



ΑΓΙΟΙ ΙΣΙΔΩΡΟΙ



ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2015
ΕΤΟΣ ΙΔ' - ΤΕΥΧΟΣ 162



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	Ότι ζητάει ο Θεός.....	4
2ο	Άγιε Δημήτριε βοήθησον ημάς.....	6
3ο	Το κομποσχοίνι, όπλο προσευχής.....	8
4ο	Αν και κάποιος αθλείται, δε στεφανώνεται αν δεν αγωνιστεί νόμιμα.....	10
5ο	Τα δευτερότοκα παιδιά αγαπάνε πιο βαθιά.....	12
6ο	Περί υγείας & ευεξίας-Απαντήσεις σε ερωτήσεις για το αυγό.....	14
7ο	Τα νέα από την ζωή του προσκυνηματός μας.....	16
8ο	Πρόγραμμα ιερών ακολουθιών μηνός Οκτωβρίου.....	22
9ο	Διηγήσεις από το γεροντικό.....	26

Εικόνα εξωφύλλου: Το προσκυντήριο του Αγίου Ιούδα του Θαδδαίου στο προαύλιο χώρο του Ιερού Ναού των Αγίων Ισιδώρων

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

ΑΡΘΡΟΓΡΑΦΟΙ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ

Αρχιμανδρίτης
Ιγνάτιος Χατζηνικολάου
[Θεολόγος - τέως Λυκαβηττίνος]

Κων/νος
Αρ. Δημητράκοπουλος:
Δάσκαλος

Ιωάννης Μάγκος
[Εκπαιδευτικός Τεχνολόγος
Ηλεκτρολόγος Μηχανικός]

Πατήρ Σωτήριος Αμμοιόπουλος
[Ιεροδιδάσκαλος]

Μαρία Παπαχρίστου
Παθολόγος - Εντατικολόγος

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

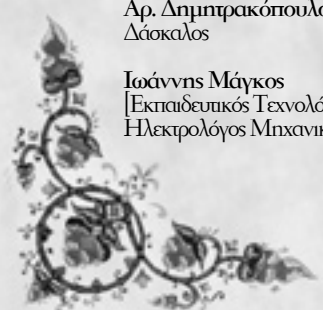
Σοφία Αντωνιάδου
[Καθηγήτρια Φιλολόγος]

Ξανθή Σπυροπούλου
[Φιλολόγος]

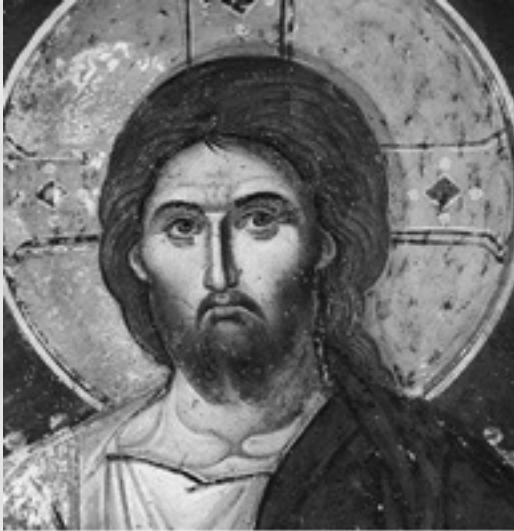
Πόλυ Βαριζώτη - Γαλιεανού
[Διατολόγος]

Φαίη Σμυρναίου
Φοιτήτρια Πάντειου Παν/μίου

Αρχείο-Φωτογραφικό υλικό:
Ιερός Ναός



ΟΤΙ ΖΗΤΑΕΙ Ο ΘΕΟΣ



Ζούμε τον μεταπτωτικό Άνθρωπο για τον οποίον ήλθε ο Χριστός στον κόσμο. Ήλθε και θα παραμένει μαζί μας, κι ας μην αποδεχόμαστε. Μας το διαβεβαίωσε ο Ίδιος: «και ιδού εγώ μέθ' υμών ειμί πάσας τας ημέρας έως της συντελείας του αιώνος» [Ματθ. 28, 20]. Και έχει πολλά να πει αυτό. Και έχει πολύν επιστηριγμό για κάθε, ειδικά χειμαζόμενο χριστιανό. Ήλθε, και είναι ανάμεσά μας, για να μας οδηγήσει «**εκ του**

θανάτου εις την ζωή» [Α΄ Ιωάν. 3, 14]. Μας χειραγωγεί δια της μετаноίας στον Θεόν. Μέσα από τον Αγιογραφικό και Αγιοπατερικό λόγο μας οδηγεί εις οδό αληθείας και καταξιώσεως της αγαπτικής αγωνίας του Θεού, που είναι «**ο αγιασμός υμών**» [Α΄ Θεσσ. 4, 3].

Δυστυχώς, για τους περισσότερους από εμάς, λαϊκούς και κληρικούς, έχει αποπεμφθεί κάθε διάθεση εξαγνισμού. Εκκοσμηκευθήκαμε πάντες και αποβάλλαμε κάθε ίχνος ταπεινώσεως και λιτής χριστιανικής και λειτουργικής ζωής. Συνευδοκούμε και συντασσόμαστε με τα κελεύσματα του παντοκαταλήτη σατανά, που πολεμά, με την ταπεινή χριστιανική ζωή και την πνευματική λατρεία.

Συμπορευόμαστε συν τοις παθήμασι και ταις επιθυμίαις [Γαλατ. 5, 24] ακόμα και μέσα στους ιερούς ναούς με μία δαιμονική κενοδοξία και δοξομανική προκλητικότητα, ιδιαιτέρως οι άρχοντες και οι υψηλόβαθμοι σκέτοι ηθοποιοί ενός παραλόγου, και ψυχοκτόνου θεάτρου «**αλλήλοις προσκαλούμενοι**» [Γαλατ. 5, 26.] Όμως ο Χριστός είναι κάθετος. Δεν ανέχεται αυτή την εξόφθαλμη προδοσία. Είναι σκέτοι Ιούδες που προδίδουν τον Χριστό και το όνομα του Οποίου φέρουν «**δια τούτο ο παραδιδούς με μείζονα αμαρτία έχει**» [[Ιωάν. 19, 11]

Αλήθεια, αυτές τις αλήθειες ποιος τι λαμβάνει σήμερα ειδικά στον εκμοντερνισμό και στον εμπορευματισμό των πάντων, ακόμη και των ιερών και των οσίων; Πως θα απολογηθούμε στον Θεόν; Τι θα γίνουμε μετά θάνατον ζωήν κληρικοί και λαϊκοί;

[Ματθ. 25, 31 και Εβρ. 2, 2-3].

Χρειάζεται να επιστρέψουμε στην απλή χριστιανική και αληθινή πνευματική λατρεία. Να αντισταθούμε στον σατανικό εκμοντερνισμό. Να κάνουμε αγώνα κατά του **των πάντων καταλύτη σατανά** [Εβρ. 13, 13] αφού πρώτα **«αποθώμεθα τα έργα του σκότους και ενδυσώμεθα τα όπλα του φωτός»** [Ρωμ. 13, 12].

Ας συνέλθουμε όλοι, αρκετά εγωπτευθήκαμε και να προσέξουμε τα βήματά μας, μας καλεί ο απόστολος Παύλος **«βλέπετε ουν πως ακριβώς περιπατείτε, ως άφρονοι, αλλά συνιέντες τι το θέλημα του Κυρίου»** [εφεσ. 5, 15-17].

Δεν αρέσουν τα θέατρα στον Θεό, ούτε οι μεγαλειώδεις τύποι. Το είπε ο Χριστός ξεκάθαρα **«το εν ανθρώποις υψηλόν βδέλυγμα ενώπιον του Θεού»** [Λουκ. 16, 15]

*Αρχιμανδρίτης Ιγνάτιος Θ. Χαϊζηνικοδάου
θεοδόγος – ι. δικειάρχης



Η Ύψωση του Τιμίου Σταυρού στον Ιερό Ναό των Αγίων Ισιδώρων

ΑΓΙΕ ΔΗΜΗΤΡΙΕ ΒΟΗΘΗΣΟΝ ΗΜΑΣ

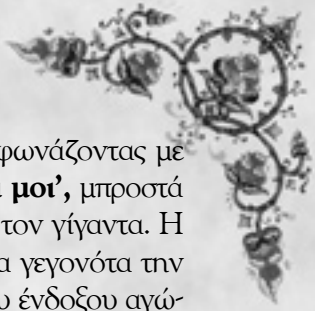


Τον μήνα Οκτώβριο η Αγία μας Εκκλησία προβάλλει τον Άγιο μεγαλομάρτυρα Δημήτριο, τον Άγιο της οικουμένης, τον Άγιο της Θεσσαλονίκης, τον δικό μας Άγιο. Τούτες τις ημέρες της γιορτής του, ο νους μας και η σκέψη μας και η καρδιά μας φτερουγίζουν εκεί, στο υγρό και βρώμικο ρωμαϊκό λουτρό, όπου βρίσκεται φυλακισμένο το αρχοντόπουλο της Θεσσαλονίκης, ο επιφανής και ένδοξος στρατιωτικός, ο πλήρης κάλους και χαρισμάτων και νεότητας, ο Μέγας Δημήτριος. Μια βαριά κατηγορία, όνειδος για τους ειδωλολάτρες αλλά τιμή και

δόξα για τον ίδιο, τον κρατά αλυσοδεμένο στην υγρή του φυλακή. Ο Δημήτριος είναι χριστιανός. Οι αλυσίδες του όμως, γίνονται μαγνήτης δυνατός, που τραβά κοντά του τους κατοίκους της πόλης, οι οποίοι ακούν την διδασκαλία του και ασπάζονται τον χριστιανισμό. Εκεί, στα βρώμικα απόνερα του ρωμαϊκού λουτρού, πνέει η ζωηφόρος χάρις του Παναγίου Πνεύματος, η οποία καθαρίζει και δροσίζει τις ψυχές των διψασμένων για την Αλήθεια ανθρώπων. Εκεί Άγγελος Κυρίου κατεβαίνει, στεφανώνει και εμψυχώνει τον μεγαλομάρτυρα.

Σε ένα άλλο σημείο της πόλης, στο στάδιο, διαδραματίζονται άλλα γεγονότα. Εκεί, το μαινόμενο πλήθος των εξαγριωμένων ανθρώπων έχει γεμίσει τις κερκίδες του σταδίου και απαιτεί να χορτάσει την δίψα της ταλαίπωρης ψυχής του με αίμα, με ανθρώπινο αίμα. Εκεί θόρυβος πολύς, ταραχή μεγάλη, εκεί το πνευματικό σκοτάδι ψηλαφητό από τον κουρνιαχτό της κόλασης, που ζητά να κρατήσει στα σπλάγχνα της τις ψυχές των ανθρώπων. Εκεί ο φοβερός Λυαίος με την αμέριστη συμπαράσταση και βοήθεια της κοσμικής εξουσίας, με την εωσφορική αλαζονεία και την ψεύτικη δύναμη, ότι καλύτερο έχει να προβάλλει η σαθρή και καταρρέουσα ειδωλολατρία, είναι βέβαιος για την μεγάλη του νίκη.

Και μέσα σε αυτό τον χαλασμό εμφανίζεται η Αλήθεια, ήρεμη, ταπεινή, χωρίς ταραχή και κομποσμούς, γεμάτη φως υπερκόσμιο, που ζητά να φωτίσει τούτο το στάδιο και την οικουμένη. Εμφανίζεται η ήρεμη δύναμη που 'εν ασθενεία τελειούται', η ταπείνωση που υψώνει, το φως που διαλύει το σκοτάδι, η ζωή που νικά τον θάνατο, **Εκείνος που 'εξήλθε νικών και ίνα νικήση'**. Εμφανίζεται ένας ασήμαντος για το πλήθος και την εξουσία άνθρωπος, ένας νεαρός χριστιανός, παιδί σχεδόν, ο μικρός Νέστορας. Το πλήθος περιγελά και γιουχαΐζει, ο αυτοκράτορας απορεί, ο Λυαίος χαίρεται και απολαμβάνει προκαταβολικά την εύκολη νίκη. Για τον μικρό χριστιανό ο αγώνας φαινομενικά είναι άνισος και όλοι πιστεύουν ότι ο Νέστορας είναι ο μεγάλος χαμένος. Εκείνος όμως, κρύβει βαθιά στην ψυχή του την πρόρρηση του δασκάλου του: 'και τον Λυαίο θα νικήσεις και υπέρ του Χριστού θα μαρτυρήσεις'. Οπλισμένος με την δύναμη του τιμίου



Σταυρού και την ευχή του Αγίου μεγαλομάρτυρος Δημητρίου, φωνάζοντας με όλη την δύναμη της ψυχής του το **‘Θεέ του Δημητρίου, βοήθει μοι’**, μπροστά στα έκπληκτα μάτια του μαινόμενου πλήθους νικά και σκοτώνει τον γίγαντα. Η οργή του αυτοκράτορα ξεχειλίζει. Η κοσμική εξουσία φοβάται, τα γεγονότα την ξεπερνούν, η Αλήθεια πρέπει να εξαφανιστεί. Μέσα στο στάδιο του ένδοξου αγώνα, στο στάδιο που είναι αδιάψευστος μάρτυρας της μεγάλης νίκης, ο κοσμικός άρχοντας αντί να στεφανώσει, αποκεφαλίζει τον νικητή. Ταυτόχρονα, οι δήμιοι με διαταγή του αυτοκράτορα πηγαίνουν στη φυλακή και θανατώνουν τον Δημήτριο λογχίζοντας το μαρτυρικό του σώμα. Αντί θανάτου όμως, ο αθλοφόρος μάρτυς **‘λελαμπρυσμένος, τη θεία δόξη και τη χάριτι, λάμπει φωτοειδώς’** μπροστά στον θρόνο του Χριστού και βοηθά όσους τον επικαλούνται.

Και σήμερα, **‘Άγιε μεγαλομάρτυς Δημήτριε, το στάδιο είναι γεμάτο.** Όλος ο επουράνιος κόσμος μαζί με την θριαμβεύουσα εκκλησία παρακολουθεί τον προκείμενο αγώνα. Και σήμερα ο φοβερός Λυαίος, με σύμμαχό του τις κάθε είδους εξουσίες, διατυμπανίζει την παντοδυναμία του. Και σήμερα ο λέων βρυχάται και περιφέρεται στο στάδιο της ζωής ‘ζητών τίνα καταπίη’. Με τα σύγχρονα όπλα του, εκείνα της νέας τάξης, στήνει παγίδες αριστοτεχνικές, δημιουργεί θολούρα και σύγχυση, με στόχο να πλανήσει και τους εκλεκτούς. Οι μικροί σου Νέστορες, όλοι εμείς, είναι εκεί και αγωνίζονται τον δύσκολο και τραχύ αγώνα. Οι μικροί σου Νέστορες παλεύουν να αποφύγουν τις παγίδες, να διακρίνουν το γνήσιο από το κάλπικο, το ορθόδοξο από το αιρετικό, το φυσιολογικό από το αφύσικο, την ιδιαιτερότητα από το πάθος, την Αλήθεια από το ψέμα. Προσπαθούν να πάνε κόντρα στο δυνατό ρεύμα της γοπητευτικής εκκοσμίκευσης και της δυτικής κουλτουριάρικης πνευματικής χαλάρωσης, στα γλυκά αλλά φαρμακερά και θανατηφόρα καλέσματα των σύγχρονων σειρήνων. Παλεύουν με την άβυσσο, που σηκώνει τεράστια εωσφορικά κύματα, τα οποία ζητούν να τσακίσουν τα αδύναμα σκαριά και να τα καταποντίσουν στα απύθμενα βάθη της. Οι μικροί σου Νέστορες, Άγιε Μεγαλομάρτυς, φαινομενικά κάνουν έναν άνισο αγώνα. Μέσα όμως στην καρδιά τους κρατούν σφικτά τον Παντοδύναμο Θεό, που εσύ με το μαρτύριό σου τους δίδαξες. Σπεύσε Άγιε, βοήθησε τους μικρούς σου Νέστορες, οι οποίοι, τιμώντας το μαρτύριό σου, ψάλουν μέσα από τα κατάβραθα της ψυχής τους ‘Δεύρο Μάρτυς Χριστού προς ημάς, σού δεομένους, συμπαθούς επισκέψεως· και ρύσαι κεκακωμένους, τυραννικαίς απειλαίς, και δεινήν μανίαν της αιρέσεως· υφ’ ής ως αιχμάλωτοι, και γυμνοί διωκόμεθα, τόπον εκ τόπου, συνεχώς διαμειβόντες, και πλανώμενοι, εν σπηλαίοις και όρεσιν. Οίκτηρον ουν πανεύφημε, και δός ημίν άνεσιν, παύσον την ζάλην και οβέσον, την καθ’ ημών αγανάκτησιν, Θεόν ικετεύων, τον παρέχοντα τω κόσμω το μέγα έλεος.

*Μαρία Παπαχρήστου
Παδοδόγος-Εντατικοδόγος*

ΤΟ ΚΟΜΠΟΣΧΟΙΝΙ, ΟΠΛΟ ΠΡΟΣΕΥΧΗΣ

Σε όλους μας είναι γνωστό, το κομποσχοίνι (κόμπος + σχοινί), σαν αυτό που φτιάχνεται από μαύρο μαλλί στο Άγιο Όρος. Ας σταθούμε για λίγο να το επεξεργαστούμε, να στοχαστούμε... Το κρατούν, το χρησιμοποιούν συνήθως οι μοναχοί, αλλά και οι πιστοί Χριστιανοί. Το έχουν πάρει «ως ευλογία» από κάποιο προσκύνημα ή κάποιο αδελφό ή Πνευματικό Πατέρα, έναν ζωντανό μάρτυρα της ζωής παραδόσεώς μας. Το κομποσχοίνι είναι μία ευλογία, μια «πνευματική κληρονομιά» που μας έχουν αφήσει η άγιοι Πατέρες μας. Είναι ένας αισθητός τρόπος που μας παρακινεί, μας ωθεί σε προσευχή.

Η ιστορία του



Αιώνες πριν, όταν δεν υπήρχαν ρολόγια, οι ασκητές μετρούσαν τον χρόνο της προσευχής και τις «μετάνοιες» που έκαναν με τους κόμπους του κομποσχοινιού (ένας απλός σπάγγος, που έδεναν και από έναν κόμπο σε κάθε «μετάνοια»). Ο όσιος Παχώμιος (320 μ.Χ.) που με τη βοήθεια του Αγίου Αντωνίου ίδρυσε το πρώτο μοναστήρι στην Θηβαΐδα της Αιγύπτου, προσπαθούσε να βρει τρόπο, ώστε να βοηθούνται οι μοναχοί στην αυτοσυγκέντρωση της προσευχής και στην αρίθμηση των ευχών και μετανοιών, διότι ο διάβολος τους ενέπαιζε λύνοντας τους κόμπους!... Κατά την παράδοση τον επισκέφθηκε στον ύπνο του ο Αρχάγγελος Γαβριήλ και του έδειξε πώς θα φτιάξει το «εργαλείο», το κομποσχοίνι, που θα εξυπηρετούσε τις ανάγκες της προσευχής. Τον δίδαξε να πλέξει έτσι τους κόμπους, ώστε σε κάθε κόμπο να σχηματίζονται εννέα σταυροί. Έτσι ο διάβολος που τρέμει τον Σταυρό, δεν θα μπορούσε να λύσει τους κόμπους!...

Οι συμβολισμοί του

Το κομποσχοίνι είναι πλεγμένο από μαλλί, για να θυμίζει ότι ο κάθε Χριστιανός είναι λογικό πρόβατο του Χριστού. Έχει μαύρο χρώμα που συμβολίζει **το πένθος των αμαρτιών.** Πάνω του το κομποσχοίνι έχει τον Σταυρό, για να μας θυμίζει **την θυσία του Κυρίου μας.** Συνήθως, το κομποσχοίνι τελειώνει με μια φούντα **για να σκουπίζει ο πιστός τα δάκρυα της μετάνοιας.** Οι 33 κόμποι συμβολίζουν τα 33 χρόνια του Χριστού. Ο κάθε κόμπος αποτελείται από 9 πλεγμένους σταυρούς και συμβολίζουν τα **9 τάγματα των Αγγέλων.** Ενώ ο αριθμός των κόμπων δεν είναι σταθερός (εξαρτάται από τη χρήση του 33άρι, 100άρι, 300άρι κ.λπ.), ο αριθμός των

σταυρών κάθε κόμπου παραμένει σταθερός (9).

Κομποσχοίνια υπάρχουν σε μεγάλη ποικιλία μεγεθών και σχημάτων, άλλα είναι από μαλλί ή μετάξι ή από άλλο πιο πολυτελές υλικό. Άλλα είναι φτιαγμένα με χάντρες ή με αποξηραμένα λουλούδια από το φυτό **δάκρυ της Παναγίας**.

Ο σκοπός – η χρήση του

Το κομποσχοίνι είναι ένα χρηστικό εργαλείο στην υπηρεσία του προσευχομένου πιστού. Δίνεται στον ορθόδοξο μοναχό κατά την τελετή της κουράς του, σαν «πνευματικό» ξίφος για τον Αόρατο, πνευματικό πόλεμο κατά του Διαβόλου. Το κομποσχοίνι, επίσης, μπορεί να τοποθετηθεί στο προσκέφαλο του κρεβατιού μας, στο αυτοκίνητο μαζί με ένα μικρό σταυρό ή



εικόνα σαν «ευλογία», «φυλαχτό» ή ένδειξη της θείας παρουσίας στην ζωή μας. Δεν είναι κάτι «μαγικό», δεν κάνει κάτι από μόνο του. Δεν «διαβάζεται» ούτε «αγιάζεται» το ίδιο. Ο Χριστιανός αγιάζεται με την προσευχή του. Συνεπώς, το κομποσχοίνι δεν είναι «μόδα», ούτε κόσμημα, ούτε βραχιόλι, ούτε «παράσημο ευλαβείας», ούτε επίδειξη «Χριστιανικής ιδιότητας», ούτε αποδεικνύει πνευματική πρόοδο. Είναι **όπλο του Χριστιανού** κατά την ώρα της προσευχής και χρησιμοποιείται με την ευχή και την καθοδήγηση του πνευματικού πατέρα. Προσοχή στην τελευταία «μόδα», να το φοράνε πολλοί νέοι και ώριμοι ακόμη και άτομα τρίτης ηλικίας με «άγνοια»... με στόχο να «φύγει» το κακό ή για επίδειξη. Το κομποσχοίνι έχει σχεδιαστεί με προσευχή και για προσευχή.

Ο Άγιος γέροντας Παΐσιος συνιστούσε: **«να πιάσουμε καλά το κομποσχοίνι»**, (δηλαδή να κάνουμε πολλή και καλή προσευχή).

Ο Γέροντας έδωσε δώρο ένα κομποσχοίνι σε κάποιον προσκυνητή λέγοντας: **Είναι το τπλέφωνο σου. Όταν είναι ανάγκη θα παίρνεις τπλέφωνο με αυτό!**

Ας το **κρατήσουμε καλά**, αδελφοί, το κομποσχοίνι μας με προσοχή, για προσευχή αδιάλειπτη, γιατί για αυτό είναι φτιαγμένο. Γι' αυτό μας το χάρισαν οι άγιοι Άγγελοι...

*Ξανθή Σπυροπούδου
Φιλόλογος-Συγγραφέας*

ΑΝ ΚΑΙ ΚΑΠΟΙΟΣ ΑΘΛΕΙΤΑΙ, ΔΕ ΣΤΕΦΑΝΩΝΕΤΑΙ ΑΝ ΔΕΝ ΑΓΩΝΙΣΤΕΙ ΝΟΜΙΜΑ



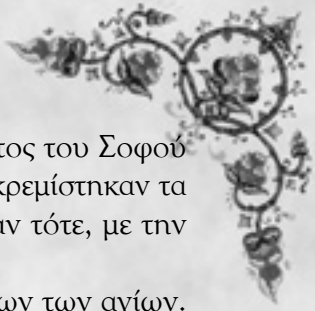
Αγώνας μεγάλος είναι η ζωή. Αγώνας δύσκολος και σκληρός πολλές φορές. Σ' αυτόν τον αγώνα όμως μόνο όποιος δίκαια και σωστά αγωνίστηκε αυτός και θα στεφανωθεί. Η Εκκλησία από τους πρώτους ήδη αιώνες και ακολουθώντας τη φράση του Παύλου για «αθλητές Χριστού» χαρακτηρίζει τους μάρτυρες και ομολογητές της πίστεως «αθλητές» και «αθληφόρους» ψάλλει για τους **«αγίους μάρτυρες τούς καλώς αθλήσαντες και στεφανωθέντες»**, ενώ πολλοί άγιοι ονομάζονται **«τροπαιοφόροι» και «αθληφόροι» (Αγ. Γεώργιος, Αγ. Δημήτριος,**

Αγ. Παρασκευή κ.α.).

Ο λαός μας ξεχώρισε κάποιους από αυτούς. Τους αγάπησε και τος τίμησε ιδιαίτερα. Ένας από αυτούς τους αγαπημένους αγίους είναι και ο Άγιος Δημήτριος. Αθληφόρος, μεγαλομάρτυς. Τιμήθηκε από τους χριστιανούς, τιμήθηκε όμως πρώτα από το Θεό. Τιμήθηκε γιατί δεν πρόσφερε μόνο τη ζωή του για το Χριστό, αλλά πρόσφερε και τα νιάτα του, πρόσφερε και την παρθενία του. Και για αυτή ιδιαίτερα την προσφορά του ο Θεός τον ανέδειξε **«Μυροβλύτη»**. Χίλια επτακόσια χρόνια έχουν περάσει από το μαρτύριό του. Ακόμα το λείψανό του αναβλύζει μύρο. Χίλια επτακόσια χρόνια μετά, οι πιστοί λαμβάνουν το μύρο του Αγίου με τη χαρακτηριστική ευωδία του. Τον αισθάνονται δίπλα τους. Αδελφό, φίλο, παρηγορητή, εμψυχωτή, συμπαραστάτη στον αγώνα. Πόσες φορές ο Θεός δεν έχει παραχωρήσει το θαύμα, προς ανακούφιση και στήριξη των πιστών, με την μεσιτεία του Αγίου.

(Και μάλιστα, πόσες φορές ο Άγιος δεν έχει κάνει αισθητή την παρουσία του και στο προσκύνημα των Αγίων Ισιδώρων Λυκαβηττού που ιδιαίτερω τιμάται, με θαυμαστά σημεία και θαυματουργικές θεραπείες. Ευχαριστηρικό χαρακτήρα έχει η θεία λειτουργία που τελείται εδώ, το βράδυ της 8ης Αυγούστου, κάθε χρόνο, σε ανάμνηση θαυμαστής θεραπείας του Αγίου σε μικρό παιδί.)

Να θυμηθούμε όμως και την θαυμαστή παρέμβαση του Αγίου στους αγώνες του έθνους, με κορυφαία την απελευθέρωση της πόλης του, της Θεσσαλονίκης χωρίς να γίνει μάχη, χωρίς να χυθεί αίμα, 26 Οκτωβρίου του 1912. Θαυμαστή η παρέμβαση και σε γεγονότα δεινά και καταστροφές. Ένα ακόμα τέτοιο γεγονός θυμόμαστε την ημέρα της μνήμης του, με τη σωτηρία της Πό-



λης, της Κωνσταντινούπολης, στα παλιά τα χρόνια, επί Λέοντος του Σοφού από φοβερό σεισμό στις 26 Οκτωβρίου. Ταραχτήκε η πόλη, γκρεμίστηκαν τα σπίτια, τα παλάτια, οι εκκλησίες. Όμως οι άνθρωποι σώθηκαν τότε, με την προσευχή και τις πρεσβείες του αγίου Δημητρίου.

Και σήμερα μπορούμε να αξιωνόμαστε θαυμαστών επεμβάσεων των αγίων. Έχουμε ανάγκη την πρεσβεία τους και την προστασία τους, είτε από τις κάθε είδους απειλές κατά της πατρίδας μας, είτε από θεομηνίες που επιτρέπει ο Θεός για να μας συνετίσουν, αλλά και στην προσωπική του ζωή, στον προσωπικό του αγώνα ο καθένας. Αμαρτάνουμε συνεχώς, πέφτουμε σε λάθη, αφήνουμε το Θεό. Ας μη μένουμε όμως αμετανόητοι. Ας μην αφήνουμε την πίστη μας στο Θεό. Η ευδαιμονία και η καλοπέραση ας μην μας κάνουν να Τον ξεχνάμε. Η εποχή μας είναι δύσκολη και συνεχώς γίνεται δυσκολότερη. Αθεΐα, απιστία, καταναλωτισμός, εγωκεντρισμός, φιλαυτία και τόσα άλλα κακά μαστίζουν την κοινωνία μας.

Σ' αυτές τις δυσκολίες ας έχουμε μετάνοια και ταπείνωση. Ας έχουμε κοντά τους αγίους μας, τον άγιο Δημήτριο, που είναι τόσο ζωντανοί δίπλα μας. Ας παραδειγματιστούμε από τη ζωή τους και ας τους μιμηθούμε. Να ξυπνήσουμε από το λήθαργο της αμαρτίας και ας κοιτάζουμε την πίστη μας, την πίστη των πατέρων μας. Γιατί, όπως πολλοί άγιοι της Εκκλησίας μας έχουν πει, **«θα γίνουν πολλά στον κόσμο. Και σπίτια θα χαθούν, και άνθρωποι, και ψυχές. Και τα χρήματα θα χάσουν την αξία τους και πείνα και δυστυχία μεγάλη θα πέσει, που δεν τη φαντάζεστε. Γιατί αφήσαμε το Θεό και φύγαμε μακριά του.»**

Ας ακούσουμε τον άγιο Κοσμά τον Αιτωλό, που μας συμβουλεύει και λέει: **«Παιδιά μου και εγγόνια μου, θα 'ρθουν χρόνια δύσκολα. Μη φοβηθείτε όμως. Όλα να τα χάσετε, μη λυπηθείτε. Ένα να κρατήσετε. Ποιο; Το διαμάντι• τ' άλλα είναι χαλίκια. Τα δε χαλίκια είναι όλα τα εγκόσμια. Διαμάντι είναι η πίστις μας η ορθόδοξος. Αμαρτωλοί είμεθα, ασεβείς να μη γίνουμε. Αμαρτάνουμε• αλλά να μη φθάσουμε στο σημείο να λέμε, πως δεν υπάρχει Θεός, όπως διδάσκουν τώρα τα μικρά παιδιά... Αμαρτωλοί είμεθα, αλλά ασεβείς να μην είμεθα. Να πιστεύουμε. Όλα να τα χάσουμε, η πίστις να μείνη, να υπάρχη. Δύο πράγματα μας χρειάζονται: Χριστός και ψυχή! Αυτά τα δύο, όλος ο κόσμος να πέση επάνω μας, δε' μπορεί να μας τα πάρη.»**

*Επιμέλεια
Κων/νος Δημητρακόπουλος*

Υ.Γ. Θερμές ευχαριστίες από τον γράφοντα στον Πανάγιο Θεό και τον άγιο Δημήτριο, καθώς με δική του θαυμαστή μεσιτεία αποκτήσαμε με τη σύζυγό μου, προ 14 ετών, το δεύτερο μας παιδί.

ΤΑ ΔΕΥΤΕΡΟΤΟΚΑ ΠΑΙΔΙΑ ΑΓΑΠΙΑΝΕ ΠΙΟ ΒΑΘΙΑ

Τα δευτερότοκα παιδιά, απ' τη στιγμή της γέννησής τους, κουβαλάνε μια βαλίτσα.

Μια βαλίτσα, που συνήθως δεν αποχωρίζονται για πολλά χρόνια.

Αυτή η βαλίτσα, άλλοτε είναι βαριά, άλλοτε ανάλαφρη.

Άλλοτε τους γεμίζει μ' ενθουσιασμό και άλλοτε μ' ευθύνη.

Τα δευτερότοκα παιδιά, είναι κλόουν.

Είναι αυτά που στα χρόνια του Δημοτικού, θα κρυφτούν κάτω απ' το τραπέζι την ώρα του μεσημεριανού, για να κρεμάσουν μανταλάκια στα παντελόνια των αδελφών τους.



Είναι αυτά που θα βάλουν αφρό ξυρίσματος στα παπούτσια των πατεράδων.

Είναι εκείνα, που θα τυλιχτούν απ' τη μέση της μάνας τους, καθώς εκείνη θα δαγκώνει τα χείλη της, μην ακουστεί ένας λυγμός.

Και όταν τα ίδια μεγαλώσουν, θ' απολαμβάνουν μαζοχιστικά, να παραμένουν εσαεί διασκεδαστές. Θα διαμαρτύρονται που εξακολουθούν να τους αντιμετωπίζουν ως έφηβους, θα υστεριάζουν

στην προσπάθειά τους να αποδείξουν ότι ενηλικιώθηκαν, καθώς με κάθε πρώτη ευκαιρία, θα νοσταλγούν τον αφρό ξυρίσματος στα παπούτσια και τα παπλώματα.

Τα δευτερότοκα παιδιά, αγαπάνε πιο βαθιά.

Ο έρωτάς τους, έχει μυρωδιά carnation.

Γλυκιά και πικρή.

Τα χάρδια τους, ελαφρώς πιο άτσαλα.

Το βήμα τους εξίσου ασταθές. Λες και το στράτα-στρατούλα, μαζί τους, το ξεπέταξαν.

Και έτσι συνήθισαν να σκοντάφτουν και να γελάνε με τα κατορθώματά τους.

Να τα παίρνουν και να τα διανθίζουν, να τα κάνουν ιστορίες, να τις αφηγούνται τα Σαββατόβραδα στο παγκάκι της πλατείας. Να ξεκαρδίζονται.

Τα δευτερότοκα παιδιά, έχουν χέρια απαλά.

Γράφουν, βάφουν, μελοποιούν.

Σπούδασαν δικηγόροι και κατέληξαν ποιητές.

Έγιναν θείοι και νονάδες, πριν πιάσουν τιμόνι.

Ερωτεύονται και στροβιλίζονται. Μόνοι στο σαλόνι τους ή με παρέα, στην άδεια Σταδίου. Ξεχνιούνται σε φιλί στο φανάρι και οι πίσω τους προσπερνάνε, μουντζώνοντας.

Φοράνε κουστούμι με το ζόρι.

Αγαπάνε τους πρωτότοκους, περισσότερο απ' τους γονείς τους.

Παλεύουν μια ζωή να ξεφορτωθούν το άγχος ν' ανταποκριθούν στον πόθο των μεγάλων και δεν το καταφέρνουν.

Προσποιούμενοι το διασκεδάζουν, ενώ στην πραγματικότητα, απλώς το καταπίνουν.

Το θυμούνται που και πού και χτυπάνε γροθιές σε τοίχους.

Τυλίζουν σ' επιδέσμους τις πληγές και ζωγραφίζουν επάνω τους.

Είναι οι τρυφεροί παρατηρητές στις οικογενειακές συναθροίσεις, όπου όλοι περιμένουν τη φιγούρα, το τραγούδι ή το ανέκδοτό τους.

Δραστήριοι, εύθυμοι, σχεδόν μόνιμα χαμογελαστοί, κρατάνε τα μπόσικα όταν το καράβι γείρει.

Κλαίνε συχνά, αλλά πάντοτε κρυφά.

Τα δευτερότοκα παιδιά, αν συναντηθούν, ψήνουν μια αγάπη με γεύση καραμέλα.

Δεν είναι τριάντα, είναι ετών δεκαπέντε.

Θυμώνουν, φωνάζουν, ανακοινώνουν τελεσίγραφα.

Τα παίρνουν όλα πίσω είκοσι λεπτά αργότερα, όταν ξυπόλυτοι σε ένα μπαλκόνι, ακουμπάνε τις μύτες τους.

Είναι γενναιόδωρα, είναι πεισματάρικα, είναι εκείνα που μεγάλωσαν 'μόνα τους, στον αυτόματο πιλότο'. Το κρυφό καμάρι των παππούδων.

Είναι τα κάτασπρα πρόβατα που τους αρέσει να βάνονται μάυρα.

*Με εκτίμηση
Σμυρναίου Φαίη*

**Αναδημοσίευση από pillonfights,editorial Κατερίνα Κεχαγιά*



Το εσωτερικό του Σπηλαίου του Αγίου Αριστείδου

ΠΕΡΙ ΥΓΕΙΑΣ & ΕΥΕΞΙΑΣ

Απαντήσεις σε ερωτήσεις για το Αυγό



1. Πώς ξεχωρίζουμε το φρέσκο αυγό; α)

Πρὶν το σπάσουμε: Το βυθίζουμε σε ένα ποτήρι νερό i) Το πολύ φρέσκο θα βυθιστεί στον πάτο του ποτηριού οριζοντίως. Αυτό συμβαίνει διότι ο αεροθάλαμος του αυγού είναι ακόμα πολύ μικρός, και το αυγό περιέχει ελάχιστο αέρα. ii) Το αυγό 8-28 ημερών θα σταθεί όρθιο με κάποια κλίση στον πάτο του ποτηριού. iii) Το


μπαγιάτικο αυγό, τέλος, θα σταθεί εντελώς όρθιο. **β) Αφού το σπάσουμε:** i) Το ασπράδι του πολύ φρέσκου αυγού (έως 1 εβδομάδες) είναι συμπαγές, και δεν θα απλωθεί στο πιάτο. ii) Στο 8-28 ημερών, το ασπράδι απλώνεται λιγάκι στο πιάτο. iii) Το ασπράδι του μπαγιάτικου αυγού θα απλωθεί πολύ στο πιάτο.

2. Γιατί το κέλυφος των αυγών είναι άσπρο ή καφέ; Εξαρτάται από την ράτσα των ορνίθων. Οι άσπρες κότες κάνουν λευκά αυγά, και οι καφετιές κάνουν καφέ. **3.**

Γιατί υπάρχουν δίκροκα αυγά; Στις πολύ νέες κότες ο κύκλος τους δεν έχει ακόμα σταθεροποιηθεί, ενώ στις πολύ ηλικιωμένες κότες ο κύκλος είναι άτακτος λόγω της ηλικίας τους. **4. Από τι καθορίζεται το χρώμα το κρόκου;** Από την διατροφή της κότας. Κίτρινος κρόκος σημαίνει διατροφή με σιτάρι ή κριθάρι, ενώ πορτοκαλής κρόκος, σημαίνει διατροφή με καλαμπόκι. **5. Από τι εξαρτάται η νοστιμιά ενός αυγού;** Εκτός από την α) φρεσκάδα εξαρτάται β) και από την

τροφή της κότας. Κότες ελευθέρως βοσκής (χόρτα, σκουληκάκια, κλπ) γεννούν τα πιο νόστιμα αυγά. **6. Από τι αποτελείται το Αυγό; α) Το κέλυφος** αποτελεί την φυσική προστασία του αυγού & την φυσική συσκευασία του. Η ανθεκτικότητά του εξαρτάται από την ηλικία των ορνίθων, καθώς και από τα ανόργανα στοιχεία & τις βιταμίνες που περιέχονται στις τροφές τους (Μαγγάνιο, ασβέστιο, φωσφόρος, βιταμίνες D, κλπ.) **β) Το ασπράδι** περιέχει πάνω από το μισό της συνολικής πρωτεΐνης του αυγού, & αποτελεί τα 2/3 του συνολικού βάρους του.

γ) Ο Κρόκος αποτελεί το 1/3 του συνολικού βάρους του αυγού, και περιέχει μεγάλη ποσότητα βιταμινών A, D, & E. Αντίθετα από ότι νομίζουν πολλοί, ο κρόκος είναι πολύ χρήσιμος, διότι λόγω της λεκιθίνης που περιέχει, μειώνει την χοληστερίνη. **δ) Ο Αεροθάλαμος** αποτελείται από τον αέρα που περιέχει μέσα του το αυγό. Όταν γεννιέται το αυγό είναι ζεστό. Όσο όμως κρυώνει συστέλλεται και έτσι δημιουργείται ο αεροθάλαμος. **ε) Η χάλαζα** είναι ένας ινώδης ιστός που εκτείνεται καθ' ύψος ενός αυγού. Βοηθά να μένει ο κρόκος στο κέντρο του αυγού, και λειτουργεί συμπληρωματικά & σαν αποσβεστήρας των κραδασμών. **7. ΔΙΑ-**



ΤΡΟΦΙΚΗ ΑΞΙΑ ΤΟΥ ΑΥΓΟΥ. Ένα και μόνο αυγό έχει την διατροφική αξία 2 ολόκληρων λίτρων γάλακτος (!!) ή μιάμιση φορά το βάρος του σε κρέας (100 γρ). Άρα το αυγό είναι μία φθνή τροφή, που όμως περιέχει πρωτεΐνες ζωικής προέλευσης πολύ υψηλής ποιότητας, πιο πλήρεις από του γάλακτος, πιο θρεπτικές από του κρέατος ή του ψαριού και πιο εύκολα αφομοιώσιμες από τον ανθρώπινο οργανισμό. 8. Πόσα αυγά μπορώ να φάω την ημέρα ή εβδομάδα; Ένα αυγό, την ημέρα, φαίνεται να μην είναι επιβαρυντικό εφ' όσον δώσει κανείς προσοχή σε δύο πολύ σημαντικούς παράγοντες: την επιλογή του τρόπου μαγειρέματος, & την φρεσκάδα του. Ένα βραστό αυγό ημερησίως είναι μία πολύ καλή πηγή πρωτεϊνών της υψηλότερης βιολογικής αξίας, για την ανάπτυξη και για τη διατήρηση των λειτουργιών του οργανισμού. Μετά την πρωτεΐνη του μητρικού γάλακτος, εκείνη του αυγού έχει την μεγαλύτερη βιολογική αξία στη φύση. Διότι ο ρόλος του αυγού είναι ακριβώς το να δίνει ζωή, συνεπώς περιέχει ουσίες πολύτιμες για τη δημιουργία και την ανάπτυξη. Το αυγό **περιέχει & αντιοξειδωτικές ουσίες που καταπολεμούν τις ελεύθερες ρίζες που ενοχοποιούνται για σειρά ασθενειών συνδεδεμένων με καρδιακά νοσήματα αλλά και τον καρκίνο.** 9. **Και με το φόβο, ότι η συχνή κατανάλωση αυγών ανεβάζει την χοληστερόλη τι γίνεται;** Πράγματι, το αυγό έχει υψηλά ποσοστά χοληστερόλης. **Περιέχει, όμως, και λεκιθίνη, ουσία με ισχυρή αντι-χοληστερολική δράση.** Η χοληστερόλη που περιέχουν τα αυγά είναι τόσο λίγη, ώστε είναι απίθανο να επηρεάσει ιδιαίτερα τα επίπεδα της χοληστερόλης στο αίμα. Όποιος θέλει να ρυθμίσει τη χοληστερόλη του, να μειώσει τα κορεσμένα λίπη από το κόκκινο κρέας, τα πλήρη γαλακτοκομικά προϊόντα, τα επεξεργασμένα κρέατα, τα τηγανητά φαγητά και τα κάθε είδους κέικ, μπισκότα, γλυκίσματα και παχυντικά φαγητά.

Καλό Φθινόπωρο

Πόλυ Βαριζιώτη - Γαλενιανού
Διαιτολόγος
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.galenianos@gmail.com

ΤΑ ΝΕΑ ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ ΤΟΥ ΠΡΟΣΚΥΝΗΜΑΤΟΣ ΜΑΣ

❖ Την Δευτέρα 1 Σεπτεμβρίου, η Εκκλησία μας εόρτασε την **Αρχή της Ινδίκτου** [αρχή εκκλησιαστικού έτους] αλλά και την μνήμη των **Αγίων 40 μαρτύρων γυναικών**. Έπ' ευκαιρία της εορτής ευχόμαστε στην μαθήτριά της Β' Λυκείου Μαριάνθη Πελεκανάκη κόρη του αγαπητού μας επιτρόπου μας Εμμανουήλ χρόνια πολλά, καλή πρόοδο, υγεία, ευτυχία και ευλογία στην ζωή της.



❖ Την **Πέμπτη 3 Σεπτεμβρίου** τελέσθηκε η Θεία Λειτουργία επί τη μνήμη της ανακομιδής του **Σεπτού & Ιερού Λειψάνου του Αγίου Νεκταρίου**. Οι πιστοί που προσήλθαν είχαν την ευλογία να προσκυνήσουν τεμάχιο ιερού λειψάνου του Αγίου, ο οποίος όταν ζούσε στην Αθήνα ερχόταν στο ναό μας και τελούσε νυχτερινές Θείες Λειτουργίες. Άγιε Νεκτάριε πρέσβευε υπέρ ημών.

❖ Την **Τρίτη 8 Σεπτεμβρίου** εορτή του **Γενεθλίου της Υπεραγίας Θεοτόκου** τελέσθηκε **Πανηγυρική Θεία Λειτουργία**.

❖ Από την **Τρίτη 1 έως και Παρασκευή 11 Σεπτεμβρίου** κάθε απόγευμα τελούνταν ο **εσπερινός και η παράκληση του Τιμίου και Ζωοποιού Σταυρού**, συγκεντρώνοντας πολλούς πιστούς και ιδιαίτεως νέους ανθρώπους, οι οποίοι προσέρχονταν για να προσευχηθούν και να ζητήσουν από τον Σταυρό του Κυρίου μας, την χάρη και την ευλογία Του.



❖ Με ιδιαίτερη λαμπρότητα και κατάνυξη και με την παρουσία πλήθους πιστών εορτάσθηκε και φέτος ο **Άγιος μάρτυς Αριστείδης ο Αθηναίος φιλόσοφος και απολογητής**. Ο Άγιος ήταν ευπατρίδης από ένδοξο αθηναϊκό γένος και έζησε κατά τον 2ο μ.Χ αιώνα επί αυτοκρατορίας Αδριανού. Έγινε χριστιανός από τον Άγιο Διονύσιο και τον Άγιο Ιερόθεο και έγραψε στον Αδριανό υπέρ των διωκομένων χριστιανών την περίφημη απολογία «περί Θεοσεβείας» η οποία είναι η αρχαιότερη σωζόμενη απολογία. Ήταν διαπρύσιος κήρυκας του λόγου του Θεού, θαρραλέος ομολογητής της πίστεως, εύψυχος και καρτερότατος

μάρτυρας του Χριστού ο οποίος ήλπησε στο «κλεινόν άστν» των Αθηνών με το ένδοξο αρχαίο παρελθόν, όπου το 51 μ.Χ μετά την άφιξη του Αποστόλου των Εθνών Παύλου πραγματοποιήθηκε η κοσμοϊστορική συνάντηση της αρχαίας Ελληνικής φιλοσοφίας, επιστήμης και γραμματείας με την χριστιανική Θεία Αποκάλυψη και Αλήθεια.

Στην συνέχεια υπέστη διωγμό και επειδή έλειπε ο Αδριανός μετέβη στην Ρώμη όπου και απολογήθηκε για την πίστη του στον Ιησού Χριστό. Καταδικάστηκε εις θάνατον και μεταφέρθηκε πίσω στην Αθήνα όπου και μαρτύρησε αφού τον κρέμασαν στην αγορά των Αθηνών στις 13 Σεπτεμβρίου του 120μ.Χ ή το 134μ.Χ.



Ο άγιος Ιερώνυμος έγγραψε εγκώμιο για τον Άγιο και τον χαρακτηρίζει ισαπόστολο. **Ο εορτασμός της μνήμης του Αγίου έλαβε χώρα στο ομώνυμο ιστορικό σπήλαιο το οποίο βρίσκεται στον προαύλιο χώρο του Ιερού Ναού των Αγίων Ισιδώρων, όπου κατά την παράδοση ο Άγιος προσερχόταν για προσευχή, και το οποίο αποτέλεσε το ασφαλές του πνευματικό καταφύγιο.** Το σωζόμενο μέχρι σήμερα ιερό και κατανυκτικό σπήλαιο φέρει το όνομα του Αγίου για να θυμίζει στον κάθε ευλαβή προσκυνητή την φωταυγή του παρουσία στον ευλογημένο αυτό χώρο.

Την παραμονή της εορτής Σάββατο 12 Σεπτεμβρίου τελέστηκε ο **Πανηγυρικός Εσπερινός** ενώ την **κυριώνυμη ημέρα Κυριακή 13 Σεπτεμβρίου** το πρωί εψάλει ο Όρθρος και η **Πανηγυρική Θεία Λειτουργία** παρουσία πλήθους πιστών. Μετά το πέρας της Θείας Λειτουργίας ακολούθησε η ευλογία των εδεσμάτων [γαμοπίλαφο με κοτόπουλο] τα οποία προσφέρθηκαν στους πιστούς και ήταν ευγενική προσφορά του μεν ρυζιού από ανώνυμους ευλαβείς προσκυνητές, του δε κρέατος από τους εργαζομένους του **Ε.Κ.Α.Β Λαμίας** του οποίους και θερμώς ευχαριστούμε. Το απόγευμα της ίδιας ημέρας τελέστηκε η παράκληση του Αγίου και ακολούθησε λιτάνευση της ιεράς του εικόνας έως τον ιερό ναό.



Πολλές ευχαριστίες απευθύνουμε προς τις κυρίες του Ναού μας αλλά και προς τους προσκυνητές που συνέβαλαν με τις προσπάθειές τους στην οργάνωση της όμορφης πανηγύρεως.



❖ **Και φέτος εορτάστηκε με μεγάλη λαμπρότητα και ιδιαίτερη τιμή η εορτή της Υψώσεως του Τιμίου και Ζωοποιού Σταυρού.** Η Παγκόσμια Ύψωση του Τιμίου Σταυρού αποτελεί ένα σπουδαίο εορταστικό σταθμό του εκκλησιαστικού έτους. Στις **14 Σεπτεμβρίου σύμπασα η Ορθοδοξία τιμά τον Σταυρό του Κυρίου**

μας Ιησού Χριστού, ο οποίος χαρακτηρίζεται ως το «καύχημά» της και η «δόξα» της. Πηγές της εκκλησιαστικής μας ιστορίας αναφέρουν ότι η εορτή της Παγκόσμιας Ύψωσης είχε καθιερωθεί από τα αρχαία χρόνια, ίσως μάλιστα και από τον ίδιο τον Άγιο Κωνσταντίνο, κατά προτροπή της μητέρας του Αγίας Ελένης, αμέσως μετά την εύρεση του Τιμίου Ξύλου στα Ιεροσόλυμα γύρω στο 330μ.Χ.



Η τιμή προς τον Τίμιο Σταυρό ανάγεται στους αποστολικούς χρόνους. Οι επιστολές του αποστόλου Παύλου είναι γεμάτες από χωρία με τα οποία ο απόστολος εξαιρεί το ρόλο του Σταυρού στην σωτηρία του κόσμου. Πρώτος ο απόστολος Παύλος μίλησε για την καύχηση του Σταυρού του Χριστού ενώ και οι αποστολικοί

Πατέρες ομιλούν με σεβασμό και τιμή προς το ιερό σύμβολο μέσω του οποίου έγινε η καταλλαγή με το Θεό και επήλθε η σωτηρία του γένους των ανθρώπων με την απολυτρωτική θυσία του Χριστού.



Οι ορθόδοξοι πιστοί τιμούμε με ιδιαίτερη τιμή και δόξα την Αγία ημέρα της Υψώσεως του Σταυρού του Κυρίου μας. Οι ιερές ακολουθίες έχουν πανηγυρικό χαρακτήρα ενώ έχει θεσπιστεί και αυστηρή νηστεία. Οι ιεροί ναοί κατακλύζονται από πιστούς για να προσκυνήσουν τον Τίμιο Σταυρό και να αντλήσουν δύναμη και ουράνια

χάρη απ' Αυτόν. Η τιμή και η προσκύνηση του Σταυρού είναι τιμή και προσκύνηση του ιδίου του Εσταυρωμένου Λυτρωτή μας Χριστού. Ο Σταυρός του Κυρίου είναι το καύχημά μας, το νικηφόρο λάβαρο κατά του εχθρού του ανθρώπου και το αήττητο όπλο.

Εάν δεν υπήρχε ο Σταυρός, ο Χριστός -η αληθινή ζωή- δεν θα εκαρφώνετο επάνω εις του Ξύλου αυτό και αν δεν εκαρφώνετο δεν θα ανέβλυζον από την Πλευράν οι βρύσες της αφθαρσίας «αίμα και ύδωρ», τα οποία εστάθησαν καθάρσια όλου του κόσμου. Δεν θα εσχίζετο το χειρόγραφο της αμαρτίας δεν θα είχαμε την πνευματική μας ελευθερία ούτε θα απελαμβάναμε το «ξύλο της ζωής», ο Παράδεισος δεν θα ανοιγόταν, «στρεφόμενη φλογίνη ρομφαία» δεν θα άφηνε ελεύθερη την είσοδο προς την Εδέμ, ούτε ο Ληστής θα εισήρχετο εις τον Παράδεισον. Εάν δεν ήτο ο Σταυρός, δεν θα ήρχετο ο Χριστός επί της γης· και εάν ο Χριστός δεν ήρχετο, δεν θα υπήρχε η Παρθένος. Και εάν δεν υπήρχε η Παρθένος, ούτε Γέννησις Χριστού δευτέρα θα υφίστατο. Δεν θα συναναστρέφετο ο Θεός ανάμεσα στους ανθρώπους· δεν θα υπήρχε τόκος, ούτε φάτνη, ούτε σπάργανα, ούτε οκταήμερος περιτομή, ούτε υποταγή εις τούς γονείς Του, ούτε αύξεις ηλικίας, ούτε αύξεις σώματος, ούτε φανέρωσις Αυτού, ούτε βάπτισμα, ούτε θαύματα, ούτε ο προδότης Ιούδας, ούτε η δίκη του Πιλάτου, ούτε το θράσος των Ιουδαίων πού ζητούσαν επιμόνως να σταυρώσουν τον Αθών.

Και εάν δεν υπήρχε Σταυρός, δεν θα συνετρίβετο ο θάνατος, δεν θα εγυμνούτο ο άδης, δεν θα ενεκρώνετο το πονηρό φίδι, ο διάβολος. Δι' αυτό είναι πολύ μεγάλο και τίμιο πράγμα ο Σταυρός. Μεγάλο, διότι πάρα πολλά αγαθά και ευεργεσίαι έγιναν δι' αυτού. Τόσο πολλά, καθ' όσον και τα θαύματα και τα Πάθη του Χριστού υπερνικούν κάθε δύναμη λόγου και εκφράσεως. Είναι τίμιον επίσης, διότι ο Σταυρός σημαίνει: Θείον Πάθος και τρόπαιον. Πάθος, λόγω του ότι ο απαθής Χριστός,




εκουσίως υπέστη σταυρικών θάνατον· τρόπαιον δε, διότι ο διάβολος ετραυματίσθη δια του Σταυρού, και μαζί του ενικήθη και ο θάνατος. Συνετρίβησαν επίσης αι πύλαι του άδου, και τέλος, ο Σταυρός έγινε δι' όλον τον κόσμον κοινή σωτηρία.[Λόγος Αγ. Ανδρέου Αρχιεπισκόπου Κρήτης]**Την παραμονή της εορτής Κυριακή 13 Σεπτεμβρίου στις 7.30 το απόγευμα** τελέσθηκε ο **Πανηγυρικός Εσπερινός**, ενώ στο μέσον του Ναού είχε στολιστεί με βασιλικούς ένας μεγάλος ξύλινος σκαλιστός **Σταυρός πάνω στον οποίον απεικονίζονται οι στάσεις της μαρτυρικής πορείας του Κυρίου από το Πραιτώριο προς τον**



Φρικτό Γολγοθά. Τον Σταυρό απέστειλε ως ευλογία στον εφημέριό μας ο **πατήρ Παντελεήμων Αγιοταφίτης** αφού πρώτα λειτουργήθηκε στον Ναό της Αναστάσεως. Ανήμερα της εορτής Δευτέρα **14 Σεπτεμβρίου** τελέσθηκε η **Πανηγυρική Θεία Λειτουργία** στο τέλος της οποίας έγινε η **τελετή της Υψώσεως του Τιμίου Σταυρού** την οποία παρακολούθησαν πλήθος ευλαβών προσκυνητών που είχαν κατακλύσει τον Ιερό Ναό αλλά και τον προαύλιο χώρο. Μετά το πέρας της Θείας Λειτουργίας ακολούθησε κατά την παράδοση η ευλογία των εδεσμάτων [φακές] ευγενική

προσφορά του εστιατορίου των Κώστα και Τάσου Σακαρίκα, ενώ σ' όλους τους πιστούς μοιράστηκαν άρτοι, βασιλικοί & σταυρουλάκια. Το απόγευμα της εορτής στις **5:30 μ.μ** **ετελέσθη το μυστήριο του Ιερού ευχελαιίου όπου στο κανδήλι με το λάδι είχε τοποθετηθεί τεμάχιο Τιμίου Ξύλου ως ιδιαίτερη ευλογία**, ενώ για πρώτη φορά στα χρόνια που εορτάζεται η Υψωσις του Τιμίου Σταυρού στο ναό μας πραγματοποιήθηκε η λιτάνευση ενός παλαιού ξύλινου Σταυρού ο οποίος ήταν φωταγωγημένος, με την συνοδεία της Φιλαρμονικής του Δήμου Αθηναίων. Στην συνέχεια παρουσία πλήθους κόσμου πραγματοποιήθηκε **Ιερά Αγγρυπνία** η οποία τελείωσε στις 3:00 π.μ της επόμενης ημέρας. Εγκάρδιες ευχές απευθύνουμε προς τους εορτάζοντες φίλους και φίλες του Ναού μας αλλά και στην κόρη του εφημερίου μας πατρός Δημητρίου, **Αικατερίνα – Σταυρούλα** για την ονομαστική της εορτή, στην οποία ευχόμαστε πρόοδο στη ζωή της. Ευχές ακόμα απευθύνουμε στην **Σταυριάννα Θεοδωροπούλου** μαθήτριά της Β' Λυκείου και στον **Σταύρο-Νεκτάριο Βασιλακόπουλο** μαθητή Γ' Λυκείου, όλα παιδιά του ναού μας.

Πολλές ευχαριστίες απευθύνουμε προς τις κυρίες και τους νέους του Ναού μας αλλά και προς όλους τους επώνυμους και ανώνυμους προ-



σκυνητές για την στήριξη και την αγάπη τους αφού όλοι συνέβαλαν με τις προσπάθειές τους αλλά και τις δωρεές τους στην οργάνωση και πραγματοποίηση της εορτής. Ιδιαίτέρως τις κυρίες **Ελένη Καλογεροπούλου και Γεωργία Κοκκινάκη** για την προσφορά των λουλουδιών και τον στολισμό της εκκλησίας, την κ. **Μαρία Ανδρώνη** για την προσφορά αναλώσιμων ειδών, την **Στυλιανή Ζαχοπούλου** για την προσφορά των αρτιδιών, τον **Χρήστο Τσαγκάρη** για την προσφορά σφολιατοειδών δικής του παραγωγής, τον κ. **Δημήτριο Κονιδάρη** για την προετοιμασία και εστίαση των εδεσμάτων που προσφέρθηκαν στους προσκυνητές, τον κ. **Βαγγέλη Δημητράτο** για την προσφορά φρέσκων οπωροκηπευτικών, τον **ιδιοκτήτη μεγάλη εισαγωγικής εταιρείας και φίλο του Ναού μας** για την προσφορά αναψυκτικών και τσιπς, όπως επίσης και **μία ευλαβή οικογένεια από την Κατερίνη** οι οποίοι προσέφεραν μεγάλη ποσότητα άλαδων κουλουριών. Θερμές ευχαριστίες απευθύνουμε **στα μέλη της Φιλαρμονικής και στον μαέστρο κ. Βασιλειάδη** που τίμησαν και λάμπρυναν την πανήγυρή μας, όπως και στον **Δήμο Αθηναίων** για τον σημαίοστολισμό και την καθαριότητα. Τέλος πολλές ευχαριστίες στον **Λεωνίδα Παγιάτη** άοκνο και πολύτιμο βοηθό και συνεργάτη του ιερού μας ναού για τις υπηρεσίες που προσφέρει πολλά χρόνια, αθόρυβα και ταπεινά στον ιερό μας ναό.

❖ **Την Πέμπτη 17 Σεπτεμβρίου** η Εκκλησία εόρτασε την μνήμη της **Αγίας Σοφίας και των θυγατέρων της Ελπίδος, Σοφίας και Αγάπης**. Έπ' ευκαιρία της εορτής ευχόμαστε χρόνια πολλά στην αγαπητή και αξιόλογη αρθρογράφο του περιοδικού μας **Σοφία Αντωνιάδου** καθηγήτρια φιλόλογο, για την ονομαστική της εορτή.

❖ **Την Τετάρτη 23 Σεπτεμβρίου** το βράδυ τελέσθηκε **Ιερά Αγρυπνία επί τη εορτή της Παναγίας της Μυρτιδιώτισσας & Θέκλης της Ισαποστόλου**, που παρακολούθησαν με κατάνυξη πολλοί προσκυνητές.

❖ **Το περιοδικό μας εύχεται σ' όλους τους μαθητές και μαθήτριες για τη νέα σχολική χρονιά καλή πρόοδο και καλή δύναμη πάντα με την βοήθεια του Θεού να έχουν επιτυχίες.**

*Επιμέλεια
Νικόλαος Καββαδάς*



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΙΕΡΩΝ ΑΚΟΛΟΥΘΙΩΝ ΜΗΝΟΣ ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2015

ΙΕΡΑ ΠΑΝΗΓΥΡΙΣ ΠΑΝΑΓΙΑΣ ΤΗΣ ΓΙΑΤΡΙΣΣΑΣ ΠΕΜΠΤΗ 1 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

Τετάρτη 30 Σεπτεμβρίου Πανηγυρικός Εσπερινός [6.30 μ.μ.]

Πέμπτη 1 Οκτωβρίου Όρθρος & Θεία Λειτουργία [7.30 π.μ.]
Εσπερινός & Παράκληση στην Παναγία
[6.30 μ.μ.]

- Οι ιερές ακολουθίες θα τελεστούν στο Εικονοστάσιο του Χριστού όπου το δεξιό κλίτος είναι αφιερωμένο στην Παναγία την Γιάτρισσα.

Παρασκευή 2 Οκτωβρίου Αγίων Κυπριανού & Ιουστίνης
[7.30π.μ.] Όρθρος και Θεία Λειτουργία

- Θα τεθεί σε προσκύνημα ιερό λείψανο του Αγίου Κυπριανού

Κυριακή 4 Οκτωβρίου **Β' ΛΟΥΚΑ**, Ιεροθέου επισκ. Αθηνών
[7.30 π.μ.] Όρθρος και Θεία Λειτουργία

Τρίτη 6 Οκτωβρίου Εσπερινός & Νυχτερινή Θεία Λειτουργία
[7.30 μ.μ.] Αγ. μεγαλομαρ. Σεργίου

Σάββατο 10 Οκτωβρίου Αγίων μαρτ. Ευλαμπίου & Ευλαμπίας
[7.30 π.μ.] Όρθρος και Θεία Λειτουργία

- Μετά το πέρας της Θείας Λειτουργίας θα ψαλεί το ετήσιο μνημόσυνο της Μαρίας Πιτσά [εκκλησιαστικής επιτρόπου].

Κυριακή 11 Οκτωβρίου **Δ' ΛΟΥΚΑ**, Αγίου αποστόλου Φιλίππου εκ των 70
[7.30 π.μ.] Όρθρος και Θεία Λειτουργία

Κυριακή 18 Οκτωβρίου **Γ' ΛΟΥΚΑ**, Αγίου Λουκά του Ευαγγελιστού
Αγίου Ισιδώρου του εν Βαλή Ηρακλείου
Κρήτης και των τέκνων του Γεωργίου & Ειρήνης
[7.30 π.μ.] Όρθρος και Θεία Λειτουργία

• **Θα τεθούν για προσκύνηση ιερά λείψανα των Αγίων Λουκά και Ισιδώρου εν Βαλή**

• Οι Άγιοι Ισίδωρος και τα τέκνα αυτού, φανερώθηκαν με ενύπνια σε πολλούς ανθρώπους και έκαναν γνωστό τον τρόπο του μαρτυρίου και τον τόπο της ταφής των Ιερών Λειψάνων τους. Η ανακομιδή τους έγινε στις 18 Οκτωβρίου 1953 μ.Χ., στο Βαλή του Ηρακλείου Κρήτης. Σύμφωνα με τις μαρτυρίες ο Ιερέας Ισίδωρος, με τα κατά σάρκα τέκνα του μαρτύρησαν από τους Οθωμανούς, εντός του Ιερού Ναού όπου τελούσε την Θεία Λειτουργία.

Τους έκοψαν τα κεφάλια, τα πέταξαν και αφού τα περισυνέλεξαν ευλαβείς χριστιανοί τα ενταφίασαν παρά τους πόδας των σωμάτων των μαρτύρων, όπως ακριβώς βρέθηκαν κατά την ημέρα της εκταφής τους.

ΙΕΡΑ ΠΑΝΗΓΥΡΙΣ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΓΕΡΑΣΙΜΟΥ ΤΟΥ ΕΝ ΚΕΦΑΛΛΗΝΙΑ
(εορτάζει το αριστερό κλίτος του Ιερού Ναού)

ΤΡΙΤΗ 20 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2015

Δευτέρα 19 Οκτωβρίου Μέγας Πανηγυρικός Εσπερινός [6.30 μ.μ.]

[10.00 μ.μ.]

ΙΕΡΑ ΑΓΡΥΠΝΙΑ

Τρίτη 20 Οκτωβρίου

ΑΓΙΟΥ ΓΕΡΑΣΙΜΟΥ ΤΟΥ ΝΕΟΥ ΑΣΚΗΤΟΥ

[7.30 π.μ.]

Όρθρος & Πανηγυρική Θεία Λειτουργία

[6.00 μ.μ.]

Εσπερινός & Παράκληση του Αγίου Γερασίμου

Κυριακή 25 Οκτωβρίου ΣΤ' ΛΟΥΚΑ, Αγίας Ταβιθάς
[7.30 π.μ.] Όρθρος & Θεία Λειτουργία

ΙΕΡΑ ΠΑΝΗΓΥΡΙΣ
ΣΤΑ ΧΑΝΙΑ ΤΗΣ ΚΡΗΤΗΣ
ΑΓΙΟΥ ΜΕΓΑΛΟΜΑΡΤΥΡΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΤΟΥ ΜΥΡΟΒΛΗΤΟΥ
ΔΕΥΤΕΡΑ 26 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2015

εορτάζει το ιδιόκτητο εκκλησάκι του Αγίου Δημητρίου στα Χανιά που βρίσκεται στην οδό Μουρνιδών 18 πλησίον της κλινική Τσεπέτη

Κυριακή 25 Οκτωβρίου Μέγας Πανηγυρικός Εσπερινός [6.30 μ.μ.]

[10.00 μ.μ.] ΙΕΡΑ ΑΓΡΥΠΝΙΑ

Δευτέρα 26 Οκτωβρίου **ΑΓΙΟΥ ΜΕΓΑΛΟΜΑΡΤΥΡΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ**
[7.30 π.μ.] Όρθρος & Πανηγυρική Θεία Λειτουργία
[6.00 μ.μ.] Μεθεόρτιος Εσπερινός
Παράκληση & Εγκώμια του Αγίου Δημητρίου

Τρίτη 27 Οκτωβρίου **ΑΓΙΟΥ ΜΑΡΤΥΡΟΣ ΝΕΣΤΟΡΟΣ**

[7.30 π.μ.] Όρθρος & Πανηγυρική Θεία Λειτουργία

- Θα τεθεί για προσκύνημα ιερό λείψανο του Αγίου Δημητρίου
- Οι ιερές ακολουθίες θα μεταδοθούν ζωντανά μέσω διαδικτύου από την ιστοσελίδα του ναού μας www.agioi-isidoroi.gr & από τον Ρ/Σ Athens 107,7 FM

Κυριακή 1 Νοεμβρίου Ε΄ ΛΟΥΚΑ, Αγίων Αναργύρων Κοσμά & Δαμιανού
[7.30 π.μ.] Όρθρος και Θεία Λειτουργία

- Θα εορταστεί η μνήμη του Αγίου Μεγαλομάρτυρος Δημητρίου, ενώ θα τεθεί για προσκύνηση ιερό λείψανο του Αγίου Δημητρίου.
- 7η Εθελοντική Αιμοδοσία του ιερού μας Ναού από τις 9.30 π.μ έως 1.30 μ.μ στο αρχονταρίκι. Παρακαλούμε την βοήθειά σας για τους συνανθρώπους μας.
- Στους προσκυνητές θα μοιραστούν διάφορα γλυκίσματα και εδέσματα.

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 απο 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 «Agioi 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

ΠΑΡΑΙΝΕΣΕΙΣ

ΠΕΡΙ ΗΘΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΩΝ ΚΑΙ ΧΡΗΣΤΗΣ ΠΟΛΙΤΕΙΑΣ

Ο ΔΡΟΜΟΣ ΠΡΟΣ ΤΟΝ ΘΕΟΝ

(Ακόμη και) αυτοί που ασκητεύουν λίγο και όχι τέλεια και από κινδύνους απαλλάσσονται και δεν έχουν ανάγκη από φύλακες. Νικώντας δε την επιθυμία στο κάθε τι βρίσκουν το δρόμο προς τον Θεό εύκολα κι ευτυχισμένα.

ΟΙ ΣΥΝΑΝΑΣΤΡΟΦΕΣ

Οι λογικοί άνθρωποι δεν είναι αναγκαίο να δίνουν προσοχή στις πολλές συναναστροφές, αλλά στις ωφέλιμες, τις οποίες κατευθύνει το θέλημα του Θεού, διότι έτσι προχωρούν πάλιν οι άνθρωποι σε ζωή και σε φως αιώνιο.

ΤΡΙΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΘΕΟΦΙΛΟΥΣ ΒΙΟΥ

Όσοι επιζητούν ενάρετη και θεοφιλή ζωή, πρέπει να έχουν απαλλαγή από την οίηση και από κάθε κούφιο και ψεύτικη ιδέα και να φροντίζουν επιμελώς για χρηστή διόρθωση της ζωής και της γνώμης τους. Διότι ο θεοφιλής και αμετάβλητος (ο σταθερός σ' αυτό) νους, είναι στοιχείων εξυψώσεως και δρόμος προς τον Θεό.

Η ΑΙΤΙΑ ΤΩΝ ΚΑΚΩΝ

Ουδέν όφελος να μαθαίνει κανείς τους λόγους (και τις αιτίες των πραγμάτων), εάν απουσιάζει (από τη μάθηση αυτή) η ενάρετη και στο Θεό αρεστή πολιτεία της ψυχής. Αιτία πάντων των κακών είναι η πλάνη, η απάτη (της κούφιας γνώσεως) και η αγνωσία του Θεού.

*Επιμέλεια
π. Χαράδαμπος Βαρβαγιάννης*