



Μεγάλη Τεσσαρακοστή

“Ένα πνευματικὸ ταξίδι
πρὸς τὸ Τέλος τοῦ παλαιοῦ
καὶ τὴν Ἀρχὴ τοῦ νέου



Νὰ τὴν ἐνσωματώσουμε στὴν καθημερινή μας ζωὴ *

*Μιὰ πνευματικὴ πρόκληση, ποὺ ἀπαιτεῖ ἀντίδραση,
ἀπόφαση, πρόγραμμα καὶ συνεχή προσπάθεια.*

ΜΕΧΡΙ τώρα μιλήσαμε γιὰ τὴν διδασκαλία τῆς Ἐκκλησίας σχετικὰ μὲ τὴν Μεγάλη Σαρακοστή ὅπως μᾶς μεταδίδεται κυρίως μέσα ἀπὸ τὴν λατρεία αὐτῆς τῆς περιόδου.

Τώρα μπορεῖ κανεὶς νὰ ἐρωτήσῃ: Πῶς εἶναι δυνατόν νὰ ἐφαρμόσουμε στὴν ζωὴ μας αὐτὴ τὴν διδασκαλία; Πῶς θὰ μπορούσε ἡ Μεγάλη Σαρακοστή νὰ ἔχει ὄχι μιὰ ἀπλὴ ἐπιφανειακὴ, ἀλλὰ μιὰ ἀληθινὴ ἐπίδραση στὴν ὕπαρξή μας;

Τοῦτῃ ἡ ζωὴ εἶναι πολὺ διαφορετικὴ ἀπὸ τὴν ζωὴ τῶν ἀνθρώπων ἐκείνων ποὺ ζοῦσαν τὸν καιρὸ ποὺ γράφονταν αὐτοὶ οἱ ὕμνοι καὶ οἱ Ἀκολουθίες καὶ συντάσσονταν οἱ Κανόνες καὶ τὰ Τυπικά. Ζοῦσε τότε κανεὶς σὲ μιὰ σχετικὰ μικρὴ καὶ βασικὰ ἀγροτικὴ κοινωρία, μέσα σ’ ἓνα ὀργανωμένο ὀρθόδοξο κόσμο καὶ ἡ Ἐκκλησία διαμόρφωνε τὸν γενικὸ ρυθμὸ τῆς ζωῆς του.

Τώρα ὅμως ζοῦμε σὲ τεράστια ἀστικὰ κέντρα, σὲ τεχνοκρατούμενες κοινωρίες, πληθωρικὲς στὰ θρησκευτικὰ «πιστεύω» τους, μὲ ἐκκοσμικευμένες ἀπόψεις γιὰ τὸν κόσμο καὶ μέσα σ’ αὐτὲς ἐμεῖς οἱ Ὀρθόδοξοι ἀποτελοῦμε μιὰ ἀσήμαντῃ μειονότητα. Ἡ Μεγάλη Σαρακοστή δὲν εἶναι πιὰ «αἰσθητή», ὅπως ἦταν παλιὰ στὴν Ἑλλάδα ἢ στὴν Ρωσία, ἃς ποῦμε.

Ἡ ἐρώτησή μας λοιπὸν εἶναι πολὺ οὐσιαστικὴ: πῶς μπορούμε ἐμεῖς, πέρα ἀπὸ τὸ νὰ κάνουμε μιὰ ἢ δυὸ «συμβατικὲς» ἀλλαγὲς στὴν καθημερινὴ ζωὴ μας, νὰ τηρήσουμε τὴν Σαρακοστή;

Εἶναι φανερό, λόγου χάρι, ὅτι γιὰ τοὺς πιὸ πολλοὺς ἀπὸ τοὺς πιστοὺς τὸ νὰ παρακολουθοῦν καθημερινὰ τὶς Ἀκολουθίες αὐτῆς τῆς περιόδου εἶναι πέρα ἀπὸ κάθε συζήτηση.

Ἐξακολουθοῦν φυσικὰ νὰ ἐκκλησιάζονται τὴν Κυριακὴ, ἀλλὰ, ὅπως ἔχουμε πεί, τὶς Κυριακὲς τῆς Σαρακοστῆς ἢ Θεῖα Λειτουργία, τοῦλάχιστον ἐξωτερικά, δὲν ἀντανακλᾷ κάτι ἀπὸ τὴν Μεγάλῃ Σαρακοστῇ καὶ ἔτσι δὲν μπορεῖ κανεὶς νὰ ἔχει οὔτε κἂν τὴν αἴσθηση τοῦ λατρευτικοῦ τυπικοῦ τῆς Σαρακοστῆς, δεδομένου μάλιστα ὅτι ἡ λατρεία εἶναι τὸ μόνο μέσο ποῦ μᾶς μεταφέρει στὸ πνεῦμα τῆς Σαρακοστῆς.

Καὶ ἐφ' ὅσον ἡ Σαρακοστὴ μὲ κανένα τρόπο δὲν χρωματίζει τὸν πολιτισμό, στὸν ὁποῖο ἀνήκουμε, δὲν εἶναι ν' ἀπορεῖ κανεὶς ποῦ ἀρνητικὰ καταλαβαίνουμε τὴν Σαρακοστὴ· δηλαδή, σὰν μιὰ περίοδο στὴν ὁποία ἀπαγορεύονται μερικὰ πράγματα, ὅπως τὸ κρέας, τὰ λίπη, οἱ χοροὶ καὶ οἱ διασκεδάσεις. Ἡ συνηθισμένη ἐρώτηση: «τί προσπαθεῖς νὰ στερηθεῖς τούτῃ τῇ Σαρακοστῇ;», συνοψίζει τέλεια τὴν ἀρνητικὴ προσέγγιση τῆς Σαρακοστῆς.

Σὰν θετικὴ προσέγγιση, θεωρεῖται ἡ ἀντίληψη ὅτι ἡ Σαρακοστὴ εἶναι ὁ καιρὸς γιὰ τὴν πραγματοποίηση τῆς ἐτήσιας «ὑποχρέωσης» τῆς Ἐξομολόγησης καὶ τῆς θείας Κοινωνίας («... καὶ ὄχι ἀργότερα ἀπὸ τὴν Κυριακὴ τῶν Βαΐων...»), ἔγραφε ἓνα φυλλαδιάκι μιᾶς ἐνορίας). Καὶ ἀφοῦ ἐκπληρωθεῖ αὐτὴ ἡ ὑποχρέωση, τότε τὸ ὑπόλοιπο τῆς Σαρακοστῆς φαίνεται νὰ χάνει ὅλα τὰ θετικὰ νοήματα.

Ἔτσι, εἶναι φανερό ὅτι ἔχει ἀναπτυχθεῖ μιὰ, μᾶλλον βαθιὰ, διαφωνία ἀνάμεσα στὸ πνεῦμα ἢ τὴν «θεωρία» τῆς Σαρακοστῆς, ποῦ προσπαθοῦμε νὰ σκιαγραφήσουμε μὲ βάση τὴν λατρεία, καὶ στὴν κοινὴ καὶ συνηθισμένη ἀντίληψη ποῦ ἐπικρατεῖ καὶ ὑποστηρίζεται ὄχι μόνο ἀπὸ τοὺς λαϊκοὺς, ἀλλὰ ἀκόμα καὶ ἀπὸ τοὺς ἴδιους τοὺς κληρικούς. Γιατὶ εἶναι πάντοτε πολὺ πιὸ εὐκόλο νὰ περιορίσεις κάτι πνευματικὸ μέσα σὲ κάτι τυπικὸ, παρὰ ν' ἀναζητήσεις τὸ πνευματικὸ μέσα στὸ τυπικὸ.

Μποροῦμε νὰ ποῦμε, χωρὶς καμμιά ὑπερβολή, ὅτι ἂν καὶ ἡ Μεγάλῃ Σαρακοστῇ «τηρεῖται» ἀκόμα, ὅμως ἔχει χάσει τὴν ἐπίδρασή της στὴν ζωὴ μας, σταμάτησε νὰ εἶναι τὸ λουτρὸ τῆς μετανοίας καὶ τῆς ἀνανέωσης ποῦ εἶχε σὰν σκοπὸ της, σύμφωνα μὲ τὴν λειτουργικὴ καὶ πνευματικὴ διδασκαλία τῆς Ἐκκλησίας.

Ἀλλὰ τότε, μποροῦμε ἄραγε νὰ ξαναβροῦμε καὶ νὰ ξανακάνουμε

τὴν Μεγάλῃ Σαρακοστῇ μιὰ πνευματικὴ δύναμη γιὰ τὴν καθημερινὴ πραγματικότητα τῆς ὕπαρξίς μας;

* * *

Η ΑΠΑΝΤΗΣΗ σ' αὐτὴ τὴν ἐρώτηση ἐξαρτᾶται πρῶτα πρῶτα – θὰ ἔλεγα καὶ μοναδικὰ – ἀπὸ τὸ ἄν ἐπιθυμοῦμε νὰ *πάrouμε στὰ σοβαρὰ* τὴν Μεγάλῃ Σαρακοστῇ ἢ ὄχι.

Ὅσο καὶ ἄν εἶναι νέες ἢ διαφορετικὲς οἱ συνθήκες, κάτω ἀπὸ τὶς ὁποῖες ζοῦμε σήμερα, ὅσο καὶ ἄν εἶναι πραγματικὲς οἱ δυσκολίες καὶ τὰ ἐμπόδια ποὺ ὑψώνονται ἀπὸ τὸν σύγχρονο κόσμο μας, τίποτε ἀπ' αὐτὰ δὲν ἀποτελεῖ ἀμετάκλητο ἐμπόδιο, τίποτε δὲν κάνει τὴν Μεγάλῃ Σαρακοστῇ «ἀδύνατη».

Ἡ πραγματικὴ αἰτία, γιὰ τὴν ὁποία βαθμιαῖα χάνουμε τὴν ἐπίδραση τῆς Σαρακοστῆς στὴ ζωὴ μας, βρίσκεται βαθύτερα:

Εἶναι ἡ δική μας, συνειδητὴ ἢ ἀσυνειδητὴ, μείωση τῆς θρησκείας σὲ ἓνα ἐπιπόλαιο τυπικισμὸ καὶ συμβολισμὸ, πράγμα ποὺ ἀποτελεῖ ἀκριβῶς τὸ ξεστράτισμα καὶ μετριάζει τὴν σοβαρότητα τῶν ἀπαιτήσεων τῆς θρησκείας ἀπὸ τὴν ζωὴ μας, τὴν αἴτηση γιὰ δέσμευση καὶ προσπάθεια.

Αὐτὴ ἡ μείωση, θὰ πρέπει νὰ προσθέσουμε, εἶναι, κατὰ κάποιον τρόπο, ιδιόμορφη στὴν Ὁρθοδοξία. Οἱ χριστιανοὶ τῆς Δύσης, Καθολικοὶ ἢ Προτεστάντες, ὅταν ἀντιμετωπίζουν αὐτὸ ποὺ ἐκεῖνοι θεωροῦν «ἀδύνατον», ἀλλάζουν τὴν ἴδια τὴν θρησκεία, τὴν «προσαρμόζουν» στὶς νέες συνθήκες, ἔτσι ὥστε νὰ τὴν κάνουν «ἐφαρμόσιμη».

Πρόσφατα, λόγου χάρι, εἶδαμε τὴν Ρωμαιοκαθολικὴ Ἐκκλησία πρῶτα νὰ ἐλαττώνει τὴν νηστεία στὸ κατώτατο ὄριο καὶ ὕστερα νὰ τὴν *ξεφορτώνεται* τελείως.

Μὲ σωστὴ καὶ δικαιολογημένη ἀγανάκτηση, καταγγέλουμα μιὰ τέτοια «προσαρμογὴ» σὰν προδοσία τῆς χριστιανικῆς παράδοσης καὶ σὰν περιορισμὸ στὸ ἐλάχιστο τῆς χριστιανικῆς πίστεως.

Καὶ πραγματικά, ἡ ἀλήθεια καὶ ἡ δόξα τῆς Ὁρθοδοξίας εἶναι ὅτι δὲν «προσαρμόζεται» καὶ δὲν συμβιβάζεται μὲ τὶς χαμηλότερες ἐπιδιώξεις καὶ δὲν κάνει τὸν Χριστιανισμὸ εὐκόλο. Αὐτὸ εἶναι ἡ δόξα γιὰ τὴν Ὁρθοδοξία, ἀλλὰ φυσικά, ὄχι γιὰ μᾶς, τοὺς ὀρθόδοξους.

Δὲν εἶναι σήμερα, οὔτε καὶ χθές, ἀλλὰ πολὺ παλιότερα ποὺ βρήκαμε ἓνα τρόπο νὰ συμφιλιώνομα τὶς ἀπόλυτες ἀπαιτήσεις τῆς Ἐκκλησίας μὲ τὴν ἀνθρώπινη ἀδυναμία μας καὶ αὐτὸ δὲν γίνεται

μόνο με «ἀπώλεια τοῦ προσώπου», ἀλλὰ καὶ με πρόσθετες ἀφορμὲς γιὰ αὐτοδικαίωση καὶ ἡσυχὴ συνείδηση.

Ὁ τρόπος γιὰ νὰ ἐπιτευχθεῖ αὐτὸ εἶναι ἡ ἐκπλήρωση αὐτῶν τῶν ἀπαιτήσεων συμβατικά, καὶ ὁ συμβολικὸς τυπικισμὸς ποὺ διαποτίζει σήμερα ὅλη τὴν θρησκευτικὴ μας ζωὴ.

Ἔτσι, λόγου χάρι, δὲ θὰ σκεπτόμασταν ποτὲ νὰ ἀναθεωρήσουμε τὴν λειτουργία μας καὶ τοὺς μοναστικοὺς κανονισμοὺς τῆς – Θεὸς φυλάξοι! Θὰ συνεχίζαμε ὅμως νὰ ὀνομάζουμε τὴν Ἀκολουθία τῆς μιᾶς ὥρας «ὀλονύκτια ἀγρυπνία» καὶ υπερήφανα θὰ ἐξηγούσαμε ὅτι αὐτὴ εἶναι ἡ ἴδια Ἀκολουθία ποὺ ἔκαναν οἱ Μοναχοὶ στὴν Λαύρα τοῦ Ἁγίου Σάββα τὸν 9ο αἰῶνα!

Σὲ σχέση με τὴν Μεγάλῃ Σαρακοστή, ἀντὶ νὰ κάνουμε οὐσιαστικὲς ἐρωτήσεις – «τί εἶναι νηστεία;» ἢ «τί εἶναι Σαρακοστή;» – ἐμεῖς ἱκανοποιούμαστε με τὰ σύμβολά τῆς.

Στὰ ἐκκλησιαστικὰ περιοδικὰ καὶ φυλλάδια ἐμφανίζονται συνταγὲς γιὰ «ἓνα ὑπέροχο νηστήσιμο πιάτο»! Μπορεῖ ἀκόμα ἡ ἐνορία καὶ νὰ συγκεντρώσει μερικὰ πάρα πάνω χρήματα ὀργανώνοντας ἓνα καλοδιαφημισμένο «σαρακοστιανὸ γεῦμα».

Εἶναι τόσο πολλὰ ἐκεῖνα ποὺ στὶς ἐκκλησίες μας ἐξηγοῦνται συμβολικὰ σὰν ἐνδιαφέροντα, πολύχρωμα καὶ διασκεδαστικὰ ἔθιμα καὶ παραδόσεις, σὰν κάτι δηλαδὴ ποὺ μᾶς δένει ὄχι τόσο πολὺ με τὸ Θεὸ καὶ με μιὰ νέα ζωὴ «ἐν Αὐτῷ», ὅσο με τὸ παρελθὸν καὶ τὶς συνήθειες τῶν προγόνων μας, ὥστε γίνεται ὅλο καὶ περισσότερο δύσκολο νὰ διακρίνουμε πίσω ἀπ’ αὐτὰ τὰ λαϊκὰ ἔθιμα τὴν σοβαρότητα τῆς θρησκείας σὲ ὅλη τῆς τὴν ἔκταση.

Θέλω νὰ τονίσω, ὅτι δὲν ὑπάρχει τίποτε τὸ ἄσχημο στὰ διάφορα ἔθιμα. Ὅταν αὐτὰ πρωτοεμφανίστηκαν ἦταν τὰ μέσα, με τὰ ὁποῖα ἡ κοινωνία μπορούσε νὰ δείξει ὅτι *ἔπαιρνε στὰ σοβαρὰ τὴν θρησκεία*. Τότε τὰ ἔθιμα δὲν ἦταν σύμβολα, ἀλλὰ ἡ ἴδια ἡ ζωὴ.

Αὐτὸ ποὺ συνέβηκε πάντως ἦταν τὸ ὅτι, καθὼς ἄλλαξε ἡ ζωὴ καὶ ἔπαψε λίγο λίγο ἡ θρησκεία νὰ τὴν διαμορφώνει στὴν ὀλότητά τῆς, λίγα ἀπὸ τὰ ἔθιμα διασώθηκαν σὰν σύμβολα ἐνὸς τρόπου ζωῆς ποὺ δὲν ὑπῆρχε πιά. Καὶ αὐτὸ ποὺ διασώθηκε ἦταν ἐκεῖνο πού, ἀφ’ ἐνὸς εἶναι ἔντονα ζωντανὸ καὶ ἀφ’ ἑτέρου εἶναι λιγότερο δύσκολο.

Ὁ πνευματικὸς κίνδυνος ἐδῶ εἶναι ὅτι σιγὰ σιγὰ ἀρχίζει κανεὶς νὰ καταλαβαίνει τὴν θρησκεία σὰν ἓνα σύστημα ἀπὸ σύμβολα καὶ ἔθιμα μᾶλλον, παρὰ νὰ ἐρμηνεύει ὅλα αὐτὰ σὰν μιὰ πρόκληση γιὰ

πνευματική ανανέωση και προσπάθεια.

Μεγαλύτερη είναι ή προσπάθεια που γίνεται για να προετοιμάζονται νηστήσιμα φαγητά ή για το πασχαλινό τραπέζι, παρά για την νηστεία και την συμμετοχή στην πνευματική πραγματικότητα του Πάσχα.

Αυτό σημαίνει ότι, όσο τα έθιμα και οι παραδόσεις δε συνδεθούν και πάλι με την γενική θρησκευτική αντίληψη, από την όποια προέρχονται, όσο δηλαδή δεν παίρνουμε στα σοβαρά τα σύμβολα, ή Έκκλησία θα παραμένει χωρισμένη από την ζωή και δεν θα την έπηρεάζει καθόλου. Αντι να παριστάνουμε με σύμβολα την «πλούσια κληρονομιά» μας, καιρός είναι ν' αρχίσουμε να την ενσωματώνουμε στην καθημερινή ζωή μας.

Το να *πάρομε λοιπόν στα σοβαρά* την Μεγάλη Σαρακοστή σημαίνει ότι θα την θεωρούμε, πρώτα απ' όλα με την πιο βαθιά έννοια,

μια πνευματική πρόκληση που απαιτεί αντίδραση, απόφαση, πρόγραμμα και συνεχή προσπάθεια.

Και ακριβώς για τον λόγο αυτό, όπως ξέρουμε, θεσπίστηκαν από την Έκκλησία οι εβδομάδες προετοιμασίας για την Μεγάλη Σαρακοστή.

Η περίοδος αυτή είναι καιρός για δράση, για απόφαση, για προγραμματισμό. Και ο καλύτερος και ευκολότερος τρόπος είναι ν' ακολουθήσουμε την καθοδήγηση της Έκκλησίας, που είναι ή μελέτη και ο στοχασμός πάνω στα πέντε ευαγγελικά θέματα που μᾶς προσφέρονται τις πέντε Κυριακές της περιόδου πριν από την Μεγάλη Σαρακοστή.

Τὰ θέματα αυτά είναι: ή διακαής επιθυμία (Ζακχαΐος), ή ταπείνωση (Τελώνης και Φαρισαίος), ή επιστροφή από την έξορία (Ήσως), ή Κρίση (Κυριακή της Απόκριω) και ή συγχωρητικότητα (Κυριακή της Τυροφάγου).

Αυτές οι ευαγγελικές περικοπές δεν διαβάζονται μόνο και μόνο για ν' ακουστούν στην Έκκλησία· σκοπός είναι να τις «πάρω μαζί μου στο σπίτι» και να στοχαστώ πάνω σ' αυτές, σχετίζοντάς τις μάλιστα με την ζωή μου, την οικογενειακή μου κατάσταση, τις επαγγελματικές υποχρεώσεις μου, τὸ ενδιαφέρον μου για τὰ υλικά πράγματα, τις σχέσεις μου με τούς συγκεκριμένους ανθρώπους με τούς οποίους ζῶ.

Ἄν σ' αὐτὴ τὴν προσπάθεια περισυλλογῆς προσθέσει κανεὶς καὶ τὴν προσευχὴ αὐτῆς τῆς περιόδου: «Τῆς Μετανοίας ἄνοιξόν μοι πύλας Ζωοδότα...» καὶ τὸν Ψαλμὸ 136: «Ἐπὶ τῶν ποταμῶν Βαβυλῶνος ἐκεῖ ἐκαθήσαμεν...», μπορεῖ νὰ καταλάβουμε τί σημαίνει νὰ «νιώθεις ὅτι εἶσαι μὲ τὴν Ἐκκλησίαν», καὶ πῶς μπορεῖ μιὰ λειτουργικὴ περίοδος νὰ χρωματίσει τὴ καθημερινὴ ζωὴ.

Ἐπίσης, εἶναι μιὰ πολὺ καλὴ εὐκαιρία νὰ διαβάσει κανεὶς κάποιον θρησκευτικὸ βιβλίον. Ὁ σκοπὸς δὲ αὐτοῦ τοῦ διαβάσματος δὲν εἶναι μόνο ν' αὐξήσουμε τίς θρησκευτικὰς γνώσεις μας· εἶναι βασικὰ νὰ καθαρίσουμε τὸ μυαλὸ μας ἀπ' ὅλα ὅσα συνήθως τὸ πλημμυρίζουν. Εἶναι πραγματικὰ ἀπίστευτο πόσο στὸ μυαλὸ μας συνωστίζονται ὅλων τῶν εἰδῶν οἱ ἔννοιες, τὰ ἐνδιαφέροντα, οἱ ἀγωνίες καὶ οἱ ἐντυπώσεις καὶ πόσο ἐλάχιστο ἔλεγχον ἀσκοῦμε πάνω σ' ὅλα αὐτά. Διαβάζοντας ἓνα θρησκευτικὸ βιβλίον, συγκεντρώνουμε τὴν προσοχὴ μας σὲ κάτι ἐντελῶς διαφορετικὸ ἀπὸ τὸ συνηθισμένο περιεχόμενο τῶν σκέψεών μας· δημιουργεῖται ἔτσι μιὰ ἄλλη διανοητικὴ καὶ πνευματικὴ ἀτμόσφαιρα.

Ὅλα αὐτά, φυσικὰ, δὲν εἶναι «συνταγές»· ἴσως νὰ ὑπάρχουν ἄλλοι τρόποι γιὰ νὰ προετοιμαστῆ κανεὶς γιὰ τὴν Σαρακοστή. Τὸ βασικὸ σημεῖο εἶναι ὅτι, στὴν διάρκειαν αὐτῆς τῆς περιόδου βλέπουμε τὴν Μεγάλην Σαρακοστὴν ὡς νὰ βρίσκεται σὲ κάποια ἀπόσταση, ὡς κάτι δηλαδὴ ποὺ ἀκόμα ἔρχεται καὶ ποὺ μᾶς τὸ στέλνει ὁ ἴδιος ὁ Θεὸς ὡς εὐκαιρία γιὰ ἀλλαγὴν, γιὰ ἀνανέωση, γιὰ ἐμβάθυνση, καὶ ὅτι παίρνουμε αὐτὴ τὴν ἐπερχόμενη εὐκαιρία πολὺ *στὰ σοβαρά*.

Ἔτσι, ὅταν τὴν *Κυριακὴ τῆς Συγγνώμης* ἀφήνουμε τὸ σπίτι μας καὶ πᾶμε στὸν Ἑσπερινό, μπορεῖ νὰ εἴμαστε ἔτοιμοι νὰ κάνουμε δικὰ μας ἔστω καὶ γιὰ λίγο τὰ λόγια ἀπὸ τὸ Μεγάλον Προκείμενον ποὺ ἀνοίγει τὴν Μεγάλην Σαρακοστή:

*«Μὴ ἀποστρέψῃς τὸ πρόσωπόν σου
ἀπὸ τοῦ παιδός σου, ὅτι θλίβομαι...»*

† *Β' Κυριακὴ Νηστειῶν*
6/19.3.2006



(*) **Πρωτοπρεσβυτέρου Ἀλεξάνδρου Σμέμαν**, Μεγάλην Σαρακοστὴν – Πορεία πρὸς τὸ Πάσχα, σελ. 100-105, ἐκδόσεις «Ἀκρίτας», Ἀθήνα 1987. Ἐπιμέλ. ἡμετ.