ ἀκόμη πιὸ μελωδικά, σὰν νὰ ἐτοιμάζουμε τὶς φωνὲς μας γιὰ τὸ βράδυ, συνεχίζουμε ἀπὸ στήθους μὲ ἀρμονικὴ διφωνία: «Διμερίσαντο τὰ ἰμάτιά μου ἑαυτοῖς...», «Τὴν Τιμιωτέραν τῶν χειρουβείμ...» καὶ ἄλλα τροπάρια. Σταδιακά, ὁ ναὸς μας ἀδειάζει. Ἡ χαμηλόφωνη, ἄβρῃ κι ἀπόκοσμη χορωδιακὴ ὕμνωδία, πνοὴ ἀναδυομένη ἀπὸ τὰ ἐσώψυχα τοῦ ἀριστουργηματικοῦ ξυλόγλυπτου τέμπλου μας, συνοδεύει καὶ τοὺς τελευταίους ποὺ ἀσπάζονται τὸν ἐπιτάφιο.

Στὸ σπίτι, ποὺ ἀπέχει δυὸ βήματα ἀπὸ τὴν ἐκκλησία μας, οἱ μεσημβρινὲς ὥρες περνοῦν μὲ εὐχάριστη ἀναμονή, μετὰ τὴν ἀλάδιαστη, ξιδάτη, εὐωδίαστη καὶ νοστιμώτατη φακὴ. Ἡ ψυχὴ εἶναι ἀνάλαφρη ἀπὸ ὅσα ἔγιναν κι ἀπὸ ὅσα εἶναι ἀκόμη νὰ γίνουν. Παραδίδομαι σὲ ὀλιγόληπτο μεσημβρινὸ ὕπνο. Νιώθω διάχυτη τὴν «πασχαλινὴ» μυρωδιὰ ἀπὸ τὰ καινούργια λευκά, δερμάτινα παπούτσια μου μὲ τὴν μπαρέτα, καὶ εὐτυχὴς γιὰ τὸ φρεσκο- φορεμένο συνοηάκι, ποὺ πάντα ἐκείνη τὴν ἡμέρα ἔγκαϊνιαζόταν.

Νωρὶς τὸ ἀπόγευμα, ἀπαραιτήτως ἐπισκεπτό- μαστε τοὺς τρεῖς ἐπιταφίους μας. Στους δρόμους κόσμος πολλός, καθοντυμένος, ἀνταλλάσσει χαι- ρετισμοὺς καὶ εὐχὲς «Καλὴ Ἀνάσταση». Καθὼς

προσκυνοῦμε, δὲν παραλείπουμε νὰ ὑπερηφανευθοῦμε διακριτικὰ πὼς καλῆτερος εἶναι μόνον ὁ ἐπιτάφιος τῆς δικῆς μας ἐκκλησίας! Στὴν πραγματικότητα, ὅμως, εἶναι ὅλοι ἐξαιρετικοί. Γιὰ τὴν ἀγάπη μὲ τὴν ὁποία στολίζονται, γιὰ ἐκεῖνο ποὺ συμβολίζουν!

Ἀπὸ τὸ ἀπογευματινὸ προσκύνημα στοὺς γαλαξειδιώτικους ἐπιταφίους κρατῶ στὴ μνήμη ζωηρὰ τὶς δύο πελώριες εἰκόνες τῆς Θρηνοδούσας Παναγίας, οἱ ὁποῖες μόνον τὴν ἡμέρα ἐκείνη ἐμφανίζονται καὶ ἔστεκαν ἀνάμεσα στὸν ἐπιτάφιο καὶ στὸν κενὸ σταυρὸ τοῦ Χριστοῦ. Εἰκόνες ἀπολύτως ὅμοιες, ἔργα κατὰ παραγγελίαν δωρητῶν – καπεταναίων τοῦ τόπου μας, οἱ ὁποῖες φιλοτεχνήθηκαν ἐνυπογράφως ἀπὸ τὸν ἴδιον ἀγιογράφο μὲ διαφορὰ ἐνὸς ἔτους στὴν Κωνσταντινούπολη – ἡ μία γιὰ τὸν Ἅγ. Νικόλη (1899) ἡ ἄλλη γιὰ τὴν Ἁγία Παρασκευὴ (1900).

Στὴ σπάνια ἀπεικόνιση, ἡ μαυροφορεμένη Θεομήτωρ ὑπερκερνᾷ τὸν πανανθρώπινο πόνον μὲ τὴ δική της ἀπροσμέτρητη ὁδύνη! Οἱ κονδυλογραμμένες παλάμες της εἶναι πηλεγμένες μὲ ἀπόγνωση. Τὰ ὑψωμένα τόξα τῶν φρυδιῶν τονίζουν θρηνητικὰ τὸ στραμμένο πρὸς τὸν Ἐσταυρωμένο βλέμμα καὶ χαράζουν ρυτίδες στὸ μέτωπο. Τὰ δάκρυα, διάφανα, ξεχειλίζουν στὶς βρῦσες τῶν ματιῶν, κι ἓνα ἤδη κυλᾷ ὀλοζώντανο στὴν κάτωρη θεϊκὴ παρειά. Ὁ μέγας πόνος καρφώνει τὴν καρδιά της σὰν αἰχμηρὸ ξίφος. Ἡ ὄρατὴ ρομφαία ὑπογραμμίζει τὴν ἀπουσία τοῦ Ναζωραίου στὴν ἀδειανὴ ἀγκάλη της. Ἐπιβεβαιώνει τὸν προφητικὸ λόγον τοῦ Δικαίου Συμεῶν πρὸς Ἐκείνην κατὰ τὴν Ὑπαπαντή: «...καὶ σοῦ δὲ αὐτῆς τὴν ψυχὴν διελεύσεται ῥομφαία» (Λουκ., β' 32-35). Παραπέμπει στὸν θρηνητικὸ λόγον τοῦ ἀνώνυμου ψαλμωδοῦ τοῦ 10<sup>ου</sup> αἰῶνος: «Φεῦ! Τοῦ Συμεῶν ἐκτετέλειται ἡ προφητεία. Ἡ γὰρ σὴ ῥομφαία διέδραμεν τὴν ἐμὴν καρδίαν, Ἐμμανουήλ» (Ἐπιτάφιος Θρῆνος) - «Ἄξιον Ἑστί»).

Ἡ παιδικὴ μνήμη καὶ ψυχὴ διαφυλάττουν εὐλαβικὰ τὴ συγκινητικὴ θερμότητα τῶν λόγων τῆς μητέρας μου, πού, καθισμένη δίπλα μου, κοντὰ στὸν ἐπιτάφιο μας, τὶς κατανυκτικὰ γαλήνιες μεσημβρινὲς ὥρες τῆς Μ. Παρασκευῆς μετὰ τὴν Ἀποκαθήλωση, μὲ παρώτρυνε νὰ προσέξω τὴ μοναδικότητα τῆς μελαγχολικῆς ἐκείνης Παναγίας.

Στὸ ἀποκορύφωμα τῆς Μεγάλης Ἡμέρας, τὸ ἐκκλησιαστικὸ ψάλλει σύσσωμο τὸν Ἐπιτάφιο Θρῆνο. Μὲ μιὰ φωνή, μὲ μιὰ ψυχὴ... μὲ εὐφροσύνη θρηνητικὴ, δοξαστικὴ, λυτρωτικὴ:



*Κύματι θαλάσσης..., Ἄφραστον θαῦμα..., Ἐκστηθι φρίττων οὐρανέ...*

*Ἡ Ζωὴ ἐν τάφῳ κατετέθης Χριστέ...*

*Ἄξιον Ἑστί, μεγαλύνειν Σὲ τὸν Ζωοδότῃν...*

*Αἱ γενεαὶ πᾶσαι ὕμνον τῇ ταφῇ Σου προσφέρουσι, Χριστέ μου...*

*Ὡ γλυκύ μου ἔαρ, γλυκυτότῳ μου τέκνον, ποῦ ἔδου σου τὸ κάλλος;*

*Ἐρρανὸν τὸν τάφον αἱ μυροφόροι μύρα, λίαν πρῶτῳ ἐλθοῦσαι...*

*Ὡ Τριάς, Θεέ μου. Πατήρ, Υἱὸς καὶ Πνεῦμα, ἐλέησον τὸν κόσμον!*

Ὁ κατάμεστος Ἅγ. Νικόλης μας κατακλύζεται ἀπὸ μύρο λεμονοανθῶν! Ἀντιλαλεῖ ὁ μέγιστος ναὸς ἀπὸ τὰ ἐπικήδεια Εὐλογητάρια, τοὺς Αἴνους, τὴ Δοξολογία τοῦ Μεγάλου Ἑσπερινοῦ. Μὲ ἀναμμένες λαμπάδες καὶ φαναράκια, μὲ εὐωδιές, ψαλμωδίες, ἐγκώμια, μύρο, λιβανωτό, εὐχές καὶ κατάνυξη, ἡ ἀτμόσφαιρα ἔχει ἀπογειωθεῖ. Ὅλα μετεωρίζονται ἀνάμεσα στὴ λύπη γιὰ τὸν Μεγάλον Νεκρὸ καὶ τὴ χαρούμενη προσμονὴ τῆς Μεγάλης Ἡμέρας τοῦ Σαββάτου. Τὸ μυρωμένο ἀνοιξιὰτικο βράδυ ὑποδέχεται τὴν ἔξοδο τοῦ ἐπιταφίου. Πίσω ἀπὸ τὰ λάβαρα, τὰ ἐξαπτέρυγα, τὸν ἀνθοστόλιστο καὶ

όληφωτο ἐπιτάφιο, τὸν Σταυρό, τὴν Θρηνωδοῦσα, τοὺς ἱεροψάλτες καὶ τὸν ἱερέα, ἀκολουθοῦν οἱ φωνῆς τῶν ἐγκωμίων. Ἡ μακρὰ περιφορὰ ἀρχίζει.

Ὁ ἐπιτάφιος κατηφορίζει τὸ καντούνι τοῦ Ἄν Νικόλα. Πίσω του ἀργοσέρνονται ποτάμι τὰ ὑποβλητικὰ φωτισμένα ἀπὸ τὰ κεριά πρόσωπα τῶν ἀνθρώπων κι ἀπὸ τὴ δύναμη ἑνὸς ἄλλου, ἐσωτερικοῦ φωτός, πού, ἀόρατο μὰ τόσο αἰσθητό, πλημμυρίζει τὸ εἶναι τους. Ἰδιάζουσα εὐφορία καὶ αὔρα εὐλογίας διαχέεται στὴν ἀτμόσφαιρα αὐτὴ τὴν κορυφαία, τὴν ὠραιότερη ἑαρινὴ βραδιὰ τοῦ χρόνου!

Ὁ ἐπιτάφιος φθάνει στὴν προκυμαία καὶ στρίβει ἀριστερά. Προχωρᾷ ὡς τὸν Κάβο καὶ τὸν προσπερνᾷ. Τὰ σπῖτια ὀρθάνοικτα κι ὀλόφωτα. Ἄνθρωποι παντοῦ εὐλαβικοί, μὲ τὸ κερὶ στὸ χέρι. Ψάλληουν μαζί μας τὸ «Κύματι θαλάσσης», καθὼς βαδίζουμε στὴν παράλια ὁδό.

Καί, ναί! Τὸ κύμα ἔχει βουβαθεῖ στὸ πέρασμα τοῦ Ὀμβρίου! Ὀλόφωτη ἡ μεριὰ τῶν παιδιῶν καρνάγιων καὶ τῆς Ἡλεκτρικῆς καθρεπτίζεται στὸ ἀρυτίδωτο νερό, πού, σὰν νὰ συναισθάνεται κι αὐτό, ἀκινητεῖ μὲ δέος! Ἐκεῖ, στὴ γωνίτσα τοῦ Χηρόλακκα, πού ἔχει πάντα ρήχη, βουτοῦν τὰ πόδια τοῦ ἐπιταφίου μας στὴ γαλαξειδιώτικη θάλασσα, νὰ εὐλογηθεῖ ἀπὸ τὸν Ταφέντα Λυτρωτὴ καὶ ἀπὸ τὸν προστάτη τῆς ναυτοσύνης πολιοῦχο Ἅγιό της.

Στὴν πηλατεῖα Ἡρώων θὰ συναντηθοῦν καὶ οἱ τρεῖς ἐπιτάφιοι τοῦ Γαλαξειδίου. Μὲ ψυχόρμητη,

βουβὴ συνεννόηση, ὁ κόσμος ὑμνεῖ τὴν Ταφὴ Του μὲ τὸ κορυφαῖο «*Αἱ Γενεαὶ πᾶσαι*». Νιώθουμε πὼς τὸ Σύμπαν ὑμνολογεῖ μαζί μας! Ὁ τόπος ὀλάκερος πάλλεται μὲ τὴν ὑμνωδία, ἀστράφτει ἀπὸ ἑκατοντάδες φλόγες λαμπάδων, ἀπογειώνεται μὲ τὶς δεήσεις, μὲ τὴ συνάντηση γνωστῶν καὶ φίλων, μὲ τὴν ἰληρότητα τῶν εὐχῶν...

Ἐξοτερα, ἐπιτάφιοι καὶ ἐνορίτες διαχωρίζονται καὶ ἐπιστρέφουν στὶς ἐκκλησίαις τους. Ἐμπρὸς στὴν κεντρικὴ εἴσοδο τοῦ Ἄν Νικόλα μας, ἀφοῦ ἔχουν ἀλλήλαξε πολλὰ χέρια παλικαριῶν οἱ τελαμῶνες καὶ τὰ ξύλινα στηρίγματα, πάνω στὰ ὁποῖα μεταφέρεται ὁ βαρὺς ἐπιτάφιος μὲ τὸ πολυτίμο φορτίο του, οἱ τελευταῖοι τέσσερις τὸν στηρίζουν στὸν ὄμο τους καὶ ἐπὶ ὥρα τὸν κρατοῦν μὲ λιβεντιά, καμάρι καὶ δέος, νὰ περάσουν ἀπὸ κάτω καὶ νὰ εὐλογηθοῦν οἱ πιστοί.

Τὴν ἐπαύριον,

τὸ ὑπερκόσμιον Φῶς τῆς Ἀναστάσεως θὰ πικράνει τὸν Ἄδη.

Θὰ ἀνέλθει ἐν δόξῃ!

Καὶ ὡς δύναμη Ἀγάπης καὶ Ἐλπίδας,

θὰ καταλύσει τὸ ἄληγος τῶν παθῶν καὶ τῶν θλίψεων!

ΓΕΩΡΓΙΑ ΕΜΜ. ΧΑΤΖΗ





# Πασχαλινές αναμνήσεις

**Φ**έτος ο κάμπος λουλούδισε περισσότερο από όλα τα άλλα χρόνια. Τα βουνά πρασίνισαν όσο ποτέ ήλθιστε. Οί νύχτες μέρωσαν και οι μέρες γλύκαναν. Το δειλινό, σαν γέρνει ο ήλιος πίσω από τα βουνά, τα χρυσοκόκκινα χρώματα που σκορπίζει λάμπουν, αλλιάζοντας την εικόνα της φύσης σαν παλέτα ενός Ουράνιου ζωγράφου που αποφάσισε να παίξει με τη γη. Η Άνοιξη έχει μπει γιὰ τὰ καλὰ.

Η Άνοιξη στο ἄρμα της ὄμως ἐπάνω φέρνει τὴν Πασχαλιά. Σκέψεις πολλὲς καὶ ἀναμνήσεις περνοῦν ἀπὸ τὸ μυαλό μας. Ἀπὸ τὰ περασμένα χρόνια, τότε που δὲν μᾶς βάραιναν στοὺς ὤμους τόσα προβλήματα, τόσες ἔννοιες. Θυμᾶμαι...

Τὴ Μεγάλη Πέμπτη τὸ βράδυ, σὰν τέλειωνε ἡ ἀκολουθία μετὰ τὰ Δώδεκα Εὐαγγέλια, οἱ κοπέλες καθόμασταν καὶ στολιζαμε τὸν Ἐπιτάφιο. Ἡ καθεμιά εἶχε φέρεи лουλουδία ἀπὸ τὸν κηπό της ἢ τὴν αὐλή της.

Ὅταν στολιζαμε τὸν Ἐπιτάφιο, ψάλλαμε τὸν Θρῆνο γιὰ τὸν Ἐσταυρωμένο Ἰησοῦ. Ἀκόμα ἤκοῦν σ' αὐτιά μου τὰ λόγια που λέγαμε σὰν μοιρολόι.

*«Σήμερα μαῦρος οὐρανός! Σήμερα μαύρη μέρα! Σήμερα πιάσαν τὸν Χριστὸ οἱ ἄνομοι Ἑβραῖοι. Οἱ ἄνομοι καὶ τὰ σκυλιά, οἱ τρεῖς κατηραμένοι!».*

Ὁ Θρῆνος αὐτὸς ἔβγαине ἀπὸ τὰ χεῖλη μας σὰν λυγμός.

Ὅταν τελειώναμε τὸ στόλισμα, πηγαίναμε στὰ ξωκκλήσια καὶ ἀνάβαμε τὰ καντηλάκια. Ἦταν μεγάλο μυστήριο μιὰ τέτοια βραδιά νὰ κάνωμε αὐτὴ τὴν κίνηση. Ἐλεγον πὼς οἱ ἀνύπαντρες κοπέλες τὸ ἔβρισκαν καλὸ στὴν τύχη τους.

Ἦταν παράωρα. Μετὰ τὶς δώδεκα ἡ ὥρα. Φόβος ὄμως τότε δὲν ὑπῆρχε. Μέσα στὴ σιγαλιὰ τῆς νύκτας, βασιίλευε ἡ εἰρήνη. Σὰν φτάναμε στὸ κάθε ἐκκλησιάκι, ψάλλαμε τὸ «*Ἡ Ζωὴ ἐν Τάφῳ*». Ἀνάβαμε τὰ καντηλάκια, καὶ στὶς ψυχές μας φώλιαζε ἡ ἐλπίδα. Πηγαίναμε καὶ σ' ἓνα ἐκκλησιάκι που ἦταν στὸ νεκροταφεῖο. Ὅμως ὁ φόβος τοῦ χώρου ὅπου βρισκόμασταν γινόταν γαλήνη. Γιατὶ ὁ Χριστὸς νίκησε τὸν θάνατο.

Τὴ Μεγάλη Παρασκευὴ, ὅταν γινόταν ἡ περιφορὰ τοῦ Ἐπιταφίου, θαρρεῖς πὼς ἦταν μιὰ μυσταγωγία. Ὁ κοινοτικὸς φωτισμὸς τοῦ τόπου μας ἦταν τότε λιγοστός. Ἐτσι, τὰ ἀναμμένα κεράκια που στολιζαν τότε τὸν Ἐπιτάφιο, μαζὶ μ' ἐκεῖνα που κρατοῦσαν οἱ πιστοὶ στὰ χεῖρα τους καὶ τὰ δικά μας φαναράκια, σκορποῦσαν Φῶς ἴληρὸν στὸ διάβα μας. Ἀλλὰ καὶ οἱ ψαλιμωδιές τῶν κοριτσιῶν, ἐνωμένες μ' ἐκεῖνες



τῶν ψαλιτῶν, μαζὶ μετὸν ἠυπτητὸ ἦχο τῆς καμπάνας, ὄλα αὐτὰ ἔδιναν τὴν αἴσθησι πὼς τὰ Οὐράνια ἔσμιγαν μετὰ τὴ γῆ καὶ ἔψαλλαν ὕμνους ἐξοδίου στὸν Λυτρωτὴ τοῦ κόσμου.

Ὅταν ἐπιστρέφαμε στὴν ἐκκλησία ἀπὸ τὴν περιφορὰ, θυμᾶμαι... που ὁ ἐφημέριος τοῦ ναοῦ μας φώναζε μετὰ τὴ βροντερὴ του τὴ φωνὴ τὸ «*Ἄρατε πύλλας*». Ἡ πόρτα τοῦ ναοῦ ἦταν κλειστή, καὶ βροντοφώναζε: «*Ἄρατε πύλλας καὶ εἰσελεύσεται ὁ Βασιλεὺς τῆς Δόξης*». Ὁ νεωκόρος τοῦ ναοῦ μας ὀρμημένους πίσω ἀπὸ τὴν πόρτα ἐρωτοῦσε δυνατὰ: «*καὶ τίς ἐστὶν ὁ Βασιλεὺς τῆς Δόξης;*». Τότε ὁ ἱερέας μας τοῦ ἀπαντοῦσε μετὰ φωνὴ δυνατὴ, σκορπώντας ρίγη συγκίνησης σὲ ὅλους μας: «*Κύριος κραταῖος καὶ δυνατός. Κύριος δυνατός ἐν πολέμῳ. Ἄρατε πύλλας οἱ ἄρχοντες ἡμῶν...*». Τελειώνοντας ἔδινε μιὰ γερὴ κλωτσιὰ στὴν πόρτα τοῦ ναοῦ, κι ἐκείνη ἀνοίγε διάπλατα, γιὰ νὰ δεχθεῖ τὸν Βασιλέα τῆς Δόξης.

Παίρναμε λουλουδάκια ἀπὸ τὸν Ἐπιτάφιο τότε, καὶ τὰ εὐλογημένα χεῖρα τῆς μάννας μας τότε, περὶτεχνα, τὰ ἔκαναν φυλακτό, που τὸ φορούσαμε ἐπάνω μας.

Καὶ στὴ βραδυνὴ μας προσευχὴ, ὅπως μᾶς εἶχαν μάθει οἱ γονεῖς μας, γιὰ νὰ ἴεμε ἐκείνη τὴν ἅγια βραδιά, μετὰ πίστη ψιθυρίζαμε: «*Προσκυνοῦμέν σου τὰ Πάθη, Χριστέ. Δεῖξον ἡμῖν καὶ τὴν ἔνδοξόν σου Ἀνάστασιν*».

Τὴν ἄλλη ἡμέρα τὸ πρωῖ, παίρναμε συγχώρηση ἀπὸ τοὺς γονεῖς μας φιλώντας τους τὸ χεῖρι καὶ πηγαίναμε νὰ κοινωνήσουμε. Παίρναμε ἀντίδωρο ἀπὸ τοῦ παπᾶ τὸ χεῖρι καὶ γυρίζαμε στὸ σπιτικό μας. Ὁ τόπος μοσχοβολοῦσε ἀπὸ τὶς ἐτοιμασίες τῶν γονιῶν μας γιὰ τὴν Ἅγια Μέρα που θὰ ξημέρωνε. Τὴν Ἀνάστασι... καὶ ἡ γειτονιὰ πεντοβουλοῦσε... Πασχαλιάς λουλουδία σκορπίζαν τὴν ὁμορφιά τους σὲ ὅλη τὴν οἰκουμένη... Ὁ Οὐρανὸς καμάρωνε, καὶ ἡ γῆ χειροκροτοῦσε...

ΜΑΡΙΑ ΒΟΥΛΗ

## Βάρος άτιμpton



Στους ανθρώπους κάθε εποχής  
ό χρυσός αγαπημένο μετάλλιο υπήρξε.  
Αγαπημένο και πολύτιμο.  
Όσοι στά χέρια τους τὸ ἔπιαναν  
ἔλεγαν πὼς βάρος μεγάλο ἔχει.  
Νά 'ταν ἄραγε αὐτὸ πού τόσο σημαντικὸ  
Τὸν ἔκανε γιὰ τὶς γενεές τῶν ἀνθρώπων;

Στους ανθρώπους κάθε εποχής  
τὸ ξύλο ἀντικείμενο χρήσιμο εἶναι.  
Μονάχα χρήσιμο, ὄχι ἀκριβοτίμητο.  
Ίσως ἐπειδὴ ἔλαφρὸ εἶναι  
κι ἀκόμη και στὸ νερὸ ἐπιπλέει.

Σφάλμα νομίζω μέγα  
ἀφοῦ πάνω σ' ἓνα τραχὺ κομμάτι ξύλου  
συντελέστηκε ἡ ἀνθρωποσωτήρια θυσία Ἐκεῖνου.  
Κι αὐτὴ ἡ τραχιὰ ἐπιφάνεια  
στάθηκε ἰκανὴ νὰ «ρουφήξει» τὰ λύτρα τῆς ἀποστασίας.  
Στάλῃς Αἵματος Θεϊκοῦ!

Τὸ ξύλο τοῦ Σταυροῦ δὲν ἐπιπλέει ποτέ.  
Βυθίζεται μεμιᾶς και φτάνει στὸν πυθμένα  
και γύρω του καταγίδα ὀξυγόνου,  
καταγίδα ζωῆς ἀναδύεται!  
Νὰ τ' ἄφῃνα ἔτσι μεμιᾶς νὰ φτάσει  
στὸν πυθμένα τῆς ψυχῆς μου,  
χρυσόφορο ὀρυχεῖο θὰ 'μοιαζε ξάφνου.  
Βάρος ἀτίμητον στὴ ζυγαριὰ τοῦ Παραδείσου...

# Ὁ πιὸ ὕπουλος πόλεμος στὴν παράδοση



**Π**όσο ὑπέροχος εἶναι ὁ κόσμος τῶν παραδόσεων! Καὶ πόσο ὑπέροχες εἶναι οἱ παραδόσεις πού κοσμοῦν εἰδικὰ αὐτὲς τὲς μέρες, πού ξεκινοῦν ἀπὸ τὴν Καθαρὰ Δευτέρα καὶ κορυφώνονται στὸ Ἅγιο Πάσχα!

Ὅλοι, βέβαια, θὰ συμφωνήσουμε ὅτι ζοῦμε μιὰ ἄνευ προηγουμένου κρίση τῆς παράδοσης. Καὶ εἶναι χρήσιμο νὰ διευκρινίσουμε τί ἐννοοῦμε μὲ αὐτό: Κρίση τῆς παράδοσης δὲν εἶναι νὰ βλέπουμε κάτι πού μᾶς ἔχει κληροδοτήσει τὸ παρελθόν, νὰ

κρίνουμε ὅτι δὲν ταιριάζει στὴν ἐποχὴ μας καὶ νὰ τὸ ἀπορρίπτουμε. Αὐτό, ἂν τὸ κάναμε, θὰ ἦταν ἀπολύτως ὑγιές. Κρίση τῆς παράδοσης εἶναι νὰ ἀπορρίπτουμε συλλήβδην ὅ,τι μᾶς ἔχει κληροδοτήσει τὸ παρελθόν, χωρὶς κἂν νὰ μπαίνομε στὸν κόπο νὰ τὸ γνωρίσουμε.

Λοιπόν, αὐτὴ ἡ κρίση τῆς παράδοσης εἶναι μιὰ ὀδυνηρὴ ἀλλὰ ἀναντίρρητη πραγματικότητα τῆς ἐποχῆς μας. Πολλὴ συχνὰ θὰ νιώθαμε ὅτι ἡ γενιά μας ἔχει σχεδὸν κηρύξει τὸν πόλεμο, ἕναν πόλεμο



Ἡ κρίση τῆς παράδοσης εἶναι μιὰ ὀδυνηρὴ ἀλλὰ ἀναντίρρητη πραγματικότητα τῆς ἐποχῆς μας. Πολλὴ συχνὰ θὰ νιώθαμε ὅτι ἡ γενιά μας ἔχει σχεδὸν κηρύξει τὸν πόλεμο, ἕναν πόλεμο ἀνηλεῆ καὶ ὀλοκληρωτικό, ἀπέναντι σὲ κάθε τι πού ἀντιπροσωπεύει τὸ παρελθόν.

Ἐπάρχει ὅμως καὶ ἕνας ἄλλος πόλεμος κατὰ τῆς παράδοσης, ἕνας πόλεμος πιὸ ὕπουλος, ἀλλὰ ἴσως ἀκόμη πιὸ καταστροφικός: Νὰ κρατᾶμε μὲν τὴν παράδοση ὡς τύπο, ὡς ἔθιμο, ἀπογυμνωμένη ὅμως ἀπὸ οὐσία, ἀπὸ κάθε τι πού θὰ μπορούσε νὰ τῆς δώσει νόημα καὶ περιεχόμενο.



άνηλεῖ καὶ ὀλοκλήρωτικό, ἀπέναντι σὲ κάθε τι ποὺ ἀντιπροσωπεύει τὸ παρελθόν.

Ἐπὶ ὅμως καὶ ἓνας ἄλλος πόλεμος κατὰ τῆς παράδοσης, ἓνας πόλεμος πιὸ ὑπουλιός, ἀλλὰ ἴσως ἀκόμη πιὸ καταστροφικός: Νὰ κρατᾶμε μὲν τὴν παράδοση ὡς τύπο, ὡς ἔθιμο, ἀπογυμνωμένη ὅμως ἀπὸ οὐσία, ἀπὸ κάθε τι ποὺ θὰ μπορούσε νὰ τῆς δώσει νόημα καὶ περιεχόμενο.

Λέω ὅτι αὐτὸς ὁ πόλεμος κατὰ τῆς παράδοσης εἶναι ἴσως πιὸ καταστροφικός, γιατί ὁ ἄλλος πόλεμος, αὐτὸς τῆς τυφλῆς ἄρνησης τοῦ παρελθόντος, θὰ μπορούσε θεωρητικὰ κάποια στιγμή νὰ αὐτοακυρωθεῖ καὶ νὰ κερδηθεῖ – θὰ ἀρκοῦσε κάποιος νὰ μπεῖ στὸν πειρασμὸ νὰ ρίξει μιὰ εἰληκρινῆ ματιὰ στὴν παράδοση, γιὰ νὰ ἀναγνωρίσει ὅτι ὑπάρχουν σὲ αὐτὴν πράγματα ποὺ κακῶς ἔχουμε βάλει στὸ περιθώριο, πράγματα ποὺ ἔχουν νόημα καὶ σήμερα, ποὺ ἀξίζουν νὰ τὰ προσέξουμε καὶ νὰ τὰ σεβαστοῦμε. Ἄν ὅμως ἀπογυμνώσουμε τὴν παράδοση ἀπὸ τὴν οὐσία ποὺ τῆς δίνει νόημα, τότε τὴν ὀδηγοῦμε μὲ μαθηματικὴ ἀκρίβεια στὸν μαρasmus καὶ τὸν θάνατο, ἀκόμη καὶ ἂν στὰ λόγια ὄχι μόνο δὲν τὴν ἀρνούμαστε, ἀλλὰ καὶ ἐμφανίζουμε ὑπέρμαχοι καὶ θιασῶτές της.

Ἡ ἀπάντηση εἶναι ἀπλή, αὐτονόητη ἴσως γιὰ τοὺς περισσότερους ἀπὸ μᾶς: Ἡ ἑορτὴ τοῦ Εὐαγγελισμοῦ πέφτει πάντα μέσα στὴν Ἁγία καὶ Μεγάλῃ Τεσσαρακοστή, στὶς μέρες τῆς αὐστηρῆς νηστείας. Ἐπειδὴ ὅμως τὸ γεγονός τοῦ Εὐαγγελισμοῦ εἶναι ἓνα γεγονός χαρμόσυνο, «σπᾶμε» τὴ νηστεία καὶ καταναλώνουμε ψάρι – αὐτό, προφανῶς, σὲ ἐνδειξη χαρᾶς. Καὶ ἐπειδὴ τὸ πιὸ οἰκονομικὰ προσιτὸ ψάρι εἶναι ὁ μπακαλιᾶρος, γι' αὐτὸ τὸ τραπέζι τοῦ Εὐαγγελισμοῦ ἔχει συνδεθεῖ εἰδικώτερα μὲ τὸν μπακαλιᾶρο.

Εὐλόγο τὸ ἐρώτημα: Τί νόημα ἔχει ὁ μπακαλιᾶρος τοῦ Εὐαγγελισμοῦ γιὰ ὅποιον δὲν τηρεῖ τὴ νηστεία; Τί νόημα ἔχει ἔξω ἀπὸ τὸ πλαίσιο τῆς νηστείας; Ἐνα νέο παιδί ποὺ δὲν νηστεύει, ἓνα παιδί ποὺ μάλιστα – ὅπως εἶναι συχνὸ στὴ μικρὴ ἡλικία – σχεδὸν ἀποστρέφεται τὸ ψάρι, ἓνα παιδί ποὺ τὴν προηγούμενη μέρα εἶχε φάει σουβλάκια καὶ τὴν ἐπόμενη θὰ φάει πίτσα (ποὺ βεβαίως τοῦ ἀρέσουν), πόσο ἄραγε λογικὸ εἶναι νὰ πιεστεῖ ἀπὸ τοὺς γονεῖς του νὰ φάει τὴν ἡμέρα αὐτὴ ψάρι, ντὲ καὶ καλὰ, γιατί... ἔτσι εἶναι ἡ παράδοση; Σὲ τελικὴ ἀνάληψη, πόσο σύμφωνο μὲ τὴν παράδοση εἶναι κατὰ τέτοιο; Μὲ συγχωρεῖτε ποὺ θὰ τὸ πῶ, ἀλλὰ πιὸ



Σὲ λίγες μέρες θὰ γιορτάσουμε τὸ Ἅγιο Πάσχα. Ἀλλὰ τί καταλαβαίνουμε, ἄραγε, ὅταν λέμε ὅτι θὰ γιορτάσουμε τὸ Πάσχα; Δυστυχῶς, ὅλο καὶ περισσότεροι καταλαβαίνουν ὡς ἑορτασμὸ τοῦ Πάσχα τὸ σούβλισμα τοῦ ἀρνιοῦ καὶ τὴν τσίκνα τῆς ψησταριᾶς, τὸ τσούγκρισμα τῶν ἀβγῶν, τὴν ἐκδρομὴν στὸ χωριό καὶ τόσα καὶ τόσα ἄλλα. Ἀλλὰ πῶς μπορούμε, ἀλήθεια, νὰ λέμε ὅτι γιορτάζουμε τὸ Ἅγιο Πάσχα, ὅταν δὲν ζοῦμε τὸ Πάθος καὶ τὴν Ἀνάσταση τοῦ Κυρίου, ὅταν δὲν ἀγωνίζουμε νὰ ἀναστηθοῦμε καὶ ἐμεῖς μαζί Του; Ἀκόμη καὶ ὅταν κρατᾶμε τὸ «πῶς» τοῦ ἑορτασμοῦ, ξεχνᾶμε συχνὰ τὸ ποῖο σημαντικό: τί εἶναι αὐτὸ ποὺ ἑορτάζουμε.



Τί σημαίνει ὅμως νὰ κρατᾶμε τὴν παράδοση ὡς τύπο, ὡς ἔθιμο, ἀπογυμνωμένη ἀπὸ οὐσία, ἀπὸ κάθε τι ποὺ θὰ μπορούσε νὰ τῆς δώσει νόημα καὶ περιεχόμενο;

Ἐπιτρέψτε μου ἓνα παράδειγμα, κατὰ τὴν ἀποψή μου ἐναργές, ὅσο καὶ ἂν ἐνδεχομένως φανεῖ ἀπλοϊκό: Στὶς 25 Μαρτίου, τὴν ἑορτὴ τοῦ Εὐαγγελισμοῦ, λέμε, τρῶμε ψάρι – κάποιοι θὰ ποῦν, πιὸ συγκεκριμένα, μπακαλιᾶρο. Εἶναι παράδοση. Γιατί ὅμως εἶναι παράδοση;

Σύμφωνο μὲ τὸ πνεῦμα τῆς παράδοσης θὰ ἔβλεπα σὲ τέτοια περίπτωση νὰ στήσει πλοῦσιο τραπέζι καί... γλήντι τρικούβερτο...

Σὲ σχέση μὲ τὸ συγκεκριμένο παράδειγμα, κράτησα τὸ ἀποκορύφωμα γιὰ τὸ τέλος: Πολλὴ γνωστὴ καὶ ἀγαπητὴ μας φίλη, ἐργαζόμενη σὲ Super Market, μὲ ἄφησε κάποτε ἐμβρόντητο, ὅταν μὲ βεβαίωσε ὅτι δύο εἶναι οἱ φορὲς μέσα στὴ χρονιά ποὺ οἱ ἄνθρωποι κάνουν οὐρὰ στὰ Super Markets, γιὰ νὰ ἀγοράσουν μπακαλιᾶρο: ἐν ὄψει τῆς 25<sup>ης</sup> Μαρτίου



Τί εἶναι τέλος πάντων ἡ ὀρθόδοξη παράδοσή μας; Δὲν εἶναι *καὶ* αὐτά; Ναί· εἶναι ἴσως *καὶ* ὅλα τὰ παραπάνω. Ἄλλὰ δὲν πρέπει νὰ ἠησμονοῦμε ὅτι *θεμέλιο καὶ ψυχὴ τῆς εἶναι ἓνα*: τὸ ὀρθόδοξο χριστιανικὸ βίωμα. Ὅλα τὰ παραπάνω, χωρὶς τὸ ὀρθόδοξο χριστιανικὸ βίωμα, μοιάζουν μὲ σῶμα, ἀσφαλῶς ἐκπάγιου καλλιονῆς, ἀπὸ τὸ ὁποῖο ὅμως ἔχει φύγει ἡ ψυχὴ – νὰ τὸ ποῦμε καὶ πιὸ κυνικά: μοιάζουν μὲ πτώμα... Ἐρωτῶ: Θὰ ἦταν ἄραγε ὑπερβολὴ νὰ ποῦμε ὅτι, ὅταν κρατᾶμε ἀπὸ τὴν ὀρθόδοξη παράδοσή μας τὸ σῶμα, ἀλλὰ ἀφαιροῦμε ἀπὸ αὐτὴ τὴν ψυχὴ, δὲν κάνουμε τίποτε ἄλλο ἀπὸ τὸ νὰ τὴ φονεύουμε ἰδίαις χερσὶ;



(ἐντάξει, αὐτὸ τὸ περιμέναμε), καὶ ἐν ᾧ τῆς... 28<sup>ης</sup> Ὀκτωβρίου... Μά, θὰ πεῖτε, αὐτὸ εἶναι... ἄσχετο! Ἄλλὰ βέβαια: ἔχοντας ἠησμονήσει γιατί καταναλώνουμε ψάρι τὴν ἡμέρα τοῦ Εὐαγγελισμοῦ, ἔχουν καταλήξει ὅτι... ἐθνικὴ ἑορτὴ = μπακαλιάρος στὸ τραπέζι... Καὶ μὴ χειρότερα...

Σὲ πολλῆς, πάρα πολλῆς περιπτώσεις, τὸ θέμα θὰ κατέληγε... φαιδρὸ – ὅπως ἀσφαλῶς σὲ ἀπροσμέτρητη φαιδρότητα καταλήγει τὸ παράδειγμά μας. Δὲν μπορούμε ὅμως καὶ δὲν ἐπιτρέπεται νὰ μείνουμε στὸ φαιδρὸ. Διότι τὸ πρόβλημα ἀγγίζει τὰ πιὸ καίρια καὶ οὐσιαστικά.

Σὲ λίγες μέρες θὰ γιορτάσουμε τὸ Ἅγιο Πάσχα. Ἄλλὰ τί καταλαβαίνουμε, ἄραγε, ὅταν λέμε ὅτι θὰ γιορτάσουμε τὸ Πάσχα; Δυστυχῶς, ὅλο καὶ περισσότεροι καταλαβαίνουν ὡς ἑορτασμὸ τοῦ Πάσχα τὸ σούβλισμα τοῦ ἀρνιοῦ καὶ τὴν τσίκνα τῆς ψισταριάς, τὸ τσούγκρισμα τῶν ἀβγῶν, τὴν ἐκδρομὴ στὸ χωριὸ καὶ τόσα καὶ τόσα ἄλλα. Ἄλλὰ πῶς μπορούμε, ἀλήθεια, νὰ λέμε ὅτι γιορτάζουμε τὸ Ἅγιο Πάσχα, ὅταν δὲν ζοῦμε τὸ Πάθος καὶ τὴν Ἀνάσταση τοῦ Κυρίου, ὅταν δὲν ἀγωνιζόμαστε νὰ ἀναστηθοῦμε καὶ ἐμεῖς μαζί Του; Ἀκόμα καὶ ὅταν κρατᾶμε τὸ «πῶς» τοῦ ἑορτασμοῦ, ξεχνᾶμε συχνὰ τὸ ποῖο σημαντικὸ: τί εἶναι αὐτὸ ποὺ ἑορτάζουμε.

Ἄν θέλετε, μπορούμε νὰ δοῦμε τὸ θέμα καὶ εὐρύτερα: Ἀκοῦμε πολλοὺς νὰ ἐξαιροῦν τὴ σημασία τῆς ὀρθόδοξης παράδοσής μας. Ἄλλὰ ὅταν ἐρχόμαστε στὸ τί ἐννοεῖ ὁ καθένας, ὅταν μιλάει γιὰ τὴν ὀρθόδοξη παράδοση, τότε... χαῖρε βάθος ἀμέτρητο! Ὁ ἓνας ἐννοεῖ ὡς ὀρθόδοξη παράδοση τὴ λαγάνα τὴν Καθαρὰ Δευτέρα, τὸ ψήσιμο τοῦ ἀρνιοῦ καὶ τὸ τσούγκρισμα τῶν ἀβγῶν τὸ Πάσχα

καὶ τὰ ὅμοια. Ὁ ἄλλος τοὺς ὕμνους τῆς Ἐκκλησίας μας, τὴν κατανυκτικότητα ἐνὸς μοναστηριοῦ, τὸ ποτάμι τῶν ἀναμμένων κεριῶν στοὺς δρόμους κατὰ τὴν περιφορὰ τοῦ Ἐπιταφίου καὶ ἄλλα. Ἄλλος, πάλι, μπορεῖ νὰ βλέπει τὴν Ὀρθοδοξία ὡς ἓνα πολῦτιμο ἐργαλεῖο... γεωπολιτικῆς.

Ἄλλὰ τί εἶναι τέλος πάντων ἡ ὀρθόδοξη παράδοσή μας; Δὲν εἶναι *καὶ* αὐτά; Ναί· εἶναι ἴσως *καὶ* ὅλα τὰ παραπάνω. Ἄλλὰ δὲν πρέπει νὰ ἠησμονοῦμε ὅτι *θεμέλιο καὶ ψυχὴ τῆς εἶναι ἓνα*: τὸ ὀρθόδοξο χριστιανικὸ βίωμα. Ὅλα τὰ παραπάνω, χωρὶς τὸ ὀρθόδοξο χριστιανικὸ βίωμα, μοιάζουν μὲ σῶμα, ἀσφαλῶς ἐκπάγιου καλλιονῆς, ἀπὸ τὸ ὁποῖο ὅμως ἔχει φύγει ἡ ψυχὴ – νὰ τὸ ποῦμε καὶ πιὸ κυνικά: μοιάζουν μὲ πτώμα... Ἐρωτῶ: Θὰ ἦταν ἄραγε ὑπερβολὴ νὰ ποῦμε ὅτι, ὅταν κρατᾶμε ἀπὸ τὴν ὀρθόδοξη παράδοσή μας τὸ σῶμα, ἀλλὰ ἀφαιροῦμε ἀπὸ αὐτὴ τὴν ψυχὴ, δὲν κάνουμε τίποτε ἄλλο ἀπὸ τὸ νὰ τὴ φονεύουμε ἰδίαις χερσὶ;

Ἄς τιμήσουμε τὴν ὀρθόδοξη παράδοσή μας τὸ Ἅγιο Πάσχα ποὺ ἔρχεται. Ἄλλὰ νὰ μὴ ἠησμονοῦμε αὐτὸ ποὺ εὐστοχα γράφει ὁ μητροπολίτης Ἀργολίδος Νεκτάριος στὸν πρόλογο τοῦ πρόσφατου βιβλίου του μὲ τίτλο *Σταυροναστάσιμο Πάσχα: «Χωρὶς τὸ σταυρὸ δὲν μπορούμε νὰ φτάσουμε στὴν Ἀνάσταση. Συσταύρωση μὲ τὸν Χριστὸ δὲν σημαίνει τηρῶ κάποια ὥρα ἔθιμα, ἀλλὰ σταυρώνω τὸν παλαιὸν ἄνθρωπον σὺν ταῖς πράξεσιν αὐτοῦ καὶ ταῖς ἐπιθυμίαις»*.

ΓΙΑΝΝΗΣ Κ. ΤΣΕΝΤΟΣ

## Τιμώντας τὴ γυναῖκα

**Η** 8<sup>η</sup> Μαρτίου ἔχει καθιερωθεῖ ἀπὸ χρόνια ὡς Παγκόσμια Ἡμέρα ἀφιερωμένη στὸν μισὸ πληθυσμὸ τῆς γῆς. Μιλοῦμε φυσικὰ γιὰ τὶς γυναῖκες. Μὲ τὴν ἀφορμὴ αὐτὴ, ὡς ἀφιερῶσουμε σ' αὐτές, σὰν μιὰ μικρὴ ἀνθοδέσμη, μερικὲς σκέψεις.

Θεολογικὰ ἡ δημιουργία τῆς γυναίκας ἀποτελεῖ βασικὸ δείγμα τῆς ἀγάπης καὶ τῆς φροντίδας τοῦ Θεοῦ γιὰ τὸν ἄνθρωπο. «*Οὐ καλὸν εἶναι τὸν ἄνθρωπον μόνον*», φέρεται νὰ ἴσχει ὁ Θεός, καὶ ἀποφασίζει: «*Ποιήσωμεν αὐτῷ βοηθὸν κατ' αὐτόν*» (Γεν., β' 18). Καὶ πλάθει τὴ γυναῖκα ἀπὸ τὴν πλευρὰ τοῦ Ἀδάμ, ἰσότιμη καὶ σὲ ἴση μοῖρα μ' αὐτόν, κάτι ποὺ ἀναγνωρίζει καὶ ὁμολογεῖ ὁ πρῶτος ἐκεῖνος ἄνθρωπος: «*Τοῦτο νῦν ὅσπου ἐκ τῶν ὀστέων μου καὶ σὰρξ ἐκ τῆς σαρκός μου*» (Γεν., β' 23). Ἡ ἀνυπακοὴ τῆς Εὕας καὶ στὴ συνέχεια τοῦ Ἀδάμ ὀδηγεῖ στὴν ἀντιπαλότητα μεταξὺ τους καὶ τὴ διαχρονικὴ, ὅπως ἐξεηλίσσεται, σχέση ἀλληλεξάρτησης καὶ ἀνταγωνισμοῦ. Πρακτικὰ εἶναι ἀδύνατον νὰ συμβιβάσει κανεὶς αὐτὰ τὰ διειστώτα μὲ τρόπο ἠθικὰ ὀρθό, χωρὶς νὰ λάβει ὑπόψη τοῦ τὸν ἀρχικὸ σχεδιασμὸ τοῦ Θεοῦ γιὰ τὰ δύο φύλα.

Περνοῦν οἱ αἰῶνες, καὶ τὸ χάσμα καὶ ἡ διαπάλη τῶν φύλων παίρνει διάφορες μορφές, συχνὰ καταπιεστικὲς καὶ ἐξευτελιστικὲς γιὰ τὸ «ἀσθενὲς φύλο», τὸ ὁποῖο προσπαθεῖ νὰ ἀνταποδώσει τὰ ἴσα μὲ ὁποιοὺς τρόπους ἔχει στὴ διάθεσή του. Φθάνουμε στὴ χριστιανικὴ ἐποχὴ, ὅπου βλέπουμε μιὰ διαφορετικὴ ἀντίληψη. Ὁ Κύριος τιμᾷ τὴ Μητέρα Του, φανερώνεται πρῶτα στὶς Μυροφόρες γυναῖκες μετὰ τὴν Ἀνάστασή Του, ἐνῶ ἀποκαλύπτει γιὰ πρώτη φορὰ σὲ μιὰ Σαμαρείτιδα γυναῖκα (ποὺ μέχρι τότε δὲν ἦταν πρότυπο ἠθικοῦ βίου) τὴν πραγματικὴ Του ταυτότητα καὶ φύση, καὶ τὴν κάνει μεγάλῃ ἀγία. Ὁ Ἀπόστολος Παῦλος (ποὺ ἡ διδασχὴ του ὡς πρὸς τὸ θέμα αὐτὸ συχνὰ διαστρεβλῶνεται) συμβουλεύει τοὺς ἄνδρες νὰ ἀποδίδουν τὴν «*ὀφειλομένην εὐνοίαν*» στὶς γυναῖκες (Α' Κορ., ζ' 3), τονίζει ὅτι ἐν Χριστῷ «*οὐκ ἔνι ἄρσεν καὶ θῆλυ*» (Γαλ., γ' 28), κηρύσσει ὅτι «*οὔτε ἀνὴρ χωρὶς γυναικὸς οὔτε γυνὴ χωρὶς ἀνδρὸς ἐν Κυρίῳ*» (Α' Κορ., ια' 11) καὶ δίνει στὴ γυναῖκα (ὅπως καὶ στὸν ἄνδρα) ἴσο μέρος εὐθύνης γιὰ τὴ σωτηρία τοῦ ἅλλου: «*Τί γὰρ οἶδας, γύναι, εἰ τὸν ἄνδρα σώσεις;*» (Α' Κορ., ζ' 16). Καὶ ἡ ὅλη ἱστορία τῆς Ἐκκλησίας παρουσιάζει πλῆθος γυναικῶν ποὺ μὲ τὸν ἕνα ἢ τὸν ἄλλο τρόπο (συζυγία, τεκνοτροφία, ὁμολογία, μαρτύριο, ἀσκηση) ἀγίασαν καὶ τιμῶνται ἰσοτίμα μὲ τοὺς ἄνδρες. Μιὰ ματιὰ στὰ συναξάρια εἶναι ἀρκετὴ



γιὰ τοὺς καλοπίστους, ἐνῶ οἱ ὑπόλοιποι γνωρίζουν καὶ ἐπικαλοῦνται μόνο τὴ φιλόσοφο Ὑπατία.

Βέβαια, ὁ σύγχρονος, «πολιτισμένος» ἄνθρωπος τὰ ἔχει ξεπεράσει ὅλα αὐτὰ. Θέλει τὴ γυναῖκα ἰσότιμη μὲ τὸν ἄνδρα σὲ ἐκδηλώσεις καὶ συμπεριφορὰς ποὺ θὰ ἔπρεπε νὰ κάνουν πρῶτα τοὺς ἄνδρες νὰ ντρέπονται γιὰ τοὺς ἑαυτοὺς τους. Θέλει τὴ γυναῖκα νὰ πίνει καὶ νὰ μεθᾷ, νὰ χυδαιοιογεῖ καὶ νὰ ὑβρίζει, νὰ χρησιμοποιεῖ τὸ σῶμά της ὡς σκεῦος ἡδονῆς καὶ πρόκλησης καὶ σκανδαλισμοῦ, νὰ θανατώνει τὰ κυοφορούμενα παιδιά της κατὰ βούλησιν (συχνὰ μὲ τὴ συνεργία τῶν ἀνδρῶν) καὶ νὰ διαπράττει τόσα ἄλλα, τὰ ὁποῖα «*αἰσχρὸν ἐστὶ καὶ λέγειν*» (Ἰεφ., ε' 12), ὑπὸ τὸν ψευδεπίγραφο, εὐφημιστικὸ ὄρο «ἀπελευθέρωση». Τί ἀκριβῶς νὰ τιμήσουμε σὲ μιὰ τέτοια συμπεριφορὰ;

Ἀντίθετα, κάθε τιμὴ ἀξίζει στὶς γυναῖκες ποὺ σέβονται πρῶτα τὸν ἑαυτὸ τους καὶ στὴ συνέχεια τοὺς ἄνθρώπους γύρω τους. Στὶς πιστὲς συζύγους, τὶς ἀφοσιωμένες μητέρες καὶ γιαγιάδες καὶ ἀδελφές καὶ θυγατέρες, τὶς εὐσυνειδίχτες ἐπιστήμονες καὶ ἐργαζόμενες σὲ κάθε τομέα καὶ κλῆδο ὅπου ἡ φυσικὴ εὐαισθησία καὶ ἀνθρωπιά τους συμπληρώνει καὶ ἀναβαθμίζει τὴν ἐπαγγελματικὴ τους κατάρτιση, σὲ ὅσες ἀνιδιοτελεῶς καὶ μὲ αὐταπάρνηση φροντίζουν ἀσθενεῖς, ἀναπήρους καὶ ἠλικιωμένους, σὲ ὅσες ἀγωνιοῦν καὶ ἀγρυπνοῦν καὶ προσεύχονται γιὰ τοὺς δικούς τους καὶ γιὰ ὅλο τὸν κόσμον. Τὶς «*ὄντως γυναῖκες*», ποὺ δὲν ἐπιδιώκουν «*αὐθεντεῖν ἀνδρὸς*» (Α' Τιμ., β' 12), ἀλλὰ στέκονται μὲ ἀξιοπρέπεια, μὲ ἥρωισμό, μὲ πίστη καὶ ἀφοσίωση στὸ χρέος καὶ τὴν ἀποστολή τους. Αὐτὲς ποὺ ὁ σοφὸς Σολομῶν ὀνόμαζε «*ἀνδρείας*» καὶ «*τιμιωτέρας λίθων πολυτελῶν*» (Παρ., κθ' 10). Σὲ ὅλες αὐτὲς ὀφείλουμε τὴν τιμὴ, τὸν σεβασμὸ, τὴν ἀναγνώριση καὶ τὴν εὐγνωμοσύνη μας.

**Δρ ΑΝΤΩΝΗΣ ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΗΣ**  
Ἱατρός

# Κυρά και δούλα

**Π**ιό «ντούμπλεφας» ρόλος απ' αυτόν της γυναίκας δεν υπάρχει. Άφέντρα κι άρχόντισσα μέσα στο βασίλειό της, και συγχρόνως δουλάρα με γαλλικό ρό! Έχει τη δύναμη να το κάνει να λάμψει και να μοσχοβολήσει, ἀλλὰ για να το καταφέρει... δουλεύει βαριά και άνθυγιεινά, χωρίς ἔνσημα και κυρίως χωρίς ἀναγνώριση. Τὸ να κρατήσει τὸ σπίτι της καθαρὸ, λειτουργικὸ και φιλόξενο εἶναι ἕνας διαρκὴς ἀγώνας. Πότε θὰ κατεβάσει τὶς κουρτίνες, πότε θὰ σαπουνίσει τοὺς τοίχους, πότε θὰ ξεσαβουριάσει τὶς ντουλάπες... πὺ ὄλο τὶς ἀδειάζει κι ὄλο ξαναγεμίζουν, πότε θὰ καθαρίσει τὰ χαλιὰ, πότε θὰ καθαρίσει τὰ ντουλάπια τῆς κουζίνας και τὸν μπουφέ; Πότε;

«Ποτέ!», τῆς ἔρχεται νὰ τσιρίξει, κι ἡ οἰκογένεια συμφωνεῖ μαζί της... Ἄλλὰ αὐτὴ ξέρει ὅτι, ἔτσι και τὸ παρατήσει, πολὺ γρήγορα θὰ καταντήσει σὰν ἐκεῖνα τὰ ἀγγλικά σπιτία στὴν τηλεόραση, πὺ τὰ καθαρίζουν οἱ δυὸ «ξινές» με τὰ χρωματιστὰ γάντια.

Και μετὰ εἶναι τὸ φαγητὸ με τὶς σαλάτες του, βραστὲς και φρέσκιες, τὰ λαδερὰ και τὰ κυριακάτικα, τὰ παραδοσιακὰ και τ' ἄλλα, τῶν «καλεσμάτων», ὄλα ἀπαραίτητα και δεδομένα, ὄλα κουραστικά και πολὺ καταναγκαστικά.

Ἡ ἐκπαίδευση ἄρχισε ἀπὸ τὰ παιδικὰ της χρόνια, ὅταν με τὰ κοριτσάκια τῆς γειτονιάς ἔπαιζαν «σπιτάκια» ἢ «κουμπάρες». Εἶχαν τὰ κασαρολικά τους, τὶς πάνινες κουκλῆς τους, μαγεύεραν, τάζαν τὸ «μωρό» τους, συγύριζαν, ἔψηναν καφέ στὴν κουμπάρα τους και ἦταν περήφανες γιὰ ὄλα αὐτὰ.

Τὰ χρόνια πέρασαν, και οἱ φτωχικὲς κουκλῆς ἔγιναν Bibi-bo και John-John. Και ἔτσι, με τὴ Bibi-bo



γιατρὸ ἢ ἀεροσυνδὸ και τὸν John-John ἠλίθιο κοσμικὸ δίπλο της, μεγάλωσε ἡ καινούργια γενιὰ και πῆρε τὴν κατάσταση στὰ χέρια της.

Οἱ καινούργιες νοικοκυρὲς ἔγιναν ἀλλιώτικες. Περιποιημένες σὰν τὶς κουκλῆς τους, μ' ἕναν John-John δίπλο τους, με πολλὰ πτυχία και πάρα πολλὰ καλλυπτικά, στομπάρουν τὸ νοικοκυριό. Τὸ ἀκρι-

Τὰ χρόνια πέρασαν, και οἱ φτωχικὲς κουκλῆς ἔγιναν Bibi-bo και John-John. Και ἔτσι, με τὴ Bibi-bo γιατρὸ ἢ ἀεροσυνδὸ και τὸν John-John ἠλίθιο κοσμικὸ δίπλο της, μεγάλωσε ἡ καινούργια γενιὰ και πῆρε τὴν κατάσταση στὰ χέρια της. Οἱ καινούργιες νοικοκυρὲς ἔγιναν ἀλλιώτικες. Περιποιημένες σὰν τὶς κουκλῆς τους, μ' ἕναν John-John δίπλο τους, με πολλὰ πτυχία και πάρα πολλὰ καλλυπτικά, στομπάρουν τὸ νοικοκυριό. Τὸ ἀκριβοπληρωμένο γαλλικὸ μανικιοῦρ δὲν βοηθαεῖ στὶς δουλειὲς τῆς κουζίνας, και τὰ κρεμμύδια και τὰ σκόρδα μυρίζουν πολὺ...



Ἄν δὲν δώσει ἡ νοικοκυρὰ ψυχὴ καὶ σῶμα στ' ἄψυχα νὰ τὰ ζωντανέψει, ἂν δὲν ταῖσει καὶ δὲν νοστιμίσει γιὰ νὰ εὐχαριστήσῃ, ἂν δὲν φιλέψῃ ἢ δὲν φιλοξενήσῃ, τότε δὲν φτιάχνει οἰκογένεια, δὲν φτιάχνει «φωλιά».

Ἄν ὅμως ἀκολουθήσῃ τελικὰ ἡ μεγάλη Bibi-bo τὶς συμβουλὲς τῆς μάννας καὶ τῆς γιαγιᾶς καὶ καταφέρει νὰ ζωντανέψει τὸ σπίτι τῆς μὲ τὸν παραδοσιακὸ τρόπο, τότε ὅλο τὸ μπράβο θὰ ἔναι δικό τῆς καὶ ἀπὸ «κυρὰ καὶ δούλα» θὰ γίνῃ «κυρὰ κι ἀφέντρα», ἀφέντρα τῆς ἀγάπης.



βοηθηρωμένο γαλλικὸ μανικιοῦρ δὲν βοηθαίει στὶς δουλιὲς τῆς κουζίνας, καὶ τὰ κρεμμύδια καὶ τὰ σκόρδα μυρίζουν πολὺ... Ἡ ἠλεκτρικὴ κουζίνα δὲν ψήνει παρὰ καμιὰ ἔτοιμη πίτα ἢ πίτσα, καὶ τὰ τάπερ μὲ τὰ γεμιστὰ καὶ τὰ παπουτσάκια ἀπὸ τὴ μαμὰ πηγαινοέρχονται νὰ καλύψουν τὴν ἀνεπάρκεια. Τὶς Κυριακὲς πᾶνε στοὺς γονεῖς γιὰ κανένα ἀρνάκι στὸν φοῦρνο καὶ χορταίνουν εὐλογημένη μοσχοβολιά, μιὰ καὶ τὸ σπίτι τοὺς μυρίζει μόνον ἀποσμητικὸ χῶρου καὶ ἀρώματα.

Αὐτὰ τὰ σπίτια ὅμως δὲν γίνονται ποτέ «σπιτικά». Δὲν ἔχουν θαλπωρὴ, δὲν ἔχουν αἴσθημα. Ἄν δὲν δώσει ἡ νοικοκυρὰ ψυχὴ καὶ σῶμα στ' ἄψυχα νὰ τὰ ζωντανέψει, ἂν δὲν ταῖσει καὶ δὲν νοστιμίσει

γιὰ νὰ εὐχαριστήσῃ, ἂν δὲν φιλέψῃ ἢ δὲν φιλοξενήσῃ, τότε δὲν φτιάχνει οἰκογένεια, δὲν φτιάχνει «φωλιά».

Ἄν ὅμως ἀκολουθήσῃ τελικὰ ἡ μεγάλη Bibi-bo τὶς συμβουλὲς τῆς μάννας καὶ τῆς γιαγιᾶς καὶ καταφέρει νὰ ζωντανέψει τὸ σπίτι τῆς μὲ τὸν παραδοσιακὸ τρόπο, τότε ὅλο τὸ μπράβο θὰ ἔναι δικό τῆς καὶ ἀπὸ «κυρὰ καὶ δούλα» θὰ γίνῃ «κυρὰ κι ἀφέντρα», ἀφέντρα τῆς ἀγάπης.

Γιατί, ἂν ἀπὸ ἀγάπη γίνεσαι δούλα, τότε εἶσαι σίγουρα πολὺ μεγάλη ἀφέντρα!

**ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΧΙΝΤΖΟΓΛΟΥ-ΑΜΑΣΛΙΔΟΥ**  
*Ψυχογραφήματα*





# Ἡ μάχη μετὰ τοὺς Γαλάτες στὰ Κοκκάλια (279 π.Χ.)

## Ἡ νίκη τῶν γυναικῶν τῆς Αἰτωλίας

Μετὰ τὸν θάνατο τοῦ Μεγάλου Ἀλεξάνδρου (323 π.Χ.) ἄρχισε ἡ λεγόμενη Ἑλληνιστικὴ Περίοδος, ἡ ὁποία διήρκεσε ἕως τὸ 31 π.Χ., ὅταν οἱ Ῥωμαῖοι κατέλαβαν καὶ τὴν Αἴγυπτο. Τὴν Ἑλληνιστικὴ Περίοδο μποροῦμε νὰ τὴν ὑποδιαιρέσουμε σὲ δύο φάσεις: τὴν Περίοδο τῶν Διαδόχων ( ἀπὸ τὸ 323 π.Χ. ἕως τὸ 281 π.Χ., ὅταν δοιοφονήθηκε ὁ τελευταῖος Διάδοχος τοῦ Μεγάλου Ἀλεξάνδρου, ὁ Σέλευκος) καὶ τὴν Περίοδο τῶν Ἐπιγόνων (ἀπὸ τὸ 281 π.Χ. ἕως τὸ 31 π.Χ.). Στὸ τέλος τῆς Περιόδου τῶν Διαδόχων ἡ κατάστασις παγιώθηκε. Τρία νέα βασίλεια εἶχαν δημιουργηθεῖ, στὸ καθένα ἀπὸ τὰ ὁποῖα κυβερνοῦσε μιὰ μακεδονικὴ δυναστεία: οἱ Πτολεμαῖοι στὴν Αἴγυπτο, οἱ Σελευκίδες στὴ Δυτικὴ Ἀσία καὶ οἱ Ἀντιγονίδες στὴ Μακεδονία – Βόρεια Ἑλλάδα. Στὴν ὑπόλοιπὴ Ἑλλάδα, οἱ πόλεις-κράτη, ἂν δὲν κατέρρεαν, ἀποδυναμώνονταν. Λειτουργοῦσε μὲν ὁ διοικητικὸς μηχανισμὸς, ἀλλὰ πολλὲς ἐλέγχονταν ἀπὸ τὴ Μακεδονία, σχέσις ἡ ὁποία ἀποτελοῦσε τὸ κύριον πολιτικὸν τὸς πρόβλημα. Σὲ ἀντιστάθμισμα, ἐπεκτάθηκε τὸ ὁμοσπονδιακὸ σύστημα. Οἱ πιὸ ἀποτελεσματικὲς ἐνώσεις ἦταν ἡ Ἀχαϊκὴ καὶ ἡ Αἰτωλικὴ Συμπολιτεία. Ἡ τελευταία



Τὸ 280 π.Χ. εἰσέβαλλαν στὴ Μακεδονία οἱ Γαλάτες, τῶν ὁποίων ἡ μετανάστευσις ἀπὸ τὴν δυτικοευρωπαϊκὴν ἐστίαν τὸς εἶχε ξεκινήσει ἀπὸ τὴν ἀρχὴν τοῦ τέταρτου αἰῶνα. Συνονθύλευμα βάρβαρων φυλῶν, ἀποτελούμενο ἀπὸ Ἀκουιτανούς, Βέλγες καὶ Κέτες. Στὴ Μακεδονία τοὺς ἀντιμετώπισε ὁ στρατηγὸς Σωσθένης καὶ δὲν τοὺς ἄφησε νὰ ἐγκατασταθοῦν. Τὸ 279 π.Χ. ἐπανῆλθαν. Ὁ ἀρχηγὸς τὸς Βρέννος (Β΄) τοὺς ἔπεισε νὰ ἐκστρατεύσουν κατὰ τῆς νότιας Ἑλλάδας, μετὰ σκοπὸν νὰ ἀρπάξουν τὰ χρήματα καὶ τὰ ἀφιερώματα ἀπὸ τὸ Μαντεῖον τῶν Δελφῶν. Διέθεταν 152.000 πεζοὺς καὶ 61.200 ἵππεῖς. Μαζὶ τοὺς εἶχαν γυναῖκες καὶ παιδιά (ἄρα, ἀποσκοποῦσαν σὲ μόνιμην ἐγκατάστασιν).

περιλάμβανε τὸ μεγαλύτερο τμήμα τῆς Κεντρικῆς Ἑλλάδας.

Τὸ 280 π.Χ. εἰσέβαλαν στὴ Μακεδονία οἱ Γαλήτες, τῶν ὁποίων ἡ μετανάστευση ἀπὸ τὴς δυτικοευρωπαϊκῆς ἐστίας τους εἶχε ξεκινήσει ἀπὸ τὴς ἀρχὲς τοῦ τέταρτου αἰῶνα. Συνονθύλευμα βάρβαρων φυλῶν, ἀποτελούμενο ἀπὸ Ἀκουιτανούς, Βέλγες καὶ Κέτες. Στὴ Μακεδονία τοὺς ἀντιμετώπισε ὁ στρατηγὸς Σωσθένης καὶ δὲν τοὺς ἄφησε νὰ ἐγκατασταθοῦν. Τὸ 279 π.Χ. ἐπανῆλθαν. Ὁ ἀρχηγὸς τους Βρέννος (Β΄) τοὺς ἔπεισε νὰ ἐκστρατεύσουν κατὰ τῆς νότιας Ἑλλάδας, μὲ σκοπὸ νὰ ἀρπάξουν τὰ χρήματα καὶ τὰ ἀφιερῶματα ἀπὸ τὸ Μαντεῖο τῶν Δελφῶν. Διέθεταν 152.000 πεζοὺς καὶ 61.200 ἵππεῖς. Μαζὶ τους εἶχαν γυναῖκες καὶ παιδιά (ἄρα, ἀποσκοποῦσαν σὲ μόνιμη ἐγκατάσταση). Συνάντησαν τὴν ὀργανωμένη ἀντίσταση 26.000 συνασπισμένων Ἑλλήνων μαχητῶν στὴς Θερμοπύλες (πλέον ἱκανοῦ ἀριθμοῦ πηλοίων ἀπὸ τὴ θάλασσα), μὲ ἀρχηγὸ τὸν Ἀθηναῖο στρατηγὸ



συνέχεια πρὸς τοὺς Δελφούς. Οἱ Ἑλληνικὲς δυνάμεις ὅμως τὸν περίμεναν στὰ μέτωπα τῆς Οἴτης καὶ τοῦ Παρνασσοῦ, ὅπου, μετὰ ἀπὸ σκληρῆς μάχης, ἀνάγκασαν τοὺς Γαλήτες νὰ ὀπισθοχωρήσουν, προκαλῶντας τοὺς συντριπτικὰ πλήγματα. Λέγεται δὲ ὅτι, στὴ μάχη ποὺ δόθηκε στοὺς Δελφούς, καὶ ἡ φύση συνετέλεσε στὴν πανωλεθρία τῶν Γαλιτῶν. Σεισμικὲς δονήσεις, κατολισθήσεις βράχων, βροντὲς καὶ ἀστραπὲς προκάλεσαν σὲ αὐτοὺς πανικὸ καὶ σύγχυση, μὲ ἀποτέλεσμα νὰ μάχονται μεταξύ τους(!). Στὴς μάχες αὐτὲς σκοτώ-



Ἡ μάχη μὲ τοὺς Γαλήτες στὰ Κοκκάλεια (279 π.Χ.), μοιλονότι δὲν διδάσκονται, ἐντούτοις ἀποτελεῖ μία ἀπὸ τὴς μεγαλύτερες μάχης ποὺ ἔδωσαν οἱ ἀρχαῖοι πρόγονοί μας, ἰδίως οἱ γυναῖκες τῆς Αἰτωλίας. Σύμφωνα μὲ τὸν Παυσανία, *«τὸ μεγαλύτερο κατόρθωμα τῶν Ἑλλήνων κατὰ τῶν βαρβάρων συντελέσθηκε ἐδῶ»*(!).



Κάλλιππο. Οἱ 8.000 περίπου ἀπὸ αὐτοὺς ἦταν Αἰτωλοὶ (οἱ ὑπόλοιποι ἦταν Βοιωτοί, Φωκεῖς, Ἀθηναῖοι, Λοκροί, Μεγαρεῖς καὶ λίγοι μισθοφόροι Μακεδόνες). Στὴς μάχης ποὺ δόθηκαν στὸ στενὸ τῶν Θερμοπυλῶν, σῶμα μὲ σῶμα, οἱ Ἑλληνας ἀπώθησαν τοὺς βαρβάρους. Ὁ Βρέννος, προκειμένου νὰ παρακάμψει τὴς ἑλληνικὲς δυνάμεις, ἀλλὰ καὶ νὰ ἐξαναγκάσει τοὺς Αἰτωλοὺς νὰ ἐπιστρέψουν στὴν πατρίδα τους, ὥστε νὰ διασπαστεῖ τὸ μέτωπο των Θερμοπυλῶν, διενήργησε κυκλιτικὸ ἐλιγμό. Ἔστειλε 40.000 πεζοὺς καὶ 800 ἵππεῖς ἀπὸ τὸν ἀρχαῖο δρόμο ποὺ συνέδεε τὴς Ράχες Τυμφρηστοῦ μὲ τὰ ὄρη Ὀξυὰ καὶ Βαρδούσια, ὥστε νὰ βρεθοῦν στοὺς Δελφούς. Ταυτόχρονα, ἀφήνοντας ἓνα μέρος τοῦ στρατοῦ του στὴς Θερμοπύλες, πῆρε ἄλλους 40.000 ἄνδρες καὶ ἐπιχείρησε νὰ διαβεῖ τὴν Ἀνοπαία ἀτραπὸ (ἀπὸ τὴν ὁποία πρὶν 200 χρόνια ὁ Ἐφιάλτης εἶχε ὀδηγήσει τοὺς Πέρσες) καὶ νὰ κατευθυνθεῖ στὴ

θηκαν 6.000 Γαλήτες, ἀπὸ τὸ κρῦο καὶ τὸν πανικὸ πέθαναν ἐπιπλέον 10.000, καὶ ἀπὸ τὴν πείνα κατέληξαν ἄλλοι τόσοι. Ὁ Βρέννος αὐτοκτόνησε.

Παράλληλα, οἱ Γαλήτες τοῦ τμήματος τῶν 40.000 πεζῶν καὶ 800 ἵππῶν οἱ ὁποῖοι πορεύονταν στὸν ἀρχαῖο δρόμο ποὺ συνέδεε τὴς Ράχες Τυμφρηστοῦ μὲ τὰ ὄρη Ὀξυὰ καὶ Βαρδούσια εἰσέβαλαν στὴν Αἰτωλία (διὰ μέσου τοῦ αὐχένα ποὺ ἀρχίζει βορειοανατολικά τοῦ σημερινοῦ Κρίκελλου Εὐρυτανίας καὶ καταλήγει στὴ σημερινὴ κορυφὴ Σαράνταινα Ναυπακτίας – σήμερὰ εἶναι τμήμα τοῦ Εὐρωπαϊκοῦ μονοπατιοῦ E4), διαπράττοντας ἀπίστευτες θηριωδίες. Λεηλατοῦσαν τὴς οἰκίαι καὶ τὰ ἱερὰ τῶν πόλεων καὶ τῶν χωριῶν τῆς εὐρύτερης περιοχῆς, ἔσφαζαν ἀδιακρίτως ὄλους τοὺς ἄνδρες καὶ τὰ ἀγόρια, βίαζαν τὴς γυναῖκες (πολλὲς ἀπὸ τὴς ὁποῖες αὐτοκτονοῦσαν μὲ τὰ μαχαίρια τῶν βαρβάρων), ἀκόμη καὶ τὴς

νεκρές, ἔπιναν τὸ αἷμα τῶν νηπίων καὶ ἔτρωγαν τὸ κρέας τους. Ὄταν πῆγαν στὸ Κάληιο (πρόκειται γιὰ τὸ χωριὸ τῆς Δωρίδας ποὺ καλύφθηκε ἀπὸ τὰ ὕδατα τοῦ φράγματος Μόρνου), συνάντησαν τὴν ἀντίσταση τῶν Αἰτωλῶν στρατιωτῶν πού, στὸ μεταξὺ, εἶχαν φτάσει ἀπὸ τὶς Θερμοπύλεις, καὶ λίγων Ἀχαιῶν ἀπὸ τὴν Πάτρα, οἱ ὁποῖοι ἦλθαν πρὸς ἐνίσχυση τῶν Αἰτωλῶν. Ἀφοῦ ληληλάτησαν τὸ χωριό, οἱ βάρβαροι ὀπισθοχώρησαν, ἐπιστρέφοντας πρὸς Θερμοπύλεις ἀπὸ τὸν ἴδιο δρόμο.

Οἱ Αἰτωλοὶ ἄμαχοι ὅμως, ἰδίως οἱ γυναῖκες, θὰ ἔπαιρναν ἐκδίκηση... Κηρύχθηκε ἐπιστράτευση, κατὰ τὴν ὁποία κατατάσσονταν στὸν στρατὸ ὄχι μόνον οἱ νέοι ποὺ βρίσκονταν κοντὰ στὴ στρατεύσιμη ἡλικία, ἀλλὰ καὶ οἱ γέροντες. Κυρίως ὅμως συμμετεῖχαν ἐθειλοντικά οἱ γυναῖκες, οἱ

ντόπιοι καλλιεργητὲς συχνὰ ξέθαβαν αἰχμὲς ἀπὸ βέλη καὶ ἀκόντια.

Οἱ Γαλιάτες ὑποχώρησαν καὶ διὰ μέσου τῆς Θεσσαλίας καὶ τῆς Μακεδονίας ἔφθασαν στὴ Θράκη. Ἐκεῖ ἴδρυσαν βασιλείο, τὸ ὁποῖο διήρκεσε 60 ἔτη. Ἐπαναστάτησαν ὅμως οἱ Θραῖκες, μὲ ἀποτέλεσμα οἱ Γαλιάτες νὰ καταφύγουν στὴ Μικρὰ Ἀσία (σὲ περιοχὴ τῆς Φρυγίας). Τελικὰ ἐγκαταστάθηκαν σὲ περιοχὴ τῆς σημερινῆς κεντρικῆς Τουρκίας, ὅπου ἴδρυσαν τὴν πόλη Ἄγκυρα (τὴν πρωτεύουσα ἤδη τοῦ τουρκικοῦ κράτους!).

Ἡ μάχη μὲ τοὺς Γαλιάτες στὰ Κοκκάλια (279 π.Χ.), μοιλονότι δὲν διδάσκεται, ἐντούτοις ἀποτελεῖ μία ἀπὸ τὶς μεγαλύτερες μάχες ποὺ ἔδωσαν οἱ ἀρχαῖοι πρόγονοί μας, ἰδίως οἱ γυναῖκες τῆς Αἰτωλίας. Σύμφωνα μὲ τὸν Πausanias, «τὸ



Τὸ 1989 οἱ Ἐκπολιτιστικοὶ Σύλλογοι τῶν Εὐρυτάνων ἔστησαν στὴν περιοχὴ μνημεῖο, μὲ ἔμβλημα γυναῖκα μὲ κοντάρι καὶ ἀσπίδα νὰ κάθεται πάνω σὲ σωρὸ γαλιτικῶν ἀσπίδων (ἔμβλημα τοῦ Αἰτωλικοῦ χρυσοῦ νομίσματος τῆς Ἑλληνιστικῆς Περιόδου). Τὸ ἐπίγραμμα ἐπὶ τοῦ μνημείου εἶναι τὸ ἑξῆς: «279 π.Χ. ΠΡΟΜΑΧΟΥΝΤΩΝ ΑΙΤΩΛΩΝ-ΕΥΡΥΤΑΝΩΝ ΣΥΝΕΤΡΙΒΗΣΑΝ ΟΙ ΓΑΛΑΤΕΣ ΚΑΤΑ ΚΡΑΤΟΣ».



ὁποῖες ἔπνεαν μένεα κατὰ τῶν Γαλιτῶν, γιὰ νὰ ἀνοσιουργήματα ποὺ αὐτοὶ εἶχαν διαπράξει. Περιμέναν τοὺς Γαλιάτες στὴ θέση «Κοκκάλια», ποὺ βρίσκεται πάνω ἀπὸ τοὺς σημερινοὺς οἰκισμοὺς Πουγκάκια καὶ Παλιοχώρι Τυμφρηστοῦ. Παρατάχθηκαν στὶς πηλαγῆς κατὰ μῆκος τοῦ ἀρχαίου δρόμου καὶ χτυποῦσαν μὲ μανία τοὺς βαρβάρους ἀπὸ ψηλὰ μὲ ἀκόντια, πέτρες, ξύλα καὶ γεωργικὰ ἐργαλεῖα. Ὄταν οἱ τελευταῖοι τοὺς καταδίωκαν, οἱ Αἰτωλοὶ εὐκόλῃ ξέφευγαν, γιὰ νὰ ἐπανεέλθουν μετὰ ἀπὸ λίγο καὶ νὰ τοὺς χτυποῦν ἐκ νέου. Οἱ συγκρούσεις ἦταν σφοδρὲς καὶ διήρκεσαν μέρες. Οἱ Γαλιάτες προσπαθοῦσαν νὰ ξεφύγουν, ἐνῶ οἱ Αἰτωλοὶ συνέχιζαν νὰ τοὺς χτυποῦν ἀκατάπαυστα. Σύμφωνα μὲ τὸν Πausanias, σκοτώθηκαν περισσότεροι ἀπὸ τοὺς μισοὺς Γαλιάτες(!), δεδομένου ὅτι στὸ στρατόπεδό τους στὶς Θερμοπύλεις κατόρθωσαν νὰ φτάσουν τελικὰ λιγώτεροι ἀπὸ τοὺς μισοὺς. Γιὰ χρόνια τὰ κόκκαλά τους βρίσκονταν διασκορπισμένα στὴν περιοχὴ, ἢ ὁποία, γιὰ τὸν λόγο αὐτόν, ὀνομάστηκε «Κοκκάλια». Οἱ δὲ

*μεγαλύτερο κατόρθωμα τῶν Ἑλλήνων κατὰ τῶν βαρβάρων συντελέσθηκε ἐδῶ»(!).* Ἄν οἱ Γαλιάτες ἐπικρατοῦσαν, θὰ προήλασαν στὴν Ἀθήνα καί, στὴ συνέχεια, στὴν Πελοπόννησο, μὲ ἀποτέλεσμα τὴ μόνιμη ἐγκατάστασή τους στὴ νότια Ἑλλάδα, ἢ ἱστορία τῆς ὁποίας, ὡς ἐκ τούτου, θὰ ἦταν διαφορετικὴ...

Τὸ 1989 οἱ Ἐκπολιτιστικοὶ Σύλλογοι τῶν Εὐρυτάνων ἔστησαν στὴν περιοχὴ μνημεῖο, μὲ ἔμβλημα γυναῖκα μὲ κοντάρι καὶ ἀσπίδα νὰ κάθεται πάνω σὲ σωρὸ γαλιτικῶν ἀσπίδων (ἔμβλημα τοῦ Αἰτωλικοῦ χρυσοῦ νομίσματος τῆς Ἑλληνιστικῆς Περιόδου). Τὸ ἐπίγραμμα ἐπὶ τοῦ μνημείου εἶναι τὸ ἑξῆς: «279 π.Χ. ΠΡΟΜΑΧΟΥΝΤΩΝ ΑΙΤΩΛΩΝ-ΕΥΡΥΤΑΝΩΝ ΣΥΝΕΤΡΙΒΗΣΑΝ ΟΙ ΓΑΛΑΤΕΣ ΚΑΤΑ ΚΡΑΤΟΣ».

**ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΣΠΗΛΙΩΤΗΣ**

**Ἐφέτης ΔΔ**



## “Όταν τὰ ὀστᾶ καὶ οἱ ἄρθρώσεις πονοῦν

Σε πολλούς ανθρώπους μετά τὰ 65 χρόνια πονοῦν οἱ ἄρθρώσεις.

*Γιατί ἄραγε;*

Αὐτὸ συμβαίνει, διότι μὲ τὴν πάροδο τῆς ἡλικίας παρουσιάζονται ἀνατομικὲς ἀνωμαλίες στὶς ἄρθρώσεις. Ἐκτιμᾶται ὅτι τὸ 80% τοῦ πληθυσμοῦ ἔχει στοιχεῖα ὀστεοαρθρίτιδας, ἀλλὰ μόνον τὸ 60% θὰ παρουσιάσει συμπτώματα. Ἡ ὀστεοαρθρίτιδα πλήττει περισσότερο τὶς γυναῖκες.

Τὰ συμπτώματα ποὺ παρουσιάζονται εἶναι πόνος στὶς ἄρθρώσεις, εὐαισθησία, δυσκαμψία καὶ ἴσως καὶ ὑδρρθρος (δηλαδὴ ὑγρὸ μέσα στὴν ἄρθρωση).

Ὁ ἄσθενὴς περιγράφει ἕνα ἀπότομο ἄλλγος ἢ ἕνα κάψιμο στοὺς μῦς καὶ στοὺς τένοντες. Ἐπίσης, μπορεῖ κάποιος παθὼν νὰ αἰσθανθεῖ ἕνα θόρυβο, σὰν τρίξιμο ἀπὸ τὴν ἄρθρωση, ὅταν μετακινεῖται, καὶ πονᾷ.

*Ποιὰ εἶναι τὰ αἷτια;*

Τὰ αἷτια μπορεῖ νὰ εἶναι πολλὰ. 1) Κληρονομικά, 2) τὸ φύλο, 3) ἡ ἡλικία, 4) μεταβολικά (διαβήτης), 5) ἐκ γενετῆς καὶ 6) τραυματισμός.

ματισμός.

Ὅλα αὐτὰ ὀδηγοῦν σὲ ἀπώλεια τοῦ χόνδρου. Τότε οἱ ἐπιφάνειες τῶν ὀστῶν δὲν προστατεύονται, καὶ σιγὰ σιγὰ καταστρέφονται.

Ὅποιαδήποτε ἄρθρωση ἐπηρεάζεται, ἀλλὰ πιὸ πολλὴ ἐπηρεάζονται οἱ ἄρθρώσεις τῶν ἄνω καὶ κάτω ἄκρων καὶ ἡ σπονδυλικὴ στήλη. Περισσότερο μάλιστα οἱ ἄρθρώσεις τοῦ ἰσχίου καὶ τοῦ γόνατος. Γι' αὐτὸ παρουσιάζουν οἴδημα καὶ πόνο σὲ κάθε κίνηση.

Στὰ δάκτυλα μποροῦν νὰ παρουσιασθοῦν σκληρὲς ὀστεώσεις, ποὺ ὀνομάζονται ὀζίδια καὶ περιορίζουν τὶς κινήσεις τῶν δακτύλων, καὶ τότε αὐτὰ φαίνονται σὰν πρησμένα.

Τὸ μεγάλο σωματικὸ βῆρος καὶ ἡ ἀπώλεια τῆς δύναμης τῶν μυῶν ποὺ ὑποστηρίζουν τὶς ἄρθρώσεις παίζουν μεγάλο ρόλο.

Ἐπίσης, μπορεῖ νὰ παρουσιασθεῖ φλεγμονὴ τοῦ ἀρθρικοῦ ὑμένου. Τότε παίζουν ρόλο καὶ ἄλλοι παράγοντες, γενετικοὶ καὶ κληρονομικοί.



Ἡ διάγνωση γίνεται ἀπὸ τὴν κλινικὴ εἰκόνα, ἀκτινογραφία, ἐξετάσεις αἵματος καὶ μαγνητικὴ τομογραφία.

*Θεραπεία:*

Ὅταν τὰ συμπτώματα εἶναι ἐλαφρῆς μορφῆς, γίνεται φυσικοθεραπεία. Συνιστᾶται ἡ ἀπώλεια βάρους καὶ ἀσκήσεις σωστὰ ἐπιλεγμένες καὶ ἐκτελεσμένες ἀνάλογα μὲ τὴν ἡλικία καὶ τὸν βαθμὸ ἐκφύλισης τῶν ἄρθρώσεων.

Σὲ προχωρημένες καταστάσεις ἀρχίζει ἡ θεραπεία συντηρητικὴ καὶ κατόπιν γιὰ ὀρισμένες ἄρθρώσεις, ὅπως ἰσχίου καὶ γόνατος, γίνεται χειρουργική. Στὴ συντηρητικὴ θεραπεία τὰ φάρμακα ποὺ συνιστῶνται εἶναι ἡ παρακεταμόλη καὶ σὲ σοβαρὰ περιστατικὰ τὰ μὴ στεροειδῆ ἀντιφλεγμονώδη. Τὰ φάρμακα αὐτὰ εἶναι ἀρκετὰ ἀποτελεσματικὰ, ἀλλὰ ἔχουν πολλὲς παρενέργειες ἀπὸ τὸ πεπτικὸ σύστημα καὶ τὸ καρδιαγγειακὸ μερικὲς φορές, καὶ γιὰ τὸν λόγον αὐτὸ δὲν δίδονται μακροχρόνια.

Ἐπίσης, δίδονται ἀρκετὰ

Ἐκτιμᾶται ὅτι τὸ 80% τοῦ πληθυσμοῦ ἔχει στοιχεῖα ὀστεοαρθρίτιδας, ἀλλὰ μόνον τὸ 60% θὰ παρουσιάσει συμπτώματα. Ἡ ὀστεοαρθρίτιδα πλήττει περισσότερο τὶς γυναῖκες.

Τὰ συμπτώματα ποὺ παρουσιάζονται εἶναι πόνος στὶς ἄρθρώσεις, εὐαισθησία, δυσκαμψία καὶ ἴσως καὶ ὑδρρθρος (δηλαδὴ ὑγρὸ μέσα στὴν ἄρθρωση).

σκευάσματα για *τοπική χρήση*, δηλαδή αλοιφές, έλαια με μικρότερη θεραπευτική δράση, αλλά και με λιγώτερες συστηματικές παρενέργειες.

Σπανίως και σε μεγάλο πόνο μπορεί να δοθούν και *όπιοειδή αναλγητικά*, όπως μορφίνη κ.ά., αλλά αυτά έχουν σοβαρές παρενέργειες και προκαλούν επιπλέον και *έθισμό*, γι' αυτό δεν μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε τακτική βάση.

Επίσης, συχνή είναι η *ένδερθρηκή ἔγχυση υαλουρονικού* και η χορήγηση από το στόμα *θειικής γλυκοζαμίνης*.

Λιγώτερο συχνά χρησιμοποιούνται και τα *στεροειδή* (κορτιζόνη), και επίσης γίνονται και *ἐγχύσεις βηλαστοκυττάρων*.

Εναλλακτικές θεραπείες μπορούν να βοηθήσουν επίσης στη μείωση του πόνου, αλλά και πάλι τα αποτελέσματα είναι φτωχά και αμφισβητούνται.

Γι' αυτό σε ασθενείς με σημα-

σπονδυλική στήλη παρουσιάζεται και η *όσφυοϊσχιαλγία*, όπου πονά η μέση, αλλά ο πόνος επεκτείνεται και στο κάτω άκρο.

Σε κάποια στιγμή της ζωής του το 80% των ανθρώπων θα παρουσιάσει συμπτώματα από τη σπονδυλική στήλη.

Στην αρχή η *ἐκφύλιση* αρχίζει από ένα δίσκο (*κήλη μεσοσπονδυλίου δίσκου*), και μετά ακολουθεί η *ἐκφύλιση των σπονδυλικών αρθρώσεων*, που προκαλεί αστάθεια και στένωση του σπονδυλικού σωλήνα.

Μια κήλη του δίσκου προκαλεί *όσφυαλγία* (πόνος στη μέση), συγχρόνως όμως πιέζει και κάποιο νεύρο (νευρική ρίζα), με αποτέλεσμα να προκαλεί πόνο και στο αντίστοιχο πόδι (*ισχιαλγία*).

Λόγω της ηλικίας οι δίσκοι χάνουν το υγρό που έχουν και αρχίζουν να χάνουν ύψος, συρρικνώνονται, με αποτέλεσμα οι σπόνδυλοι και οι μεταξύ τους



*θεραπεία*, με προσοχή και περιορισμένη στην όξεία φάση. Όταν ή συντηρητική αγωγή αποτυγχάνει και αναπτύσσονται *νευρολογικά συμπτώματα* με λειτουργικό περιορισμό, όπως αδυναμία των κάτω άκρων κ.ά., τότε συνιστάται ή *χειρουργική επέμβαση*, όπως αναφέρθηκε, από εξειδικευμένο νευροχειρουργό.

Ας αποφεύγουμε να στεκόμαστε πολλή ώρα στην ίδια στάση, αλλά να σηκώνομαστε, να περπατάμε και να διατείνουμε τους μύς, και στη μέση να βάζουμε μαξιλάρι στήριξης της όσφους.

Στην *όδηγηση* το κάθισμα να είναι σε μέτρια θέση, ούτε ξαπλωτή ούτε πολύ όρθια, ούτε μακριά από τα πεντάλη, ώστε να διατηρείται ή φυσιολογική λόρδωση. Σε *μακρινά ταξίδια* να γίνονται διαλείμματα για ξεκούραση και ξεμούδιασμα. Αποφυγή *όδηγησης* σε όξεία φάση.

Όταν *σηκώνουμε βαριά αντικείμενα*, καλύτερα να τ' αποφεύγουμε. Στεκόμαστε κοντά στο αντικείμενο και το σηκώνουμε με προσοχή. Σε *όξεία φάση* *κατένενα σκύψιμο*.

Όταν *κοιμόμαστε*, το στρώμα να μην είναι μαλακό και να μη βουλιάζει. Όταν *είμαστε όρθιοι*, να έχουμε στάση ανάπαυσης, βγάζοντας το ένα πόδι μπροστά και έχοντας το ένα γόνατο ελαφρά λυγισμένο. Όχι ψηλά τακούνια, και να χρησιμοποιούμε ανατομικές και απορροφητικές των κραδασμών σόλες.

**ΖΩΗ ΡΙΖΟΚΩΣΤΑ-ΑΓΓΕΛΗ**  
Ιατρός

Στη σπονδυλική στήλη παρατηρείται συχνά *ἐκφύλιση των σπονδύλων, των μεσοσπονδυλίων δίσκων* και *των σπονδυλικών αρθρώσεων*. Έδω όμως εκτός του τοπικού πόνου στη σπονδυλική στήλη παρουσιάζεται και η *όσφυοϊσχιαλγία*, όπου πονά η μέση, αλλά ο πόνος επεκτείνεται και στο κάτω άκρο.

ντική αναπηρία και επίμονο πόνο τη λύση δίνει το *χειρουργείο*, όπου γίνεται *όλική αρθροπλαστική* και γίνεται *ἐπανακατασκευή της άρθρωσης*.

Επίσης, στη σπονδυλική στήλη παρατηρείται συχνά *ἐκφύλιση των σπονδύλων, των μεσοσπονδυλίων δίσκων* και *των σπονδυλικών αρθρώσεων*. Έδω όμως εκτός του τοπικού πόνου στη

άρθρώσεις να τρίβονται. Η λειτουργικότητα των συνδέσμων μειώνεται με την ηλικία, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε *σπονδυλολίθωση* (κύλιση του ενός σπονδύλου πάνω στον άλλο).

Γι' αυτό συνιστάται αποφυγή έντονων δραστηριοτήτων και *φαρμακευτική αγωγή* με *παρακεταμόλη* και *μυοχαλαρωτικά*.

Επίσης, συνιστάται ή *φυσικο-*

## Νηστεία και διατροφή

**Η** νηστεία είναι ανάγκη των ανθρώπων από την εποχή που ήταν πρωτόγονοι μέχρι σήμερα. Αποτελεί συνήθεια πολλών λαών από την αρχαιότητα. Νήστευαν προς τιμή των θεών στους οποίους πίστευαν, και ήθελαν με αυτόν τον τρόπο να τους εξευμενίσουν, ώστε να τους συγχωρήσουν τα λάθη τους ή να τους βοηθήσουν στη δύσκολη ζωή τους. Η νηστεία στο πνεύμα των θρησκειών της αρχαίας Ελλάδας αποτελούσε μέσο εξηλασμού και καθαρμού, και τη θεωρούσαν ως δοκιμασία που συνέβαλλε στη μεγαλύτερη εξελίξη του ανθρώπου και στον καθιστούσε ικανό να πλησιάζει περισσότερο τους θεούς.

Η νηστεία από υγιεινής απόψεως είχε και έχει ευνοϊκότερη επίδραση στην υγεία του ανθρώπου, κάτι το οποίο έχουν επισημάνει όλοι οι λαοί από την αρχαιότητα και επιβεβαιώνεται από πολλούς επιστήμονες σήμερα. Αυτό ισχύει κυρίως για τη Μεγάλη Τεσσαρακοστή, που ταυτίζεται με την άνοιξη. Με τη νηστεία, ως ήθημένη αποχή από όρισμένα είδη τροφών, επιτυγχάνεται ή αποτοξίνωση του σώματός μας, γιατί απέχουμε από τις ζωικές τροφές, οι οποίες, εκτός από τα ωφέλιμα στοιχεία τους, έχουν περισσότερες τοξίνες από τις φυτικές.

Οι μεγαλύτερες νηστείες από την αρχαιότητα και σε όλους τους λαούς λαμβάνουν χώρα την άνοιξη. Η άνοιξη αποτελεί, για ολόκληρη τη φύση, εποχή της αφυπνίσεως και της αναγεννήσεως. Και όπως η υπεραφθονία των χυμών αναζωογονεί τα φυτά, έτσι και τα ζώα αισθάνονται κατά την άνοιξη να ανακινούνται τα όργανά τους με διπλάσια ζωτικότητα. Το αίμα κατά την εποχή αυτή κυκλοφορεί με μεγαλύτερη δύναμη και θερμότητα, ή δε κώνευση επιτελείται κατά τρόπο δραστηριότερο και πληρέστερο. Αυτό ισχύει και για



τον άνθρωπο.

Η νηστεία είναι θέμα υγείας, και ο δρόμος για να είμαστε υγιείς είναι η σωστή διατροφή. Οι αρχαίοι Έλληνες ήταν οι πρώτοι που έδωσαν ιδιαίτερη σημασία στη σωστή διατροφή («*Νοῦς ὑγιῆς ἐν σώματι ὑγιῆς*») και ήταν λιτοδίαιτοι. Οι Έλληνες στην αρχαιότητα είχαν αναγάγει τη διατροφή σε επιστήμη, και γνώριζαν καλά ότι η σωστή διατροφή προάγει την υγεία και προφυλάσσει από τις αρρώστιες. Ένας λαός που είχε φτάσει πολύ ψηλά σε πολιτιστικό επίπεδο δεν μπορούσε να μην είναι εκλεπτυσμένος στο θέμα της διατροφής. Το ψωμί ήταν η κύρια τροφή των αρχαίων Ελλήνων. Το παρασκεύαζαν με αλεύρι από κριθάρι και σιτάρι. Το συνηθέστερο όμως ψωμί ήταν το κριθαρένιο. Οι Έλληνες είναι οι πρώτοι στην αρχαιότητα που κατασκεύασαν πάνω από εβδομήντα είδη ψωμιού και έτρωγαν μαγειρεμένα φαγητά.

Βασική τροφή των αρχαίων Ελλήνων ήταν τα δημητριακά, τα ψάρια και τα θαλασσινά. Τα όσπρια,

Η νηστεία από υγιεινής απόψεως είχε και έχει ευνοϊκότερη επίδραση στην υγεία του ανθρώπου, κάτι το οποίο έχουν επισημάνει όλοι οι λαοί από την αρχαιότητα και επιβεβαιώνεται από πολλούς επιστήμονες σήμερα. Αυτό ισχύει κυρίως για τη Μεγάλη Τεσσαρακοστή, που ταυτίζεται με την άνοιξη. Με τη νηστεία, ως ήθημένη αποχή από όρισμένα είδη τροφών, επιτυγχάνεται ή αποτοξίνωση του σώματός μας, γιατί απέχουμε από τις ζωικές τροφές, οι οποίες, εκτός από τα ωφέλιμα στοιχεία τους, έχουν περισσότερες τοξίνες από τις φυτικές.

κυρίως τὰ κουκιά, τὰ λαχανικά και τὰ χορταρικά ἀπο-  
τελοῦσαν μέρος τῆς καθημερινῆς τους διατροφῆς. Ἡ  
διατροφή τους τοὺς βοήθησε νὰ ἔχουν καλὴ σωματικὴ  
και ψυχικὴ ὑγεία και τὴ δυνατότητα νὰ δημιουργήσουν  
αὐτὸν τὸν ὑπέροχο πνευματικὸ πολιτισμὸ. Κρέας ἔτρω-  
γαν μόνο στὶς μεγάλες γιορτές, δημόσιες και ἰδιωτικές,  
και ὅταν ἔκαναν θυσίες στοὺς θεοὺς, οἱ ὁποῖοι γεύο-  
νταν τὴν τσίκνα ἀπὸ τὸ λίπος και τὰ κόκκαλα, ἐνῶ τὰ  
ψαχνὰ τὰ ἔτρωγαν οἱ ἄνθρωποι. Μήπως και στὶς μέρες  
μας στὶς γιορτές οἱ Νεοέλληνες στὴν παραδοσιακὴ μας  
διατροφή δὲν τρῶμε κρέας; Σὲ ἕξι μεγάλες γιορτές τὸν  
χρόνο οἱ Νεοέλληνες καταναλώνουμε παραδοσιακὰ  
κρέας: τὸ Πάσχα, τῶν Ἁγίων Ἀποστόλων, τῆς Πα-

ἀπὸ ζωικὲς τροφὲς μόνο γαλακτοκομικά, ἄλλη μιὰ  
τροφικὴ ἀλλοίωση ἀπαραίτητη γιὰ τὸν ὀργανισμὸ μας.  
Στὴ συνέχει ἀκολουθεῖ ἡ Μεγάλῃ Τεσσαρακοστή, μὲ  
αὐστηρὴ νηστεία γιὰ λόγους ὑγείας, ἀφοῦ εἶναι ἀνοιξη,  
και τὰ γήινα ὄντα και ὁ ἴδιος ὁ ἄνθρωπος ἔχουν ἀνάγκη  
ἀπὸ τὴν αὐτὴ ἀποχὴ ἀπὸ τὴ ζωικὴ τροφή. Τὸ Πάσχα  
περνᾶμε στὸ ἀρνί, τὸ ὁποῖο τρῶμε ψητὸ στὴ σοῦβλα  
-ὑγιεινὸ ψήσιμο- και τὸ συνοδεύουμε μὲ μαρουλι-  
σαλάτα, πρᾶγμα ποὺ ἀποτελεῖ ἕναν καλὸ συνδυασμὸ.  
Ἐπειδὴ εἶναι ἡμέρες γιορτῆς, ἀγαλλίασης και ψυχικῆς  
ἀνάτασης, ἐπιβάλλεται νὰ χαροῦμε, και τρῶμε ἀπ' ὅλα.  
Ἀπὸ τὴν Κυριακὴ τῶν Ἁγίων Πάντων ξεκινᾷ ἡ νηστεία  
τῶν Ἁγίων Ἀποστόλων, ἡ ὁποία κρατᾷ λίγες μέρες.



Ἡ ἀρχὴ τῆς ἐναλλοίωσης, τὸ «τὰ πάντα ρεῖ» τοῦ Ἡρακλείτου, ἐναρμονίζεται  
θαυμάσια μὲ τὶς νηστείες τῆς Ὁρθοδοξίας. Ἡ ἀρχὴ αὐτὴ ἰσχύει στὴ φύση  
και στὴν κοινωνία, ἀλλὰ μμποροῦμε νὰ τὴν ἐφαρμόσουμε και στὴ διατρο-  
φὴ μας, ἐναλλοιάσσοντας τὶς τροφὲς ποὺ καταναλώνουμε στὴν καθημερι-  
νότητά μας. Ἐὰν καταφέρουμε νὰ νηστεύσουμε ὅπως ὀρίζει ἡ Ὁρθόδοξη  
Ἐκκλησία, τότε σίγουρα θὰ ἔχουμε τὴν καλύτερη δίαιτα γιὰ τὴν ὑγεία μας.



ναγίας τὸν Δεκαπενταῦγουστο, τοῦ Ἁγίου Φιλίππου  
στὶς 14 Νοεμβρίου, τὰ Χριστούγεννα και τὶς Ἀπόκριες.

Ἡ ἀρχὴ τῆς ἐναλλοίωσης, τὸ «τὰ πάντα ρεῖ» τοῦ Ἡρα-  
κλείτου, ἐναρμονίζεται θαυμάσια μὲ τὶς νηστείες τῆς  
Ὁρθοδοξίας. Ἡ ἀρχὴ αὐτὴ ἰσχύει στὴ φύση και στὴν  
κοινωνία, ἀλλὰ μμποροῦμε νὰ τὴν ἐφαρμόσουμε και  
στὴ διατροφή μας, ἐναλλοιάσσοντας τὶς τροφὲς ποὺ  
καταναλώνουμε στὴν καθημερινότητά μας. Ἐὰν κα-  
ταφέρουμε νὰ νηστεύσουμε ὅπως ὀρίζει ἡ Ὁρθόδο-  
ξη Ἐκκλησία, τότε σίγουρα θὰ ἔχουμε τὴν καλύτερη  
δίαιτα γιὰ τὴν ὑγεία μας. Οἱ ὀρθόδοξοι νηστεῖς, ἔτσι  
ὅπως ἔχουν καθιερωθεῖ στὸν χρόνο ἀπὸ τοὺς Πατέρες  
τῆς Ἐκκλησίας, ἔχουν ἐξασφαλίσει τὴν ἀρχὴ αὐτὴ τῆς  
ἐναλλοίωσης. Στὶς 14 Νοεμβρίου ἀποκρεῦουμε και τρῶμε  
κρέας χοιρινὸ μὲ σέλινα, σύμφωνα μὲ τὸ ἔθιμο. Στὴ συ-  
νέχεια ἔχουμε σαράντα ἡμέρες νηστείας, ὅμως ἀπὸ τὶς  
ζωικὲς τροφὲς ἐπιτρέπεται τὸ ψάρι. Γίνεται ἔντονη ἐναλ-  
λοία τροφῆς, ἰδιαίτερα ὠφέλιμη γιὰ τὸν ὀργανισμὸ  
μας. Στὶς γιορτές τῶν Χριστουγέννων τρῶμε πουληρικά  
(γαλοπούλα, κόκκορα, κότα). Ἀπὸ τὸ ψάρι δηλαδὴ  
περνᾶμε στὰ πουληρικά, τὰ ὁποῖα εἶναι ἐλαφρὸ κρέας.  
Τὶς Ἀπόκριες, ποὺ συνήθως ἐορτάζονται τὸ καταχειμῶ-  
νο, ἔχουν βάλει τὸ χοιρινὸ κρέας, γιὰ τὸ ὀργανισμὸς  
μας χρειάζεται λίπος, γιὰ νὰ ἀνταποκριθεῖ στὸ κρύο.  
Τὴν τελευταία ἐβδομάδα τῶν Ἀπόκρεω (Τυρινὴ) τρῶμε

Στὴ νηστεία αὐτὴ ἐπιτρέπεται τὸ ψάρι (πάσι ἀλλοίω).  
Ἀπὸ τὴν 1<sup>η</sup> ἕως τὴ 15<sup>η</sup> Αὐγούστου εἶναι ἡ νηστεία πρὸς  
τιμὴ τῆς Παναγίας. Τὴν ἐποχὴ αὐτὴ κάνει ζέστη, και  
ὑπάρχουν πολλὰ φρούτα και ζουμερὰ λαχανικά, ποὺ  
εὐνοοῦν τὴν ἀλλοίω ποὺ χρειάζεται ὁ ἀνθρώπινος  
ὀργανισμὸς, γιὰ νὰ ξεκουραστεῖ. Ὡστόσο, ἔχει θεσπι-  
στεῖ στὶς 6 Αὐγούστου, ἐορτὴ τῆς Μεταμορφώσεως  
τοῦ Σωτῆρος, νὰ τρῶμε ψάρι.

Ἡ μεσογειακὴ διατροφή, ποὺ τὴ θεωροῦν ὡς τὴν  
καλύτερη διατροφή, εἶναι ἡ διατροφή τῶν ἀρχαίων  
Ἑλλήνων. Πέρασε στὸ Βυζάντιο -ὄπου οἱ Πατέρες τῆς  
Ἐκκλησίας, και κυρίως ὁ Μέγας Βασίλειος, ποὺ ἦταν  
και ἰατρός, διαμόρφωσαν τὶς νηστείες τῆς Ὁρθοδο-  
ξίας- και στὴ συνέχεια στὸ σκληραγωγημένο γένος τῶν  
Ἑλλήνων. Ὅταν ἐλευθερώθηκε ἡ Ἑλλάδα, ἡ διατροφή  
αὐτὴ ἔγινε ἡ παραδοσιακὴ διατροφή τῶν Ἑλλήνων,  
και σήμερα αὐτὴ τὴ διατροφή τὴ λένε μεσογειακὴ,  
ἂν και εἶναι καθαρὰ ἐλληνικὴ ἀπὸ τὴν ἀρχαιότητα.  
Τηρώντας τὶς νηστείες τῆς Ὁρθοδοξίας, σὲ συνδυασμὸ  
μὲ ἐφαρμογὴ τῆς ἐλληνικῆς -μεσογειακῆς- διατροφῆς  
στὴν καθημερινότητά μας, μμποροῦμε νὰ συμβάλουμε  
και νὰ ἐξασφαλίσουμε τὴν καλύτερη ὑγεία μας, και  
ἐνδεχομένως και μακροζωϊα.

## ‘Ο Μάρτης καὶ τ’ ἀδέρφια του

Δώδεκα μεγάλῃ ἀδέρφια, δώδεκα παιδιά,  
κάθε ἀδέρφι κι ἕνας μήνας, κι ὅλοι ὀνόματα ἔχουν,  
τὸ ἀμπέλι τους τρυγῆσαν, μάζωξαν σοδειά,  
ἴσιο μέσα στὸ βαγένι μερδικὸ κατέχουν.

Τί μεγάλο τὸ βαγένι, τί πολὺ κρασί.

- Παίρνω ἐγὼ δούγα στὴ μέση.  
— Θέλω ἐγὼ τὴν πάνω.
- Ἐσύ, Μάρτη, ποιὰ χαλεύεις, ποιὰ ζητᾷς ἐσύ;
- Δῶσ’τε μου τόπο στὸν πάτο, τὸ κρασί νὰ φθάνω!

Πιάνει ὁ Μάρτης μοσχοκράσι μὲ τὸ μαστραπά,  
ζήβει μέρες, ματαζήβει, ζήβει ὅποτε θέλει,  
χαίρεται, σὰν σὲ γιορτάσι, καὶ μεθοκοπᾷ,  
μ’, ἄχ, βροντᾷ ὡς πάνω τώρα κούφιο τὸ βαρέλι.

Πᾶν’ καὶ τ’ ἄλλα παλικάρια, πᾶνε οἱ ἀδερφοί,  
ἕνας ἕνας στὸ βαγένι μὲ γυαλὶ πηλισιάζει,  
βρίσκει πρῶτος ὁ Γενάρης ἄδεια τὴν κορφή,  
πάει στὴν κάνουλα ὁ Φλεβάρης, ἀλλῆ’ αὐτὴ δὲ στάζει.

Ἀκλουθᾶνε πίσω κι οἱ ἄλλοι, μέχρι τὸν στερνό,  
μὰ δὲν πέφτει στὸ ποτήρι μιὰ σταγόνα κάτω.

- Μᾶς ξεγέλασες, ἀδέρφι, τὸ κακὸ τρανό,  
ἦπιες κι ὄλων τὸ μεράδι, τό ’πιες ὡς τὸν πάτο.
- Κάνουλα δική σας μήτε πού ’χω ἀγγίξει ἐγὼ,  
ἐγὼ τράβαγ’ ἀπ’ τὸν πύρο τὸ δικό μου μόνο,  
πῶς οἱ δοῦγες σας ἀδειάσαν, δὲν ἀνανογῶ,  
νιώθω τὸ τρανό σας ντέρτι, τὸν πικρὸ σας πόνο!
- Θέλεις τιμωρία, ἀδερφέ μας, καὶ δαρμὸ βαρὺ  
κι ἀπ’ τὸ πάτερο τὸ μέγα πρέπει σου κρεμάλα.  
Ἐνας ἄγρια τότε βρίζει, ἄλλος τὸν βαρεῖ,  
κάμποσοι τὸν συμπονοῦνε, τὸν λιποῦνται στάλα.
- Γιὰ σταθεῖτε, ἀδερφοί μας, μὴ χτυπᾶτε, μή,  
ἀπὸ δίκη ὁ ἀδερφός μας πρέπει νὰ περάσει.  
Κάποιοι ἴνεν’ ἀθῶος πῶς εἶναι, κι ὄχι πιά δαρμοί,  
αἶμα τους κι αὐτός, μαζί τους πρέπει νὰ γεράσει.

Τότε προσγελάει ὁ Μάρτης, χαίρεται γλυκὰ  
καὶ χρυσὲς ριακάδες κάνει, ξαστεράδες δείχνει,  
κι ὅταν πάλι τὸν μαλώνουν, τότε, ξαφνικά,  
βρέχει καὶ βαριά χιονίζει καὶ χαλάζια ρίχνει.





### Γλωσσάρι

*άνανογῶ* = καταλαβαίνω, νιώθω.

*βαγένι, τό* = ξύλινο βαρέλι.

*γυαλί, τό* = ποτήρι γυάλινο.

*δούγα, ἡ* = ἡ κάθε σανίδα τοῦ βαρελιοῦ ἢ τῆς κάδης, δόγα.

*ζήθω* = πίνω, ρουφῶ.

*μαστραπᾶς, ό* = κανάτα ἀπὸ πηλὸ ἢ μεταλλοῦ ἢ γυαλί, δοχεῖο γιὰ ὑγρά.

*πάτερο, τό* = χοντρὸ ὀριζόντιο δοκάρι στὴν κορυφὴ τῆς στέγης τοῦ σπιτιοῦ, ποὺ στηρίζουν κάθετοι στύλοι (ἀντιστύλια ἢ κέντες), καβαλάρης.

*πύρος, ό* = ὀπὴ στὸ κάτω μέρος τοῦ βαρελιοῦ, ἀπ' ὅπου βγαίνει τὸ κρασί, κάνουλα.

*χαλεύω* = ζητῶ, γυρεύω.

### Ὑπομνηματισμός

Δώδεκα ἀδέρφια, ἴσκει ἡ λαϊκὴ παράδοση, ἀντιστοιχοῦσαν στοὺς δώδεκα μῆνες τοῦ χρόνου. Τρύγησαν τὸ ἀμπέλι τους, πάτησαν τὰ σταφύλια στὸ πατητήρι καὶ γέμισαν μὲ μοῦστο ἓνα μεγάλο βαρέλι. Γιὰ νὰ μὴ μαλῶνουν, συμφώνησαν κι ἄνοιξαν στὸ βαρέλι δώδεκα τρύπες, ἀπὸ πάνω ὡς κάτω, ποὺ τὶς ἴσκει πύρους, κι ὁ καθένας εἶχε τὸν πύρο του κι ἔπιανε κρασί νὰ πιεῖ, ὅσο ἤθελε. Ὁ Μάρτης ζήτησε τὸν κάτω κάτω πύρο καὶ γέμιζε τὸ τσουκάλι συχνὰ κι ἔπινε κι ὄλο ἔπινε. Πῆγαν, κάποια φορὰ, κι οἱ ἄλλοι ἀδερφοὶ νὰ πάρουν κρασί, ἄνοιξε ὁ ἓνας τὸν πύρο του, ἀλλὰ δὲν ἔβγαξε κρασί, ἄνοιξε ὁ ἄλλος, δὲν ἔτρεχε σταγόνα, ἄνοιξαν κι οἱ ὑπόλοιποι, δὲ βρῆκαν τίποτε. Μόνο στὸν πάτο τοῦ βαρελιοῦ ἔσταζε λίγο κρασί. Κατάλαβαν πὼς τοὺς ξεγέλασε ὁ ἀδερφός τους ὁ Μάρτης καὶ ρούφηξε ὄλο τὸ κρασί. Ὁρμησαν τότε καὶ τὸν χτυποῦσαν. Κι ἐκεῖνος διαμαρτυρήθηκε, ἰσγοντάς τους πὼς τοὺς ἄλλους πύρους δὲν τοὺς πείραξε, ἀλλ' ἔπινε μόνο ἀπ' τὸν δικό του! Κάποιοι εἶπαν νὰ τὸν κρεμάσουν, ἄλλοι, πιὸ σπλαγχνικοί, πρότειναν νὰ τὸν δικάσουν, μήπως ἔχει δίκιο κι ἀθωωθεῖ. Κι ὁ Μάρτης ὄλο ἄλλοιζε ὄψεις. Ὅταν μερικοὶ ἔλεγαν νὰ πάει στὴν κρεμάλα, αὐτὸς ἱσπόταν κι ἔριχνε δάκρυα ἀπὸ τὰ μάτια του, καὶ σὰν ἄλλοι ἔλεγαν νὰ τὸν συγχωρήσουν καὶ νὰ τὸν ἀθώωσουν, τότε ὁ Μάρτης χαμογελοῦσε ἀπὸ χαρὰ.

Γι' αὐτό, κάθε χρόνο, ὁ Μάρτης ἀλλοιάζει μορφές. Πότε κλαίει καὶ πότε γελάει. Τὸν μαλῶνουν, συννεφιάζει καὶ ρίχνει νεροποντὲς καὶ φέρνει βοριάδες καὶ χιόνια. Τὸν ἀπαλλοιάσσουν ἀπὸ τὴν ἔνοχὴ καὶ τότε ξαστερώνει καὶ κάνει χρυσὲς ἰσκακάδες καὶ ζέσθη.

# Ἡ τραγωδία στὰ Τέμπη καὶ ὄχι μόνο

## Τὸ συγκλονιστικὸ δυστύχημα

“Ὅλοι οἱ Ἕλληνες, μικροὶ καὶ μεγάλοι, ἔχουν κυριολεκτικὰ συγκλονισθεῖ ἀπὸ τὴ φοβερὴ σύγκρουση τῶν δύο μοιραίων τρένων στὰ Τέμπη στὸς 28 Φεβρουαρίου 2023. Οἱ πρῶτοι αὐτόπτες μάρτυρες ὑπῆρξαν οἱ τραγικοὶ ἐπιβάτες, ποὺ δέχθηκαν ὄπως ξαφνικά, σὰν ἀπὸ κόπηση, τὸν ἐκκωφαντικὸ κτύπο τῆς πρόσκρουσης καὶ μαζὶ τὴν ἐκτυφλωτικὴ πύρινη μάζα ποὺ προκλήθηκε. Ἀκολούθησε ἀκαριαίως ὁ σκληρὸς θάνατος 57 ἀνθρώπων, κυρίως νέων, φοιτητῶν καὶ ἀλλήλων, ποὺ εἶχαν τοὺς νεανικοὺς τους σχεδιασμοὺς γιὰ δημιουργία. Μερικῶν τὰ σώματα βρέθηκαν διαμελισμένα, καὶ ἡ ταύτοποίησή τους ἔγινε μὲ ἐξέταση τοῦ DNA τους. Ἐνας ἀριθμὸς κατέληξε στὰ γύρω νοσοκομεῖα μὲ πολὺ σοβαρὰ ἢ ἐλαφρότερα τραύματα, καὶ οἱ ὑπόλοιποι βγῆκαν γεροὶ καὶ ὑγιεῖς, εὐχαριστώντας ἴσως τὸν Θεὸ γιὰ τὴ σωτηρία τους.

Ἀκολούθησε ὁ μακάβριος χορὸς τῶν γονιῶν, τῶν ἀδελφῶν, τῶν συγγενῶν πρῶτα, καὶ τῶν φίλων καὶ τῶν γνωστῶν τῶν θυμάτων. Αὐτοὶ ἀναζητοῦσαν μὲ μεγάλη ἀγωνία νὰ μάθουν γιὰ τὰ ἀγαπημένα τους πρόσωπα, καὶ ὅταν μάθαιναν τὸ τραγικὸ γεγονός,



θυμάτων. Ὁργανώθηκαν καὶ μεγάλες πορείες διαμαρτυρίας καὶ ἀλληλεγγύης, στὸς ὁποῖες δυστυχῶς δὲν ἔλειψαν καὶ οἱ ἀνεπίτρεπτες συγκρούσεις μὲ τὴν ἀστυνομία. Τέλος, τὴν Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας (5 Μαρτίου) ἐψάλλη ἀπὸ τὴν Ἐκκλησίᾳ μας ἐπιμνημόσυνη δέηση ὑπὲρ ἀναπαύσεως τῶν κοιμηθέντων ἀδελφῶν μας στὸ φορικὸ δυστύχημα, στὴν ὁποία παραβρέθηκε καὶ ἡ πολιτικὴ καὶ στρατιωτικὴ ἡγεσία.

Ἀμέσως σχεδὸν ἄρχισαν καὶ οἱ κομματικὲς ἀντιπαραθέσεις καὶ συγκρούσεις. Μὲ τὴν κυβέρνηση νὰ

Ἄν καὶ εἶναι πολὺ νωπὸ τὸ δυστύχημα στὰ Τέμπη, εἶναι καιρὸς γιὰ ὅλους μας, πιὸ νηφάλιοι, νὰ σκεφθοῦμε τί οὐσιαστικὸ προκύπτει γιὰ τὴ ζωὴ μας στὸ ἐξῆς. Καὶ πρῶτα νὰ ξεκινήσουμε ἀπὸ τὸν Δημιουργὸ τοῦ σύμπαντος, ποὺ κατευθύνει τὰ πάντα, καί, ἐπομένως, τὰ ἀνθρώπινα ἔργα καὶ τὶς πηγὲς πόνου γιὰ τὸν ἄνθρωπο.

ἔπεφταν σὲ γοερὸ κλάμα μὲ κινήσεις καὶ ἐκφράσεις ἀνείπωτης ὀδύνης. Μέσα σ' αὐτὸ τὸν ὀρυμαγδὸ, εἶναι θαυμαστὴ ἡ ἀλληλεγγύη ποὺ ἔδειξαν οἱ ἐπιβάτες ὁ ἕνας γιὰ τὸν ἄλλο. Τὸ γεγονός διαδόθηκε ἀστραπιαῖα μὲ τὰ μέσα ἐνημέρωσης σὲ ὅλη τὴ χώρα καὶ σκέπασε μὲ βαρὺ πένθος κάθε Ἕλληνα. Κηρύχθηκε τριήμερο πένθος. Κινητοποιήθηκαν παντοῦ, κυρίως ἀπὸ παιδιὰ καὶ νέους, διάφορες ἐκδηλώσεις συμπαραστάσης πένθους πρὸς τοὺς συγγενεῖς τῶν

Ζητᾷ «συγγνώμη» γιὰ τὸ ἀναπάντεχο δυστύχημα καὶ νὰ πρωτοστατεῖ γιὰ τὴν ἀνακούφιση τῶν οἰκογενειῶν τῶν θυμάτων. Παράλληλα, νὰ ἐκφράζει τὸ «ποτέ πιά», ἐννοώντας τὴν πρόθεση καὶ τὴν εὐθύνη νὰ ληφθοῦν τὰ ἀπαραίτητα μέτρα, γιὰ νὰ μὴ ξανασυμβεῖ ἕνα τέτοιο ἀποτρόπαιο δυστύχημα. Συγχρόνως, νὰ ἀναλαμβάνει τὴν εὐθύνη νὰ γίνουν τὸ γρηγορότερο οἱ ἔρευνες, γιὰ νὰ διευκρινισθοῦν τὰ εἰδικώτερα καὶ γενικώτερα αἷτια τοῦ φρικτοῦ δυ-

στιχήματος. Τὰ κόμματα τῆς ἀντιπολίτευσης, ἀπὸ τὴν ἄλλη, νὰ ἀσκοῦν δριμεῖα κριτικὴ στὴν κυβέρνηση γιὰ τὶς παραλείψεις της, ποὺ ὀδήγησαν στὴν ἀνείπωτη συμφορὰ.

Ὁ ἐπίλογος τῆς τραγωδίας τῶν χαροκαμμένων οἰκογενειῶν ἦρθε μὲ τὶς κηδεῖες τῶν ἀγαπημένων τους προσώπων, ποὺ ἐψάλησαν στοὺς Ἱεροὺς Ναοὺς τῆς τοπικῆς τους πατρίδας. Οἱ προσευχὲς τῆς Ἐκκλησίας, καὶ μαζὶ τῶν συντετριμμένων γονέων, τῶν οἰκείων καὶ τοῦ μεγάλου πλήθους, «αἰωνία ἡ μνήμη αὐτῶν» καὶ «μακαρία ἡ ὁδός» ποὺ ὀδηγεῖ στὸν Οὐρανό, στὴν «αἰώνια Βασιλεία τοῦ Θεοῦ», εἶναι ἡ πιὸ μεγάλη ἀνακούφιση γιὰ τοὺς ἐπιζῶντες, καὶ ὁ τελευταῖος καὶ θεῖος προορισμὸς τῶν τεθνεώτων. Οἱ πορεῖες λύπης καὶ ἀγανάκτησης χιλιάδων πολιτῶν, μικρῶν καὶ μεγάλων, εἶναι ὁ συνεχὴς τρόπος ἔκφρασης τῆς ὀδύνης ὄλων τῶν Ἑλλήνων.

### Ἡ ζῶν πηγὴ πόνου

Αὐτὴ εἶναι μιὰ σύντομη, κατὰ τὸ δυνατόν, περιγραφή τοῦ τραγικοῦ δυστυχήματος. Μιὰ ὀφειλόμενη τιμὴ πρὸς ἐκείνους ποὺ ἔφυγαν γιὰ τὸν Οὐρανὸ καὶ μιὰ βαθιὰ κατανόηση γιὰ ὅσους ἔζησαν καὶ ζοῦν τὸ μέγεθος τῆς συμφορᾶς τους.

Πέραν αὐτοῦ, ὀφείλουμε νὰ σκεφθοῦμε γενικώτερα τὸ νόημα ποὺ ἔχουν γιὰ μᾶς τὰ μεγάλα καὶ μικρὰ ἀτυχήματα μὲ κανέναν ἢ μὲ ἓναν ἢ μὲ πολλοὺς νεκρούς, ὅπως εἶναι αὐτὸ ποὺ μᾶς συνέβη. Τέτοια καὶ πολλὰ μεγαλύτερα συμβαίνουν, ὄχι μόνο στὴν πατρίδα μας, ἀλλὰ καὶ σὲ ὅλοκληρο τὸν κόσμο. Εἶναι, κατ' ἀρχάς, τὰ δυστυχήματα ποὺ γίνονται σὲ ὅλα τὰ μέσα συγκοινωνίας καὶ ὀφείλονται στὸ ἀνθρώπινο λάθος ἢ στὴν ἀμέλεια τῶν ὑπευθύνων ἢ στὴν ἀδυναμία τὰ προλαμβάνονται τὰ ἀτυχήματα ἢ σὲ ὅλα μαζὶ. Εἶναι ὅμως καὶ οἱ μεγάλες καὶ θανατηφόρες καταστροφὲς ποὺ ἔχουν τὴν αἰτία τους στὴ φύση, ποὺ ὅμως μπορούσαν νὰ ἀποφευχθοῦν ἀπὸ τὸν ἄνθρωπο, ὅπως εἶναι ἡ καταστροφὴ τοῦ φυσικοῦ περιβάλλοντος. Εἶναι, ἀκόμη, καὶ τὰ φυσικὰ γεγονότα, ὅπως οἱ σεισμοί, οἱ πυρκαγιές, οἱ καταποντισμοί, οἱ πλημμύρες, οἱ ἐπιδημίες κ.ἄ., ποὺ μπορούν νὰ προληφθοῦν ἢ νὰ περιορισθοῦν οἱ ὀδυνηρὲς συνέπειές τους, ἂν ἔχουν ληφθεῖ κάποια μέτρα ἀπὸ τὸν ἄνθρωπο. Ἡ Ἱστορία μαρτυρεῖ, ἀπὸ τὴν ἀρχὴ τῆς ἀνθρωπότητας, τέτοιες ἢ μεγαλύτερες καταστροφές, μερικὲς μάλιστα ἀναφέρονται στὴν Ἁγία Γραφή, ποὺ δὲν ὑπῆρχαν τὰ μέσα προστασίας γιὰ τὸν ἄνθρωπο. Παράλληλα ὑπῆρχαν, σὲ ὅλες τὶς ἐποχές, οἱ μεγάλοι ἢ καὶ μικρότεροι πόλεμοι, ὅπως καὶ σήμερα ἀκόμη ὁ πόλεμος τῆς Ρωσίας ἐναντίον τῆς Οὐκρανίας, μὲ τὶς χιλιάδες ἀπώλειες ἀνθρώπων ζωῶν καὶ τὶς πολλὰς ἄλλες ὀδυνηρὲς συνέπειες.



### Καιρὸς νὰ ἀνανήψουμε

Ἄν καὶ εἶναι πολλὸ νωπὸ τὸ δυστύχημα στὰ Τέμνη, εἶναι καιρὸς γιὰ ὅλους μας, πιὸ νηφάλιοι, νὰ σκεφθοῦμε τί οὐσιαστικὸ προκύπτει γιὰ τὴ ζωὴ μας στὸ ἐξῆς. Καὶ πρῶτα νὰ ξεκινήσουμε ἀπὸ τὸν Δημιουργὸ τοῦ σύμπαντος, ποὺ κατευθύνει τὰ πάντα, καί, ἐπομένως, τὰ ἀνθρώπινα ἔργα καὶ τὶς πηγὲς πόνου γιὰ τὸν ἄνθρωπο. Εἶναι ὁ ἀπρόσιτος καὶ ἀσύλληπτος Θεός, ποὺ ὑπερβαίνει κατὰ πολλὸν τὸν ἀνθρώπινο νοῦ, γιὰ νὰ τὸν συλλάβει κανεὶς πλήρως. Ὡς «ἐν ἐσόπτροις καὶ ἐν αἰνίγμασι» μόνο μπορεῖ ὁ ἄνθρωπος νὰ Τὸν προσεγγίσει. «Θεὸν οὐδεὶς ἑώρακε πώποτε. Ὁ Μονογενὴς Υἱὸς ὃς ὦν εἰς τὸν κόλπον τοῦ Πατρὸς, Ἐκεῖνος ἐξηγήσατο» (Ἰω., α' 18). Μένει ἀνεξιχνίαστος ὁ τρόπος μὲ τὸν ὁποῖο ὁ Θεὸς σκέπτεται καὶ ἐνεργεῖ. Ὅπως καὶ «ἀνεξιχνίαστος» εἶναι καὶ «ὁ πλοῦτος τοῦ Χριστοῦ» (Ἐφεσ., γ' 8).

Καὶ ἐπομένως, εἶναι πάντα ἀδικοιολόγητη ἀσέβεια νὰ τοιμᾶμε νὰ λήμε ἀγανακτισμένοι τό «Γιατί, Θεέ μου;» μετὰ ἀπὸ κάθε συμφορὰ. Ἡ νὰ κάνουμε σκέψεις γιὰ «θεοδικία», νὰ ἀποδίδουμε δηλαδὴ στὸν Θεὸ τὴν αἰτία κάθε κακοῦ ποὺ συμβαίνει στὴ φύση καὶ στὸν ἄνθρωπο. Νὰ τὴ θεωροῦμε ὡς τιμωρία. Ἐκεῖνο ποὺ γνωρίζουμε καλὰ, γιὰτὶ μᾶς τὸ ἔχει πεί, κυρίως ὁ Χριστὸς, εἶναι ὅτι ὁ Χριστὸς ἀγαπᾷ καὶ φροντίζει ὅλη τὴ δημιουργία Του καὶ ἐμᾶς τοὺς ἀνθρώπους, τὰ ἀγαπημένα παιδιά Του, μὲ ἀπόλυτη προστασία καὶ στοργή. Καὶ μᾶς τὸ δείχνει συνεχῶς,

κάθε στιγμή. Mās δίνει τὴ συνεχῆ ὑπαρξὴ καὶ τὴ ζωὴ, τὴ σωματικὴ, τὴν ψυχικὴ καὶ τὴν πνευματικὴ. Mās τροφοδοτεῖ μὲ ὅλα τὰ ἀγαθὰ Του, εἴτε μὲ ἀφθονία εἴτε μὲ στέρση. Mās προστατεύει τὴν ὑγεία, καὶ ὅταν τὴ χάνουμε, μās δίνει τὴν ἐπιστῆμὴ γιὰ νὰ τὴ ἀνακτήσουμε, ἂν δὲν κρίνει ὅτι μπορεῖ καὶ νὰ τὴ χάσουμε. Δὲν ἀποκλείει τὸν θάνατο, γιὰτὶ αὐτὸς εἶναι ἀπλὸ πέρασμα στὴν αἰωνιότητα. Mās χορηγεῖ τὸν πλοῦτο τῶν ἀγαθῶν Του γιὰ τὴ συντήρησή μας, τὴν πολιτεία καὶ τοὺς θεσμούς, γιὰ νὰ μās τὰ ἐξασφαλίζουν. Ἔχουμε τὴν Ἐκκλησίαν μας, ποὺ μās χαρίζει πάντα τὴν πνευματικὴ ζωὴ, μās στηρίζει καὶ μās παρηγορεῖ στὸν πόνο μας, μās τρέφει μὲ τὴ μυστηριακὴ ζωὴ καὶ μās συνδέει μὲ τὸν Οὐρανό.

Ἐκεῖνο ποὺ μένει σὲ μās εἶναι νὰ εὐγνωμονοῦμε καὶ νὰ εὐχαριστοῦμε τὸν Θεὸ γιὰ αὐτὰ ποὺ χαιρόμαστε καὶ γιὰ αὐτὰ ποὺ μās λείπουν. Νὰ ταπεινώσουμε τὸν ἑαυτόν, γιὰ αὐτὰ ποὺ εἴμαστε καὶ γιὰ αὐτὰ ποὺ δὲν εἴμαστε. Νὰ καταφεύγουμε στὴν Ἐκκλησίαν μας μὲ τὸ συνεχές «Κύριε ἐλέησον». Νὰ προσευχόμαστε

ἐντελῶς μάταιο νὰ σκεφθοῦμε κάτι τέτοιο. Ὁ πιστὸς ἐμπιστεύεται, ἔχει ἐπίγνωση τοῦ περιορισμένου καὶ τοῦ ἀτελοῦς τῆς βοήθειας ποὺ ἔρχεται ἀπὸ τοὺς ἀνθρώπους καί, χωρὶς νὰ τὴν ἀρνεῖται καὶ νὰ τὴν ὑποτιμᾷ, στρέφεται κυρίως πρὸς τὴν πραγματικὴ γι' αὐτὸν πηγὴ στήριξης στὶς δοκιμασίες. Ἐπαναλαμβάνει μὲ τὸν ψαλμωδὸ, «Δὸς ἡμῖν βοήθειαν ἐκ θλίψεως, καὶ ματαία σωτηρία ἀνθρώπου» (Ψαλ. 107, 13). Ἡ πίστη καὶ ἡ ἐμπιστοσύνη δὲν εἶναι μόνον ἓνα ψυχολογικὸ βίωμα, οὔτε μόνον μιὰ ἐσωτερικὴ ἀνάγκη τοῦ ἀνθρώπου. Εἶναι καὶ ἡ ἀπάντηση τοῦ Θεοῦ στὴν ἀνάγκη τοῦ αὐτοῦ.

«Πίστη εἶναι ἡ ὁδὸς ἐπὶ τῆς ὁποίας ὁ Θεὸς καὶ ὁ ἄνθρωπος βαδίζουν ὁ ἓνας πρὸς τὴν κατεύθυνση τοῦ ἄλλου. Τὸ πρῶτο βῆμα τὸ κάνει ὁ Θεός, ὁ ὁποῖος δίνει στὸν ἄνθρωπο κάποιο σημάδι τῆς παρουσίας Του» (Μητροπολίτης Ἰλληθίων, Ρῶσος, 2011). Ὁ ἄνθρωπος ἀκούει τὴ μυστικὴ κλήση τοῦ Θεοῦ καὶ κάνει τὸ δικό του βῆμα, κινούμενος ἐλεύθερα καὶ μὲ ὀλόκληρο τὸν ψυχικὸ του κόσμον πρὸς Αὐτόν. Ἀπὸ



Ἐκεῖνο ποὺ μένει σὲ μās εἶναι νὰ εὐγνωμονοῦμε καὶ νὰ εὐχαριστοῦμε τὸν Θεὸ γιὰ αὐτὰ ποὺ χαιρόμαστε καὶ γιὰ αὐτὰ ποὺ μās λείπουν. Νὰ ταπεινώσουμε τὸν ἑαυτόν, γιὰ αὐτὰ ποὺ εἴμαστε καὶ γιὰ αὐτὰ ποὺ δὲν εἴμαστε. Νὰ καταφεύγουμε στὴν Ἐκκλησίαν μας μὲ τὸ συνεχές «Κύριε ἐλέησον». Νὰ προσευχόμαστε γιὰ τὴ ζωὴ καὶ ὅλα τὰ ἀγαθὰ τῶν συνανθρώπων μας. Νὰ καταρτιζόμαστε καλὰ καὶ νὰ ἐκτελοῦμε μὲ εὐθύνη καὶ προσοχὴ τὸ ἔργο ποὺ ἀναλαμβάνουμε. Νὰ ἰκετεύουμε γιὰ ὅσους ἀδελφοὺς πεθαίνουν νὰ τοὺς ἀναπαύει ὁ Θεός, καὶ γιὰ ὅσους ἐπιζοῦν νὰ βρῆσκουν τὸν δρόμον τῆς σωτηρίας τους.



γιὰ τὴ ζωὴ καὶ ὅλα τὰ ἀγαθὰ τῶν συνανθρώπων μας. Νὰ καταρτιζόμαστε καλὰ καὶ νὰ ἐκτελοῦμε μὲ εὐθύνη καὶ προσοχὴ τὸ ἔργο ποὺ ἀναλαμβάνουμε. Νὰ ἰκετεύουμε γιὰ ὅσους ἀδελφοὺς πεθαίνουν νὰ τοὺς ἀναπαύει ὁ Θεός, καὶ γιὰ ὅσους ἐπιζοῦν νὰ βρῆσκουν τὸν δρόμον τῆς σωτηρίας τους.

### Πίστη καὶ ἐμπιστοσύνη

Παρὰ τὴ συμβολὴ τῶν μέσων ποὺ ἔχει ἀναπτύξει ὁ ἄνθρωπος γιὰ τὴ στήριξή του στὶς δοκιμασίες ποὺ ἀντιμετωπίζει (ψυχοσωματικὴ ἀντοχή, ἐπιστῆμες γιὰ τὸν ἄνθρωπον, ἀνάπτυξη τῆς τεχνολογίας κ.ἄ.), ὁ ἄνθρωπος ποτὲ δὲν θὰ μπορέσει νὰ γίνῃ ἀνεξάρτητος ἀπὸ τὸν Θεόν. Εἶναι τόση ἡ μικρότητά του ἔναντι τῆς ἀπείρου δυνάμει, τῆς ἀκατάληπτης σοφίας, τῆς ἀσύλληπτης τελειότητος τοῦ Θεοῦ – γιὰ νὰ ἀναφέρω τρεῖς μόνον ἀπὸ τὶς ἄπειρες ιδιότητές Του, ὥστε εἶναι

τὴ στιγμή αὐτή, ἀρχίζει ἡ ζωὴ μὲ πίστη καὶ ἐμπιστοσύνη. Ἕνας μυστικὸς προσωπικὸς διάλογος ἀνθρώπου καὶ Θεοῦ. Ὁ ψυχικὸς κόσμος τοῦ ἀνθρώπου ἀνοίγεται καὶ κινεῖται σὲ μιὰ ἄλλη, καθαρὰ πνευματικὴ πραγματικότητα, παράλληλα μὲ τὴν πραγματικότητα τῶν αἰσθήσεων καὶ τῆς ἀνθρώπινος λογικῆς. Κινεῖται μέσα σὲ μιὰ δυναμικὴ σχέση ποὺ διαρκῶς ἀναπτύσσεται, καθλιεργεῖται καὶ βαθαίνει. Σχέση πλήρους καὶ ἀκλόνητης ἐμπιστοσύνης, ἀπροϋπόθετης ἀποδοχῆς τῆς θείας ἀποκάλυψης, ἀγαπητικῆς ἐπικοινωνίας καὶ ἔνωσης τοῦ πιστοῦ μὲ τὸ Τριαδικὸ Πρόσωπον τοῦ Θεοῦ (Φάρου, 2010).

Σὲ αὐτὴ τὴ σχέση, μπορεῖ ὁ ἄνθρωπος νὰ ὑπερβεῖ κάθε δοκιμασία, καὶ αὐτὴ τὴν τραγωδίαν τῶν Τεμπῶν.

**ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΚΑΚΑΒΟΥΛΗΣ**  
Καθηγητὴς Πανεπιστημίου

# Στὴ μνήμη



Ἄν πέφτει κάποιο λιόδεντρο τὴν ὥρα ποὺ καρπίζει,  
πενθοῦν πουλιὰ καὶ σύνδεντρα κι ὁ ἄνθρωπος δακρύζει.  
Ἄν πέφτει κάποιο λιόδεντρο... Μ' ἂν πέφτει παλληκάρι;  
ἂν σβήνουν ἔτσι πρόωρα οἱ πρῶτοι πρῶτοι φάροι;

Σκοτάδια, ναί, λεβέντη μου. Μιᾶς κόλασps ὀδύνη,  
ποὺ δίχως φῶς ὁ ἄνθρωπος προδίνεται, προδίνει.

Μὰ χρόνος μὲ δροσόσταλα, κι ὁ πόνος μὲ τὸ θρῆνο  
ἐπότιζαν τὴ λύτρωση κι ἐβλάστησε τὸ κρίνο.  
Τὸ κρίνο μὲ τὸν ἄγγελο ποὺ ψέλλνει τὸ τροπάρι:  
« Ἄλληοῦ κορμὶ καὶ θάνατος, κι ἄλληοῦ ψυχὴ καὶ χάρη».

Μὲ πίστη, παλληκάρι μου, πὼς ζεῖς μὲ τ' ἄγγελουδία,  
στὴ μνήμη μου τ' ἀπόθεσα τῆς μνήμης τὰ λουλουδία.  
Καὶ στέλνοντάς σου τ' ἄφθαρτο κι ὀλόψυχο φιλί μου,  
πετῶ γριφὰ καὶ πένθιμα. Καὶ παίρνω τὸ βιολί μου.

Θὰ βγῶ κι ἐκεῖ στὸν τάφο σου. Κι ἂν ὄνομα δὲ γράφει.  
Δὲ ζοῦν ψυχὲς μὲ τ' ἄψυχα. Μὰ κάτι ἴεν κι οἱ τάφοι.

**ΧΡΗΣΤΟΣ ΜΠΑΣΚΟΖΟΣ**

## Κάτι είδα... άκουσα... ή μούπαν

# Ή πασχαλιά... που δάκρυσε

“Οταν τελείωσα τὸ γυμνάσιο, ἔφυγα ἀπὸ τὴν πατρίδα μου, πού τόσο ἀγαπῶ, καὶ ἦρθα στὴν Ἀθήνα, ὅπου καὶ ἐγκαταστάθηκα. Πόσο μεγάλη διαφορὰ συνάντησα! Οἱ δρόμοι τῆς πατρίδας μου, παρ’ ὅλο πού εἶχε καλὴ ρυμοτομία, φαίνονταν στενοσόκακα, συγκρινόμενοι μὲ τοὺς δρόμους τῆς πρωτεύουσας. Ὅμως μὲ τὸ πέρασμα τῶν χρόνων ἡ πατρίδα μου ἔχασε τὴν ὁμορφιά της, γιὰτὶ ὑψώθηκαν καὶ ἐκεῖ πολυκατοικίες.

Καὶ ἡ Ἀθήνα βέβαια ἄλλαξε, μὲ τὰ μεγαθήρια πού ὑψώθηκαν σὲ κάθε γωνιά της, ἀφήνοντας μόνο λίγο χῶρο, πού καὶ πού, γιὰ κάποιες διατηρητέες μονοκατοικίες. Τὸ παράπονό μου εἶναι ὅτι, τώρα πού πέρασαν τὰ χρόνια μου, καὶ ἐπειδὴ σπανίως βγαίνω τὰ βράδια ἔξω ἀπὸ τὸ σπίτι, ἐξαιτίας τῶν πολυκατοικιῶν δὲν βλέπω τὸ φεγγάρι, οὔτε ὅταν ἀνατέλλει οὔτε ὅταν δύει, καὶ βέβαια δὲν βλέπω οὔτε τὰ ἀστέρια, ἀπὸ τὰ πολλὰ φῶτα τῆς πόλης.

Σὰν μεγαλιώσει ὁ ἄνθρωπος, λιγοστεύει ὁ ὕπνος του, καὶ περνᾷ τὴ νύχτα του μισοκοιμισμένος, καὶ μακάρι νὰ μὴν πονᾷ, καὶ μισοξύπνιος μέσα σὲ ὄνειροφантаσία.

Σ’ ἓνα τέτοιο μεσοδιάστημα ὄνειροφантаσίας, βρέθηκα στὴν πατρίδα μου, ὅπως ἦταν παλιά, μὲ τοὺς ἀνθισμένους κήπους της καὶ τὶς μονοκατοικίες. Ἦταν πρωινὸ Μεγάλης Παρασκευῆς. Ὁ καιρὸς ἦταν μελαγχολικὸς, ὅπως ταιριάζει στὴν ἡμέρα.

Καθὼς περπατοῦσα ἀφηρημένα ἔξω ἀπὸ ἓνα κῆπο πού μοσομύριζε πασχαλιά, λουλουδιὰ πού ἀνθίζει τὸ Πάσχα, εἶδα κάποια λουλουδιὰ τῆς πασχαλιάς νὰ στάζουν δάκρυ. Παραξευτέηκα καὶ τὴ ρώτησα γιὰτὶ κλαίει.

Ἐκείνη, σὰν νὰ ντράπηκε πού κάποιος εἶδε τὴν ἀδυναμία της, μοῦ εἶπε ὅτι ἦταν σάπιας βραδυνῆς βροχῆς.

– Ἐἴπα, τῆς εἶπα, πές μου τὴν ἀλήθεια. Τί σὲ στενοχώρησε;

Ἐκείνη τότε δὲν κρατήθηκε καὶ μοῦ εἶπε ὅτι κάποια κορίτσια μάζεψαν λουλουδιὰ γιὰ τὸν Ἐπιτάφιο, καὶ δὲν ἔκοψαν ἀπ’ αὐτὴν οὔτε ἓνα κλωνάρι.

Τὴν παρηγόρησα καὶ τῆς εἶπα ὅτι ἀργότερα θὰ περάσουν καὶ θὰ κόψουν λουλουδιὰ, γιὰ νὰ στολίσουν τὴν εἰκόνα τῆς Ἀναστάσεως. Ἀκούγοντας αὐτὴ τὴ δικαιολογία, ἡ πασχαλιά ἀναθάρρησε καὶ σκόρπισε πιὸ ἔντονο τὸ ἄρωμά της.

Δὲν ἤθελε καὶ πολλὰ ἢ ὄνειροφантаσία νὰ ξαναγυρίσει στὴν πραγματικότητα. Ἐνῶ κοιμόμουνα, ἔνωσα μιὰ ἔντονη μυρωδιὰ νὰ μὲ διαπερνᾷ. Ἄνοιξα τὰ μάτια μου, εἶδα τὴν πασχαλιά, αἰσθάνθηκα

καὶ τὸ ἄρωμά της, πῆγα τὸ βάζο στὸ διπλάνο δωμάτιο καὶ γύρισα νὰ ξαπλώσω.

Ὅταν ξύπνησα, σκέφτηκα ὅτι τώρα πιά στὴν Ἀθήνα δὲν ὑπάρχουν γυναῖκες πού ξενυχτοῦν, γιὰ νὰ στολίσουν τὸν Ἐπιτάφιο. Οἱ Ἐπιτάφιοι στολίζονται ὠραιότατα σὲ ἀνθοπωλεῖα, χωρὶς ὅμως νὰ ὑπάρχει ἡ ψυχικὴ ἀνάταση πού ἔκανε τὴ διαφορά.

Ἄλλὰ δὲν πειράζει. Ἡ ζωὴ ἀλλιάζει, οἱ ἄνθρωποι ἀλλιάζουν, καὶ ἂς εἴμαστε ἀνοιχτοὶ νὰ δεχόμαστε τὰ πράγματα ὅπως ἔρχονται.

Καλὲς μου φίλες, εὐχομαι νὰ περάσουμε τὸ Ἅγιο Πάσχα μὲ ὑγεία, ἀγάπη καὶ χαρά.

**ΛΙΤΣΑ ΑΠΑΛΑΚΗ**



# Τὸ χαμόγελο



Σὰν τὸ ρόδο στὴ ροδιὰ  
τὸ χαμόγελο στὰ χεῖλη.  
Σὰ φιλογίτσα τόση δὲ  
στῆς εἰκόνας τὸ καντήλι.  
Καὶ φωτίζει κι ὁμορφαίνει  
καὶ τὸ πρόσωπο γλυκαίνει.

Σὰν κλειδάκι μαγικὸ  
τὶς καρδιὲς τὶς ξεκλειδώνει,  
σὰν πνοὴ δροσιᾶς μετὰ  
τρυφερὰ τὶς ξαλαφρώνει,  
κι ἔτσι νιώθουν οἱ καρδιὲς  
πεταλοῦδες λαφριές.

Σὰν μικρὸ χελιδονάκι  
τὸ χαμόγελο πετᾷ  
καὶ τὴν ἄνοιξη ἐπάνω  
στὰ φτερά του κουβαλᾷ  
καὶ στολίζει τοὺς χειμῶνες  
μὲ ριαχτίδες κι ἀνεμῶνες.

**ΜΑΡΙΑ ΓΟΥΜΕΝΟΠΟΥΛΟΥ**

Ἐπὶ τὴν ποιητικὴ συλλογὴ  
*Βοτσαλάκια τοῦ γιαιλοῦ*





# Τὰ μικρὰ τῆς ζωῆς μας



## Οἱ χαρὲς τοῦ Πάσχα

Καὶ μόνο στοῦ ἄκουσμα τῆς λέξης ἀναγαλλιάζει ἡ ψυχὴ μας, καθὼς τὴ ζήσαμε καὶ τὴν ἀγαπήσαμε ἀπὸ τὰ μικράτα μας, στολισμένη μὲ τόσες ἀναμνήσεις. Πάσχα στοῦ χωριῶ μὲ τὴ γιαγιά, ποὺ δὲν ζεῖ πιά. Μᾶς περίμενε μὲ ἀνοιχτὴ ἀγκαλιά, μὲ ὀλων τῶν εἰδῶν τὰ κουλουράκια. Τὰ ζυμωτὰ ψωμιὰ καὶ τὶς πίτες, ὅλα φρέσκα, ποὺ ἔλεγεσ πότε πρόλαβε καὶ τὰ 'φτιαξε ἡ εὐλόγημένη, ὀλονυχτὶς θὰ φούρνιζε. Πάσχα ἐκδρομικὸ, σὲ διάφορα μέρη, μὲ τὴν οἰκογένεια, εἴτε στὴν ἐξοχὴ, ποὺ μοσχοβοηθοῦσε ὀλάνθιστη, εἴτε σὲ μεγάλες πόλεις μὲ ἀξιόλογους πολιτιστικὸς θησαυροὺς, νὰ δεῖς καὶ νὰ μάθει, κατὰ τὴ λαϊκὴ ἔκφραση.

Δὲν εἶναι ποὺ θὰ τὰ ἀρνηθοῦμε ὅλα αὐτὰ τὰ γλυκύτατα καὶ θαυμαστά, ἀλλὰ κι ἐμεῖς –καὶ τοὺς φίλους νὰ παροτρύνουμε– ὡς ἀσχολληθοῦμε καὶ μὲ τὴν πνευματικὴ χαρὰ τῆς Ἀνάστασης, ἐκτὸς ἀπὸ τὶς ὑλικὲς φροντίδες, ποὺ κι αὐτὲς βέβαια

ἔχουν τὴ θέση τους στὴν πανηγυρικὴ ἀτμόσφαιρα τῆς ἡμέρας. Καὶ πιὸ πολὺ ἀξίζει ν' ἀσχολληθοῦμε προσωπικά, γιὰ νὰ ἀναστήσουν καὶ ἄνθρωποι γνωστοὶ ἢ ἄγνωστοὶ ποὺ εἶναι ἀπογοητευμένοι, πικραμένοι, ἀνήμεροὶ ἢ καὶ στερημένοι. Φίλη μου διηγεῖτο ὅτι εἶχαν ἀπὸ τὴ γιαγιά τῆς ἔθιμο νὰ πηγαίνουν κόκκινα ἀβγά, τσουρέκια καὶ γλυκὰ στοὺς πενθοῦντες, γιὰτὶ δὲν ἐπιτρεπόταν σπιτὶ μὲ πένθος νὰ φτιάξει ὅλα αὐτὰ τὰ καλοῦδια. Τὸ τηροῦσε κι αὐτὴ ἀνελλιπῶς καὶ θυμόταν μιὰ ἡλικιωμένη ποὺ εἶχε χάσει τὸν γιό της καὶ γιὰ χρόνια μετὰ τῆς ἔλεγε κάθε τόσο μὲ εὐγνωμοσύνη: «Δὲν ξεχνῶ ἐκεῖνο τὸ πικρὸ Πάσχα τοῦ πένθους, ἤσασταν ἡ μόνη ποὺ χτυπήσατε τὴν πόρτα μου». Δὲν ἦταν φτωχὴ· τὸ ἀντίθετο μάλιστα. Μποροῦσε τὰ πάντα ν' ἀγοράσει. Πεινοῦσε ὅμως καὶ διψοῦσε ἡ ψυχὴ της γιὰ ἐνδιαφέρον, συντροφιά καὶ κατανόηση.

Ὁ Κύριος ὡς ἀναστηθεῖ καὶ πάλι γιὰ ὅλους μας.

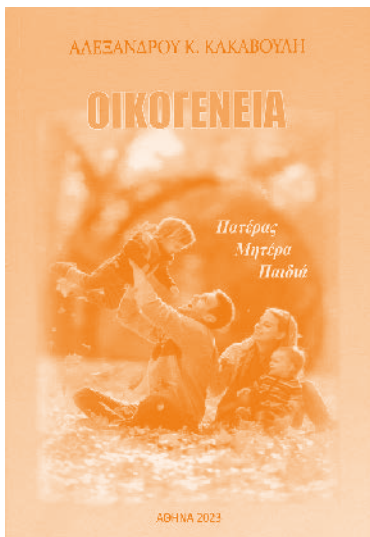
**ΚΛΕΙΩ-ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ ΚΟΥΡΑΣΗ**





## Βιβλιοπαρουσίαση

**ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ. ΠΑΤΕΡΑΣ – ΜΗΤΕΡΑ – ΠΑΙΔΙΑ**  
ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ Κ. ΚΑΚΑΒΟΥΛΗ  
ΙΔΙΩΤΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ, ΑΘΗΝΑ  
2023, 14Χ21, 178 σελ.



Το νέο βιβλίο του Καθηγητή Ἀλέξανδρου Κ. Κακαβούλη, τοῦ ὁποῦ κείμενα φιλοξενεῖ τακτικὰ τὸ περιοδικό μας, μὲ τὸν τίτλο *Οἰκογένεια. Πατέρας – Μητέρα – Παιδιά*, ἔρχεται νὰ προστεθεῖ στὴ σειρά μικροῦ

σχήματος βιβλίων τοῦ «Ἐπιστημονικοῦ Σεμιναρίου Ψυχολογίας καὶ Ἀγωγῆς» ὑπὸ τὴν ἐπιμέλεια τοῦ κ. Κακαβούλη. Σκοπὸς του, ὅπως προσδιορίζεται στὸν Πρόλογο τοῦ βιβλίου, εἶναι «*νὰ μελετήσῃ σὲ βάθος τὰ καίρια ζητήματα τῆς οἰκογένειας, ὡς τὸν κύριο ρυθμιστὴ τῆς εὐτυχίας τοῦ ἀνθρώπου*». Ἡ οἰκογένεια ἀναγνωρίζεται ὡς πανανθρώπινος θεσμὸς καὶ προσεγγίζεται στὴ βιολογική, ψυχολογική καὶ πνευματική της διάσταση.

Τὸ βιβλίο εὐλόγως ἐστιάζει στὸν ρόλο καὶ εὐθύνη τοῦ ἀνδρὰ καὶ τῆς γυναίκας, ἀπὸ τὴν πρώτη κιόλας στιγμή τῆς κοινῆς ἀπόφασής τους γιὰ γάμο, καὶ προχωρεῖ σὲ μιὰ μεθοδικὴ διερεύνηση τῶν γνωρισμάτων ποὺ ἐπιτρέπουν τὴν ἀποτελεσματικὴ λειτουργία καὶ τὴν ἐπίτευξη τῆς ἀποστολῆς τῆς οἰκογένειας. Παράλληλα, ἀναδεικνύεται καὶ τονίζεται ὁ ρόλος τῆς οἰκογένειας στὴ θέση τῶν ἀρχῶν καὶ τῶν προοπτικῶν τῆς ἀνάπτυξης τῶν παιδιῶν, τῆς θεμελίωσης τῆς προσωπικότητάς τους, τῆς χάραξης τῆς πορείας τῆς ζωῆς τους.

Ὅπως συνάγεται ἤδη ἀπὸ τὸν ὑπότιτλο τοῦ βιβλίου, ἡ πατρότητα καὶ ἡ μητρότητα πα-

ρουσιάζονται ὡς τὸ θεμέλιο τῆς συζυγίας, τῆς γέννησης καὶ τῆς ἀνατροφῆς τῶν παιδιῶν, ἐνῶ παράλληλα καταδεικνύονται οἱ ἀρνητικὲς συνέπειες τῆς ἀπουσίας ἢ δυσλειτουργίας τῆς πατρότητας καὶ τῆς μητρότητας.

Ἐπιπλέον, γίνεται λόγος καὶ γιὰ τοὺς θεσμοὺς ποὺ στηρίζουν τὴν πατρότητα καὶ τὴν μητρότητα, ἀφ' ἑνὸς μὲν τὴν Πολιτεία, ποὺ ἡ στήριξή της ἐστιάζει κατὰ βάσιν στὴν ἐξασφάλιση τῆς ὑλικῆς ὑποδομῆς τῆς οἰκογένειας, ἀφ' ἑτέρου δὲ τὴν Ἐκκλησία, ποὺ προσφέρει στὴν οἰκογένεια πνευματικὴ θεμελίωση καὶ στήριξη.

Τὸ βιβλίο αὐτὸ τοῦ Ἀλέξανδρου Κακαβούλη δὲν προορίζεται νὰ εἶναι ἓνα ἐπιστημονικὸ ἐγχειρίδιο, πάνω σὲ ἓνα θέμα ποὺ ἄλλωστε ἔχει μελετηθεῖ πολὺ καὶ πολὺπλαπῶς. Ἡ λογικὴ του δὲν φαίνεται ἴσως πουθενὰ ἀλλοῦ περισσότερο ἀπ' ὅ,τι στὴν ἀφιέρωση στὴν *Ἑλληνικὴ Οἰκογένεια, ἐκεῖ ὅπου ὁ πατέρας, ἡ μάνα καὶ τὰ παιδιά στέκουν ἀκόμη κυματοθραῦστες στὶς καταλυτικὲς προκλήσεις τῶν καιρῶν*.

**ΓΙΑΝΝΗΣ Κ. ΤΣΕΝΤΟΣ**





## Βιβλιοπαρουσίαση

**ΣΤΑΥΡΟΑΝΑΣΤΑΣΙΜΟ ΠΑΣΧΑ. ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΜΑΡΤΥΡΙΟΥ ΚΑΙ ΜΑΡΤΥΡΙΑΣ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΟΥ ΑΡΓΟΛΙΔΟΣ ΝΕΚΤΑΡΙΟΥ ΕΚΔΟΣΕΙΣ «ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ», ΑΘΗΝΑ 2021, 14Χ21, 64 σελ.**



«Στην περίοδο της πανδημίας ζήσαμε κάτι το πρωτόγνωρο και όδυνηρό», γράφει στον πρόλογο του ο συγγραφέας. Και συνεχίζει: «Κάποιοι το θεώρησαν ως άπροκάλυπτο διωγμό κατά της Εκκλησίας... Στην προκειμένη όμως περίπτωση δεν μπορούμε να μιλήσουμε για "διωγμό". Είναι πρόκληση να πιστεύουμε ότι λειτουργώντας κρυφά σε κάποιο μακρινό ξωκκλήσι αναβιώνεις τις κατακόμβες, τη μαρτυρική ζωή των πρώτων χριστιανών ή των κρυπτο-χριστιανών...».

«Τούτες οι σκέψεις ήταν ή αφορμή της σύνταξης αυτού του μικρού βιβλίου», γράφει στο τέλος ο συγγραφέας. «Πώς κάποιοι άγιοι ή άπλοϊ πιστοί έχρησαν το Πάσχα μέσα από όντως διωγμούς και δύσκολες συνθήκες. Το δικό τους Πάσχα ήταν πράγματι συσταύρωση με τον Χριστό. Ένα

σταυροαναστάσιμο Πάσχα που τους όδήγησε "εις την άνω Ίερουσαλήμ εν τη Βασιλεία των Ουρανών"».

Βαθιά συγκλονισμένοι ό αναγνώστες παρακολουθεί τί βίωσαν οί μάρτυρες που έζησαν από το 1821 και μετά - δηλαδή στους δικούς μας χρόνους. Μορφές κληρικών και λαϊκών που προτίμησαν να υποφέρουν τὰ πάνδεινα, προκειμένου να μην άρνηθοϋν την πίστη τους.

Οί αναγνώστες νιώθουμε ευγνωμοσύνη, γιατί εκείνοι ύψωσαν τη σημαία της πνευματικής αντίστασης, δίνοντάς μας θάρρος να αντιμετωπίσουμε και έμεις κάποιες δύσκολες καταστάσεις...

Άς είναι αιώνια ή μνήμη τους!

**ΗΒΗ ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ**

### Ή ανάνεωση της συνδρομής μπορεί να γίνει με τους έξης τρόπους:

#### Για συνδρομή Έσωτερικού

α) Με κατάθεση στην τράπεζα Eurobank, στον λογαριασμό που διατηρεί ή Χριστιανική Ένωσις Άκτιών ύπ' αριθμ.: 0026-0201-94-0100366081 (IBAN: GR1102602010000940100366081).

**Νά ζητάτε να σημειώνεται ρητώς το όνοματεπώνυμό σας (και μόνον) στην Αίτιολογία.**

β) Στά ΕΛΤΑ με ταχυδρομική έπιταγή στη διεύθυνση του περιοδικού (Καρύτση 14, 105 61 Άθήνα). Προβλέπεται έπιβάρυνση με ταχυδρομικά τέλη.

γ) Στά ΕΛΤΑ με έντυπο ταχυπηρωμής που συναποστέλλεται με το τελευταίο τεϋχος κάθε χρονιάς για όσους έχουν όφειλή. Σε αυτήν την περίπτωση δεν προβλέπεται έπιβάρυνση με ταχυδρομικά τέλη.

δ) Στά Βιβλιοπωλεία «ΖΩΗ» και συνεργαζόμενα βιβλιοπωλεία.

ε) Σε κατά τόπους συνεργάτες και άντιπροσώπους, οί όποιοι και θα κόβουν σχετικές άποδείξεις.

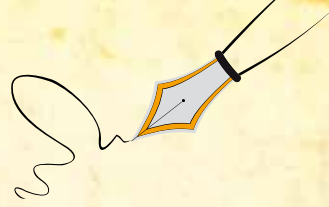
#### Για συνδρομή Έξωτερικού

Παρακαλούμε μην άποστέλλετε έπιταγές, γιατί άδυνατοϋμε να τις εισπράξουμε. Ή συνδρομή μπορεί να κατατεθεί με τραπεζικό έμβασμα. Τά στοιχεία που θα χρειαστείτε είναι:

- IBAN: GR1102602010000940100366081

- BIC/Swift Code: ERBKGRAA

**ΠΡΟΣΟΧΗ!** Όταν κατατίθεται ένα ποσό στον τραπεζικό λογαριασμό, χωρίς να αναγράφεται στην Αίτιολογία το όνοματεπώνυμο του συνδρομητή / της συνδρομητριας (άκόμη και αν αναγράφεται: «Κόσμος της Έλληνίδος συνδρομή 2023» ή ό,τι άλλο), δεν είμαστε σε θέση να γνωρίζουμε ποιά συνδρομή άφορᾷ το συγκεκριμένο ποσό! Άν τυχόν έχετε κάνει κατάθεση, άλλα έχετε άμελήσει να καταγράψετε τά στοιχεία σας στην Αίτιολογία, παρακαλούμε έπικοινωνήστε με τά γραφεία του περιοδικού (κατά προτίμηση με μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου), για να μᾶς ένημερώσετε και να μπορέσουμε να πιστώσουμε σωστά το ποσό.



# Ήξει νά διαβάσετε



Το μηνιαίο Ὁρθόδοξο Χριστιανικό Περιοδικό με την ιστορία τῶν 100 χρόνων του κοντά στὸν ἑλληνικὸ λαό.

Τὸ περιοδικὸ γιὰ τὴν Ἐπιστήμη, τὰ Γράμματα καὶ τὴν Τέχνη, με τὸ ἔνδοξο παρελθὸν καὶ τὸ δυναμικὸ “παρὼν” στὶς μάχες του κατὰ τοῦ ὕλισμου καὶ τῆς ἀπιστίας.



“Ένα περιοδικό – πολύτιμος συμπαράστατης γιὰ ἐκπαιδευτικούς καὶ γονεῖς.

Νεανικὸ περιοδικὸ τῆς “Χριστιανικῆς Φοιτητικῆς Ἐνώσεως” – με τὸν ἐνθουσιασμὸ τῆς νεότητος καὶ τὴ σφραγίδα τῆς πίστεως καὶ τῆς παιδείας.

Τὸ μηνιαῖο παιδικὸ περιοδικὸ πού κυκλοφορεῖ ἀπὸ τὸ 1946 – ἕνας πολύτιμος πνευματικὸς φίλος γιὰ τὰ Ἑλληνόπουλα.



# Άξιζει νά διαβάσετε

## Τό Όδοιπορικό τῆς Πρόνοιας

Συνεργαζόμενα Χριστιανικά Σωματεία «Ο Άπόστολος Παῦλος»

Έκδόσεις «Δαμασκός»

