



ΕΤΟΣ 73ον

15 'Ιουνίου 2025

ΑΡΙΘ. ΦΥΛ. 24 (3759)

Η ΑΠΟΚΤΗΣΗ ΤΗΣ ΥΠΟΜΟΝΗΣ

Σήμερα ἡ Ἐκκλησία μας προβάλλει καί τιμᾷ τό σύνολο τῶν Ἀγίων της, ὅλων τῶν ἐποχῶν. Γι' αὐτό, τό Ἀποστολικό ἀνάγνωσμα φέρνει μπροστά μας τίς ἁγιασμένες καί μαρτυρικές προσωπικότητες τῆς Παλαιᾶς Διαθήκης, πού ὑπῆρξαν, τρόπον τινά, προάγγελοι τῆς εἰσόδου τοῦ Θεανθρώπου στήν ἱστορία. Στό τέλος τῆς περικοπῆς, ὁ Ἀπόστολος προτρέπει τούς χριστιανούς, πού περιβάλλονται ἀπό τό νέφος τῶν Ἀγίων καί τῶν μαρτύρων, νά ἀποτινάξουν ἀπό πάνω τους τήν ἁμαρτία καί νά ἀσκηθοῦν στόν ἀγῶνα τῆς ὑπομονῆς στό στάδιο τῆς ζωῆς, ὅπου κυριαρχοῦν οἱ θλίψεις καί οἱ δοκιμασίες, σάν κι αὐτές πού ὑπέστησαν καί ὑπέμειναν οἱ πρό Χριστοῦ χριστιανοί.

Τό ἀντίδοτο στίς πολλαπλές δοκιμασίες

Γιά τόν λόγο αὐτό, θά ἀφιερῶσουμε λίγες ἀπλές σκέψεις στή μεγάλη ἀρετή τῆς ὑπομονῆς, ἡ ὁποία φαντάζει ἀνάγκη ἐπιτακτική στήν ἐποχή μας, γιά τήν ἀντιμετώπιση τῶν πολλαπλῶν δοκιμασιῶν τοῦ βίου πού ἀπασχολοῦν τόν καθένα ξεχωριστά.

Κάτω ἀπό τό βάρος τῶν προβλημάτων καί τῶν θλίψεων, ἡ ἐργασία τῆς ὑπομονῆς φαντάζει συχνά ὡς στάση ἀδυναμίας καί παραίτησης, πού ἀφορᾷ ἀνθρώπους χωρίς δυνάμεις ν' ἀντιστρέψουν τό κακό, ἀνῆμπορους νά ἀντιμετωπίσουν ἀφόρητες πιέσεις, στερήσεις καί ἀνατροπές στή ζωή. Στήν ἀντίληψη τοῦ κόσμου, ἡ ὑπομονή ἀποκτᾷ ἀρνητική χροιά, δέν μπορεί νά συμβιβαστεῖ μέ τήν ἀδημονία τοῦ ἀνθρώπου διαρκῶς νά κερδίζει, νά ἀποκτᾷ καί νά εὐτυχεῖ. Δέν μπορεί νά θεωρηθεῖ ὡς στάση ἀναμονῆς μέ τήν ἐλπίδα διόρθωσης καί ἀντιστροφῆς τῶν πραγμάτων. Στόν ἀντίποδα, ἡ Ἐκκλησία μας θεωρεῖ τήν ὑπομονή μέγιστη ἀρετή καί καλεῖ τά μέλη της νά ἀσκηθοῦν σ' αὐτή γιά τήν ὑπέρβαση τῶν δυσκολιῶν τῆς ζωῆς.



Ο ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ (Εβρ. ια' 33 - ιβ' 2)

Ἄς τρέχουμε μέ ὑπομονή τόν δρόμο τῆς ζωῆς

Ἀδελφοί, οἱ ἅγιοι πάντες διὰ πίστεως κατηγωνίσαντο βασιλείας, εἰργάσαντο δικαιοσύνην, ἐπέτυχον ἐπαγγελιῶν, ἔφραζαν στόματα λεόντων, ἔσβησαν δύναμιν πυρός, ἔφρυγον στόματα μαχαίρας, ἐνεδυναμώθησαν ἀπό ἀσθενείας, ἐγενήθησαν ἰσχυροὶ ἐν πολέμῳ, παρεμβολὰς ἔκλιναν ἀλλοτρίων· ἔλαβον γυναικας ἐξ ἀναστάσεως τοὺς νεκροὺς αὐτῶν· ἄλλοι δὲ ἐτυμpanίσθησαν, οὐ προσδεξάμενοι τὴν ἀπολύτρωσιν, ἵνα κρείττονος ἀναστάσεως τύχωσιν· ἔτεροι δὲ ἐμπαιγμῶν καὶ μαστιγῶν πείραν ἔλαβον, ἔτι δὲ δεσμῶν καὶ φυλακῆς· ἐλιθάσθησαν, ἐπρίσθησαν, ἐπειράσθησαν, ἐν φόνῳ μαχαίρας ἀπέθανον, περιῆλθον ἐν μηλωταῖς, ἐν αἰγείοις δέρμασιν, ὑστερούμενοι, θλιβόμενοι, κακουχούμενοι, ὧν οὐκ ἦν ἄξιος ὁ κόσμος, ἐν ἐρημίαις πλανώμενοι καὶ ὄρεσι καὶ σπηλαίοις καὶ ταῖς ὁπαῖς τῆς γῆς. Καὶ οὗτοι πάντες μαρτυρηθέντες διὰ τῆς πίστεως οὐκ ἐκομίσαντο τὴν ἐπαγγελίαν, τοῦ Θεοῦ περὶ ἡμῶν κρεῖττόν τι προβλεψαμένου, ἵνα μὴ χωρὶς ἡμῶν τελειωθῶσι. Τοιγαροῦν καὶ ἡμεῖς, τοσοῦτον ἔχοντες περικείμενον ἡμῖν νέφος μαρτύρων, ὄγκον ἀποθέμενοι πάντα καὶ τὴν εὐπερίστατον ἀμαρτίαν, δι' ὑπομονῆς τρέχωμεν τὸν προκείμενον ἡμῖν ἀγῶνα, ἀφορῶντες εἰς τὸν τῆς πίστεως ἀρχηγὸν καὶ τελειωτὴν Ἰησοῦν.

Ἀποφυγὴ τῶν παρορμήσεων

Σύγχρονος ψυχοθεραπευτῆς ἐπισημαίνει: «Ἡ ὑπομονὴ εἶναι ὁ εὐλογημένος χρόνος, κατὰ τὴ διάρκεια τοῦ ὁποίου δὲν ὑφίσταται ἀντίδραση, ἀφοῦ συντελεῖται ἡ ἐπεξεργασία τῶν δεδομένων... Εἶναι ὁ εὐλογημένος χρόνος πού ἀπαιτεῖται γιὰ τὴν ἀποφυγὴ τῆς παρορμητικῆς ἀντίδρασης πού συνεπάγεται τὴ μίζερη ἐπανάληψη ἀτελέσφορων συμπεριφορῶν. Εἶναι ὁ εὐλογημένος χρόνος πού ἀπαιτεῖται νὰ καταναλωθεῖ ἀπὸ τὴν ἀδηφάγο ἀνάγκη, γιὰτὶ ἀναζητᾷ τὴν ἐλευθερίαν τῆς ὑπέρβασης... Ἀντιστοιχεῖ σέ ἐπιστημονικὸ ἐργαστήριον πού ἐπεξεργάζεται μιά νέα σημαντικὴ ἀνακάλυψη. Ἐκεῖ οἱ πάντες εὐρίσκονται σέ ἐγρήγορη, ἀλλὰ δὲν κάνουν βεβιασμένες κινήσεις, γιὰτὶ κάτι τέτοιο θὰ τοὺς ἀπομάκρυνε ἀπὸ τὸ ζητούμενο... Ἐπομένως, ἡ ὑπομονὴ δὲν σημαίνει τὴ μὴ ἀντίδραση, ἀλλὰ τὴν ἐπεξεργασμένην στάση πού ἀποφεύγει τὴν παρορμητικὴν αὐθόρμητην ἀντίδραση. Δὲν ὁδηγεῖ στὴ θυματοποίηση ἀπὸ τίς ἀδίκες συμπεριφορές τῶν ἄλλων, ἀλλὰ ἐπιζητᾷ νὰ καταστεῖ ὁ δημιουργὸς ἐνὸς λειτουργικοῦ τρόπου σχετίζεσθαι...».

«Νὰ ἐλπίζουμε στὸν Θεό»

Εἶναι πολὺ ἐνδιαφέρουσα ἡ προσέγγιση τοῦ θέματος ἀπὸ τὸν ἅγιον Νεκτάριο, ὁ ὁποῖος ἰδιαίτερα ἀσκήθηκε στὴν ὑπομονή, ἔχοντας ν' ἀντι-

Μετάφραση τῆς Ἀποστολικῆς περικοπῆς

Ἀδελφοί, οἱ Ἅγιοι Πάντες μέ τήν πίστη κατέλυσαν βασιλεία, ἐπέδειξαν δικαιοσύνη, πέτυχαν τήν πραγματοποίησιν τῶν ὑποσχέσεων τοῦ Θεοῦ, φίμωσαν τά στόματα λεόντων, ἔσθησαν τή δύναμιν τῆς φωτιᾶς, διέφυγαν ἀπό τή σφαγή, θεραπεύθηκαν ἀπό ἀρρώστειες, ἀναδείχθηκαν ἰσχυροί στόν πόλεμον, ἔτρεψαν σέ φυγή τά στρατεύματα ἐχθρῶν· πολλές γυναῖκες πῆραν πίσω τούς νεκρούς τους, πού ἀναστήθηκαν· ἄλλοι βασανίστηκαν μέ τό τύμπανο μέχρι θανάτου, καί δέν δέχθηκαν τήν ἀπελευθέρωσιν, γιά νά πετύχουν τήν ἀνάστασιν σέ καλύτερη ζωή· ἄλλοι δοκίμασαν ἐξευτελισμούς καί μαστιγώσεις, καί ἀκόμη περισσότερα δεσμά καί φυλακίσαις· λιθοβολήθηκαν, πριονίστηκαν, ὑπέστησαν βασανιστήρια, θανατώθηκαν μέ μαχαίρι, περιπλανήθηκαν ντυμένοι μέ δέρματα προβάτων, μέ δέρματα κασικιῶν, ὑπέστησαν στερήσεις, θλίψεις, κακουχίες, —τέτοιον ἀνθρώπων δέν εἶναι ἄξιος ὁ κόσμος—, περιπλανώμενοι σέ ἐρήμους καί σέ βουνά καί σέ σπήλαια καί στίς τρύπες τῆς γῆς. Καί ὅλοι αὐτοί, μολοντί εἶχαν καλή μαρτυρία γιά τήν πίστη στόν Θεό λόγῳ τῆς πίστεώς τους, ἐντούτοις δέν πέτυχαν τήν ἐκπλήρωσιν τῆς ὑποσχέσεως (περί τῆς μέλλουσας ζωῆς), καθόσον ὁ Θεός εἶχε προβλέψει κάτι ἀνώτερον γιά ἐμᾶς, γιά νά μή σωθοῦν, δηλαδή, χωρίς ἐμᾶς. Γι' αὐτό λοιπόν καί ἐμεῖς, ἀφοῦ ἔχουμε γύρω μας ἕνα τόσο μεγάλο νέφος δικαίων (τῆς Παλαιᾶς Διαθήκης), οἱ ὅποιοι εὐαρέστησαν στόν Θεό, ἅς ἀποβάλουμε κάθε περιττή μέριμνα καί τήν ἁμαρτία πού καιροφυλακτεῖ, καί ἅς τρέξουμε μέ ὑπομονή στόν ἀγῶνα πού ἔχουμε μπροστά μας, ἔχοντας διαρκῶς προσηλωμένα τά μάτια μας στόν ἀρχηγό καί τελειωτή τῆς πίστεώς μας Ἰησοῦ.

(Ἀπό τή νέα ἔκδοσιν: Ἡ Καινή Διαθήκη, τό πρωτότυπον κείμενον μέ νεοελληνική ἀπόδοσιν τοῦ ὁμοτ. καθηγ. Χρ. Βούλγαρη, ἔκδ. ΑΠΟΣΤΟΛΙΚΗΣ ΔΙΑΚΟΝΙΑΣ)

παλέψει ποικίλες θλίψεις καί πειρασμούς, πού γιά πολλούς θά φάνταζαν τρομεροί καί ἀνυπέρβλητοι. Ὁ Ἅγιος διδάσκει ὅτι «ὀφείλουμε νά ὑπομένουμε τίς θλίψεις μέ ὑπομονή· πρῶτον, διότι, ὅταν ἀνυπομονοῦμε δέν ἀκοῦμε κανέναν· καί ὅχι μόνο αὐτό, ἀλλά ἐπιτείνουμε τά δεινά μας· καί δεύτερον, διότι ἐκεῖνος πού ὑπομένει σ' αὐτή τή ζωή τίς θλίψεις θά λάβει μισθό στή μέλλουσα ζωή, διότι διὰ τῆς ὑπομονῆς του ἐμπράκτως ὁμολογεῖ πίστη στή μέλλουσα ζωή, ἡ ὁποία εἶναι πίστη στόν ἴδιον τόν Θεό...».

Στή συνέχεια, δίνει ἐσχατολογική διάσταση στήν ὑπομονή: «Ὁ Χριστιανός δέν εἶναι πρέπον νά δυσφορεῖ γιά τίς θλίψεις του, διότι ὁ Χριστός μυστικῶς τόν ἀνακουφίζει καί τόν παρηγορεῖ. Ὁ Χριστός, ἐνεργώντας μυστικά στήν ψυχή του, δημιουργεῖ σταθερή πεποίθησιν τῆς ἀπολυτρωτικῆς Του χάριτος καί ἐνισχύει τόν ἄνθρωπον στόν ἀγῶνα τῶν θλίψεων, γιά νά ὑπομένει μέ ἀπάθεια τίς πίκρες τοῦ βίου καί τούς πόνους τῶν

15 Ἰουνίου 2025: ΚΥΡΙΑΚΗ Α΄ ΜΑΤΘΑΙΟΥ
«Τῶν ἁγίων Πάντων». Ἀμὼς προφήτου (ἡ΄ αἰ. π.Χ.), Ἀρχαίου καὶ Στεφανῆ
ἀποστόλων, Ἰερωνύμου ὁσίου († 420), Αὐγουστίνου ἐπισκόπου Ἰππῶνος († 430).
Ψῆφος: πλ. δ΄ – Ἑωθινόν: Α΄ – Ἀπόστολος: Ἑβρ. ια΄ 33 - ιβ΄ 2 –
Εὐαγγέλιον: Ματθ. ι΄ 32-33, 37-38, ιθ΄ 27-30.
Η ΕΠΟΜΕΝΗ ΚΥΡΙΑΚΗ: 22 Ἰουνίου, Β΄ Ματθαίου.
Απόστολος: Ρωμ. β΄ 10-16 – Εὐαγγέλιον: Ματθ. δ΄ 18-23.

παθημάτων του... Ὁ χριστιανὸς ὀφείλει νὰ ὑπομένει, διότι ἀντὶ ὀλίγων
θλίψεων θὰ κληρονομήσει τὴν οὐράνια Βασιλεία...».

Ὁ ἅγιος Νεκτᾶριος εὐχεται σέ ὅλους ὅσοι δοκιμάζονται ποικιλοτρό-
πως στὸν παρόντα βίον: «Νὰ ἐλπίζουμε στὸν Θεὸ καὶ Αὐτὸς πού θεραπευ-
σε τὸν παράλυτο, θὰ βοηθήσει καὶ ἐμᾶς στὰ παθήματά μας. Λίγο ἀκόμα
καὶ ἡ χάρις τοῦ Κυρίου ἔρχεται. Νὰ ὑπομείνουμε ἀκόμα λίγο γιὰ τὴν
οὐράνια Βασιλεία. Γιατί αὐτὸς πού ὑπομένει, στό τέλος θὰ σωθεῖ». Γέ-
νοιτο!

Ἀρχιμ. Ἑ. Οἰκ.

ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΟΥ ΦΑΝΑΡΙΟΥ ΑΓΑΘΑΓΓΕΛΟΥ
ΓΕΝΙΚΟΥ ΔΙΕΥΘΥΝΤΟΥ ΤΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΙΚΗΣ ΔΙΑΚΟΝΙΑΣ
ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΜΙΚΡΟ ΕΙΣΟΔΙΚΟ ΣΤΑ ΜΥΣΤΗΡΙΑ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ ΜΑΣ

(Α΄ ἔκδ., σχῆμα 21x22 ἑκατ., σελ. 128 - τετράχρωμο)

Σέ μιά ἐποχὴ κατὰ τὴν ὁποία τὰ ἱερά Μυστήρια κατανοῦν μέσα ἀπὸ νοοτροπίες μα-
ταιοδοξίας καὶ κενοδοξίας ἀπλῶς κοινωνικὲς τελετές, ἀπογυμνωμένες ἀπὸ τὸν λει-
τουργικὸ καὶ μυστηριακὸ τοὺς χαρακτήρα, εἶναι οὐσιαστικὸ καὶ σημαντικὸ νὰ γνωρί-
σουμε τί συμβαίνει στὴν Ἐκκλησίᾳ κάθε στιγμὴ τῆς λατρείας καὶ τῆς λειτουργικῆς
ζωῆς. Πρῶτα μαθαίνουμε, μετὰ ἀγαπᾶμε καὶ στὴ συνέχεια πιστεύουμε. Γιὰ τὸν λόγο
αὐτό, ἡ Ἀποστολικὴ Διακονία προχώρησε στὴν ἔκδοση αὐτοῦ τοῦ κατηχητικοῦ βιβλί-
ου, στό ὁποῖο ἀναλύονται εὐσύνοπτα τὰ ἱερά Μυστήρια, τὸ τελετουργικὸ τοὺς καὶ οἱ
λειτουργικοὶ συμβολισμοί. Ἀπευθύνεται σέ νέους καὶ οἰκογένειες, γενικότερα στό
εὐρὺ ἀναγνωστικὸ κοινό, πού τόσο διψοῦν νὰ μάθουν τὰ τῆς πίστεως καὶ τὰ τοῦ λει-
τουργικοῦ βίου.

«ΦΩΝΗ ΚΥΡΙΟΥ», ἑβδομαδιαῖο φύλλο ὀρθοδόξου πίστεως καὶ ζωῆς τῆς «Ἀποστολικῆς Διακονίας
τῆς Ἐκκλησίας τῆς Ἑλλάδος». Ἰασίου 1, 115 21 Ἀθήνα. Ἐκδότης - Διευθυντής: Μητροπολίτης
Φαναρίου Ἀγαθάγγελος. Σύνταξη, τηλ. 210.7272.331. Διεκπεραίωση, τηλ. 210.7272.388. Ὑπὸ τῶν
ιερῶν ναῶν διανέμεται δωρεάν. Ἐκ τοῦ Τυπογραφείου τῆς Ἀποστολικῆς Διακονίας.

Ἡ «ΦΩΝΗ ΚΥΡΙΟΥ» σ' ὅλο τὸν κόσμο μέσω Διαδικτύου: www.apostoliki-diakonia.gr