

Η «εν Χριστώ ζωή» και η αποτύπωσή της στην υμνογραφία της Εκκλησίας (Δήμητρα Κούκουρα, Καθηγήτρια Ομιλητικής Θεολογικής Σχολής Α.Π.Θ.)

[/ Πεμπτουσία](#)



Η εισήγηση της καθηγήτριας του Τμήματος Θεολογίας στο Διεθνές Επιστημονικό Συνέδριο με θέμα «Η εν Χριστώ ζωή στην Ορθόδοξη Παράδοση» (Βουδαπέστη 28-29 Αυγούστου 2018)

Ο Νικόλαος Καβάσιλας[1] υπήρξε μέγας θεολόγος, μυσταγωγός με βαθιά θεολογική σκέψη. Στα συγγράμματά του και ανάμεσά τους στα δύο περισσότερο γνωστά, «Εις την θείαν λειτουργίαν» και «Περί της εν Χριστώ ζωής», αποτύπωσε την εμπειρία της Εκκλησίας, όπως αποκρυσταλλώθηκε στο πέρασμα των χρόνων. Λίγο νεώτερος του Αγίου Γρηγορίου του Παλαμά, γεννήθηκε περί το έτος 1322 στη Θεσσαλονίκη, στη «Μητρόπολη των φιλοσόφων» όπως ο ίδιος την αποκαλεί, σε μία εποχή έντονων πνευματικών και κοινωνικοπολιτικών ζυμώσεων: έριδες Ησυχαστών-Βαρλαμιτών (1341-1368), διαμάχη μεγάλου δούκα Αλεξίου Απόκαυκου και μεγάλου δομέστικου Ιωάννου Καντακουζηνού για την επιτροπεία του θρόνου μετά τον θάνατο του Ανδρονίκου Γ' (1341-1347),

κίνημα Ζηλωτών στη Θεσσαλονίκη (1342-1349). Στη γενέτειρά του έλαβε την πρώτη του μόρφωση, την οποία επαύξησε στην Κωνσταντινούπολη με τα ανώτερα μαθήματα της εγκυκλίου παιδείας (Γραμματική, Ρητορική, Διαλεκτική, Αριθμητική, Γεωμετρία, Αστρονομία, Φυσική) και στη συνέχεια με τη Φιλοσοφία και τη Θεολογία.

Η «εν Χριστώ ζωή» είναι το εκτενέστερο και ίσως το πρώτο από τα μυσταγωγικά έργα του Νικολάου Καβάσιλα. Όπως ο ίδιος ορίζει, «εν Χριστώ ζωή», σημαίνει το «συναφθῆναι Χριστώ».[2] Η σύναψη αυτή επιτελείται δια των ιερών μυστηρίων της Εκκλησίας. Πνευματική ζωή είναι η ζωή που ζούμε, οι κληρικοί, μοναχοί, λαϊκοί, όταν ζούμε μέσα στον Χριστό η όταν ο Χριστός ζει μέσα μας. Τότε με τη χάρη Του και τη δική μας συνεργία, η ψυχή και το σώμα μας, ο νους και η καρδιά μας, όλες οι αισθήσεις και λειτουργίες της ύπαρξής μας μεταμορφώνονται σε ψυχή, σώμα, νου, καρδιά, αισθήσεις και λειτουργίες Χριστού.[3]

Ο Θεός ενοίκησε στον κόσμο με τη συνεργία της Θεοτόκου. Ο ιερός συγγραφέας στη θεομητορική Ομιλία του «Εις τον ευαγγελισμόν της Θεοτόκου» τονίζει ότι ο «Λόγος σαρκῆ ἐγένετο», μόλις η Παρθένος έδωσε την απάντησή της στον Θεό και δέχτηκε αμέσως από αυτόν το Πνεύμα που δημιουργεί την ομόθεη εκείνη σάρκα. Και πλάθεται έτσι με λόγο μητρικό ο του Πατρός Λόγος. Και κτίζεται με τη φωνή του κτίσματος ο Δημιουργός. Κι όπως, μόλις είπε Θεός «γενηθήτω φως», έγινε αμέσως φως, έτσι αμέσως με τη φωνή της Παρθένου το αληθινό ανέτειλε Φως κι ενώθηκε με την ανθρώπινη σάρκα και κυοφορήθηκε αυτός που φωτίζει «πάντα άνθρωπον ἐρχόμενον εἰς τὸν κόσμον».[4]



Ο Απ. Παύλος δηλώνει στους Γαλάτες ότι «έχει σταυρωθεί με τον Χριστό και ότι πλέον δεν ζη ο ίδιος αλλά ζη μέσα του ο Χριστός και τη ζωή που τώρα ζη στο σώμα, τη ζη με πίστη στον Υιό του Θεού, ο οποίος τον ηγάπησε και παρέδωσε τον εαυτόν του προς χάριν του» (Γαλ. 2:19-20). Η αδιάψευστη αυτή μαρτυρία του Απ. Παύλου, που είναι κοινή εμπειρία όλων των αγίων του Θεού διαμέσου των αιώνων, κυριαρχεί σε όλο το κήρυγμα της Εκκλησίας, η οποία καλεί τους ανθρώπους να αγαπήσουν τον Ιησού και να τηρούν τον λόγο Του, ώστε να έλθει με τον Πατέρα Του να κατοικήσουν στην ύπαρξη του καθενός (Ιω. 14:23).

Οι βαπτισματικές κατηχήσεις, οι ερμηνευτικές ομιλίες, τα θεολογικά συγγράμματα ερμηνεύουν την ίδια θεμελιώδη αρχή. Ο Θεός ενοικεί μέσα στον καθένα, αλλά οι δωρεές Του γίνονται αντιληπτές και αποδίδουν πνευματικούς καρπούς μόνον με την ελεύθερη συνεργία του κάθε ανθρώπου. Γι αυτόν τον λόγο και η ποιμαντική προσπάθεια της Εκκλησίας είναι να οδηγούνται οι πιστοί, ώστε να προσλαμβάνουν το μέγα μυστήριο της πίστεως, δηλαδή τον Χριστό, το οποίο διαθλάται με τα ιερά

μυστήρια της Εκκλησίας. Τα μυστήρια, επισημαίνει ο Καβάσιλας, ομοιάζουν με θυρίδες δια των οποίων εισέρχεται ο ήλιος της δικαιοσύνης στον σκοτεινό τούτον κόσμο ή ακόμη θα μπορούσαν να ονομαστούν και πύλες δικαιοσύνης.[5]

Η οδός που υπαγόρευσαν οι θεοφόροι διδάσκαλοι της Εκκλησίας για την πρόσληψη του ενοικούντος Θεού είναι η υπακοή στις εντολές του Χριστού, η εγκράτεια, η κάθαρση από την αμαρτία, η προσευχή, η συμμετοχή στα μυστήριά της, η οποία τελικώς οδηγεί στην ένωση με τον Χριστό.

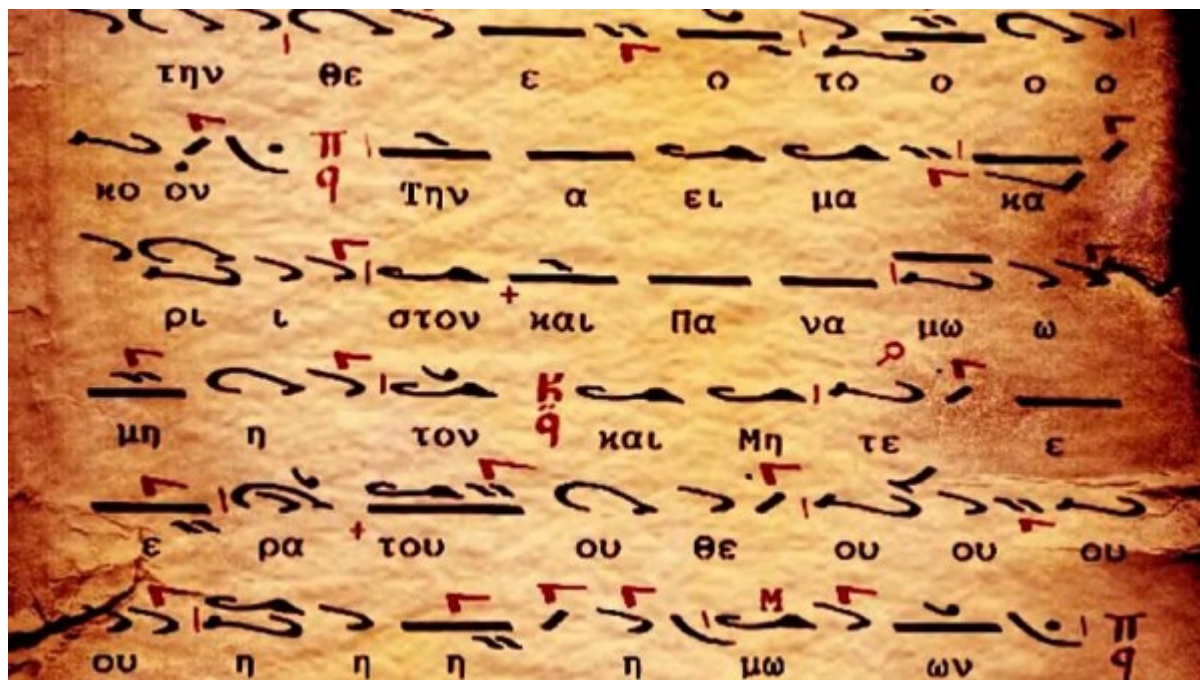
Η υμνογραφία της Εκκλησίας από τον 4ο αιώνα και εξής αποτυπώνει τη διδασκαλία της και συγχρόνως προτρέπει τους πιστούς να οικειώνονται την εν Χριστώ σωτηρία. Ο ποιητικός λόγος, επί το πλείστον υψηλής ποιότητας, το περίτεχνο μουσικό μέλος, οι βιβλικές αναφορές και η θεολογία που αναπτύχθηκε στις Οικουμενικές Συνόδους ερμηνεύουν την αλήθεια του Ευαγγελίου στους πιστούς.[6] Στερεώνουν την πίστη τους στον Χριστό, τους αποτρέπουν από τις αιρέσεις και τους οδηγούν να Τον δεχτούν να ενοικήσει μέσα τους, ώστε το φως της θεότητας να καταυγάσει την ύπαρξή τους.

Στους άφθονους λειτουργικούς ύμνους της Εκκλησίας οι δύο βασικές προϋποθέσεις για την έν Χριστῷ ζωή, η συγκατάβαση του Θεού και η συνεργία του ανθρώπου απαντούν διάσπαρτες με ποικίλους εκφραστικούς τρόπους και κειμενικά συμφραζόμενα (context).

Στους ύμνους της Μ. Εβδομάδας που αναφέρονται στον ερχόμενο Νυμφίο Χριστό και στην εγρήγορση που οφείλουν να έχουν οι πιστοί για τη Βασιλεία των Ουρανών,[7] προβάλλονται οι προϋποθέσεις για τη συνάφεια με τον Χριστό, η οποία παραβάλλεται και με την απόλυτη αγαπητική σχέση των συζύγων. Όπως για παράδειγμα:

«Τον νυμφώνα σου βλέπω, Σωτήρ μου,
κεκοσμημένον και ένδυμα ουκ έχω,
ίνα εισέλθω εν αυτώ” λάμπρυνόν μου
την στολήν της ψυχής,
φωτοδότα, και σώσον με»

Στη ποιητική ατμόσφαιρα του ύμνου τονίζονται η παρουσία του Χριστού (νυμφώνας), οι προϋποθέσεις για τη συνάφεια του ανθρώπου μαζί του (συναίσθηση της αναξιότητας, η εκζήτηση του ελέους και του φωτισμού), ο στόχος που είναι η συνύπαρξη (ίνα εισέλθω) και το αποτέλεσμα που είναι η σωτηρία.



Σε ένα άλλο τροπάριο από τον όρθρο της Μ. Δευτέρας ο υμνωδός στην αρχή αναφέρεται εν συντομία στη βιβλική διήγηση για όσα συνέβησαν πριν από τα πάθη του Χριστού Ερχόμενος ο Κύριος, προς το εκούσιον Πάθος, τοις Αποστόλοις έλεγεν εν τη οδώ. Ιδού αναβαίνομεν εις Ιεροσόλυμα, και παραδοθήσεται ο Υιός του ανθρώπου, καθώς γέγραπται περί αυτού.

Και στη συνέχεια προτρέπει τους πιστούς να τον ακολουθήσουν για να «συζητήσουν» με αυτόν (ίνα συζηήσωμεν αυτώ). Το ρήμα είναι χαρακτηριστικό της εν Χριστώ ζωής, που κι εδώ παραπέμπει στη στενή σχέση αγαπημένων συζύγων. Η μυστική συμπόρευση με τον Χριστό προϋποθέτει κάθαρση του νου (κεκαθαρμέναις διανοίαις), νέκρωση ως προς τις ηδονές του βίου (και νεκρωθώμεν δι' αυτόν), συσταύρωση (και συσταυρωθώμεν) και τελική συνανύψωση στην άνω Ιερουσαλήμ, η οποία, κατά τη διδασκαλία της Εκκλησίας, είναι η κατά χάριν θέωση του ανθρώπου. Το χάρισμα προέρχεται από τον Ιησού Χριστό, ο οποίος επλήρωσε όλο το μυστήριο της θείας οικονομίας, όπως ομολογούμε στη θεία λειτουργία: «και ουκ απέστης πάντα ποιων έως ημάς εις τον ουρανόν ανήγαγες και την βασιλείαν σου εχαρίσω την μέλλουσαν».[8]

Εξίσου χαρακτηριστικά είναι τα τροπάρια του Κανόνα της Μεταλήψεως, όπου υπογραμμίζεται η ενοίκηση του Χριστού μέσα στον άνθρωπο, με προϋποθέσεις τη συνεργία του ανθρώπου, που εκφράζεται με την εκζήτηση του ελέους του Θεού, τη συντριβή, τη συναίσθηση της αμαρτωλότητας, τα δάκρυα της μετανοίας, την κάθαρση από τις αμαρτίες. Όπως για παράδειγμα:

«Δακρύων μοι παράσχου, Χριστέ, ρανίδας, τον ρύπον της καρδιάς μου

καθαιρούσας, ως αν ευσυνειδότης κεκαθαρμένος, πίστει προσέρχωμαι και φόβω, Δέσποτα, εν τη μεταλήψει των θείων δώρων σου» (ωδή γ').

Στην 8η ωδή του κανόνα ο πιστός με δέος παρακαλεί τον Χριστό να μείνει μέσα στην ύπαρξή του και ο ίδιος μέσα στον Χριστό.

«Υπό την σην καταφυγών ευσπλαγχνίαν, Αγαθέ, κράζω σοι φόβω· Εν εμοί μείνον, Σώτερ, καγώ, ως έφης εν σοι· ιδού γαρ, θαρρών τω ελέει σου, τρώγω σου το Σώμα και πίνω σου το Αίμα» (ωδή η').

Η συνάφεια Χριστού - ανθρώπου είναι εφικτή με τη μετάληψη του Σώματος και του Αίματος. Η ευσπλαχνία και το έλεος του Θεού, ο προσδιορισμός «Αγαθός», η φράση «ως έφης» προσδιορίζουν την αμετάκλητη βούληση του Θεού για τη σωτηρία των ανθρώπων»

Στην 9η ωδή αποτυπώνεται με απέριττο γλωσσικό ύφος, με σχήμα ασύνδετο και κλίμακα των εννοιών η εν Χριστώ ζωή, η οποία αναφέρεται σε όλον τον ψυχοσωματικό άνθρωπο, «ψυχήν συν τω σώματι», τα στάδια που οδηγούν στην ενοίκηση του Θεού και η βεβαιότητα ότι το αίτημα θα γίνει αποδεκτό, εφόσον ο Δεσπότης στον οποίο απευθύνεται ο πιστός είναι ευεργέτης και πολυέλεος.



«Ψυχὴν συν τῷ σώματι αγιασθεῖν, Δέσποτα, φωτισθεῖν, σωθεῖν, γενοίμην οἶκός σου τῇ των Μυστηρίων μεθέξει των ιερῶν, ἐνοικόν σε ἔχων συν Πατρὶ καὶ Πνεύματι, ευεργέτα Πολυέλεε» (ωδὴ θ').

Με τὴ μέθεξιν των ιερῶν μυστηρίων ὁ πιστὸς εὐχεται, ζητεῖ (συνεργεῖ) νὰ εξαγιασθεῖ, νὰ φωτισθεῖ, νὰ σωθεῖ, νὰ γίνῃ οἶκος τοῦ Κυρίου, ὅπου θὰ κατοικήσῃ ἡ Ἁγία Τριάδα (ἐνοικόν σε ἔχων συν Πατρὶ καὶ Πνεύματι).

Ἐνα ἀπὸ τὰ τελευταῖα τροπάρια πρὶν ἀπὸ τὴ θεία μετάληψιν ἐπαναφέρουν τὴ σχέση τῆς ἀμέτρητης ἀγάπης τοῦ Θεοῦ (θείῳ ἔρωτι) πρὸς τὸν ἄνθρωπο, ποὺ παραπέμπει καὶ πάλιν στὴν παραβολικὴ σχέση συζυγίας. Ὁ πιστὸς τὴν ἀναγνωρίζει καὶ ἀνταποκρίνεται μὲ τὸ ἴδιο πάθος (ἐθελξας πόθῳ με, Χριστέ). Συναισθάνεται τὴν ἀμαρτωλότητά του, ζητεῖ τὴν ἄφεσιν των ἀμαρτιῶν καὶ τὴν ἀπόλαυσιν τῆς πρώτης καὶ τῆς δεύτερης παρουσίας του.

«Ἐθελξας πόθῳ με, Χριστέ, καὶ ἡλλοίωσας τῷ θείῳ σου ἔρωτι· ἀλλὰ κατάφλεξον πυρὶ αὐλῷ τὰς ἀμαρτίας μου, καὶ ἐμπλησθῆναι τῆς ἐν σοὶ τρυφῆς καταξίωσον, ἵνα τὰς δύο σκιρτῶν μεγαλύνῳ, Ἀγαθέ, παρουσίας σου.

Τὸ τελευταῖο τροπάριον τῆς ἀκολουθίας τῆς Μεταλήψεως εἶναι τὸ γνωστὸ ποὺ ψάλλεται καὶ στὴν ἀκολουθία τοῦ Νυμφίου τῆς Μ. Εβδομάδας:

«Ἐν ταῖς λαμπρότησι των ἀγίων σου, πῶς εἰσελεύσομαι ὁ ἀνάξιος; Ἐάν γὰρ τολμήσω συνεισελθεῖν εἰς τὸν νυμφῶνα, ὁ χιτῶν με ἐλέγχει ὅτι οὐκ ἔστι τοῦ γάμου, καὶ δέσμιος ἐκβαλούμαι ὑπὸ των ἀγγέλων. Καθάρισον, Κύριε, τὸν ρύπον τῆς ψυχῆς μου καὶ σῶσόν με, ὡς φιλάνθρωπος».

Στὸν ὕμνον δεσπάζει ἡ εἰκόνα τοῦ μυστικοῦ γάμου καὶ ἡ ἀπόλυτη συναίσθησις τῆς ἀναξιότητος τοῦ πιστοῦ νὰ εἰσέλθῃ στὸν νυμφῶνα. Ὁ πιστὸς ζητεῖ τὴν κάθαρσιν καὶ τὴ σωτηρίαν: «καθάρισον τὸν ρύπον τῆς ψυχῆς καὶ σῶσον με». Ὁ Κύριος στὸν ὁποῖο ἀπευθύνεται ἀναμφισβήτητα εἶναι φιλάνθρωπος (ὡς φιλάνθρωπος) καὶ συνεπῶς ἡ εἴσοδος στὸν νυμφῶνα, δηλαδὴ ἡ ἐν Χριστῷ ζωὴ, εἶναι βεβαιωμένη. Ἄλλωστε, ὁ πιστὸς πρὶν προσέλθῃ «μετὰ φόβου Θεοῦ πίστεως καὶ ἀγάπης» νὰ μεταλάβῃ τὰ Τίμια Δώρα, συναισθανόμενος τὴν ἀναξιότητά του, προσεύχεται στὸν Κύριον νὰ μὴν κατακριθεῖ, παρακαλεῖ αὐτὰ νὰ συντελέσουν στὸν αγιασμό του, «Δέσποτα, φιλάνθρωπε, Κύριε ὁ Θεός μου, μὴ εἰς κρίμά μοι γένοιτο τὰ ἅγια ταῦτα...» καὶ στὸ τέλος καταλήγει μὲ τὸν ψαλμικὸ στίχον (72:28): «Εμοὶ δε τῷ προσκολλᾶσθαι τῷ Θεῷ ἀγαθὸν ἐστὶ· τίθεσθαι ἐν τῷ Κυρίῳ τὴν ἐλπίδα τῆς σωτηρίας μου».[9]

Στὸ σημεῖο αὐτὸ ἀξίζει νὰ ἐπισημάνουμε τὸ ρῆμα «προσκολλᾶσθαι» τοῦ ψαλμοῦ, τὸ

οποίο στη Γένεση χρησιμοποιείται, για να προσδιορίσει την ταύτιση των συζύγων σε σάρκα μία: «ένεκεν τούτου καταλείπει άνθρωπος τον πατέρα αυτού και την μητέρα και κολληθήσεται τη γυναικί αυτού, και έσονται οι δύο εις σάρκα μίαν; ώστε ουκέτι εισί δύο, αλλά σαρξ μία». (Γεν. 2:24). Το ίδιο επαναλαμβάνεται αυτολεξεί από τον Κύριο (Μτ 19:5, Μρ 10:7) και από τον Απ. Παύλο στην προς Εφεσίους επιστολή 5:31, η οποία, ως γνωστόν, αποτελεί το αποστολικό ανάγνωσμα στην ιερουργία του μυστηρίου του γάμου.

Η εν Χριστώ ζωή, η μέθεξη θείου και ανθρώπινου, η μυστική συνύπαρξη Θεού στον άνθρωπο και του ανθρώπου στον Θεό είναι δυνατή με δύο βασικές προϋποθέσεις, μία αμετάβλητη και μία μεταβλητή. Η σωτηρία του ανθρώπου από τη φθορά στηρίζεται στην απέραντη φιλανθρωπία και το έλεος του Θεού, τα οποία είναι απαρασάλευτα. Η συναίνεση του ανθρώπου εξαρτάται από την ελευθερία του, την πνευματική του καλλιέργεια, τη μαρτυρία του ζώντος Θεού από τους πιστούς.

Ο Νικόλαος Καβάσιλας, βαθύς γνωστής της πατερικής παράδοσης και της κοσμικής σοφίας, πνεύμα ανήσυχο σε μία εποχή με πολλαπλές αναζητήσεις, πορεύτηκε παράλληλα με την ησυχαστική παράδοση και πρόβαλε τη λογική λατρεία στη θέση της μονολόγιστης ευχής. Στη θέση της θέας του ακτίστου φωτός των αναχωρητών ησυχαστών με τα πολύτιμα συγγράμματά του υπέδειξε στους αναγνώστες του, μέσα στον κόσμο, τη θεωρία του φωτός του Χριστού, η οποία χαρίζεται με τη μετοχή στα ιερά μυστήρια και κατ' εξοχήν στη θεία ευχαριστία.[10]

Άλλωστε μετά τη θεία μετάληψη στο τέλος κάθε θείας λειτουργίας οι πιστοί ψάλλουν: «είδομεν το φως το αληθινόν ελάβομεν πνεύμα επουράνιον».

Στην εποχή μας που λαμπιρίζουν παντού ποικίλα τεχνητά, εκτυφλωτικά και αποπροσανατολιστικά φώτα, το αληθινό φως είναι ανάγκη να μεταδίδεται με ποικίλους τρόπους στους «εν σκότει και σκιά θανάτου». Πρόκειται πλέον για τη λειτουργία μετά τη Λειτουργία[11], που όλοι πιστοί καλούνται να επιτελούν, ώστε να λάμπει το φως του Χριστού σε όλους τους ανθρώπους και ολοένα και περισσότεροι να τον προσλαμβάνουν μέσα στην ύπαρξή τους και να ανταποκρίνονται στη θυσιαστική αγάπη Του: «Γεύσασθε και ίδετε, ότι Χριστός ο Κύριος»!

Παραπομπές:

[1] Βλέπε για τον ιερό συγγραφέα και το έργο του ενδιαφέρουσες μελέτες στα Πρακτικά Θεολογικού Συνεδρίου εις τιμήν και μνήμην του σοφωτάτου και λογιωτάτου και τοις όλοις αγιωτάτου Οσίου Πατρός ημών Νικολάου

Καβάσιλα του Χαμαετού, Προνοία του Παναγιωτάτου Μητροπολίτου Θεσσαλονίκης κκ Παντελεήμονος Β', 17-20 Ιουνίου, Θεσσαλονίκη 1984. Σε όσα ακολουθούν αντλούνται *passim* πληροφορίες από τις εισηγήσεις των Παναγιώτη Νέλλα, Εισαγωγικά στη μελέτη του αγίου Νικολάου Καβάσιλα, σελ. 67-86, Ιωάννου Φουντούλη, Νικόλαος Καβάσιλας ο Μυσταγωγός, σελ. 133-154, Βασιλείου Στογιάννου, Η ελευθερία κατά τον Νικόλαο Καβάσιλα, σελ. 189-203.

[2] Νικολάου Καβάσιλα, Περί της εν Χριστώ ζωής, Φιλοκαλία των Νηπτικών και Ασκητικών Πατέρων, Νικόλαος Καβάσιλας, Πατερικά Εκδόσεις «Γρηγόριος Παλαμάς», Θεσσαλονίκη 1979, Λόγος Β' σελ. 310 «έστι δη Χριστώ συναφθήναι διά πάντων ελθούσι...».

[3] Λόγος Δ' *passim*.

[4] Βλέπε Νικολάου Καβάσιλα, Εις τον Ευαγγελισμόν της Υπεραγίας Δεσποίνης ημών και Αειπαρθένου Μαρίας, Η Θεομήτωρ (Τρεις Θεομητορικές Ομιλίες), κείμενο, μετάφραση, εισαγωγή, σχόλια: Παν. Νέλλας, Σειρά «Επί τας Πηγάς», εκδ. Αποστολικής Διακονίας, Αθήναι 1995.

http://users.uoa.gr/~nektar/orthodoxy/tributes/agios_nikolaos_kabasilas/eis_ton_e

[5] Λόγος Α' σελ. 280, 284.

[6] Βλέπε σχετικά Δήμητρας Κούκουρα, Υμνολογώντας τη Γραφή και κηρύσσοντας τον Λόγο.

[7] Βλέπε Πρωτοπρ. Αλκιβιάδη Καλύβα, Η Μεγάλη Εβδομάδα και το Πάσχα στην Ελληνορθόδοξη Εκκλησία, Μτφρ. Δήμητρας Α. Κούκουρα, Εκδόσεις Πουρναρά, Θεσσαλονίκη, 1991, σελ. 57-68.

[8] Λειτουργία Ιερού Χρυσοστόμου, ευχή της αναφοράς.

[9] Λειτουργία Ιωάννου Χρυσοστόμου, ευχή προ της θείας κοινωνίας.

[10] Βλέπε Ιωάννου Φουντούλη, Νικόλαος Καβάσιλας ο Μυσταγωγός, Πρακτικά Θεολογικού... σελ. 152.

[11] Archbishop Anastasios, Mission in Christ's Way, Holy Cross Orthodox Press Publications, 2010, σελ. 94-98.