



ΑΓΙΟΙ ΙΣΙΔΩΡΟΙ



ΙΟΥΛΙΟΣ 2015

ΕΤΟΣ ΙΔ' - ΤΕΥΧΟΣ 159



**Μηνιαίο Περιοδικό του Ιερού Ναού
Αγίων Ισιδώρων Λυκαβηττού.**

Διεύθυνση: Ι. Ν. Αγ. Ισιδώρων Λυκαβηττού

Τ.Θ. 4097 / 102 10 ΑΘΗΝΑ

Τηλέφωνο Ιερού Ναού: 210-3633282

Τηλέφωνο & Φαξ: 210-3635805

<http://www.agioi-isidoroi.gr>, e-mail: aisidor@otenet.gr

ΤΑ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΑΡΘΡΑ ΤΟΥ ΤΕΥΧΟΥΣ:

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΘΕΜΑΤΟΣ.....	ΣΕΛΙΔΑ
1ο	Η απαρχή της αγιότητας.....	4
2ο	Η ακολουθία της αρτοκλασίας.....	6
3ο	Η πνευματική διαθήκη του Αγίου Λουκά Κριμαίας.....	9
4ο	Η Αγία Χριστίνα.....	11
5ο	Μοναχικοί ταξιδιώτες.....	14
6ο	Περί υγείας και ευεξίας - Διατροφή και κατάθλιψη.....	16
7ο	Τα νέα από την ζωή του προσκυνηματός μας.....	18
8ο	Πρόγραμμα ιερών ακολουθιών μηνός Ιουλίου.....	24
9ο	Διηγήσεις από το γεροντικό.....	26

Εικόνα εξωφύλλου: Ουράνιο φαινόμενο κατά την διάρκεια της Θείας Λειτουργίας του Αγίου Πνεύματος στους Αγίους Ισιδώρους (1 Ιουνίου 2015).

- Διευθυντής Περιοδικού: πατήρ Δημήτριος Λουπασάκης.
- Επιμέλεια Έκδοσης & Αρχιουναξία: πατήρ Χαράλαμπος Βαρβαγιάννης

ΑΡΘΡΟΓΡΑΦΟΙ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ

Αρχιμανδρίτης
Ιγνάτιος Χατζηνικολάου
[Θεολόγος - τέως Λυκαβηττίνος]

Κων/νος
Αρ. Δημητράκοπουλος:
Δάσκαλος

Ιωάννης Μάγκος
[Εκπαιδευτικός Τεχνολόγος
Ηλεκτρολόγος Μηχανικός]

Πατήρ Σωτήριος Αμποινόπουλος
[Ιεροδιδάσκαλος]

Μαρία Παπαχρίστου
Παθολόγος - Εντατικολόγος

Νικόλαος Συλλιγαρδάκης
[Ιατρός Χειρουργός Ω.Ρ.Λ.]

Σοφία Αντωνιάδου
[Καθηγήτρια Φιλολόγος]

Ξανθή Σπυροπούλου
[Φιλολόγος]

Πόλυ Βαριζώτη - Γαλενιανού
[Διατολόγος]

Φαίη Σμυρναίου
Φοιτήτρια Πάντειου Παν/μίου

Αρχείο-Φωτογραφικό υλικό:
Ιερός Ναός



Η ΑΠΑΡΧΗ ΤΗΣ ΑΓΙΟΤΗΤΑΣ




Σε μία εποχή που ο Χριστιανισμός κατάντησε μία δύναμη εγκόσμια, και τίποτε περισσότερο, γίνεται μεγαλύτερη και επιτακτικότερη η ανάγκη για το βίωμα της αγιότητας από τους χριστιανούς. Δεν φθάνουν μόνο τα συσσίτια... Ξέρουμε πως η λέξη Άγιος σημαίνει στην Παλαιά Διαθήκη τον χωρισμένον από τον βέβηλον κόσμον. Τον καθαρό. Τον απαλλαγμένον από τις

αμαρτίες. Μην ξεχνάμε επίσης ότι και στην αρχαία Ελλάδα αναφέρεται η λέξις άγιος παραγόμενη από το ρήμα άγομαι.

Η λέξις Άγιος αναφέρεται πρώτα στον Θεό, τον κατεξοχόν Άγιον και Τρισάγιον, έπειτα στους αγγέλους, τους καθοσιωμένους στην υπηρεσία του Θεού ιερείς και προφήτες και γενικότερα, στους ευσεβείς. Να σημειωθεί δε ότι ολόκληρος ο περιούσιος λαός του Ισραήλ όφειλε να γίνει άγιος, γιατί Άγιος ήταν και ο Θεός του. **Διαβάζουμε στο Δευτερονόμιο (20,26): «Και έσεσθε μοι άγιοι, ότι εγώ άγιος ειμί Κύριος ο Θεός υμών».**

Από την Παλαιά Διαθήκη εισήχθη η χρήση του όρου «Άγιος» στην Καινή Διαθήκη, όπου Άγιος ονομάζεται ο Χριστός ως Θεός και το Πνεύμα του Θεού. Άγιοι ακόμη ονομάζονται στην Καινή Διαθήκη και όλοι οι χριστιανοί, γιατί προορισμός τους ήταν και είναι η ηθική τους τελείωσις και εξομοίωσίς τους προς τον Θεόν. Επομένως, έχουν κληθεί να γίνουν και αυτοί άγιοι.

Άγιοι είναι εκείνοι που αφοσιώθηκαν ολοψύχως στον Θεόν, που υπέταξαν το θέλημα τους στο θέλημα του Θεού και απέκτησαν την ηθική τελειότητα. Αυτό πρέπει να είναι και το χρέος των χριστιανών κάθε εποχής. Και η εποχή μας έχει μεγάλη ανάγκη από χριστιανούς αγίους. Από αφιερωμένους είτε στο ράσο, είτε λαϊκούς, ολοκληρωτικά στον Θεόν. Από κήρυκες και εφαρμοστές του λόγου Του. Από προμάχους της χριστιανικής πίστεως και ακοίμητους φρουρούς και αντιστάσεις στον πόλεμο που καθημερινά εξαπολούν επώνυμοι και ανώνυμοι πολέμιοι του Χριστού και της Εκκλησίας Του. Επειδή οι χριστιανοί δεν πρέπει να ταυτίζονται με τις αμαρτίες και τις κακοπραγίες των ανθρώπων του σκότους και των διαπλοκών, γι' αυτό και διώκονται από αυτούς, όπως το ίδιο έκαναν και στον Χριστόν. Άλλωστε, ο ίδιος είπε για αυτούς: **«ει εμέ εδίωξαν υμάς διώξουσι...» (Ιωάνν.15,20).**



Οι άγιοι, τόσο παλαιά όσο και σήμερα, εμφανίζονται ως έντονες αντιδράσεις εναντίον των υλοφρόνων, των μηδενιστών και των άθεων. Γι' αυτό και η αγιότητα έγινε ακόμη πιο δύσκολη, αλλά και ακόμη πιο αναγκαία. Και όπως έχει λεχθεί και από άλλα χείλη: «Θα έλεγε κανείς πως στην εποχή μας ανθεί και θριαμβεύει μία απέραντη βιομηχανία πειρασμών».

Μέσα σε αυτήν την παραγωγικότητα βιομηχανία. Σε αυτήν την ασταμάτητη βιομηχανία των μεθοδευμένων προκλήσεων, ο χριστιανός πραγματικά στροβιλίζεται. Μάχεται και αντιμάχεται. Κύματα απειλητικά ορθώνονται έτοιμα να τον καταποντίσουν. Εκείνη ακριβώς την ώρα έρχονται οι άγιοι, ως και αυτοί παθόντες και νικήσαντες, εν Χριστώ και δια Χριστού, και τους κρατά από το χέρι, όπως κάποτε ο Χριστός τον καταποντιζόμενο Πέτρον, (Ματ.14,30) και τους διασώζουν.

Οι άνθρωποι με ηθικές αξίες και η εμφάνισις τους με την έντονη ηθική και πνευματική ακτινοβολία, αποτέλεσαν και κατά το παρελθόν, και αποτελούν και σήμερα το αποτελεσματικότερο μέσον προβολής του λυτρωτικού ιδεώδους το οποίο, όπως γνωρίζουμε δεν διδάσκεται τόσο με τα λόγια, όσο με το ζωντανό παράδειγμα.

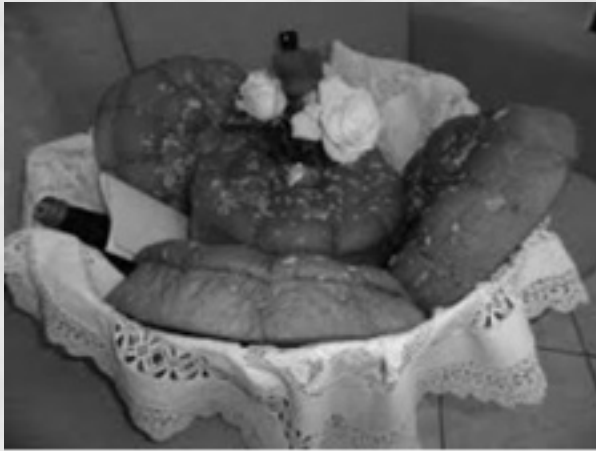
Σε μία λοιπόν τέτοια και τόσο φορτισμένη με παχυλό υλισμό και πλούσια αθεΐα εποχή, οι αληθινοί χριστιανοί, οι εν Χριστώ και δια Χριστού άγιοι, πρέπει να αφυπνιστούν. Να ενεργοποιήσουν τις δωρεές του θεού για την προστασία και την σωτηρία των συνανθρώπων τους.

Ασφαλώς και λίγοι είναι αυτοί, γιατί οι περισσότεροι συσχηματίσθηκαν και συνεμάχησαν και συμπορεύονται με τους πολεμίους του Χριστού και της ανόθευτης Χριστιανικής πίστεως.

Πρέπει να αυξηθεί ο στρατός του Χριστού. Οι αγωνιστές του Σταυρού. Να συνειδητοποιήσουμε ότι ώρα εσχάτη εστί. Επαπειλούμαστε πολλαχώς και πανταχόθεν. Δεν θέλουμε προδότες του Χριστού. Θέλουμε, και πολύ χρειαζόμαστε μάρτυρες και ομολογητές Του. Αληθινούς και μαχόμενους αγίους. Θέλουμε καθαρούς στην καρδιά, γεμάτους καλοσύνη, αυταπάρνηση και αγία ταπείνωση. Αγιότητα – Καθαρότητα, γνησιότητα και εντιμότητα. Όχι φανφάρες απατηλές εκδηλώσεις και εμφανίσεις. Όχι εκμετάλλευση ιερών και οσίων. Υπεράσπιση ναι, εκμετάλλευση όχι. Θέλουμε αντίγραφα της τελειότητας του Θεού, σύμφωνα με την εντολή Του: **«Γίνεσθε ουν υμείς τέλειοι, ώσπερ και ο πατήρ υμών ο εν τοις ουρανοίς τέλειος εστί»** (Μταθ.5,48)

*Αρχιμανδρίτης Ιγνάτιος Θ. Χαϊζηνικοδάου
Θεοδόγος- τ. Λυκειάρχης*

Η ΑΚΟΛΟΥΘΙΑ ΤΗΣ ΑΡΤΟΚΛΑΣΙΑΣ



Η Ακολουθία της Αρτοκλασίας ή της «ευλογήσεως των άρτων», σύμφωνα με το τυπικό της Εκκλησίας μας, είμαι μια μικρή ακολουθία, μέρος της Παννυχίδας - Αγρυπνίας. Είναι πολύ αγαπητή στους φιλακόλουθους πιστούς και μία από τις παλαιότερες ακολουθίες. Δέχθηκε πολλές τροποποιήσεις στο πέρασμα του

χρόνου. Στα παλαιά χρόνια αποτελούσε μέρος των Μεγάλων Εσπερινών των Αγρυπνιών των Δεσποτικών και Θεομητορικών εορτών, καθώς και εορτών Μεγάλων Αγίων που στο Μοναστηριακό τυπικό εορτάζονται με αγρυπνία. Καταγωγή της είναι οι **Αγάπες** των πρώτων χριστιανικών χρόνων. Η ονομασία της «**αρτοκλασία**» < κλάσις (τεμαχισμός) άρτου, σημαίνει τον ευλογημένο άρτο που τεμαχίζουμε και διανέμεται για ευλογία στους πιστούς. Η Αρτοκλασία δεν είναι Μυστήριο.

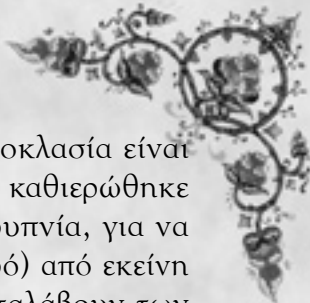
Συμβολισμοί Άρτου

Συμβολικά ο Χριστός έχει παραλληλίσει τον **Άρτο** με τον ίδιο Του τον εαυτό: «άρτος της ζωής», ο «άρτος ο ζων», «εγώ ειμί ο Άρτος ο ζων ο εκ του ουρανού καταβάς (Ιω. στ. 35,41,51). Ο Άρτος επίσης συμβολίζει την Εκκλησία, που τα μέλη της, οι πιστοί, ήταν πριν διασκορπισμένοι-όπως το σιτάρι στους αγρούς-και για τον Χριστό συγκεντρώθηκαν σε ένα σώμα.

Πότε και γιατί τελείται

Η Ακολουθία της Αρτοκλασίας τελείται στο τέλος του Μ. Εσπερινού, στο τέλος του όρθρου ή της Θ. Λειτουργίας ή και αυτοτελώς. Συνηθίζεται όταν εορτάζει ο άγιος του ναού, ο πολιούχος άγιος, όταν οι πιστοί εορτάζουν την ονομαστική τους εορτή, όταν θέλουν να ευχαριστήσουν τον Άγιο Θεό συνήθως με συνδυασμό μιας ευχαριστήριας Θείας Λειτουργίας ή όποτε προτείνει ο πνευματικός τους.

1 Πλούσιοι έγιναν φτωχοί και πεινασμένοι, αυτοί όμως που αναζητούν τον Κύριο και Θεό δεν θα τους λείψει κάποιο αγαθό.



Σύμφωνα με τον Άγιο Συμεών της Θεσσαλονίκης η Αρτοκλασία είναι **«άνωθεν παραδεδομένη εκ του Σωτήρος αυτού»** και καθιερώθηκε για να ενισχυθούν οι συμμετέχοντες στην ολονύκτια αγρυπνία, για να μπορέσουν να παραμείνουν νηστικοί (χωρίς τροφή και νερό) από εκείνη την ώρα μέχρι το τέλος της Θ. Λειτουργίας, ώστε να μεταλάβουν των Αχράντων Μυστηρίων.

Από τους πρώτους χριστιανικούς χρόνους η Αρτοκλασία συσχετιζόταν με το θαύμα του πολλαπλασιασμού των πέντε άρτων στην έρημο. Με άρτους και δύο ψάρια, ως γνωστόν, χόρτασαν 5.000 άνδρες χωρίς να υπολογίσουμε τα γυναικόπαιδα. (Ματθ. ιδ' , 15 – 21). Έτσι συνηθίζεται ο αριθμός των προσφερόμενων άρτων να είναι πέντε. Μαζί με τους άρτους ευλογούνται επίσης μικρές ποσότητες οίνου και ελαίου σε δύο μικρές φιάλες (που συμβολίζουν την αρετή της ελεημοσύνης) και πέντε αγνά μελισσοκέρια.

Σκοπός της Αρτοκλασίας σήμερα

Στην ευχή της ευλογήσεως των πέντε άρτων υπό του ιερέως ακούμε: **«και τους εξ' αυτών μεταλαμβάνοντας πιστούς δούλους σου αγίασον»**. Ευλογία στα σπιτικά μας, πολλαπλασιασμός υλικών και πνευματικών αγαθών των οικογενειών μας, των φίλων και συγγενών μας, ευχαριστία του Αγίου Θεού μας, αυτός είναι ο σκοπός της Αρτοκλασίας. Είναι μέσο μετάδοσης ευλογιών, χαρισμάτων και ιάσεων.

Συνηθίζεται ο ένας (εκ των πέντε) ευλογημένος άρτος να δίδεται στην οικογένεια των προσφερόντων και οι υπόλοιποι τεμαχίζονται και μοιράζονται για ευλογία στους πιστούς, όπως στις παλαιές Αγάπες, τα κοινά γεύματα ,πρώτων Χριστιανών...

Τελετή Αρτοκλασίας

Το τυπικό της ακολουθία της Αρτοκλασίας είναι σύντομο:

Ψάλλεται Ύμνος **«Θεοτόκε Παρθένε...»** θυμιάζοντας του ιερέως, **απαγγέλεται** η ειδική ευχή της Αρτοκλασίας: **«Κύριε Ιησού Χριστέ, ο Θεός ημών, ο ευλογήσας τους πέντε άρτους εν τη ερήμω...»**, **ακούγεται δέση** και τα ονόματα των προσφερόντων τα υλικά για την αρτοκλασία. Συνήθως ,όταν είναι πολλοί ιερείς και οι προσφέροντες την αρτοκλασία πιστοί, κατά την ώρα της επευλογήσεως των άρτων ακουμπά ο πρώτος με το χέρι τον ιερέα στον ώμο και αλυσίδα ο ένας πιστός τον άλλο. Έτσι γίνεται αφενός μεταβίβαση της Χάριτος και αφετέρου συμπροσφορά εξ όλων των πιστών. Και κλείνει η ακολουθία ψάλλοντας το αγαπημένο απόσπασμα από τον 330 ψαλμό:

«Πλούσιοι επώχευσαν και επείνασαν,
οι δε εκζητούντες τον Κύριον

ουκ ελαττωθήσονται παντός αγαθού» (Ψαλμ.33,στιχ.11).

Κάθε φορά που το ψάλλουμε ενθουσιασμένοι, κατανοούμε άραγε τι λέμε; Είμαστε οι **«εκζητούντες τον Κύριο»**; Μήπως είμαστε άπληστοι καταναλωτές υλικών αγαθών; Μήπως μεψιμοιρούμε; Μήπως αναζητούμε μόνο τον Μαμμωνά; Τι εκζητούμε **τον χρυσό**, την ύλη, τα εφήμερα ή **τον Χριστό**; Είμαστε **«πλούσιοι» «εν Κυρίω»**, πλούσιοι πνευματικά που **εκζητούμε τον Κύριο**; Τότε δεν θα μειωθούν τα αγαθά μας, γιατί δεν είναι υλικά, είναι πνευματικές οι αναζητήσεις μας. Αυτό δεν σημαίνει πως δεν θα προνοούμε για τα απαραίτητα, **«τον άρτον τον επιούσιον»**, τα αναγκαία υλικά για την επιβίωσή μας... Και αυτό θα γίνεται σύμμετρα, ως οι **«εκζητούντες τον Κύριον»!** Ως ζώντες μόνο για τον ουρανό και εν γη πολιτευόμενοι. Ως «πάροικοι και παρεπίδημοι», ως έχοντες ισχυρή την πεποίθηση ότι **«οι εκζητούντες τον Κύριον ουκ ελαττωθήσονται παντός αγαθού»!**... Αμήν

*Ξαυδή Σπυροπούδου
Φιλόλογος-Συγγραφέας*



Η υποδοχή του Ιερού Λειψάνου του Αγίου Ιούδα του Θαδδαίου στον Εσπερινό της εορτής Του

ΑΓΙΟΥ ΛΟΥΚΑ ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΟΥ ΣΥΜΦΕΡΟΥΠΟΛΕΩΣ ΚΑΙ ΚΡΙΜΑΙΑΣ Η ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΔΙΑΘΗΚΗ ΜΟΥ

(Αποσπάσματα)

Στα χρόνια της πλήρους ασυδοσίας των αντι-θρησκευτικών διαδηλώσεων και καρνάβωλων, όπου κλεύαζαν τον Κύριο Ιησού Χριστό, η καρδιά μου φώναξε: «Δεν μπορώ να σιωπώ». Στην Τασκένδη γινόταν τότε κληρικολαϊκό συνέδριο. Ήμουν παρών και για κάποιο σημαντικό πρόβλημα είχα κάνει μια ενθουσιώδη ομιλία. Αυτή η ομιλία είχε κάνει μεγάλη εντύπωση στον Επίσκοπο Τασκένδης Ιννοκέντιο και στο τέλος του συνεδρίου μου είπε ζαφνικά. «Γιατρέ πρέπει να γίνετε ιερέας». Ήταν εντελώς απροσδόκητο για μένα, αλλά τα λόγια του Αρχιερέα τα εξέλαβα ως κλήση του Θεού διά των χειλέων του και χωρίς να ταλαντευτώ ούτε ένα λεπτό, απάντησα. «Εντάξει, Σεβασμιώτατε, αν είναι θέλημα Θεού, να γίνω ιερέας».



Και την επόμενη Κυριακή, εγώ, ο καθηγητής της ιατρικής, με ξενοδονικό ράσο παρουσιάστηκα στον Επίσκοπο που στεκόταν στον θρόνο και χειροτονήθηκα υποδιάκονος και κατά την διάρκεια της θ. Λειτουργίας διάκονος. Μετά από δύο εβδομάδες ήμουν ήδη ιερέας -εφημέριος στον καθεδρικό ναό.

Ένα χρόνο και δυο μήνες πριν από αυτό το μεγάλο γεγονός στη ζωή μου, πέθανε η σύζυγος μου και μητέρα σας. Ο μικρότερος από σας, ο Βαλεντίνος, ήταν τότε έξι χρονών και ο μεγαλύτερος, ο Μιχαήλ, δεκατεσσάρων.

Μετά από δύο χρόνια και τέσσερις μήνες, ο Κύριος με αξίωσε του μεγάλου αξιώματος του επισκόπου. Η μεγάλη θεία πρόνοια για μένα και σας τα παιδιά μου φάνηκε στο ότι ο Κύριος κάλεσε στην αιωνία ζωή τη μητέρα σας, επιτρέποντας ν' ασθενήσει από καλπάζουσα φυματίωση, κι έτσι μου άνοιξε το δρόμο για τον μοναχισμό και την αρχιερατική διακονία. Όλες τις φροντίδες για σας, τα παιδάκια μου, τις ανέθεσα στον Κύριο και βέβαια, δεν διαψεύστηκα, ελπίζοντας σ' Αυτόν. Για την μέριμνα και ανατροφή σας μου έστειλε μια σχεδόν άγνωστη έως τότε γυναίκα, τη Σοφία Σεργκέεβνα Βελέτσκογια, η οποία, στη διάρκεια των φυλακί-

σεών μου και των τριών εξοριών, με μεγάλη αυταπάρνηση και αγάπη σήκωσε το βαρύ σταυρό των φροντίδων για σας στα χρόνια του λιμού, σας ανέθρεψε εξαιρετικά και σας έδωσε σχολική μόρφωση. Αργότερα όλοι σας, οι τρεις γιοί και η κόρη μου, με τις φροντίδες και την βοήθεια των αγγέλων προστατών σας, ολοκληρώσατε τις ανώτατες σπουδές σας. Ο Μιχαήλ εδώ και καιρό έχει γίνει καθηγητής, ενώ ο Αλιόσα και ο Βάλια είναι διδάκτορες των ιατρικών και βιολογικών επιστημών και σε λίγο θα γίνουν επίσης καθηγητές.

Ο Κύριος δέχθηκε όλες τις θυσίες που του πρόσφερα, και όχι μόνο δέχθηκε, αλλά πολλά άλλαξε και διόρθωσε. Εγκατέλειψα τη χειρουργική, χάρη του κηρύγματος για τον Ιησού Χριστό. Δεν σκεφτόμουν καν τη δόξα του χειρουργού, που σίγουρα μου ανήκε. Ενώ στον Θεό η δόξα αυτή ήταν χρήσιμη, σε μεγάλο βαθμό αύξανε την δύναμη και τη σημασία του κηρύγματος μου. Το αναγνωρισμένο και φημισμένο βιβλίο μου «Δοκίμια για την χειρουργική των πυογόνων λοιμώξεων» το ολοκλήρωσα στην εξορία, όταν ήμουν πια αρχιεπίσκοπος. Για την αποφασιστικότητά μου να θυσιάσω τα πάντα προς δόξαν Του, ο Κύριος μου έδωσε ένα άλλο μεγάλο талант, του εκκλησιαστικού κηρύγματος, και οι εννιά τόμοι των κηρυγμάτων έχουν αναγνωρισθεί από την πνευματική ακαδημία της Μόσχας ως «εξαιρετικό φαινόμενο στην σύγχρονη εκκλησιαστική ζωή και θεολογία» και «θησαυρός ερμηνείας της Αγίας Γραφής». Κι εγώ, ο αυτοδίδακτος στη θεολογία εξελέγην μέλος της πνευματικής Ακαδημίας της Μόσχας. Για την Εκκλησία, τα κηρύγματά μου θα έχουν ακόμη μεγαλύτερη σημασία απ' ό,τι τα «Δοκίμια για τη χειρουργική των πυογόνων λοιμώξεων».

*Συνεχίζεται
Επιμέλεια
Μαρία Παπαχρήστου*



Στηγμότυπο από την Θεία Λειτουργία της εορτής του Αγίου Πνεύματος

«Η ΑΓΙΑ ΜΕΓΑΛΟΜΑΡΤΥΣ ΧΡΙΣΤΙΝΑ»

Η Αγία μεγαλομάρτυς Χριστίνα, έζησε περί το 200 μ.Χ. καταγόταν δε από την Τύρο της Συρίας και ήταν κόρη του στρατηγού Ουρβανού. Ο πατέρας της, βλέποντας πόσα προσόντα και πόσο πανέμορφη ήταν η κόρη του, αποφάσισε να την κλείσει σ' ένα πολύ μεγάλο, πολυτελέστατο πύργο, να της δώσει εκεί πολλούς υπηρέτες, να εγκαταστήσει μέσα στο σπίτι αγάλματα των θεών, και να την προτρέπει εκεί να τα προσκυνεί. Παρά ταύτα η Χριστίνα χωρίς να έχει καμία ιδέα περί Χριστιανισμού, βλέποντας κάθε μέρα τριγύρω την ομορφιά έξω της φύσεως, την ομορφιά του κόσμου και σκεπτόμενη ότι δεν είναι δυνατόν αυτός ο κόσμος μ' αυτή την ωραιότητα, να έχει δημιουργηθεί μόνος του ή να τον έχουν δημιουργήσει αυτά τα είδωλα, μόνη της σκέφτηκε ότι υπάρχει Δημιουργός, υπάρχει Θεός. Ήταν δε τόσο καλή η πρόθεσή της ώστε έστειλε ο Θεός άγγελο κι αυτός της edίδαξε όλα τα σχετικά με τη Χριστιανική Πίστη.




Όταν κάποια μέρα ο πατέρας της μαζί με τη μητέρα της, ανέβηκαν στον πύργο να την δουν και να προσφέρουν θυσία στους θεούς, η Χριστίνα αρνήθηκε να προσκυνήσει με συνέπεια να προκαλέσει την οργή και τις απειλές του πατέρα της. Η μητέρα της την παρεκάλεσε να κάνει αυτό που θέλει ο πατέρας, διότι δε θα διστάσει ακόμη και να σε σκοτώσει. Τίποτα όμως δεν μπόρεσε να κάμψει την Αγία Χριστίνα και να προσκυνήσει τα είδωλα. Το βράδυ πριν αρχίσουν τα βασανιστήρια από τον ίδιο τον πατέρα της, ήρθε ένας άγγελος και την προειδοποίησε ότι, πρέπει να δείξεις θάρρος, διότι όχι μόνον ο πατέρας σου πρόκειται να σε βασανίσει αλλά και δύο άλλοι ηγεμόνες μετά από εκείνον θα σε υποβάλλουν σε φριχτά βασανιστήρια. Η Χριστίνα εξήγησε την ενίσχυση του Αγίου Θεού και έμεινε σταθερή στην Πίστη της.

Την εβασάνισαν χωρίς οίκτο. Την έβαλε ο πατέρας της σε έναν φοβερό τροχό κάτω από τον οποίο καιγόταν πυρ. Εκείνη δεν έπαθε τίποτε και μάλιστα αυτά τα απέδιδε ο πατέρας της σε μαγείες!

Την φυλάκισε κι έδωσε εντολή να μην της δώσουν καθόλου να φάει και να πεθάνει από την πείνα.

Και δεν έφθαναν όλα αυτά, αλλά ένα βράδυ έδωσε εντολή ο πατέρας



της σε πέντε δούλους, οι οποίοι έδεσαν στο λαιμό της Χριστίνας μία μεγάλη πέτρα, έναν μεγάλο βράχο και την έριξαν μέσα στη θάλασσα για να πνιγεί από το βάρος του βράχου. Ο Θεός όμως έστειλε αγίους αγγέλους, έλυσαν το σχοινί της πέτρας και κράτησαν την Αγία Χριστίνα επάνω στη θάλασσα και όχι μόνον αυτό· εξαιτίας αυτής της πίστεως και της επιμονής της αξιώθηκε η Αγία Χριστίνα εκείνο το βράδυ, εκεί μέσα στη θάλασσα να βαπτιστεί από τον ίδιο τον Κύριο μας.

Την άλλη μέρα εμφανίστηκε ξαφνικά μπροστά στο σπίτι του πατέρα της, τελείως αβλαβής. Και πάλι ο πατέρας της τα απέδωσε όλα αυτά σε μαντείες και σε μαγείες, την ξαναφυλάκισε και την άλλη την ημέρα είχε κατά νου να την αποκεφαλίσει, δεν πρόλαβε όμως γιατί το βράδυ εκείνο απέθανε πολύ κακώς.

Τη θέση του στο αξίωμα του στρατηγού πήρε κάποιος ονόματι Δίων. Αυτός οδήγησε την μάρτυρα στο δικαστήριο. Και εκεί η αγία ομολόγησε την πίστη της. Αμέσως οργίστηκε και διέταξε να αρχίσουν τα βασανιστήρια. Την υπέβαλε κι αυτός, σε μαστίγωμα, την έβαλε μέσα σε σιδηρά σκάφη, και έριξε καυτό λάδι. Αλλά και εκεί πάλι η Αγία Χριστίνα βγήκε αβλαβής.

Διέταξε τότε να ξυρίσουν το κεφάλι της και να την περιφέρουν γυμνή μέσα στην πόλη και να την διαπομπεύσουν και έτσι.

Την άλλη μέρα θεώρησε ο άρχων πως αν πήγαινε την Αγία στο ναό του Απόλλωνος, μήπως εκεί θα την έπειθε να προσκυνήσει το άγαλμα του Απόλλωνος. Εκεί προσευχήθηκε για να δείξει πόσο δυνατός είναι ο Θεός σε σχέση με τα αδύναμα είδωλα και το άγαλμα του Απόλλωνος έγειρε από τη θέση του και βγήκε έξω, σαράντα μέτρα περίπου. Και όχι μόνον αυτό, όταν το είδε αυτό ο άρχοντας φοβήθηκε, έπεσε κάτω στο πρόσωπο της γης και είπε, «πάλι μπόρεσαν οι μαγείες να μετατοπίσουν τον μέγα θεόν Απόλλωνα»; Τότε η Αγία Χριστίνα προσευχήθηκε και ξαφνικά το άγαλμα του Απόλλωνος έγινε συντρίμια μπροστά στα πόδια όλων. Τότε, τρεις χιλιάδες ειδωλολάτρες επίστευσαν στο Χριστό. Παρ' όλα αυτά ο άρχων δεν επίστευσε αλλά ένιωσε τόσο πολύ μεγάλη λύπη για τη συντριβή των θεών του ώστε το ίδιο βράδυ πέθανε κι αυτός.

Και ήρθε ο τρίτος άρχων, όπως της είχε πει ο Άγγελος, ο Ιουλιανός, ο οποίος έκαψε τρεις μέρες ένα πολύ μεγάλο καμίνι και μέσα στο καμίνι αυτό της φωτιάς έκλεισε την Αγία Χριστίνα, υπολογίζοντας ότι θα τη βγάλουν από μέσα κατακαμμένη και νεκρή. Πέρασαν οι πέντε ημέρες και πήγαν ν' ανοίξουν το καμίνι. Εν τω μεταξύ ορισμένοι από τους εργάτες εκεί και τους υπηρέτες άκουγαν μέσα από το καμίνι ψαλμωδίες. Η μάρτυς έψαλλε με τους Αγίους Αγγέλους μέσα, δοξάζουσα κι ευχα-

ριστούσα τον Θεό. Κι όταν βγήκε δε έξω, έμοιαζε σαν να βγήκε από λουτρό, από δροσιά και όχι μέσα από καμίνι.

Ο τυφλωμένος όμως τύραννος από την κακία του, επειδή νόμιζε πως όλα αυτά είναι μαγείες, προσέταξε και έκοψαν τώρα τους μαστούς της Αγίας, από όπου χύθηκε γάλα αντί για αίμα και στη συνέχεια την έβαλαν πάλι στη φυλακή. Και εκεί πολλές γυναίκες που βλέπαν τα θαυμάσια αυτά, έγιναν και αυτές Χριστιανές.

Εκεί λοιπόν μέσα στη φυλακή, έδωσε εντολή ο Ιουλιανός και απέκοψαν τη γλώσσα της Αγίας Χριστίνας και επειδή, βέβαια, και σ' αυτό η Αγία Χριστίνα δεν υπέκυψε, με κοντάρια που την χτύπησαν παρέδωσε το πνεύμα, λαμβάνοντας τον στέφανο του μαρτυρίου.

Η μνήμη της Μεγαλομάρτυρος τιμάται στις 24 Ιουλίου, κοντά σε άλλους αγαπημένους μεγαλομάρτυρες της πίστης μας, την Αγία Παρασκευή (26/7) και τον Άγιο Παντελεήμονα (27/7).

*Κωνσταντίνος Δημητρακόπουλος
Δάσκαλος (kdteacher@sch.gr)*



Οι αρτοκλασίες κατά την διάρκεια του Εσπερινού του Αγίου Ιούδα

ΜΟΝΑΧΙΚΟΙ ΤΑΞΙΔΙΩΤΕΣ



Μία φράση που βγαίνει χωρίς πολύ σκέψη από όλους μας είναι ότι ο άνθρωπος γεννιέται και πεθαίνει μόνος... Είναι όμως έτσι στ' αλήθεια; Είμαστε όλοι μοναχικοί ταξιδιώτες ή εν Χριστώ συνοδοιπόροι; Στην πραγματικότητα υπάρχει ένας αθέατος κό-

σμος γύρω μας που δεν μας αφήνει περιθώρια μοναξιάς. Ο Θεός είναι Πανταχού Παρόν. Ζούμε σε ένα κόσμο που Αυτός δημιούργησε και που είναι έντονη η παρουσία Του.

Πολλές φορές ένα δυσάρεστο γεγονός ή μια δοκιμασία γίνεται αφορμή να σταματάμε μέσα μας, να αναζητούμε την ελπίδα και τη σωτηρία στο υπερβατικό, σε κάτι πέρα από τον υλικό κόσμο που είμαστε προσκολλημένοι. Καταφεύγουμε στο Θεό ή στους αγίους για βοήθεια και τότε μόνο μπορούμε να δούμε πιο καθαρά τα σημάδια που μας στέλνουν και που ίσως στην καθημερινότητά μας τα παραβλέπουμε... Ικετεύουμε λοιπόν κάποιον άγιο που ίσως συχνά περάσαμε έξω από την εκκλησία που είναι αφιερωμένη στην Χάρη του, αλλά που ποτέ είχαμε χρόνο να σταθούμε για να του ανάψουμε ένα κεράκι... Που πάντα αμελούσαμε να ζυπνήσουμε το πρωί για να πάμε στη λειτουργία... Που δεν κάναμε ούτε τον σταυρό μας... αλλά που στην δύσκολη στιγμή μηχανικά θυμηθήκαμε την ύπαρξή του... αν και ήταν πάντα δίπλα μας ακόμα και όταν δεν δίναμε την πρέπουσα σημασία. Οι άγιοι, Ο Θεός, η Θεία Χάρης είναι διαθέσιμη, έτοιμη να μας πλαισιώσει αρκεί εμείς να γίνουμε δεκτικοί και να την αναζητήσουμε. Ο Άγιος Άγγελος μας στέκεται πάντα δίπλα μας. Ο Θεός λέει ζητήσετε και δοθήσεται... Αυτό που αλλάζει λοιπόν είναι η δική μας στάση. Εμείς πρέπει να συνειδητοποιήσουμε ότι είμαστε πάντα κάτω από την πρόνοια του Θεού και να τον βάλουμε στις καρδιές μας. **Υπάρχουν πνευματικοί άνθρωποι που έχουν διατηρήσει την άμεση επαφή με το Θεό γιατί είναι η Θεία Χάρης που ενεργεί σε αυτούς και μπορούν να την διοχετεύσουν και σε εμάς. Τέτοιους ανθρώπους αναζητάς στην ανάγκη... και τότε βλέπεις να προσεύχονται για εσένα άνθρωποι που δεν τους ξέρεις... Να σε κοιτάζουν στα μάτια και να διαβάσουν την ψυχή**

σου... Να δακρύζουν για το πόνο σου γιατί μάλλον τον αισθάνονται όσο και εσύ... Να σε αγγίζουν, να σε αγκαλιάζουν σαν παιδιά τους και να διώχνουν τους φόβους σου χαρίζοντας σου ελπίδα και αγάπη... Και αυτή τους η αγάπη να ενεργοποιεί το είναι σου... Την δική σου αγάπη για τον κόσμο, για όλους, για το Θεό, για τη ζωή... και την ευγνωμοσύνη... Ευγνωμοσύνη στον ξένο που είναι όμως δίπλα σου και σε παρηγορεί και σε λυτρώνει... και συνειδητοποιείς ξαφνικά ότι όλα αυτά που δεν τα διέκρινες μέχρι χθες... Είναι πολλά αυτά που δεν βλέπουμε... Όπως τα φωτοστέφανα των αγίων που ζουν ανάμεσά μας.

Αγλαΐα Γεωργοπούλου



Από την Θεία Λειτουργία της εορτής του Αγίου Ιούδα του Θαδδαίου

ΠΕΡΙ ΥΓΕΙΑΣ & ΕΥΕΞΙΑΣ

Η μέσω Διατροφής, αντιμετώπιση της Κατάθλιψης



Στην σημερινή Ελλάδα, η ανεργία, η μείωση των εισοδημάτων, η ανασφάλεια, κλπ επηρεάζουν την πλειοψηφία των πολιτών, δημιουργώντας συνθήκες που αυξάνουν την **κατάθλιψη** σε ανθρώπους όλων των ηλικιών. **Πώς αντιδράμε;**


1) Με την καθημερινή σωματική και πνευματική άσκηση, & με την διατροφή μας.
2) Βοηθούν σ' αυτό και άλλες **ψυχολογικού περιεχομένου πρακτικές** όπως: **να μην κλείνεται στο σπίτι-και στον εαυτό του**, να φοράει διαφορετικά ρούχα κάθε μέρα & να βγαίνει έξω για να συναναστρέφεται άλλους ανθρώπους, ξεπερνώντας έτσι την δυσθυμία που φέρνει η κατάθλιψη. Τελευταίο αλλά και σπουδαιότερο: **η καθημερινή προσευχή μας**, η αυτοσυγκέντρωση και η **επαφή με τον κατάλληλο για εμάς πνευματικό**. 3) **Τα Συμπτώματα της Κατάθλιψης**. (αίσθημα θλίψης, έλλειψη ενδιαφέροντος ή άντλησης ευχαρίστησης από δραστηριότητες που προηγουμένως ευχαριστούσαν, μείωση της όρεξης για φαγητό, αϋπνία, αίσθημα κόπωσης, ενοχές ή αίσθημα απαξίωσης εαυτού, έκπτωση στην προσοχή και την συγκέντρωση, αυτοκτονικός ιδεασμός ή επαναλαμβανόμενες σκέψεις θανάτου.(για τουλάχιστον 2 συνεχόμενες εβδομάδες,προκειμένου να είναι κατάθλιψη).

4) **Ο ρόλος της διατροφής, είναι βασικός παράγων στην πρόληψη και θεραπεία της κατάθλιψης**. Οι παρακάτω τροφές είναι κατάλληλες, για την πρόληψη & μείωση των συμπτωμάτων της κατάθλιψης.

A) **τροφές πλούσιες σε $\omega 3$ λιπαρά οξέα**: i) λιπαρά ψάρια, (λαβράκι, σαρδέλα, σκουμπρί, γάδος, αθερίνα, κολιός, πέστροφα, μαρίδα, σολωμός, καλαμάρια, γαρίδες, ξιφίας, παλαμίδα, κυπρίνος, χέλι), ii) σαλιγκάρια, καρύδια, το σογιέλαιο & το φυσικέλαιο/ (φυσικοβούτυρο).

B) **Βιταμίνες** (B6 και B12) i) Τροφές πλούσιες σε βιταμίνη B6, : συκώτι, τα αυγά, τα δημητριακά, τα όσπρια και ii) σε βιταμίνη B12: το κρέας, τα πουλερικά και τα γαλακτοκομικά.

Γ) Η βασική πηγή ενέργειας για τον εγκέφαλό μας είναι **η γλυκόζη**. Τα αποθέματα γλυκόζης στον οργανισμό μας εξαντλούνται γρήγορα. Αυτό σημαίνει ότι αν δεν φάμε ανά τακτά χρονικά διαστήματα τα εγκεφαλικά μας κύτταρα δεν θα έχουν την κατάλληλη πηγή ενέργειας. Πέρα από τους τρόπους άμυνας που διαθέτει ο κάθε άνθρωπος, συγκεκριμένες τροφές, όπως οι υδατάνθρακες, προάγουν τη σύνθε-



ση σεροτονίνης, ορμόνης που συνδέεται με την καλή διάθεση. (Σημ. Η δράση αρκετών αντικαταθλιπτικών φαρμάκων βασίζεται στην παραγωγή σεροτονίνης.)
Δ) **Υδατάνθρακες** Προτιμάμε τους σύνθετους υδατάνθρακες, όπως τα **φρούτα και τα λαχανικά, τα δημητριακά ολικής άλεσης, και το μαύρο ψωμί**, που απορροφώνται πιο αργά αλλά προσφέρουν ευεξία για μεγαλύτερο διάστημα αφού παραμένουν για περισσότερο χρόνο στην κυκλοφορία και είναι κατάλληλες πηγές ενέργειας για τον εγκέφαλό μας.

Ε) Οι επεξεργασμένοι υδατάνθρακες, πχ. η ζάχαρη, προσφέρουν άμεση μεν, αλλά προσωρινή ανακούφιση, γιατί απορροφώνται γρήγορα από τον οργανισμό, αλλά με την έκκριση ινσουλίνης γρήγορα απομακρύνονται. Σαν εναλλακτική στα αναψυκτικά του εμπορίου (που συνήθως έχουν μεγάλη περιεκτικότητα σε ζάχαρη) προτιμάμε: ένα ποτήρι χυμό πορτοκάλι, ή πορτοκάλι με λεμόνι, ή grape fruit.

ΣΤ) Τα φασόλια, οι φακές, τα ρεβίθια, οι ξηροί καρποί, οι σπόροι, τα φρούτα και τα λαχανικά, είναι πλούσια σε μία σειρά βιταμινών και ιχνοστοιχείων και αποτελούν καλή τροφή για τον εγκέφαλό μας. Έχουν χαμηλό γλυκαιμικό φορτίο, (το οποίο σημαίνει ότι απελευθερώνουν την ενέργεια αργά στο αίμα μας) , με αποτέλεσμα να έχουμε σταθερή τροφοδότηση γλυκόζης στον εγκέφαλο. Επιπλέον, αυτές οι τροφές είναι πλούσιες σε φολικό οξύ και ψευδάργυρο, τα οποία παίζουν σημαντικό αντικαταθλιπτικό ρόλο .

Ζ) Ένα από τα δομικά συστατικά των πρωτεϊνών, η τρυπτοφάνη, παίζει ένα σημαντικό αντικαταθλιπτικό ρόλο. Έρευνες έχουν δείξει ότι η προσθήκη καθαρής τρυπτοφάνης στη διατροφή ατόμων με κατάθλιψη μπορεί να βελτιώσει την διάθεσή τους. Το κρέας, το ψάρι, τα αβγά, το γάλα, το τυρί, οι ξηροί καρποί (με εξαίρεση τα φιστίκια), οι σπόροι, οι φακές και τα φασόλια είναι όλα καλές πηγές τρυπτοφάνης.

Η) **ΝΕΡΟ**. Ακόμα και όταν είμαστε αφυδατωμένοι σε μικρό ποσοστό, η διάθεσή μας μπορεί να επηρεαστεί αρνητικά, άρα πίνετε τόσα υγρά ώστε τα ούρα σας να έχουν ανοικτό χρώμα. Δοκιμάστε πράσινο τσάι, και χυμούς, εκτός από νερό για να καλύψετε τις ανάγκες σας.

*Πόλυ Βαριζιώτη - Γαλενιανού
Διατοδόγος*

*Φερρών 22 , Πλ.Βικτωρίας , Αθήνα 10434
210-822.67.55, 6944.500.662
e-mail: polyvartz@gmail.com*

Μιχάλης Γ. Γαλενιανός

*Ασφάδεις Ζωής, Υγείας, Σύνταξης , Αυτοκινήτων, Πυρός, Μεταφορών, Α/Κ , κλπ
Τηλ. 6944 83 83 48, 210 – 699 51 58
e-mail: m.g.galemianos@gmail.com*

ΤΑ ΝΕΑ ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ ΤΟΥ ΠΡΟΣΚΥΝΗΜΑΤΟΣ ΜΑΣ



❖ Με ιδιαίτερη λαμπρότητα αλλά και ιερή κατάνυξη εορτάσαμε την **Δευτέρα 1η Ιουνίου την εορτή του Αγίου Πνεύματος. Η Θεία Λειτουργία επιτελέσθηκε υπαίθρια στο Ιερό Εικονοστάσιο** που είναι αφιερωμένο στην ομώνυμη εορτή παρουσία μεγάλου πλήθους πιστών.

Ο κόσμος άρχισε να συρρέει από την αρχή του όρθρου ώστε να παρακολουθήσει την ακολουθία ενώ στην αρχή της Θείας Λειτουργίας όλος ο εξωτερικός χώρος πάνω και κάτω από το ιερό εικονοστάσι είχε ασφυκτικά γεμίσει από τους προσκυνητές των Αγίων Ισιδώρων προκειμένου να απολαύσουν **μία ουράνια Θεία Λειτουργία**. Με συγκίνηση και δέος όλοι ήταν προσπλωμένοι στα Θεία Λόγια της Εκκλησία μας αφιερωμένα στην εορτή του Αγίου Πνεύματος, ενώ παράλληλα παρακολουθούσαν τον εφημέριο μας να προετοιμάζεται και να επιτελεί την Θεία Λειτουργία με ιδιαίτερη κατάνυξη.



Μετά το πέρας της Θείας Λειτουργίας και αφού οι περισσότεροι μετέλαβαν των ακράντων μυστηρίων, εψάλλει αρτοκλασία και μετά ο αγιασμός επί τη πρώτη του μηνός. **Στο τέλος όλοι παρακολουθήσαμε ένα εξάισιο και σπανιότατο ουράνιο φαινόμενο. Ακριβώς πάνω από τον ευρύτερο χώρο των Αγίων Ισιδώρων και του Λυκαβηττού είχε σχηματισθεί ένα τεράστιο στεφάνι από το ουράνιο τόξο, στη μέση του οποίου έλαμπε ο ήλιος.** Αυτό δι-

ήρκησε αρκετή ώρα και όλοι έκπληκτοι έβγαζαν φωτογραφίες από αυτό το σπάνιο φαινόμενο ενώ όλοι το θεώρησαν ως εξαιρετική ευλογία και σημείο.

Ευχόμαστε προς όλους τους προσκυνητές των Αγίων Ισιδώρων και των ακροατών του διαδικτυακού ραδιοφωνικού σταθμού, το Άγιο Πνεύμα να μας αγιάζει, να μας ευλογεί να μας φωτίζει και να μας οδηγεί στην οδό της σωτηρίας.



Το μεσημέρι της ίδιας ημέρας ετελέσθη το μυστήριο της βαπτίσεως όπου πνευματικά παιδιά του Ιερού

μας **Ναού ο Βασίλης Τσιτσιανόπουλος και η συζυγός του Μαρία** βάπτισαν την κορούλα τους η οποία έλαβε το όνομα **Δέσποινα**. **Ανάδοχοι ήταν οι δύο κόρες του εφημερίου μας π. Δημητρίου, η Αικατερίνα-Σταυρούλα και η Ειρήνη – Νίκη**. Ευχόμαστε στους γονείς της νεοφώτιστης Δέσποινας να τους ζήσει, να είναι πάντα ευλογημένη και στις νονές να είναι πάντα άξιες.

❖ **Την Κυριακή 7 Ιουνίου** μνήμη των Αγίων Πάντων επιτελέσθηκε Θεία Λειτουργία, **στο τέλος της οποίας εψάλλει το ιερό μνημόσυνο του μακαριστού γέροντος Αντωνίου Ιερομονάχου.**

Ο πατήρ Αντώνιος Μορφέσης γεννήθηκε και μεγάλωσε στην **Ιθάκη** ενώ υπηρέτησε στο Ελληνικό στρατό σε δύσκολα χρόνια ως ασυρματιστής μαζί με τον **πατέρα Ιάκωβο Τσαλίκη**. Μετά μετανάστευσε στην Αμερική, όπως και εκατομμύρια άλλοι Έλληνες σε όλο το κόσμο. Στην αρχή εργαζόταν σε διάφορες δουλειές, όμως τα καλέσματα του Κυρίου ήταν τόσα πολλά και δυνατά ώστε ήταν αδύνατο να



τα αγνοήσει και αποδέχτηκε τη κλήση. Εκάρει μοναχός χειροτονήθηκε και κατόπιν υπηρέτησε σε πολλές ενορίες του ελληνισμού στην Αμερική ενώ επιτέλεσε τεράστιο πνευματικό και ιεραποστολικό έργο. Σε όποια εκκλησία διακονούσε συνέρρεε πλήθος λαού γιατί όλοι αναγνώριζαν στο πρόσωπο του πατρός Αντωνίου τον γνήσιο φίλο του Χριστού, τον καλό ποιμένα, τον ιατρό των ψυχών και των σωμάτων, τον διώκτη των ακαθάρτων πνευμάτων. Σε ηλικία 33 ετών ο Κύριος τον αξίωσε να λάβει ουράνια χαρίσματα και όπως ο ίδιος έλεγε ενώ το Άγιο Πνεύμα του έδωσε την Χάρη ώστε να επιτελούνται τα θαυμαστά που χαρακτήριζαν την υπόλοιπη ζωή του. Υπάρχουν αμέτρητοι άνθρωποι που μαρτυρούν για την ευεργεσίες και τις ιάσεις που έλαβαν από τον μακαριστό Αντώνιο και όλοι μιλούν για ένα φλογερό κήρυκα της πίστεως. Η χάρη του είχε λάβει από τον Θεό ήταν τόσο δυνατή ώστε με μία κίνηση των χειρών ή κάποια προσευχή επιτελούνται θαύματα και ιάσεις, ενώ πλήθος ασθενών είχαν ελευθερωθεί από τα δεσμά του διαβόλου. Σε όσους είχαν την ευλογία να τον γνωρίσουν και να μιλήσουν μαζί του, τα λόγια του ήταν βάλαμο που άγγιζαν τα βάθη της ψυχής τους, ενώ έχοντας λάβει το διορατικό και προορατικό χάρισμα ομιλούσε με παρρησία, βοηθώντας και σώζοντας αμέτρητες ψυχές ανθρώπων. Αρκούσε ένα

άγγιγμα του γέροντα στο μέτωπο του ανθρώπου και η Χάρις του Αγίου Πνεύματος ενεργούσε δυνατά και άμεσα, διώχνοντας κάθε πρόβλημα πνευματικό ή σωματικό. Ευλογημένη η Ορθόδοξη Εκκλησία της Αμερικής που είχε στα σπλάγχνα ένα τέτοιο χαρισματικό ιερέα, ο οποίος ακατάπαυστα εργαζόταν για τη σωτηρία του ποιμνίου του αλλά και για την διάδοση του λόγου του Θεού αφού πλήθους αλλοθρήσκων και αλλοφύλων είχαν ασπαστεί την ορθοδοξία και είχαν βαπτιστεί από τον πατέρα Αντώνιο. Πολλοί εξ' αυτών ήταν ασθενείς, αφού ελάμβαναν την θεραπεία εξ' ουρανού δια των χειρών του οσίου γέροντος, μετά αυτό τους οδηγούσε στην Ορθοδοξία. Σε αναγνώριση της προσφοράς και του έργου του, **ο μακαριστός Οικουμενικός Πατριάρχης Κωνσταντινουπόλεως Δημήτριος του χάρισε τον Σταυρό του Οικουμενικού Θρόνου.** Μετά την οσία του κοίμησε το κενό που άφησε είναι τεράστιο και δυσαναπλήρωτο, όμως ο γέροντας ποτέ δεν εγκατέλειψε το ποίμνιο του. Από τον ουρανό δέεται και πρεσβεύει για όλους όσους τον γνώρισαν και ευεργετήθηκαν αλλά και για αυτούς που δεν τον γνώρισαν στην επίγεια ζωή του, αλλά έμαθαν για αυτόν και επικαλούνται τις πρεσβείες του. **Ας έχουμε την ευχή του.**



❖ **Την Πέμπτη 11 Ιουνίου** τελέστηκε Θεία Λειτουργία επί τη μνήμη των **Αγίων Αποστόλων Βαρνάβα και Βαρθολομαίου.** Με την ευκαιρία αυτή, ευχόμαστε αδελφικά στον **Πανοσιολογιώτατο Αρχιμανδρίτη, πατέρα Βαρνάβα Θεοχάρη** ιερατικό προϊστάμενο του **Άγιου Ελευθέριου Γκύζη,** χρόνια πολλά, ευλογημένα και ο Κύριος να του χαρίζει πλούσιες ευλογίες στο θεάρεστο έργο του. Την ίδια ημέρα τιμήσαμε και την μνήμη του **Αγίου Λουκά Αρχιεπισκόπου Κριμαίας, του ιατρού και θαυματουργού,** ενός σύγχρονου ομολογητού της πίστεως και ανάργυρου ιατρού ο οποίος υπέστη εξορίες, φυλακίσεις, διωγμούς ενώ εκοιμήθη το 1961 και κατετάγη ανάμεσα στους αγίους της Ορθόδοξου Εκκλησίας. Όσοι πιστοί προσήλθαν στην Θεία Λειτουργία είχαν την ευλογία να προσκυνήσουν τεμάχιο Ιερού Λειψάνου του Αγίου Λουκά.



❖ **Την Παρασκευή 12 Ιουνίου** τελέστηκε η Θεία Λειτουργία επί την μνήμη των **Οσίων Πατέρων Ονουφρίου και Πέτρου του εν Άθω.**

Με την ευκαιρία της εορτής του **Οσίου Ιερωνύμου [Δευτέρα 15 Ιουνίου]** ο εφημέ-

ριος, το περιοδικό μας, οι συνεργάτες και όλο το προσωπικό του Ναού μας, **απευθύνουμε τις πιο θερμές ευχές και την αγάπη μας στον Μακαριώτατο Πατέρα και Αρχιεπίσκοπό μας κ.κ. ΙΕΡΩΝΥΜΟ Β΄**, και παρακαλούμε το Θεό να τον ευλογεί και να τον ενισχύει, ώστε να συνεχίσει να κρατά στα χέρια του το πηδάλιο του σκάφους της Εκκλησίας μας, για το καλό της ορθόδοξης χριστιανικής μας πατρίδος.

❖ **Την Παρασκευή 19 Ιουνίου** πανηγυρίσαμε με ιδιαίτερη λαμπρότητα την ιερή μνήμη του Αγίου Αποστόλου Ιούδα του Θαδδαίου. **Ο Απόστολος Ιούδας ήταν γιος του Ιωσήφ του Μνήστορος και αδελφός του Ιακώβου του Αδελφοθέου. Ανήκει στη χορεία των Δώδεκα Αποστόλων του Χριστού μας.** Κήρυξε το Ευαγγέλιο στη Μεσοποταμία. Θεράπευσε τον άρχοντα της Εδέσσης τον Αύγαρο από την λέπρα που τον βασάνιζε, συνέχισε το κήρυγμά του στην πόλη Αραρά κι εκεί μαρτύρησε αφού οι άπιστοι τον κρέμασαν σε δέντρο και τον τόξευσαν μέχρι θανάτου.



Η Ιερά Πανήγυρις του Αγίου έλαβε χώρα στο Ιερό Εικονοστάσι που είναι αφιερωμένο στην μνήμη του, στον προαύλιο χώρο των Αγίων Ισιδώρων. Την παραμονή της εορτής **Πέμπτη 18 Ιουνίου** έγινε η υποδοχή **τεμαχίου Ιερού Λειψάνου του Αγίου** και στην συνέχεια εψάλλει ο **Πανηγυρικός Εσπερινός** με την παρουσία πλήθους πιστών και στην συνέχεια ακολούθησε ιερά αγρυπνία την οποία τέλεσε **π. Ηλίας Αντωνόπουλος.** Το πρωί της κυριωνύμου ημέρα εψάλλει ο **Όρθρος και η Πανηγυρική Θεία Λειτουργία,** ενώ η κοσμοσυρροή ήταν μεγάλη. Ο εφημέριός μας σε όλες τις ακολουθίες της εορτής στους λόγους του μίλησε για τον βίο του Αγίου αλλά και για την αιτία που τοποθετήθηκε το εικονοστάσι του Αγίου κατόπιν Θείας Οικονομίας. Κατά την διάρκεια της ημέρας δεν σταμάτησαν να έρχονται οι πιστοί ώστε να προσκυνήσουν την **Εικόνα και το Ιερό Λείψανο του Αγίου Αποστόλου Ιούδα του Θαδδαίου** αλλά και την **χάρη του Τιμίου Σταυρού που είχε τεθεί εις προσκύνηση και ευλογία.**

Το απόγευμα της ίδιας ημέρας στις 7.30μ.μ εψάλλει ο μεθεόρτιος εσπερινός



και η παράκληση του Αγίου, ενώ μέχρι αργά το βράδυ συνεχιζόταν η συρροή του κόσμου για να προσκυνήσουν την Χάρη του Αγίου Αποστόλου και να ζητήσουν την μεσιτεία Του. **Ας έχουμε όλοι τις πρεσβείες του προς τον Κύριό μας.**

❖ **Το Σάββατο 20 Ιουνίου** το απόγευμα στις 6, σε εκπομπή του ραδιοφωνικού σταθμού **ATHENS 107,7 FM** που παρουσιάζει η δημοσιογράφος **Νατάσσα Κρητικού**, προσκεκλημένοι ήταν ο εφημέριός μας **π. Δημήτριος** και μία ομάδα νέων του ναού μας για να μιλήσουν για το έργο που επιτελείται και τις δραστηριότητες που αναπτύσσονται στον Ιερό Ναό των Αγίων Ισιδώρων.



❖ **Την Τετάρτη 24 Ιουνίου** εορτή του Γενεθλίου του Αγίου Ιωάννου του Προδρόμου εόρτασε το αριστερό κλίτος του εικονοστασίου της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος Χριστού. **Την Τρίτη 23 Ιουνίου** στις 7.30 το απόγευμα τελέσθηκε ο πανηγυρικός εσπερινός παρουσία πλήθους πιστών που προσήλθε για να προσκυνήσει την χάρη του Αγίου και **μικρό τεμάχιο Ιερού του Λειψάνου**. Το πρωί της εορτής εψάλη ο Όρθρος και η **Πανηγυρική Θεία Λειτουργία** την οποία παρακολούθησε πλήθος προσκυνητών. Το απόγευμα της ίδιας ημέρας **στις 7.30μ.μ** εψάλη ο μεθεόρτιος εσπερινός και η παράκληση του Αγίου. **Ας έχουμε όλοι τις πρεσβείες Του.**



❖ **Την Κυριακή 28 Ιουνίου** μετά την Θεία Λειτουργία πραγματοποιήθηκε η **6η αιμοδοσία** στο αρχονταρίκι του Ιερού μας Ναού αφού ο ναός διατηρεί τράπεζα αίματος στο **Κρατικό Νοσοκομείο «Άγιος Σάββας»** όπου υπεύθυνος της αιμοδοσίας είναι ο άοκνος εργάτης του ναού μας **Λεωνίδας Παγιάτης** διοικητικός προϊστάμενος του νοσοκομείου. **Θερμά ευχαριστούμε τους αιμοδότες μας και τους ευχόμαστε ο Θεός να τους ευλογεί και οι Άγιοι Ισιδωροι να τους χαρίζουν πλούσια τα αγαθά τους.**

❖ Την Δευτέρα 29 Ιουνίου τιμήσαμε τους Πρωτοκορυφαίους Αποστόλους Πέτρο και Παύλο στην Θεία Λειτουργία ενώ την Τρίτη 30 Ιουνίου εορτάσαμε την σύναξη των Αγίων 12 Αποστόλων. Ο Πέτρος μετά την Πεντηκοστή, κήρυξε στην Ιουδαία, την Αντιόχεια, τον Πόντο, τη Γαλατία, την Καππαδοκία, για να καταλήξει στη Ρώμη όπου είχε μαρτυρικό τέλος. Σταυρώθηκε με εντολή του Νέρωνα, με το κεφάλι προς τα κάτω. **Ο Παύλος, ο «κλιτός Απόστολος»** έκανε αποστολικές περιοδείες στην Κύπρο, τη Μικρά Ασία, την Ελλάδα για να καταλήξει και αυτός στην Ρώμη όπου είχε μαρτυρικό τέλος δια αποκεφαλισμού. Επ' ευκαιρία της εορτής στον λαμπαδάριο του ναού μας **Απόστολο Παπαχρήστο**, ευχόμαστε ο Κύριος να του χαρίζει υγεία και πρόοδο στη ζωή του.



*Επιμέλεια
Νικόλαος Καββαδάς*



Η ανάγνωση της ευχής του Αγίου Ιούδα του Θαδδαίου

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΙΕΡΩΝ ΑΚΟΛΟΥΘΙΩΝ ΜΗΝΟΣ ΙΟΥΛΙΟΣ 2015



Τετάρτη 1 Ιουλίου [7.30 π.μ.]	Αγίων Αναργύρων Κοσμά και Δαμιανού Όρθρος & Θεία Λειτουργία-Αγιασμός
Κυριακή 5 Ιουλίου [7.30 π.μ.]	Ε' ΜΑΤΘΑΙΟΥ , Οσίου Αθανασίου εν Άθω Όρθρος & Θεία Λειτουργία
Τρίτη 7 Ιουλίου [7.30 π.μ.]	Αγίας μεγαλ. Κυριακής Όρθρος & Θεία Λειτουργία
Τετάρτη 8 Ιουλίου [7.30 π.μ.]	Αγίου μεγαλ. Προκοπίου Όρθρος & Θεία Λειτουργία
Κυριακή 12 Ιουλίου [7.30 π.μ.]	ΣΤ' ΜΑΤΘΑΙΟΥ , Αγίας Βερονίκης Όρθρος & Θεία Λειτουργία
Παρασκευή 17 Ιουλίου	Αγίας μεγαλ. Μαρίνης
Σάββατο 18 Ιουλίου	Αγίου Αιμιλιανού
Κυριακή 19 Ιουλίου [7.30 π.μ.]	Ζ' ΜΑΤΘΑΙΟΥ , Αγίων πατέρων Δ' Οικ. Συνόδου Όρθρος & Θεία Λειτουργία



Δευτέρα 20 Ιουλίου Προφήτου Ηλίου του Θεοβίτου

Παρασκευή 24 Ιουλίου Αγίας μεγαλομάρτυρος Χριστίνας

Σάββατο 25 Ιουλίου Κοίμησης Αγίας Άννης

Κυριακή 26 Ιουλίου **Η' ΜΑΤΘΑΙΟΥ**, Αγίας Παρασκευής
[7.30 π.μ.] Όρθρος & Θεία Λειτουργία

Δευτέρα 27 Ιουλίου Αγίου Παντελεήμονος του Ιαματικού

Τρίτη 28 Ιουλίου Αγίας Ειρήνης Χρυσοβαλάντου

ΟΙ ΑΓΙΟΙ ΙΣΙΔΩΡΟΙ ΣΤΑ ΕΡΤΖΙΑΝΑ ΚΥΜΑΤΑ

Κάθε Κυριακή και μεγάλες εορτές, ο Όρθρος και η Θεία Λειτουργία θα μεταδίδονται ζωντανά από τον ραδιοφωνικό σταθμό Athens 107.7 στα FM. Έτσι λοιπόν πέραν της αναμετάδοσης των ιερών ακολουθιών μέσω της ιστοσελίδας του ναού www.agioi-isidoroi.gr, οι φίλοι μας μπορούν να μας ακούν και από τα ερτζιανά.

Καλή ακρόαση.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΚΡΟΑΣΗΣ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΟΥ ΣΤΑΘΜΟΥ ΜΕΣΩ ΚΙΝΗΤΟΥ

Για την ακρόαση του ραδιοφωνικού μας σταθμού από συσκευές Android και Iphone θα πρέπει να κάνετε τα εξής βήματα:

- 1) Από την συσκευή σας συνδεθείτε στο Play Store της Google ή στο App Store της Apple.
- 2) Κάντε αναζήτηση την εφαρμογή «Simple Radio by Streema» και τρέξτε την εγκατάσταση.
- 3) Ανοίξτε την εφαρμογή και στην επιλογή «Search» γράψτε «Αγιοι Isidoroi»
- 4) Η αναζήτηση θα βρει τον ραδιοφωνικό μας σταθμό και πατήστε ώστε να ξεκινήσει η μετάδοση.

Καλή ακρόαση

**Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας www.agioi-isidoroi.gr.
Οι ιερές ακολουθίες μεταδίδονται ζωντανά από το διαδίκτυο
μέσω της ιστοσελίδας του ναού.**

- Ο Ιερός Προσκυνηματικός Ναός είναι ανοικτός κάθε ημέρα.
- Κάθε Κυριακή & μεγάλες Εορτές λειτουργεί έκθεση χριστιανικών βιβλίων.
- Παραδίδονται δωρεάν μαθήματα βυζαντινής μουσικής & αγιογραφίας.
- Κάθε Κυριακή λειτουργεί Κατηχητικό.



ΔΙΗΓΗΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΟ ΓΕΡΟΝΤΙΚΟ

ΜΕΓΑΛΟΥ ΑΝΤΩΝΙΟΥ

ΠΑΡΑΙΝΗΣΕΙΣ

ΠΕΡΙ ΗΘΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΩΝ ΚΑΙ ΧΡΗΣΤΗΣ ΠΟΛΙΤΕΙΑΣ

ΑΝΘΡΩΠΟΣ ΚΑΙ ΛΟΓΙΚΟ

Αυτό που μας κάνει άξιους να ονομαζώμεθα άνθρωποι, είναι να έχουμε μαζί μας παρούσα την αληθινή λογική. Όταν μας λείπει το λογικό, τότε διαφέρουμε από τα άλογα ζώα, μόνον ως προς την διάπλαση του σώματος και τη φωνή. Ας αναγνωρίσει λοιπόν ο μυαλωμένος άνθρωπος, ότι (εξ αιτίας του λογικού, του πνευματικού του μέρους) είναι αθάνατος και θα μισήσει (τότε) κάθε αισχρή επιθυμία, που γίνεται αιτία του (πνευματικού) θανάτου στους ανθρώπους.

ΑΛΗΘΙΝΑ ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

Όπως κάθε τέχνη διαμορφώνει διακοσμητικά την ύλη που χρησιμοποιεί κι' επιδεικνύει έτσι την αρετή της, όπως π.χ. αυτός που επεξεργάζεται το ξύλο ή ο άλλος το χαλκό και άλλος το χρυσό και τον άργυρο, έτσι κι εμείς, όταν ακούμε για την καλή ζωή και την ενάρετη και αρεστή στο Θεό συμπεριφορά, οφείλουμε να φανερώνουμε ότι είμαστε στ' αλήθεια άνθρωποι, δηλαδή όντα λογικής ψυχής (στη διάθεση και στις αντιδράσεις μας) και όχι μονάχα ως προς τη διάπλαση του σώματος. Η αληθινά λογική και θεοφιλής ψυχή, γνωρίζει αμέσως ποια θέση να πάρει σ' όλα τα ζητήματα της ζωής. Και παρακαλεί τρυφερά για επιείκεια το Θεό και Τον ευχαριστεί ειλικρινά γιατί όλη της η ορμή και η διάνοια είναι προς το Θεό.

ΚΥΒΕΡΝΗΣΗ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ

Όπως οι κυβερνήτες κατευθύνουν σκόπιμα το πλοίο ώστε να μη το προσεράξουν σε ύφαλο πέτρα ή σε κάποιον σκόπελο, έτσι και όσοι έχουν ζήλο για την ενάρετη ζωή, ας εξετάζουν με επιμέλεια ποια πρέπει να κάνουν και ποια ν' αποφεύγουν. Και να θεωρούν ότι τους συμφέρουν οι αληθινοί και θείοι νόμοι, ώστε να κόψουν τις πονηρές ενθυμήσεις (λογισμούς) της ψυχής.

*Επιμέλεια
π. Χαράλαμπος Βαρβαγιάννης*